

НАТАЛЬЯ

Более 10 000 000 читателей

ПРАВДИНА

БОЛЬШАЯ КНИГА

Везения и процветания

1. УЗНАЙ!
как стать
магнитом удачи

2. ОТКРОЙ!
18 шагов
к успеху
и везению

3. ПОЛУЧИ!
поддержку
Вселенной
в любом деле

Лучшие практики
от Мастера Счастливой жизни



Лучшие практики от Мастера Счастливой жизни (АСТ)

Наталия Правдина

**Большая книга
везения и процветания**

«АСТ»

2015

Правдина Н. Б.

Большая книга везения и процветания / Н. Б. Правдина —
«АСТ», 2015 — (Лучшие практики от Мастера Счастливой жизни
(АСТ))

ISBN 978-5-17-085654-1

Кем вы хотели стать, когда были маленькими? Кто был вашим кумиром, любимым героем, на кого вы хотели походить? Помните? Что случилось с вашими мечтами? Вы забыли о них, махнули рукой? Верните ваши мечты на место, и вы навсегда подружитесь с процветанием и везением! В этой формуле успеха убеждена признанный специалист трансформации сознания Наталья Правдина! Практики из этой книги помогут вам вспомнить свою мечту, наполнить ее энергией и верой, а затем отправить во Вселенную, которая обязательно выполнит ваш запрос! Вы научитесь перестраивать ваше подсознание, программируя его на успех, а к вам придет особая сила, опирающаяся на веру и знание. Практики этой книги помогли уже тысячам людей добиться того, о чем они мечтали, каждый, кто выполняет их, обретет шанс взойти на вершину своего успеха!

ISBN 978-5-17-085654-1

© Правдина Н. Б., 2015

© АСТ, 2015

Содержание

От автора	6
Введение	7
Тайна успеха № 1	9
Практикум успеха. Волшебная палочка мечты	13
Аффирмации в помощь	16
Тайна успеха № 2	17
Практикум успеха. Календарь исполнения желаний	22
Аффирмации в помощь	24
Тайна успеха № 3	25
Маленькие подсказки для работы с целями	29
Практикум успеха. Зарядка Я-цели	30
Конец ознакомительного фрагмента.	31

Наталья Борисовна Правдина

Большая книга везения и процветания

Эта книга буквально изучает позитивную энергию. В ней каждое слово, каждая история убеждают, что жизнь может быть лучше, что нет предела для счастья. И начинаешь верить. А как только поверишь, то и мир вокруг меняется. Меня эта книга изменила. Я перестала искать везде проблемы, стала лучше себя чувствовать и смогла решить многие проблемы. Например, наконец-то нашла новую работу. Раньше мне мешала неуверенность, мне казалось, что мне никогда ничего приличного не предложат.

Евгения, Саратов

Я так рада, что случайно наткнулась на серию книг Натальи Правдиной, которые помогли мне изменить свою судьбу. Я прочитала их на одном дыхании и зарядилась от них огромной энергией. Благодаря советам и практикам моя жизнь изменилась на глазах. Я стала уверенной в себе, у меня обнаружили таланты к пению, о которых я даже раньше и не подозревала. Сейчас я чувствую себя абсолютно счастливой. Я выступаю на сцене со своими авторскими песнями. У меня есть масса поклонников, и я знаю, что занимаюсь своим делом. Моя жизнь заиграла новыми красками!

Мария, Москва

Я прочла эту книгу несколько лет назад и могу с уверенностью сказать – работает! Когда увидела новое издание, очень обрадовалась. Знаю, что Наталья Правдина – неутомимая труженица, она постоянно ведет семинары, продолжает учиться сама, осваивает новые техники. Я не ошиблась, в этой книге появились новые очень интересные ритуалы. Спасибо автору за труд и за очередную порцию оптимизма, который помогает идти к своему счастью.

Марина, Санкт-Петербург

Это просто волшебство! Наталья – настоящая фея. Читайте книгу, выполняйте практики, и результат обязательно будет. Я сначала не верила, но эта книга убедила меня в том, что у меня есть шанс стать счастливой. Тут каждое слово пронизано позитивной энергией. Я выполняла несколько ритуалов всего неделю и сразу же получила результат. Не обязательно ждать годы. Желание может сбыться очень быстро!

Татьяна, Псков

Книги Натальи Правдиной вселяют в людей веру в успех! Я отношусь к их числу. Эти книги стали для меня настоящим утешением в сложный период, когда я потеряла любимого человека. Мне казалось, что жизнь закончилась. И только огромная жизненная энергия и позитив, которые я нашла в магических практиках, помогли мне заново родиться. Сейчас я знаю, что все, что ни происходит, все к лучшему. В моей жизни появился любимый человек. Я на седьмом небе от счастья!

Марина, Санкт-Петербург

От автора

Дорогие друзья!

Рада новой встречи с вами!

Я уверена, что за те несколько лет, которые прошли с момента выхода моей книги «Тайны успеха» на Земле стало куда больше счастливых и успешных людей. И все это стало возможным благодаря тому, что вы, мои дорогие читатели, используете на деле полученные знания. Ибо известно, что знание без дела мертво, знание нужно постоянно применять в жизни.

Просто прочитать книгу недостаточно. Если вы полны решимости изменить свою жизнь, достичь успеха в выбранном вами деле – вам нужно победить самого главного человека в своей жизни. Вам надо победить себя!

Почему это так важно? Дело в том, что если на сегодняшний день вас что-то не устраивает в вашей жизни – работа, здоровье, личные отношения, то вам нужно перестать действовать так, как вы действовали раньше. Вам нужно начать создавать абсолютно новые привычки мыслить, планировать, говорить и действовать по-новому!

Это нелегко, но это возможно. Только если вы начнете мыслить, планировать, говорить и действовать по-новому – вы в итоге придете к совершенно новому будущему.

Почему бы не попробовать?

За годы написания книг и преподавания мне удалось увидеть множество счастливых глаз людей, которым удалось изменить свою жизнь, выбраться из трясины ограничений и заблуждений, стать успешными. Поэтому возникла идея дополнить и переработать книгу. Ведь за последнее время был наработан огромный материал – упражнения, духовные практики, ритуалы, которые призваны привести реальные позитивные изменения в жизнь.

Итак, перед вами второе издание книги, значительно дополненное, полностью переработанное, наполненное еще большим количеством практик и упражнений.

Вы держите в руках книгу – проводник в мир, где сбываются мечты, где все получается и желания исполняются, Вы хотите успеха?

Надеюсь, что вы ответили положительно. Но я хочу, чтобы желание успеха стало настолько сильным, что все ваши мысли, стремления и даже сны были нацелены на успех. Чтобы вы дышали воздухом успеха, чтобы каждая клеточка вашего тела вибрировала в резонансе успеха, процветания и счастья. Только тогда начнутся желаемые перемены. Только тогда вы проснетесь однажды и скажете себе: «А ведь я это действительно сделал!»

Я помогу вам направить ваше желание в нужное русло так, чтобы оно было услышано Свыше!

Мы с вами отправляемся в новое удивительное путешествие навстречу своей новой жизни!

Навстречу мечте!

Навстречу успеху!

Навстречу себе!

Ваша Наталья Правдина

Введение

Существует риск и цена вашей программы действий, но, в конечном счете, они намного меньше, чем огромный риск комфортабельного бездействия.

Джон Ф. Кеннеди

Итак, мы снова встречаемся с вами, чтобы открыть еще несколько тайных дверей, ведущих к преобразованию вашей жизни, к трансформации сознания и, в конечном итоге, к вашему счастью!

В названии книги есть слово «успех», так почему же я сейчас говорю о счастье? Потому, что, на мой взгляд, успех и счастье – это братья-близнецы! Как можно отличить успех от счастья?

Успех – это ваше удовлетворение всем тем, что у вас есть, и наслаждение жизнью во всех ее прелестях!

Вы можете дать другое определение для счастья...

Поэтому делаем первый вывод – успех нам совершенно необходим для того, чтобы чувствовать себя счастливыми.

Идем дальше.

У каждого человека свое представление о счастье. Для кого-то успешная жизнь связана с покорением горных вершин, для кого-то – с конструированием новых моделей автомобилей, для кого-то – с тихим семейным прибежищем.

Помните историю про Диогена?

Лежит философ Диоген в своей бочке и смотрит на солнце. В этот момент к нему подходит великий полководец, завоеватель, перед которым склонили колени полмира, – Александр Великий.

Александр говорит Диогену:

– Слушай, философ, что ты там все высматриваешь на солнце? Я могу дать тебе все что угодно, я – Александр Македонский. Я могу убить тебя, я могу выполнить твою просьбу. Скажи – что ты хочешь?

Диоген ему отвечает:

– Отойди, пожалуйста, ты заслоняешь мне солнце.

Действительно, глубокая истина заложена в этой истории – у каждого свое представление об успехе, свое представление о счастье. Что же, каждому – свое! Но если вы такие же, как я, то есть амбициозные, стремящиеся во всем достичь совершенства, и вы готовы приложить максимум усилий для того, чтобы преобразовать свою жизнь, – тогда вперед, читатели мои! Я проведу вас по тайникам вашего сознания и лабиринтам вашего мышления. По дороге нас ждет немало трудностей – нам придется сразиться с призраками прошлых страхов, с монстрами ярости и со слизняками лени.

Но я также открою вам настоящие тайны успеха и счастья и научу работать с самыми тонкими материями успеха. Прежде всего – это ваш настрой на успех. Вы должны хотеть, жаждать, стремиться быть успешными. Вы должны видеть себя *уже* преуспевающими людьми. Когда это ваше всепоглощающее желание соединится с правильными действиями, вот тогда я буду уже за вас спокойна. В помощь вам я предлагаю еще дополнительные инструменты для достижения успеха для работы с вашим сознанием и подсознанием. Вот эти инструменты.

Аффирмация. Это позитивные и невероятно мощные установки, оказывающие воздействие на глубинах вашего подсознания. С их помощью вы сможете кардинально изменить свою жизнь к лучшему. В практике аффирмаций стоит учитывать то, что позитивная установка отныне становится частью вас. Вы мыслите, говорите и действуете позитивно, создавая совершенно новое информационное поле вокруг себя. На тонком плане происходит глубинная работа, которая на первый взгляд не видна. Однако со временем вы убедитесь в действенности аффирмаций. *Каковы корни, таковы и плоды!*

Мудра. Это важная составляющая практики йоги, которая издревле используется для соединения человека с высшей энергией. Кто-то называет эту энергию Божественной, кто-то космической. Суть от этого не меняется. В разных культурах и в разных народах язык жестов, то есть мудры были всегда распространены. Вы можете увидеть мудры в священных изображениях многих религий. Будда, как правило, изображается с разными мудрами. Иисус Христос также изображается с определенными жестами.

Мантра. Одним из мощных инструментов по улучшению жизни вообще и достижению успеха в частности я считаю использование мантр. В современном понятии мантра – это космический код доступа к получению небесного покровительства. Мантра не нуждается в переводе, тысячелетия использования мантр доказали их эффективность, и нет нужды точно знать, как именно переводится тот или иной текст.

Я уверена: так сладостна победа и так ярок свет в конце нашего путешествия, что вы ни на одну минуту не пожалеете о том, что решились на это путешествие. Но, прежде чем идти к свету, то есть к конечной цели нашего увлекательного пути, нам нужно знать – а в чем, собственно, заключается эта цель?

Ведь, не зная, куда идешь, никуда и не придешь, как говаривали персонажи из «Алисы в стране чудес».

Предлагаю начать с самого главного – с установки цели, с выбора желания!

Тайна успеха № 1 Всё начинается с мечты!

Воображение важнее всего.
Альберт Эйнштейн

Воображение правит миром.
Наполеон Бонапарт

Любая возникшая у вас в мозгу мысль так или иначе, рано или поздно обязательно осуществится. В противном случае она не посетила бы вас.
Наполеон Хилл

С чего начинается любая история успеха? С чего начинается вообще любая история? Ещё в Евангелии от Иоанна говорилось: «В начале было Слово, и Слово было у Бога, и Слово было Бог». Конечно, все начинается со Слова – Logos – идеи, мысли, мечты!

Наш мозг устроен таким образом, что любая внедренная туда программа начинает рано или поздно реализовываться. Это значит, что мы обязательно достигнем того, что заложено у нас в сознании. Из этого следует очень простой вывод – надо закладывать в сознание лишь такие мысли и идеи, которые вас радуют и вдохновляют.

Каждому событию предшествует идея.

Идеи и мечты – вот ключ к будущему!

Они открывают путь возможностям и становятся нашими проводниками на пути к успеху. Поэтому отнеситесь к своим идеям и мечтам со всем вниманием, уважением и доверием! Если вы читаете эти слова, значит, ваша история успеха уже началась – прямо сейчас. Почему я так в этом уверена? Очень просто! Если бы в вашей голове не появилось желание изменить свою жизнь, если бы вы не мечтали об успехе – возможном, желанном, который может стать поворотным пунктом в жизни, – вы бы не взяли в руки мою книгу. А если вы со мной, значит, вы готовы начать свой путь к успеху, каким бы далеким или несбыточным он ни казался вам сейчас! Поверьте, друзья мои, что мечты сбываются – надо только разрешить себе мечтать, и мечтать масштабно!

Человеческий разум не может породить идею, не имея возможности осуществить ее. То есть наши возможности ограничены только нашим воображением! Эйнштейн – великий ученый! – знал, что воображение важнее знания. Потому что знание ограничено, а воображение охватывает всю Вселенную! И это действительно так: человеческое воображение, присущая нам от рождения способность генерировать идеи, мечты и желания, безгранична. И только мы сами можем позволить или запретить себе пользоваться этой мощнейшей силой – нашим воображением!

Мне очень нравится выражение, которое принадлежит одному из основателей системы Google Лари Пейджу:

«Одно из основных качеств лидера – это здоровое игнорирование невозможного».

Кем вы хотели стать, когда были маленькими? Кто был вашим кумиром, любимым героем, на кого вы хотели походить? Тогда взрослые одобрительно улыбались вам – и вы верили, что сможете стать, кем захотите, что все вам по силам!

А о чем вы мечтали, лежа в своей кроватке под теплым одеялом? Помните? А как писали письма Деду Морозу – и он исполнял ваши желания? Теперь вспомните подростковый возраст. О чем вы мечтали тогда? Какие книги читали? Кем мечтали стать? Кто был вашим героем? А первой любовью?..

Все эти воспоминания и являются путеводной звездой в нашем удивительном путешествии к самому себе и к обретению своего величия. Почему? Да потому, что мир устроен так, что у нас, homo sapiens, человеческих существ, есть не только сознание, но и подсознание. И это подсознание *знает* каким-то образом и совершенно точно, что вы можете сделать, чтобы приобрести славу, удачу, величие... и в придачу весь мир! То есть вы уже рождаетесь с определенными способностями и склонностями.

Возьмем, к примеру, меня, автора этих строк. Все свое сознательное детство я провела, создавая себе наряды из маминых и бабушкиных вещей и украшений. Помимо этого уже в первых классах школы я проявила такие способности к написанию сочинений по литературе и русскому языку, что учителя плакали от умиления (я не шушу) и передавали мои сочинения в наизидание остальным классам. Уже в начальной школе мои короткие рассказы печатались в журналах. И что вы думаете – со всем этим набором талантов и способностей я поступила в экономический вуз. Это была просто беда, потому что Наташа Правдина и высшая математика далеки друг от друга, как разные галактики. Конечно, это не принесло мне ни счастья, ни успеха. И только тогда, когда я прислушалась к своим мечтам, стала дипломированным дизайнером, стала писать книги, – я достигла успеха, счастья и душевного удовлетворения. А это важно, друзья мои!

Даже если вы сейчас уже и не помните, какими были ваши детские мечты, – не беда. Потому что сейчас мы с вами, мои дорогие взрослые, станем как дети – и **будем заново учиться мечтать**. Никаких отговорок! Не важно, сколько вам лет, не важно, чем вы занимаетесь, не имеет никакого значения, как вы сами относитесь к своим способностям.

Вы человек – а значит, от рождения наделены даром воображения и творчества!

Благодаря этому дару вы изобретаете что-то новое, решаете любые проблемы и достигаете любых целей. Это та самая Божья искра, вложенная Создателем в любимое творение – человека. Это именно то, что делает вас, меня и всех людей на планете созданными по Его Образу и Подобию!

Я знаю, многим придется заново открывать свои мечты. Это может быть непросто, но зато как увлекательно! Кстати, чем труднее вам дается этот процесс, тем сильнее вы в нем нуждаетесь. Ученые утверждают, что 97 % людей большую часть жизни используют только левое полушарие мозга, которое отвечает за логику, рациональность. Правое же полушарие, ответственное за чувственное восприятие, образное мышление, интуицию, практически не используется! А между тем именно в правом полушарии скрываются самые мощные инструменты управления жизнью. Один из них – наше воображение, способность мечтать.

Представьте, что у вас в руках – прямо сейчас, но всего на час! – появилась волшебная палочка. И вы с ее помощью можете исполнить любое свое желание, воплотить в жизнь любую мечту! Готовы? Тогда прямо сейчас берите бумагу, ручку, засекайте время – и вперед, держайте!

Есть только одно условие: это должно быть именно ВАШЕ желание, ВАША мечта. А для этого нужно освободиться от социальных условностей, навязанных стереотипов, родительских ожиданий, ложных представлений о «долге» перед другими людьми – и понять, чего хотите именно ВЫ. В конце концов, только став самими собой, только соединившись со своими меч-

тами и желаниями, мы сможем стать счастливыми сами – а значит, сделать счастливыми и окружающих, близких и любимых. Потому что несчастным людям нечем делиться с другими – только своими неприятностями и неудачами.

Счастливый человек – как солнце: он освещает и согревает все и всех вокруг!

Настройтесь на свой внутренний голос, прислушайтесь к своему сердцу, успокойте мысли, отбросьте тревоги. Это необходимо, чтобы понять, что действительно важно и ценно для вас, какая мечта будет соответствовать вашим истинным потребностям.

Сейчас в ваших руках огромная сила – сила мечты! Она мощнее любой самой волшебной палочки, уж поверьте! Это ваш внутренний компас, который поможет вам найти собственный путь, открыть вашу истинную природу и выйти на связь с высшим «Я».

Прямо сейчас прикройте глаза, сделайте глубокий вдох и выдох. Повторите еще 2 раза.

А теперь задайте себе один из самых важных вопросов в своей жизни: «Что сделает счастливым именно меня? Что мне нравится делать? Каким я хочу видеть себя через 5, 10, 15 лет?» Друзья, помните, что вы родились для того, чтобы сделать что-то значительное, а вы можете это сделать, только если вам это очень нравится!

Невозможно быть выдающимся хирургом и ненавидеть свою работу. Трудно себе представить художника, которого бросает в дрожь отвращения при виде кисти и мольберта. Для того чтобы создавать прекрасную музыку, нужно страстно любить свою профессию.

Один из весьма преуспевающих людей, которых я знаю, с такой экспрессией рассказывает мне о новой системе переработки мусора, что в этот момент я почти тоже начинаю хотеть утилизировать мусор в больших городах. То есть вы поняли, что ненужных людей и профессий нет, и можно даже вывоз мусора сделать прибыльнейшим предприятием, если хорошенько постараться и всей душой любить свое дело.

Если, думая о своей мечте, вы испытываете легкое сердцебиение, если ваша душа наполняется радостью и предвкушением чуда – это как раз то, что нужно!

Эта мечта действительно ваша, и она обязательно приведет вас к успеху! Когда вы думаете о своей мечте, у вас должно появляться чувство, как будто веселые пузырьки струятся по вашему телу, а на лице – улыбка. Тогда это ваше. Это для вас. Это ваше предназначение. Но если вы не чувствуете ни малейшего трепета, размышляя о своей мечте, значит, вы выбрали ее не сердцем, а холодным прагматичным рассудком. Скорее всего, это вообще не ваша мечта, а цель или стереотип, навязанные извне – родителями, близкими, обществом...

Откажитесь от нее: вы же не хотите прожить чужую жизнь?

До вершин успеха добираются только те, кто идет своей тропой!

Теперь, мои дорогие, пока в ваших руках волшебная палочка мечты, пока вы окрылены своей путеводной мечтой, обязательно запишите все свои идеи, желания, чаяния, стремления – даже самые смелые. Не бойтесь, не скромничайте, не осторожничайте. Чем более несбыточной кажется мечта, тем грандиознее будет ее воплощение. А чем выше цель – тем головокружительнее успех, которого вы добьетесь, тем прекраснее будущее, которое вы сами для себя создадите!

Так что представляйте свое будущее большим, очень большим. Ведь никто не достигает большего, чем хочет достигнуть! Мыслите масштабно, как советует Дональд Трамп. Если бы вы были Богом, что бы вы сделали для себя, для людей, для планеты? Иногда очень полезно задать себе такой вопрос...

**Помните: вы можете добиться всего, чего хотите! Мечтайте – Вселенная
внимает вам и готова исполнить ваши мечты!**

Практикум успеха. Волшебная палочка мечты

Скажите, мои дорогие, сколько идей, желаний, стремлений уже есть в вашем списке? Несколько десятков? Или всего парочка, но самых заветных? Не важно, насколько длинным получился ваш список: мы будем работать с теми мечтами, которые действительно важны для вас, – а это самое главное!

Если в вашем списке больше 12 целей, выберите из них 12 самых главных, самых желанных для вас. И распределите их по приоритету, начав с самого заветного желания, самой радостной и желанной для вас мечты.

Почему именно двенадцать желаний?

12 – это очень гармоничное число 12: 12 знаков зодиака, 12 месяцев... Но к братьям-месяцам мы вернемся чуть позже, в следующем практикуме. Пока наша цель – составить заветную «дюжину мечтаний». Если желаний пока меньше – не беспокойтесь. В процессе выполнения упражнения вы так войдете во вкус, что создавать новые желания для вас не будет представлять никакого труда!

А я сейчас помогу вам «наводящими» вопросами.

Какие материальные блага вы хотели бы иметь?

Здесь обычно не бывает никаких затруднений: главное – не ограничивать себя в желаниях. Не скромничайте, не думайте о том, насколько реально получить то, чего вы хотите. Пока это не имеет значения: мы просто выполняем упражнение на высвобождение желаний. Что вы хотите? Дом, машину, яхту, личный самолет?.. Записывайте все: чем длиннее получится список, тем лучше!

Чем вы хотели бы заниматься?

Если вам трудно определиться, для начала задумайтесь о том, чем бы вы точно не хотели заниматься, – и запишите ровно противоположное. Теперь подумайте: чем бы вы занялись, если бы возможность неудачи была полностью исключена? Представьте себя таким суперменом, которому все по плечу. Вы можете сделать все, что захотите, – с гарантией успеха 101 %. Так что бы вы делали в этом случае? А чем бы вы с удовольствием занимались, будь у вас на счету в банке кругленькая сумма в несколько миллиардов долларов? Наконец, подумайте, где бы вы хотели побывать, – и запишите все, что «намечтали».

Кем вы хотели бы стать, какие способности и черты приобрести?

Может быть, вы хотите стать гениальным художником? Или знаменитым поваром? Или всемирно известным путешественником? Вспомните, кем вы мечтали быть в детстве? А в школе? Подумайте, какие способности вы хотите обрести? Чему вы давно уже хотите научиться? И, конечно, обязательно запишите все, что придет вам в голову!

Какими вы видите ваши идеальные личные отношения?

Запишите те качества, которые вы хотели бы видеть у своего идеального партнера. Сколько детей вам нужно для счастья? Вы хотите жить независимо или с родителями в большом доме, чтобы они могли помогать вам справляться с детишками? Какие черты в вашем

партнере важны для вас – социальный статус, богатство, фигура, чувство юмора, рост, цвет волос? Все это надо отразить на бумаге. Ведь все сбывается!

Ваше здоровье и физическая форма

Опишите в деталях, как вы хотите выглядеть, сколько вы хотите весить, какой размер одежды у вас будет в вашем идеальном будущем. Никогда не думайте, что с возрастом вы станете полным, неподвижным и больным! Очень важно проецировать в свое будущее картины бодрости, подвижности, идеального здоровья, молоджавости, безграничной энергии, несокрушимого здоровья! Запишите все детали своей физической формы и начинайте что-то предпринимать уже сейчас! Как это сделать, я расскажу вам чуть позже.

Думаю, что остальные вопросы вы зададите себе сами, ведь чудесам стоит только начаться, и их уже не остановить! Самое главное, друзья, знайте, что сейчас вы действительно создаете свое будущее. Ведь, куда движется мысль, туда и идет энергия, а энергия – это самое главное в жизни.

Уверена, списки мечтаний получились у вас достаточно длинными! Теперь вам осталось лишь выбрать из них самые важные, самые заветные 12 желаний. Внимательно перечитайте все списки. Особое внимание уделяйте тем пунктам, которые пересекаются в разных списках. Расставьте приоритеты и составьте новый список великолепной «дюжины мечтаний», начиная с самой желанной мечты.

Только будьте очень внимательны: сейчас в ваших руках сосредоточена огромная сила!

Мечты сбываются!!! Поэтому еще раз подумайте: действительно ли ВЫ этого хотите? И действительно ли вы хотите именно ЭТОГО?

Ищите свое предназначение!

Ведь, у каждого человека есть главная миссия в жизни, ради которой он родился. Если ей следовать, то все будет складываться удачно. Однако свое предназначение мы не всегда можем осознать.

Попробуйте обрести смысл жизни с помощью мудры, усиливающей связь с нашим подсознанием.

♦ Поставьте руки перед собой: правую разверните ладонью вниз, левую – ладонью вверх, чтобы пальцы были направлены крест-накрест по отношению друг к другу.

♦ Большой палец правой руки поставьте в центр левой ладони.

♦ Указательным пальцем правой руки прикоснитесь к большому пальцу левой руки, остальные растопырьте веером.

♦ Четко сформулируйте свое желание – понять предназначение и начать следовать ему.

♦ Удерживайте мудру до 5 минут.

Также хочу поделиться с вами потрясающей по силе идеей, настроем, аффирмацией, которая способна преобразить вашу жизнь. Вот она.

Каждое мгновение моей прекрасной жизни создает мое великолепное будущее, наполненное благоденствием и процветанием!

Повторяйте это выражение почаще, пусть оно станет вашей мантрой, вашим лозунгом, вашим застольным тостом – и вы удивитесь, насколько более приятной и радостной станет ваша жизнь! Настройтесь на благополучие и счастье. Отбросьте все посторонние мысли. Представьте свое благополучие в виде яркого теплого луча, который исходит из Вселенной и проникает

в ваше тело через макушку. Произнесите: *«Я принимаю любовь Вселенной. Отныне я несу с собой удачу и успех. Любая моя мечта становится реальностью».*

Мечты сбываются!

Аффирмации в помощь

- ◆ Все мечты сбываются, особенно мои!
- ◆ Я позволяю реке жизни приносить Мне мои ожившие мечты!
- ◆ Я создаю прекрасное будущее для себя!
- ◆ Я легко и просто создаю чудеса!
- ◆ Я возношусь к звездным небесам успеха. Мои мечты сбываются!
- ◆ Все мои лучшие мечты становятся реальностью!
- ◆ Мои возможности безграничны. Я воплощаю свои мечты в жизнь!
- ◆ Сейчас я принимаю от высших сил проявление моей мечты во благо всех живущих самым благоприятным и безопасным образом!
- ◆ Я хочу все, что могу! Я могу все, что хочу!

Тайна успеха № 2

Желания – это ступени к победе

У успешных, благополучных людей входит в привычку думать и говорить только о желанных вещах. Несчастливые и неудачливые больше думают и говорят о том, чего им не хочется.

Брайан Трейси

«Жить как миллионер» – значит заниматься интересными делами, а не просто владеть имуществом, вызывающим зависть.

Тимоти Феррис

Думайте о больших и важных, замечательных делах, которые вы хотите совершить, и тогда с течением времени вы обнаружите, что бессознательно хватаетесь за все возможности, необходимые для выполнения вашего желания, подобно тому, как коралловый полип вбирает в себя во время морского прилива все необходимые ему элементы.

Элберт Хаббард

Я сейчас открою вам один важный секрет. Для того чтобы ваше желание исполнилось – *вам лично не надо этому мешать!* Как же так, спросите вы? Как же я могу мешать исполнению собственного желания? Ведь это будет противоестественно?.. В самом деле? А вот прислушайтесь к тому, *что* вы говорите, *как* вы думаете и *какие* действия совершаете по отношению к вашему желанию. Напомню вам великие слова Луизы Хей:

«Если бы люди знали силу своих слов, они всегда говорили бы только позитивными аффирмациями!»

И еще напомню, что Брайан Трейси говорил о том, что неудачники отличаются от богатых и знаменитых только одним – богатые и знаменитые все время говорят и думают о том, как достичь еще большего успеха и богатства, а бедные и несчастные говорят только о своих несчастьях. Неудивительно, что богатые богатеют, а бедные беднеют!

Сколько раз вы сами останавливали себя такими словами: «Ну-у, это не для меня» или: «Да, конечно, я хотел бы этого, но...» За этим обычно следуют глубокий вдох и подробное объяснение – почему лично у вас это не получится. Так почему же вы удивляетесь, что до сих пор не достигли в жизни своей мечты?

И еще один совет – не стоит сетовать, что, дескать, не так уж быстро все исполняется. Такими замечаниями мы напоминаем горе-садовника, который выкапывает посеянные зернышки, чтобы посмотреть, как они там себе растут.

Вот что пишет Джозеф Мерфи о важности доверия к своим желаниям: «С этого самого момента и дальше я вкладываю в свое подсознание семена или мысли о мире, доверии, благосостоянии и самообладании. Я выращиваю плоды из этих прекрасных семян, которые сейчас сею. Я принимаю реальность моего желания так же, как тот факт, что семя, брошенное в землю, прорастет. Так же и мое желание, идеал растет в темноте моего подсознания, и подобно семени через некоторое время оно появляется из земли, как условие или событие».

Все исполняется в нужное время, в нужном месте и наилучшим для вас образом!

Желания существуют для того, чтобы исполняться! Это первая аксиома успеха. Чтобы она стала истиной вашей жизни, надо правильно использовать свои желания! Как? Сейчас я

напомню вам **несколько основных правил, которые помогут вам сделать ваши желания – ступенями на пути к успеху.**

Относитесь серьёзно к себе и своим желаниям!

Ваша сила – в ваших желаниях, в том, что вам нравится, что вы любите. Каждое ваше желание – это мощный энергетический сгусток всех потенциальных возможностей, способностей, ситуаций, необходимых для его реализации. Отказ от собственных желаний делает вас слабее и мешает раскрывать сильные стороны вашей личности.

Поэтому никогда, ни при каких обстоятельствах, ни в коем случае не отказывайтесь от своих желаний!!!

Если в настоящий момент вы не видите возможности исполнения своего желания, скажите себе: «Просто время для этого желания пока не пришло». Отложите желание до лучших времен – с уверенностью в том, что в нужное время оно обязательно исполнится!

Всегда помните о том, что вы хотите!

Ваши желания – это вехи вашего пути к успеху, указатели верного направления. Это своеобразный радар вашего врожденного автопилота, настроенного на раскрытие заложенного в вас потенциала. Чтобы двигаться в нужном направлении, нужно всегда содержать этот важнейший инструмент в «боевой готовности». Если вы не знаете, чего хотите, другие люди с легкостью смогут управлять вами! Поэтому постоянно напоминайте себе о своих истинных желаниях и спрашивайте себя: «То, чем я сейчас занимаюсь, приближает меня к исполнению моих желаний?» А еще лучше, как я уже рекомендовала, – каждый год составляйте красивый список своих желаний и почаще туда заглядывайте. Вносите коррективы – не бойтесь что-то изменить, если передумали, записывайте новые цели. Это ваш список, поэтому он должен быть живым и гибким.

Думайте и говорите только о желанных вещах!

То, о чем вы думаете и говорите большую часть времени, как раз и случается в вашей жизни! Эта мысль настолько важна, что я не устаю повторять ее снова и снова. Настраивая свое восприятие, сознание и подсознание на позитив, вы даете Вселенной знак, что готовы к исполнению желаний. А размышляя о своих мечтах и желаниях в позитивном ключе, вы запускаете процесс их воплощения. Слишком просто? Но это работает именно так! Поэтому не думайте о том, чего вы не хотите, боитесь, не любите...

Думайте о хорошем! Да, я знаю, что иногда это бывает легче сказать, чем сделать. И все-таки... Как только возникает какой-либо страх, неуверенность, слабость, сразу же настраивайте себя на противоположное. То есть на силу, уверенность, энергию. Просто повторяя такие общеизвестные аффирмации, как:

«Я обретаю силу, я в безопасности, я спокойна!»,

вы переключите вектор вашего внимания на более позитивный лад. А это, в свою очередь, изменит ход вашей жизни! Все так просто.

Будьте предельно точны

Помните слова капитана Врунгеля: *«Как вы яхту назовете – так она и поплывет!»* Наше подсознание, ответственное за связь с созидательными силами Вселенной, а значит, и за исполнение наших желаний, понимает слова буквально. Поэтому, формулируя свои желания, будьте предельно внимательны!

♦ Во-первых, никогда не употребляйте частицу «не»: ее подсознание автоматически отбрасывает и выполняет ваше желание... ровно наоборот! Пишите и говорите: **«Я становлюсь, я имею, я получаю!..»**

♦ Во-вторых, формулируйте желание так, чтобы выполнение его зависело не от других людей, а от вас самих. Иначе ваше подсознание просто не возьмется за работу: ведь действиями других людей оно управлять не в состоянии!

♦ В-третьих, формулируйте свое желание либо очень-очень узко, тщательно прописывая каждую деталь, либо максимально широко. Это зависит от того, насколько четко вы сами понимаете, что именно, когда и каким способом хотите получить. Подсознание действует как своеобразный компьютер: чтобы найти что-то конкретное, нужно задавать поиск с очень точной формулировкой. Если же ваша цель – найти наилучший вариант из множества возможных, запрос должен быть как можно шире.

♦ Наконец, в-четвертых, обязательно используйте глаголы в настоящем времени и добавляйте в формулировку срок исполнения желания. Иначе ваше желание может исполниться тогда, когда загаданное будет уже неактуально. При этом желание должно утверждать уже свершившийся факт, а не просто ваше намерение. То есть в вашей фразе не должно быть слова «хочу»! Вселенная улавливает ваш запрос, когда он уже словно осуществляется. Например, проговорите: *«Я притягиваю удачу, мне везет в любви, я счастливый человек, потому что у меня есть интересная и высокооплачиваемая работа»* и т. д. Даже если вы пока еще в поисках работы или второй половинки, произносите фразу так, будто вы уже все обрели и теперь наслаждаетесь этим. В конце концов, вы сами поверите в то, что ваши желания реальны, и они и в самом деле начнут чудодейственным образом осуществляться. Только помните, что подсознание, конечно, может все – но в разумных пределах и в разумные сроки!

Используйте все каналы чувств!

Наше подсознание многомерно и оперирует всеми каналами чувств. Поэтому, чтобы быстрее и эффективнее запустить желание «в работу», нужно задействовать все эти каналы! Представьте свое желание во всех подробностях, окунитесь в него. Прокрутите перед мысленным взором «кино» с собой в главной роли, в котором это желание уже сбылось. И обязательно подключите к зрительным образам воображаемые звуки, запахи, ощущения...

Например, вид Парижа с Эйфелевой башни: вы стоите на верхней смотровой площадке, ветер треплет ваши волосы, вокруг слышится разноязыкий гул голосов, откуда-то доносится аромат кофе...

Главное, чтобы такое «кино» вам нравилось, вызывало воодушевление. Это делает желание максимально «осознаваемым» для подсознания. А остальное – дело техники!

Создавайте якоря желаний!

Создайте свое собственное «заклинание» – своеобразную формулу успеха, поддерживающее убеждение, которое будет настраивать вас на исполнение желания. Это может быть, например, подходящая аффирмация из тех, что я предлагаю. Но еще лучше, если вы придумаете ее сами. Повторяйте это «заклинание» как можно чаще: каждый раз, когда вспоминаете о своем желании, а также вечером перед сном и утром, еще в полудреме. Сознание в это время дремлет – и ваша формула успеха воздействует на подсознание напрямую.

Кроме формулы успеха рекомендую найти для каждого желания определенный материальный символ: монетку, пуговицу, колечко... Носите этот символ с собой, почаще берите его в руки, повторяя «заклинание».

А когда желание исполнится, обязательно поблагодарите его и сохраните, чтобы он напоминал вам о том, что

ВСЕ МЕЧТЫ СБЫВАЮТСЯ, А ЖЕЛАНИЯ – ИСПОЛНЯЮТСЯ!

Нажмите клавишу Enter!

Это одно из важнейших правил исполнения желаний! Сформулировав желание, нужно обязательно «отпустить» его – освободиться от навязчивых мыслей, перестать о нем беспокоиться и предоставить его выполнение созидательным силам Вселенной. Иногда полезно даже на некоторое время «забыть» о своем желании, переключиться на что-то другое. Не отпустив желание, вы не сможете привести в движение механизм его исполнения. Ведь желание на энергоинформационном уровне – это своеобразная программа. И только когда вы нажмете клавишу Enter, ваше подсознание примет желание «к исполнению», начнет выполнение этой программы.

Отпустите свое желание – и произойдет обыкновенное чудо!

Верьте!!!

На самом деле – это самое, самое главное правило исполнения желаний. Желания не осуществляются тогда, когда человек не верит в то, что заслуживает исполнения своих желаний. Наши созидательные возможности всецело зависят от того, как мы оцениваем свое место в этой жизни и свое право на счастье и удачу. Самое время расширить границы своих возможностей. Вы должны настолько твердо и непоколебимо быть уверены в том, что ваше будущее превосходно, блистательно и великолепно, чтобы даже самый закоренелый скептик и пессимист не смог бы вас уверить в обратном. Этому не учат в школах, это не преподают в институтах. Эта уверенность приходит либо с мудростью, либо от учителей.

Учись говорить «Да!», – пишет Ошо. – Учись быть «Да!». Ты удивишься: жизнь будет расти, жизнь превратится в такое великолепие, жизнь станет такой красотой и благодатью!

Это произойдет, если только вы поверите в свое великое происхождение и в свое великое предназначение – творить и создавать собственную жизнь, собственную Вселенную. Только скажите «Да!», только поверьте!..

В этом вам помогут простые 4 правила.

1. Ваши мысли должны быть направлены только на позитивный исход событий.

2. Возьмите себе за правило закладывать в свой гениальный компьютер – в ваше подсознание – новое видение себя, новый светлый образ себя. Никогда не сдавайтесь и не считайте себя неудачником. Безжалостно изгоняйте мысли об ограничениях, возможных неудачах и экономических кризисах. Это – не для вас.

3. Отныне вы создаете новую реальность и утверждаетесь в ней с каждым днем.

4. Начните прямо сейчас, и тогда вы сразу приблизите к себе вашу новую жизнь.

Практикум успеха. Календарь исполнения желаний

Сейчас, мои вдохновенные друзья, я предлагаю вам составить Волшебный календарь исполнения желаний. Он станет вашей собственной картой новой прекрасной жизни!

Вам понадобится: *настенный перекидной календарь, ручка, маркер или фломастеры, красивые глянцевые журналы, а также... ваше воображение и мечты!*

Если вы выполнили предыдущее задание – а я уверена, что так оно и есть! – вы уже «намечтали» 12 самых заветных своих желаний. И даже расставили свои мечты по важности – начиная с самой желанной, самой радостной и мотивирующей.

Отлично! Можем приступать к составлению календаря успеха!

Открываем первую, январскую, страничку. Здесь сразу должна сделать важное замечание: для начала новой жизни вам не придется ждать нового года! Сейчас нам не важна календарная точность, соответствие дням недели и прочие условности. В нашем волшебном календаре «сбычи мечт» возможно все! Поэтому первым месяцем вашего личного нового года, вашей собственной новой жизни объявляем ближайший месяц.

Но мы с вами не будем откладывать начало «новой жизни» до следующего месяца, до понедельника или до завтра! Именно сегодня мы стоим на границе между прошлым и будущим. Именно сейчас – то самое время, когда можно пересмотреть свое прошлое и создать достойное будущее для себя и своих близких. Именно сейчас наступает время исполнения желаний! Поэтому создавать свой календарь «сбычи мечт» мы начинаем сегодня. Прямо сейчас!

Сегодня – лучшее время для работы со своими мечтами и целями!

Открыли первую страничку? Можно заклеить ее листом белой бумаги, цветного картона, чтобы начать новую жизнь «с чистого листа». Но можно прикреплять необходимые листочки с надписями и изображениями к самой страничке. Это зависит, главным образом, от того, нравится ли вам рисунок или фотография на этой страничке.

Первым делом пишем на самом верху странички название месяца, который вы «назначили» первым месяцем своей новой счастливой и успешной жизни. Сделали? Отлично!

Теперь разделите страничку на две равные части. В одной части будут располагаться образы (своеобразная доска визуализации), в другой – цели и планы. Если вы разделили страничку на левую и правую части, расположите изображения (доску визуализации) в правой части, а записи (цели и планы) – в левой части. Это позволит правому (образному) и левому (рациональному) полушариям наиболее полно воспринимать информацию на сознательном и подсознательном уровнях. А значит, алгоритм успеха будет работать более эффективно и оперативно!

Вся подготовительная работа проведена. Наступает самый приятный и волнующий этап – заполнение календаря. В первом практикуме мы займемся заполнением образной, визуальной части, чтобы наглядно представить наши желания, идеи, мечты и запустить процесс их воплощения. Детализировать, конкретизировать, записывать цели и планы будем чуть позже.

Поразительный успех, которого добиваются люди, не столь зависит от большой удачи, которая случается довольно редко, сколь от маленьких преимуществ, которые достигаются каждый день.

Бенджамин Франклин

Представьте свою первую, самую заветную мечту в зрительных образах. Просмотрите глянцевые журналы: может быть, какая-нибудь фотография станет для вас воплощением вашей мечты. Например, если вы хотите собственный дом – ищите фотографию дома своей

мечты. Если хотите найти спутника жизни – ищите фотографию человека своей мечты. Если хотите отправиться в путешествие – ищите фотографию страны своей мечты...

Главное, чтобы визуальное представление вашей мечты было ярким, позитивным, радовало глаз и грело душу. Чтобы ради него вы готовы были действовать – и немедленно!

Как я уже писала, очень полезно, заполняя календарь, пропускать образ мечты через все органы чувств. Например, если вы мечтаете о путешествии, представьте, как вы лежите на теплом песочке, слышите шум волн, ощущаете вкус соленых брызг на губах, а откуда-то издалека доносится пьянящий аромат цветов...

В этом вам помогут эфирные масла.

◆ Масло апельсина дает легкость, повышает настроение.

◆ Масло бергамота усиливает воображение и фантазию, снимает депрессию, нервное напряжение.

◆ Масло иланг-иланга вызывает эйфорию, помогает свободно выражать свои желания.

Добавьте 4–5 капель в аромалампу и обкуривайте помещение в течение 10–15 минут, после чего смело приступайте к заполнению календаря. Вы заполнили половину первой странички? Представили, прочувствовали образ своей мечты во всех подробностях? Поздравляю вас, мои любимые друзья! Вы уже на полпути к успеху. Ведь ваша самая заветная мечта с этого самого момента начала воплощаться в жизнь!

Теперь приступайте к заполнению второй странички, третьей... Пока не кончатся желания! Календарь хорошо повесить на видное место (если ваши близкие ничего не имеют против), чтобы он все время был в поле зрения. Но вместе с тем лучше не помещать его на всеобщее обозрение, скрыть от чужих глаз. Ведь речь идет о тонкой, хрупкой материи – о ваших высоких мечтах и заветных желаниях!

Рекомендую выделить на выполнение этого задания несколько дней, лучше всего – пару недель, чтобы посвятить каждому желанию, каждой мечте отдельный день. Почему? Так вы сможете с максимальной точностью запрограммировать свой алгоритм успеха.

И главное: пусть эти дни будут наполнены радостью, воодушевлением, благодарностью и любовью! Празднуйте жизнь, радуйтесь скорому исполнению своих желаний, благодарите Вселенную за все, что она дарит вам.

Вы помните примету: «Как Новый год встретишь, так его и проведешь!» А нас с вами ждут впереди увлекательные приключения и головокружительный успех. Через год, перелистывая календарь успеха, вы сами удивитесь, какие перемены произошли на пути к осуществлению вашей мечты!

Аналогичный эффект дает создание ежегодной **Вазы Богатства**¹.

Это ритуал фэн-шуй, который ранее был известен только лишь самым богатым и процветающим семьям в Китае. Волшебная Ваза Богатства становится таковой, потому что человек заполняет ее записочками с желаниями, фотографиями с изображением своей мечты, драгоценными и полудрагоценными камнями, в строго определенном порядке.

Кстати, о камнях: ещё один способ приблизить исполнение вашего желания – воспользоваться магией камня-талисмана. Для этого возьмите любой камень-талисман, который вам придется по душе. Обязательно очистите его в чаше с соленой водой. Затем мягко сожмите камень в руке и как можно точнее сформулируйте желание. Вы должны быть в хорошем настроении и абсолютно уверены в том, что рано или поздно ваше желание обязательно сбудется. Затем поднесите камень к сердечной чакре (она находится на уровне солнечного сплетения) или к чакре между бровей (которая называется «третьим глазом») и еще раз энергично напомним о своем желании.

¹ Подробнее о составлении Вазы Богатства вы можете узнать на сайте www.npravdina.ru.

Аффирмации в помощь

- ◆ Я – любимое дитя вселенной!
- ◆ Вселенная с любовью осуществляет все мои сокровенные желания!
- ◆ Когда бог сотворил меня, он создал для меня все, что мне надо!
- ◆ Все светлые силы мироздания выполняют мои желания!
- ◆ Я знаю, что мои желания уже исполняются!
- ◆ Я всегда получаю все необходимое для исполнения желаний!
- ◆ Я доверяю великой творческой силе разумной вселенной. Все мои желания сбываются для всеобщего блага и наилучшим для меня образом!

Тайна успеха № 3

«Потолок» – это те ограничения, которые вы сами себе ставите

Целься выше!
Ричард Брэнсон

Справиться с нереальной задачей проще, чем с реальной.
Тимоти Феррис

Постановка цели – лучший способ найти себя.
Кристина Комафорд-Линч

Вы знаете, как живет большинство людей? Как это ни печально, но они живут в тихом отчаянии, потому что их жизнь далека от идеала. Если вы не верите, то просто пройдитесь по улице и посмотрите в глаза и в лица людей. Увидеть энергичного, решительного, улыбающегося человека можно очень редко. В основном мы видим озабоченные, печальные, недовольные лица.

Только иногда, как лучик солнца, промелькнет улыбка ребенка, или сверкнут глаза влюбленных, и опять скроются они в общей массе утомленных вечными проблемами людей. Не замечали? Обратите внимание.

Это люди, которые смирились со своей действительностью, смирились с тем, что надежды не сбылись, смирились с убогим (не хочу никого обидеть) бытом. Неужели невозможно изменить их жизнь?

«Выше потолка не прыгнешь» – наверняка вы слышали это крылатое выражение. И это действительно так!

Как же это, спросите вы, – разве только что, Наталия, вы не говорили, что наши возможности безграничны?! Да, говорила и готова снова это подтвердить! Дело в том, что «потолок» – это те ограничения, которые вы сами себе ставите. Оглянитесь вокруг: насколько отличается та жизнь, которая составляет сейчас вашу «зону комфорта», от того, что вы действительно хотите, от ваших желаний и мечтаний? Насколько вас самих устраивает сегодняшний «потолок» вашей жизни?

Мой любимый фэн-шуй, который я практикую уже более 10 лет, говорит о том, что даже в нашем доме нас должны окружать только те вещи и предметы, которые нам нравятся, вдохновляют нас, говорят о нашем высоком внутреннем мире. То есть все взаимосвязано. И ваши мысли, и вещи, которые вас окружают, и ваш уровень жизни.

Все начинается с вашего решения!

Вот вы, именно вы, мой дорогой читатель или читательница, хотите стать успешным, красивым, здоровым, богатым? Честно хотите? Тогда действуйте! Меняйте образ мыслей, образ действий и даже выражение лица! Да, да!

Посмотрите на звезд Голливуда, например. Блестящие наряды, белозубые улыбки, струящиеся волосы, галстуки-бабочки... И не надо говорить, что, конечно, им легко – ведь они уже звезды.

Они звезды, дорогие мои, потому что когда-то они решили стать звездами! Вот и все!

Это происходит не случайно.

И сейчас я даю вам одну магическую подсказку, которую в разное время и разные учителя уже давали людям. Например, великий (с моей точки зрения) Дейл Карнеги написал так: *«Fake it until you make it!»* То есть: *«Притворяйся, пока не достигнешь!»*

Гениально!

Никто не придет к тебе домой в образе доброго психоаналитика и не станет убеждать тебя в том, что ты – звезда! Никто не будет заставлять тебя вкалывать (извините за прямоту) в тренажерном зале. Просто в один прекрасный момент ты понимаешь, что ты хочешь многого, даже великого, что ты – звезда! И ты начинаешь делать все для того, чтобы в тот момент, когда ты проснешься знаменитым, быть к этому полностью готовым.

Хочешь стать чемпионом мира по теннису?

Отлично – хватай ракетку и на корт!

Хочешь стать акулой финансового мира?

Тогда хватит просиживать джинсы в кино и проводить выходные в баре с приятелями. Изучай финансовые документы, учись, посещай семинары, проводи вечера не в чате, а собирай информацию о ситуации на рынке.

Ну, в общем, вы поняли смысл.

Одна моя слушательница с неподдельным удивлением спросила: «Наташа, а как вам удастся все время ходить в зал и заниматься спортом?»

«Хотеть – значит мочь!» – ответила я ей.

Главное – в какой-то момент времени решить для себя, что ты – звезда.

Нужно действовать так, словно ты уже достиг желаемого величия!

Добавить к этому железобетонную уверенность в том, что **неудача невозможна в принципе**, – и работать, работать, работать. Рано или поздно, но вы достигнете своей цели. Все так просто, не так ли?

Имейте смелость просто задать себе вопрос – устраивает ли меня моя жизнь? Если нет – это можно изменить! То, что вы имеете сейчас, – это прямой результат ваших мыслей и действий ДО этого момента. Если вам это не нравится – вам надо изменить свои мысли и действия СЕЙЧАС. Потому что невозможно делать все то же самое и получать другой результат. Для изменения результата вам надо изменить себя, свои мысли и поступки. То есть сделать нечто такое, чего вы раньше никогда не делали или вообще больше никто не делает. Успех надо оплатить и взрастить. Цена успеха – это постоянные усилия, жесткая самодисциплина и отказ от пустого времяпрепровождения.

Вам кажется, что я слишком строга? Но я точно так же строга к самой себе. И одно я знаю точно – я принадлежу к обойме победителей благодаря тому, что однажды приняла такое решение! И я точно знаю, что сегодняшний прекрасный результат – это следствие правильного выбора в прошлом и плод упорного труда по воплощению цели в жизнь.

Как написала Барбара Марсиниак в своей книге «Путь силы»: «Вы – звезда, которую рождаете вы сами: так солнце встает над горизонтом, пробуждая мир; будьте чуткими, внимательными, добрыми, сострадательными и справедливыми. Ваша задача – воспитать самого себя и выработать позитивную, улучшающую жизнь установку, особенно по отношению к своему телу. Вы обязаны взять на себя ответственность за собственную жизнь и осознать, что каждый миг предоставляет вам потенциальную вероятность, связывающую вас с будущим, где вы благоденствуете и процветаете».

Так что рожаем себя – звезд и воспитываем себя тоже сами! А больше некому...

Думаю, что вы со мной, – иначе вы бы не стали читать эту книгу, верно?!

Мы с вами будем поднимать «потолок ожиданий» на новую высоту.

К звездам!

Как? Достаточно бросить вызов себе вчерашним – и начать расти вместе со своими целями!

Знаете, чем отличаются «любимчики Фортуны» от «простых смертных»?

У везунчиков есть цель!

Причем она настолько высока, что по сравнению с ней всевозможные неудачи, неурядицы и неприятности кажутся мелочью, безделицей. Поэтому у людей, устремленных к высокой цели, преобладают позитивные установки, им свойственно «мышление свершения». А вы же знаете, друзья: о чем думаем – тем и становимся! Именно в этом секрет всех победителей!

Чем выше ваша цель, тем больше появляется сил и средств, чтобы достичь ее. И тем больше «бонусов» вы получите от Вселенной! А кроме всего прочего, преодолевая по пути к цели неизбежные трудности, вы сами будете расти и перешагнете на новый уровень возможностей – к новым целям, о которых пока даже не осмеливаетесь мечтать.

Ставьте перед собой высокие цели и действуйте так, словно неудача невозможна!

На своих семинарах, от камерных – в конференц-залах, до огромных – на концертных площадках и даже стадионах, я люблю говорить, что обожаю рекламу фирмы NIKE, которая использует слоган «Just do it».

«Просто делай это!»

Никто не сделает зарядку за тебя. Никто, кроме тебя, не войдет в открытую дверь. У Бога нет других рук, кроме твоих. Хочешь стать звездой – будь ею!

Ничего не является слишком сложным, если вы поделите это на маленькие кусочки, которые необходимо сделать.

Генри Форд

Кто меня заставлял или мотивировал, чтобы я записывала свои первые диски с медитациями и мантрами? Я сама искала студии, композитора и сама же писала тексты для медитаций. В итоге эти диски продаются уже много лет и сделали жизнь многих людей более счастливой.

«Кто меня мотивирует? – спрашивал глава огромной сетевой компании на встрече с коллегами. – Почему меня должен кто-то мотивировать, кроме меня самого?» Он прав.

Часто то, чего мы достигаем, происходит не благодаря, а вопреки. И, тем не менее, происходит, потому что мы не верим в неудачу.

Я не знаю другого пути, кроме успеха и процветания!

Вот вам пример мотивационного утверждения. И даже частица «не» здесь не страшна, сразу отвечаю строгим читателям.

У вас уже есть все необходимое, чтобы превратить свои мечты и желания в цель. У каждой мечты, какой бы нереальной, сказочной, несбыточной она ни казалась, есть разумная основа. Поэтому любую сказку можно сделать былью! Надо только правильно поставить цель... Как? Этому мы с вами и будем сейчас учиться!

Самое первое – и самое главное! – цель должна быть именно вашей, основанной на ваших мечтах и желаниях!

Только в этом случае она поведет вас вперед, к исполнению задуманного. Если вы не чувствуете, что цель вам необходима и интересна, – вы не будете следовать за ней. А если у вас вообще нет цели? Вы просто останетесь на месте!

Вы уже знаете, чего хотите, вы открыли для себя свои мечты – и это ваше огромное преимущество! Знаете, сколько людей живет, даже не задумываясь о том, чего же они на самом

деле хотят? Они идут по жизни словно слепые... А ваши глаза уже открыты! И вы готовы идти своим путем – туда, куда зовут вас мечты!

Чтобы облегчить и ускорить свой путь, нужно сделать свои цели конкретными. *«Пойди туда, не знаю куда, найди то, не знаю что»* — с таким заданием может справиться только сказочный герой. Мы же с вами должны поставить цель, в первую очередь, для своего сознания, для рационального левого полушария. А оно любит, чтобы все было четко, логично и понятно. И сможет привести нас к осуществлению наших желаний, только если мы точно определим искомое и правильно зададим маршрут. Нельзя достичь того, что нельзя узнать!

Цели должны быть конкретными, измеримыми, достижимыми и легко понятными.

И не забудьте установить сроки осуществления желаемого!

Хотите автомобиль? Уточните, какой именно: марка, модель, цвет... Мечтаете о собственном доме? Количество этажей и комнат, наличие бассейна, внутреннего дворика, зимнего сада – все имеет значение!

Ваша цель должна быть конкретна, реальна, осязаема. И обязательно сформулирована в настоящем времени – так, словно вы уже всего достигли.

Но при этом не нужно специально «занижать» цель, чтобы сделать ее более осуществимой. Не надо думать так: «Ну, генеральным директором мне никогда не стать, так что начну с того, что хочу стать менеджером». Не стоит думать за всю Вселенную. Должности генеральных директоров тоже иногда становятся вакантными, и кто вам сказал, что это не для вас?!

Не загоняйте себя в рамки, позвольте своей фантазии разгуляться! О том, как именно мы будем достигать наших целей, мы подумаем завтра. Пока же важно лишь то, чтобы цель была реальна в принципе. То есть не нужно ставить себе целью «долететь до Солнца». А вот «полететь в космос» – почему бы и нет, если это действительно интересно и важно для вас?! Сейчас уже появляются первые космические туристы. И вы можете быть одним из них! «Реальна» или «нереальна» эта цель – зависит только от уровня вашего «потолка»!

Еще одна важная деталь: цель обязательно должна быть зафиксирована!

Почему я так настойчиво советую записывать свои цели? На этот счет существует прекрасная китайская поговорка: «Самые бледные чернила сохраняются дольше, чем самая лучшая память». Могу поспорить, что уже через месяц из 12 своих тщательно продуманных целей вы вспомните в лучшем случае 3! А через год?

Все дело в особенностях нашей психики, которая позволяет держать в центре внимания всего один очаг возбуждения. Сейчас вы сосредоточены на своих целях, а через мгновение переключились мыслями на список покупок – и потеряли путеводную нить!

Но дело не только в этом. Как уверяет статистика, только 3 % людей записывают цели – и именно они достигают самого большого успеха! Почему? Во-первых, записывая свои цели, они активизируют именно то полушарие мозга, которое отвечает за конкретное исполнение задуманного. И во-вторых, они всегда держат свои цели в зоне внимания, просто регулярно перечитывая написанное!

Да, это еще одно важное правило работы с целями.

Обязательно регулярно перечитывайте свой список!

Лучше всего – каждый день, утром и вечером, просыпаясь и засыпая. Думайте о них так, как о свершившемся факте. Визуализируйте их, наполняясь радостным предвкушением, – и вы направите свою жизнь в нужное русло!

Маленькие подсказки для работы с целями

- ◆ Составьте список своих желаний. Пусть он будет у вас под рукой.
 - ◆ Как можно чаще заглядывайте в него. Лучше утром и вечером.
 - ◆ Установите сроки. Имейте спокойное, уверенное отношение к срокам исполнения желаний.
 - ◆ На основании целей составьте конкретный план действий для претворения вашей цели в жизнь.
 - ◆ Не откладывая ни дня, начинайте совершать действия в соответствии с планом. Каждый день вечером спрашивайте себя: «А что я сегодня сделал из своего великого плана претворения моей мечты в жизнь?»
 - ◆ Верьте в то, что у творческих сил Вселенной для вас есть особый приятный план.
 - ◆ Сохраняйте приподнятое настроение, будьте уверены в наилучшем исходе для себя.
- Кроме того, чтобы не отклоняться от намеченного пути, используйте талисман фэн-шуй в виде корабля с денежными слитками.
1. Выберите классическое парусное судно с надутыми ветром парусами. Желательно из металла или дерева без единого гвоздя.
 2. После покупки талисмана очистите его в воде с солью.
 3. Зарядите талисман своей энергией. Возьмите его в руки и представьте свою самую сокровенную цель, которую хотите достичь в ближайшее время. Вообразите, что вы уже добились своего и теперь везете на борту судна золото.
 4. Корабль не должен быть пустым: наполните его монетками, слитками, камнями, украшениями.
 5. Расположите в юго-восточной (это зона богатства) или северо-восточной части дома (зона знаний), напротив двери носом внутрь квартиры, словно ввозя богатство.

Итак, основные правила работы с целями вы уже усвоили – а это значит, что пора вернуться к нашему календарю исполнения желаний! Сейчас мы с вами сформулируем главные 12 целей, которые помогут осуществить ваши самые заветные желания и мечты!

Зачем столько целей? Не будут ли они «распылять» ваши силы? Нет, нет и еще раз нет! Чтобы сделать жизнь наиболее полной и сбалансированной, у вас обязательно должно быть несколько целей в разных областях. Более того, это позволит вашему «автопилоту успеха» работать самым эффективным образом, не заикливаясь на одной какой-то цели, а переключаясь на разные области деятельности.

Когда я уже принял решение, то никогда не беспокоюсь о его правильности позже.

Гарри С. Трумэн

Кстати, по-настоящему успешные люди всегда имели несколько областей интересов! Вспомните, например, Леонардо да Винчи, талантливого художника и изобретателя. Или Михаила Васильевича Ломоносова, ученого и поэта. А как вам такой пример: красавица-актриса Хеди Ламарр, первая в истории кино снявшаяся обнаженной, стала автором изобретения, которое признано одной из самых значимых разработок XX века!

Так вперед – к новым свершениям!

Нет границ для наших возможностей!

Практикум успеха. Зарядка Я-цели

Выделите пару часов, когда вас никто не сможет потревожить. Сейчас вы должны сосредоточиться, полностью погрузиться в процесс – и насладиться им в полной мере!

Снова открываем первую страницу нашего календаря исполнения желаний. Посмотрите на образ вашей путеводной мечты, самого заветного желания. Чувствуете воодушевление, радость, подъем? Представьте свое желание исполненным – во всех подробностях, со звуками, запахами, ощущениями... Перед вашими глазами должна стоять 3D-картинка того, что вы хотите получить в результате, а в душе – петь соловьи в предвкушении вечного лета «сбычи мечт»!

На волне радости и чувства свершения сформулируйте свое желание в виде конкретной цели. Опишите его как можно более четко, ясно, подробно, с конкретными сроками реализации (можно приписать: «или раньше»), обязательно в настоящем времени (как свершившийся факт) и начиная с местоимения «Я». Например: *«Я с семьей живу в собственном доме, таком-то, там-то!...»* Или: *«Я зарабатываю столько-то, занимаясь тем-то!...»* Или: *«Я становлюсь поп-звездой!»*

Сформулировали?

Запишите в «черновик» и внимательно перечитайте: все необходимое упомянули, ничего не забыли? Тогда можно переписывать цель в календарь, на свободную половинку первой страницы. Только будьте внимательны: зачеркивать и исправлять написанное нельзя. Если сделали ошибку, лучше наклейте чистый листок и напишите цель заново. Чем более четко, ясно и понятно сформулирована ваша цель, тем легче и быстрее будет процесс ее осуществления! Так что имеет смысл хорошенько потрудиться на этом начальном этапе планирования, чтобы меньше сложностей и хлопот вызывал переход к конкретным действиям!

Записали первую цель?

Переходите к следующей страничке календаря! Но только в том случае, если вы еще не устали и не потеряли приятного чувства предвкушения. Работа с целями – достаточно энергоемкий процесс. Поэтому, как только начнете уставать, отложите записи, сделайте паузу, чтобы восстановить силы. Вернетесь к своим целям на следующий день, когда опять будете полны свежих сил и эмоций!

Заполнили календарь полностью?

Поздравляю, мои волшебные друзья! Теперь исполнение ваших желаний – дело техники и времени!

Чтобы ускорить этот процесс, возьмите себе за правило перелистывать свой календарь 2 раза в день – утром и вечером.

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.