

[Купить Блокнотик благодарности](#)



БЛАГОДАРКИ

Привет! Я блокнотик благодарности, и я здесь, чтобы добавить волшебство в твою жизнь!

С этого дня твоим спутником на пути к счастью станет самая мощная сила на Земле — великая сила благодарности. Она доступна в любой момент, уместна в любой ситуации. С ней появляется осознанность и исполняются желания.

Благодарность — это самая короткая дорога к счастью. И если ты выполняешь практики благодарности каждый день, то твоя жизнь становится изобильной во всех отношениях. Увеличиваются ресурсы, приходят новые возможности, налаживается здоровье, ты начинаешь больше ценить себя, появляются деньги, ты просто начинаешь дышать счастьем каждый день. В общем, происходит настоящий меджик!

Сила трансформировать реальность с помощью благодарности живет в тебе с момента рождения. Я нужен тебе лишь для того, чтобы выработать самую полезную в мире привычку — благодарить и смещать фокус внимания на то хорошее, что происходит в жизни. Это должна быть регулярная практика, ведь именно с помощью ежедневных минуток благодарности в жизнь приходит счастье!

Чтобы волшебство проявилось в твоей жизни намного быстрее, очень советую соблюдать эти рекомендации:

1. ПИШИ КАЖДОЕ УТРО

Благодарность — ежедневная практика. Все, что вызывает у тебя улыбку в этот день, достойно благодарности. Записывая благодарности ежедневно, ты наполнишь страницы особой энергией, которая усилит отдачу. Кроме того, в понедельник классно записывать благодарности всей недели, а на новолуние — благодарности всему месяцу. А совсем скоро, когда «благодарю» станет твоей

полезной привычкой, открывая блокнот, ты будешь сразу входить в состояние благодарности.

2. «100 СПАСИБО»

Это твой первый шаг на пути к новой жизни. Это правило научит тебя благодарить вселенную даже за самые простые мелочи. Практика заключается в том, чтобы написать здесь свои первые «100 спасибо». Например, ты можешь поблагодарить родителей за свое рождение, себя за проявление доброты, в конце концов, этот мир — за воздух, которым ты дышишь.

3. БУДУЩЕЕ

Благодари себя за желания и цели, которые у тебя возникают, и делай это в настоящем времени. Например, если твоя работа в данный момент не слишком хорошо оплачивается, напиши: «Благодарю за любимое дело, которое приносит мне хороший доход!»

4. БЛАГОДАРИ ЗА ВСЁ

Да, благодарить хочется, когда все получается. А что если дела идут хуже некуда? Удивишься, но тоже благодарить. Неудачи и ошибки — бесценный опыт, который заслуживает заветного «благодарю!».

5. ПЕРЕЧИТЫВАЙ

Одно из самых главных правил — периодически перечитывать свои записи. Эта практика напоминает о том, насколько прекрасна твоя жизнь. Бывает так, что обстоятельства буквально выбивают почву из-под ног. В момент, когда захочется все бросить, блокнот благодарности станет твоим лекарством от эмоционального кризиса.

Итак, с правилами ведения блокнота ты ознакомились.

А теперь, чтобы закрепить свои намерения, предлагаю тебе вписать свое имя в особенный манифест:

Я, волшебница _____, полностью осознаю, что благодарность — это самая короткая дорога к счастью.

Я знаю, что эта великая сила в сотни раз увеличивает всё хорошее в моей жизни — изобилие, успех, благополучие, здоровье, любовь, наполненность.

Я намерена ежедневно делать волшебную практику благодарности, и впустить магию в свою жизнь!



А теперь — настало время самой кайфовой практики!



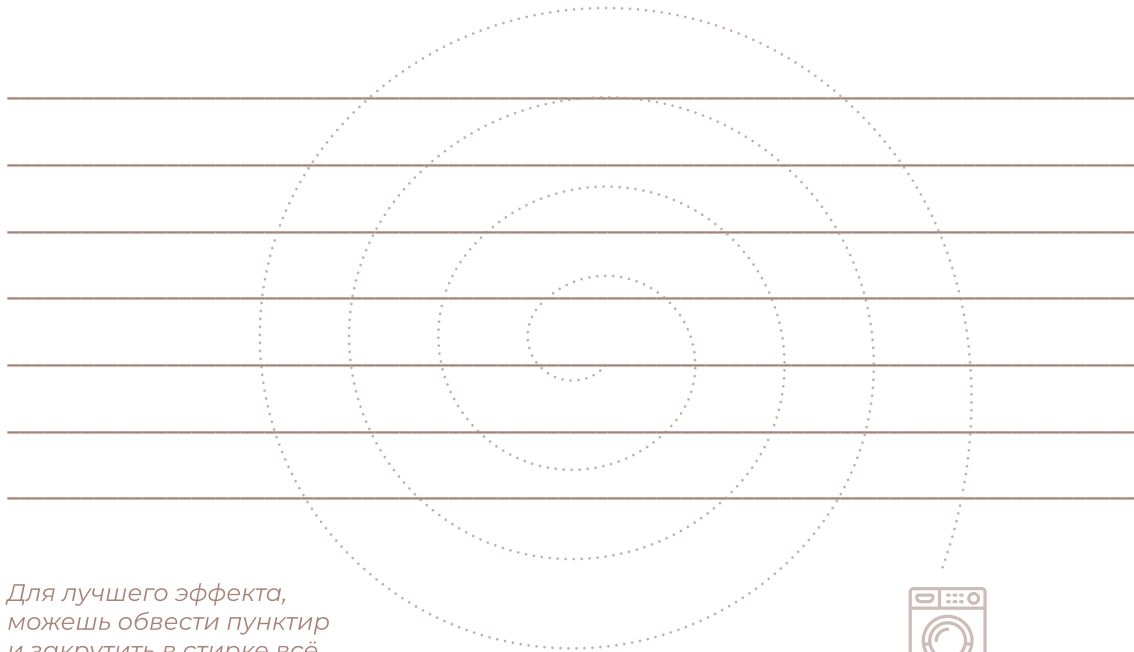


Только
с благодарностью
жизнь становится
богаче.

Мысли в стирку

Милая, здесь ты можешь написать всё, что тебя беспокоит, тревожит или просто не нравится.

Каждый день нас посещают сотни мыслей, и не все они светлые и благостные. Не волнуйся, это абсолютно нормально! Блокнот поможет тебе очистить сознание от того, что тебе больше не нужно.



Для лучшего эффекта, можешь обвести пунктир и закрутить в стирке всё, от чего хочешь очиститься!



Закрашивай эту машинку и запускай процесс чистки!

Прописав свои переживания или мысли-раздражители, подобно машинной стирке, твоё сознание очистится от негативных мыслей.

Приоритеты дня

1. Настроиться позитивно



Что меня наполнит сегодня?

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



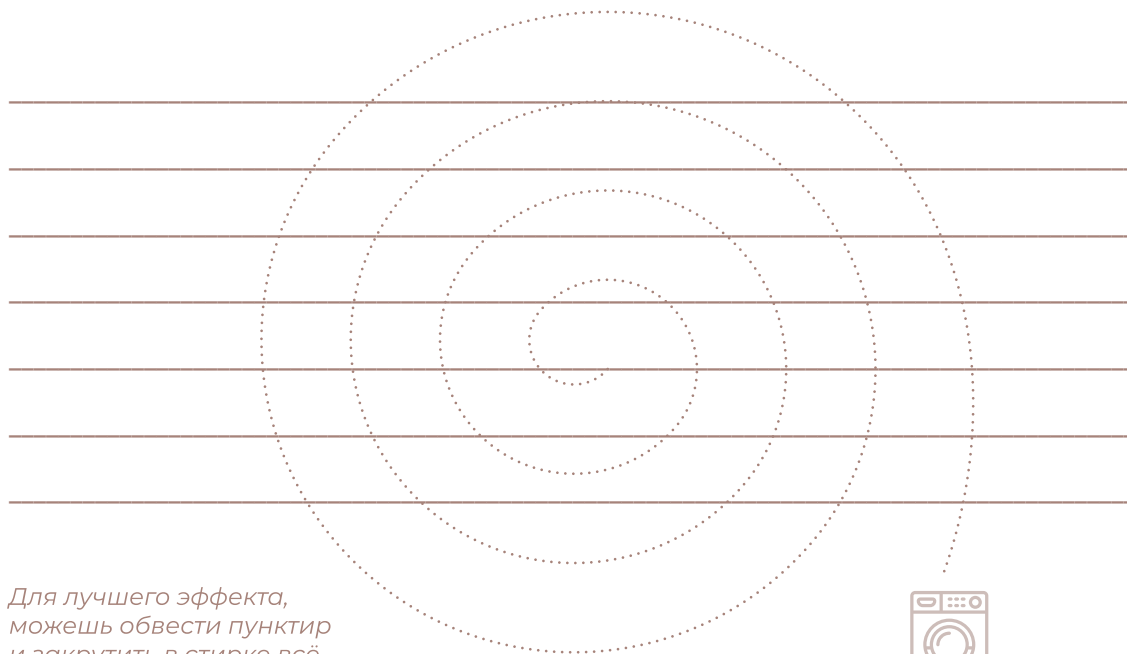


Милая, ты можешь обвести слово «Благодарю» своей рукой, чтобы лучше прочувствовать волшебное состояние.

Мысли в стирку

Милая, здесь ты можешь написать всё, что тебя беспокоит, тревожит или просто не нравится.

Каждый день нас посещают сотни мыслей, и не все они светлые и благостные. Не волнуйся, это абсолютно нормально! Блокнот поможет тебе очистить сознание от того, что тебе больше не нужно.



Для лучшего эффекта, можешь обвести пунктир и закрутить в стирке всё, от чего хочешь очиститься!



Закрашивай эту машинку и запускай процесс чистки!

Прописав свои переживания или мысли-раздражители, подобно машинной стирке, твоё сознание очистится от негативных мыслей.

Приоритеты дня

1. Наслаждаться жизнью



Что меня наполнит сегодня?

[illegible]



Благодарность — богатство. Жалобы — бедность.