



Аффирмации для женщин

Я ценная личность.

Я – Женщина, я чувствую свою уникальность и сексуальность.

Я сильная.

Я люблю себя.

Моя душа излучает любовь.

У меня есть внутренняя сила.

Я достойна больших успехов.

Я способна добиться успеха.

Я излучаю радость и счастье.

Я стремлюсь к цели моей жизни.

Я имею положительную самооценку.

Мое будущее выглядит светлым.

У меня только положительные мысленные картины.

У меня восторженные взгляды на жизнь.

Я твердо верю в себя.

Я сильная и я в безопасности.

У меня есть власть, чтобы реализовать свои цели.

Моя уверенность в себе со мной во все времена.

Я - смелая и отважная.

У меня есть вера в Бога и в мои действия.

Я исцелила все блоки, касающиеся моей уверенности.

Я забочусь только о том, что я думаю о себе.

Мои черты личности являются милыми.

Я драгоценна в глазах Бога.

У меня есть мудрость, чтобы знать, что нужно изменить.

Я нахожусь в мире с миром.

Я обладаю уникальными свойствами и способностями, потому что я женщина.



У меня есть силы, чтобы любить и быть любимой.

У меня есть сила, чтобы выбрать свой курс в жизни.

Я горжусь моим телом

Я могу принять себя такой, какая я есть.

Я развиваю мои таланты, способности, умения и навыки.

Я уверена изнутри.

Я говорю положительные слова о себе.

Я люблю и одобряю себя.

Я чувствую себя сияющей, полной обильной энергии и здоровья.



Примеры аффирмаций для высокой самооценки

Моя красота течет изнутри наружу.

Я полна невероятной силы и величия!

Чтобы увидеть красоту в мире, я должен сначала увидеть ее в себе. И сегодня я видел ее!

Те, кто сказал мне, что я недостойна, были не правы. Я достойна. Я уверена в этом, более чем когда-либо прежде.

Я безоговорочно люблю и уважаю себя во всех отношениях.

Сегодня я делаю смелое заявление. Мир заслуживает меня таким, каким я являюсь.

Я являюсь уникальным и достойным человеком.

Я красива телом и душой.

Я отказываюсь соглашаться на меньшее, чем я заслуживаю. Я достойна лучшего!

Чем более я люблю и ценю себя, тем красивее я становлюсь.

Я – божественное выражение мира!

Сегодня я освобождаю себя от чужих мнений и позволяю себе быть собой.

Я-непорочное существо света; совершенное и прекрасное.

Когда я смотрю в зеркало, я вижу мои достоинства.

Сегодня я вижу себя через призму любви и понимания.

Сегодня я очень привлекательна!

Я упорно работаю, чтобы держать свое тело в форме, и я знаю (мужчины/женщины) находят меня привлекательной /ым.

Я люблю себя до последнего килограмма, до последнего порока, до последней морщинки. Я люблю все в себе!

Я счастлива, быть собой.

Я в абсолютном мире с самим собой.

Я- чудо жизни! Я удивительный во всех отношениях!

Я красивая! Я привлекательная! Я горжусь этим!



Примеры аффирмаций, чтобы полюбить себя

Я люблю себя безоговорочно.

Я - хороший человек, который заслуживает того, чтобы быть счастливым.

Я горжусь тем, кто я есть.

Я счастлив просто быть собой.

Я абсолютно комфортно себя чувствую.

У меня безграничная уверенность в собственных силах.

Я принимаю себя глубоко и полностью.

Я совершаю великие дела.

Других вдохновляет моя способность быть собой.

Каждый день я становлюсь все более уверенным.

Я люблю себя безусловно.

Я начинаю видеть все положительные качества и черты, которые у меня есть.

Я открываю все более удивительные вещи о себе с каждым днем.

Я начинаю по-настоящему любить себя.

Любить себя - это важно для моего счастья.

Я легко нахожу мои положительные качества.

Я знаю, что я имею право быть счастливой, и ничто не может его отнять от меня.

Любить себя и быть счастливым - это естественно.

Я божественное существо, полное энергии и любви.

Я прекрасное и светлое выражение жизни.

Я часть Бога, и я признаю и уважаю свою Божественную сущность.

Моя внутренняя красота освещает мой путь.

Бесконечная любовь течет во мне и изливается наружу.

Мое высшее «я» - мой лучший друг.

Я уважаю себя.

Я созерцаю себя глазами любви и понимания.

Я достойна лучшего.

Я благодарна Богу за свою внутреннюю и внешнюю красоту.



Я уникальна и привлекательна!

Я великое сокровище этого мира.



Примеры аффирмаций, чтоб повысить уверенность в себе

Я принимаю свою индивидуальность.

Я люблю в себе всё. Я люблю каждую частицу своего тела и свою душу.

Я позволяю себе идти своим путем, исполняя свои мечты.

Я достойна лучшего и я позволяю себе иметь лучшее.

Я замечаю и усиливаю свои хорошие стороны.

Я ощущаю себя уверенно.

Я уверена в себе и с легкостью выбираю правильное решение.

Я свободен в своих решениях. Я знаю, что добьюсь всего, чего намерен.

Я имею право жить своей жизнью и исполнять свое предназначение.

Мне нравится расширять зону комфорта и идти к новому.

Я с гибкостью принимаю перемены и наслаждаюсь ими, видя во всем зерно успеха.

Я ценю свои способности.

Я верю в себя! Я знаю, что способен сделать себя счастливым.

Я хозяин своего будущего!

В любом обществе я чувствую себя уверенно.

Я ответственна за свой мир.

Я уверена в своих целях и намерена их достичь.

Я знаю, что вселенная заботится обо мне.

Я ощущаю спокойную уверенность в любой ситуации.

Я уверенно выражаю свое мнение.

Я развиваю уверенность и жизненную силу.

Я позитивно думаю о своем теле.

Моя уверенность на адекватном уровне.

Я испытываю любовь и другие позитивные чувства по отношению к себе.

Я возвращаю свою уверенность постоянно.



Примеры аффирмаций для отношений

Я уверена в любви своего партнера

Я поддерживаю своего любимого и дарю ему понимание

Я глубоко люблю и уважаю своего партнера

Я всегда общаюсь честно, открыто и с уважением

Я нахожусь в прочных отношениях

Я ориентирован на выращивание здоровых отношений

Я добр и заботлив

Я заслуживаю того, чтобы иметь долгосрочные отношения

Мои отношения является главным приоритетом в моей жизни

Я строю счастливые отношения

Я очень люблю моего партнера

Я в состоянии баланса моих собственных потребностей с потребностями моего партнера

Я счастлив и уверен в себе

Я глубоко уважаю и дорожу своей любимой

Я полна положительной энергии любви

Мои отношения наполнены радостью

Я переполнена любовью и благодарностью за мои отношения

Существует глубокая любовь между моим партнером и мной

Иметь счастливые отношения - это естественно для меня

Я всегда выражаю уважение и любовь к моему спутнику жизни

Мои отношения естественны, здоровы и счастливы

Мой партнер и я глубоко счастливы вместе

Я влюблена в моего партнера

Я уважаю моего партнера

Я сообщаю ему свои желания и потребности четко

Я всегда принимаю во внимание точки зрения моего спутника жизни

Я постоянно стремлюсь возвращать любовь между моей половинкой и мной

Я достойна того, чтобы иметь здоровые отношения



Я могу уважительно сообщать о моих чувствах

Я делаю все возможное, чтобы воспитывать любовь у меня и моего партнера

Мой партнер уважает и ценит меня

Я позволяю себе быть собой и моему любимому тоже



Аффирмации на привлечение любви

Я – ЦЕНТР ПРИТЯЖЕНИЯ ЛЮБВИ!

Я – центр притяжения любви!

Я воздаю себе должное каждый миг моей жизни!

Я наслаждаюсь изобилием любви и полнотой счастья!

Я НАСЛАЖДАЮСЬ ИЗОБИЛИЕМ ЛЮБВИ!

Я живу с удовольствием, и впереди у меня счастливая жизнь!

Я наслаждаюсь изобилием любви!

Счастье и гармония заполняют мою душу.

Я БЛАГОДАРИЮ ТВОРЦА!

Любовь приносит мне огромное удовольствие и радость.

Я благодарю Творца за этот чудесный дар!

Я открываю лучшие качества в себе – нежность, благодарность, открытость и любовь.

Я ОТКРЫВАЮСЬ ИСТОЧНИКУ ЛЮБВИ!

Призываю все Высшие силы!

Сотворите мой новый мир в соответствии с Божественным планом света!

Я открываюсь неиссякаемому источнику любви!

ЛЮБОВЬ – НОРМА МОЕЙ ЖИЗНИ!

Любовь – норма моей жизни!



Я наслаждаюсь любовью, красотой и добротой окружающего меня мира! Все делается для моего блага!

Я НАПОЛНЯЮ ЖИЗНЬ ЛЮБОВЬЮ

Силы Небесные со мной! Господи, благодарю тебя за каждое мгновение моей драгоценной жизни!

Я наполняю свою жизнь любовью и расцветаю под лучами любви!

МОЕ ЖЕЛАНИЕ ТВОРИТ ЧУДЕСА!

Я нахожусь в полной гармонии с миром и людьми.

Я сознательно и твердо выбираю для себя любовь. Мое желание творит настоящие чудеса!

Я ЛЮБЛЮ СЕБЯ!

Я – могущественный Творец своего прекрасного счастливого мира!

Я люблю себя!

Я заслуживаю любви, радости и наслаждения жизнью.

Я ЛЮБЛЮ СВОЕ ТЕЛО

Я открываюсь Божественному источнику Любви и Счастья!

Я доверяю жизни!

Я люблю свое тело и наслаждаюсь своей сексуальностью.

Я ЛЮБЛЮ!

Я – центр внимания и восхищения людей!

Я принимаю все, что хочу получить от жизни, с благодарностью!

Я люблю!



Я ВЫБИРАЮ ЛЮБОВЬ

Я выбираю любовь и жизнь.

Я абсолютно уверена в своей привлекательности!

Я ВЫБИРАЮ РАДОСТЬ И СЧАСТЬЕ!

Я создаю гармонию в своей душе и притягиваю в свою жизнь идеального партнера!

Я выбираю для себя радость и счастье!

Моя жизнь изменяется только к лучшему!

ВСЬ МИР ДАРИТ МНЕ ПОДДЕРЖКУ

Волны любви исходят от меня и заполняют все пространство вокруг.

Своей силой и нежностью они притягивают ко мне моего любимого.

Весь мир дарит мне поддержку, радость и любовь.

Я ПОСЫЛАЮ В МИР ДОБРО И ЛЮБОВЬ

Я посылаю в мир добро и любовь – и я получаю добро и любовь в ответ.

Я притягиваю в свою жизнь радостные события и приятных людей.

Я ЯВЛЯЮСЬ МАГНИТОМ ДЛЯ МУЖЧИН!

Меня окружает атмосфера любви и счастья!

Я являюсь магнитом для мужчин!



Для личного роста

Я ощущаю прогресс в любой работе над собой.

Мой путь вперед поддерживается силой открытого сердца и силой открытой души.

Я открыт для лучшего.

Я прекрасно осознаю, что лучше для меня!

Сегодня я живу с определенной целью, и моя цель освещает мой путь!

Сегодня я наслаждаюсь своей позитивной трансформацией.

Сегодня я вступаю в новый и захватывающий путь в моей жизни!!!

Я использую все возможности, чтобы стать лучше, чем я был прежде!

Сегодня я отпускаю старые привычки и создаю новые!

Я создаю мою идеальную жизнь!

Мои пределы вчера - это отправная точка сегодня!

Я борюсь, но я расту. Я падаю, но поднимаюсь. Даже на фоне несчастья, мне удастся процветать.

Сегодня я освобождаю себя от тени прошлого. Яркая новая жизнь открыта для меня!

Каждый день я достигаю более глубокого уровня самореализации.

Выпустив то, что есть, я открываю дверь для чего-то лучшего!

Сегодня я привлекаю людей, которые идеально подходят для моего роста!

Сегодня я принимаю себя и то, кем я могу стать!

Препятствия на моем пути существуют, чтобы увеличить мою силу и понимание. Сегодня я сильная и мудрая!

Сегодня я на один шаг дальше в своем личном росте!

На этой неделе я выхожу из зоны комфорта, и чувствую себя прекрасно!

Мое сознание постоянно расширяется, чтобы успешно использовать возможности в моей жизни.

Я проживаю один положительный опыт за другим. Я использую каждый опыт в моем личном росте.

Каждый день я прохожу новые уроки, расширяю свое сознание, и развиваю мои способности.

Я создаю свою жизнь каждый день, и я работаю, чтобы создать жизнь, полную счастья и радости.

Есть жизнь, которой я живу сейчас, и жизнь, которой я хочу. Сегодня я принимаю меры, чтобы привести их в соответствие!

Даже когда я стремлюсь к лучшему, я ощущаю довольство тем, кто я есть сейчас!

Каждый вызов призывает меня стать лучше, сильнее, чем сегодня!



Сегодня я работаю сознательно для увеличения открытости моего сердца и разума.

Я использую все возможности, чтобы стать лучше, чем я когда-либо была прежде!

Прошлое-это благословение, потому что оно мой учитель. Будущее-это благословение, потому что оно мой шанс.

Все, что происходит в моей жизни, прекрасно готовит меня выполнить мое предназначение!

Рэй Дэвис



Аффирмации на тему Единства с Богом и раскрытия внутренних ресурсов

Я люблю себя.

Я искренне люблю себя.

Я люблю весь окружающий меня мир.

Я люблю каждую частицу Бога.

Я емь Любовь.

Я доверяю себе. Я доверяю окружающему миру.

Я доверяю судьбе. Я доверяю Богу, который сотворил этот прекрасный мир.

Я доверяю прошлому. Я доверяю будущему. Я доверяю настоящему.

Я живу здесь и сейчас, даря Любовь и Свет всему миру.

Я открыт Богу. Я открыт самому себя. Я открыт миру. Весь мир открыт мне.

Я искренне люблю себя. Я искренне люблю Бога. Бог искренне любит меня.

Я открыт Любви. Я открыт Свободе. Я открыт Гармонии.

Я полон Любви. Я полон Свободы. Я полон Гармонии.

Я разрешаю себе делать то, что мне на самом деле хочется.

Я разрешаю себе делать то, что мне на самом деле хочется.

Я разрешаю себе делать то, что мне на самом деле хочется.

Я открыт своим истинным желаниям.

Сердце и Разум едины внутри меня. Сердце и Разум едины вовне меня.

Я един с Богом. Я един со всем миром.

Я доверяю Богу. Я доверяю всему миру.

Я открыт Истине. Я стремлюсь к Истине. Я постигаю Истину.

Вся Вселенная всегда помогает мне.

Бог всегда помогает мне.

Я сам всегда помогаю себе.

Я открыт всему новому. Я легко меняюсь и учусь.

Я открыт всему новому. Я легко меняюсь и учусь.



Я открыт всему новому. Я легко меняюсь и учусь.

Я осознаю себя. Я осознаю свои истинные желания и потребности.

Я свободен от всех привязанностей.

Я свободен от всех привязанностей.

Я свободен от всех привязанностей.

Я люблю себя. Я люблю весь окружающий меня мир.

Я - сильный! Моя сила воли крепка и надежна.

Я - сильный! Моя сила воли крепка и надежна.

Я - сильный! Моя сила воли крепка и надежна.

Я люблю себя. Я люблю весь окружающий меня мир.

Я испускаю чистый Свет Жизни.

Я испускаю чистый Свет Жизни.

Я испускаю чистый Свет Жизни.

Я полон энергии. Я полон Жизни.

Вся Вселенная всегда помогает мне в моих истинных устремлениях.

Я доверяю себе. Я доверяю Богу.

Я доверяю своему Сердцу. Я доверяю своему Разуму.

Я люблю свое Сердце. Я люблю свой Разум.

Я счастлив. Я полон Любви и Радости.

Мои мысли - чисты и прекрасны.

Мои чувства - чисты и прекрасны.

Мои действия - чисты и прекрасны.

Во мне живет Абсолютная Гармония.

Огонь, я люблю Тебя!

Вода, я люблю Тебя!

Воздух, я люблю Тебя!

Земля, я люблю Тебя!

Эфир, я люблю Тебя!

Все Стихии внутри меня в Абсолютной Гармонии и Любви.

Все Стихии вовне меня в Абсолютной Гармонии и Любви.



Я ощущаю полное единство с Богом.

Я ощущаю полное единство с Богом.

Я ощущаю полное единство с Богом.

Я благодарен Богу за всё то, что мне дал.

Я благодарен Богу за всё то, что он мне будет давать.

Я благодарен Богу за всё то, что у меня есть сейчас.

Спасибо всему за всё! Всегда.

Спасибо всему за всё! Всегда.

Спасибо всему за всё! Всегда.



Аффирмации для здоровья

Я купаюсь в водах здоровья.

Мое тело – храм силы и любви.

Мне приятно осознавать свое здоровье.

Я прекрасно себя чувствую.

Силы переполняют меня.

Я абсолютно здоров.

С каждым днем мне становится все лучше и лучше

Я люблю ту еду, которая полезна для здоровья. Я люблю каждую клеточку своего тела.

Я с нетерпением жду здоровой старости, потому что забочусь о своем здоровье сейчас.

Я постоянно ищу новые пути для оздоровления тела.

Я возвращаю свое тело к оптимальному состоянию здоровья, обеспечивая его всем, что необходимо.

Я свободен от боли. Я полностью синхронен с ритмом жизни.

Происходит исцеление! Я освобождаю свои мысли от проблем и позволяю разуму своего тела заняться исцелением естественным путем.

Мое тело делает все возможное для сохранения отменного здоровья.

Моя жизнь сбалансирована: работа, отдых и развлечения – всему свое время.



Молитвы Джозефа Мерфи

Молитва благодарности.

Я благодарю Бога и всех людей за то, что они есть! Я благодарю Бога за все, что у меня есть и есть у других людей. Благодарю тебя Чудесный, за мое тело, за красоту, за здоровье, достаток, изобилие, любовь, голос, глаза, уши, за мою веру в тебя. Благодарю тебя Отец за то, что ты сделал для меня и все живое. Благодарю тебя за твою любовь, мудрость, богатства, красоту, терпение, умиротворенность, что ты испытываешь ко всем людям и ко мне. Благодарю тебя Отец за то, что есть в каждом из нас. Я восхваляю твое Присутствие в каждом из нас! Я говорю это искренне и с любовью!

Молитва успеха и процветания.

Сейчас я посылаю образ успеха и процветания в мой глубинный разум, который и есть закон. Сейчас я олицетворяю себя с бесконечным источником Богатства. Я слушаю спокойный, тихий голос Бога внутри себя. Этот внутренний голос руководит всей моей деятельностью. Я знаю и верю, что есть новые и лучшие пути ведения моего бизнеса. Бесконечный Интеллект подскажет их мне. Я расту в мудрости и понимании. Мой бизнес - это Божественное дело. Божественная мудрость, находящаяся внутри меня дает мне пути и средства, с помощью которых все мои дела решаются должным образом. Слова веры, которые я сейчас произношу открывают все необходимые двери и дороги для моего успеха и процветания. Я знаю, что Господь сделает совершенным все, что касается меня. Я на правильном пути, потому что я дочь Бога!

Молитва для обретения Богатства.

Я осознаю присутствие находящегося внутри меня Источника и вхожу в контакт со своими мыслями. Я приношу свою благодарность Господу за то, что сейчас передо мной широко открыт вход к бесконечным Богатствам и они свободно поступают ко мне. Каждый день я становлюсь богаче духовно, ментально и в финансовом плане. Деньги - это идея Бога, циркулирующая в моей жизни и их всегда достаточно.

Молитва обретения успеха.

Я рождена для Успеха! Бесконечное, которое находится внутри меня знает только успех и



удачу. Божественный закон управляет моей жизнью. Божественный мир наполняет мою душу. Божественная любовь насыщает мой разум. Бесконечный интеллект направляет меня! Я преуспеваю, продвигаясь вперед, расту ментально, духовно и в финансовом плане. Я знаю, что эти истины погружаются в мой подсознательный разум и будут развиваться дальше.

Молитва процветания.

Я знаю, что Бог заботится о моем процветании. Сейчас я веду жизнь с достатком. У меня есть все, что способствует благополучию, прогрессу и спокойствию. Ежедневно я взращиваю плоды Духа Господня внутри себя. Я спокойна, уравновешена, искренна и умиротворена. Я единое целое с Источником жизни. Все мои потребности немедленно удовлетворяются. Сейчас я направляю все "пустые сосуды" к Богу. Все, что принадлежит ему - принадлежит мне.

Молитва о жизни в достатке

"Я знаю, что процветать — значит расти духовно. Бог присутствует сейчас в моем разуме, теле и моих делах. Внутри меня постоянно возникают Божественные идеи, принося мне здоровье и богатство. Я испытываю благоговейный трепет, когда чувствую, как Бог оживляет каждый атом моего существа. Я знаю, что сейчас Он воодушевляет, поддерживает и укрепляет меня. Мое тело — совершенная форма, наполненная энергией и силой.

Мой бизнес является Божественной деятельностью, и он идет успешно и результативно. Я чувствую внутреннюю целостность, функционирующую в моем теле, разуме и моих делах. Я приношу свою благодарность Богу и радуюсь жизни в достатке".

Молитва для восстановления здоровья.

«Каждая клетка, каждый нерв, каждая ткань и каждый мускул моего легкого ощущается и исцеляется в этот момент от всей болезни, здоровье и равновесие моего организма полностью восстанавливается!»

«Мое тело было создано бесконечной мудростью моего подсознания, которое может также и исцелить меня. Его мудрость сформировала все мои органы, ткани, мускулы и кости. Та же самая бесконечная и исцеляющая сила внутри меня изменяет сейчас каждый атом моего организма и делает меня снова здоровым и невредимым, я глубоко благодарен, потому что я знаю, что нахожусь на пути к выздоровлению. Чудесны произведения творческой мудрости, присущей моему подсознанию!»

