

АНДЭГО

Аффирмации успеха и здоровья для женщин



АНДЭГО

**Аффирмации успеха
и здоровья для женщин**

«Издательские решения»

АНДЭГО

Аффирмации успеха и здоровья для женщин / АНДЭГО —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-749327-1

Эта книга даёт Вам возможность с помощью аффирмаций задействовать Ваши потенциальные способности, развить качества, необходимые для исполнения Ваших желаний. Специально подобранные слова дают импульс сознательному использованию способностей, активируют жизненную силу для достижения Ваших целей. Человек с помощью мыслей способен сформировать новую реальность. Книга содержит 35 программ аффирмаций по различным направлениям.

ISBN 978-5-44-749327-1

© АНДЭГО
© Издательские решения

Содержание

Введение	6
Укрепление здоровья	9
Самоисцеление	11
Активизация иммунитета	12
Трезвость	14
Спокойное дыхание	17
Стройное тело	19
Омоложение	21
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Аффирмации успеха и здоровья для женщин

АНДЭГО

Оформление обложки Олег Владимирович Черноусов

© АНДЭГО, 2019

ISBN 978-5-4474-9327-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Издавна известно чудотворное воздействие заговоров, молитв, исцелений словом. Во все времена и во всех народах существуют традиции применения специальных словесных формул для достижения определённых целей: здоровье, успех, благополучие, удача. Магия слова способна открыть в самом человеке его внутренние силы и способности, запустить механизмы самооздоровления, достичь желаемых целей. Практикуя аффирмации, Вы открываетесь силе, дающей импульс к обновлению и преображению. Раскройте свой потенциал развития! Берите свою судьбу в свои руки! Создавайте своё счастье!

Эта книга даёт Вам возможность с помощью аффирмаций задействовать Ваши потенциальные способности, развить качества, необходимые для исполнения Ваших желаний. Специально подобранные слова дают импульс сознательному использованию способностей, активируют жизненную силу для достижения Ваших целей. Человек с помощью мыслей способен сформировать новую реальность. Метод произнесения аффирмаций даёт возможность открыть в себе жизненную силу и направить её на достижение счастья. Практика речевых методик развивает заложенные в нас творческие способности, формирует позитивные мысли, преобразующие сознание и жизнь. Вы повысите уровень интеллекта, откроете неизвестные грани себя, улучшите результативность. Избавляйтесь от ограничений познания, формируйте позитивные мысли, живите в гармонии с собой и миром!

Метод повторения утверждений даёт более отчётливое представление о цели и средствах её достижения. Посредством словесных утверждающих установок – аффирмаций возможно направленно и эффективно развивать способности действовать, достигая своих целей. Во время упражнений с аффирмациями представляйте ясно и чётко желаемую цель. Достигайте своих целей. Занятия практикой аффирмаций позволяют сконцентрировать намерение эффективного решения задач и прогнозирования результатов действий. Аффирмации содержат в себе алгоритм позитивного мышления и активизируют потенциал внутреннего развития. Практика произнесения аффирмаций способствует развитию осознания личностных особенностей и делает возможным целенаправленное развитие позитивных качеств. Преодолевайте трудности на жизненном пути! Добивайтесь успехов во всём! Делайте свою жизнь насыщенной, радостной, увлекательной!

«Слово лечит» – это древняя мудрость, с помощью слова можно лечить заболевания, повышать иммунитет и энергетические возможности организма. Посредством произнесения утверждений, практикующий акцентирует внимание на внутренних чувствах, развивая энергоинформационные связи сознания и тела. Метод произнесения речевых формул несёт функцию управления внутренними процессами, нормализуя деятельность органов и систем организма. Практика аффирмаций расширяет диапазон адаптивных возможностей, активизирует взаимодействия воли, разума, организма в плане гармонизации и оздоровления. Метод произнесения словесных утверждений помогает настроиться на связь с природной силой, развить жизненную энергию. Вы имеете способности обретения связи с силой космоса. Вы сможете почувствовать связь с энергией природы, открыться её живительным силам.

Исцеление словом – это реальность. Специально подобранные программы аффирмаций дают лечебный эффект. Улучшайте состояние своего здоровья. Во время произнесения аффирмаций стремитесь к более полному выражению своих чувств и эмоций. Вкладывайте в Ваши высказывания веру и убеждённость в успехе. Преодолевайте любые трудности, развивайте свои способности. Настрой на достижение цели активизирует Вашу жизненную силу, пробуждает способности к управлению своими состояниями. Почувствуйте в себе энергию, вызываемую аффирмациями, ощутите свою силу способную исцелить Вас!

В нас заложена целительная сила, которую можно использовать для самооздоровления. Главное, найти к ней доступ, почувствовать связь с внутренним миром, открыться силе и жизненной энергии исцелит душу и тело. Произнесение аффирмаций способствует настрою на пробуждение связей с целительной силой организма и природы. Намерение достижения здоровья вызывает в Вас активность процессов очищения, адаптации, восстановления. Специально подобранные словесные формулы дают возможность настроить связи с силой, дают заряд позитивных эмоций, направляют энергию на достижение здоровья, молодости, гармонии.

Человек на 70% состоит из воды, и в практике аффирмаций Вы можете использовать воду, её естественное свойство записывать в себе энергоинформационные данные. Поставьте рядом стакан воды и энергетический заряд, формируемый произнесением аффирмаций, переходит на воду. Употребляя эту заряженную воду, Вы дополнительно получаете позитивный заряд, улучшающий жизненные процессы организма.

Наряду с положительным воздействием аффирмационных программ на функциональную активность органов и систем организма также происходит улучшение психологического состояния. Практика произнесения аффирмаций способствует развитию позитивных качеств личности, улучшению психоэмоциональных и физиологических процессов. Процесс практики аффирмаций даёт эффект позитивного настроения, что способствует положительному решению психологических трудностей; развивается уверенность, активная позиция, направленная на оздоровление. Освободитесь от стрессов, избавьтесь от неуверенности! Обретайте спокойствие, независимость, здоровье!

Сосредоточенность, вырабатываемая методом повторения утверждений, позволяет более глубокому исследованию внутреннего мира, позитивно изменяются способы мышления. Практика аффирмаций способствует повышению осознанности. С помощью аффирмаций практикующий способен моделировать события в своей жизни и контролировать их течение. Открывайте новые перспективы! Повышайте эффективность мышления! Создавайте своё будущее!

Посредством утверждений можно выявить внутренний потенциал, задействовать возможности для достижения целей. Практика утверждений активизирует память, внимание, мышление, воображение, что позволяет более эффективно анализировать события, принимать верные решения, действовать, достигая позитивных результатов. Достигайте новых уровней в развитии! Повышайте результативность своих действий.

Книга содержит 35 программ аффирмаций по различным направлениям.

Программы оздоровительного плана направлены на развитие позитивного психологического настроения, способствующего оздоровлению, повышению жизненного тонуса.

Аффирмации, направленные на саморазвитие способствуют раскрытию и совершенствованию творческого потенциала, положительных качеств и способностей. Практика произнесения и концентрации на утверждениях стимулирует креативность, активизирует позиции личностного развития.

Аффирмации эзотерического плана, способствуя развитию осознанности и самоанализа ориентированы на самопознание и духовный прогресс.

Практика программ бизнес направления способствует развитию деловых качеств и экономического мышления.

Ряд программ имеет направление на релаксацию, снятие излишнего психического, нервного и мышечного напряжения, способствует процессам отдыха и восстановления организма, дают положительный психологический настрой, способствуют улучшению эмоционального фона.

Систематическое использование метода произнесения аффирмаций

способствует более успешному продвижению в реализации целей. Происходят позитивные изменения в образе жизни, улучшаются взаимоотношения с окружающими. Занимайтесь по возможности ежедневно, и Вы достигнете высоких результатов. Важно практиковать

метод произнесения утверждений, проживая и переживая, те чувства, на которые направлены аффирмации. Выражайте чувства, осознавайте чувства, будьте естественны в проявлении чувств. Наблюдайте за чувствами, изучайте их, направляйте чувства в русло самосовершенствования. Вы будете замечать позитивные изменения, дающие качественно новые возможности в решении задач.

Волшебная сила слова способна развить Вашу уверенность, позитивное мироощущение, улучшить здоровье, наладить хорошие взаимоотношения с друзьями и близкими, на работе и дома. Создавайте свой неповторимый мир здоровья, любви и счастья. Воспользуйтесь шансом стать счастливым. Стремитесь к новым горизонтам, преодолевайте препятствия, делайте невозможное возможным! Будьте счастливыми и дарите счастье другим!

Укрепление здоровья

Жизненная сила природы наполняет меня
Я освобождаюсь от всех страхов
Я избавляюсь от чувства беспокойства
Я чувствую полное спокойствие
Я наслаждаюсь каждым мгновением жизни
Радость наполняет мои чувства
Я избавляюсь от всех тревог
Я испытываю счастье здесь и сейчас
Моя уверенность даёт мне силы
У меня развита сила воли
Я выбираю, то, что мне нужно
Смелость даёт мне силу отстаивать свою позицию
Я пребываю в гармонии с миром
Моё сердце открыто для любви
Я испытываю радость и счастье жизни
Я люблю и ценю себя
Я творческая, уникальная личность
Я нахожу новые возможности
Я освобождаюсь от внутренних противоречий
Общение даёт мне интерес к жизни
Я развиваю в себе осознанность
Я открываюсь созидательной силе природы
Я чувствую единение с миром
Энергия природы даёт исцеление организму
Мои органы получают живительную силу
Улучшается состояние моих органов
Мои органы исцеляются от заболеваний
Происходит восполнение жизненной энергии
Мои органы работают слаженно
Происходит улучшение работы моих органов
Мои органы очищаются
Мои органы принимают исцеляющую энергию
Мои органы исцеляются
Мои органы укрепляются
Хорошее кровообращение даёт моим органам необходимые питательные вещества
Происходит очищение моих органов
Ткани моих органов получают кислород
Клетки моих органов обновляются
Мои органы работают хорошо
Мои органы очищаются от болезнетворных веществ
Мои органы оздоравливаются
Исцеляющая сила проникает во все клетки органов
Колоссальная космическая энергия укрепляет мои органы
Потоки исцеляющей энергии оздоравливают мои внутренние органы
Происходит обновление органов
Исчезают все боли

Происходит накопление жизненной силы
Значительно улучшается моё самочувствие

Самоисцеление

Клетки моих органов получают огромный заряд целительной силы
Клетки и ткани органов восстанавливаются
Все элементы моего организма возрождаются
Происходит восстановление моих органов
Светлая энергия создаёт гармонию общего состояния
Энергия здоровья исцеляет мои органы
Элементы сознания и тела пребывают в гармонии
Происходит укрепление органов
Клетки моего организма получают светлую исцеляющую энергию космоса
Проходят все болезни
Происходит оздоровление моих органов
Все клетки моего организма пребывают в гармонии с природой
Клетки моего организма пребывают в состоянии здоровья, силы и гармонии
Происходит исцеление моих органов
Жизненная энергия возрождает все клетки моего организма
Мой организм возрождается
Чистая природная сила омывает все элементы моего организма
Происходит возрождение клеток и тканей моего организма
Нормализуется деятельность моих органов
Происходит излечение моих органов
Светлая космическая энергия очищает, исцеляет и обновляет все элементы моего организма.
Происходит нормализация обмена веществ
Повышается качество обменных процессов
Повышается уровень иммунитета
Происходит лечение моих органов
Возрастают защитные силы моего организма
У меня сильный иммунитет
Здоровье моё крепкое
Мой иммунитет получает огромную силу
Возрождающая сила проникает во все элементы моего организма
Природная энергия даёт силы для оздоровления

Активизация иммунитета

Во мне активизируются процессы оздоровления
Чудесная, лучистая энергия Космоса очищает и исцеляет меня
Возрастает сила моего иммунитета
Сила развития благотворно воздействует на мой организм
Природная энергия огромной силы исцеляет все клетки моего организма
Исцеляющая сила Космоса проникает во все ткани организма
Активизируются процессы очищения организма
Сверхмощная энергия природы укрепляет все мои органы
Природная энергия огромной силы исцеляет все ткани моего организма
Мириады клеток получают светлую очищающую энергию
Возрастает жизненная сила всех клеток моего организма
Природная энергия огромной силы исцеляет все мои органы
Целебная сила природы оздоравливает все клетки моего организма
У меня крепкое здоровье
Активизируются процессы восстановления всех тканей моего организма
Природная энергия огромной силы исцеляет все элементы моего организма
Сверхмощная энергия природы укрепляет механизмы иммунной системы
Возрастает жизненная сила всех обменных процессов
Активизируются процессы клеточного дыхания
Животворящая космическая сила наполняет все клетки моего организма
Мощная сила Космоса проникает во все структуры организма
Щедрая сила природы дарит мне здоровье, молодость, красоту
Природная энергия здоровья наполняет все клетки моего организма
Активизируются процессы взаимодействия органов и систем организма
Целебная сила природы оздоравливает все ткани моего организма
Светлая сила Космоса проникает во все клетки организма
Возрастает работоспособность всех моих органов
Становится гармоничной работа все моих органов
Исцеляющая космическая энергия уравнивает активность процессов обмена

веществ

Сверхмощная энергия природы укрепляет все клетки моего организма
Активизируются процессы очищения всех клеток моего организма
Животворящая космическая сила наполняет все ткани моего организма
Природная энергия здоровья наполняет все частицы моего организма
Энергия Космоса укрепляет все мои органы
Повышается тонус всего организма
Возрастает работоспособность всех клеток моего организма
Здоровая энергия природы исцеляет все частицы моего организма
Активизируются процессы очищения всех тканей моего организма
Животворящая космическая сила наполняет весь мой организм
Очень мощная энергия природы восстанавливает мои силы
Постоянный поток космической энергии восполняет микро и макро элементы в моём

организме

Активизируются процессы очищения всех моих органов
Целебная сила природы оздоравливает все мои органы
Я развиваюсь духовно и физически

Природная энергия здоровья наполняет весь мой организм
Становится гармоничным взаимодействие клеток и систем организма
Мощная сила природы укрепляет клетки моего организма
Активизируются процессы восстановления организма
Здоровая энергия природы исцеляет все клетки моего организма
Потоки космической энергии восполняют элементный состав моего организма
Природная энергия здоровья наполняет все ткани моего организма
Грандиозная энергия Вселенной вливает в меня силы красоты, молодости и здоровья
Здоровая энергия природы исцеляет все мои органы
Активизируются процессы восстановления всех клеток моего организма
Становится крепким иммунитет
Целебная сила природы оздоравливает весь мой организм
Мощная сила природы укрепляет все мои органы
Изливаются на меня потоки космической энергии исцеления, наполняя меня силой и здоровьем

Я чувствую себя энергичной
Природная энергия здоровья наполняет все мои органы
Активизируются процессы восстановления всех моих органов
Животворящая энергия Вселенной проникает во все клетки организма
Чудесная, сверкающая энергия звёзд дарит мне радость и любовь
Здоровая энергия природы исцеляет весь мой организм
Происходит усиление иммунитета
Я чувствую себя сильной и молодой
Постоянные потоки природной силы восполняют элементы всех клеток моего организма
Активизируются процессы самоисцеления
Здоровая энергия природы исцеляет все ткани моего организма
Изобилие природной энергии щедро одаривает меня молодостью и здоровьем
Мощная сила природы укрепляет мою внутреннюю силу
Яркая энергия Космоса излучает силы здоровья, исцеляя весь организм
Активизируются процессы самовосстановления организма
Сияющая энергия природы омывает меня
Целебная сила природы оздоравливает все структуры моего организма
Гармонизируются биоритмы моего организма
Укрепляются защитные силы организма
Изобильная энергия Космоса восполняет силы моего организма
Возрастает крепость иммунной системы
Здоровая энергия природы исцеляет меня
Мой иммунитет сильный и неокрушимый

Трезвость

Я расслабляюсь
Я спокойна
Я чувствую себя хорошо
Я дышу спокойно
Я спокойна и уверена в себе
Я хочу, и буду решать свои проблемы
Я очень хочу бросить пить
Я имею твёрдое решение отказаться от алкоголя
У меня пропал интерес к выпивке
Я отвергаю желание выпить
У меня сильная воля бросить пить
Я в состоянии отказаться от спиртного
Я убеждена, в том, что я брошу пить
Я творец своей судьбы
Я настроена на победу
Я преодолеваю все препятствия
Я совершенно равнодушна к алкоголю
Я имею желание бросить пить
Я твёрдо решила бросить пить
Я чувствую сильное отвращение к спиртному
Сама мысль об алкоголе мне очень противна
Я ощущаю сильное отвращение к алкоголю
Отвращение к алкоголю становится всё сильнее
Противное ощущение возникает у меня при мысли о спиртном
Всегда, когда я вижу спиртное, отвращение усиливается
У меня твёрдая решимость бросить пить
Я приняла безоговорочное решение бросить пить
Я свободна в своём выборе бросить пить
Я хочу и могу бросить пить
Я прекращаю употреблять алкоголь
У меня крепкое желание бросить пить
Мне противен алкоголь
Я имею в себе силы бросить пить
Я решительно настроена бросить пить
Я бросаю пить
Я убеждена в своих силах бросить пить
У меня твёрдое намерение бросить пить
У меня очень сильное желание бросить пить
У меня твёрдое решение вести трезвый образ жизни
Я спокойна и уравновешена
Я в состоянии отказаться от спиртного
Я сильно хочу бросить пить
Я испытываю сильное отвращение к алкоголю
Отвращение к спиртному становится всё сильнее
Уже вид наполненного бокала вызывает во мне отвращение
При ощущении запаха спиртного мне становится дурно

Сама мысль об алкоголе вызывает во мне сильное отвращение
Я прекращаю употреблять алкоголь
Я в состоянии отказаться от спиртного
Мне противен алкоголь
Я испытываю сильное отвращение к спиртному
Если я когда-нибудь выпью хоть один глоток алкоголя мне сразу станет так плохо, что
даже стошнит
Я бросила пить
Я преодолеваю все препятствия
У меня серьёзное намерение вести трезвый образ жизни
Я чувствую себя лучше оттого, что бросила пить
Я свободна в своём выборе бросить пить
У меня сильное желание бросить пить
Я перестаю употреблять алкоголь
Я рада, что бросила пить
Мне хорошо без алкоголя
Я свободна от алкоголя
Мне противно пьяное состояние
Я бросаю пить
У меня твёрдое решение вести трезвый образ жизни
Я прекращаю принимать алкоголь
Я свободна в своём выборе бросить пить
Я полностью равнодушна к алкоголю
С каждым днём мне становится всё лучше
У меня прекрасное настроение
Я чувствую счастье
Я рада, что бросила пить
Я совершенно свободна
Я чувствую заряд бодрости и силы
Я полна сил
Я творец своей жизни
Я всегда нахожу выход из самых запутанных ситуаций
Я уверена в себе всегда и везде
Я чувствую в себе мощную энергию здоровья
Я чувствую себя очень хорошо
Я легко преодолеваю препятствия
Я делаю свои мечты реальностью
Я творец своей судьбы
Я уверена в себе
Я чувствую лёгкость
Я настроена на победу
Возрастает моя жизненная сила
Я чувствую себя лучше оттого, что бросила пить
Я свободна, здорова и счастлива
Я спокойна и уравновешена
У меня хорошее настроение
Я радуюсь каждому мгновению
Я преодолеваю все препятствия
Я воплощаю свои мечты в реальность

Я творец своего счастья
Я люблю жизнь
Я полна энергии и жизненной силы
Я пребываю в гармонии
Я спокойна и уверена в себе
Я счастлива и свободна
Я уверена в себе всегда и везде

Спокойное дыхание

Я спокойна
Я расслаблена
Мне хорошо
Я дышу медленно
Я чувствую тепло во всём теле
Я дышу спокойно
Я чувствую тяжесть в теле
Я дышу равномерно
Я чувствую комфорт во всём теле
Моё дыхание плавное
Во мне спокойствие и тишина
Моё дыхание лёгкое
Мысли проплывают, словно облака в небе
Я дышу расслабленно
Моё сознание чистое и ясное
Я дышу без напряжения
Я вдыхаю...
Я выдыхаю...
Я спокойна
Я вдыхаю...
Я выдыхаю...
Моё тело расслабленно
Я вдыхаю...
Я выдыхаю...
Мне хорошо
Я вдыхаю...
Я выдыхаю...
Моё дыхание свободно
Я вдыхаю...
Я выдыхаю...
Я чувствую прилив сил
Я вдыхаю...
Я выдыхаю...
Беспокойство уходит от меня
Я вдыхаю...
Я выдыхаю...
Я сильная личность
Я чувствую свой вдох...
Я чувствую свой выдох...
Оздоровливается мой организм
Я чувствую свой вдох...
Я чувствую свой выдох...
От меня уходят все болезни
Я чувствую свой вдох...
Я чувствую свой выдох...
Сила и здоровье во мне

Я чувствую свой вдох...
Я чувствую свой выдох...
Усиливается мой иммунитет
Я чувствую свой вдох...
Я чувствую свой выдох...
Я пребываю в гармонии радости и здоровья

Стройное тело

Я становлюсь стройной
Я становлюсь привлекательной
Я избавляюсь от лишнего веса
Уходят лишние килограммы
Я избавляюсь от жировых отложений
Я обретаю стройную, красивую форму
Я чувствую лёгкость во всём теле
Я ощущаю прилив сил
Клетки моего организма пребывают в состоянии здоровья, силы и гармонии
Я эффективно сбрасываю лишний вес
Мой организм оздоравливается
Эффективно расщепляются жиры
Уходит тяжесть из тела
Природная энергия восстановления возрождает мой организм
Моя фигура становится стройной
Моё тело освобождается от лишнего веса
У меня лёгкая походка
Я имею прекрасную форму
Природная энергия огромной силы исцеляет все клетки моего организма
У меня прекрасная фигура
С каждым днём я становлюсь более привлекательной
Целебная сила природы оздоравливает весь мой организм
Сияющая энергия природы омывает меня
Мои бёдра и ягодицы освобождаются от лишнего веса
Я излучаю уверенность
У меня стройные ноги
Моя походка уверенная
Улучшается обмен веществ в организме
Моя спина освобождается от лишних жиров
Я стройная
Я чувствую лёгкость во всём теле
Мой живот освобождается от жировых отложений
У меня подтянутый живот
Я чувствую оздоровление всего организма
На шее и подбородке уходят жировые отложения
У меня становятся красивыми шея и подбородок
У меня прекрасное настроение
У меня хорошее самочувствие
Мои щёки освобождаются от жировых отложений
Я хорошо выгляжу
С каждым днём я становлюсь лучше и лучше
Моя фигура обретает хорошую форму
Я чувствую прилив сил
Мой организм оздоравливается
У меня красивое здоровое тело
Я чувствую лёгкость во всём теле

Я чувствую душевный подъем
Я ощущаю прилив сил
Я имею превосходную фигуру
Я стройная и привлекательная
Я чувствую радость и наслаждение жизнью
Я пребываю в гармонии, любви и счастье

Омоложение

Весь мой организм постоянно омолаживается
Природная энергия огромной силы исцеляет мой организм
Активизируются процессы омоложения клеток моего организма
Молодеют все клетки и ткани моего организма
Безбрежная энергия Космоса дарует мне силу молодости
Происходит постоянное активное возрождение всех органов и систем организма
Активизируются процессы обновления всего организма
Неиссякаемый источник молодости наполняет меня силой обновления, возрождая меня
Природная энергия восстановления возрождает все клетки организма
Происходит активное омоложение всех моих органов
Энергия обновления омолаживает все клетки моего организма
Ткани моего организма постоянно омолаживаются
Непрерывная активная сила возрождения восстанавливает весь мой организм
Потоки грандиозной природной силы даруют молодость, обновляя все клетки моего организма
Природная сила обновления омолаживает меня все мои органы
Космическая энергия колоссальной силы исцеляет миллиарды клеток моего организма
Непрерывные потоки космической энергии возрождают меня
Клетки моего организма постоянно возрождаются
Происходит интенсивное обновление моего организма
Бесконечная грандиозная энергия Космоса дарует мне силы молодости, красоты, здоровья

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.