

Dr.MHOM™

นักเขียนหนังสือขายดี 'วิธีสร้างดัชนีชีวิตความสำเร็จ'
ที่สะท้อนศักยภาพอันซ่อนเร้นในตัวบุคคล
นำไปใช้ได้ผลจริง

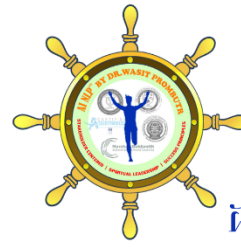


พิมพ์ครั้งที่ ๑๐

หนังสือการ
จัดการที่
ผสมผสานทั้ง
แ่งมุม Spirit,
Mind, Body

วิธี **ก้าว** จากปัจจุบัน ...

... **ข้าม** ไปถึงฝันที่ไกล



1 นาที อาภาธรรมของหลากรา

Life Alignment
by Dr. Waat Prombutr

TRANSFORM YOUR WORK/LIFE INTEGRATION

ฝันให้ไกล ไปให้ถึง ใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่

กฎของธรรมชาติ มีอยู่ว่า ... 'ทุกอย่างก้าวที่เดินไปข้างหน้า
ทำให้ระยะทางมุ่งเป้าหมายเหลืออันลวง'

สำหรับผู้ที่มีการอารมณ์ไม่มั่นคง และต้องการหาวิธีการ
จัดการกับอารมณ์นั้นให้หมดสิ้นไป สามารถใช้วิธีที่
นักจิตวิทยาได้ทำการทดลอง และได้ผลการทดลองเป็นอย่างดี
วิธีกรนี้มีชื่อว่า 'การกำจัดความอ่อนไหวทางอารมณ์อย่างเป็น
ระบบ' หรือ การสร้างมโนภาพ หรือการสร้างภาพในใจเชิงบวก
แบบที่ทำโครงสร้างเอาไว้ ทำให้ผู้ที่ประสบปัญหาสามารถแก้ไข
ปัญหาของตนได้ และช่วยให้ผู้ที่ต้องการความสุข ความสำเร็จ
สามารถลงมือและได้ผลงานตามปรารถนาเพราะภาพในความคิด
นี้มีผลกระทบต่อเซลล์ทุกเซลล์ในร่างกาย

ต่อไปนี่คือข้อแนะนำใน การกำจัดความอ่อนไหวทาง
อารมณ์อย่างเป็นระบบ โดยหาที่สงบ **เขียนสรุปสิ่งที่ปรารถนา
จากนั้นนำมาอ่านซ้ำๆ** ประโยคที่เขียนต้องมีลักษณะดังนี้

๑. ใช้วลี หรือประโยคที่เป็นบวก ๒. ใช้ประโยคที่สมเหตุ สมผล
๓. ใส่รายละเอียดในมโนภาพอย่างเจาะจง ๔. ใช้เวลาเพียงพอในการ
สร้างความรู้สึกประหนึ่งเรื่องี่ปรารถนาเกิดขึ้นแล้ว ๕. ลงมือปฏิบัติ
อย่างจริงจัง