

**Ирина Громова
Ирина Райтс
Оливия Энджел**

**волшебная
книга
аффирмаций**

**Зарядись
ПОЗИТИВОМ!**

СЕРИЯ: УРОКИ ШКОЛЫ ИЗОБИЛИЯ

Ирина Громова

Волшебная книга аффирмаций

«Издательские решения»

Громова И.

Волшебная книга аффирмаций / И. Громова — «Издательские решения»,

Книга «Волшебные аффирмации» — неотъемлемая часть методики «Успех уже в твоих руках», которую разработали её авторы, эксперты и редакторы журнала «Школа Изобилия». Она реально помогает сократить потери энергии и накопить внутренний ресурс, который Вы направите на решение задач или исполнение желаний. Книга продумана и построена по принципу точечной китайской медицины. Там, где не хватает силы и решимости, — она вдохновит. Там, где избыток эмоций, — выровняет. Читайте и наполняйтесь позитивом!

© Громова И.

© Издательские решения

Содержание

Вступление	6
1. Алгоритм идеальной affirmации	8
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Волшебная книга affirmаций
Зарядись позитивом!
Ирина Громова
Ирина Райтс
Оливия Энджел

© Ирина Громова, 2016

© Ирина Райтс, 2016

© Оливия Энджел, 2016

© Ирина Петровна Громова, дизайн обложки, 2016

Редактор Анжелика Борисовна Галицкая

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Вступление

*«Волшебная книга Affirmаций»
В каком порядке вы бы её ни читали – всё равно достигнете
нужного результата.*

Уважаемые дамы и господа, вы читаете еще одну книжку, написанную для Вас на одном дыхании экспертами «Школы Изобилия».

Что в ней?

Во-первых, неиссякаемый заряд бодрости. Даже если её прочитать целиком или выборочно, причем, не важно, в каком порядке – Вы получаете колоссальный приток положительной энергии. Или наоборот, если сейчас Вы переполнены ненужной вам эмоцией – Вы сбалансируетесь.

Наша книга продумана и построена по принципу точечной китайской медицины. Там, где не хватает силы и решимости – она вдохновит. Там, где избыток сомнений, волнений, лишних эмоций – она успокоит.

Вы можете читать все подряд или выборочно. Вы можете читать с начала до конца или с конца в начало. Вы можете даже использовать её как гадание, наугад открывая страницу или задумывая нужную строчку снизу или сверху. Неважно, книга сработает даже в том случае, если её просто положить под подушку.

В ней собрано столько разумного позитива, что она способна вдохновить грустного, оживить мертвого. Или успокоить слишком живого, гиперактивного (в хорошем смысле) – как Вам будет угодно.

Во-вторых, она полезна тем, что в ней собрана целая кладезь современной человеческой мудрости.

Не все приведённые здесь мысли – оригинальны. Как может быть оригинальной, например, мысль: «Я абсолютно счастлив (а)!» Понятно, что она одновременно может приходить в голову тысячам и даже миллионам людей. И даже если мы являемся авторами какого-то умозаключения, это не значит, что мысль не витает в воздухе и её не мог поймать кто-то ещё.

Зато, если мы что-то у кого-то подсмотрели и подслушали, мы гарантированно проверили. И точно знаем, как affirmation действует на нас самих и добровольцев из клиентов и партнеров нашей «Школы Изобилия».

Право попасть в эту книгу заслуживает только та мысль или фраза, которая гарантированно поможет. И уж точно не навредит.

И, в-третьих, у нашей книги есть свой секрет. Мы составляли её по волшебному алгоритму одного из наших наставников – тибетского ламы-бадарчина высокого звания, Тобгяла, (что в переводе с тибетского означает Бог-Хранитель). Кстати, его история описана в новом романе одного из соавторов этой книги Ирины Громовой – «Улыбка фараоновой собаки».

Возможно, наш читатель настолько проницателен, что разгадает этот секрет уже в процессе прочтения. В любом случае, мы даем разгадку на одной из страниц. Это наш особенный бонус лучшему читателю. В дальнейшем, Вы сможете его использовать при составлении своих речей, статей, книг или обращений. Зная этот секрет, Вы обеспечите вашей работе (речи, лек-

ции, статье, книге) безусловный успех. И это только один из подарков. Все остальные – Вы тоже найдете в самой книге.

Написание книги не закончено, оно продолжается. Каждый день мы заполняем еще одну или несколько страниц. И мы будем рады и благодарны, если Вы тоже станете соавторами и поделитесь своими лучшими affirmациями. Так, постепенно мы с Вами напишем большую книгу человеческой мудрости начала третьего тысячелетия.

Если Вы желаете стать соавтором и хотите научиться писать affirmации, то сразу расскажем, как надо правильно их писать.

1. Алгоритм идеальной affirmации

Что нужно знать, чтобы правильно составить волшебную фразу?

Выявите причину вашей проблемы. Допустим, у вас сломалась молния на сапоге.

Найдите один или несколько способов решения вашей проблемы. Например, решить её можно если:

- а) вшить новую молнию самому;
- б) отнести в ремонт к сапожнику;
- в) выкинуть и купить новые сапоги;
- г) другое.

Чувствуете, мы в тренде и составляем текст, как в любимом нашим народом экзамене ЕГЭ?

Составьте affirmацию, в смысл которой заложена идея решения вашей проблемы (мы в нашей школе любим слово «задачи»).

Affirmация составляется в настоящем времени таким образом, как будто проблема уже решена. «Я удачно (легко, быстро, недорого) отремонтировала сапоги». Или: «Я купила двести пар новых сапог».

Постарайтесь исключить частицы «не», «ни», и слово «нет». Пишите жизнеутверждающие вещи. Фразу типа «Я никогда не буду жить в нищете» меняем на утвердительное: «Я живу в полном изобилии и достатке».

Подойдите к ситуации реально. Если Вы неожиданно закажете двести пар сапог, а ваше желание каким-то удивительным образом исполнится, то, возможно, новая обувь займёт всю вашу квартиру. Поэтому, может быть, стоит начать не с ремонта сапог, а сразу с нового дома. И мы смеем предположить, если с новым большим домом, куда вы поместите гардероб на двести пар сапог, Вы каким-то образом вопрос решите, то к сапожнику идти уже не придется.

4. Выучите вашу affirmацию или начитайте на диктофон. Пусть звучит постоянно, как молитва. До тех пор, пока не материализуется.

Возможно, пока новые сапоги (двести пар, новый дом с гардеробом на двести пар обуви) материализуются – есть смысл сходить к сапожнику и отремонтировать старые.

Affirmация – это, конечно, волшебная кнопка. Но мы рассматриваем её, как импульс к действию (или, наоборот, не действию). Она дает энергию на то, чтобы у нас хватило сил и мотивации это сделать. Она перенастраивает энергию в нужное русло. И да, путем убеждения самих себя в чём-то, уберегает нас от нецелесообразных действий.

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.