

Маленькая книга большого счастья!

---

Наталья  
Правдина

**ЖЕЛАНИЕ  
ИСПОЛНЕНО!**

Маленькая  
книжка для

**БОЛЬШОГО  
ВОЛШЕБСТВА**

ПРАЙМ  


Издательство

АСТ

Москва

УДК 159.9  
ББК 88.3  
П68

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

## **Правдина, Наталья Борисовна.**

**П68** Желание исполнено! Маленькая книжка для большого волшебства / Наталья Правдина. — Москва : Издательство АСТ, 2016. — 287, [1] с. — (Маленькая книга большого счастья!).

ISBN 978-5-17-094883-3

У каждого из нас есть заветные желания! Но большинство людей уверено, что чудес не бывает, что в реальной жизни желания так и остаются нереализованными. Автор этой книги, Наталья Правдина, поможет исполнить вашу мечту. Не стесняйтесь фантазировать! А после того как загадаете, откройте эту книгу. Здесь собраны техники, ритуалы и уникальные аффирмации, которые помогут привлечь счастливые стечения обстоятельств, научат вас обращать «минусы» в «плюсы», а поражения делать первым шагом к победе. Благодаря техникам Натальи Правдиной уже сотни тысяч людей поверили в волшебство!

Не забудьте положить эту небольшую книгу в сумку выходя из дома, чтобы удача сопутствовала вам каждый день!!

# Содержание

<b>На пути к счастливой судьбе!</b> .....	11
<b>Начинаем с мысли!</b> .....	13
Ключи для изменения мышления .....	18
Перенастройте вектор движения к Счастливой Звезде .....	24
Программа счастливого дня .....	25
Практики в помощь .....	28
<i>Упражнение «Новый лексикон»</i> .....	28
<i>Очищающая медитация для перерождения</i>	29
<i>Упражнение для избавления         от установки неудачника</i> .....	31
<i>Ритуал «Я счастливчик!»</i> .....	32
<i>Сценарий «Мне везет!»</i> .....	33
<i>Талисман-малахит для привлечения         счастья и удачи</i> .....	33
Аффирмации в помощь .....	34
<b>Освобождаемся от негативных установок!</b> .	39
Препятствия делают нас сильнее .....	42
Что делать с негативными эмоциями? ....	48

Практики в помощь . . . . .	57
<i>Упражнение «Факторы счастья» . . . . .</i>	57
<i>Упражнение для избавления от негатива . . . . .</i>	61
<i>Практика «Проблема — не приговор!» . . . . .</i>	63
<i>Ритуал на прощание</i>	
<i>с прошлыми неудачами . . . . .</i>	65
<i>Практика избавления от обид . . . . .</i>	66
<i>Медитация с кристаллом для очищения</i>	
<i>энергии дома от негатива . . . . .</i>	67
<i>Медитация «Внутренний свет» . . . . .</i>	69
<i>Упражнение «Легкость» . . . . .</i>	71
<i>Практика «Как справиться</i>	
<i>с раздражением?» . . . . .</i>	71
<i>Медитация «Избавление от негатива</i>	
<i>окружающего мира» . . . . .</i>	72
Аффирмации в помощь . . . . .	75
<b>Учимся любить себя! . . . . .</b>	<b>76</b>
Как жить в ладу с собой . . . . .	80
Окружаем заботой и любовью	
своего Внутреннего ребенка . . . . .	83
Практики в помощь . . . . .	88
<i>Упражнение «Истинное Я» . . . . .</i>	88
<i>Практика «Обретения себя» . . . . .</i>	92
<i>Медитация «Любовь к себе» . . . . .</i>	94
<i>Практика «Принятие</i>	
<i>внутреннего ребенка» . . . . .</i>	95
<i>Практика «Счастливая роль» . . . . .</i>	99

Аффирмации в помощь .....	99
Декларация самооценности .....	100
<b>Пробуждаем энергию!</b> .....	<b>103</b>
Почему так важен сон? .....	107
Медитация как источник энергии .....	109
Что еще поможет восстановить силы .....	112
<i>Общение с детьми</i> .....	114
<i>Разговоры по душам</i> .....	114
<i>Идейный вдохновитель</i> .....	115
<i>Имидж — все!</i> .....	115
<i>Энергия волос</i> .....	116
<i>Энергия ногтей</i> .....	117
<i>Радость на кухне</i> .....	117
<i>Цветы на счастье</i> .....	118
<i>Связь с природой</i> .....	118
<i>Культурный отдых</i> .....	119
<i>О силе шопинга</i> .....	119
<i>Волшебные звуки</i> .....	120
<i>Когда душа поет</i> .....	121
<i>Пластика тела</i> .....	121
<i>Физическая разрядка</i> .....	121
<i>Польза литературы</i> .....	122
<i>Сила прикосновения</i> .....	123
<i>Новые роли</i> .....	124
<i>Фото на память</i> .....	124

<i>Магическая книга</i> . . . . .	124
<i>Помощь окружающим</i> . . . . .	125
<i>Встреча с собой</i> . . . . .	126
Практики в помощь . . . . .	127
<i>Упражнение «Черпаем силы         в приятных воспоминаниях»</i> . . . . .	127
<i>Упражнение для использования силы сна</i> . . . . .	129
<i>Медитация для восполнения сил</i> . . . . .	131
<i>Практика для преодоления скованности         и зажатости</i> . . . . .	134
<i>Медитация «Я верю в свои силы!»</i> . . . . .	134
<i>Практика «Подзарядка энергией воды»</i> . . . . .	136
<i>Медитация единения с природой         для сохранения сил в трудных         обстоятельствах</i> . . . . .	137
Аффирмации в помощь . . . . .	137
<b>Раскрываем таланты и способности!</b> . . . . .	139
Что нужно для раскрытия потенциала? . . . . .	141
<i>Несколько простых советов             для раскрытия внутреннего             потенциала</i> . . . . .	144
В поиске своего предназначения . . . . .	145
Практики в помощь . . . . .	149
<i>Упражнение «Мои таланты»</i> . . . . .	149
<i>Медитация с дубом             для раскрытия талантов</i> . . . . .	154

<i>Мантра абсолютного успеха, чтобы все получалось</i> .....	154
<i>Практика пробуждения интуиции для поиска своего предназначения</i> .....	156
<i>Ритуал пробуждения вдохновения</i> .....	157
<i>Ритуал поиска своего предназначения</i> ....	158
Аффирмации в помощь .....	159
<b>Узнаем, чего же вы хотите на самом деле!</b> .	160
Образец для подражания .....	164
Несколько советов Стива Джобса для достижения цели .....	168
Берегите свое время! .....	171
Практики в помощь .....	180
<i>Практика «Мои главные цели»</i> .....	180
<i>Упражнение «Получается»</i> .....	181
<i>Практика защиты от манипуляций</i> .....	181
<i>Практика с бирюзой на достижение целей</i> .....	183
<i>Медитация «Мне все доступно»</i> .....	183
<i>Упражнение «Распределение времени»</i> ....	184
<i>Упражнение «Экономия времени»</i> .....	185
<i>Практика для привлечения наставников и помощников</i> .....	185
<i>Упражнение «Как справиться с негативом людей при достижении цели»</i> .....	186
<i>Практика «Моя роль» для обретения удачи</i> .....	187

<i>Талисман «Корабль мечты»,         чтобы не сойти с намеченного пути . . . .</i>	188
Аффирмации в помощь . . . . .	189
<b>Меняем пространство вокруг себя и наполняем его энергией!</b> . . . . .	190
Основы духовного фэншуй . . . . .	193
<i>Несколько простых советов         для счастливой жизни . . . . .</i>	195
Практики в помощь . . . . .	200
<i>Практика духовного фэншуй         для преодоления сомнений . . . . .</i>	200
<i>Медитации на духовном объекте . . . . .</i>	202
<i>Духовные мантры . . . . .</i>	203
<i>Медитация «Гармония с собой» . . . . .</i>	206
<i>Благодарность Вселенной         за полученные блага . . . . .</i>	211
<i>Практика доверия благоприятным         обстоятельствам . . . . .</i>	212
<i>Активизация энергии удачи         с помощью цвета и предметов . . . . .</i>	212
<i>Практика «Определения счастливого         числа гуа» . . . . .</i>	213
Аффирмации в помощь . . . . .	215
<b>Взмахиваем волшебной палочкой и наблюдаем, как желание исполняется!</b> . . . . .	217
Правила исполнения желаний . . . . .	221

<i>Визуализация</i> .....	224
Практики в помощь .....	227
<i>Упражнение «Дневник желаний»</i> .....	227
<i>Ритуал с розой на денежное будущее</i> .....	229
<i>Практика «Сила желания»</i> .....	230
<i>Практика «Самые важные желания»</i> .....	231
<i>Практика «Нарисуй желание»</i> .....	233
<i>Медитация «Отпускание желания»</i> .....	240
<i>Ритуал «Концентрация на желании»</i> .....	241
<i>Визуализация «Страна мечты»</i> .....	242
<i>Мантра исполнения желаний</i> .....	245
<i>Практика «Лакшми-пуджа»</i> <i>для исполнения желаний</i> .....	245
<i>Медитация «Я все могу!»</i> .....	248
<i>Практика «Устраняем препятствия</i> <i>на пути к желанию!»</i> .....	249
Аффирмации в помощь .....	252
<b>Дарим счастье окружающим!</b> .....	257
Впустите в сердце благодарность .....	261
Практики в помощь .....	263
<i>Практика «Щедрость»</i> .....	263
<i>Упражнение «Куда приложить</i> <i>свою помощь»</i> .....	263
<i>Практика «Пирог дружбы</i> <i>и взаимопонимания»</i> .....	265

<i>Практика «Напитки радости», которая улучшит взаимопонимание . . . .</i>	266
<i>Практика «Позитивное отношение к людям» . . . . .</i>	266
<i>Правила подарков близкому человеку . . . . .</i>	268
<i>Практика «Корзина подарков» . . . . .</i>	269
<i>Практика «Радость отдавания» . . . . .</i>	270
<i>Упражнение «Благодарю!» . . . . .</i>	270
<i>Практика привлечения энергии изобилия Вселенной . . . . .</i>	271
<i>Аффирмации в помощь . . . . .</i>	272

<b>Удивительные истории о волшебных палочках и сбывшихся желаниях! . . . . .</b>	273
<i>Мастер Сен-Жермен . . . . .</i>	275
<i>Луиза Хей . . . . .</i>	277
<i>Аффирмации от Луизы Хей . . . . .</i>	278
<i>Яп Чен Хай . . . . .</i>	279
<i>Дипак Чопра . . . . .</i>	280
<b>Послесловие . . . . .</b>	284



# На пути к счастливой судьбе!

*Величайший подарок, который вы можете предложить другим, — это самому стать счастливым и полным надежд.*

*Эдвард Бак*

Здравствуйте, дорогие мои!

Продолжаем наполнять наши прекрасные дамские сумочки удачей и счастьем! У меня уже есть две книжки, которые помогут вам обеспечить приток денег в кошельки и удачу в жизнь\*. А сейчас я хочу положить в вашу сумочку еще одну книгу, которая поможет вам создать собственную волшебную палочку и с ее помощью исполнить любое желание! Секрет изготовления волшебной палочки — прост. Вам понадобятся мантры и советы древних китайских мастеров, аффирмации и настройки, работа с мыслями и подсознанием.

---

\* *Наталья Правдина*. Маленькая книжка для получения больших денег. М.: «АСТ», 2015; *Наталья Правдина*. Маленькая книжка для получения большой удачи М.: «АСТ», 2015.

Возьмите всего по чуть-чуть, уделите совсем немного времени, например, стоя на остановке в ожидании автобуса, или в обеденный перерыв, или перед сном, а затем просто каждый день отмечайте: «Вот, сбылось еще одно желание!»

Как вы поняли, все нужные ингредиенты для вашей волшебной палочки давно отобраны, много раз проверены, в том числе и на собственном опыте, и собраны в эту небольшую книгу. Пробежитесь по содержанию. Видите, все расписано, от задумки до исполнения, от мыли до реальной мечты все у вас в руках. Осталось только отбросить сомнения и начать действовать по заранее подготовленному плану. И не экономьте на желаниях! Смело загадывайте любовь всей жизни, большую зарплату, стройную фигуру, железное здоровье или дом на берегу океана. Вашей волшебной палочке все по силам!

*Ваша Наталья Правдина!*



# *Начинаем с мысли!*

*Жизнь — это зеркало, и человек видит в нем отражение всех своих мыслей.*

*Эрнст Холл*

Приветствую тебя, мой прекрасный друг, звездный странник! Ты удивлен такому обращению? А между тем, удивляться здесь нечему, ибо сам тот факт, что ты читаешь эту книгу, уже много о тебе говорит. Почему твоя рука потянулась к этой книге? Все не так просто. Это закон подобия, закон притяжения. Скорее всего, мы встречались с тобой раньше на этой или на другой планете, в разных жизнях и разных телах.

Может быть, то, что побудило тебя взять эту книгу в руки, — это тоска по чему-то очень притягательному, давно знакомому, но что так непросто обрести здесь и сейчас на Земле.

**Повинуйся этому тихому, далекому, волнующему зову, ты и потянулся за этой книгой!..**

Мы встретились с тобой не рано и не поздно, так как все происходит в свое время. И теперь мы вместе с тобой отправимся к Счастливой Звезде, и я уверена, что найдем ее!

«Что же, по-вашему выходит, что все так просто, — с ехидцей спросили меня как-то на очередном телевизионном интервью, — хочешь быть счастливым — будь им?»

Почему-то обычных людей это очень забавляет, то есть они в это категорически не верят. Им кажется, что жизнь — это цепь непрерывного тяжелого труда, перемежаемого болезнями, несчастьями, финансовыми кризисами и политической нестабильностью, где человек играет роль листочка на ветру.

Вот я и проговорила... ты заметил? Я написала «обычные люди». Обычные, потому что они не верят в свой бесконечный потенциал. Потому что они выбирают жить такой вот обычной жизнью. Люди же необычные, ищущие, часто выбирают другой путь. Таких людей сразу можно опознать. Это люди медитативные, спокойные, подтянутые и радостные. Необычные люди обычно уверенно смотрят в будущее и обладают сильной энергией. Они не понаслышке знают, что такое счастье.

Ведь счастливый человек — это человек, идущий своим путем, выполняющий свое предназначение, следующий за своей Счастливой Звездой, живущий в соответствии со своей Счастливой Судьбой. Именно так, и только так!

А вы знаете, мои дорогие, что:

**Право на счастье и Счастливую Судьбу нам уже дано — просто по праву рождения!**

***Друзья, я открою вам один секрет: если вы хотите стать счастливыми — то вы должны действительно этого очень, очень, очень сильно хотеть, а не просто думать: «Хорошо бы быть счастливым!»***

Вы должны настроиться на эту волну, вы должны хотеть этого так, чтобы буквально «спать и видеть» себя богатым, красивым и преуспевающим. Это должно стать вашей целью, приносить вам радость и хорошее настроение, это должно стать вашей мотивацией!

Деньги, положение в обществе, роскошные машины и загородные дома, верные друзья, любовники — это все лишь проявление вашего внутреннего величия и процветания. Сами по себе они преходящи, как и все материальное, — машины могут украсть или разбить, дома ветшают со временем, деньги подвержены инфляции, люди приходят и уходят.

Но если в вашем сознании постоянно будет бить источник бесконечного счастья, то вам не будут страшны любые невзгоды. Вы будете знать, что всегда, при любых обстоятельствах вы сможете материализовать на физическом плане все то, что вам нужно. Волшебство? Да, отчасти. Однако для тех, кто практикует силу своего творческого мышления, — это норма!

***Счастье начинается «с головы»!***