



прописи ИЗОБИЛИЯ *для взрослых*

**Программируй мозг на успех!
Настройся на мышление достатка**

Издательство АСТ
Москва



УДК 159.9
ББК 88.9
П81

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав. Публикуется исключительно в развлекательных целях.

П81 **Прописи** изобилия для взрослых. Программируй мозг на успех! Настройся на мышление достатка / Москва : Издательство АСТ, 2026. — 64 с. — (Прописи для позитивного мышления).

ISBN 978-5-17-189897-7

Вы наверняка слышали о сознании изобилия: «Притягивай новые возможности. Формируй реальность». Об этом пишут авторы популярных книг «Тайна» и «Карман, полный денег». Но что все это значит и как достичь этого сознания в реальности, когда совсем нет времени?

Сознание изобилия — это особое состояние, в котором человек перестает жить в страхе нехватки и начинает видеть возможности, поддержку мира, собственную ценность и способность получать желаемое.

И прописи — это простой способ сделать практики сознания изобилия частью вашей жизни. Ежедневно выводя аффирмации, вы постепенно заменяете ограничивающие убеждения мыслями о достатке, благодарности и успехе. Письмо помогает глубже сосредоточиться, а регулярное повторение делает новые убеждения привычными! Достаточно выделять по 10–15 минут в день.

УДК 159.9
ББК 88.9

Издание для досуга / Бос уақытқа арналған басылым



**ПРОПИСИ ИЗОБИЛИЯ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ.
Программируй мозг на успех!
Настройся на мышление достатка**

Дизайн обложки: Агапонов Д.

Подписано в печать 14.07.2026. Формат 70×90/16. Гарнитура Source.
Бумага офсетная. Печать офсетная. Усл. печ. л. 4.64. Тираж экз. Заказ .

Общероссийский классификатор продукции
ОК-034-2014 (КПЕС 2008); 58.11.1 — книги, брошюры печатные.

ООО «Издательство АСТ»

129085, Москва, Москва, Звездный бульвар, д. 21, стр. 1, комн. 705, пом. I, 7 этаж
Наш сайт: www.ast.ru E-mail: ask@ast.ru Интернет-магазин: www.chitai-gorod.ru

Макет подготовлен редакцией «Прайм»

Страна происхождения: Российская Федерация. Изготовлено в 2026 г.

ISBN 978-5-17-189897-7

© ООО «Издательство АСТ», 2026

Перейдите к состоянию изобилия

Чтобы перейти к состоянию изобилия, нужно сначала понять, что это такое. Что значит быть «в изобилии»? Спросите трех разных людей. Первый ответит, что это исключительно материальное богатство и статус. Другой скажет, что изобилие есть любовь и жизнь в согласии со Вселенной. Для третьего изобилие — быть здоровым и полным энергии. И все трое будут правы. Все это есть изобилие. И оно уже заключено внутри каждого из нас — нам просто нужно это осознать.

Состояние изобилия — особый образ мышления, осознание, при котором человек перестает жить в страхе нехватки различных благ и начинает видеть возможности, поддержку мира, собственную ценность и способность притягивать в жизнь желаемое.

Как это работает? Когда человек сосредоточивается на возможностях вместо недостатка, он начинает замечать больше поводов для радости, роста и процветания в своей жизни. Не случайно многие называют сознание изобилия настоящим чудом: меняя внутренний настрой, человек словно открывает для себя новые пути к тому, что раньше казалось недоступным. Но это чудо рождается не извне, а внутри нас — из наших мыслей, убеждений и отношения к миру.

Сформировать состояние изобилия помогут правильные мысли. То, о чем человек думает ежедневно, постепенно превращается в устойчивые убеждения и программы, которые закрепляются на уровне его подсознания. Именно подсознание незаметно управляет многими аспектами нашей жизни: оно влияет на наши решения, формирует привычки и помогает увидеть возможности, которые раньше могли оставаться незамеченными.

Реальность — это отражение мыслей

То, как мы думаем и что чувствуем, во многом определяет наше восприятие мира и отношение к происходящему. Ваши мысли, эмоции, слова и даже привычные внутренние диалоги каждый день формируют ту реальность, в которой вы живете. Вселенная чутко реагирует на послания, которые мы отправляем ей своими мыслями и словами. Когда вы постоянно думаете и говорите о нехватке, страхах и ограничениях, весь мир начинает отражать именно такую реальность. Но стоит вам только поменять внутреннюю программу, как мир вокруг меняется.

Путь к процветанию лежит через формирование правильных установок. Возможности, благодарность, процветание — вот те идеи, которые принесут вам изобилие. Мысли — это не пустой звук в вашей голове, а настоящий диалог со Вселенной, и, чтобы правильно их формулировать, существуют специальные техники. Может показаться, что некоторые техники довольно сложные: чтобы сконцентрироваться, нужно потратить достаточно много усилий. Но существует и простой способ не терять концентрацию и внедрять правильные мысли в подсознание — это прописывание установок.

Почему прописи работают

Когда вы медленно и осознанно прописываете особые фразы, мысли начинают глубже закрепляться в подсознании, а разум постепенно настраивается на новое восприятие себя и мира. Именно поэтому прописи часто называют одной из самых мягких и действенных форм терапии через слово.

Повторение помогает подсознанию принять новые установки как естественные — такие, которые существовали у вас всегда. А размеренный ритм письма успокаивает разум, снижает внутреннее напряжение и помогает глубже почувствовать связь с собой и окружающим миром.

Регулярное повторение позитивных установок помогает закрепить их в подсознании и сделать мышление изобилия естественной частью жизни.

Как работать с прописями

1. Выберите спокойное время, когда вас никто не будет отвлекать.
2. Прописывайте фразы медленно и осознанно, не спеша.
3. Старайтесь не просто механически переписывать слова, а чувствовать их смысл.
4. Во время письма представляйте состояние, о котором говорится в аффирмации.
5. Занимайтесь регулярно — именно постоянство помогает создавать новые внутренние установки.
6. Если какая-то фраза вызывает особенно сильный отклик, повторяйте ее чаще.

Помните: изобилие начинается внутри. Чем больше гармонии, благодарности и доверия появляется в вашем сердце, тем легче энергия процветания входит в вашу жизнь. Пусть эти прописи станут для вас пространством внутреннего спокойствия, вдохновения и мягкой настройки на поток благополучия, любви и возможностей, которые Вселенная приготовила именно для вас.

Я уже обладаю богатством, которое превышает все мои
даже самые смелые мечты.