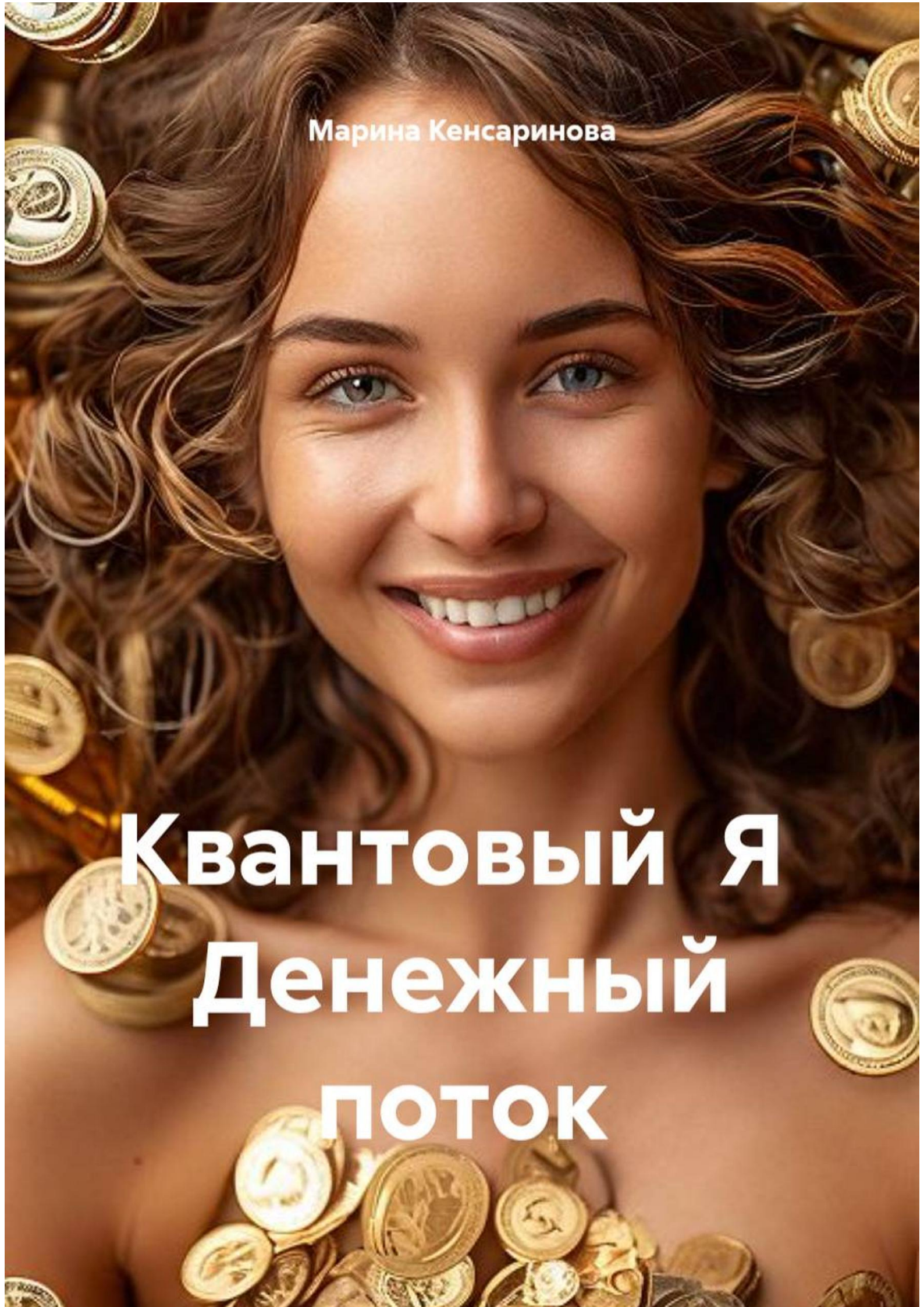


A close-up portrait of a young woman with long, wavy brown hair and blue eyes, smiling warmly. She is surrounded by numerous gold coins, some of which are visible in the foreground and background, creating a sense of wealth and abundance. The lighting is soft and warm, highlighting her features and the metallic sheen of the coins.

Марина Кенсаринова

Квантовый Я Денежный поток

Марина Кенсаринова

Квантовый Я Денежный поток

«Автор»

2026

Кенсаринова М.

Квантовый Я Денежный поток / М. Кенсаринова — «Автор»,
2026

«Денежный поток: как перепрограммировать себя на изобилие» Почему одни женщины зарабатывают легко, а другие пашут за копейки? Дело не в удаче. Дело в твоих внутренних установках. Эта книга — не про «позитивное мышление» и не про «аффирмации». Это практическое руководство по работе с денежными сценариями, которые ты принесла из детства, семьи и общества. Ты узнаешь: Какие установки блокируют твой доход. Как переписать старые программы. Какие упражнения помогут изменить отношение к деньгам. Как создать новые финансовые привычки. В книге — 7 новых установок, 7 упражнений и 3 ритуала для ежедневной практики. Читай, делай, меняй свой денежный поток. Для тех, кто устал от финансовой нестабильности и хочет изменить свои отношения с деньгами.

© Кенсаринова М., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	6

Квантовый Я Денежный поток

Глава

Как перепрограммировать себя на изобилие

Введение: Деньги — это энергия, а не цифры

Ты замечала, что у одних людей деньги «липнут», а другие пашут за копейки? Дело не в удаче. Дело в твоём внутреннем сценарии. Твои мысли о деньгах, привычки и установки формируют твой доход. Если ты замечаешь у себя, что ты работаешь много, а денег всё равно не хватает; если ты получаешь неожиданные доходы, но они быстро уходят; если ты боишься повысить цену на свои услуги или чувствуешь вину, когда тратишь деньги на себя, — это не случайность. Это сигнал: твой денежный сценарий требует перезагрузки. Эта книга не про «позитивное мышление» и «аффирмации». Это про то, как переписать старые денежные программы, которые ты принесла из детства, школы и общества. Ты научишься отслеживать свои денежные установки, заменять их на поддерживающие и создавать новые финансовые привычки.

Глава 1. Откуда берутся денежные сценарии?

Твой внутренний «финансовый программист» — это семья, школа, первые заработанные деньги и общество. С детства ты слышала фразы, которые стали твоими установками. Например, «Денег нет, мы не можем себе это позволить» превратилось в убеждение «Денег всегда мало». А «Богатые люди — жадные и злые» осело в подсознании как «Если я разбогатею, я стану плохой». Фразы «Ты должна быть скромной, не высовываться» и «Мы не такие, как они» сформировали страх «Просить деньги — стыдно» и чувство «Я не из того круга». Чтобы увидеть свои корневые программы, выполни упражнение «Родовые установки». Возьми лист бумаги и напиши 5–7 фраз о деньгах, которые ты слышала в детстве. Не оценивай их, просто запиши. Рядом укажи эмоцию, которую испытывала тогда: страх, стыд, тревогу или безнадёжность. Теперь задай себе вопросы: какая из этих установок всё ещё живёт в тебе? Как она проявляется в твоей жизни сегодня? И главное — хочешь ли ты от неё избавиться?

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.