

КАК НАЧАТЬ ИНВЕСТИРОВАТЬ С НУЛЯ



СТРАХ

**Страх — древний защитный
механизм.**

ЯВНЫЕ ПРОЯВЛЕНИЯ СТРАХА

- *Тремор**
- * Окаменелость мышц, озноб**
- * Учащенное сердцебиение**
- * Тяжесть внизу живота**
- * Убыстрение речи, утончение голоса**
- * Внутри все сжимается**

СКРЫТЫЕ ФОРМЫ ПРОЯВЛЕНИЯ СТРАХА

- * Частая необъяснимая сонливость**
- * Зверский аппетит (обжорство)**
- * Прокрастинация — откладывание на потом (у меня еще куча времени и другие важные дела)**
- * Обесценивание мечты**
- * Попрыгунья- стрекоза (переключение с одного дела на другое)**

ЧЕМ ОПАСЕН СТРАХ?

*Мешает в достижении целей

* Страх, как часто повторяющаяся мысль, имеет большой энергетический посыл и притягивает то, чего мы боимся

Например: Я боюсь остаться без денег.

Я боюсь, что бизнес прогорит.

СТРАХ

Если вы первопроходец в чем-либо в своем роду, страхов будет больше, чем у тех, кто на генетическом уровне изведal уже этот путь.

ОТНОШЕНИЕ К СТРАХУ

- * Делаем вид, что его нет
- * Жалеем себя (ничего не надо делать)
- * Ругаем себя
- * Хотим побороть

**НОРМАЛЬНО БОЯТЬСЯ
ЧЕГО-ТО НОВОГО!
ВЫ ИМЕЕТЕ НА ЭТО ПРАВО!!!**

ПРИЗНАЙТЕСЬ В СТРАХЕ

НАЧНИТЕ С НИМ РАБОТАТЬ

РАБОТА СО СТРАХОМ

СТРАХ ПУБЛИЧНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ

- работа с Идеализацией своего несовершенства

ПУ: Отныне я одобряю себя во всем.

СТРАХ БУДУЩЕГО (НСЖ, курс доллара)

- работа с Идеализацией контроля, недоверия к жизни:

Техника «Наступи на идеализацию» + ПУ на доверие к
жизни

ПУ: Отныне мое будущее безопасно.

РАБОТА СО СТРАХОМ

СТРАХ СОВЕРШИТЬ ОШИБКУ —

работа с Идеализацией гордыни, своего
несовершенства, перфекционизма

ПУ : Отныне все мои решения оптимальны здесь и
сейчас.

СТРАХ УСПЕХА (более всего ограничивает нас в
достижениях)

Будет транслировать негативный опыт других людей

СТРАХ УСПЕХА

• ГДЕ ЖИМ-ЖИМ —
ТУДА БЕЖИМ.

• А.Г.Свияш

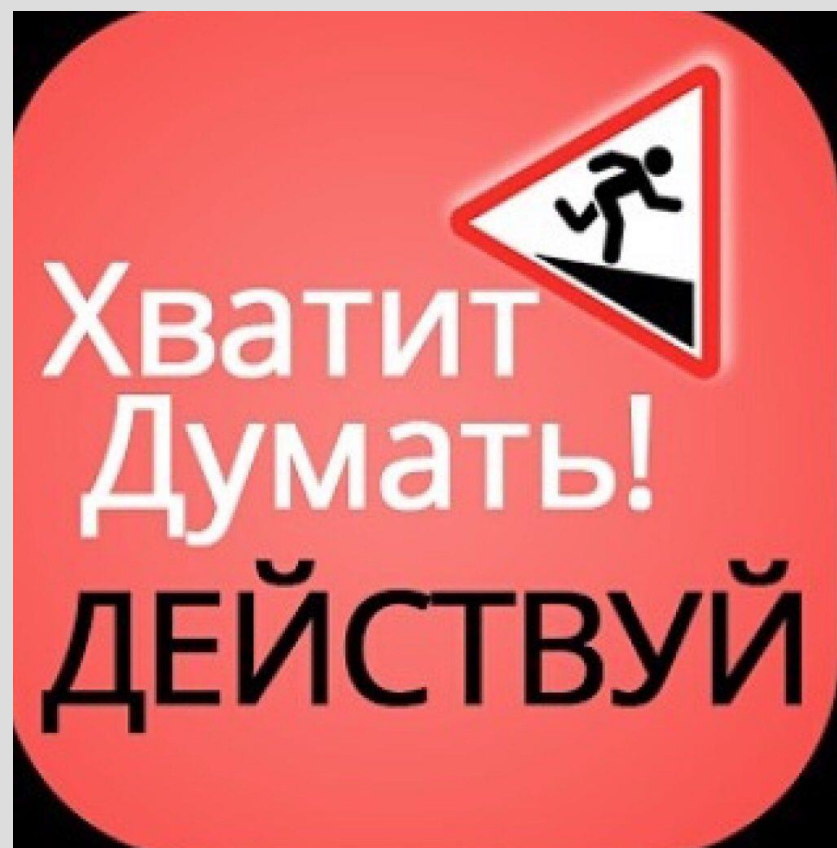


СТРАХ УСПЕХА

- * Новое всегда страшно
- * Выход из зоны комфорта (это может быть безденежное болото, но с привычным сценарием)
- * Смена обычного окружения
- * Страхи окружения

РАБОТА СО СТРАХОМ УСПЕХА

- ХВАТИТ ДУМАТЬ!
- ДЕЙСТВУЙ!
- Правило 72 часов:
 - на первый шаг 72 часа
после принятия решения



РАБОТА СО СТРАХОМ УСПЕХА

МОЛЧИ!



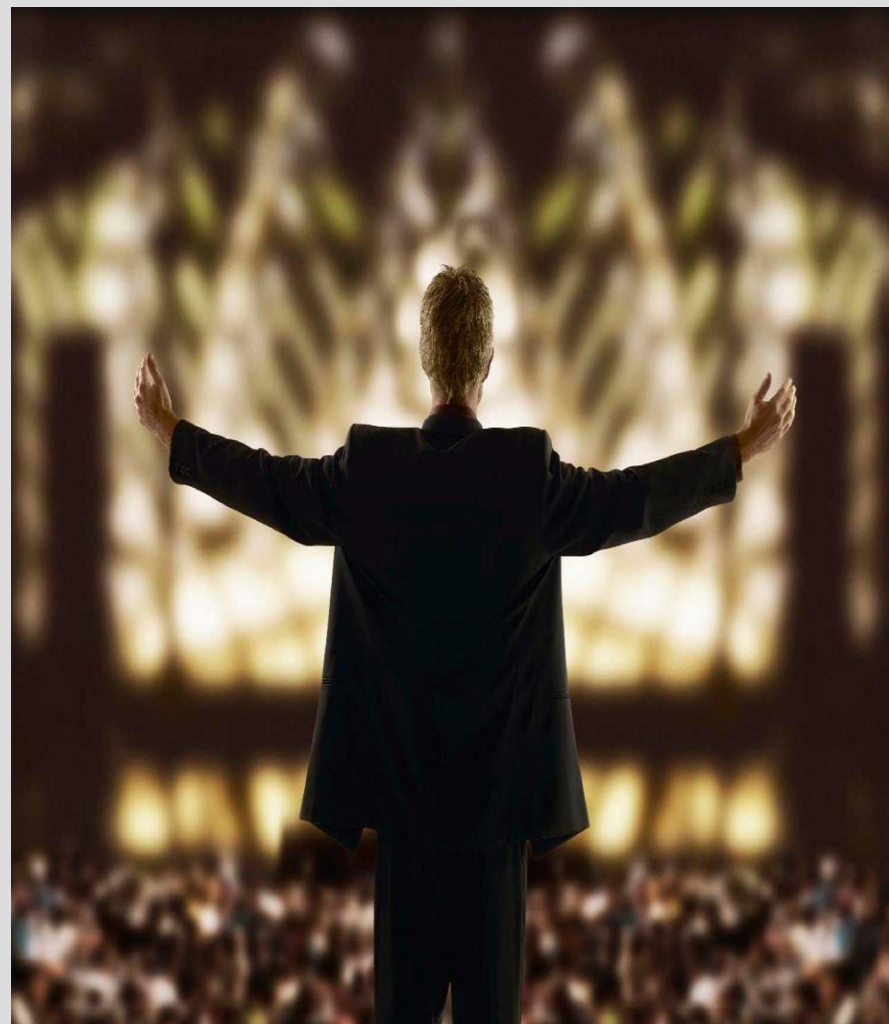
РАБОТА СО СТРАХОМ УСПЕХА

.СОЗДАТЬ В ТЕЛЕ
ЯКОРЬ НА
ТРАНСФОРМАЦИЮ
ЭНЕРГИИ СТРАХА В
ЭНЕРГИЮ
ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛЕЙ



РАБОТА СО СТРАХОМ УСПЕХА

ПРИНЯТЬ И
ОСОЗНАННО «ИДТИ
НА СТРАХ»



ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ

1. Работа со страхами:

Медитация « Подружись со страхом» - 4-5 раз

Медитация «Якорь» - 4-5 раз

2. Продолжаем вести Дневник самонаблюдения и работать с идеализациями

• Приложения: медитация «Якорь», медитация «Подружись со страхом»