

12+

Аврора Арно

Волшебный Блокнот «3 желания»

Проработка желаний
по алгоритму «АВРОРА»

Аврора Арно

Волшебный Блокнот «3 желания».
Проработка желаний
по алгоритму «АВРОРА»

«Издательские решения»

Арно А.

Волшебный Блокнот «3 желания». Проработка желаний по алгоритму «АВРОРА» / А. Арно — «Издательские решения»,

Этот Блокнот предназначен для подробной проработки желаний по алгоритму «АВРОРА». Алгоритм «АВРОРА» состоит из более 70 вопросов и утверждений. Каждый ответ на вопрос или утверждение, которые необходимо записать своей собственной рукой прямо здесь, в Блокноте — это как отдельная грань Вашего желания. Заполняя Блокнот, Вы более глубоко поймёте, что стоит за каждым конкретным желанием. К этому подключаются мысли, чувства, эмоции, ощущения, образы — это ускоряет процесс реализации желания.

© Арно А.

© Издательские решения

Содержание

Как пользоваться Блокнотом	7
Важно	8
Если Вы не знаете ответ	9
Отказ от ответственности	10
Примеры ответов на вопросы для желания по теме «Здоровье»	11
1 желание	22
Запишите своё желание в настоящем или совершённом времени, без частицы «не»	22
Как я хочу получить желаемое?	23
Запишите своё желание ещё раз со следующими словами: легко, быстро, весело, с радостью, с удовольствием, я счастлив (а), при самых благоприятных обстоятельствах	23
Что я увижу, когда моё желание исполнится?	24
Что я услышу, когда моё желание исполнится?	25
Какой запах, аромат я почувствую, когда моё желание исполнится?	26
Какие эмоции у меня будут, когда моё желание исполнится?	27
Какое состояние я буду чувствовать, когда моё желание исполнится?	28
Что я буду чувствовать в теле, когда моё желание исполнится?	29
Какие тактильные ощущения будут под моими руками, на коже моего тела, когда моё желание исполнится?	30
Как я узнаю, что моё желание исполнилось?	31
Где, в каком месте я буду, когда моё желание исполнится?	32
Что будет вокруг меня, когда моё желание исполнится?	33
Когда моё желание может исполниться?	34
Напишите предполагаемый сезон (зима, весна, лето, осень), месяц, год. Или напишите «в лучшее для меня время»	34
Кто будет со мной рядом, когда моё желание исполнится?	35
Кто первый узнает, что моё желание исполнилось? Кому первому я расскажу, что моё желание исполнилось?	36
Кто похвалит меня, когда моё желание исполнится? Какие хорошие слова он (она) скажет?	37
Что хорошего произойдёт, когда моё желание исполнится?	38
Чему я буду радоваться, когда моё желание исполнится?	39
Какие выгоды я получу, когда моё желание исполнится?	40
Как улучшится моя жизнь, когда моё желание исполнится?	41
Уберите препятствия для исполнения своего желания	42
Для этого прочистите, помойте что-то в своём доме — например: трубу, окно, вентиляцию, шкаф, полку и т. д.	42
Напишите следующее утверждение	43
— Вместе с ... (напишите своё желание) я получаю что-то ещё очень хорошее, радостное, чудесное, великолепное	43
Кому ещё будет хорошо, когда моё желание исполнится?	44

Какие мои позитивные мысли будут способствовать исполнению моего желания?	45
Какие позитивные установки, убеждения будут способствовать исполнению моего желания?	46
Какие мои качества, черты характера помогут мне достичь моего желания?	47
Для чего я хочу своё желание?	48
Кем я буду себя чувствовать, кем я буду (в какой роли), когда моё желание исполнится?	49
Почему исполнение моего желания возможно?	50
Конец ознакомительного фрагмента.	51

Волшебный Блокнот «3 желания» Проработка желаний по алгоритму «АВРОРА»

Аврора Арно

© Аврора Арно, 2026

ISBN 978-5-0069-9938-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Как пользоваться Блокнотом

Этот Блокнот предназначен для подробной проработки желаний по алгоритму «АВРОРА».

Алгоритм «АВРОРА» состоит из более 70 вопросов и утверждений. Каждый ответ на вопрос или утверждение Вам необходимо записать своей собственной рукой прямо здесь, в Блокноте.

Ваше желание будет записано много раз с разными словами, фразами, утверждениями. Так для каждого желания будет создано много новых нейронных связей. Даже одна какая-то фраза может быть очень важна и полезна именно для Вас. Возможно, именно этот «пазл» поможет исполнить Ваше желание быстрее и легче.

Во время проработки и записывания желаний Вы получите много озарений и инсайтов.

Благодаря Блокноту и заданному алгоритму «АВРОРА», Вы рассмотрите каждое своё желание с разных сторон — как бы «ограняя бриллиант» своего желания. Каждая записанная фраза — это как отдельная грань Вашего желания. Вам будет гораздо легче понять и осознать своё желание. Вы более глубоко поймёте — что Вы действительно хотите, что стоит за каждым конкретным желанием.

Когда желание рассмотрено и проработано подробно с разных сторон — оно легче и быстрее исполняется. В голове возникает чёткая картинка реализации желания. К этому подключаются мысли, чувства, эмоции, ощущения, конкретные ситуации из жизни — это также ускоряет процесс реализации желания.

Прорабатывая желание подробно с разных сторон — Вы УЖЕ создаёте его на ТОНКОМ уровне.

В одном Блокноте Вы сможете проработать 3 разных желания — для этого есть 3 раздела для каждого желания. Когда Блокнот будет заполнен — то можно купить и заполнять следующий Блокнот. Так все Ваши желания будут собраны в одном месте — это очень удобно и наглядно.

Одно желание можно проработать за один день — например, в Новый Год, или в День Рождения, или в любой другой день. Но также можно работать над одним желанием в течение нескольких дней. Главное — чтобы Вам было интересно, комфортно и приятно.

Желаю лёгкого исполнения всех Ваших желаний при самых благоприятных обстоятельствах!

Автор Аврора Арно.

Важно

Когда Вы будете отвечать на вопросы в Блокноте — желательно **в каждый ответ писать формулировку своего желания**. Так Вы будете прорабатывать новые нейронные связи в мозге именно для своего желания.

Например, есть желание **«Мои колени здоровы»**.

* * *

При ответе на вопрос «Что я увижу, когда моё желание исполнится?» можно ответить 2 способами:

1. Я увижу, что мои колени нормального размера.
2. **Когда мои колени здоровы — то я увижу, что мои колени нормального размера.**

Пишите 2 вариант ответа — в этом ответе есть нейронная связь **«колени здоровы»** и **«колени нормального размера»**.

* * *

При ответе на вопрос «Какие эмоции у меня будут, когда моё желание исполнится?» можно ответить 2 способами:

1. Я чувствую радость и воодушевление.
2. **Когда у меня здоровые колени — я чувствую радость и воодушевление.**

Пишите 2 вариант ответа — в этом ответе есть нейронная связь **«здоровые колени»** и **«я чувствую радость и воодушевление»**.

* * *

При ответе на вопрос «Какое состояние я буду чувствовать, когда моё желание исполнится?» можно ответить 2 способами:

1. Я в спокойном, гармоничном состоянии.
2. **Когда мои колени здоровы, то я в спокойном, гармоничном состоянии.**

Пишите 2 вариант ответа — в этом ответе есть нейронная связь **«колени здоровы»** и **«я в спокойном, гармоничном состоянии»**.

Если Вы не знаете ответ

Если Вы не знаете ответ на какой-то вопрос, если Вам трудно ответить — то просто **придумайте любой позитивный ответ.**

Можно задать себе такие **вопросы**:

- А если бы я знал (а), то как бы я ответил (а)?
- А как бы мне хотелось ответить?
- А какой ответ мне бы понравился?
- Какой ответ принёс бы мне пользу?

Также Вы можете поискать **ответ в Интернете**. Например, поискать:

- какие позитивные эмоции бывают,
- какие бывают чувства,
- что чувствует человек, когда держит в руках 1 миллион рублей,
- как человек понимает, что у него здоровая печень,
- какая зарплата у топ-менеджера в компании М,
- и т. д.

И выберите те **позитивные ответы**, которые Вам **понравятся**, откликнутся в Душе.

Отказ от ответственности

Информация, предоставленная в Блокноте, носит исключительно общий информационный характер.

Автор Блокнота не несёт ответственности за то, как читатель понял и применил полученную информацию.

Автор Блокнота не гарантирует исполнение желаний.

Ответственность за принятые решения и действия лежит только на читателе.

Примеры ответов на вопросы для желания по теме «Здоровье»

Здесь даны примерные ответы на вопросы для желания по теме «Здоровье».

Вы можете ориентироваться на эти примеры для любых других желаний по любым темам: Внешность, Деньги, Любовь, Работа, Карьера, Бизнес и т. д.

Запишите своё желание в настоящем или совершённом времени, без частицы «не».

Мои колени здоровы.

Как я хочу получить желаемое?

Запишите своё желание ещё раз со следующими словами: легко, быстро, весело, с радостью, с удовольствием, я счастлив (а), при самых благоприятных обстоятельствах

Я счастлива, что мои колени совершенно здоровы.

Что я увижу, когда моё желание исполнится?

Когда мои колени будут здоровы — я увижу, как врач снимает медицинские повязки с моих коленей и с коленями всё хорошо. Когда мои колени здоровы — то я увижу, что мои колени нормального размера, кожа на коленях чистая, здоровая, гладкая, красивая. Ещё я увижу, что на снимке суставы коленей в норме, как и должно быть у здорового человека.

Что я услышу, когда моё желание исполнится?

Я услышу, как мой ортопед говорит мне, что на снимке моих коленей всё в порядке. Врач сообщает мне, что мои коленные суставы в норме, всё зажило хорошо — теперь можно гулять по 5 км. ежедневно.

Какой запах, аромат я почувствую, когда моё желание исполнится?

Когда мои колени здоровы, то я ежедневно гуляю в парке. Во время неспешной прогулки я чувствую аромат свежескошенной травы в парке и наслаждаюсь ароматом цветов на газонах.

Какие эмоции у меня будут, когда моё желание исполнится?

Когда у меня здоровые колени — я чувствую радость и воодушевление.

Какое состояние я буду чувствовать, когда моё желание исполнится?

Когда мои колени здоровы, то я в спокойном, гармоничном состоянии. Я чувствую свободу, что могу делать то, что хочу.

Что я буду чувствовать в теле, когда моё желание исполнится?

Когда мои колени здоровы, то я чувствую в области коленей лёгкость, подвижность. Во всём теле приятное здоровое тепло и расслабленность.

Какие тактильные ощущения будут под моими руками, на коже моего тела, когда моё желание исполнится?

Когда мои колени здоровы, то я чувствую гладкость кожи, когда трогаю колени. Я чувствую прочность, твёрдость, надёжность моих коленных суставов, когда глажу свои колени.

Как я узнаю, что моё желание исполнилось?

Я буду знать, что мои колени здоровы, когда смогу легко пройти пешком 3 круга вокруг нашего озера. Я увижу на шагомере 10 000 шагов.

Где, в каком месте я буду, когда моё желание исполнится?

Сначала я буду в кабинете у врача, и он сообщит мне, что с моими коленями всё хорошо. Потом я пойду гулять в парк — и в парке я почувствую, что иду легко и уверенно.

Что будет вокруг меня, когда моё желание исполнится?

Я буду гулять в парке и вокруг меня будут деревья, цветы, зелёная сочная трава, прозрачное голубое озеро, плавающие утки на озере.

Когда моё желание может исполниться?

Напишите предполагаемый сезон (зима, весна, лето, осень), месяц, год. Или напишите «в лучшее для меня время».

К весне мои колени совершенно здоровы.

Кто будет со мной рядом, когда моё желание исполнится?

Я буду легко и свободно гулять в парке со своей любимой собакой.

Кто первый узнает, что моё желание исполнилось? Кому первому я расскажу, что моё желание исполнилось?

Когда я приду от ортопеда домой, то сразу сообщу мужу, что с моими коленями всё в порядке, на снимках всё отлично.

Кто похвалит меня, когда моё желание исполнится? Какие хорошие слова он (она) скажет?

Мой муж порадуетя вместе со мной, что мои колени здоровы. Муж похвалит меня, что я очень быстро привела свои колени в норму. Он скажет: «Это хорошо, что всё хорошо с коленями — теперь можно пойти вместе погулять».

Что хорошего произойдёт, когда моё желание исполнится?

Когда мои колени здоровы, то я занимаюсь своим любимым занятием — катаюсь зимой на лыжах.

Чему я буду радоваться, когда моё желание исполнится?

Когда мои колени здоровы, то я радуюсь тому, что каждый день гуляю с собакой, хожу в горы с друзьями.

Какие выгоды я получу, когда моё желание исполнится?

Мне выгодно иметь здоровые колени, потому что я могу много двигаться, поддерживать здоровый вес своего тела.

Как улучшится моя жизнь, когда моё желание исполнится?

Со здоровыми коленями я могу спокойно путешествовать в разные страны мира.

Напишите следующее утверждение:

— Вместе с ... (напишите своё желание) я получаю что-то ещё очень хорошее, радостное, чудесное, великолепное.

Вместе с моими здоровыми коленями я получаю что-то ещё очень хорошее, радостное, чудесное, великолепное.

Кому ещё будет хорошо, когда моё желание исполнится?

Когда мои колени здоровы — то от этого хорошо моему мужу, потому что мы вместе гуляем, путешествуем. А также хорошо моей собаке, потому что она гуляет ежедневно утром и вечером вместе со мной.

Какие мои позитивные мысли будут способствовать исполнению моего желания?

Мой организм очень мудрый, поэтому способен восстанавливать свои здоровые функции и регенерировать ткани, суставы.

Моя бабушка была здоровой до самой старости — и я тоже так смогу, у меня хорошая генетика.

Какие позитивные установки, убеждения будут способствовать исполнению моего желания?

Моё здоровье зависит от меня.

Моё здоровье в моих руках.

Хочу быть здоровой и буду.

С возрастом мой организм сильнее и крепче.

С возрастом здоровье может улучшаться.

Какие мои качества, черты характера помогут мне достичь моего желания?

Я люблю и умею вести здоровый образ жизни — это поможет мне гораздо быстрее достичь здорового состояния моих коленей.

Для чего я хочу своё желание?

Я хочу иметь здоровые колени для того, чтобы много двигаться, спокойно гулять и получать радость от путешествий.

Кем я буду себя чувствовать, кем я буду (в какой роли), когда моё желание исполнится?

Когда мои колени здоровы, то я чувствую себя лёгкой, подвижной дамой, активной путешественницей.

Почему исполнение моего желания возможно?

Мои колени могут быть здоровы, потому что есть хорошие лекарства для восстановления суставов. Есть хорошие грамотные ортопеды, которые назначают эффективное лечение.

Почему я верю, что моё желание исполнится?

Я верю, что мои колени могут быть всегда здоровыми, потому что природа создала тело человека мудрым. Тело само стремится к здоровому состоянию, надо ему только помочь.

Добавьте лёгкость в своё желание.

Для этого напишите следующую фразу:

— Вот бы ... (далее напишите своё желание).

Вот бы иметь совершенно здоровые колени.

Добавьте лёгкость в своё желание.

Для этого напишите следующую фразу:

— Как хорошо было бы ... (далее напишите своё желание).

Как хорошо было бы иметь здоровые колени.

Добавьте спокойствие в своё желание.

Для этого напишите следующую фразу:

— Я чувствую тотальное спокойствие, когда ... (далее напишите своё желание).

Я чувствую тотальное спокойствие, когда мои колени здоровы.

Нарисуйте образ своего исполненного желания.

Чем проще образ — тем лучше. Обязательно нарисуйте себя в этом образе.

Под рисунком напишите:

— В моём исполненном желании ... (напишите желание) я чувствую себя хорошо.

В моём исполненном желании со здоровыми коленями я чувствую себя хорошо.

Разрешите себе исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Я разрешаю себе ... (далее напишите своё желание).

Я разрешаю себе иметь здоровые, подвижные колени.

Разрешите себе исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Я позволяю себе ... (далее напишите своё желание).

Я позволяю себе иметь здоровые, подвижные колени.

Разрешите себе исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Мне можно ... (далее напишите своё желание).

Мне можно иметь совершенно здоровые колени.

Разрешите себе исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Я имею полное право ... (далее напишите своё желание).

Я имею полное право иметь здоровые колени, подвижные коленные суставы.

Утвердите своё достоинство иметь своё желание.

Для этого напишите следующую фразу:

— Я на 100% достоин (достойна) ... (далее напишите своё желание).

Я на 100% достойна иметь здоровые колени.

Одобрите себя на исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Я одобряю себя ... (далее напишите своё желание).

Я одобряю себя со здоровыми, подвижными коленями.

Откройтесь для исполнения своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Я открыт (а) для ... (далее напишите своё желание).

Я открыта для полного исцеления моих коленей.

Благословите себя на исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Я благословляю себя на ... (далее напишите своё желание).

Я благословляю себя на полное исцеление и оздоровление моих коленей и коленных суставов.

Сделайте осознанный выбор в пользу своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Я осознанно выбираю ... (далее напишите своё желание).

Я осознанно выбираю иметь здоровые колени.

Создайте для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Я создаю для себя ... (далее напишите своё желание).

Я создаю для себя здоровые колени.

Проявите интерес к своему желанию.

Для этого напишите следующую фразу:

— Мне интересно ... (далее напишите своё желание).

Мне интересно иметь совершенно здоровые колени.

Проявите любознательность к своему желанию.

Для этого напишите следующую фразу:

— Хм, интересно, а как это (чувствуется, ощущается) ... (далее напишите своё желание). Хотелось бы узнать!

Хм, интересно, а как это чувствуется — иметь совершенно здоровые колени. Хотелось бы узнать!

Снимите важность со своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Даже если ... (моё желание не исполнится) — я всё равно буду счастлив (а)!

Даже если мои колени не исцелятся полностью — я всё равно буду счастлива!

Снимите важность со своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Даже если ... (моё желание не исполнится) — я всё равно буду любить и принимать себя.

Даже если мои колени не будут здоровы — я всё равно буду любить и принимать себя.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Я человек, который ... (далее напишите своё желание).

Я человек, у которого здоровые колени и подвижные коленные суставы.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Я по настоящему счастлив (а), потому что ... (далее напишите своё желание).

Я по настоящему счастлива, потому что мои колени наконец-то совершенно здоровы.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Если моё желание ... (далее напишите своё желание) возникло в моих мыслях — значит я точно могу его реализовать.

Если моё желание иметь здоровые колени возникло в моих мыслях — значит я точно могу его реализовать.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— У меня уже сейчас есть абсолютно все ресурсы, чтобы ... (далее напишите своё желание).

У меня уже сейчас есть абсолютно все ресурсы, что иметь здоровые колени.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— У меня уже сейчас есть тысячи возможностей, чтобы ... (далее напишите своё желание).

У меня уже сейчас есть тысячи возможностей, чтобы иметь совершенно здоровые колени.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Моё желание ... (далее напишите своё желание) полностью соответствует тому, что полезно и хорошо для меня.

Моё желание иметь совершенно здоровые колени полностью соответствует тому, что полезно и хорошо для меня.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Все мои позитивные мысли, чувства и эмоции способствуют тому, чтобы ... (далее напишите своё желание).

Все мои позитивные мысли, чувства и эмоции способствуют тому, чтобы иметь здоровые колени.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Я с радостью делаю всё возможное, чтобы ... (далее напишите своё желание).

Я с радостью делаю всё возможное, чтобы иметь здоровые колени и подвижные коленные суставы.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— (Напишите своё желание) ... помогает мне жить ещё лучше.

Мои здоровые колени помогают мне жить ещё лучше.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— (Напишите своё желание) ... выводит меня на счастливую линию жизни.

Мои здоровые колени выводят меня на счастливую линию жизни.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— После (напишите своё желание) ... я стал (а) ещё счастливее.

После того, как мои колени стали полностью здоровы — я стала ещё счастливее.

Увеличьте для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— (Напишите своё желание) ... расширило мои возможности и подарило веру в себя.

Мои здоровые колени расширили мои возможности и подарили веру в себя.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Я любимое дитя Вселенной, поэтому ... (далее напишите своё желание).

Я любимое дитя Вселенной, поэтому у меня совершенно здоровые колени.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Я доверяю Вселенной, что в лучшее для меня время и при самых благоприятных обстоятельствах ... (далее напишите своё желание).

Я доверяю Вселенной, что в лучшее для меня время и при самых благоприятных обстоятельствах мои колени полностью исцелены.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Вся Вселенная идёт мне навстречу, чтобы ... (далее напишите своё желание).

Вся Вселенная идёт мне навстречу, чтобы мои колени стали совершенно здоровы.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Вселенная изобильна и полна любви, поэтому ... (далее напишите своё желание).

Вселенная изобильна и полна любви, поэтому у меня совершенно здоровые колени.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— (Напишите своё желание) ... — это проявление любви Вселенной ко мне.

Мои здоровые колени — это проявление любви Вселенной ко мне.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— (Напишите своё желание) ... — это великолепный подарок мне от Вселенной.

Мои здоровые колени — это великолепный подарок мне от Вселенной.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Вся Вселенная радуется, когда ... (далее напишите своё желание).

Вся Вселенная радуется, когда у меня совершенно здоровые колени.

Утвердите для себя исполнение своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Все обстоятельства складываются легко сами собой, чтобы ... (далее напишите своё желание).

Все обстоятельства складываются легко сами собой, чтобы мои колени стали совершенно здоровые.

Восхититесь исполнением своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— Я удивлён (удивлена), насколько быстро и легко ... (далее напишите своё желание).

Я удивлена, насколько быстро и легко мои колени полностью исцелились.

Восхититесь исполнением своего желания.

Для этого напишите следующую фразу:

— (Напишите своё желание) ... превзошло все мои самые смелые ожидания!

Полное исцеление моих коленей превзошло все мои самые смелые ожидания!

Каким способом моё желание может исполниться?

Мои колени могут стать совершенно здоровыми, если я буду выполнять все рекомендации моего врача — буду принимать лекарства, буду делать все необходимые физиотерапевтические процедуры.

Каким невозможным, невероятным, фантастическим способом моё желание может исполниться?

Я проснусь утром с совершенно здоровыми коленями — они внезапно исцелились сами во сне. Или мои колени исцелит энергия Рэйки за 10 сеансов.

Исполнялось ли когда-то у меня такое (похожее) желание?

Однажды у меня исцелился локтевой сустав, и он до сих пор здоров.

У кого уже исполнилось моё желание?

Приведите примеры конкретных людей (родных, знакомых, чужих людей, знаменитостей, блогеров из Интернета и т.д.) — у кого уже есть то, что Вы хотите.

Однажды я читала, что у блогера Ивана М. была сложная операция на колене. Но после удачно проведённой операции он быстро восстановился и теперь бегают, играет в футбол. Его колени в полном порядке.

У моей бабушки до сих пор здоровые колени.

Поблагодарите этих людей, у кого уже есть то, что Вы хотите — за их успех, за то, что они показали Вам ту реальность, к которой Вы стремитесь.

Я благодарю блогера Ивана М. за то, что он показал мне, что можно полностью исцелить свои колени и жить полноценной жизнью.

Я благодарю мою бабушку за её здоровые колени, за то, что она показала мне на своём примере, что даже в преклонном возрасте можно иметь здоровые колени.

Какую вещь я куплю для моего желания?

Я сегодня куплю тёплые наколенники из верблюжьей шерсти. И когда мои колени будут здоровы, я буду носить эти тёплые наколенники в холодную погоду.

Какое конкретное действие я сделаю уже сейчас, чтобы моё желание исполнилось?

Я куплю рекомендованные моим доктором витамины и буду пить их в течение месяца.

Что я сделаю сразу после того, как моё желание исполнится?

Когда мои колени станут совершенно здоровы — я запишусь на танцы. И буду танцевать 2—3 раза в неделю.

Как я поблагодарю себя за то, что моё желание исполнилось?

Когда мои колени будут здоровы — я куплю себе новые удобные кроссовки с ортопедической стелькой.

Напишите следующее утверждение:

— Я рождён (рождена), чтобы быть...

Далее напишите одно слово в соответствии с Вашим желанием, например:
... здоровым (здоровой), богатым (богатой), счастливым (счастливой), любимым (любимой), красивым (красивой) и т. д.

Я рождена, чтобы быть здоровой.

Напишите следующее утверждение:

— Мне суждено ... (далее напишите своё желание).

Мне суждено жить со здоровыми коленями.

Что будет через 1 год после исполнения моего желания?

Я буду участвовать в танцевальном конкурсе и даже займу призовое место.

Когда моё желание исполнится, то какое следующее похожее желание у меня будет?

После того, как я исцелю свои колени — я займусь исцелением своей кожи на лице.

Напишите ещё раз своё желание.

Добавьте фразу: «Запускаю в реализацию. Сделано!»

Поставьте дату и свою подпись.

Я счастлива, что у меня здоровые колени.

Запускаю в реализацию. Сделано!

30.03.2026. Иванова Анна.

1 желание

**Запишите своё желание в настоящем или
совершенном времени, без частицы «не»**

Как я хочу получить желаемое?

**Запишите своё желание ещё раз со следующими словами:
легко, быстро, весело, с радостью, с удовольствием, я
счастлив (а), при самых благоприятных обстоятельствах**

Что я увижу, когда моё желание исполнится?

Что я услышу, когда моё желание исполнится?

**Какой запах, аромат я почувствую,
когда моё желание исполнится?**

**Какие эмоции у меня будут,
когда моё желание исполнится?**

**Какое состояние я буду чувствовать,
когда моё желание исполнится?**

**Что я буду чувствовать в теле,
когда моё желание исполнится?**

**Какие тактильные ощущения будут под моими руками,
на коже моего тела, когда моё желание исполнится?**

Как я узнаю, что моё желание исполнилось?

Где, в каком месте я буду, когда моё желание исполнится?

Что будет вокруг меня, когда моё желание исполнится?

Когда моё желание может исполниться?

**Напишите предполагаемый сезон (зима, весна, лето, осень),
месяц, год. Или напишите «в лучшее для меня время»**

Кто будет со мной рядом, когда моё желание исполнится?

**Кто первый узнает, что моё желание исполнилось? Кому
первому я расскажу, что моё желание исполнилось?**

**Кто похвалит меня, когда моё желание
исполнится? Какие хорошие слова он (она) скажет?**

Что хорошего произойдёт, когда моё желание исполнится?

Чему я буду радоваться, когда моё желание исполнится?

Какие выгоды я получу, когда моё желание исполнится?

Как улучшится моя жизнь, когда моё желание исполнится?

Уберите препятствия для исполнения своего желания

**Для этого прочистите, помойте что-то в своём доме —
например: трубу, окно, вентиляцию, шкаф, полку и т. д.**

Напишите — ЧТО Вы прочистили

Напишите следующее утверждение

— Вместе с ... (напишите своё желание) я получаю что-то ещё очень хорошее, радостное, чудесное, великолепное

Кому ещё будет хорошо, когда моё желание исполнится?

**Какие мои позитивные мысли будут
способствовать исполнению моего желания?**

Какие позитивные установки, убеждения будут способствовать исполнению моего желания?

**Какие мои качества, черты характера
помогут мне достичь моего желания?**

Для чего я хочу своё желание?

**Кем я буду себя чувствовать, кем я буду (в
какой роли), когда моё желание исполнится?**

Почему исполнение моего желания возможно?

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.