

# Cum atragem Abundenta

## Interviu cu Carol Look – EFT Master, realizat de Lindsay Kenny – ProEFT Master

**Lindsay Kenny** – Buna tuturor! Vreau sa urez bun venit, oaspetelui meu special, Carol Look. Specialitatea ei este sa-si inspire clientii sa atraga abundenta in viata lor, folosind tehnicile EFT si Legea Atractiei. **Este important ca oamenii sa elimine credintele limitative si sa elibereze rezistenta, astfel incat sa-si construiasca – inainte de toate – constiinta prosperitatii.**

Asta este ceva la care Carol este cu adevarat buna!

Inainte de a deveni Master EFT, pregatirea lui Carol a fost ca lucrator social, dobandind o diploma de doctorat in hipnoterapie clinica. Astazi, vom vorbi impreuna despre Abundenta, Prosperitate si Legea Atractiei pentru ca sunt subiecte aproape de inimile amandurora. Deci, bun venit Carol!

**Carol Look** – Buna Lindsay, ma bucur de invitatie si sa avem aceasta discutie pe o tema atat de importanta!

**Lindsay Kenny** – Intr-adevar, zilele astea parca toata lumea opereaza in modul "supravietuire", concentrandu-se pe pastrarea slujbelor sau pe a nu intra in mai multe datorii. Astfel, in loc de a directiona energia catre lucrurile pe care le doresc, concentrarea pe probleme nu face decat sa inrautateasca lucrurile.

Spune-mi pe scurt Carol, cum ai ajuns sa fii atat de implicata in acest subiect, Abundenta si atragerea a ceea ce-ti doresti?

**Carol Look** – Obisnuiam sa lucrez EFT pentru multe probleme de dependente, controlul greutatii, renuntat la fumat, sanatate si multe alte asemenea, iar ceea ce am observat a fost ca toata lumea avea probleme legate de credinte limitative. Acelasi lucru se intampla si in zona financiara – erau nelinistiti in ceea ce priveste banii si aveau probleme care veneau din trecut, asa ca am inceput sa lucrez EFT si pe abundenta.

Apoi am inceput sa lucrez temeinic pe mine, personal. M-am documentat, am scris o carte pe subiectul **Abundenta** si am practicat TOATE aceste tehnici EFT si jocuri ale Legii Atractiei!

Ceea ce am descoperit pentru mine a fost o adevarata cheie si a devenit dintr-o data usor de transmis – pentru ca stiu cat de greu este initial, m-am zbatut ani de zile pana sa inteleg CUM functioneaza – asa cum vad si lumea in jur, ca se chinuie sa-si regleze finantele..

Combinatia dintre EFT si Legea Atractiei – ce sa spun!? – nu cred ca exista o combinatie de tehnici, mai potrivita si mai eficienta!

Cu ceea ce am inceput – si a reprezentat o schimbare pentru mine – si ceea ce spun si oamenilor – este ca Abundenta este in primul rand un sentiment – inainte de-a fi o anumita suma de bani in cont.

Ceea ce fac oamenii este ca ei vaneaza o noua slujba, urmaresc un nou proiect dar toate acestea vin dintr-un puternic sentiment de **lipsa**, ei nu au **destul** de asta trebuie sa faca actiunile x, y, z.. Cand mi-am dat seama ca abundenta este un sentiment **pe care-l poti accesa** – asta a schimbat totul!

Sunt de acord ca procesul cere rabdare (si sunt o persoana, deloc rabdatoare), dar aveam nevoie cu-adevarat sa schimb ceea ce se intampla, asa ca a trebuit sa lucrez pe aceasta latura, a faptului ca **Abundenta este o vibratie** inainte de toate, un sentiment.

Apoi am folosit EFT pentru **anxietatea** mea in ceea ce privea banii si in special pentru credintele mele limitative, gen “nu se cuvine sa castig mai mult decat X dolari”, “nu e in regula sa ies in evidenta”, “nu e in regula sa stralucesc”, “ce se intampla daca depasesc pe cei care acum, au acelasi nivel cu mine”, “ce se intampla daca mi se publica cartea”, “ce ma fac cu atatia bani”.. Stii? Vin dintr-o familie care punea acest gen de intrebari, chiar daca nu cu aceste cuvinte..

Deci ce faci cu aceste credinte? Tot ce poti sa faci este sa lucrezi EFT pentru FIECARE dintre ele – pe masura ce apar – astfel incat sa nu te cuprinda, sa nu ramai blocat in ele.

**Lindsay Kenny** – Ai dreptate! O prietena de-a mea spune: “Nu ai frici si credinte limitative, ELE te au pe tine” si asta e atat de adevarat! Unul dintre lucrurile pe care le-ai spus si la care vreau sa ma intorc este despre Abundenta, fiind un sentiment, nu numai in legatura cu banii, ci in special, cu sanatatea ta, cu relatiile tale, cariera si in general, cu aspectele care te bucura in viata, numai ca oamenii obisnuiesc sa puna semnul “egal” cu suma de bani pe care o au sau cat de repede scapa de datorii.

Asa ca, iata o intrebare care mi se pune – si cred ca tie la fel – de nenumarate ori: “**CUM** sa ma simt prosper cand privesc in jur si vad toata aceasta dezordine si incarcatura din viata mea?”, “**CUM** sa ma simt prosper cand, nu numai ca nu-mi ajung banii, dar mai sunt si in datorii?” – astfel de intrebari tin oamenii blocati..

Iar ei spun in acelasi timp “dar eu **lucrez** cu Legea Atractiei, spun afirmatii, numai ca nu functioneaza pentru mine!..”

**Carol Look** – Avem nevoie sa stam – pentru inceput – departe de subiectul **bani!** Incarcatura si presiunea de-a nu-i avea e prea mare, e prea mare pentru noi toti – ca sa-i putem face fata dintr-o data!

NU poti atrage Abundenta in viata ta, plecand de la faptul ca nu ai bani, pur si simplu NU poti deveni bogat cand te simti sarac!

Trebuie inceput prin a gasi o cale prin care sa simtim abundenta – si o sa spui: “da, dar contul meu este gol!”

Ok, asta stiu! totusi spune-mi un pic, cand te simti bine, cand simti cumva, abundenta in viata ta? Da-mi niste exemple.. “Pai, cand ma joc cu copiii sau cand imi mangai catelul...” Oh, deci iata ca avem ceva cu care sa incepem.. “cand ies in natura, cand ma plimb, cand ma odihnesc”..

Cand gasim cai prin care accesam starea de non-rezistenta, cand facem o lista cu ceea ce apreciem, cand iesim in natura, cand citim o carte minunata - orice ne face sa ne simtim bine - atunci se schimba vibratia, iar in momentul in care facem asta, se schimba modul in care Legea Atractiei ne raspunde!

Cand ramanem blocati in subiectul bani, ne invartim in jurul acestei idei pregnante in societatea noastra, ca: “nu sunt destui bani”, “nu ajung resursele existente, pentru toti” si tot asa.. Deci, **doar cand reusim** sa stam departe de acest subiect, **reusim** sa ne schimbam vibratia.

Si-o sa spui din nou: “Bine, dar sunt CU-ADEVARAT ingrijorat cand vad facturile pe care le am de plata”. Da, STIU! dar trebuie sa le lasi putin departe..

.. cu exceptia unui exercitiu pe care-l fac adesea, in cadrul atelierelor de lucru.. Le cer participantilor sa puna facturile pe masa (sau sa aduca in atentie plata lor, a ratelor etc.), sa simta nelinistea pe care acestea le-o transmit si lucram EFT pe aceasta neliniste astfel incat problema sa ramana DOAR o factura, o rata, o datorie si nu capatul lumii si sfarsitul-sfarsitului!

Pentru ca **daca nu schimbam** nivelul de stres si de neliniste in ceea ce priveste banii, nu putem obtine mai mult, PUNCT!

“Bine, bine dar banii.. NU-I am!”

STIU asta, nu ne certam despre cine are dreptate aici! Dar inca o data: **daca nu schimbam** nivelul de stres si neliniste vis-à-vis de bani, de senzatie, de cum arata, de cum suna cuvantul “bani” pentru tine - bani, cash, finante – daca NU poti elibera acea presiune, vei fi prins sub aceasta incarcatura, blocat sau – mai rau – tras in jos de vibratia din jurul subiectului “bani” – asa ca **trebuie** putin lasat departe..

**Lindsay Kenny** – E atat de adevarat.. Deci iata-ma gata sa ma prefac.. ca ce? Ajungem de undeam plecat: “Dar CUM fac asta!?!?” iar tu spui “haide sa lucram EFT pe neliniste, si-asa si pe-

dincolo..” iar el spune “DAR CUM!? Cum sa ma simt mai bine? Cum sa obtin mai multi bani, eu ASTA am nevoie!!”

Ei nu vor s-aida , stii? chestii de genul: mangaie-ti catelul, joaca-te cu copiii si chestii de-astea.. Tot timpul vei auzi: “DA, DAAAR..”, “Totusi NU am acesti bani, iar ASTA-I un fapt, am aceste facturi, sunt gata sa fiu dat afara din casa..” si din pacate, poti sa **simti panica** din vocea lui..

**Carol Look** – TREBUIE sa reduca nivelul de panica! Si NU o poate face altfel!

Trebuie sa faca “jocurile” Legii Atractiei, ELE sunt instrumentele! ASTA-I modul in care poti schimba lucrurile!

Mai clar de atat, nu poate fi spus..

**Lindsay Kenny** – Spune-ne putin despre aceste “jocuri”..

**Carol Look** – Lista mea favorita acum – desi aceasta se schimba la fiecare cateva luni – este:

1. “Imi place cand.....” Spune.. cand ce?  
Imi place cand dorm bine noaptea  
Imi place cand ies cu prietenii in oras  
Imi place cand este temperature potrivita pentru mine..  
.... orice, dar NU in legatura cu banii!  
Cand spui o lista intreaga cu “Imi place cand...” nu poti sa fii intr-o stare proasta

**Lindsay Kenny** – Super, asta-i chiar o chestier simpla!

**Carol Look** – Da.. iar lumea nu face asta L..

Asa ca, asta fac, asta e “jocul” dar de fapt, nu e deloc o gluma – desi pare un joc... este EXACT modul in care functioneaza Legea Atractiei!

Fac in felul asta, Lista Aprecierii. Ce-mi place la viata mea? Imi place cand..., imi place cand...

**Lindsay Kenny** – Da, pentru ca lumea spune: "Vreau asta!.. DAR.. n-o am" si se pune la loc, in pozitia de **lipsa de putere**, de a "nu avea" dar cand spui "Imi place cand.." e ca si cum spui: **"Multumesc, Univers!"**

**Carol Look** – Da, asa ca le cer oamenilor sa scrie asta. Lumea ma intreaba: "Dar nu pot s-o scriu la computer?"

N-o scrie la computer! Pare sa fie mult mai bine cand e "tradusa" si transmisa de creierul tau, catre maini, catre creion si in final, catre hartie.

Scrie: "Multumesc Univers, pentru ca mi-ai dat/ adus...." si pune chiar ceva pe care doresti si nu ai inca, dar poarta-te ca si cum ar fi deja la tine. "Multumesc Univers, pentru ca mi-ai adus.. ce?..contractul ideal pentru aceasta carte" sau "..partenerul ideal" si poarta-te ca si cum ar fi deja acolo.

Asta iti da sentimentul ca **ai adus din viitor**, in prezent, aceasta manifestare pentru tine.

Primesc corespondenta de la oameni care-mi spun cum fac asta cu rezultate frumoase: se relaxeaza, "vad" ceea ce-si doresc si-l "aduc" cu gandul, din viitor, in prezentul lor - fiind entuziasti de ceea ce au obtinut.

Insa altii spun iarasi: "Daaar, NU am inca asta!" Stiu ca n-ai, dar TREBUIE sa practici senzatia de "a avea". Astfel, ii spui Universului ca esti gata sa primesti! Iar Universul "spune": Iata, chiar straluceste si stie ce vrea! si e chiar aliniat si in congruenta cu ce vrea, asa ca poate sa acceseze deja asta.

Altfel, modul in care-i "spunem" Universului "da, nu.., da, nu.., da, nu.." atunci cand spunem "vreau, dar.., vreau, dar.., vreau, dar../poate.." e complet copilarlesc, pentru ca Universul nu poate "traduce" cuvintele ci doar vibratia pe care o transmit aceste contradictii.

"Vreau mai multi bani, dar..nu cred c-o sa-i am", "Vreau mai multi bani, dar..nu cred ca-i merit", "Vreau mai multi bani, dar..nu cred ca e de ajuns pentru toti", "Vreau mai multi bani, dar..nu cred ca oricine/ sau toti pot sa-i primeasca", "Vreau mai multi bani, dar..sunt atatia altii mult mai saraci.."

Iar Universul "spune": Bine, bine! Stai linistit acolo unde esti, nu-ti face griji sau probleme!"

**Lindsay Kenny** – Sigur, dar iata ca in general, lumea pare sa nu inteleaga ca nu pot avea si un gand pozitiv "Vreau asta..." si unul negativ "dar, daca nu-i posibil..?" in acelasi timp; parca se anuleaza intre ele..

Nu e ca si cum Universul "te pedepseste", dar pur si simplu "nu-ti aude" mesajul, pentru ca **vibrational, nici nu e transmis!** Asa ca lumea nici nu-si da seama de puterea acestor mici ganduri si indoieli: "dar, daca...", "dar, daca.." – si ca actioneaza exact impotriva lor. Pentru aceste tipare de credinte limitative, avem nevoie sa lucram..

**Carol Look** – Ia, considera asta! De cate ori te gandesti la bani, la ratele pe care le ai de platit, la facturi – si ele sunt atat de prezente in vibratia ta – gandeste-te la incarcatura si tensiunea din corpul tau! Stii ca asta afecteaza tot ceea ce tine de Legea Atractiei si de sistemul de livrare a acesteia.. Stim asta acum si nu mai trebuie explicat.. Exista atata literatura de specialitate din zona fizicii cuantice si toate studiile care au fost facute..

Daca putem doar diminua incarcatura aceasta si renunta un pic la "bani, facturi, rate" si-o sa spui: "Dar ce pot face altceva?". Ia vezi daca poti: "Oh, genunchii mei functioneaza bine azi, super" sau "Ce somn grozav am avut azi-noapte, grozav!" sau "Hm, am ce sa pun deseara pe masa, super!", astfel te concentrezi **in primul rand pe ceea ce functioneaza.**

Nu ma intelege gresit, chiar inteleg anxietatea, nu spun ca cei care ne asculta, nu sunt indreptatiti sa fie nelinistiti cand se gandesc la probleme DAR – asa functioneaza lucrurile - rezolvarea NU se obtine invarindu-ne tot timpul in jurul problemelor; la un moment dat, trebuie sa incercam ceva nou.

Folosim astfel, EFT pentru a reduce stresul si anxietatea, folosim "jocurile" Legii Atractiei, facand loc **sentimentului de Abundenta** in viata noastra – chiar daca banii nu sunt inca acolo..

**Lindsay Kenny** – Super, asta face ca cei care ne asculta acum sa spuna "Bine - bine, CUM facem asta?". Arata-ne, de exemplu, sa zicem ca cineva primeste o factura "grea", o ridica de la posta si spune: "Oh, Doamne, uita-te la asta!"

Ce sa faca? Cum sugerezi, cum sa lucreze EFT?

**Carol Look** – In primul rand isi masoara (pe o scara de la 1 la 10) anxietatea, stresul, nelinistea, ingrijorarea, orice sentiment ii produce factura sau lipsa banilor – cand se gandeste la asta. Scoate o bancnota din portofel, pune-o pe masa si vezi ce simti, ce incarcatura are cuvantul "bani" si apoi substanta acestuia, hartia – cand te uiti la ea si spui: "Oh, Doamne! asta-i chiar TOT ce am?"

Din cauza credintelor din familie si a societatii – in general, avem o gramada de "bagaj in spate", in ceea ce priveste subiectul "Bani"

Masoara tensiunea, cum te face sa te simti si localizeaza ceea ce simti, in corpul tau – daca apare si o senzatie fizica asociata cu acel disconfort. Apoi, lucram EFT pana cand devine ceva neutru,

astfel incat sa scapam de incarcatura, de "bagajul dus in spate" sau de tiparul "da-nu, da-nu, da-nu".

Cand e ceva neutru, banul este doar o hartie colorata, folosita pentru a cumpara lucruri, mancare, bautura si servicii, nimic altceva, **nici o nevoie atasata** de asta, **nici o conditionare**, de genul: "Bine, cand o sa am 1 milion de dolari.., o sa fiu..".

Nu, nu o sa "fii", o sa fii "TU cu un million" dar tot cu incarcatura ta si eventual, cu anumite credinte limitative.

**Lindsay Kenny** – De acord, probabil de asta se obtin si rezultatele acelea in masuratori, cand se fac studii pe cei care castiga la loterie: e doar o variatie mica de timp pana cand 85% din ei pierd totul si revin la starea economica dinaintea castigului, sau mai rau..

Haide sa presupunem ca toti cei care ne asculta, scot banii si-i pun pe masa, facturi care-i streseaza - sau hartii care simbolizeaza asta – si masoara de la 0 la 10, intensitatea snetimentului, cat de mult ii deranjeaza ideea de lipsa a resurselor – sau de datorie – si haide sa lucram!

**Carol Look** – Sigur, faceti acest lucru, aduceti in atentia voastra aceste senzatii si masurati intensitatea – 0 fiind deloc stresant, 10 fiind foarte stresant si haideti sa facem exercitiul impreuna. Spuneti dupa mine:

#### **Afirmatia de setare:**

**Punctul Karate (PK): 1).** Desi simt anxietate in privinta banilor, nu am de ajuns sa-mi platesc facturile sau ratelele si nu pare ca aceasta situatie sa se schimbe curand, oricum accept cine sunt, asa cum sunt

**Punctul Karate (PK): 2).** Desi simt anxietate in corpul meu, chiar si numai cand ma uit la facturi, aleg sa ma simt calm si in pace

**Punctul Karate (PK): 3).** Desi subiectul banilor ma afecteaza cu adevarat, accept profund toate partile din mine

#### **Aducerea in atentie:**

- 1. Inceput Spranceana (IS):** Aceasta anxietate in privinta banilor
- 2. Coada Ochiului (CO):** Anxietatea mea cu privire la situatia financiara in care sunt
- 3. Sub Ochi (SO):** Toata aceasta anxietate

4. **Sub Nas (SN):** As vrea sa fiu mai neutru
  5. **Barbie (B):** Toata aceasta anxietate
  6. **Capul Pieptului (CP):** Situatiile mele financiare imi creeaza stres
  7. **Sub Brat (SB):** Ce-ar fi dac-as putea sa-l reduc
  8. **Sub Piept (SP):** Sunt multe lucruri pentru care-as putea fi recunoscator
  9. **Incheieturi Maini (IM):** Iubesc o multime de lucruri in viata mea
  10. **Varful Capului (VC):** Am multa recunostinta
- 
1. **Inceput Spranceana (IS):** E-adevarat ca nu am suficiente bani acum
  2. **Coada Ochiului (CO):** Chiar si numai daca ma uit la facturi, ma supara
  3. **Sub Ochi (SO):** Dar pot sa-mi mut atentia de la ele
  4. **Sub Nas (SN):** Pot sa-mi schimb concentrarea
  5. **Barbie (B):** Pot sa-mi schimb energia
  6. **Capul Pieptului (CP):** Pot sa-mi ridic vibratia
  7. **Sub Brat (SB):** Aleg sa ma simt calm
  8. **Sub Piept (SP):** Chiar daca acest subiect ma nelinisteste
  9. **Incheieturi Maini (IM):** Sunt multe lucruri pentru care ma simt recunoscator
  10. **Varful Capului (VC):** Aleg sa ma simt calm si relaxat

Respiram adanc!

***(Comentariu traducere: Exercițiul a fost extins de la 8 puncte energetice – modul de lucru folosit de Carol Look – la 10 puncte energetice, conform metodei Progressive EFT – fondata de Lindsay Kenny)***

**Carol Look** – Bun, acum masurati-va intensitatea senzatiei, din nou. Cu siguranta energia s-a schimbat si asta este numai ca si cum am introdus un deget in apa. Dar daca nu cureti in intregime, energia din jurul acestor subiecte - viitorul tau financiar, prezentul tau financiar, facturile, ai cui sunt banii care intra, ai cui sunt banii care ies, orice subiect legat de partea financiara – atunci nu poti **comunica in aliniament cu Universul**, sa-i poti transmite: "Sunt gata pentru mai mult, sunt in regula cu situatia asta, acum, **o accept** asa ca poti sa dublezi suma castigurilor mele!"

Si...din nou, unii spun:"da' stii? chiar sunt stresat din cauza banilor.."



STIU – te rog, redu acest stres pentru ca nu-ti faci nici un serviciu!

E exact ca in cazul relatiilor: oamenii sunt atat de stresati de atragerea unui partener incat tot acest stres tine la distanta partenerul.

**Lindsay Kenny** – Bineinteles ca-l tine! Dar daca-i intregi: "Cum ai vrea sa fie partenerul tau?", ei raspund: "Stii? **nu** vreau pe cineva care fumeaza, **nu** vreau sa fie in varsta, **nu** vreau pe cineva fara slujba.."

Pai.. – si intreb – "cum este acum?", la care raspunsul disperat este "Nu stiu, ca tot timpul atrag persoanele astea care **nu**-mi plac!!"

Hmm, oare care-ar fi elementul comun intre ce gandesti, ce spui si ce atragi?

Asa ca, mie mi-e clar – si unui public din ce in ce mai larg – ca pe ce-ti indrepti atentia, aia atragi si asta se intampla bineinteles, si in cazul banilor: oamenii spun – "dar nu mai vreau sa vad atatea facturi!" si ghici, ce?

**Carol Look** – ..si daca oamenii ar putea sa-si schimbe starea in general – la asta a trebuit de fapt, sa lucrez personal.. Ma aflam intr-o anumita zona de confort cu banii si chiar nu primeam mai mult.. Ma gandeam, oare de ce pare sa fiu intr-o zona de confort in jurul acestei sume, dar nu intelegeam asa ca am lucrat pe:

### Afirmatia de setare:

**Punctul Karate (PK): 1).** Desi pare sa fiu intr-o anume zona de confort care-mi impune un plafon, aleg sa eliberez asta

**Punctul Karate (PK): 2).** Desi dintr-un anume motiv – pe care nu-l inteleg – pare sa fiu blocata la aceasta suma, mi-ar place sa castig mai mult

**Punctul Karate (PK): 3).** ..si tot asa...

A trebuit sa ma joc un pic cu asta pentru ca nu puteam sa identific clar, o anume problema, pe care-as fi putut-o avea si care ma bloca la acel plafon – si vreau sa spun, ca dupa un timp scurt, pur si simplu parca a explodat acoperisul, nu numai ca s-a mutat plafonul!

**Lindsay Kenny** – Fara sa ne spui cifrele – poti sa ne spui daca veniturile tale au crescut cu 10, 20, 50%..ceva orientativ..?

**Carol Look** – Triplu in primul an, TRIPLU! Sigur, au fost din mai multe surse..

Nici macar nu intelesesem chestia cu "zona de confort".. de ce-as fi avut asa ceva? Asa ca initial am lucrat pe "Desi pare ca sunt blocata.." apoi pe "Desi castig acum mai mult decat am castigat vreodata, ma simt in regula sa castig mai mult" – astfel am depasit de fiecare data, inca un prag..

Ceea ce e frumos, este ca dupa ce am facut TOATE aceste exercitii – si vreau sa clarific asta: **le-am facut cu religiozitate** – Lista Aprecierii, exercitii EFT, "jocurile" Legii Atractiei, dupa ce am facut toate acestea o vreme, am vazut o miscare evidenta a lucrurilor si rezultatelor in viata mea.. Parca **s-au pus toate in miscare**, activitatile au curs firesc - s-au "legat"- si cu rezultate imediate..

Apoi m-am speriat din nou, depasisem iar o noua zona de confort pe care o creasem si-am spus "O-ho-ho, am cerut toate astea dar stai putin – ca iar sunt coplesita.."

Dar de data asta stiam ca este doar o alta etapa si a trebuit sa lucrez inca o data, pentru a ma simti din nou confortabil cu nivelul urmator.

A trebuit sa lucrez 1 an – pentru ca toate au continuat sa se miste, sa se schimbe, sa progreseze si – pot sa spun ca – in continuare citesc si invat despre **Legea Atractiei**.. Ma ajuta sa re-citesc, re-ascult, sa-mi fac listele..

Practic, nu incetezi vreodata acest proces de invatat sau de exersat. Avem nevoie de exercitiile EFT si de "jocurile" Legii Atractiei pentru ca traim in aceasta lume in care suntem stresati, iar in ceea ce priveste Legea Atractiei, nu poti sa spui niciodata ca nu mai ai de invatat!

**Lindsay Kenny** – Ai perfecta dreptate! Si eu invat continuu, desi pot fi considerata de asemenea, un expert in domeniu, dar de cate ori ascult – si ascult mult - chiar aceleasi materiale despre Legea Atractiei, de fiecare data invat lucruri noi – pentru ca nivelul perceptiei este diferit..

Este ca si internetul ☺ - poti sa cauti cat vrei, toata viata ta, niciodata n-o sa termini cautatul.

**Carol Look** – Exact, dar vreau sa spun celor care ne asculta – sunt o tipa conservatoare, am fost formata ca lucrator social asa ca toata chestia asta cu Legea Atractiei, a fost initial cam ciudata pentru mine si-a trebuit cu-adevarat, sa fac aceasta trecere, din zona rationala - a emisferei stangi a creierului – catre EFT, spre intelegerea energiei si spiritului.

Sigur, a ajutat extrem de mult ca eram practician EFT totusi, multi practicieni EFT vorbesc despre acest subiect, dar nu prind esenta, chiar nu sunt foarte lamuriti CUM functioneaza.

Asa ca m-am afundat practic, in metode de lucru cu energia, de toate felurile, nu numai EFT si Legea Atractiei. A trebuit chiar sa fac cateva salturi si sa invat lucruri cu-adevarat noi si ceea ce

m-a entuziasmat a fost ca eu eram atat de departe de "lumea aceea".. si totusi am reusit sa inteleg cum stau lucrurile.

Daca eu am putut s-o fac, cu rezultate financiare semnificativ schimbate, stiu ca si altii pot s-o face!

Asta fac cu oamenii care vin si cu care lucrez, trebuie sa-i ajut **sa lase rezistenta deoparte**, sa-si construiasca constiinta prosperitatii, care vine din interior – si lumea exact asta nu poate sa faca – ei se concentreaza numai pe anxietate..

Stiu ca si anxietatea e acolo, stiu ca-i o obisnuinta, inteleg, dar trebuie sa construim o constiinta a prosperitatii, din interior, care se face cu exercitii EFT si Legea Atractiei – si care se face la fel, pentru orice tip de anxietate, nu numai pentru cea legata de bani. Poti sa faci EFT pentru astenie de iarna sau pentru orice problema si cand tot sistemul se linisteste, poti sa comunici Universului o imagine clara, o vibratie si o dorinta cu privire la orice.

**Lindsay Kenny** – Exact, obisnuiesc sa le spun oamenilor sa-si asculte gandurile; acele mici discutii interioare care te tot tin pe loc, toate aceste "dar daca nu pot?". Toate astea sunt bazate pe frica.. ele trebuie neutralizate si eliminate dar trebuie sa revii periodic asupra lor pentru ca sunt acolo, in subconstientul colectiv, trebuie doar sa revii ca sa "pastrezi curatenie".

**Carol Look** – Ceea ce le spun oamenilor, este sa faca EFT de cateva ori pe zi, dar numai pentru perioade foarte scurte, cateva minute. Nu sunt un fan al "stai si lucreaza ore in sir" pentru ca exista atata rezistenta.. observ asta la mine si cu siguranta este prezenta si la multi altii.

De exemplu, daca ai primit prea multe email-uri si esti coplezit, fa EFT; daca esti blocat in trafic in timp ce-ar fi trebuit sa fii in alta parte, fa EFT; fa EFT 5 minute inainte de masa – nu pentru dependente sau ca sa nu mananci mult, ci ca sa ai o masa linistita.

Sunt doar piese mici, ici-colo, pentru ca - asa cum spuneam – cand diminuezi nivelul de stres, ajuti FIECARE parte a corpului, mintii si spiritului.

**Lindsay Kenny** – ... Vroiam sa te intreb..ce le spui celor care spun: "Ok, dar chiar nu pot obtine o slujba noua, nu ma angajeaza nimeni" sau "asa e toata familia mea, face parte din mostenirea genetica" sau "sigur as putea sa fiu ca Oprah, dar uite ce ajutor are ea, o armata de oameni care o ajuta"..

Practic, iti aduc exemple din exterior, pentru a justifica locul in care se afla ei..

**Carol Look** – Asta-i pentru ca exista cateva tipare de credinte limitative.. Nu-i cer sa-si caute o noua slujba imediat, ii cer sa curete energia – legat de locul actual de munca. Trebuie sa fie **ceva bun** in ceea ce are acum – isi plateste chiria, are un oarecare venit, are relatii bune cu colegii.. – trebuie sa vezi cateva aspecte pozitive legate de locul actual, care sa te serveasca in acest loc, in timp ce-l astepti pe urmatorul.

Daca asta-i o credinta limitativa – si familia ta a avut-o, inteleg, dar **hotaraste** daca vrei s-o schimbi!

**Lindsay Kenny** – Cum stii daca ai credinte limitative?

**Carol Look** – Nu trebuie decat sa ma uit in contul din banca..

**Lindsay Kenny** – Carol, daca ar fi sa dai ascultatorilor **3 lucruri importante** pe care le pot face cu privire la maximizarea abundentei in viata lor, care-ar fi acelea?

**Carol Look** – Primul lucru – pe care l-am adus in discutie deja, dar e important de reluat – este ca sentimentul de lipsa sau limitare vine din interiorul tau si trebuie sa-ti reamintesti asta – nu vine din circumstantele exterioare.

Asta-i o veste buna, pentru ca inseamna ca o putem schimba!

Deci **in primul rand**, trebuie facute aceste "jocuri" ale Legii Atractiei!

Si lumea spune: "Ah, ok, ce dragut..super, nu-i asa!?" DAR EI NU LE FAC!!!

Fa lista: "Apreciez cutare si cutare si cutare.." – tot ce poti aprecia in viata!

**In al doilea rand**, fa o "plimbare a recunostintei", iesi in natura si fa aceasta plimbare trecand in revista pentru ce esti recunoscator: de la soarele care a rasarit, aerul pe care-l respiri, faptul ca poti sa mergi si tot asa..

Fa lista: "Imi place sa..., Imi place sa..., Imi place sa..."

**In al treilea rand**, fa exercitii EFT pentru credintele tale limitative "Da, dar..". Care sunt motivele pentru care nu vrei sa fii din cale afara de bogat?

Stii c-am spus intotdeauna ca EFT este cel mai bun instrument din lume; cred de asemenea, ca **Legea Atractiei este un instrument minunat daca-l folosesti corect** si inveti despre el.

Stii? Invatatul Legii Atractiei – la suprafata, a ranit multi oameni. Ei chiar au probleme in a accepta unele lucruri si spun "nu e in regula sa am ganduri negative, inseamna ca le atrag" sau "de ce sa fac EFT pentru anxietate? Legea Atractiei imi spune ca voi atrage tot asta!"

Nu-i adevarat, nu-ti "spune" asta! N-o atrage pentru ca "spui" dar daca **esti in vibratia** lipsei, atunci ai face bine sa faci EFT pentru ea, ca s-o poti elibera.

De asta **combinatia** dintre EFT si Legea Atractiei este ideala!

Cred eu ca oamenii se pot descurca numai cu Legea Atractiei? Nu, nu cred, pentru ca suntem oameni iar procesul gandirii este atat de puternic incat cred ca e nevoie de metode energetice, EFT, TFT - sau oricare alte asemenea – pentru **a ne ajuta sa curatam vibratia.**

Dar ceea ce ne scapa adesea din atentie: **N-o poti face pentru o zi!** Fa cateva saptamani Lista Aprecierilor.. si-l intrebi pe om si spune.. "oh, am uitat astazi.."

AI UITAAT!? Iti ia 2 minute!

La fel spune lumea si despre EFT – intru si eu la fel de bine in categoria asta cateodata, asa ca pot sa relationez cu asta – "da'.. n-am timp.."

Daca nu-mi fac dimineata exercitiile mele de Qigong, EFT, listele Legii Atractiei, meditatiea, ceea ce **MIE imi trebuie**, cine sa le faca pentru mine? Inteleg cum trece ziua pe langa tine, acum esti la computer, acum esti intr-o intalnire, acum e vremea pentru cina. Punct. Asa ca inteleg.

**Dar trebuie sa faci un angajament fata de tine!** Da, sunt de acord, trebuie sa te simti inspirat sa-l faci..

**Lindsay Kenny** – Si pana la urma, daca n-ai timp sa faci Lista Aprecierilor, poti macar s-o gandesti tot timpul, cand esti la dus, la semafor, cand faci orice care-ti permite sa gandesti si altceva in acelasi timp..

**Carol Look** – Eu tin un carnetel langa mine, tot timpul. Imi place sa am hartie si creion si sa notez atunci cand pot si simt ceva important.

Stii? *chestia* asta cu Lista e **unul din cele mai importante lucruri pe care le putem face pentru noi** si lumea spune: "ah, mda-mda, chestia asta cu lista, n-am prea facut-o.."

FA-O, FA-O, FA-O!

Si-a trebuit sa ma determin si pe mine s-o fac-fac-fac – pentru ca nu eram obisnuita – dar am inteles repede cum functioneaza impreuna cu EFT si - trebuie sa va spun din nou: **rezultatele au fost fenomenale!**

Si mie mi-a luat mult timp sa pun informatiile cap la cap, le-am aflat si inteles pe rand – mai sunt si incapatanata si parca, mereu am ales calea grea (daca stiam eu EFT cu 20 de ani in urma, era altceva..) – dar o data ce am inteles, AM APLICAT.

Asta vreau sa ajut oamenii acum, sa foloseasca aceste "scurtaturi"!

Sa invatam unii de la altii; nu e nevoie ca toata lumea sa aleaga calea cea grea, avem acum informatii din toate partile, numai sa decidem sa **FACEM** lucrurile care duc la schimbare!

**Lindsay Kenny** – Iti multumim din suflet, Carol! Ii incurajez pe toti sa lucreze pentru ei. Nu va ganditi la asta! Nu incercati! FACETI-O si veti simti rezultatele!

**Carol Look** – Si-aveti incredere, FUNCTIONEAZA! Trebuie **doar** sa faceti pasii. Mult succes!

