



Маленькая книга большого счастья!



Наталья
Правдина

Все сбудется — я помогу!

**ЖЕЛАНИЕ
ИСПОЛНЕНО!**

**Маленькая
книжка для**

**БОЛЬШОГО
ВОЛШЕБСТВА**



Маленькая книга большого счастья!

Наталия Правдина

**Желание исполнено! Маленькая
книжка для большого волшебства**

«АСТ»

2015

УДК 159.9
ББК 88.3

Правдина Н. Б.

Желание исполнено! Маленькая книжка для большого волшебства
/ Н. Б. Правдина — «АСТ», 2015 — (Маленькая книга большого счастья!)

ISBN 978-5-17-094883-3

У каждого из нас есть заветные желания! Но большинство людей уверено, что чудес не бывает, что в реальной жизни желания так и остаются нереализованными. Автор этой книги, Наталья Правдина, поможет исполнить вашу мечту. Не стесняйтесь фантазировать! А после того как загадаете, откройте эту книгу. Здесь собраны техники, ритуалы и уникальные аффирмации, которые помогут привлечь счастливые стечения обстоятельств, научат вас обращать «минусы» в «плюсы», а поражения делать первым шагом к победе. Благодаря техникам Натальи Правдиной уже сотни тысяч людей поверили в волшебство! Не забудьте положить эту небольшую книгу в сумку выходя из дома, чтобы удача сопутствовала вам каждый день!!

УДК 159.9
ББК 88.3

ISBN 978-5-17-094883-3

© Правдина Н. Б., 2015
© АСТ, 2015

Содержание

На пути к счастливой судьбе!	6
Начинаем с мысли!	7
Ключи для изменения мышления	10
Перенастройте вектор движения к Счастливой Звезде	13
Программа счастливого дня	14
Практики в помощь	15
Упражнение «Новый лексикон»	15
Очищающая медитация для перерождения	15
Упражнение для избавления от установки неудачника	16
Ритуал «Я счастливчик!»	16
Сценарий «Мне везет!»	16
Талисман-малахит для привлечения счастья и удачи	16
Аффирмации в помощь	18
Освобождаемся от негативных установок!	20
Препятствия делают нас сильнее	22
Притча Леонардо да Винчи	22
Что делать с негативными эмоциями?	24
Практики в помощь	28
Упражнение «Факторы счастья»	28
Упражнение для избавления от негатива	29
Практика «Проблема – не приговор!»	30
Ритуал на прощание с прошлыми неудачами	30
Практика избавления от обид	30
Медитация с кристаллом для очищения энергии дома от негатива	31
Медитация «Внутренний свет»	32
Упражнение «Легкость»	32
Практика «Как справиться с раздражением?»	32
Медитация «Избавление от негатива окружающего мира»	33
Аффирмации в помощь	35
Учимся любить себя!	36
Конец ознакомительного фрагмента.	37

Наталья Правдина
Желание исполнено! Маленькая
книжка для большого волшебства

© Правдина Н., 2015

© ООО «Издательство АСТ», 2016

На пути к счастливой судьбе!

Величайший подарок, который вы можете предложить другим, – это самому стать счастливым и полным надежд.
Эдвард Бак

Здравствуйтесь, дорогие мои!

Продолжаем наполнять наши прекрасные дамские сумочки удачей и счастьем! У меня уже есть две книжки, которые помогут вам обеспечить приток денег в кошельки и удачу в жизнь¹. А сейчас я хочу положить в вашу сумочку еще одну книгу, которая поможет вам создать собственную волшебную палочку и с ее помощью исполнить любое желание! Секрет изготовления волшебной палочки – прост. Вам понадобятся мантры и советы древних китайских мастеров, аффирмации и настрои, работа с мыслями и подсознанием. Возьмите всего по чуть-чуть, уделите совсем немного времени, например, стоя на остановке в ожидании автобуса, или в обеденный перерыв, или перед сном, а затем просто каждый день отмечайте: «Вот, сбылось еще одно желание!»

Как вы поняли, все нужные ингредиенты для вашей волшебной палочки давно отобраны, много раз проверены, в том числе и на собственном опыте, и собраны в эту небольшую книгу. Пробежитесь по содержанию. Видите, все расписано, от задумки до исполнения, от мыли до реальной мечты все у вас в руках. Осталось только отбросить сомнения и начать действовать по заранее подготовленному плану. И не экономьте на желаниях! Смело загадывайте любовь всей жизни, большую зарплату, стройную фигуру, железное здоровье или дом на берегу океана. Вашей волшебной палочке все по силам!

Ваша Наталья Правдина!

¹ Наталья Правдина. Маленькая книжка для получения больших денег. М.: «АСТ», 2015; Наталья Правдина. Маленькая книжка для получения большой удачи М.: «АСТ», 2015.

Начинаем с мысли!

Жизнь – это зеркало, и человек видит в нем отражение всех своих мыслей.
Эрнст Холл

Приветствую тебя, мой прекрасный друг, звездный странник! Ты удивлен такому обращению? А между тем, удивляться здесь нечему, ибо сам тот факт, что ты читаешь эту книгу, уже много о тебе говорит. Почему твоя рука потянулась к этой книге? Все не так просто. Это закон подобия, закон притяжения. Скорее всего, мы встречались с тобой раньше на этой или на другой планете, в разных жизнях и разных телах.

Может быть, то, что побудило тебя взять эту книгу в руки, – это тоска по чему-то очень притягательному, давно знакомому, но что так непросто обрести здесь и сейчас на Земле.

Повинуясь этому тихому, далекому, волнующему зову, ты и потянулся за этой книгой!..

Мы встретились с тобой не рано и не поздно, так как все происходит в свое время. И теперь мы вместе с тобой отправимся к Счастливой Звезде, и я уверена, что найдем ее!

«Что же, по-вашему выходит, что все так просто, – с ехидцей спросили меня как-то на очередном телевизионном интервью, – хочешь быть счастливым – будь им?»

Почему-то обычных людей это очень забавляет, то есть они в это категорически не верят. Им кажется, что жизнь – это цепь непрерывного тяжелого труда, перемежаемого болезнями, несчастьями, финансовыми кризисами и политической нестабильностью, где человек играет роль листочка на ветру.

Вот я и проговорила... ты заметил? Я написала «обычные люди». Обычные, потому что они не верят в свой бесконечный потенциал. Потому что они выбирают жить такой вот обычной жизнью. Люди же необычные, ищущие, часто выбирают другой путь. Таких людей сразу можно опознать. Это люди медитативные, спокойные, подтянутые и радостные. Необычные люди обычно уверенно смотрят в будущее и обладают сильной энергией. Они не понаслышке знают, что такое счастье.

Ведь счастливый человек – это человек, идущий своим путем, выполняющий свое предназначение, следующий за своей Счастливой Звездой, живущий в соответствии со своей Счастливой Судьбой. Именно так, и только так!

А вы знаете, мои дорогие, что:

Право на счастье и Счастливую Судьбу нам уже дано – просто по праву рождения!

Друзья, я открою вам один секрет: если вы хотите стать счастливыми – то вы должны действительно этого очень, очень, очень сильно хотеть, а не просто думать: «Хорошо бы быть счастливым!»

Вы должны настроиться на эту волну, вы должны хотеть этого так, чтобы буквально «спать и видеть» себя богатым, красивым и преуспевающим. Это должно стать вашей целью, приносить вам радость и хорошее настроение, это должно стать вашей мотивацией!

Деньги, положение в обществе, роскошные машины и загородные дома, верные друзья, любовники – это все лишь проявление вашего внутреннего величия и процветания. Сами по себе они преходящи, как и все материальное, – машины могут украсть или разбить, дома ветшают со временем, деньги подвержены инфляции, люди приходят и уходят.

Но если в вашем сознании постоянно будет бить источник бесконечного счастья, то вам не будут страшны любые невзгоды. Вы будете знать, что всегда, при любых обстоятельствах

вы сможете материализовать на физическом плане все то, что вам нужно. Волшебство? Да, отчасти. Однако для тех, кто практикует силу своего творческого мышления, – это норма!

Счастье начинается «с головы»!

Единственное, что может ограничивать человека, – это те убеждения, которые он сам для себя принял.

Оглянитесь вокруг: все, что вас окружает, – результат ваших мыслей и убеждений и огромного количества разнообразных выборов, которые вы сделали. Все хорошее, что есть у вас, все, чем вы гордитесь, все, чего вы достигли, – это результат ваших позитивных убеждений и проявлений хорошей кармы. Это то, что вы разрешаете себе иметь. А то, что вам не нравится в вашей жизни, – это проявления негативной кармы и негативного мышления, неправильных выборов, сделанных в прошлом до этого момента. А значит, вы можете изменить это, меняя свои убеждения и поведение!

Трудно изменить свою жизнь, если продолжать делать то, что вы делали до сих пор.

Для того чтобы действительно измениться, надо делать то, что вы еще не делали, и думать так, как вы еще не думали!

Вот тогда и наступят перемены!

Грэгг Брейден, написавший прекрасную книгу «Божественная матрица. Время, пространство и сила сознания», с позиции современной науки говорит о том, что **есть единое поле энергии, соединяющее все сущее**, – это поле он и называет Божественной матрицей. Это поле энергии имеет структуру голограммы: все его части соединены друг с другом, и в каждой из них отражается целое. Именно в этом поле, в Божественной матрице, содержатся все наши убеждения. И каждая частичка этого бесконечного вездесущего поля каждый миг отражает для нас все эти убеждения! Представьте себе: тысячи, миллионы ваших отражений в каждой точке Вселенной. И вы можете в мгновение ока изменить сразу все эти отражения, меняя лишь свои убеждения!

Осознанно используя это свойство Божественной матрицы, мы получаем власть над Силой, которая определяет все в нашей жизни: от физического здоровья до карьеры и отношений с окружающими.

То есть творим свою реальность!

Это не просто высокопарные слова, друзья мои. Вот история женщины, которая стала создавать свою собственную реальность практически с нуля:

«Когда я узнала о силе созидательного мышления, у меня в кармане было около полутора тысяч рублей. Муж забрал у меня все, что было, работы не было, и на моих плечах была несовершеннолетняя дочь и родители пенсионеры.

Я поняла, что ждать помощи неоткуда, и, поскольку терять было нечего, стала ежедневно повторять позитивные аффирмации, заниматься медитациями. Позитивные слова сначала просто не шли, они выходили из меня вместе со слезами. Я говорила, что я „прекрасное, божественное создание, достойное всего самого лучшего“, и после этого рыдала, потому что реальность была совершенно иной.

Но уже через неделю постоянных занятий позвонила моя двоюродная сестра и предложила временную работу. Потом эта работа стала постоянной. Теперь я занимаюсь своим любимым делом – организацией праздников и корпоративов. Я стала самостоятельной и счастливой. И жизнь моя улучшается с каждым днем, как и говорится в моих любимых аффирмациях».

Грэгг Брейден в своей книге рассказывает о 20 ключах творения реальности. Собранные вместе, они становятся программным кодом, который дает прямой доступ к Божественной матрице – и значит, позволяет творить реальность, изменять мир и самих себя. Я хочу познакомить вас, мои дорогие друзья, с этими 20 ключами, как я сама поняла их. Внимательно поразмыслите над каждым из них – они того стоят!

Ключи для изменения мышления

Ключ 1. Божественная матрица вмещает и соединяет все сущее! Каждый миг она отражает все созданное нами и все наши убеждения.

Вам нравится, что вы видите вокруг себя? Вы создали это сами!

Ключ 2. В мире все взаимосвязано! Что бы мы ни сделали и ни сказали, о чем бы ни подумали, это влияет на все мироздание!

В мире ничто не исчезает. Поэтому будьте внимательны к каждому слову и к каждой мысли!

Ключ 3. Мы – важная часть Вселенной, необходимая частичка Единого мирового Целого. Мы имеем прямой доступ к силе Вселенной!

Мы здесь находимся неслучайно, иначе бы нас здесь не было. Нет лишних людей!

Ключ 4. Необязательно сохранять с кем-либо или чем-либо физическую связь для того, чтобы влиять на них. Мы всегда связаны и соединены, какое бы расстояние нас ни разделяло!

Именно поэтому мы чувствуем все, что связано с близкими людьми, – измену, болезнь или радость.

Ключ 5. Нашу реальность творит наше сознание. Наша реальность зависит только от нашего сознания!

Начни думать о себе по-другому, начни действовать по-другому, и твой мир также изменится!

Ключ 6. Наше сознание обладает огромной силой! С помощью своего сознания мы можем изменить весь мир!

Мы обладаем способностью исцелять на расстоянии не только людей, но и планету и посылать любовь всему мирозданию

ХУМ ВАДЖРА ПЕ!

Ключ 7. То, на чем мы фокусируем свое внимание, свои мысли и чувства, становится нашей реальностью!

Хочешь стать счастливым – концентрируй свое внимание на словах: любовь, удача, успех, радость! Тогда эти слова проявятся в твоей жизни.

Ключ 8. Просто сказать, что мы выбираем новую реальность, недостаточно. Нужно почувствовать это, поверить в это всем сердцем!

Когда ты медитируешь о своем великольном будущем, не забудь подключить чувства, эмоции, детали. Например: лакированная поверхность поручня у яхты, сияющая хрустальная люстра, белоснежный смокинг у твоего спутника, свежий воздух с открытого балкона твоего дома на море.

Ключ 9. Чувства, эмоции – вот язык, на котором можно разговаривать со Вселенной, с Божественной матрицей. Почувствуйте, ощутите себя и мир вокруг так, словно ваша цель уже достигнута, – и вы получите видимый ответ от Вселенной!

Сначала надо почувствовать себя королевой, а Вселенная уж позаботится о том, чтобы сделать это реальностью.

Ключ 10. Подлинной силой обладает чувство, свободное от эго и оценочных суждений. Когда ваш ум свободен от сравнений и оценок, а желания направлены на благо не только ваше, но всего мира, вы начинаете творить новую реальность!

Правильная мотивация – секретный ключ к вашей удаче! Я хочу стать богатым для того, чтобы помочь многим людям.

Ключ 11. Чтобы добиться успеха, мы должны стать успешными людьми. Чтобы принять изобилие, мы должны освоить мышление богатого человека! Чтобы притянуть любовь, мы должны любить. Сначала нужно «стать», и только затем мы сможем «получить»!

Если хочешь любви – научись отдавать любовь, хочешь денег – научись отдавать деньги, хочешь стать счастливым – научись делать людей счастливыми, если хочешь быть с истинной – научись отдавать ее людям. И тогда ты будешь с истиной постоянно!

Ключ 12. Все ограничения – только в нашем сознании. Даже законы физики! Когда-то люди были уверены, что человеку не суждено летать...

Ты можешь сделать все, о чем ты можешь мечтать!

Ключ 13. Каждая маленькая частичка Божественной матрицы, как голограмма, содержит в себе все мироздание. В вас, во мне, в любом человеке заключена целая Вселенная!

Я – чудо Вселенной, я – достояние мира, я – дар Божий!

Ключ 14. Каждый миг мы подключены ко всей Вселенной! Мы с вами живем on-line. Наши молитвы, благие пожелания, медитации достигают цели в тот самый момент, когда мы их творим.

Все мои мечты сбываются! Все мои желания исполняются, все мои потребности удовлетворяются прежде, чем я об этом попрошу! Все хорошо в моем прекрасном мире!

Ключ 15. Даже самое незначительное изменение в нашей жизни отражается на всем окружающем, на всей Вселенной. Что же говорить о тех моментах, когда мы творим новую реальность! Можно считать, что в этот момент мы зажигаем новые звезды!

В океане Бытия, что бы я ни делал, я получаю ответ! Мы все соединены тончайшими нитями энергии любви. Поэтому, обижая других, я обижаю себя. А возвеличивая других, я возвеличиваю себя, и так во всем!

Ключ 16. Чтобы запустить процесс перемен в любом сообществе, в стране, во всем человечестве, достаточно усилий всего 1 % населения или членов этого сообщества.

Ты и я – это единство!

Ключ 17. Божественная матрица отражает наши мысли, чувства, слова, поступки. Отражаясь в этом зеркале, они воплощаются в окружающем мире и меняют его!

Я меняю:

Ненависть – на любовь,

Нищету – на богатство,

Страдания – на счастье,

Болезни – на здоровье,

Слабость – на силу,

Зависть – на доброту,

Неудачу – на удачу,

Ненависть – на дружбу.

Да будет так!

Ключ 18. Главные причины всех наших негативных переживаний – это страх одиночества, низкая самооценка и недоверие к себе и миру.

Я благодарен Господу за счастье жизни, за любовь и за красоту мира! Бесконечные богатства Господа стекают ко мне так быстро, как я могу их принимать и использовать!

Ключ 19. Наши отношения с окружающими людьми отражают наши убеждения. Если вы хотите изменить сложившиеся отношения, начните с себя: измените сначала свои убеждения!

Все, кто меня окружают, очень добры и благожелательны ко мне! Меня окружают прекрасные, заботливые и добрые люди, и у меня все хорошо!

Ключ 20. Станьте воплощением любви, успеха, изобилия, счастья – и вы обретете любовь, успех, богатство и счастливую судьбу!

Я счастлив, ибо сердце мое наполнено любовью! Я счастлив, ибо жизнь моя создает гармонию, я счастлив, ибо разум мой творит изобилие!

Перенастройте вектор движения к Счастливой Звезде

Еврейский мудрец и праведник Раби Нахман из Браслава говорил так: «Ты находишься там, где пребывают твои мысли. Позаботься, чтобы твои мысли пребывали там, где ты хочешь быть».

Где обычно пребывают ваши мысли? И где вы находитесь сейчас, друзья мои? Что вы хотите обрести в окружающем мире? Любовь? Успех? Богатство? Счастье? Значит, вам нужно стать воплощением этих энергий! Нужно настроиться на счастье и удачу.

Задайте себе вопрос «А кто я?». Ответ на него не так прост, как кажется.

Кто я в контексте процветания, в контексте любви, в контексте удачи?

Если вы видите себя сейчас слабым, несчастным, бедным и больным, то надо срочно перенастраивать свою «точку сборки». А это значит, что нужно видеть себя сильным, счастливым, богатым и здоровым, вот тогда все и переменится.

Я помню, что некоторое время назад, когда меня еще никто не знал (кроме моей семьи и друзей), перед очередным заходом в салон красоты я говорила себе так: «Я звезда, которая зашла навестить своих друзей в салоне». Сейчас эти слова полностью соответствуют реальности. Как только я захожу в этот салон (и во многие другие), мне тут же начинают рассказывать, в какой телепередаче меня видели, просят подписать книжку и интересуются семинарами. То есть проекция мысли создала реальность.

Программа счастливого дня

Я не устаю повторять, что надо постоянно видеть перед своим внутренним взором картину своего великолепного будущего и быть уверенным в нем!

Очень помогает в этом сценарий своего идеального дня. Вот смотрите.

«Я сижу в вечернем сверкающем платье до пола за столом в ресторане. До меня доносится легкий бриз близкого моря. Очень тепло, в воздухе разносится нежнейший запах магнолий и каких-то еще южных цветов. Играет волшебная, романтическая музыка.

Выходит певец и начинает петь мою любимую песню Фрэнка Синатры „Strangers in the night“.

Мой обожаемый муж в белом смокинге приглашает меня на танец... Мы танцуем, срывая аплодисменты других посетителей ресторана. А певец говорит в микрофон: „Давно я не видел такой элегантной пары“.

Красиво? А представьте себе, что все это я также сначала представила, а затем уже Вселенная осуществила эту мою мечту. Причем все получилось даже лучше, чем я себе представляла! Вселенная любит делать подарки.

Вот приблизительно так же я рекомендую вам написать сценарий вашего идеального дня, вечера, жизни. Ключ к успеху здесь – это прочувствовать все детали, действительно услышать музыку, действительно увидеть свое платье, действительно обонять запах белых цветов. Тогда картинка оживет, задвигается и в итоге станет вашей реальностью.

Удача, богатство, успех и любовь – это наши ключевые любимые слова!

Как пишет Джозеф Мерфи – это самые сильные слова, которые могут преобразовать вашу жизнь. И сами эти слова, и понятия, которые они обозначают, обладают определенной энергией, вибрацией. Можно настроиться на волну удачи, и она обязательно «вынесет» вас туда, куда вы хотите.

Большинство людей вольно или невольно отталкивают от себя удачу и богатство, имея полный набор негативного программирования, которое они получили в детстве. *«Не хвали себя – сглазишь. Не высовывайся. Будь как все. Деньги – это зло»* – если эти постулаты так или иначе звучали в вашей семье, будьте уверены – вы получили свою порцию яда, который постепенно отравляет ваше подсознание, которое воспринимает все буквально.

Когда вы освобождаете свое сознание от внутренних ментальных ядов, вы высвобождаете невероятную силу, о существовании которой вы даже и не подозревали. Но она дремала в вас и только ждала момента, чтобы проявиться. Когда вы научились доверять себе и видеть во всем только позитивные и прекрасные результаты, начинается происходить чудо внутренней алхимии. Чудо внутренней трансформации.

Вы даже удивитесь: *«Откуда это у меня? Неужели это я сам смог сделать?»* А на самом деле это чудо совершили вы сами, просто освободив свое внутреннее величие.

Итак, первое и главное условие счастливой жизни – внутренняя трансформация и освобождение своего сознания от ментальных ядов. Точно так же, как первое и главное условие исцеления – очищение организма от шлаков и токсинов. Чем больше вы будете следить за своими мыслями, медитировать и представлять прекрасные картины вашего будущего, тем чище станет ваше сознание, и тогда вы сможете творить настоящие чудеса. Вы станете мастером своей жизни, как и должно вам стать по праву рождения.

Практики в помощь

Упражнение «Новый лексикон»

Пора задуматься над тем, о чем вы думаете и как выражаете свои мысли. От того что, вы говорите, зависит и ваше счастье и благополучие.

1. Поработайте со своими жизненными установками. Вспомните, когда вы в последний раз говорили: «*Я не могу*», «*Это невозможно*», «*Это не для меня*».

2. А теперь создайте принципиально новый словарь. Вместо:

- «Я не могу» – **«Я хочу и сделаю!»**
- «Это невозможно» – **«У меня все получается!»**
- «Это не для меня» – **«Я выбираю только самое лучшее для себя!»**

Очищающая медитация для перерождения

Эта практика помогает очистить не только разум и душу, но и тело.

Проводите ее раз в месяц, желательно в период новолуния, – и вы почувствуете, какова мощь энергии возрождения и обновления! Молодость, красота, любовь, счастье и успех станут вашими неизменными спутниками!

1. Заранее приготовьте лист бумаги и карандаш, фломастер или ручку. Они понадобятся после медитации.

2. Начните медитацию как обычно: устройтесь поудобнее, расслабьтесь, закройте глаза, обратите внимание на свое дыхание. Представьте, как вы выдыхаете из своего сознания все негативные, ограничивающие убеждения, мысли, запреты. А вдыхаете – уверенность в себе, оптимизм, позитивный настрой...

3. С каждым выдохом вы освобождаетесь от всех ограничений, которые когда-либо себе создавали. Вы отпускаете мысли о болезнях – и к вам возвращается естественное состояние здоровья. Вы отпускаете усталость – и вас наполняют свежие силы. Вы отпускаете все свои страхи – и вас наполняет непоколебимая уверенность в себе!

4. С каждым вдохом вы все больше и больше открываетесь энергиям любви, счастья, здоровья, молодости, успеха, процветания. Представьте, как эти благотворные целительные энергии наполняют все ваше тело, каждую клеточку. Вы наполняетесь ими до краев! Больше нет места для страха, неуверенности, разочарования. Только позитивные вибрации!

5. Побудьте немного в этом приятном состоянии чистоты и наполненности светлыми энергиями. И, не выходя из этого состояния, представьте то, что вы сейчас больше всего хотите. Это может быть что угодно: от чашки кофе до новых гармоничных отношений. Главное, чтобы это вызывало у вас радостное предчувствие, чтобы одна мысль об этом приносила удовольствие. Представьте, что вы уже получили желаемое, что вы именно сейчас наслаждаетесь чувством чистой радости, торжества, полного счастья. Побудьте в этом.

6. Постепенно возвращайтесь из медитации, сохраняя тот мощный позитивный заряд, который только что получили. Откройте глаза, потянитесь, пошевелите пальчиками. И сразу же, пока воспоминание еще не стерлось из памяти и ярко стоит перед глазами, запишите на листке бумаги то, что вы представляли. То, что было для вас самым желанным во время этой медитации.

7. А чтобы закрепить результат медитации, повторите несколько раз: *«Божественная любовь окружает меня. Божественный покой наполняет мою душу. Божественный свет осве-*

щает мне путь. Божественное руководство теперь принадлежит мне. Бог благоприятствует мне во всем!»

Упражнение для избавления от установки неудачника

Это упражнение поможет вам трансформировать свое сознание и взглянуть на мир новым счастливым взглядом.

1. Вселенная готова исполнить любое ваше желание. Но если вы говорите ей: *«Я не могу себе этого позволить»*, то ее ответ будет: *«Да, конечно не можешь»*, и вы никогда не получите желаемое.

2. Измените установку: *«Я не могу себе этого позволить»* на *«Я могу себе позволить все, что хочу. Вселенная заботится обо мне»*. Почаще повторяйте *«Вселенная дает мне столько благ, сколько мне нужно, и даже более того!»*

Каждый раз, когда чувствуете, что вам что-то нужно, но пока у вас нет на это денег, повторяйте по себе или вслух: *«Все лучшее в этом мире – для меня. Божественная любовь проявляется потоком денег в моей жизни!»*

Сегодня повторите эту фразу несколько раз в течение дня, чтобы ваше сознание приняло ее.

Ритуал «Я счастливчик!»

1. Возьмите лист бумаги и перечислите самые незначительные вещи, которые сложились для вас благополучно (успели в последний момент запрыгнуть в автобус, попали на распродажу своей любимой косметики, получили бесплатное приглашение в кино и т. д.).

2. В вашем списке должно набраться не менее 10 пунктов.

3. Теперь выберите из них те случаи, в которых вам повезло по-крупному. Обведите их красным фломастером и скажите себе: *«Я счастливчик, мне повезло в... (перечислите выделенные пункты)»*.

Сценарий «Мне везет!»

Рекомендую вам выполнить еще одно несложное упражнение для закрепления нового жизненного сценария везения, удачи и счастья.

1. Повторяйте фразу *«Мне везет!»* в течение всего дня, несмотря на события, которые с вами происходят.

2. Говорите *«Мне всегда везет!»*, когда отправляетесь на совещание, уезжаете в отпуск, ловите рыбу или делаете ставки в казино. В общем, в любой жизненный момент повторяйте эту установку как заезженная пластинка. Вот увидите, она работает!

Талисман-малахит для привлечения счастья и удачи

Этот талисман будет вашим помощником на все случаи жизни. Он притянет в вашу жизнь полосу удачи и везения.

1. Приобретите любое изделие из малахита, например, шкатулку.

2. Очистите этот предмет от негативной энергии, оставив его на ночь в воде с солью.

3. Примите удобное положение и положите малахит на область «третьего глаза» – в центр лба.

4. Полежите в течение 15 минут, представляя счастливые моменты своей жизни. Постарайтесь их воспроизводить как можно более точно.

5. Зафиксируйте эти ощущения, а затем выходите из медитации. Ваш талисман готов к работе. Периодически берите его в руки и подпитывайтесь благоприятной энергией, особенно в период неудач.

Аффирмации в помощь

Вы должны быть абсолютно и непоколебимо уверены, что вас ждет огромный успех и невероятная удача и счастье. Эта установка должна закрепиться не только в вашем сознании, но и в подсознании. А для этого существуют особые формулы – аффирмации.

Аффирмации – это ваш основной ключ в перепрограммировании своего сознания, поэтому я повторяю их вновь и вновь, чтобы они накрепко отпечатались в вашем подсознании.

Вместе с аффирмациями радостные, светлые события начнут постепенно входить в вашу жизнь. Вы даже представить себе не можете, насколько действенны аффирмации!

Правильно составленные позитивные утверждения делают прочным и действенным наше намерение осуществить желаемое. А наше намерение – та самая энергия, которая изменяет мир вокруг, которая каждый миг создает нашу реальность.

То есть правильная аффирмация изменяет реальность!

Итак, запомните основные правила составления аффирмации.

Самое главное – утверждение должно быть позитивным. То есть без частицы «не», в утвердительной форме, с позитивным эмоциональным настроением.

Кроме того, аффирмация должна быть сформулирована в настоящем времени. Для нашего подсознания не существует такого отвлеченного понятия, как «светлое будущее», для него есть только реальность настоящего момента. Поэтому утверждайте свое намерение в настоящем, здесь и сейчас! Например:

◆ Я любима и счастлива!

Очень важно также правильно подбирать слова – такие, которые подходят именно вам. Ищите такие слова, которые созвучны вам, которые активизируют ваше сознание и подсознание. Аффирмация должна отвечать вашему внутреннему звучанию, резонировать с ним, только тогда она станет по-настоящему эффективной. Очень помогают самые простые слова:

◆ Я делаю все вовремя и все хорошо!

◆ У меня все получается!

И еще – старайтесь сделать аффирмацию как можно более простой и понятной. Ни к чему составлять сложносочиненные предложения – вы не сочинение пишете, а инструкцию для своего «внутреннего автопилота»! Или, если хотите – программу для своего подсознательного компьютера. Этот компьютер обладает мощнейшим процессором и памятью бесконечного объема. Его программы определяют всю нашу жизнь! До сих пор вы жили, реализуя программу «обычная жизнь». А теперь замените эту программу на другую, про которую можно сказать: «волшебная сказка», «жизнь, полная радости и свершений», «вместе долго и счастливо»... Выбирайте на свой вкус!

Только учтите, что для запуска новой программы придется потрудиться и запастись терпением. Повторение, повторение и повторение – вот основа успеха при замене старых программ новыми! Только когда новые программы достаточно укоренятся в вашем подсознании и станут основными в сознании, они начнут действовать в полную силу.

Повторяйте аффирмации утром после пробуждения, вечером перед сном, по пути на работу и домой, во время скучного совещания или уборки... Повторяйте их снова и снова. Вспоминайте о них каждый раз, когда появляются сомнения в успехе, когда чувствуете себя неуверенно.

У меня уже появилась устойчивая привычка, когда я одна иду по улице, я постоянно проговариваю про себя мою любимую аффирмацию успеха:

◆ Счастье в настоящем, счастье в грядущем, счастье несет меня к счастью!

Автоматически повторяя эти чудодейственные слова, я снова и снова запускаю программу счастья.

Рекомендую аффирмации написать на желтых бумажках и развесить вокруг себя для создания хорошего настроения постоянно. Желтый цвет бумаги выбран неслучайно. В соответствии с даосской магией космического дракона, именно желтый цвет способствует расширению всего хорошего, получению и процветанию. Так что во всем есть свой глубинный смысл!

Итак, каждый день говорите себе:

- ◆ Я привлекаю богатство, я утверждаю счастье, я умножаю любовь!
- ◆ Сила, богатство, удача, любовь!
- ◆ Я настраиваюсь на счастье и удачу!
- ◆ Я верю в свою счастливую звезду!
- ◆ Я могу достигнуть всего, к чему стремлюсь!
- ◆ С каждым днем моя жизнь становится все лучше и лучше!
- ◆ Я все успеваю и делаю все хорошо!
- ◆ Я получаю все, что мне нужно, легко и быстро!
- ◆ В моей жизни много любви и счастья!
- ◆ Деньги и успех любят меня!
- ◆ Чем больше я отдаю, тем больше я получаю!

Как только появляются сомнения в том, что вы недостойны счастья, произносите:

**◆ Я – свет своего мира,
я – соль земли,
я хозяин своей жизни!**

Позитивные ожидания в большинстве случаев приводят к позитивным результатам! Запомните эту великую формулу счастья. Не удивляйтесь, наблюдая за тем, как чудесным образом, «сама собой» меняется ваша привычная реальность!

Освобождаемся от негативных установок!

Оглянись вокруг. Мы живем среди людей, из которых 95 % или около того недовольны своей жизнью. Это не я сама придумала, это мудрые специалисты подсчитали. Самое забавное то, что большинство из недовольных своей жизнью людей живет в экономически развитых странах! А в таких странах, как Индия, Непал, Китай, живут самые счастливые люди! Удивительно, не правда ли? То есть средний европеец (или россиянин) считает себя более несчастным, чем средний индус, хотя разница в уровне жизни огромная.

Для подтверждения этой статистики достаточно выйти на улицу, а еще лучше проехать в транспорте, чтобы убедиться во всем этом лично. Люди настолько задавлены негативом, что погружаются в него все глубже и глубже, не видя никакой возможности выхода. Придя домой, они включают телевизор, который еще больше убеждает их в том, что жить – тяжело, опасно, страшно. На каждом углу подстерегают жулики, бандиты, человек социально и финансово не защищен, дети болеют, а тут еще конец света наметился... список можете продолжить сами. Это люди видят и слышат каждый день.

Как же быть? Закрыть на все глаза, «гори оно огнем», удариться в алкоголизм, с головой уйти в бесконечное Интернет-общение с виртуальными одноклассниками, бесцельно теряя свое драгоценное время? Но ведь это позиция страуса, которая еще никого до добра не доводила.

Большое количество негативных мыслей, страхов, ограничений и обид рано или поздно переходит в соответствующее качество окружающей действительности: неприятности, проблемы, потери, заболевания. А дело в том, что если вы впустили в свое сознание образ печали, горя, неудачи и нездоровья, ваш организм послушно вырабатывает вещества-«депрессанты». Но стоит только поменять мысли на позитивные, радостные, как ваш организм начинает производить естественные транквилизаторы и увеличивает количество нейропептидов, которые активируют иммунную систему.

Мы с вами, друзья, как и каждый человек на нашей планете, живем с помощью мыслей. Именно они порождают и образуют наше восприятие реальности. Ведь мы не воспринимаем реальность напрямую, а лишь интерпретируем сигналы наших органов чувств в соответствии с той «картинкой», которая на этот момент главенствует в нашем сознании.

Теперь вы понимаете, как велика сила мысли? С ее помощью мы программируем самих себя и весь воспринимаемый нами мир! Так давайте же сделаем так, чтобы наши программы были позитивными и полезными для нас, а не негативными, ограничивающими и вредными!

Чем больше позитивных мыслей, тем выше качество жизни!

Это естественный закон Вселенной. Чем больше мы концентрируемся на желаемом, позитивном, чем чаще замечаем бесконечное изобилие Вселенной, тем ярче и весомее оно проявляется в нашей жизни!

Я обожаю высказывание Рэнди Гейджа, который говорит:

«Когда я не знал этих законов Вселенной, я был бедным, несчастным, глупым и больным. Сейчас я богатый, счастливый, здоровый и умный!»

И все это – результат изменения мышления. Количество переходит в качество...

Поэтому, любимые мои читатели, призываю вас: радуйтесь каждому дню, празднуйте каждое событие, смейтесь, как дети, и вместе с детьми, веселитесь с друзьями, улыбайтесь проходим...

Ведь радость – это бесценное сокровище жизни. Веселье и счастье идут рука об руку – помните об этом. Находите поводы для смеха. Забудьте о том, что «смех без причины – признак дурачины». Вселенная относится к смеху совсем по-другому – как к одному из наиболее

лее высоких уровней энергии! Смех не только продлевает жизнь и укрепляет здоровье (да-да, это действительно так, современные научные исследования это подтвердили!), но и поднимает качество жизни на новый уровень! Дело в том, что энергетика смеха осветляет, очищает био-поле человека – а значит, и излучаемые им вибрации.

Все знакомые мне удачливые люди просто-таки излучают радость, оптимизм, сыплют шутками, анекдотами и рассказывают в основном только хорошие новости!

Препятствия делают нас сильнее

Представьте какую-нибудь неприятную ситуацию. Не слишком серьезную, но способную омрачить настроение. Например, вытащили деньги из сумки. Или порвались новые колготки, которые вы только что купили. Или уже вторую неделю задерживают зарплату...

Как вы реагируете на подобные события? Умеете ли «делать из лимонов лимонад»? Счастливы те, кто умеет вовремя подбодрить себя: «Все что ни делается – все к лучшему!» Они умеют из любой неприятности извлечь пользу, любую проблему повернуть себе на благо!

Хочу по этому случаю рассказать анекдот.

– Раби, у меня проблемы, такие проблемы! Раби, я не могу с ними справиться! Что мне делать, Раби?

– Мойша, Бог каждому посылает проблемы по его силам. Так что одно из двух. Либо ты можешь-таки справиться с проблемами, либо это не твои проблемы.

Итак, мы начинаем сознательно возвращать свое счастье, свою Счастливую Судьбу. И с благодарностью принимаем все чудеса, которые приготовил для нас Создатель!

Когда обстоятельства ухудшаются, воодушевитесь и постарайтесь представить те удивительные события, которые должны произойти в вашей жизни. Будьте уверены: Вселенная готовит для вас что-то намного превосходящее все то, о чем вы мечтали. И все исполнится по вере вашей!

Все знают расхожую поговорку: «Не было бы счастья, да несчастье помогло». Вспомните, наверняка вы найдете множество примеров из собственной жизни, когда то, что в итоге оказывалось благом, сначала выглядело крайне негативным, почти катастрофическим. Да, это действительно так: чем хуже выглядит ситуация, тем больше даров она несет, тем более волшебным оказывается конечный результат!

Сколько, например, известно удивительных случаев, когда человек опаздывал на поезд или самолет – и это спасало ему жизнь! Или еще одна прекрасная иллюстрация «оберегающего» действия препятствий – притча Леонардо да Винчи «Бумага и чернила».

Притча Леонардо да Винчи Бумага и чернила

На письменном столе стопкой лежали одинаковые листы чистой бумаги. Но однажды один из них оказался сплошь испещренным крючочками, черточками, завитками, точками... Видимо, кто-то взял перо и, обмакнув его в чернила, исписал листок словами и разрисовал рисунками.

– Зачем тебе понадобилось подвергать меня такому неслыханному унижению? – в сердцах спросил опечаленный листок у стоявшей на столе чернильницы. – Твои несмываемые чернила запятнали мою белизну и испортили бумагу навек! Кому я теперь такой буду нужен?

– Не тужи! – ласково ответила чернильница. – Тебя вовсе не хотели унижить и не запятнали, а лишь сделали нужную запись. И теперь ты уже не простой клочок бумаги, а написанное послание. Отныне ты хранишь мысль человека, и в этом твое прямое назначение и великая ценность.

Добрая чернильница оказалась права. Прибираясь как-то на письменном столе, человек увидел беспорядочно разбросанные пожелтевшие от времени листки. Он собрал их и хотел было бросить в горящий камин, как вдруг заметил тот самый «запятнанный» листок. Выбро-

сив за ненадобностью заплывшие бумажки, человек бережно положил исписанный листок в ящик стола, дабы сохранить как послание разума.

Все что ни происходит – все к лучшему!» – такой девиз поможет вам оставаться на плаву в любой ситуации и, конечно же, делает вас счастливым!

Помните, что во вселенском разуме есть грандиозный план, приготовленный именно для вас и вашей жизни. Там присутствуют все ваши просьбы, цели и желания. И даже если сейчас они кажутся вам несбыточными, а весь мир как будто ополчился против вас, знайте: именно сейчас готовится что-то лучшее для вас!

Препятствия, с которыми мы сталкиваемся в жизни, – наши лучшие учителя и помощники!

Именно благодаря им мы можем обнаружить новое направление движения, открыть или развить новые способности, понять, что действительно имеет значение в нашей жизни.

Очень часто препятствия заставляют нас искать обходной путь и приводят в место, которое намного лучше для нас, чем то, что мы выбрали изначально. Поэтому внимательно относитесь к «запрещающим знакам», которые показывает вам жизнь!

Например, если весь мир как будто сговорился, чтобы вы не попали на какую-то встречу: двери лифта закрылись прямо перед вами, маршрутка уехала из-под носа, да еще выяснилось, что вы забыли дома телефон, – подумайте, а в самом ли деле вам нужна эта встреча?

Все препятствия, которые встречаются нам в жизни, можно разделить на три основные вида:

- препятствия-благословения;
- препятствия-уроки;
- препятствия-зеркала.

Препятствия-благословения – это те самые «запрещающие знаки» жизни, которые корректируют наш курс, чтобы привести нас туда, где ждет наша Счастливая Звезда. К препятствиям-благословениям нужно внимательно прислушиваться и следовать их «указаниям».

Препятствия-уроки – это учителя, которые побуждают нас открывать в себе все самое лучшее, запускать скрытые до поры резервы и способности. Препятствия-уроки нужно преодолевать, извлекая таящуюся в них силу.

Препятствия-зеркала показывают нам наши внутренние самоограничения. Их нужно уметь распознавать, чтобы эффективно работать с собственными негативными убеждениями, а не с внешними «ветряными мельницами».

Мне очень нравятся слова известной молитвы: *«Господи, дай мне душевный покой, чтобы принять то, что я не могу изменить, дай силы изменить то, что могу, и мудрость, чтобы отличить одно от другого»*. Именно так и нужно подходить к любым жизненным препятствиям!

Вот несколько советов, которые помогут вам проработать свои препятствия:

- Невозможно знать абсолютно все. Но можно узнать, если чего-то не знаешь. Не забывайте, мы живем в век информации. Например, надо лишь ввести запрос в поисковик Интернета – и все знания перед вами.
- Думайте так: *«Может быть, я сейчас и не знаю, каким образом я это сделаю, – но я это сделаю!»*
- Разрушайте стереотипы – все возможно, если ты этого хочешь.

Что делать с негативными эмоциями?

Друзья мои, есть еще одно существенное препятствие на пути к Счастью – это негативные воспоминания из прошлого. Невозможно стать счастливыми, представляя, как вас когда-то кто-то оскорбил или унизил, назвал неудачником, как у вас когда-то что-то не получилось.

Прежде чем начинать творить чудеса, нам нужно убедиться в том, что мы очистили себя от того негатива, который бомбардирует нас со всех сторон. Даже если вам кажется, что вы – белый и пушистый, это еще не значит, что вы освободились от своей негативной кармы. Вы, наверное, удивитесь, как ваш путь к счастью связан с вашей кармой. Дело в том, что ничто в этом мире не происходит случайно. Именно последствия негативной кармы заставляют нас страдать, болеть и попадать в разные неприятные истории.

Поэтому настало время очистить свою карму. Тот факт, что вы сейчас, о пытливые друзья мои, читаете это руководство, говорит о том, что ваша карма достаточно созрела для того, чтобы иметь открытое сознание и воспринимать многие вещи не так, как вас учили в школе и в институте.

Никогда не соглашайтесь с тем, что судьбу нельзя изменить! Можно!! А зачем же мы занимаемся духовными практиками? Как раз для того, чтобы изменить свою судьбу, улучшить свою удачу. Даже плохую карму можно изменить! Более того, задачей любого осознанно живущего человека является улучшение, и как результат, изменение своей кармы! Помните, что даже такое простое действие, как кормление бездомного животного, уже значительно улучшает вашу карму.

Как узнать, хорошая ли у вас карма? Довольно просто. Если вы живете не в Афганистане или на Гаити и не попали в эпицентр разрушительного землетрясения – у вас хорошая карма. Если у вас есть крыша над головой, вы не страдаете наследственными болезнями, тяжелыми физическими нарушениями, если у вас есть достаточно денег для питания и обучения детей – все это признаки хорошей кармы.

Самое лучшее подтверждение того, что ваша карма улучшается, – это если вы можете сказать: *«Как же плохо я раньше жил! Такое впечатление, что я теперь совсем другой человек! Мне сейчас намного лучше»*. Это очень хороший знак, дорогие мои.

Плоды улучшения кармы проявляются следующим образом:

- Деньги начинают поступать к вам более легким образом и в достаточном количестве.
- У вас налаживаются взаимоотношения с противоположным полом и с окружающими людьми на работе и в обществе. У вас появляются новые чудесные друзья.
- Вы становитесь более здоровым(ой), бодрым(ой), молодым(ой) и жизнерадостным(ой), даже если раньше у вас был целый букет разнообразных болезней.
- Внимание, женщины: ваше лицо становится более красивым, а глаза – лучистыми!
- Вам начинает везти, как в мелочах, так и по-крупному.
- Вы реализуете свои цели, достигаете успеха, становитесь популярны.
- Ваша речь становится красивой, внушительной, вдохновляющей.
- У вас высвобождается время для духовного развития, медитаций, путешествий по миру.

Всегда помните, что источник силы и возможности позитивных изменений – внутри вас.

Так почему бы не начать процесс улучшения своей кармы прямо сейчас, а, друзья мои? Это не так уж сложно. Просто будьте каждый день настроены на то, чтобы от вас исходило только добро по отношению к другим людям. А для этого рекомендую поработать со своими негативными эмоциями. Итак, вот рекомендации, которые должны помочь.

Совет 1. Скажите зависти «нет!»

Сразу же хочу вам дать «противоядие» от зависти. Что греха таить, зависть – одно из самых распространенных негативных качеств, которые, как паразиты на растении, разрушает наши представления о счастье.

Итак, как только почувствовали, что настроение испортилось после того, как подруга радостно сообщила о своей помолвке с заморским миллионером и предстоящем свадебным путешествии на круизном лайнере... Сразу же скажите ей искренне и от души: *«Какое счастье! Какая же ты молодец! Поздравляю!»*

Услышали, что друг купил шикарную BMW последней модели, сразу говорите: *«Какое счастье! Ты этого заслуживаешь, молодец!»* Только очень важно говорить все это искренне и от души. И ключевые слова здесь: *«Какое счастье!»*

А то может получиться, как у одной моей знакомой. Друзья на ее юбилей сбросились и подарили ей роскошный гарнитур с бриллиантами и сапфирами. А одна из ее близких подруг настолько была уязвлена завистью, что даже перестала общаться с моей знакомой, так ей было тяжело смотреть на эти украшения! Вот что такое зависть, она разбивает и дружбу, и любовь и на самом деле лишена всякого здравого смысла.

Если даже этого недостаточно, и черная зависть все же проникла в вашу душу, то необходимо несколько раз повторить ключевые слова («Какое счастье!») без свидетелей, с чувством и позитивным настроением. Это важно!

Посудите сами, ведь это вашему другу повезло, ведь это вашей подруге пришло счастье. А это значит, что не за горами и ваше собственное! Ведь здесь работает великий закон подобия. Если ваши друзья, родственники и просто знакомые процветают, то совсем скоро процветание коснется и вас!

Намного хуже было бы, если бы они приносили вам постоянно грустные вести. Поэтому радоваться удаче других очень полезно и помогает вашему и внутреннему, и материальному росту!

Совет 2. Скажите обиде «нет!»

Возлюбленные мои читатели, сколько раз на своих семинарах я начинала разговор об изобилии этого мира, предваряя его анализом обид, неприятностей и прочей ерунды, которая накапливается в голове и, что самое опасное, в сердце каждого взрослого индивидуума годам уже к двадцати!

Вы только представьте себе мудреца, гуру, святого, который бы обижался на кого-либо. Можете представить? У меня не получается. Во всех сказаниях, преданиях и легендах можно узнать об ищущих людях, которые преодолевали леса, горы и моря, чтобы достичь обители мудреца. И вот он приближается к цели своего рискованного путешествия... И что? Мудрец находится в глубокой обиде или только что поругался с женой, и поэтому странников ни сегодня, ни завтра не принимает... Смешно? Да. Так почему же мы не можем быть такими мудрецами, подумайте. А пока вы думаете, я расскажу вам одну старинную притчу.

«Жил во времена глубокой древности один индийский принц. Мать его умерла, и отец, которого он любил безгранично, женился на другой. Мачеха, как это водится, невлюбила пасынка и заставила отца-короля прогнать мальчика из дворца. Принца стали воспитывать в деревне. Все детство и отрочество его мучила невероятная обида на отца. Как же он мог прогнать

меня, думал юный принц, ведь он же мой отец! Почему он предал меня, как он мог!

Чтобы достичь высокого уровня посвящения, мальчик стал заниматься йогой, выполнять аскезы, жесточайшие посты. И все это ради того, чтобы поговорить с Верховным Божеством. И вот, когда сила его аскезы достигла того, что боги могли говорить с ним, ему явилось Высочайшее Божество и спрашивает: „Что ты от меня хочешь?“

И вот в тот самый момент, когда юноша взглянул в неописуемо прекрасные глаза Бога, вместо того чтобы говорить о своей жгучей обиде на отца, он стал хохотать и затем сказал: „Боже, как я был глуп! Что стоят мои ничтожные обиды перед лицом Вечной мудрости и Красоты!“

Он распростерся перед Божеством и с любовью поблагодарил Его за свое перерождение. С тех пор он стал мудрецом и стал распространять трансцендентальные (духовные) знания по миру».

Хотите верьте, хотите нет, но я сама, автор этих строк, также расхохоталась, когда читала эту притчу первый раз. Знаете почему? Потому что она ясно показывает, насколько мелки наши людские обиды перед лицом Вечной Божественной истины, красоты и благодати. И знаете, если даже люди, по неведению своему, пытаются обидеть меня, я молюсь за них, потому что понимаю, что они просто не знают, что они делают.

Вывод: не обижайтесь на тех, кто делает вам зло. Они сами понесут за это наказание, и это совсем вас не касается, поверьте. В итоге они обижают сами себя, а совсем не вас. Вспомните, сколько раз в жизни вы тоже неосознанно обижали кого-то и даже не подозревали об этом. Может быть, и ваша личная обида такая же пустая. Когда вы это осознаете, прочувствуете, проникнетесь всем сердцем – ваша жизнь станет намного счастливее!

И еще: обычные люди мстят, злятся, интригуют и т. д. Люди счастливые прощают даже непростительное, потому что это удел избранных.

Совет 3. Скажите раздражению «нет!»

Считается, что быт разрушает любовь, а раздражение – радость жизни. Долгожданные когда-то дети начинают раздражать своими криками родителей, свекровей раздражают невестки, мужья раздражают жен, начальников раздражают бестолковые подчиненные, покупатели раздражают продавцов... список бесконечен.

Но это путь людей, которые не знают главной тайны жизни, которая состоит в том, что мы с вами звезды, бессмертные путешественники во времени и в пространстве и дети Божии. Что это меняет, спросите вы? А то, что у нас с вами отношение к близким совершенно другое. Заметьте, я написала: «к близким». Я искренне считаю всех окружающих меня людей своими дальними родственниками, а иногда просто детьми, это даже лучше. Если относиться к людям с такой точки зрения, то все предстает совсем в другом свете.

Как мы уже говорили ранее, окружающий мир склонен материализовать все то, что вы имеете в своей душе и в своем сознании. Приведу пример.

Раньше я не очень любила путешествовать из-за, мягко говоря, нелюбезности таможенников и прочих официальных лиц. Сейчас же, когда я знаю секреты счастливой жизни, перед путешествием я обязательно говорю примерно так: «Я посылаю любовь и свет всем тем, кого я встречу на своем пути. Все, кто встретится мне, будут чрезвычайно милы, любезны и предупредительны. Они будут делать свое дело быстро и вежливо. Мой путь будет королевским!»

Так и происходит! Даже если меня задерживают нерадивые работники или я стою в длинной очереди, я не забываю мысленно посылать всем тем, кто трудится в аэропортах, любовь, доброжелательность и чувство сотрудничества.

Работает просто великолепно!

Такой же совет я могу дать тем, кто часто ссорится со своими возлюбленными, например по телефону. Перед тем как набрать номер теле фона, скажите себе:

«Мой Саша (Коля, Денис, Лена, Елизавета Петровна) является чудесным и возлюбленным ребенком Бога. В нем (в ней) есть свет жизни, любви, сострадания и наивысшая человечность. Наши отношения улучшаются с каждым днем!»

На каком-то неведомом информационном уровне ваш добрый и прекрасный посыл будет доставлен по адресу, и ваше общение пройдет без ссор и раздражения. Главное, вспомните перед встречей или разговором направить поток любви и всепрощения в адрес вашего друга. Помогает!

Практики в помощь

Упражнение «Факторы счастья»

Предлагаю вам немного стать эгоистом и подумать о себе любимом (любимой). Что делает вас счастливым? К чему вы стремитесь? От каких мыслей, действий или целей вы чувствуете себя хорошо? Это и есть ваш путь.

Конечно, у любого человека есть базовые потребности, удовлетворение которых приносит если не счастье, то, во всяком случае, довольство: здоровье, общение, финансовую свободу... Но сейчас речь не о них, а об индивидуальных «факторах счастья» – о том, что дарит самые яркие переживания счастья, вызывает чувство полета.

Например, одна из базовых потребностей – потребность в здоровье. Понятно, что когда у человека перестает ныть больной зуб, он почти счастлив. Но, согласитесь, гораздо более сильные чувства будет испытывать человек, победивший «неизлечимую» болезнь и затем помогающий другим людям вернуть себе здоровье! Этот человек зажег свет своей Счастливой Звезды!

Итак, ваша задача – найти свои индивидуальные «факторы счастья».

1. Приготовьте лист бумаги формата не меньше А4, ваши любимые цвета и фломастеры (фиолетовый, красный, желтый, зеленый, синий). Выделите не меньше часа свободного времени, когда вас никто не побеспокоит. Ваша задача – сосредоточиться, расслабиться и творить в свое удовольствие. Не скупитесь на время для этого упражнения – ведь с его помощью вы буквально заново воссоздаете свою Счастливую Судьбу!

2. Сядьте в удобную позу. Расслабьтесь. Глаза не закрывайте, но расфокусируйте зрение. Вспомните ощущение, когда вы отключались от всего окружающего: взгляд неподвижен и устремлен в одну точку, но при этом боковым зрением вы замечаете все вокруг.

3. Сосредоточьте внимание на том, что вы видите. Замечайте оттенки цвета, игру света и тени, все детали, на которые обычно не обращаете внимания. Постепенно, продолжая смотреть и видеть, обратите внимание также на звуки окружающего мира: шум улицы за окном, тиканье часов...

4. Теперь, оставляя глаза и уши открытыми и продолжая видеть и слышать все вокруг, одновременно обратите внимание на собственное тело: ощутите свое дыхание, биение сердца, почувствуйте области напряжения в теле... Постарайтесь удерживать внимание одновременно на том, что вы видите, слышите и чувствуете, хотя бы несколько секунд.

5. Теперь, когда вы полностью погрузились в момент «Здесь и Сейчас», ваше сознание очистилось от всего наносного – и вы готовы творить свою новую реальность. Итак, берем чистый лист (так сейчас выглядит ваше очищенное сознание!) и цветной карандаш. Выберите ваш самый любимый цвет или цвет, который вам приятен именно в эту минуту – вот именно такого цвета карандаш вам и понадобится!

6. Цветным карандашом нарисуйте пятиконечную звезду (помните, как рисовали в детстве, начиная с импровизированной буквы «А»). Рисуйте во весь лист, не сужайте пространство своей Счастливой Судьбы! Раскрасьте свою звезду нужным цветом, добавьте детали, которые, может быть, видели во время медитации.

7. Готово? Вы сами довольны результатом? Отлично! Теперь берите цветные фломастеры – фиолетовый, красный, желтый, зеленый и синий – и на лучах звезды, начиная с самого верхнего, напишите такие слова:

- верхний луч, фиолетовый цвет: Я ЕСМЬ
- правый луч, красный цвет: СИЛА
- правый нижний луч, желтый цвет: ТРАНСФОРМАЦИЯ

- левый нижний луч, зеленый цвет: МИР
- левый луч, синий цвет: Я – ЗВЕЗДА!

8. А теперь возьмите фломастер цвета вашей Звезды, только чуть более яркий, чтобы он выделялся на фоне, и напишите сверху центральной части звезды:

МОЯ СЧАСТЛИВАЯ СУДЬБА.

9. Наконец, самый захватывающий этап работы. Представьте, что вас временно назначили и. о. Творца. Перед вами стоит конкретная задача: создать модель Счастливой Судьбы для конкретного человека – для вас самих. То есть наполнить его (вашу!) жизнь тем, что действительно принесет именно ему (вам!!) настоящее, искреннее счастье. Такое, при котором раскрываются крылья, хочется обнять весь мир и понимаешь, что все тебе по плечу!

10. Я специально не буду сейчас засорять ваше очищенное сознание примерами. Потому что создание своей Счастливой Судьбы – сугубо индивидуальное творчество. Только вы сможете справиться с этой задачей, и никто больше! Скажу лишь, что в сердце вашей Живой Звезды есть место для самых глубинных потребностей, самых сокровенных желаний и самых высоких мечтаний. Оставьте пока мелочи, думайте по-крупному! Представьте желаемое ярко и с деталями, пребывая в состоянии концентрации на задуманном. Потом спокойно закончите упражнение.

Упражнение для избавления от негатива

Это упражнение предназначено для удаления негатива из вашей жизни. С помощью него вы сможете победить любой стресс, преодолеть даже «непреодолимые» проблемы и... подняться над своей «обыденной» жизнью на новый уровень жизни «необыкновенной», наполненной обыкновенными чудесами!

1. Прямо сейчас напишите на листке бумаги список тех проблем, ограничений, тяжелых ситуаций, с которыми вам никак не удастся справиться. Туда же вы можете добавить и имена тех людей, которые обижали или обижают вас. Перечислите там все то, что давит на вас, не дает вздохнуть полной грудью, улыбнуться наступающему дню...

2. Все припомнили, все написали? Длинный список получился? А теперь порвите листок на мелкие клочки. Если хотите, можете сжечь его, бросить в воду, развеять обрывки по ветру...

3. Одновременно с этим мысленно сложите все свои «непосильные ноши», «тяжкие доли», может быть, даже «венцы безбрачия» и другие чужие проблемы, в большой мешок. Все положили, ничего не забыли? Завяжите покрепче – и бросьте мешок в океан, в районе Марианской впадины. Представьте, как он опускается на дно. Долго-долго падает в самую глубокую расщелину, где нет ничего живого, расплющивается от высокого давления... Все, он исчез, растворился!

Поздравляю: вы освободились от своих оков, которые не давали вам двигаться вперед!

4. А теперь встаньте, расправьте плечи, распрямите спину, высоко поднимите голову. Почувствуйте, как за спиной раскрываются крылья. Представьте их во всех подробностях. Может быть, это блестящие крылышки сказочной феи? Или разноцветные крылышки яркой бабочки? Или мощные широкие крылья свободной птицы?

5. Представьте, как ваши руки начинают подниматься – сами по себе. Ваши руки поднимаются и раскрываются, словно крылья. Чувствуете, что руки и в самом деле поднимаются? Молодцы, ставлю вам за выполнение упражнения отлично!

Это чудесное состояние раскрывающихся за спиной крыльев просто необходимо, когда вы чувствуете, что заботы начинают придавливать вас к земле.

Повторяйте последнюю часть упражнения с подниманием рук, дважды в день, утром после пробуждения и вечером перед отходом ко сну, – и у вас все получится, даже если сначала руки не будут подниматься сами по себе.

Практика «Проблема – не приговор!»

Ищите во всем хорошее, постарайтесь увидеть все преимущества своего нынешнего положения. Это упражнение поможет вам изменить свое отношение к жизненным трудностям.

1. Возьмите листок бумаги и запишите в два столбика минусы и плюсы возникшей проблемной ситуации. Если вы видите только минусы, подумайте еще раз! В любом, даже самом тяжелом, случае можно найти положительные стороны – важно только посмотреть на произошедшее под другим углом. Вы расстались с любимым человеком, можно считать себя одинокой (это минус), а можно утверждать, что теперь вы свободны (несомненно, это плюс!). Чувствуете, насколько позитивная оценка происходящего меняет наше отношение к проблеме?!

2. Теперь внимательно изучите свой список, переверните листок и на обратной стороне запишите, тоже в два столбика, что вы можете сделать, какие конкретные действия предпринять, чтобы нейтрализовать или уменьшить влияние минусов и усилить эффект плюсов. В случае расставания в первом столбике вы можете записать: «Надо больше общаться с приятными людьми. В пятницу пойду в кино со своей лучшей подругой!» Во втором столбике: «Надо уделять больше внимания себе, своим целям, желаниям и удовольствиям. Завтра сделаю новую стрижку, со следующего месяца запишусь на курсы английского языка!» Сделайте это! И вы сразу же почувствуете огромное облегчение, как будто тяжелый камень упал с души.

А дело все в том, что вы нашли в себе силы подняться над обстоятельствами, мужество – спокойно и трезво взглянуть в лицо проблеме, и мудрость – направить энергию своих эмоций в позитивное русло созидательного действия. Именно так настоящая хозяйка судьбы вершит свою жизнь по собственному желанию.

Помните, как писал Дипак Чопра: **«Когда ты смотришь на пепелище, смотри внимательнее!» На пепле могут пробиваться ростки новых, замечательных возможностей!**

Сохраняя позитивный настрой, концентрируя внимание на положительных сторонах и конкретных действиях для решения, вы превратите самую сложную ситуацию в своего помощника и бесценного учителя. Главное – никогда не отчаиваться и не падать духом. Тогда любую неприятность вы сможете заставить работать на вас!

Ритуал на прощание с прошлыми неудачами

Эта практика поможет распрощаться с неприятными воспоминаниями и сценариями неудачника. Теперь вас ждет только счастливое будущее.

- 1.** Включите спокойную музыку, расслабьтесь, закройте глаза.
- 2.** Отбросьте все посторонние мысли и представьте, как со всех сторон на вас спускаются разноцветные потоки (розовый, желтый, голубой).
- 3.** Вы чувствуете, как от них тепло растекается по всему телу.
- 4.** Проговорите мысленно: «Я готов к принятию перемен, я открыт для будущего и отпускаю прошлое и все неудачные моменты в своей жизни!»
- 5.** Побудьте в этом состоянии 5 минут, затем выходите из медитации.

Практика избавления от обид

Для закрепления своего счастливого состояния давайте выполним медитацию.

- 1.** Займите позицию для медитации. Сосредоточьтесь на своем дыхании.
- 2.** Представьте перед своим внутренним взором того человека, которого вы хотите простить, скажите про себя: «*Я хочу простить* (имя человека или даже свое имя)».

3. Теперь, представляя его или ее перед своим внутренним взором, говорите про себя: *«Я прощаю тебя, я прощаю тебя, я прощаю тебя!»*
4. Будет идеально, если эти фразы вы соотнесете со своим дыханием.
5. Через несколько минут такой практики постарайтесь опять увидеть этого человека, обнимитесь с ним, улыбнитесь ему и расстаньтесь друзьями.
6. Скажите себе мысленно: *«Я чувствую себя отлично, все хорошо».*
7. Постепенно вернитесь к обычной жизни.

Медитация с кристаллом для очищения энергии дома от негатива

Эта медитация избавит ваш дом от накопившейся неблагоприятной энергии и защитит его от чужого негатива.

1. Выберите для себя объект. Это может быть кристалл, камень или зажженная свеча. Очень полезно медитировать на кристаллы, так как они умеют сохранять энергию. Не недооценивайте силу кристаллов, мудрецы всех прошедших веков утверждали, что они являются очень мощными хранителями энергии.

2. В расслабленном состоянии созерцайте кристалл или пламя свечи. Представляйте, что вы входите в контакт с энергией кристалла или огня. Кристалл сохраняет энергию, а огонь очищает ваше поле и делает вас сильным.

3. Представьте себе, что вы находитесь внутри своего кристалла во время чтения этой мантры. Кристалл большой, а вы маленький. Кристалл (предположим, синий) переливается разноцветными гранями, сияет, расширяет границы света. Вы становитесь частью этого кристалла. Вы также начинаете приобретать твердость кристалла, его чистоту и красоту. Вы становитесь таким же негибким, красивым и вечным, как ваш кристалл.

4. Представьте, что кристалл наделяет вас самыми лучшими качествами и свойствами души. Вы можете исцелять, вдохновлять, предвидеть будущее, исполнять желания. У вас все получается, и у вас все хорошо!

5. Прочитайте **великую мантру драгоценности:**

ОМ БИПУЛА ГАРБЕ МАНИ ПРАБЕ
ТАТЬЯГАТА НИРДЕ ША НЕ
МАНИ МАНИ СУ ПРАБЕ БИМАЛЕ
САГАРА ГАМБИРЕ ХУМ ХУМ
ДЖВАЛА ДЖВАЛА БУДДА ВИЛОКИТЕ
ГУХЬЯШТИТА ГАРБЕ СВАХА
ОМ МАНИ ВАДЖРА ХУМ
ОМ МАНИ ДХАРЕ ХУМ

6. С этим чувством выходите из медитации и приступайте к обычной жизни, имея новые качества сияющего кристалла.

Совет: напишите эту мантру золотом на листе ватмана и повесьте в прихожей над входной дверью. Ни один человек с плохими намерениями не сможет даже приблизиться к вашему дому и не сможет принести вам никакого вреда. Ваш дом будет защищен даже во время катаклизмов.

Медитация «Внутренний свет»

1. Устройтесь поудобнее, лучше всего лежа. Но перед этим позаботьтесь о том, чтобы хотя бы полчаса вас никто не беспокоил. Отключите телефон, выключите радио, телевизор и отправьте домочадцев в кино.

2. Расслабьтесь. Закройте глаза. Проойдитесь внутренним взглядом по телу, от кончиков пальцев ног до макушки. Представьте, как мягкая теплая волна расслабления омывает все ваше тело. Напряжение уходит, усталость исчезает, вас окутывает покой.

3. Прислушайтесь к ритму своего дыхания: вдох-выдох, вдох-выдох... Отпустите все мысли, просто не привязывайтесь ни к одной из них. Как только чувствуете, что погружаетесь в какую-то мысль, вернитесь к дыханию: вдох-выдох, вдох-выдох.

4. Представьте, как вы летите в бесконечном космическом пространстве между звезд. Наслаждайтесь чувством полета! Вы абсолютно свободны и счастливы! Вы можете лететь с космической скоростью, так, что звезды вокруг превращаются в сияющие полосы света. А можете замедлить ход, чтобы полюбоваться рождением новой звезды или хороводом планет вокруг незнакомого солнца. Почувствуйте, что вы летите не в холодном пустом пространстве, а в живом, обитаемом, мыслящем, дышащем. Каждая звезда здесь – живая. Каждая пульсирует в одном ей свойственном темпе. Каждая излучает уникальную, только ей присущую энергию.

5. А теперь среди бесконечного многообразия звезд выберите самую прекрасную, ту, которая притягивает ваш взгляд, манит к себе... Приблизьтесь к ней и рассмотрите во всех деталях. Какого цвета ваша звезда? Насколько она яркая? Какая энергия исходит от нее, какие чувства и ощущения она у вас вызывает?

6. Эта звезда – ваша! Это звезда вашей Счастливой Судьбы, именно та, под которой вы родились на свет. Впустите ее свет в свое сердце, наполнитесь энергией этой звезды. Почувствуйте, как вы сами начинаете светиться ее лучистым сияющим светом. Почувствуйте пульсацию своей Живой Звезды в собственном сердце, ощутите ее ласковое светлое тепло в своем теле...

7. Сейчас вы соединились с собственной Счастливой Судьбой! Постарайтесь сохранить эти глубинные переживания как можно дольше. Пусть свет Живой Звезды никогда не меркнет в вашем сердце!

8. Постепенно возвращайтесь в свое тело. Откройте глаза, пошевелите пальчиками. И почувствуйте, насколько по-другому вы теперь ощущаете себя. Свет Живой Звезды согревает ваше сердце и освещает ваш путь!

Упражнение «Легкость»

Это упражнение поможет легко воспринимать самые неприятные события в вашей жизни и войти в колею светлой полосы удачи.

1. *И. п.* Встаньте прямо. Руки согните в локтях, а локти прижмите к бокам.

2. Подышите диафрагмой.

3. Затем сильно сожмите кисти в кулаки, сосредоточив в них все свое напряжение и дурные мысли, и резко разожмите, выкидывая растопыренные пальцы вперед. Представьте, как вместе с расслаблением кулаков вы освобождаетесь от усталости и негатива.

4. Повторите упражнение несколько раз.

Практика «Как справиться с раздражением?»

1. Займите обычную позу для медитации. Сосредоточьтесь на своем дыхании.

2. Поставьте перед собой задачу научиться принимать людей такими, какие они есть, с любовью.

3. Вместе с дыханием мысленно скажите: *«Я желаю, чтобы все люди после общения со мной становились более счастливыми и забывали о своих несчастьях. Я желаю всем счастья. Я желаю всем счастья. Я желаю всем счастья!»*

4. Когда вы почувствуете незримые положительные изменения, скажите: *«Я радуюсь своему новому состоянию высшего понимания. У меня все хорошо. Я счастлив!»*

5. Постепенно выйдите из медитации.

Медитация «Избавление от негатива окружающего мира»

Мой опыт наблюдений позволяет заметить, что энергии нашей чудесной планеты Земля не находятся в равновесии сейчас. Участвовавшие случаи наводнений, землетрясений и извержений вулканов не только тревожат, но приносят множество страданий сотням и тысячам ни в чем не виновных людей. Только не надо думать, что мы здесь бессильны.

Как бы не так! Вспомните, что мы очень многое можем, особенно если научимся концентрировать свою психическую энергию на решении проблем. Таким образом, мы можем помочь исцелить планету! Разве это не вдохновляет? По крайней мере попробовать всегда можно. И поэтому этот опыт медитации я посвящаю именно исцелению Земли.

1. Примите удобную позу. Включите приятную медитативную музыку, можно звуки природы, воды, пение птиц. Закройте глаза, успокойтесь, постепенно расслабьте все тело. Если какая-то часть тела напряжена, мысленно пошлите туда свое дыхание, и она расслабится. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха. Сформулируйте конкретное намерение для этой медитации.

2. Сейчас вы хотите очистить Землю от накопившегося негатива, исцелить планету. Представьте, что вы видите Землю из космоса. Она такая красивая, небольшая и беззащитная. Направьте на нее луч вашего внимания.

3. Наполните сердце любовью. Представьте, что вы окутываете Землю потоком белого цвета.

4. Проговорите мантру несколько раз:

ХНУГ ВАДЖРА ПЭ

ХНУГ ВАДЖРА ПЭ

ХНУГ ВАДЖРА ПЭ

5. Мысленно проникните взором в глубь Земли, представьте, какие там происходят процессы, как кипит лава. Если вы чувствуете напряжение под земной корой, направьте туда энергию спокойствия и умиротворения. Повторяйте:

ХНУГ ВАДЖРА ПЭ

ХНУГ ВАДЖРА ПЭ

ХНУГ ВАДЖРА ПЭ

6. Почувствуйте, что вы действительно производите перемены. Возьмите земной шар в руку. Посмотрите на него с любовью. Обратитесь к Земле мысленно примерно так:

«Моя дорогая планета. Столько лет ты служила мне домом, ты кормила и продолжаешь кормить моих предков, меня и моих детей. Спасибо тебе большое. Ты терпеливо носишь все то, что мы, твои неразумные дети, творим с тобой. Прости нас, пожалуйста. Теперь настало время мне позаботиться о тебе как о своей любимой матери. Я направляю тебе всю свою энергию любви и благодарности.»

ХНУГ ВАДЖРА ПЭ

ХНУГ ВАДЖРА ПЭ

ХНУГ ВАДЖРА ПЭ

7. Почувствуйте, что на духовном плане перемены произошли. Вы внесли положительные изменения в состояние планеты.

ХНУГ ВАДЖРА ПЭ

ХНУГ ВАДЖРА ПЭ

ХНУГ ВАДЖРА ПЭ

8. Постепенно выйдите из медитации.

Поздравляю вас, друзья! Теперь вы тоже стали необычными людьми, которые несут духовную ответственность за то, что происходит в вашей жизни и в жизни нашей планеты! Вы позволили себе выйти из ограничений материального мира и допустили в свою жизнь возможность чуда и волшебства. Дальше будет еще лучше и интереснее.

Аффирмации в помощь

Самое лучшее завершение практических упражнений – это произнесение чудесных аффирмаций, которые вполне способны преобразить вашу жизнь:

- ◆ Негативные мысли и суждения не оказывают на меня никакого влияния на любом уровне мышления!
- ◆ Я излучаю позитив!
- ◆ Я притягиваю к себе только хорошее!
- ◆ Мой путь всегда светел и позитивен!
- ◆ Удача и успех со мной!

Рекомендую вам произносить эти аффирмации каждый раз, когда грусть или печаль охватит вашу прекрасную душу. Вам станет лучше незамедлительно, можете проверить!

Учимся любить себя!

Если, когда вы ходите, стоите, сидите или лежите в состоянии полного покоя, вы увидите свет, пусть даже неяркий, приглушенный. Это ваш внутренний свет

Бодхидхарма

И снова я начну разговор с мудрой притчи. Один образ понятнее и ярче тысячи высокоумных слов!

У доброго крестьянина было два больших кувшина, в которых он носил воду. Один кувшин был с трещиной: пока крестьянин шел от ручья домой, в нем оставалось воды едва ли до половины. Цельный кувшин был горд своим совершенством: он не проливал по пути ни капли! А треснувший кувшин стыдился своего несовершенства, ведь он и половины того, что в него наливали, не мог донести...

Однажды у ручья треснувший кувшин заговорил со своим хозяином: «Прости, мне очень стыдно, из-за трещины вода вытекает – я больше не могу служить тебе».

Крестьянин же ответил ему: «Заметил ли ты, что вдоль дороги от ручья к дому цветы растут только на твоей стороне? Я всегда знал о твоей трещине и сажал семена цветов на твоей стороне дороги, потому что был уверен: каждый день ты будешь поливать их водой из ручья. Если бы ты не был собой, не было бы и этих цветов, которые украшают мою жизнь!»

Я хочу напомнить вам, мои дорогие, о том, что все мы, каждый человек на нашей прекрасной планете, есть выражение, образ и подобие Бога-Творца.

У нас есть удивительное, поистине Божественное качество исполнять свои желания и реализовать свои мечты!

Более того, мы обладаем возможностью материализовать свои внутренние ожидания. Что это такое?

Все то, что мы с вами думаем о себе, начинает постепенно воплощаться в жизни. Если человек не любит себя, относится к себе и другим цинично, то он начинает создавать такой мир вокруг себя, который полностью соответствует его внутреннему состоянию. То есть мир ограничений, предательства, убогости. А если же человек абсолютно и бесповоротно уверен в своем высоком предназначении, любит и уважает себя и других и устремлен только на успех – в итоге его бедность превращается в богатство, одиночество – в счастливые отношения, а недомогание – в здоровье. В каждом из нас сокрыт удивительный потенциал – наше высшее предназначение!

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.