



בנוגע לכסף

לשיפור היחסים עם כסף

מדריך מעשי: שינוי בארבעה ממדים

פרוטוקול מהיר לעקיפת התנגדויות המיינד ויצירת חיווט כלכלי חדש

שימו לב: מדריך זה הינו תוכן הרחבה יישומי המיועד לעבודה בשילוב עם ערכת הקלפים "בנוגע לכסף".

איך מייצרים שינוי שמחזיק מעמד?

כשאתם מרגישים שאתם רוצים לבצע שינוי בהתנהלות הפיננסית או להגדיל את ההכנסות, המיינד מפעיל לעיתים קרובות התנגדות אוטומטית מתוך צורך הישרדותי להיאחז במוכר ובידוע.

כדי לעקוף את המחסום הזה, עלינו להטמיע את התפיסה החדשה בכל **ארבעת ממדי התודעה** שלנו. תרגיל זה יאפשר לכם לקחת אמונה מאפשרת אחת מהערכה ולחווט אותה מחדש בכל רמות התפקוד שלכם.

שלב 1: בחירת אמונת המטרה

- בחרו מתוך הערכה קלף אחד של **אמונה מאפשרת ומעצימה** שאתם רוצים להטמיע כברירת המחדל החדשה שלכם.

מקום להנחת הקלף



שלב 2: עיגון השינוי בארבעת ממדי התודעה

1. הממד המחשבתי (מנטלי) שינוי התפיסה

הממד שאחראי על המילים והמשפטים שמנהלים אותנו בראש.

- **החיווט החדש:** נסחו משפט חיזוק קצר בן 3-4 מילים המבוסס על הקלף, שתגידו לעצמכם בלב בכל פעם שעולה מחשבה מעכבת:

2. ❤️ הממד הרגשי – שינוי התגובה האוטומטית

הממד שמחבר את המחשבה אל החוויה הפנימית ומנטרל את הפחד.

- **החוויה הרגשית:** עצמו עיניים לכמה שניות. איזה רגש חיובי (שקט, חופש, ביטחון או רווחה) מתעורר בכם כשאתם מדמיינים שהאמונה הזו היא כבר המציאות שלכם?

3. 🧑 הממד הגופני (פיזי) – שינוי היציבה והתנועה

הגוף משקף את התודעה. כדי לחווט רשת עצבית חדשה, עלינו לשנות את הפיזיולוגיה שלנו ברגע אמת.

- **עוגן הגוף שלי:** עמדו בפישוק קל, גב זקוף, כתפיים משוחררות לאחור, וקחו 3 נשימות עמוקות לתוך הבטן. שימו לב איך עמידה יציבה עם נוכחות וביטחון משנה מיד את התחושה הפנימית שלכם מול נושא הכסף.

4. 🧠 הממד האנרגטי (רוחני) – התמדה ללא מאמץ

הממד שקובע את התדר שלכם. המפתח כאן הוא יצירת חזרה קבועה כדי לעקוף את ההתנגדות של המיינד.

- **עוגן התדר היומי:** הניחו את הקלף במקום בולט פיזית (על שולחן העבודה, בארנק או על המקרר). הביטו בו לפחות פעמיים ביום (בבוקר ובערב) במשך 22 הימים הקרובים, כדי לאפשר לחלק הלא מודע במוח להפוך אותו לחיווט הטבעי שלכם.

חלק 3: יוצאים לדרך חדשה בשטח

כדי שלא נחזור ל"טייס האוטומטי" של האמונה המגבילה, כתבו 3 פעולות פשוטות ושימויות שאתם יכולים לעשות כבר השבוע כדי לשמר את התדר החדש ולתרגם אותו למעשים:

1.

2.

3.

כל הזכויות שמורות © 2026 אביב עגני | יועץ ומאמן לכלכלת המשפחה | מפתח ערכת "בנוגע לכסף"

טלפון: 050-9922384 | דוא"ל: avivogni@gmail.com | אתר: www.avivogni.co.il