

Введение



Здравствуйтесь! Меня зовут Оксана Хэйл, и я рада приветствовать вас на пути к финансовому изобилию. Наше мышление обладает невероятной силой, которая может кардинально изменить нашу жизнь, и именно на этом основании основываются принципы, изложенные в данной книге. Как опытный психолог и коуч, я уверена, что работа с воображением и ежедневная практика могут создать прочный фундамент для достижения любой цели, в том числе и финансовой.

Работы доктора Джо Диспенза убедительно доказывают, что наш мозг способен не только адаптироваться к новым условиям, но и формировать новые нейронные связи, которые влияют на наше поведение и восприятие мира. Этот 30-дневный план разработан таким образом, чтобы помочь вам активно использовать силу мысли и воображения для достижения финансового благополучия.

Почему 30 дней? Наука доказала, что для формирования новой привычки, изменения мышления и закладки долговременных позитивных изменений требуется около месяца регулярной практики. Наши задания помогут вам ежедневно фокусироваться на финансовых целях, приносить положительные изменения в вашу жизнь и укрепить уверенность в собственных силах. Каждый день вы будете шаг за шагом

приближаться к финансовому изобилию, используя мощные инструменты, такие как аффирмации, визуализация и практика благодарности.

Наша цель - сделать ваш путь к финансовому благополучию не только эффективным, но и увлекательным. Приготовьтесь к новым открытиям, и помните: ваше будущее в ваших руках!

Задания на 30 дней для привлечения финансового изобилия

Неделя 1

День 1: Постановка цели

- Утро: Запишите свою финансовую цель. Это может быть увеличение дохода, создание финансового благополучия, успешное покрытие всех потребностей и обязательств, удовлетворение желаний и т.д. Будьте конкретны и ясны.
- Вечер: Практика благодарности. Запишите три вещи, за которые вы благодарны сегодня. Кратко пропишите свою финансовую цель в настоящем времени (например, "Я получаю доход 2000 долларов в месяц").

День 2

- Утро: Проговорите аффирмации на успех (по 3 минуты):
- "Я привлекаю финансовое изобилие в свою жизнь."
- "Мой доход постоянно растет."
- "Я достоин финансового благополучия."
- День: Сосредоточьтесь на позитивных моментах, отбрасывая негативные мысли.
- Вечер: Практика благодарности. Запишите три вещи, за которые вы благодарны сегодня. Пропишите свою цель.

День 3

- Утро: Проговорите аффирмации на успех: (по 3 минуты)
- "Финансовые возможности приходят ко мне легко."
- "Я создаю богатство с радостью."
- "Мои финансы находятся под моим контролем."
- День: Анализируйте свои расходы и доходы. Ведите дневник расходов.
- Вечер: Запишите свою цель в настоящем времени. Прописать ее перед сном.

День 4

- Утро: Проговорите аффирмации на успех: (по 3 минуты)
- "Я открыт для получения изобилия."

- "Каждый день я становлюсь богаче."
- "Финансовое благополучие — моя реальность."
- День: Визуализируйте свою финансовую цель в деталях.
- Вечер: Практика благодарности. Запишите три позитивных момента дня. Пропишите свою цель.

День 5

- Утро: Проговорите аффирмации на успех: (по 3 минуты)
- "Я привлекаю деньги и возможности."
- "Я финансово свободен."
- "Изобилие — это мое естественное состояние."
- День: Найдите три способа сэкономить деньги без ущерба для качества жизни.
- Вечер: Практика благодарности. Запишите три урока дня. Пропишите свою цель.

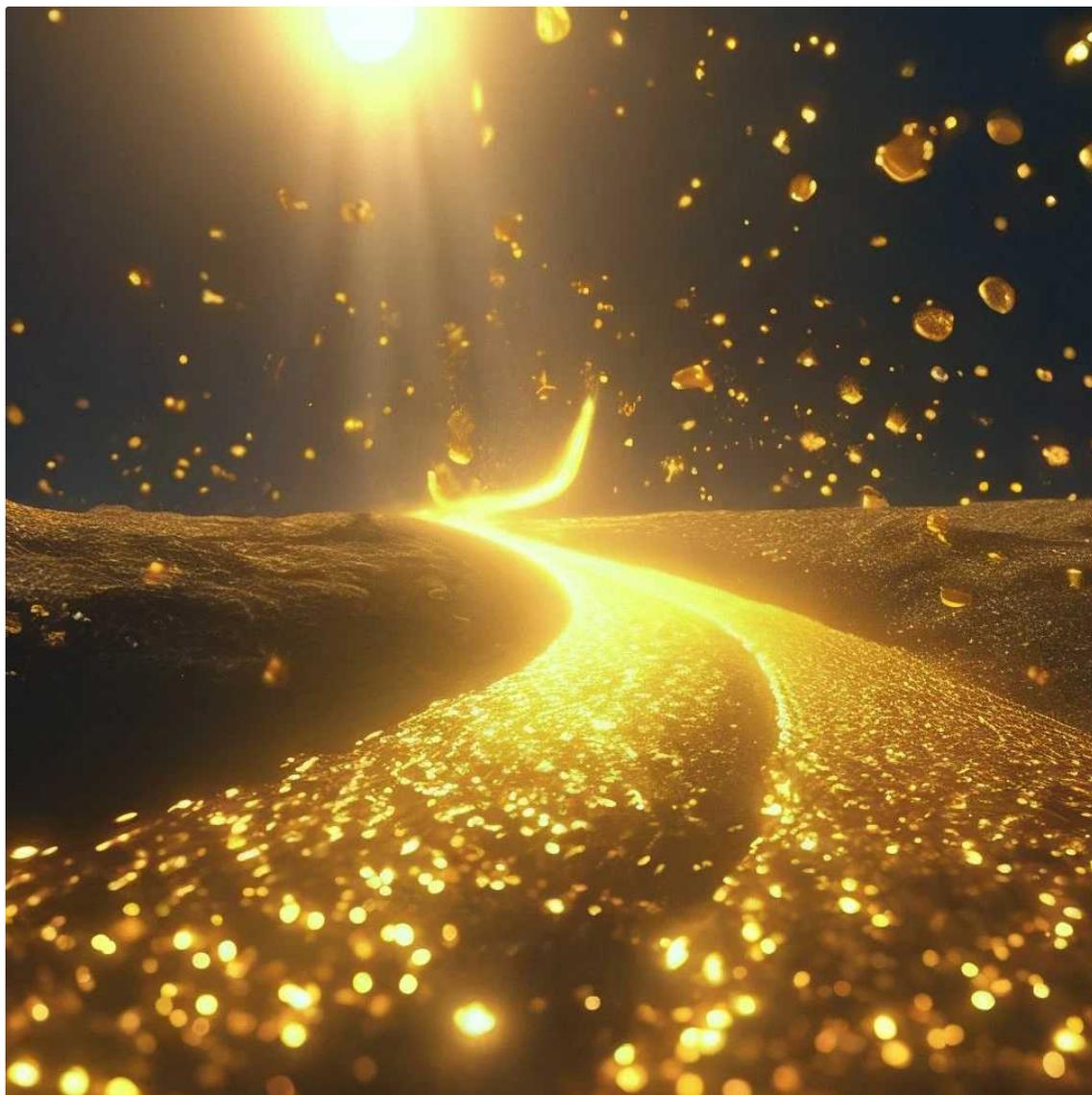
День 6

- Утро: Проговорите аффирмации на успех: (по 3 минуты)
- "Мои финансы растут каждый день."
- "Я создаю богатство легко и естественно."
- "Я управляю своими деньгами мудро."
- День: Изучите одну статью или книгу по финансовому планированию.
- Вечер: Практика благодарности. Запишите три вещи, которые сделали вас счастливыми сегодня. Пропишите свою финансовую цель в настоящем времени.

День 7

- Утро: Проговорите аффирмации на успех: (по 3 минуты)
- "Финансовое изобилие течет ко мне свободно."
- "Я привлекаю деньги через свои таланты и умения."
- "Я благодарен за изобилие в моей жизни."
- День: Проведите ревизию своего бюджета и внесите коррективы.
- Вечер: Подведите итоги первой недели. Запишите свои достижения и инсайты. Пропишите свою цель.

Задания на 30 дней для привлечения финансового изобилия



Неделя 2

День 8

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:
- "Я привлекаю богатство и процветание."
- "Мой доход растет ежедневно."
- "Я уверен в своем финансовом будущем."
- День: Начните изучать новый навык, который поможет вам увеличить доход.
- Вечер: Практика благодарности. Запишите три достижения дня. Пропишите свою финансовую цель.

День 9

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:

- "Я привлекаю деньги с легкостью."

- "Финансовое благополучие — мой постоянный спутник."

- "Я управляю своими деньгами мудро и эффективно."

- День: Сосредоточьтесь на позитивных моментах и избегайте негативных мыслей.

- Вечер: Практика благодарности. Запишите три позитивных момента дня. Пропишите свою финансовую цель.

День 10

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:

- "Моя финансовая ситуация улучшается каждый день."

- "Я создаю богатство и изобилие."

- "Я привлекаю деньги через свою страсть и таланты."

- День: Анализируйте свои расходы и доходы. Ведите дневник расходов.

- Вечер: Практика благодарности. Запишите три достижения дня. Пропишите свою цель.

День 11

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:

- "Я достоин финансового изобилия."

- "Я благодарен за все финансовые возможности."

- "Мои финансы находятся под моим контролем."

- День: Визуализируйте свою финансовую цель в деталях.

- Вечер: Практика благодарности. Запишите три урока дня. Пропишите свою финансовую цель.

День 12

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:

- "Я привлекаю деньги и возможности."

- "Я финансово свободен."

- "Изобилие — это мое естественное состояние."

- День: Найдите три способа сэкономить деньги без ущерба для качества жизни.

- Вечер: Практика благодарности. Запишите три позитивных момента дня. Пропишите свою финансовую цель.

День 13

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:
- "Мои финансы растут каждый день."
- "Я создаю богатство легко и естественно."
- "Я управляю своими деньгами мудро."
- День: Изучите одну статью или книгу по финансовому планированию.
- Вечер: Практика благодарности. Запишите три вещи, которые сделали вас счастливыми сегодня. Пропишите свою цель.

День 14

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:
- "Финансовое изобилие течет ко мне свободно."
- "Я привлекаю деньги через свои таланты и умения."
- "Я благодарен за изобилие в моей жизни."
- День: Проведите ревизию своего бюджета и внесите коррективы.
- Вечер: Подведите итоги второй недели. Запишите свои достижения и инсайты. Пропишите свою финансовую цель.

Неделя 3

День 15

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:
- "Я привлекаю богатство и процветание."
- "Мой доход растет ежедневно."
- "Я уверен в своем финансовом будущем."
- День: Начните изучать новый навык, который поможет вам увеличить доход.
- Вечер: Практика благодарности. Запишите три достижения дня. Пропишите свою финансовую цель.

День 16

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:
- "Я привлекаю деньги с легкостью."
- "Финансовое благополучие — мой постоянный спутник."
- "Я управляю своими деньгами мудро и эффективно."
- День: Сосредоточьтесь на позитивных моментах и избегайте негативных мыслей.
- Вечер: Практика благодарности. Запишите три позитивных момента дня. Пропишите свою финансовую

цель.

День 17

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:
- "Моя финансовая ситуация улучшается каждый день."
- "Я создаю богатство и изобилие."
- "Я привлекаю деньги через свою страсть и таланты."
- День: Анализируйте свои расходы и доходы. Ведите дневник расходов.
- Вечер: Практика благодарности. Запишите три достижения дня. Пропишите свою цель.

День 18

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:
- "Я достоин финансового изобилия."
- "Я благодарен за все финансовые возможности."
- "Мои финансы находятся под моим контролем."
- День: Визуализируйте свою финансовую цель в деталях.
- Вечер: Практика благодарности. Запишите три урока дня. Пропишите свою финансовую цель.

День 19

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:
- "Я привлекаю деньги и возможности."
- "Я финансово свободен."
- "Изобилие — это мое естественное состояние."
- День: Найдите три способа сэкономить деньги без ущерба для качества жизни.
- Вечер: Практика благодарности. Запишите три позитивных момента дня. Пропишите свою финансовую цель.

День 20

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:
- "Мои финансы растут каждый день."
- "Я создаю богатство легко и естественно."
- "Я управляю своими деньгами мудро."
- День: Изучите одну статью или книгу по финансовому планированию.

- Вечер: Практика благодарности. Запишите три вещи, которые сделали вас счастливыми сегодня. Пропишите свою цель.

День 21

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:

- "Финансовое изобилие течет ко мне свободно."

- "Я привлекаю деньги через свои таланты и умения."

- "Я благодарен за изобилие в моей жизни."

- День: Проведите ревизию своего бюджета и внесите коррективы.

- Вечер: Подведите итоги третьей недели. Запишите свои достижения и инсайты. Пропишите свою финансовую цель.

Неделя 4



День 22

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:
- "Я привлекаю богатство и процветание."
- "Мой доход растет ежедневно."
- "Я уверен в своем финансовом будущем."
- День: Проведите час на изучение и анализ своих финансовых успехов.
- Вечер: Практика благодарности. Запишите три достижения дня. Пропишите свою финансовую цель.

День 23

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:
- "Я привлекаю деньги с легкостью."
- "Финансовое благополучие — мой постоянный спутник."
- "Я управляю своими деньгами мудро и эффективно."
- День: Сосредоточьтесь на позитивных моментах и избегайте негативных мыслей.
- Вечер: Практика благодарности. Запишите три позитивных момента дня. Пропишите свою финансовую цель.

День 24

- Утро:
- День 24 (продолжение)
- Утро: Проговорите аффирмации на успех:
 - "Моя финансовая ситуация улучшается каждый день."
 - "Я создаю богатство и изобилие."
 - "Я привлекаю деньги через свою страсть и таланты."
 - День: Анализируйте свои расходы и доходы. Ведите дневник расходов.
 - Вечер: Практика благодарности. Запишите три достижения дня. Пропишите свою цель.

День 25

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:
- "Я достоин финансового изобилия."
- "Я благодарен за все финансовые возможности."
- "Мои финансы находятся под моим контролем."
- День: Визуализируйте свою финансовую цель в деталях.
- Вечер: Практика благодарности. Запишите три урока дня. Пропишите свою финансовую цель.

День 26

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:

- "Я привлекаю деньги и возможности."

- "Я финансово свободен."

- "Изобилие — это мое естественное состояние."

- День: Найдите три способа сэкономить деньги без ущерба для качества жизни.

- Вечер: Практика благодарности. Запишите три позитивных момента дня. Пропишите свою финансовую цель.

День 27

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:

- "Мои финансы растут каждый день."

- "Я создаю богатство легко и естественно."

- "Я управляю своими деньгами мудро."

- День: Изучите одну статью или книгу по финансовому планированию.

- Вечер: Практика благодарности. Запишите три вещи, которые сделали вас счастливыми сегодня. Пропишите свою цель.

День 28

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:

- "Финансовое изобилие течет ко мне свободно."

- "Я привлекаю деньги через свои таланты и умения."

- "Я благодарен за изобилие в моей жизни."

- День: Проведите ревизию своего бюджета и внесите коррективы.

- Вечер: Подведите итоги четвертой недели. Запишите свои достижения и инсайты. Пропишите свою финансовую цель.

День 29

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:

- "Я привлекаю богатство и процветание."

- "Мой доход растет ежедневно."

- "Я уверен в своем финансовом будущем."

- День: Проведите час на изучение и анализ своих финансовых успехов.

- Вечер: Практика благодарности. Запишите три достижения дня. Пропишите свою финансовую цель.

День 30

- Утро: Проговорите аффирмации на успех:

- "Я привлекаю деньги с легкостью."

- "Финансовое благополучие — мой постоянный спутник."

- "Я управляю своими деньгами мудро и эффективно."

- День: Сосредоточьтесь на позитивных моментах и избегайте негативных мыслей.

- Вечер: Итоговое подведение итогов месячного финансового плана. Запишите свои достижения и уроки, которые вы усвоили. Пропишите свою финансовую цель и создайте новый план на следующий месяц.

Поздравляем вас с успешным завершением месячного финансового плана!

Вы проделали большую работу и должны гордиться своими достижениями.

Чтобы продолжить ваше финансовое развитие и получать полезные советы, рекомендуем подписаться на следующие каналы:

- [Ютуб](#)
- [Телеграмм](#)
- [Сайт](#) с различными практиками

Там вы найдете множество дополнительных ресурсов, которые помогут вам укрепить свое финансовое благополучие и достичь новых высот. Желаем вам дальнейших успехов на пути к финансовой свободе!

С любовью и поддержкой, Оксана Хэйл!

