

Глубокая
проработка

изделия

1. Раскрытие корня нехватки

Прежде чем включать мышление богатства, нужно понять, откуда взялось ощущение нехватки.

- Закрытыми глазами, сделай 10 глубоких вдохов-выдохов.
 - Вспомни момент из детства, когда ты впервые почувствовал(а), что чего-то не хватает (денег, любви, признания).
 - Прямо сейчас задай себе вопрос: «Что именно я тогда почувствовал(а)?» (боль, страх, обиду, несправедливость).
 - Запиши эти эмоции и вспомни, какие выводы сделал(а) в тот момент (например: «Мне всегда приходится бороться», «Деньги не даются легко»).
- ⚡ Инсайт: это убеждение продолжает работать в твоей жизни.

2. Разрыв контракта с нехваткой

Теперь мы переписываем программу.

- Напиши письмо самой первой версии себя, которая испытала нехватку. Объясни, что у тебя есть сейчас, что ты осознаёшь и что больше не согласен(а) жить в этом шаблоне.
- Прочитай письмо вслух и разорви (или сожги).
- Произнеси: «Я разрываю контракт с нехваткой. Я создаю новую реальность, где изобилие – это моё естественное состояние».



3. Настройка частоты изобилия (энергопрактика)

Чтобы войти в поток изобилия, важно ощущать его телом.

- Закрытыми глазами, представь, что стоишь под золотым водопадом энергии.
- Почувствуй, как он омывает голову, плечи, грудь, живот, ноги.
- Ощути, как внутри тебя активируется чувство полной защищённости, наполненности и уверенности, что у тебя всегда есть всё, что нужно.
- Оставь эту вибрацию внутри себя и открай глаза.

4. Подключение к эгрегору изобилия

Изобилие – это не про деньги, а про ресурсное состояние. Чем больше ты включён(а) в потоки энергии, тем легче притягиваешь возможности.



- Представь перед собой дверь – это дверь в энергию богатства.
- Почувствуй, что за ней тебя уже ждёт другая реальность, где нет страха нехватки.
- Открывай дверь и сделай шаг внутрь, ощущив, как всё тело заполняется новой энергией.
- Внутри спроси: «Что мне нужно делать, чтобы остаться в этом состоянии?»
- Запомни первое, что пришло. Это твой ключ.

ИТОГ

Изобилие – это не внешние обстоятельства, а внутренняя настройка. Сегодня мы поменяли частоту, убрали корни нехватки и подключились к новому состоянию.

Теперь твоя задача – осознанно выбирать изобилие каждый день.

