www.takbook.com

در مخفی: دریچه ای برای ورود مجدد به قلب کسی که دوستش داری...

محمد امین عرفانی زاده

مدرس موفقیت، هیپنوتراپی و کارشناس ارشد خانواده درمانی

آبانماه 1397

www.daremakhfi.com

www.takbook.com

درود بر تو دوست عزیز و دوست داشتنی،

ازت میخوام یه نفس عمیق بکشی و کاملا آروم و ریلکس باشی... چون قراره به کمک هم، پارتنر و عشق سابقت رو دوباره برگردونیم.

تکنیک هایی که قراره در این کتاب الکترونیکی بهت آموزش بدم، به افراد بسیار زیادی جواب داده، و به زودی قراره به امید خدا به تو هم جواب بده.

هیچ اهمیتی نداره که الان، به واسطه ی کات شدن رابطه و این جدایی که اتفاق افتاده چقدر حس و حالت بده...

اینکه چه اتفاقات ساده یا پیچیده ای در رابطه ات افتاده و باعث شده که رابطه ات کات بشه هیچ اهمیتی نداره...

اگر دقیقا به چیزی که بهت آموزش میدم عمل کنی، به امید خدا می تونی برگ این بازی رو برگردونی و کاری بکنی که پارتنر و عشق سابقت دوباره برگرده.

من محمد امین عرفانی زاده هستم، کارشناس ارشد خانواده درمانی و مدرس موفقیت و کارآفرینی.

دوست من، نمی دونی چقدر خوشحال هستم از اینکه می دونم در زمانی که مطالعه ی این کتاب الکترونیکی کوتاه رو تموم میکنی چقدر حس و حالت به شکل بهتری تغییر میکنه، احساس آرامش میکنی و به امید خدا به کمک اجرای تکنیک هایی که بهت آموزش میدم به یکی از مهمترین خواسته ها و آرزو هایی که در این برهه ی از زندگی خودت داری، دست پیدا می کنی: **جذب مجدد کسی که دوستش داری و نفوذ دوباره به قلبش.**

برای جذب مجدد پارتنرت، کاری که باید بکنی اینه که دوباره جرقه های عشق و علاقه رو در قلب پارتنرت روشن کنی و در عین حال کاری بکنی که میزان ترس و تردید موندن در رابطه، در نظر پارتنرت به حداقل برسه و در عین حال ترس ترک رابطه در نظر و ذهن پارتنرت افزایش پیدا کنه.

چه موقع این اتفاق رخ میده؟ وقتی که جرقه های عشق و علاقه دوباره در قلب پارتنرت زده بشه و حس کنه که درست مثل روزهای اول رابطه که عاشق همدیگه بودین، پارتنرت بهت علاقه داره.

قبل از اینکه به سراغ فرمولی بریم که می تونه دوباره عشق سابقت رو وارد زندگی تو کنه، دوست دارم در مورد نکته ی جالبی باهات صحبت کنم.

یادمه از خیلی قبل تر از اینکه بخوام کار خودم رو در زمینه ی آموزش موفقیت و قانون جذب شروع کنم... همیشه یه خط قرمز توی آموزش های تمام اساتید موفقیت و قانون جذب و تقریبا اکثر مشاورهایی که می شناختم وجود داشت...

وقتی به بحث روابط عاطفی، عشق و ... می رسیدیم تقریبا همه ی اساتید یک شعار داشتن: نمی تونی به کمک تکنیک های موفقیت و قانون جذب یه شخص به خصوص رو جذب کنی و باهاش وارد رابطه ی عاطفی بشی...

یا حتی از اون بدتر... هرگز نمی تونی یه رابطه ی کات شده رو دوباره درستش کنی...

اگه رابطه ات کات شده، باید به دنبال جذب یه آدم جدید باشی... چون هیچ راهی برای جذب دوباره ی پارتنرت، عشقت و کسی که باهاش توی رابطه ی عاطفی بودی، وجود نداره...

یکی از بزرگترین درس هایی که توی زندگیم گرفتم اینه دوست من که همیشه فقط به ندای قلبت گوش کن... اگه توی محیطی هستی که همه بهت میگن نمیشه... نمی تونی فلان کار رو انجام بدی... نمی تونی توی این شرایط اقتصادی کسب و کار خودت رو راه اندازی کنی و پولدار بشی... توی فلان محیط اجتماعی یا کشور نمیذارن رشد کنی... یا هر حرف منفی و نا امید کننده ی دیگه... قبل از اینکه به این حرف ها گوش کنی و اونها رو باور کنی، به ندای قلبت گوش کن... چون قلبت بهت میگه این حرف ها درست نیست، واقعیت نداره...

www.takbook.com

بهش اعتماد کن...

قلبت و ندای درونیت همیشه داره تو رو به سمت چیزی که میخوای هدایت میکنه.

می دونی چرا این رو بهت میگم؟

چون جهان هستی و این دنیایی که ما توش زندگی می کنیم یه قانون بی برو برگرد داره... قانون اینه:
اگه بتونی چیزی رو در ذهنت باور کنی، حتما واست اتفاق می افته...

حتی اگه کل دنیا بهت بگن که نمیشه و هیچ ایده ای هم نداشته باشی که چطوری می تونی انجامش بدی...

این موضوع رو بعدا در ادامه کتاب، بیشتر واست توضیح می دم که دقیقا چگونه این اتفاق رخ میده. اما فعلا این قانون بدون نقض جهان هستی رو در ذهنت داشته باش...

و شاید واست جالب باشه دوست من که این قانون، در مورد روابط عاطفی هم هیچ استثنایی نداره... با کمال تاسف میخوام بهت بگم که تمام حرف هایی که تا الان در مورد شکست عشقی و روابط عاطفی بهت گفتن دروغ محض بوده...

اگه بهت گفتن وقتی رابطه ی تو کات شده، باید دیگه عشقت رو... پارتنرت رو... کسی رو که باهاش توی رابطه ی عاطفی بودی رو فراموش کنی... این حرف دروغ بوده و واقعیت نداره...

اگه بهت گفتن راهی برای ترمیم رابطه ی کات شده ات نیست... این حرف کاملا غیر علمی و دروغه!

بذار واست مثال بزنم...

اگه به دو قرن قبل برگردیم... زمانی که مثلا چیزی به اسم تلفن همراه ماهیت و وجود خارجی نداشته... و تو بیای و با متخصص ترین های اون زمان در مورد تلفن همراه... ویژگی های اون و اینکه مثلا می تونی به کمک تلفن همراه با یه فردی در اون سر دنیا ارتباط برقرار کنی و حرف بزنی... باهاش صحبت کنی، چی بهت میگن؟

میگه امکان نداره... دروغه!

ازت میخوام که بهش فکر کنی.

اما زمانی فردی پیدا شده که این دروغ رو باور نکرده. به ندای قلبش گوش داده تا مسیر رسیدن به این خواسته رو بهش نشون بده...

و الان چی می بینیم؟

همه ی ما حداقل یکی از این تلفن های همراه رو داریم که به کمکش می تونیم با هر نقطه ای از کره ی زمین تماس بگیریم و در کمتر از چند ثانیه ارتباط برقرار کنیم.

و خبر خوبی که الان واسه ی تو دارم اینه دوست من: که علم روانشناسی و تحقیقات علمی ثابت کرده که بیش از 93 درصد رابطه هایی که کات میشن و به جدایی میرسن، این امکان رو دارن که دوباره ترمیم بشن :)

اما قبل از اینکه به سراغ روش جذب مجدد کسی که عاشقش بودی بریم، دوست دارم یک سوال مهم از خودت بپرسی:

www.daremakhfi.com

www.takbook.com

آیا ارزشش رو داره؟ آیا واقعا تلاش برای برگردوندن پارتنرت کارت درستیه؟

قبل از این که به سراغ فرمول سه مرحله ای بریم که می تونه بهت کمک کنه دوباره عشق سابقت رو به زندگی خودت و رابطه ی عاطفی با خودت جذب کنی، لازمه که قبلش در مورد این موضوع صحبت کنیم که آیا تو و فردی که باهاش توی رابطه ی عاطفی بودی، واقعا برای همدیگه ساخته شدین؟

می دونی چرا این سوال رو ازت می پرسم؟ چون اصلا دوست ندارم که از تکنیک هایی که در ادامه بهت آموزش میدم، استفاده کنی، چند ماه بیشتر با پارتنرت رابطه ی عاطفی داشته باشی و دوباره رابطه ی عاطفی تو به جدایی و کات شدن برسه!

الان که احتمالا به تازگی رابطه ی عاطفی خودت رو از دست دادی... احساسات شدیدی رو داری تجربه می کنی... و همین احساسات شدید و قوی می تونه باعث میشه که صرفا از روی ترس و حس از دست دادن و میل و انگیزه های منفی، دوست داشته باشی که پارتنرت دوباره برگرده...

شاید فکر می کنی کسی که از دستش دادی، تنها کسی بوده که در کنارش احساس خوشبختی میکردی... دیگه نمی تونی فرد مناسبی رو واسه داشتن یک رابطه ی عاطفی سالم و شاد پیدا کنی یا هر دلیل منفی و نشات گرفته از حس ترس و از دست دادن دیگه...

واسه ی همین، قبل از هر چیزی دوست دارم بهت کمک کنم... بهت معیار بدم تا خودت قضاوت کنی که آیا تو و عشق سابقت واقعا برای همدیگه ساخته شدین... آیا تلاش تو برای جذب دوباره ی پارتنرت کار درستیه؟ یا نه بهتره که این آدم رو فراموش کنی...

آیا واقعا عاشق پارتنر قبلیت هستی؟

ببین دوست من، ذات انسان اینطوری هستش که وقتی که چیزی رو نداره... وقتی نمی تونه چیزی رو داشته باشه، میلش برای داشتن اون چیز به خصوص چند برابر میشه...

حالا که رابطه ی عاطفی تو کات شده و تو پارتنرت رو نداری... دلیل اینکه میخوای دوباره برگرده، اینه که واقعا عاشقش هستی، یا صرفا چون در حال حاضر نمی تونی داشته باشیش، میل و انگیزه تو واسه ی داشتنش و جذب دوباره اش چند برابر شده؟

آیا آینده ی مشترکی رو با پارتنرت می بینی؟

چه باور بکنی چه نه، من مراجعینی رو داشتم که واقعا خیلی احساس نمی کردن که آینده ی مشترک یا هدف مشترکی در آینده با پارتنر قبلی خودشون داشته باشن... اما به شدت تلاش می کردن... خودشون رو به آب و آتش میزدن که کاری کنن که دوباره عشق شون برگرده...

www.takbook.com

حقیقت اینه که بعضی وقت ها عشق موقتی و بعضی جاذبه های مقطعی، چشم فرد رو به روی حقیقت میبنده... و باعث میشه برای چیزی تلاش کنی که واقعا هیچ هدف دراز مدتی واسش نداری...

شاید بهتر باشه که واضح تر سوالم رو ازت بپرسم... آیا پارتنر قبلی تو...کسی که داری تلاش می کنی تا دوباره برگرده، این پتانسیل رو داره که به همسر تو تبدیل بشه؟... آیا کسی هست که بخوای باهاش ازدواج کنی؟

زمانی که با هم در رابطه ی بودین، میزان جر و بحث تون چقدر بوده؟

تحقیقات علمی نشون داده که بحث و گفت و گو های هر ازگاهی، می تونه به سلامت و ایجاد ارتباط بین زوجین یک رابطه کمک کنه و عشق میان زوجین رابطه رو بیشتر کنه.

اما اگر میزان این جر و بحث ها و دعواها، از یه حدی بیشتر شد... این نشون میده که مشکلی در اون رابطه وجود داره و رابطه اونطوری که باید پیش بره، پیش نمیره...

زمانی که با هم توی رابطه بودین، معمولا چه مدت یک بار، دعوا و جر و بحث داشتین؟ بیشتر این بحث ها سر چه موضوعاتی بوده؟ این جر و بحث ها چقدر جدی و ادامه دار بوده؟

اگر هر روز سر یه موضوع با پارتنر قبلی خودت دعوا و بحث داشتی، آیا واقعا خیلی دوست داری که دوباره برگرده؟

دوره ی آموزشی- دانلودی در مخفی: دریچه ای مجدد به قلب کسی که دوستش داری...

برای کسب اطلاعات بیشتر **کلیک** کنید: فرمولی گام به گام، تضمینی و تست شده برای جذب دوباره ی کسی که دوستش داری و ترمیم رابطه ی کات شده!

اگر زمان زیادی فقط و فقط بر سر یک مشکل تکراری با هم بحث داشتین، آیا واقعا دوست داری که پارتنرت دوباره برگرده؟

دوست من لازمه که از خودت بپرس که چرا واقعا دوست داری که پارتنرت برگرده... و به این سوال پاسخ بدی.

آیا در رابطه ی قبلی شما دو نفر مشکل ریشه ای و اساسی بوده که حل نشده باقی مونده باشه؟

اگر مشکلی در رابطه ی قبلی شما دو نفر بوده که همیشه موضوع بحث شما بوده... باید از خودت یه سوال مهم بپرسی! آیا واقعا این مشکل حل شدنیه؟

شاید به هر دلیلی بارها شریک عاطفی تو بهت خیانت کرده... یا رفتاری رو از پارتنرت دیدی که کاملا ضد معیارهای ارزشی تو هست ولی این رفتار بارها و بارها اتفاق افتاده... توی چنین شرایطی باید از خودت بپرسی که آیا این مساله واقعا قابل حل شدن هست؟

یا مثلا اگر با عشق سابقت در مورد آینده ی رابطه تون صحبت کردی و فهمیدی که طرف مقابلت کلا دوست نداره در زندگی آینده ی خودش فرزند داشته باشه و تو عاشق بچه دار شدن باشی... آیا این مساله در آینده قابل حله؟

فکر می کنم این سوالات تا یه حدی تو رو به فکر فرو برده باشه و باعث شده باشه که با دقت بیشتری، دوباره به تصمیمی که گرفتی، فکر کنی...

تا ببینی واقعا ارزشش رو داره که برای برگردوندن پارتنرت تلاش کنی یا نه...

www.takbook.com

اگر به اینجا رسیدی خیلی خوشحالم... چون این تردید، و تصمیمی که بعد این تردید میگیری تصمیم منطقی تری هستش که ریشه در ترس و احساس از دست دادن نداره و یک هدف دراز مدت تر رو دنبال میکنه...

بسیار عالی...

اما اگه تو دوست خوبم تا ایجای این کتاب الکترونیکی رو مطالعه کردی و همچنان با انگیزه و انرژی هستی و دوست داری یاد بگیری که چگونه می تونی دوباره عشق سابق و پارتنر قبلیت رو به زندگی خودت جذب کنی... خیلی خوشحالم که بهت بگم می تونم در این زمینه بهت کمک کنم.

قبل از اینکه به سراغ فرمول سه مرحله ای بریم که می تونه بهت کمک کنه دوباره عشق سابقت رو به زندگی خودت جذب کنی، لازمه به چهار نکته مهم، توجه کنی که می تونه این مسیر رو واست تسهیل کنه و خیلی راحت تر به این خواسته و هدفی که داری، دست پیدا کنی.

نکته اول: فعلا هیچ بهانه ای برای بدتر کردن اوضاع به دست پارتنرت نده

به خاطر تمام مواردی که به صورت خودآگاه یا ناخودآگاه رخ داده و باعث کمتر شدن میزان جذابیت شما در نظر پارتنرت شده، احتمالا پارتنرت کلی دلیل به ظاهر منطقی در ذهنش چیده که چرا دیگه نباید توی این رابطه بمونه و باید تو رو ترکت کنه.

شاید به اندازه ی کافی بهش فضا نداده باشی... شاید حس کرده که آزادی اش رو از دست داده... شاید بیش از حد بهش وابسته شده بودی، یا هر دلیل دیگه ای...

www.takbook.com

زمانی که رابطه ی شما کات شده، باید به پارتنرت نشون بدی که تو مانع خواسته های پارتنرت نیستی و تو و پارتنرت توی میدون جنگ نیستین!

چطوری می تونی چنین حسی رو به پارتنرت منتقل کنی؟

لازمه که 30 روز به صورت کامل از زندگی پارتنرت، خودت رو حذف کنی.

این بخش رو مفصلا در بخش اول فرمول سه مرحله ای در مخفی، در موردش صحبت می کنم و بهت آموزش میدم که دقیقا چگونه می تونی از این تکنیک برای جذب دوباره ی پارتنر قبلی خودت استفاده کنی.

زمانی که به کمک این تکنیک، خودت رو از زندگی پارتنرت حذف میکنی و بهش فضا میدی، پارتنرت کم کم حس میکنه که دلش واست تنگ شده.

با مرور زمان این حس دلتنگی، خیلی شدیدتر میشه و کاملا ناخودآگاه باعث میشه که توجه پارتنرت از ترس هایی که نسبت به موندن در رابطه داشته برداشته بشه، اتفاق های بدی که قبل از کات شدن رابطه بین شما دو نفر افتاده رو فراموش کنه و نوستالژی ها و خاطرات خوبی که با هم داشتین رو در ذهن خودش به یاد بیاره و بر این احساسات خوب تمرکز کنه.

این تغییر حس و حال، کاملا ناخودآگاه باعث میشه که پارتنرت حس کنه تصمیمی که برای کات شدن رابطه گرفته کاملا اشتباه بوده و دوست داره که دوباره به تو و رابطه ی عاطفی با تو برگرده.

نکته دوم: سعی کن پیش بینی نشده ظاهر بشی!

وقتی در تعامل و برخورد با پارتنر قبلی خودت به گونه ای ظاهر میشی که انتظارش رو نداره، فورا بازی عوض میشه و برگ برنده به دست تو داده میشه.

نکته سوم: درک حس سردگمی پارتنرت بعد از کات شدن رابطه

اگر دقیقا از فرمول سه مرحله ای که در ادامه بهت آموزش میدم استفاده کنی، به راحتی می تونی کاری بکنی که پارتنرت دوباره به تو و رابطه ی عاطفی با تو برگرده، و این کار رو به راحت ترین و سریع ترین حالت ممکن (در مقایسه با هر روش دیگه ای) می تونی انجام بدی.

www.daremakhfi.com

www.takbook.com

چرا؟

زمانی که بلافاصله بعد از کات شدن رابطه، دقیقا بر خلاف چیزی عمل میکنی که پارتنرت انتظارش رو داشته، پارتنرت وارد حس و حالی میشه که من بهش میگم **دوره ی سردگمی!**

یعنی چی؟

یعنی به تصمیمش برای کات کردن رابطه شک میکنه... حس میکنه تو رو واقعا از دست داده و این خیلی واسش دردناک و حسرت بار میشه... حس تنهایی و نبود تو براش قابل لمس میشه و خیلی آزارش میده.

در این دوره ی زمانی، پارتنرت احساس می کنه زمانی که تو در زنگیش بودی و با هم در رابطه ی عاطفی بودین، خیلی زمان بهتری بود و بیشتر بهش خوش میگذشت و بیشتر از زندگی خودش (در کنار تو) لذت می برد...

وقتی که باعث میشی پارتنرت با یک ذره بین هر اتفاقی که در نبود تو در زندگیش رخ میده رو ببینه و شاید چند برابر بیشتر تاثیرش رو حس کنه، به تصمیمی که گرفته شک میکنه!

بعدش؟

حس میکنه بعد از کات کردن رابطه با تو، اوضاع و شرایط اصلا به شکلی که فکرش رو میکرد یا حتی واسش برنامه ریزی کرده بود، پیش نرفته.

حس میکنه بعد از رفتن تو، واقعا تنها شده و درک میکنه که با کات کردن با تو چه گوهر ارزشمندی رو در زندگی خودش از دست داده.

در این برهه ی زمانی، پارتنرت کاملا ناخودآگاه تمام جنبه های زندگی خودش رو با زمانی که با تو در رابطه ی عاطفی بود مقایسه میکنه.

مسلما نیازی به گفتن این نکته نیست، که نتیجه ی نهایی این مقایسه اینه که حس میکنه خیلی واست دلش تنگ شده و خیلی دلش میخواد که تو و تمام حس خوبی که با هم داشتین رو دوباره داشته باشه.

www.daremakhfi.com

www.takbook.com

دوست من شک نکن که تمامی این احساسات و تجربیات رو پارتنرت در این بازه ی زمانی حس میکنه (به شرطی که دقیقا به چیزی که بهت آموزش میدم، مو به مو عمل کنی).

شاید با خودت فکر کنی: نه بابا... حتما با دوستاش میره و حسابی خوش میگذرونه و اصلا فکری به من نمیکنه...

بهم اعتماد کن دوست من، پارتنر تو هم دقیقا همین حس و حال و درد و رنجی که تو داری از کات شدن رابطه حس میکنی رو تجربه میکنه، فقط این تفاوت ممکنه بین شما دو نفر وجود داشته باشه که پارتنرت سعی میکنه وانمود کنه همه چیز رو به راهه و هیچ اتفاقی رخ نداده.

بهت تضمین میدم که بعد از کات شدن رابطه، پارتنرت هم خیلی حساس و شکننده شده، اما سعی میکنه این احساساتی که داره تجربه میکنه رو به شکل دیگه ای بروز بده.

آگاهی از این شرایط و تجربیات می تونه به راحتی تو رو پیروز این میدون کنه و دوباره پارتنرت رو به زندگی و رابطه ی عاطفی با تو برگردونه.

دوره ی آموزشی- دانلودی در مخفی: دریچه ای مجدد به قلب کسی که دوستش داری...

برای کسب اطلاعات بیشتر **کلیک** کنید: فرمولی گام به گام، تضمینی و تست شده برای جذب دوباره ی کسی که دوستش داری و ترمیم رابطه ی کات شده!

نکته چهارم: باید طوری رفتار کنی که پارتنرت حس کنه موفق شده دوباره تو رو به دست بیاره...

اگر آموزش های ویدیویی من رو با نام **در مخفی** دیده باشی، حتما میدونی که من چه باوری نسبت به نحوه ی شکل گیری رابطه دارم...

جذابیت و علاقه ی بین دو نفر باید کاملا طبیعی شکل بگیره و ایجاد بشه.

بنابراین، تنها زمانی پارتنرت مشتاقانه دوست داره که برگرده و به رابطه ی عاطفی با تو ادامه بده که احساس کنه دوباره بهت علاقه مند شده و دوباره جذب و شیفته تو شده.

یادت نره دوست من، برای ایجاد دوباره ی این عشق و علاقه نمی تونی با صحبت کردن با پارتنرت این حس رو درش ایجاد کنی، تنها روشی که بهت کمک میکنه که این عشق و علاقه رو دوباره به صورت طبیعی در پارتنرت ایجاد کنی، فرمول سه مرحله ای هست که در ادامه بهت آموزش میدم.

این فرمول باعث میشه که پارتنرت احساس کنه که، اگرچه که تو واقعا دوستش داشتی، عاشقش بودی و بهش توجه میکردی... اما پارتنرت، کسی بود که باهات کات کرد و به خاطر این رفتار نامطلوب ارزشش در نظر تو کم شده، پس حالا باید کاری بکنه که بتونه دوباره نظر تو رو جلب کنه و دوباره به دستت بیاره.

باید کاری بکنه که بتونه دوباره جایگاه قبلی خودش رو در نگاه و قلب تو به دست بیاره.

دوست من یادت نره، افرادی که دچار شکست عشقی میشن دو دسته هستن:

افرادی که فقط سعی میکنن که دوباره عشق سابق و پارتنر قبلیشون رو برگردونن و افرادی که واقعا با قدرت این کار رو انجام میدن.

راز دسته ی دومی بودن اینه که بدونی در زمان وقوع و بعد از این اتفاقی که افتاده (رابطه ی کات شده) در ذهن پارتنرت چه خبره و چی داره توی سرش میگذره...

بسیار عالی، اما اگر موافقی به سراغ فرمول سه مرحله ای خودمون بریم و سه گامی که می تونه دوباره پارتنرت رو وارد زندگی تو کنه رو با هم مرور کنیم...

www.takbook.com

تحقیقات علمی و آزمایش های دانشمندانی که روی روابط بین فردی زوجین کار میکنن نشون داده، که برای ترمیم یک رابطه ی کات شده و جذب دوباره ی فردی که رابطه ی تو رو ترک کرده و به اصطلاح باهات کات کرده... باید سه مرحله رو طی کنی:

ریکاوری، ایجاد رابطه ی مجدد و ایجاد عشق و علاقه ی مجدد.

به همین راحتی دوست من!

این سه مرحله می تونه به امید خدا، دقیقا همون چیزی رو بهت بده که به دنبالش هستی. این سه مرحله می تونه کاملا علمی و حساب شده کاری بکنه که عشقت دوباره به آغوش تو و رابطه ی با تو برگرده...

این سه مرحله می تونه دوباره طعم عشق و علاقه و شادی رو به رابطه ی تو برگردونده...

مرحله ی اول: ریکاوری

اگر زمان زیادی از کات شدن رابطه ی عاطفی تو نگذشته باشه، احتمالا الان از نظر احساسی، حس و حال پایداری رو تجربه نمی کنی...

شاید یه لحظه داری به این فکر می کنی که چی شد که عشقت رابطه ی تو رو کات کرد و رفت... کجا رو اشتباه رفتی که اینطوری شد...

دوره ی آموزشی- دانلودی در مخفی: دریچه ای مجدد به قلب کسی که دوستش داری...

برای کسب اطلاعات بیشتر **کلیک** کنید: فرمولی گام به گام، تضمینی و تست شده برای جذب دوباره ی کسی که دوستش داری و ترمیم رابطه ی کات شده!

www.daremakhfi.com

www.takbook.com

یه دقیقه دیگه داری به خاطره های قشنگی که با هم داشتین... به روزای خوبی که توی رابطه تون داشتین فکر می کنی و حس می کنی که دلت خیلی واسه ی پارتنرت تنگ شده... حس می کنی دلت پر میزنه که صداشو بشنوی یا یه بار دیگه ببینیش...

و یک دقیقه بعد دوباره به نبودش و اینکه تو رو بدون هیچ دلیل منطقی رها کرد و رفت فکر میکنی و حس خشم و ناراحتی وجودت رو میگیره...

درسته یا نه دوست من؟

معمولا چنین شرایط شدید احساسی می تونه باعث بشه که منطقی ترین فرد هم رفتارهای نسنجیده و حساب نشده ای رو از خودش نشون بده... و این کاملا طبیعیه دوست من...

اکثر افرادی که دچار شکست عشقی میشن و در چنین شرایطی قرار میگیرن... توی این مرحله ی حساس، دقیقا کارهایی رو انجام میدن که نباید اون رو انجام بدن! از روی احساسات لحظه ای که در هر لحظه تجربه اش میکنن، تصمیم میگیرن و اقدام میکنن...

نکته ی مهم اینجاست دوست من که چه دوست داشته باشی که پارتنرت برگرده، چه بخوای که برای همیشه فراموشش کنی، باید مرحله ی ریکاوری رو به خوبی انجام بدی.

چون به نوعی این مرحله ی زیربنای ادامه ی زندگی شما هست و نقش خیلی مهمی رو می تونه واست به همراه داشته باشه.

بسیار عالی، اما چگونه می تونی این مرحله رو با موفقیت پشت سر بگذاری؟ برای مرحله ی ریکاوری چه کارهایی رو لازمه که انجام بدی؟

گام اول: تکنیک ارتباط ممنوع

دوست من اولین کاری که برای ریکاوری لازمه انجام بدی، اینه که حداقل به مدت 30 روز هیچ ارتباطی با پارتنر قبلی خودت نداشته باشی. نه تماس تلفنی، نه اس ام اس، نه ملاقات حضوری... هیچی!

لازمه که به مدت 30 روز تمامی راه های ارتباطی خودت (به هر شکلی) رو با پارتنرت قطع کنی و در این بازه ی زمانی خودت رو به صورت کامل از زندگی عشق سابقت حذف کنی.

گام دوم: حذف موقت هر چیزی که تو رو یادت عشق سابقت میندازه

در دوره ی ریکاوری اصلا قرار نیست که به یاد پارتنرت باشی و مدام به خاطراتی که با هم داشتین فکر کنین...

من درک می کنم که چقدر پارتنرت رو دوست داری یا اینکه چه خاطرات خوب و قشنگی رو با هم داشتین، اما دوست من اگر واقعا دوست داری کاری بکنی که دوباره رابطه ی عاطفی شما دو نفر یک شانس مجدد داشته باشه، اولین کاری که الان باید انجام بدی اینه که هر چیزی که تو رو به یاد پارتنرت میندازه بگذاری کنار... جایی که فعلا در دسترس و معرض دیدت نباشه.

عکس های مشترک، کادوهایی که به هم دادین، هر یادگاری و هر چیزی که می تونه تو رو یاد پارتنرت بندازه رو در یک جعبه قرار بده و اون رو جایی بذار که به راحتی نتونی بری سراغش و بهش دسترسی داشته باشی...

حتی می تونی این جعبه رو برای مدت کوتاهی به دوستی بدی که بهش اعتماد داری و بعدا مجددا این جعبه ی خاطرات رو ازش پس بگیری.

دوست من این گام شامل مرور اس ام اس هایی که به هم دادین، سرک کشیدن به اینستاگرام عشق سابقت و ... هم میشه. تمامی این کارها توی این بازه ی زمانی یک ماهه ممنوعه!

www.daremakhfi.com

www.takbook.com

حتی می تونی شماره پارتنرت رو روی یک برگه ی کاغذ یادداشت کنی و بعد شماره اش رو از لیست مخاطبانت در گوشی پاک کنی تا تحت هیچ شرایطی در این بازه ی یک ماهه، وسوسه نشی که بهش زنگ بزنی یا پیام بدی.

گام سوم: زمانت رو پر کن

گام بعدی ای که حتما در مرحله ی ریکاوری باید انجام بدی اینه که زمانت رو با یک سری کارهای مشخص و هدفمند پر کنی و هرگز اجازه ندی که به خصوص در این بازه ی یکماهه زمان خالی زیادی داشته باشی. چرا؟

کاملا مشخصه دوست من!

زمان خالی یعنی فکر کردن به گذشته... یعنی فکر کردن و غصه خوردن بابت کات شدن رابطه... یعنی ریکاوری نکردن!

سعی کن در این بازه ی یک ماهه زمانت رو با دوستان بگذرونی، بری بیرون با اونها و زمان شادی رو سپری کنی...

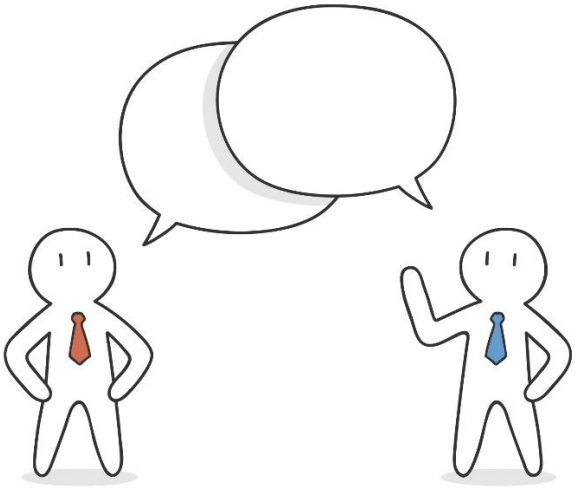
می تونی به باشگاه بری و ورزش کنی... می تونی یک هدف یا سرگرمی جدید واسه ی خودت تعیین کنی و زمانت رو به خلق این هدف جدید یا یادگیری سرگرمی و مهارت جدیدی که دوست داری و انتخابش کردی، اختصاص بدی...

یا حتی می تونی زمان بیشتری رو به کارت یا درست اختصاص بدی...

دوست من تمامی اقداماتی که در بخش ریکاوری با هم مرور کردیم بهت کمک میکنه که دوباره خودت رو پیدا کنی، روحیه ات بسازی و پرارژی و پر قدرت به سراغ سایر مراحل جذب مجدد پارتنرت بری.

این گام و تمرین هایی که در بخش ریکاوری انجام میدی باعث میشه که پارتنرت احساس کنه دلش واست تنگ شده و خیلی دلش میخواد که دوباره تو رو ببینه. حتی باعث میشه که پارتنرت به تصمیمی که برای کات کاردن رابطه اش با تو گرفته شک کنه. که آیا واقعا کار درستی کرده، تصمیم درستی گرفته یا نه...

پس سعی کن در این یک ماه به جای ناراحتی و غصه خوردن تا جایی که می تونی روی خودت کار کنی... بگی، بخندی و از زندگیت لذت ببری و آماده ی مرحله ی بعدی بشی...



www.daremakhfi.com

www.takbook.com

مرحله ی دوم: برقراری مجدد رابطه

دوست من هدفی که در این بخش داریم اینه که به آرومی مجددا ارتباطت رو با پارتنر قبلی خودت ایجاد کنی.

مسلما همونطوری که می دونی برای شروع رابطه ی مجدد با پارتنرت نمی تونی با درخواست کردن ازش بخوای که دوباره برگرده.

برای اینکه بتونی این مرحله رو با موفقیت انجام بدی لازمه به دو اصل خیلی مهم توجه داشته باشی:

اصل اول: باید کاری بکنی که پارتنرت دلش واست تنگ بشه

تا زمانی که پارتنرت حس نکنه که واقعا دلش واست تنگ شده و خودش دلش میخواد که تو دوباره بهش برگردی، هرگز به تو و رابطه ی مجدد با تو برنمی گرده.

اگر قانون ارتباط ممنوع که در بخش قبلی در موردش با هم صحبت کردیم رو به خوبی انجام داده باشی، در این مرحله خیلی جلو هستی و پارتنرت در قلبش، نبود تو رو حس میکنه و این دلتنگی که بهش نیاز داریم تا حد قابل قبولی شکل گرفته.

اصل دوم: برای تعامل مجدد، باید پلن و برنامه ریزی داشته باشی

مهمترین هدفی که در مرحله ی دوم به دنبالش هستیم، اینه که کاری بکنی پارتنرت دوباره بهت فکر بکنه و در ذهنش دید مثبتی به تو داشته باشه.

بنابراین بسیار مهمه که تمامی اقداماتی که انجام میدی... هر مکالمه ای که چه در قالب تماس تلفنی، پیامک و ... داری، دوستانه و کوتاه باشه و در عین حال حس خوبی رو به پارتنرت بده.

تمامی تلاش هایی که برای برقراری رابطه ی مجدد با پارتنرت میکنی باید به گونه ای باشه که بعد از انجامش پارتنرت حس و حال خوبی از اون تعامل و رابطه رو در خودش حس کنه.

چگونه می تونی به این هدف دست پیدا کنی؟

روش های بسیار زیادی داره...

مثلا می تونی مروری به خاطرات خوب و مشترکی که در گذشته با هم داشتین، داشته باشی...

می تونی به پارتنرت نشون بدی که تو دوباره به همون شخصیت جذابی که در گذشته داشتی که پارتنرت به خاطر همون ویژگی ها به تو علاقه مند شده بوده، برگشتی و دوباره اونها رو در خودت شکل دادی...

دقیقا به همین علت هست که در بخش اول خیلی روی رشد و بهبود فردی تاکید داشتم.

مرحله ی سوم: جذب مجدد

تا اینجا در حقیقت تو تمامی پیش زمینه هایی که برای جذب دوباره ی پارتنرت بهش نیاز داشتی رو ایجاد کردی...

یک ماه به صورت کامل از دید پارتنرت ناپدید شده بودی و پارتنرت هیچ خبری از تو نداشته و همین بی اطلاعی باعث شده که دلش واسه ی تو تنگ بشه... در مورد تو کنجکاو بشه و مدام ذهنش به سمت

www.daremakhfi.com

www.takbook.com

این سوالات بره که یعنی تو الان کجا هستی، داری چکار میکنی... چرا هیچ خبری از تو نیست... نکنه واقعا فراموشش کردی یا حتی فرد دیگه ای رو پیدا کردی و جایگزین پارتنرت کردی...

بعدش اومدی و روی خودت کار کردی...

سعی کردی احساسات منفی خودت رو، دلشکستگی هایی که داشتی رو ترمیم کنی، ویژگی های منفی ای که باعث شده بود پارتنرت دیگه میلی به تو و رابطه ی عاطفی با تو نداشته باشه رو اصلاح کنی و روی رشد و بهبود شرایط احساسی و زندگی خودت کار کنی.

تمامی این اقدامات قدم به قدم، باعث شده که کنترل بیشتری روی خودت و احساساتت داشته باشی و دوباره به همون شخصیت جذاب و دوست داشتنی ای برگردی و اون رو در خودت بسازی...

شخصیتی که در نگاه اول باعث شده بود پارتنرت توجهش به تو جلب بشه و با همدیگه وارد رابطه ی عاطفی بشین.

بنابراین هدفی که در این بخش و گام نهایی در مخفی داریم این هستش که به شرایطی برسی که مجددا بتونی یک قرار ملاقات حضوری رو با پارتنرت داشته باشی.

نکته ای که در این بخش خیلی مهمه، اینه که قرار ملاقات تو حس خوبی رو به پارتنرت بده و به دور از هر نوع گله گذاری و مطرح کردن مشکلاتی که با هم داشتین باشه.

هدف اصلی تو در این بخش اینه که چشیدن طعم دوباره ی لذت و حس خوبی که قبلا شما دو نفر در رابطه ی عاطفی تون داشتین رو مجددا به پارتنرت بدی.

در عین حال نکته ای که خیلی مهمه اینه که حتما این قرار ملاقات ها مختصر و مفید باشه.

اصلا نباید قرار ملاقات های تو خیلی مفصل بشه که پارتنرت حس کنه داری تلاش می کنی دوباره برش گردونی یا نقشه ای واسش داری.

به همین سادگی دوست من!

اما این همه ی ماجرا نیست دوست من، چون سیستمی رو واست آماده کردم که صفر تا صد این مسیر رو مو به مو و با جزییات کامل بهت نشون میده و توی این مسیر تو رو تنهت نمیذاره.

سیستمی رو واست آماده کردم که نه تنها رابطه ی کات شده ی تو رو ترمیم میکنه بلکه باعث میشه که رابطه ی جدیدی که با عشق سابقت دوباره شکل میدی، سرشار از عشق و شادی و حس اعتماد و تعهد باشه... خیلی بیشتر از چیزی که قبلا تجربه اش کردی.

واسش آماده ای؟

دوست من اگر واقعا دوست داری کاری بکنی که عشق سابقت دوباره به تو و رابطه ی عاطفی با تو برگرده و احساس می کنی که برای طی کردن این مسیر به یک نقش تضمینی و تست شده نیاز داری که صفر تا صد مسیر رو قدم به قدم بهت نشون بده می تونی از **دوره ی در مخفی** که دقیقا به همین نیت اون رو واست طراحی کردم استفاده کنی و همین حالا ثبت نام خودت رو در این دوره ی آموزشی دانلودی تکمیل کنی.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد دوره ی دانلودی در مخفی کلیک کنید

بهترین ها رو واست آرزو دارم دوست خوبم

دوستدار شما- محمد امین عرفانی زاده