



# Онлайн практическа програма

## 5-дневен старт към щастието

Автор: Психолог Ваня Иванова  
Дата на издаване: 2025





## Съдържание

### I. Въведение

1. Защо се стремим към щастие?
2. Какво е програмата „5-дневен старт към щастieto“?

### II. Дневна структура на програмата

1. Ден 1: Индивидуална онлайн мотивационна сесия
2. Ден 2: Хипноза за живот в изобилие и щастие
3. Ден 3: Работа със силата на утвържденията
4. Ден 4: Мощта на числата
5. Ден 5: План за действие: Всичко е възможно

### III. Как да се включите?

1. Процес на записване
2. Такси и плащания

### IV. Ползи от програмата

1. Успешни истории от клиенти
2. Дългосрочни резултати

### V. Заключение

1. Добре дошли в новия си живот
  2. Контакт и допълнителна информация
-



## Приказка за 5-дневния старт към щастието

Имало едно време в една красива долина, скрита между планини, едно малко село, в което всички хора се чувствали сякаш животът им беше забравил да донесе радост. Те вървели през дните си, но често били натъжени, уморени и изгубени, без да знаят как да намерят пътя към щастието. Те искали да се почувстват по-добре, но не знаели откъде да започнат.

Един ден, в селото се появила загадъчна старица, която носела със себе си дълъг свитък и изглеждала като някой, който знае много за живота. Старицата се казвала Елена и била пътуваща мъдрост. Тя слязла в центъра на селото и започнала да говори с хората.

"Мои скъпи народе," казала тя с мек, но силен глас, "знам, че търсите щастие, но не можете да го намерите, защото не знаете как да го създадете. Щастието не е нещо, което просто се случва, то е нещо, което създавате със своите действия и мисли."

Тогава тя предложила на всички хора една специална възможност: **5-дневен старт към щастието.**

- "Всеки от вас има потенциала да се освободи от болката, да прегърне радостта и да открие истинското щастие," добавила тя, "и аз ще ви помогна да започнете това пътуване."

### **Ден 1: Индивидуална сесия за открития**

На първия ден от програмата, старицата посъветвала всеки човек да спре за момент и да погледне вътре в себе си. Тя ги накарала да се запитат:

- "Какво всъщност искам от живота си?"
- "Какви са моите истински желания?"

Това не било просто разсъждение, а дълбоко, вътрешно изследване. Всеки участник започнал да осъзнава своите най-дълбоки нужди и желания.

**Психо-емоционална среща: Самоосъзнаване** – Този ден е свързан с осъзнаването на вътрешните нагласи и желания. Само когато разберем какво наистина искаме, можем да започнем да създаваме пътя към щастието.





## **Ден 2: Освобождаване чрез хипноза**

На втория ден Елена поканила всички да се отпуснат и да се потопят в дълбока релаксация чрез хипноза. Тя ги научила как да освободят себе си от стари негативни вярвания и блокажи, които са ги спирани да бъдат щастливи.

„Щастието е вътре във вас, но за да го усетите, трябва да се отървете от страховете и съмненията, които ви обременяват,“ казала тя.

**Психо-емоционална среща: Хипнотерапия** – Хипнозата е метод за отпускане и промяна на негативни убеждения, които могат да блокират щастието и вътрешната хармония.

## **Ден 3: Силата на позитивните утвърждения**

На третия ден старицата научила хората как да използват **позитивни утвърждения**, за да променят начина, по който мислят за себе си и живота си. Всеки започнал да повтаря: „Аз заслужавам щастие,“ „Всеки ден е възможност за ново начало,“ и „Аз съм благодарен за всичко, което имам.“

Тези думи били мощен инструмент за промяна на вътрешния диалог и привличане на положителни енергии в живота.

**Психо-емоционална среща: Утвърждения** – Използването на позитивни утвърждения помага за преодоляване на негативните мисли и за изграждане на нови, здравословни нагласи към себе си и живота.

## **Ден 4: Мощта на числата**

На четвъртия ден, Елена научила всички за силата на числата и как те могат да им помогнат да разкрият своите скрити таланти и потенциал. Всеки човек получил свое лично число, което било свързано с неговата личност и пътя му в живота.

- „Числата ни водят към истината за нас самите. Разберете своето число и се свържете с вътрешната си сила,“ казала тя.

**Психо-емоционална среща: Силата на числата** – Техниката на числата е метод за саморазбиране и осъзнаване на жизнената посока, която може да помогне за преодоляване на препятствия и постигане на вътрешна хармония.



## **Ден 5: План за действие: Всичко е възможно!**

На петия ден, старицата показала на всички как да създадат конкретен план за действие, който да ги води към щастието. „Не чакайте, животът е тук и сега. Вземете своето щастие в ръце и започнете да действате!“

Тя им дала ясни стъпки:

1. Как да поставят конкретни цели.
2. Как да се справят със страховете и съмненията.
3. Как да останат мотивирани и фокусирани върху целите си.

**Психо-емоционална среща: Планиране на действия** – Създаването на конкретен план е същността на успеха. Стъпка по стъпка, с ясни и постижими цели, можете да създадете живота, който искате.

След тези пет дни, всички в селото започнали да усещат невероятна промяна в себе си. Те вече не били затруднени от живота си, защото знаели как да се справят с всяко препятствие, което се изправя пред тях. Те започнали да живеят с увереност и радост, осъзнавайки, че **щастieto е избор, който правят всеки ден.**

Това било само началото. Те знаели, че с всяка стъпка, която предприемат, ще се приближават още повече до вътрешния мир и щастие.

И така, ако вие също искате да започнете своето пътуване към щастието, както хората от селото, имате възможността да се включите в **5-дневния старт към щастието**. Това е програма, създадена, за да ви помогне да разгърнете целия си потенциал, да се освободите от блокирането на емоциите и да започнете да живеете живот, изпълнен с радост и удовлетворение.

**Не чакайте повече – позволете си да започнете сега!**



## I. Въведение

### 1. Защо се стремим към щастие?

Щастието е най-висшата цел, към която всеки човек се стреми. Независимо от нашите мечти, желаня, цели или планове, всички търсим радост и удовлетворение в живота. Програмата „5-дневен старт към щастието“ е създадена, за да ви помогне да намерите своя път към това щастие.

### 2. Какво е програмата „5-дневен старт към щастието“?

Това е уникален и работещ метод, разработен от психолог Ваня Иванова. Програмата обединява ефективни техники като мотивационни сесии, хипноза, утвърждения и план за действие, които да ви помогнат да постигнете изобилие и хармония в живота си.

### **5-дневен старт към щастието – Пътят към щастливия живот, който заслужавате!**

Каквото и да правим, мислим или преживяваме, всички се стремим към едно: **да бъдем щастливи**. Щастието не е нещо далечно или недостижимо – то е тук и сега, скрито в нашите мечти, желаня и цели. Когато ги реализираме, когато постигнем това, към което се стремим, тогава усещаме истинското удовлетворение и радост.

И вие заслужавате това щастие! Мечтите ви могат да се сбъднат. **Възможно е!** Но за да стигнете до там, трябва да знаете, че всяка промяна има своята цена. Това е законът на живота – да постигнете нещо, трябва да сте готови да инвестирате усилия и енергия.

Точно заради това създадохме **5-дневния старт към щастието** – уникална програма, която е доказала ефективността си при много нейни клиенти. Тази програма е метод, който ще ви помогне да се свържете с вашето вътрешно щастие и да вземете контрола върху живота си.

*Какво включва програмата?*

#### **Ден 1: Индивидуална, онлайн мотивационна сесия**

Започваме с персонализирана мотивационна сесия, в която ще разгледаме вашите мечти и желаня. Ще разберем какво ви пречи да ги постигнете и ще започнем да работим върху ясни стъпки за преодоляване





на пречките, които ви възпират.

## *Ден 2: Хипноза за живот в изобилие и щастие*

Използваме силата на хипнозата, за да ви помогнем да се свържете с вашето подсъзнание и да освободите ограничителните убеждения. Това ще ви даде възможността да изпълните живота си с изобилие и щастие, като се отървете от негативните емоции и страхове.

## *Ден 3: Работа със силата на утвържденията*

Ще научите как да използвате утвърждения, за да промените нагласите си и да програмирате съзнанието си към успех, щастие и вътрешен мир. Тези позитивни изрази ще ви помогнат да промените възприятията си и да създадете живота, който искате.

## *Ден 4: Мощта на числата*

Ще разгледате как числата могат да повлияят на живота ви. Ще се запознаете със законите на числовата енергия и как да ги използвате за постигането на успех и щастие. Ще разкрием тайните на числата, които ви водят към най-доброто за вас.

## *Ден 5: План за действие: Всичко е възможно*

Последният ден е посветен на **създаване на реалистичен план за действие**. Ще обобщим всичко, което сте научили през тези пет дни, и ще разработим конкретни стъпки за постигането на вашите цели. Ще имате ясна представа какво да правите, за да реализирате своето щастие и успех.

---

## **За кого е подходяща програмата?**

- За хора, които искат да подобрят качеството на живота си.
- За тези, които търсят вътрешен мир и щастие, но не знаят откъде да започнат.
- За всеки, който иска да се освободи от стари страхове и негативни убеждения.
- За тези, които искат да постигнат големи промени в личен или професионален план.



## Потвърдено от много клиенти – Програмата върши чудеса!

**5-дневен старт към щастието** е метод, който е работил и продължава да работи за стотици хора, преминали през него. С помощта на психолог Ваня Иванова и доказаните техники, те са успели да трансформират живота си и да постигнат мечтите си.

---

### Как да започнете?

Програмата е напълно **онлайн** и можете да се включите и използвате по всяко време. За да започнете, направете първата стъпка към щастливия живот, който заслужавате!

**Не чакайте! Вашето щастие започва тук и сега.**

---

**Довери се на себе си и започни своето пътуване към щастието!**

Бъди готов да платиш цената за успеха и щастието си, защото те определено си заслужават!

---



212309909

### 5-дневен, онлайн старт към щастието!

Каквото и да правим, мислим, преживяваме, всички се стремим към това: **ДА БЪДЕМ ЩАСТЛИВИ!**

Мечти, желания, цели, планове – когато ги достигнем и реализираме, сме щастливи.

Какво искате да ви се случи в живота? Да, възможно е!

Готови ли сте да платите цената за това което искате от сърце? Всяко нещо струва друго нещо!

Добре дошли в моя успешен и щастлив живот!



Случайностите в живота са много малко и не случайно започвам с цитата на изображението! Щастието е нашето възприятие към всичко, което ни заобикаля, случва, радва, тежи!

Съществуват много щастливи хора в Вселената и аз съм един от тях!

В тази връзка, реших да споделя опита и знанията си в вас, за да стигнете по бързо до щастието! Животът е кратък, аз и вие – всички тук на земята имаме своята мисия. Моята е да проправя светлината към колкото се може повече хора, за да са щастливи! Добре дошли! Вие сте един от тях!



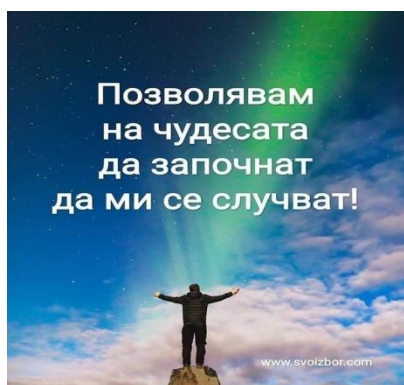
Има едно изречение, което не помня от къде и от кой го знам, но много ми харесва и често го използвам: „Животът е твърде кратък за много

учтивости!”. Надявам се, че няма да се обидите, ако се обръщам към вас на „ТИ”?!“

Здравей!

От днес ти вече си щастие!!! Ти си всяка една прекрасна и красива възможност в своя живот. Ти си радост, светъл лъч, надежда, ти си вълшебна пръчица, която има знание за всяка ситуация в живота ти! Ти си решението на завързаните на двойни възли въпроси! Ти си смелост, упоритост, вдъхновение. Целеустремен човек, към доброто по житейския ти път! Ти си любовта, от която така силно имаш нужда, ти си съвършенство! Господ те е създал, за да бъдеш щастлив човек! Имаш прекалено много любов в себе си, която сега, заедно с моята помощ ще канализираш и обърнеш към себе си. Ти си човека, който заслужава най-много от нея, за това ти вече се даряваш с нея.

Ти си човека, който трябва да цениш на първо място, ти си преди всички! Ти си такъв, какъвто си и приемаш себе си с всичките добри и не до там добри качества, привички и особености! Позволи си да се погледнеш с моите очи! Аз ти се възхищавам за смелостта и упоритостта, които притежаваш! Приеми се такъв какъвто си! Със своите достатъци и недостатъци. Обичай не сполуките си, защото те са с теб, за да те научат на нещо! Е... няма как! Избрали сме да доидем тук на Земята, за да учим. Харасва ни или не – това е положението! Приемаме го и учим в щастие!





## Ден 1: Индивидуална онлайн мотивационна сесия: Тема – Щастие

**Психолог:** Здравейте! Радвам се, че сте тук. Как се чувствате днес?

**Клиент:** Здравейте. Честно казано, не съм сигурен. Понякога се чувствам добре, но през повечето време сякаш нещо ми липсва. Не знам какво точно е щастието за мен.

**Психолог:** Това е доста често срещан въпрос – какво всъщност е щастието и как можем да го постигнем. Щастието може да бъде различно за всеки. Нека започнем с това: кога за последно сте се почувствали истински щастлив?

**Клиент:** Може би когато бях на пътешествие с приятели миналото лято. Чувствах се свободен и безгрижен, далеч от обичайните проблеми.

**Психолог:** Това звучи като прекрасно преживяване. Свободата и времето с близки хора често са източник на радост. Как мислите, какво в това пътешествие ви донесе толкова положителни емоции?

**Клиент:** Мисля, че беше комбинация от това да бъда с хора, които ме карат да се чувствам добре, и да не мисля за ежедневните стресове.

**Психолог:** Това е важен извод – щастието често идва от моменти, когато сме свързани с хората около нас и не се претоварваме с мисли за проблемите. Може ли да разгледаме какви малки стъпки бихте могли да предприемете, за да създавате такива моменти в ежедневието си?

**Клиент:** Може би мога да прекарвам повече време с приятелите си или да си правя кратки паузи за себе си, но не знам откъде да започна.

**Психолог:** Това е чудесна идея! Нека направим така: ще започнем с простичък план. Например, можете ли да си организирате една вечер с приятели тази седмица или да отделите 30 минути дневно за занимание, което ви носи радост?

**Клиент:** Звучи изпълнимо. Може би мога да започна с вечер с приятели. Наистина ми липсва времето, прекарано с тях.

**Психолог:** Това е отлично начало. А какво бихте могли да правите сами, което също да ви носи щастие? Може би хоби, разходка или просто



време за релаксация?

**Клиент:** Обичам да чета, но сякаш напоследък нямам време за това. Може би трябва да опитам да го върна в ежедневието си.

**Психолог:** Прекрасно! Четенето е чудесен начин да се откъснете от реалността и да се заредите. Нека включим това в плана ви – една вечер с приятели и поне 15-20 минути четене на ден. Как се чувствате за тези стъпки?

**Клиент:** Звучи постижимо. Това ми дава усещане за посока, което ми липсваше.

**Психолог:** Радвам се да го чуя. Ще проследим тези малки промени и ще видим как те влияят върху усещането ви за щастие. Помнете, че щастието не е крайна цел, а процес, който изграждаме с малки, съзнателни действия. Как се чувствате след днешната сесия?

**Клиент:** По-уверен и по-спокоен. Благодаря ви за яснотата, която ми дадохте.

**Психолог:** Радвам се, че е така. Продължавайте да следвате тези малки стъпки, и не забравяйте да забелязвате моментите, които ви носят радост. Ще се видим следващата седмица, за да обсъдим вашия напредък. Успех!

**Ден 2:** Днес е твоят ден, разполагаш с 24 часа за да бъдеш себе си! Без маски, без роли, без фалшиви думи, действия, без да лъжеш душата си или околните! Можеш ли да си го позволиш?.....Нямаш избор, можеш, защото ти си поел по пътя на щастието, а там няма задръжки, няма лъжи, няма притеснение или тревоги. Щастието е твое и те изчаква търпеливо! Ти си щастието! Днес е денят на първата ти тренировка по щастие! Днес ще правиш всичко, което те прави щастлив, всичко което ти носи радост, всичко, което те кара да се смееш или усмихваш! Всичко онова, от което толкова дълго си имал нужда – да бъдеш щастлив! Няма да спре светът, ако днес ти си щастлив и си позволиш всички удоволствия, които искаш. Бъди сигурен, че няма да те изостави семейството и/или детето/цата, ако днес ти си щастлив! Няма да свърши света, ако днес ти си щастлив. Няма да изостане работата ти, ако днес ти си щастлив. Няма да загубиш пари, ако



днес ти си щастлив! Вече не съществува 'АКО'! Ти си щастлив, защото правиш нещата, които те карат да си щастлив.

Хипнозата не изисква да си подготвен или мислиш. Просто чети. Препоръчвам да го направиш сутринта и да продължиш деня си напред в щастие!



### Щастие: Поглед от гледната точка на хипнотерапията

Щастието е състояние на духа, което всеки от нас носи в себе си. То не е нещо външно, което трябва да преследваме; то е вътрешна светлина, която просто чака да бъде запалена. Хипнотерапията е мощен инструмент за достъп до тази вътрешна светлина, като ни помага да преодолеем бариерите, които сами сме изградили пред усещането за радост и удовлетворение.

#### *Какво е щастието според подсъзнанието?*

Нашето подсъзнание е склад за мисли, емоции и убеждения, натрупвани през целия живот. То не само пази спомени за приятни моменти, но и за травми, страхове и съмнения, които могат да потискат усещането за щастие. Често тези подсъзнателни програми действат автоматично, саботирайки нашето усещане за радост, дори когато съзнателно искаме да бъдем щастливи.

Чрез хипноза можем да достигнем до корените на тези негативни програми. Хипнозата не е магия – тя е научен метод, който отключва достъпа до подсъзнанието и позволява на ума да пренапише онези



истории, които ни държат далеч от щастието.

### *Как хипнотерапията помага за постигане на щастие?*

1. **Откриване на блокажите**

По време на хипнотична сесия се изследват онези скрити убеждения, които ни пречат да изпитаме радост. Например, често се оказва, че хората вярват, че не заслужават да бъдат щастливи. Тези убеждения могат да бъдат заменени с нови, позитивни послания.

2. **Промяна на вътрешния диалог**

Щастието често е въпрос на това как говорим със себе си. Ако вътрешният диалог е негативен, той генерира стрес, тревога и чувство за недоволство. Хипнотерапията помага да препрограмираме този диалог, така че да бъде подкрепящ и мотивиращ.

3. **Създаване на "котви за щастие"**

В хипнотерапията често използваме техника, наречена създаване на "котви". Това са тригери – жестове, думи или мисли – които автоматично предизвикват позитивно състояние. Например, докато сте в хипнотично състояние, можете да създадете асоциация между докосване до китката си и усещане за спокойствие и радост. След това, в ежедневието, тази котва ще ви помогне бързо да се върнете към позитивно състояние.

4. **Фокус върху настоящия момент**

Щастието живее в настоящето, но умът ни често е заложник на минали грешки или бъдещи страхове. Хипнозата помага да се освободим от тези окови и да присъстваме в "тук и сега".

### *Практическо упражнение за щастие с хипнотерапия*

Ето едно лесно упражнение, което можете да опитате:

1. **Отпуснете се:** Намерете тихо място, където няма да ви безпокоят. Затворете очи и направете няколко дълбоки вдишвания, като си представяте, че вдишвате спокойствие и издишвате напрежение.
2. **Представете си щастието:** Визуализирайте момент от живота си, когато сте били истински щастливи. Представете си детайлите – звуците, цветовете, емоциите. Почувствайте как това щастие се разлива по тялото ви.
3. **Създайте котва:** Докато сте в това състояние, докоснете внимателно пръстите на едната си ръка. Това ще бъде вашият сигнал за щастие.
4. **Повтаряйте:** Използвайте този жест всеки път, когато имате нужда да се върнете към позитивното състояние.



Щастието не е нещо, което трябва да заслужим. То е право по рождение, вътрешно състояние, което можем да активираме чрез подходящите инструменти. Хипнотерапията ви дава достъп до ресурсите на вашето подсъзнание, където щастието вече съществува. С малко работа и отдаденост, това състояние може да се превърне в постоянна част от живота ви.

### Хипноза за щастие: Пътуване към вътрешния мир и радост

**Може да си пуснете успокояваща музика с нежни природни звуци.**

Сега, когато се намирате на удобно място, застанете или легнете така, че да се чувствате напълно отпуснати и спокойни. Позволете на тялото си да се освободи от всяко напрежение, като започнете с дълбоки, спокойни вдишвания.

**Вдишайте дълбоко... задръжте за миг... и издишайте, като усещате как всяко издишване носи освобождение.**

С всяко вдишване усещате как тялото ви се отпуска все повече и повече, а с всяко издишване се отърсвате от всяко напрежение или тревога. Вашето тяло е спокойно. Вашият ум е спокоен.

Почувствайте как мускулите ви се отпускат една по една. Започнете с краката – усещате как стъпалата ви се разтварят и релаксират, а всяка следваща част от краката става все по-лека и отпусната.

Позволете на това усещане на релаксация да се прехвърли в бедрата ви, в таза, през корема и гърдите, и към вашите рамене. Усещате как напрежението изчезва, както и всяка загриженост. Вашите ръце стават тежки и спокойни.

Сега, нека усещането на спокойствие да се изкачи нагоре през врата и главата ви, като всяка част от тялото ви се чувства свободна и напълно отпусната.

**Вие сте в безопасност. Вие сте в мир.**

В този спокоен момент, аз ще ви водя през пътуване към щастието – към онова усещане за радост и вътрешен мир, което е винаги с вас. Щастието не е нещо, което трябва да търсите извън себе си. То е част от вас. То живее в сърцето ви и в душата ви.





Сега си представете, че сте на красив и тихо място, което е само ваше. Може да бъде градина, плаж или горска поляна – каквото почувствате като подходящо за вас. Там е тихо, мирно и красиво. Въздухът е свеж, а небето е ясно и широко.

Чувствате се спокойни и удовлетворени. Всяка клетка в тялото ви е изпълнена с топлина, светлина и радост.

Докато сте в това място на спокойствие, започнете да усещате как щастието започва да нараства във вас. Може би като лека, златиста светлина, която започва да се разпространява от сърцето ви и да изпълва всяка част от тялото ви. Това е щастието, което винаги е било вътре в вас. Това е мирът, който винаги е бил на ваше разположение.

С всяка следваща вълна на дълбоко дишане, усещате как тази светлина и радост растат, стават все по-силни и по-интензивни. Щастието не е нещо външно – то е усещане, което излъчва от сърцето ви и сега изпълва целия ви живот.

Тази светлина ви дава сила и увереност. Тя ви напомня, че заслужавате да се чувствате добре, да се чувствате щастливи, да се чувствате изпълнени. Вие заслужавате всички радости на живота.

Почувствайте как щастието преминава през всяка част от вас: през тялото ви, през ума ви, през всяка клетка и мисъл. Това е естественото ви състояние. Щастието е вашето наследство.

Сега, можете да си представите как всяка ситуация, която преди сте считали за предизвикателство, сега изглежда по-лесна, по-освобождаваща. Всеки ден може да бъде ново начало, изпълнено със светлина, радост и благодарност.

Вие сте готови да бъдете щастливи. Щастието е във вас и може да го усещате всеки ден.

Сега, когато сте изпълнени със щастие, запомнете този момент. Знайте, че можете да се върнете тук, във всяко време и във всяко място, когато решите. Вие винаги имате достъп до това усещане за радост и удовлетворение.

**Вие сте достойни за щастие.**

А сега, с всяко дълбоко вдишване, започнете да се връщате в настоящето, като носите със себе си усещането за радост и мир. Чувствайте

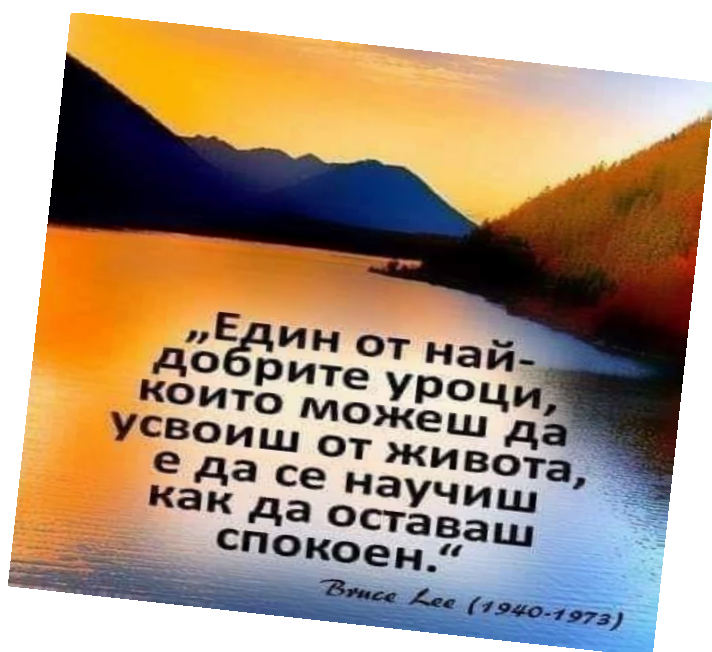




се обновени, изпълнени с позитивна енергия и готови да изживеете деня си с нова увереност.

Когато сте готови, отворете очи, като носите щастието в себе си, готови да го споделите с света около вас.

**Вие сте щастливи. Вие заслужавате щастие.**



**Ден 3:** Работа със силата на утвърждения и други важни

### **УПРАЖНЕНИЕ:**

Помисли си за 5 хубави преживявания в живота си. Нека всяко едно мине бързо през теб, като запазиш положителните емоции. Приеми ги, че те са естественото и най-нормално нещо от живота ти и част от реалността ти. Погледни напред и си представи бяла светлина, виж я. Изпълни тялото си – ум, душата, сърцето със светлината. Със всяко вдишване в теб навлиза все по силна и финна бяла светлина. Благодарни на себе си, на Вселената за благодата, в която живееш. Благодарни за изборите си и за опитностите, които си натрупал. Всичко около теб – пред, зад, отлява, отдясно е изпълнено със светлина. Ти си част от нещо голямо – от Вселенското щастие. Запази чувството. От днес, напред в живота, ти ще се наслаждаваш



на радост, сигурност, душевен мир, свобода, неограниченост, лекота, защото всичко това е твоето щастие, ти си щастие.

Повтаряй упражнението следващите 5 дни.

Бъди много внимателен със силата на думите!

Мантра за ново начало:

Харма – харма-харма  
Хрила-харма-харма  
Хрила-Сину-Силуна  
Харма-Хипсус-Лама  
Лама-Лама



1. Вярвам в себе си!;
2. Бог ме дари с щастие!;
3. Богинята на земята ми дава сила, мощ, любов!;
4. Постигам целите си!;
5. Аз съм в хармония!;
6. Аз съм в баланс!;
7. Аз съм това, което мисля!;
8. Щастие голямов сърцетои душата ми настана!;
9. Когато опразвам склада си/живота/от не нужното, променям своя инвентар/случванията по житейския ми път!;
10. Казваме на висок глас, решението си да се промени това, което искаме, така че да ни чуе намерението!;



11. Помоли слънцето да ти подари спонтанност и импулсивност.;
12. Аз приемам помощ от светлината!;
13. Разрешавам си да изживея онова, което е най-добро за мен и живота ми!;
14. Аз си позволявам да бъда себе си и да постигна най-доброто на което съм способен!;
15. Господи помогни ми да изпълнявам задачите, за които си ме изпратил тук на Земята!;
16. Нека хармонията, мирът и балансът застанат на своето място в моя живот!;
17. Връщам всичко онова, което аз сам съм внесъл в живота си, мислейки, че то ще свърши работа, но вече не нужно за мен и моето щастие!;
18. Аз поддържам чистота в ума си и в живота си постоянно!;
19. Когато съм в мечтателна позиция, аз творя!;
20. Аз живея по божествен начин, по който съм дошъл на Земята. Аз съм проводник на Божията любов по тяло, ум, сърце, душа и дух.;
21. Заявявам с цялата си осъзнатост, желанието си да прекратя негативните договори в моя живот!;
22. Вселено, искам да бъда здрав, силен и бог-ат!;
23. Безграничен дух, моля те не ме оставяй да пропусна някой знак!;
24. Нека днес да пребъде твоята воля! Днес ми върви! Благодаря за този чудесен ден, в който ще следва чудо след чудо!;
25. Щастието е в сърцето ми!;
26. Днес, моите емоции са положителни!;
27. Аз живея щастливо!;
28. Аз създавам щастливия си живот!;
29. Аз имам вроден, нестихващ извор на вълшебства в мен!;
30. Бог е пред мен и аз след него!



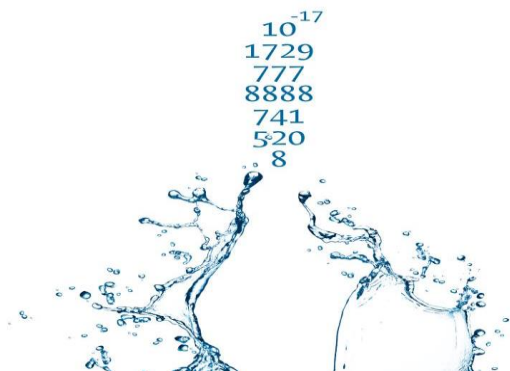
#### Ден 4: Мощта на числата

Вярвате или не, но ако си повтаряте като мантра някои числа, доста неща в живота ви ще се наредят. А щастието ще бъде непрекъснат спътник в живота. Нумерологията е отдавна призната наука, която се оказва, че е и много мощна. Всяко число е не само такова, каквото познаваме от математиката, то носи определена честота на трептене, носи информация, нарича се „числова вибрация“. И съществуват едни такива комбинации числа. Когато човек чете и изговаря на глас въпросните числа, се получава нещо като мантра – набор от вибрации. Това са така наречените „числови кодове“. Те способстват и реално могат да настроят всеки организъм да вибрира на определена честота.

#### ПОМОЛЕТЕ СЕ ИСКРЕНО И ЧИСТО ПРЕДИ ИЗПОЛЗВАНЕТО НА КОДОВЕТЕ.

Поискайте цялата Божествена мощ, за да ви помага винаги при използването на кодовете и коригиране на неволно допуснати грешки при тяхното използване. Няма нищо лошо в смесеното използване на кодовете, те не са взаимноизключващи се, а напротив взаимодействат си. Колкото можете често през деня на глас повтаряйте кода който ви помага. Най-добре е вашият код да бъде непрекъснато с вас, да се носи като медальон или амулет. Ходете с него, спете с него, никога не го отделяйте от вас. Така действа най-силно.

**ВИНАГИ БЛАГОДАРЕТЕ НА БОГА** и на този, който ви е помогнал.



Заредете водата с числата на Грабовой!

Метод, чрез който можете да заредите вода. Както знаете водата чува и има магически свойства.

Идеята е проста: като добавите специфични числови последователности към водата, можете да влияете положително на нейните свойства и да я заредите с изцеляваща енергия и положителни вибрации. Ето един прост начин да го направите:

1. Изберете числова последователност от Грабовой, която отговаря на вашите конкретни нужди. Тези числови последователности обхващат много различни области, включително здраве, благополучие, взаимоотношения и други. Можете да търсите онлайн числата, които отговарят на вашите индивидуални нужди.
2. Запишете избраната числова последователност на една хартия.
3. Вземете чаша или бутилка с вода и поставете хартията с числата върху нея.
4. Оставете водата да постои за известно време например от вечерта до сутринта. Визуализирайте как тя се зарежда. Може да обхванете съда с ръце например и да почувствате намерението си.



5. След като сте заредили водата, можете да я пиете, да я използвате за готвене или за други цели. Насладете ѝ се осъзнато и бъдете благодарни за положителната енергия, която тя ви дарява.

Ето и една комбинация:

10 на -17 - Господи Чуй ме!

1729 - Става невъзможното!

777 - Бог твори чудеса и аз творя чудеса!

8888 - Божествена защита!

741 - Нормиране с Божественото!

520 - Неочаквани пари!

8 – Благодаря!

Ако искате да имате здрав сън – 5 1 4 2 4 8 5 3 8

При дисбаланс на отношенията в къщи – 2 8 5 5 5 5 9 0 1

При дисбаланс с колегите на работа – 1 4 1 1 1 1 9 6 3

Ако ви измъчват лоши спомени от миналото – 7 8 1 9 0 1 9 4 2 5

При дисбаланс в настоящето – 7 1 0 4 2

За хармонизиране на бъдещето – 1 4 8 7 2 1 0 9 1

Ако искате да имате нормално телесно тегло – 4 8 1 2 4 1 2

Ако искате да се подмладите – 2 2 1 3 4 4 5

Числови кодове за финансово благополучие

При финансов дисбаланс – 7 1 4 2 7 3 2 1 8 9 3

За да бъде финансово стабилна фирмата – 2 1 2 3 0 9 9 0 9

Ако искате да привлечете повече пари – 7 7 5 3 1 9

4748132148 - МОМЕНТАЛНО СПИРАНЕ НА НЕГАТИВЕН ПЛАН ИЛИ МИСЛИ

817219738 - НОСИТЕЛ НА КЪСМЕТ

71931 - ЗАЩИТА ПРИ ВСЯКАКВИ СИТУАЦИИ

91391 - ПОВЛИЯВАНЕ 100% НА ВСЯКО СЪБИТИЕ





(10 - 17) изговаря се 10 на минус 17 - за незабавна помощ от Създателя, казва се, когато усетите негативни мисли от вас и към вас. Също така е готовността ви към намерението ви.

741 - ВРЪЗКА С БОЖЕСТВЕНОТО

8888 - БОЖЕСТВЕНА ЗАЩИТА

8 – благодаря

Числа за пари, нещо, от което всеки има нужда и никога не е излишно, дори и ако са в повече:

6559914 - парите идват отвсякъде

318 798 - финансово изобилие

77531 91 - материализирам нужните ми пари

4610567 - печалба от тотото

199621147 - аз съм магнит за пари

Успех и нека сега заподскачаме и се изкрещим от щастие !!!

Господи чуй ме 10 на минус 17!

Господи, бъди с мен сега 1231115025.

Дай ми сила за днешния ден 818918888841498.

Пази ме 8888.

Пази ме от завист и алчност 9885 17,

похот и други грехове 51831721428.

Прости ми и ми помогни да простя на другите 706.

Премахни безпокойствата ми 1001105010)

и ми дай здраве 3396815,

благоденствие 71427321893 ,

късмет 817219738 и финансово благополучие 318 798.

Помогни ми да премина през всяко изпитание, което се появява пред мен 91688 и да погледна на него като на възможност да Ти отдам слава.

Боже, благодаря Ти. Благодаря Ти, че не ме изоставяш. Аз знам, че дори когато не чувствам присъствието Ти, Ти си винаги тук за мен и винаги си с мен 741. Аз вярвам в теб 777 и ти благодаря за този ден!  
Амин!







598061 319781 Психична стабилност.

49181951749814 Себедоверие.

71427321893 Благоденствие.

318 798 Финансово благоденствие.

91371895 Не повтаряне на проблем. Информацията се разпръсква в пространството и времето.

481948 Не позволява на негативни събития от миналото да влияят на настоящето.

$E=V.S$  Подсилва всичко. Изговаря се  $E$  равно на  $V$  по  $S$ .

35986 Развитие на интуицията.

213 Хармонизиране и оптимизиране на всички житейски събития.

91391 Повлиявам сто процена на всяко събитие.

519 7148 Всичко е възможно.

Разрешавам на щастливите събития да ми се подредят на опашка. За да им се случат аз!

8888

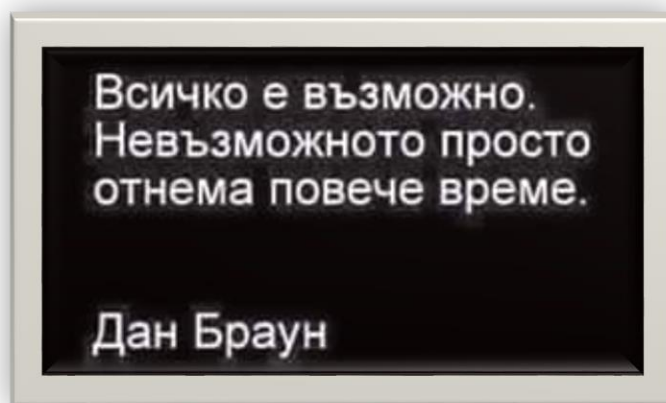
213

$E=VS$

8



## Ден 5: План за действие: Всичко е възможно!



Всъщност щастието е променлива величина. Днес ни прави щастливи нещо, което в миналото не. Имаме нужда от друго в настояще, бъдеще и ще се стемим към него. Т.е. Щастливи сме тогава, когато оценим това което имаме. Ако нещо не се случи или не дойде до нас, дори и да го искаме твърде много, означава че не е било за нас или има още какво да научим и платим цената му, за да стигне до нас.

1. Започнете живото си в щастие с **план за 101 желания!** Напишете 101 желания. Предполагам, че ще стигнете до 50 и ще трябва почивка или да помислите повече, какви желания имате още! Бъдете усърдни. С времето, когато се присетите, допълвайте списъка си с желания. Ако след 5 месеца се върнете и изчетете всички желания ще се изненадате, че поне част от тях вече са факт. Създайте си навик да бъдете упорити с утвържденията и регулярно повтаряне на числата. Слушайте често хипнозата. При желание, може да се свържете с мен, за да ви предоставя или направя хипноза и на друга тематика.
2. Много важно е да изберете **свое място**, което е за вас самите. Когато се чувствате щастливи, да го визуализирате и там да се чувствате в безопасност, за да може да ходите и се чувствате спокойни, когато имате нужда от това.
3. Щастието ни зависи от хармонията в живота ни, баланса. Щастието е състояние на духа ни. То не е цел. Щастието е самото пътешествие до него. Често щастието е под носа ни, стига да имаме **очи да видим и уши да чуем**. Скоро срещали ли сте **ЩАСТИЕТО?**
4. **Благодарни ли сме за живота си?** Ако сме – пътят към щастието ви е по кратък.  
Благодарността е висше умение на човека и духовна пълнота.
5. **Здрави ли сме – щастливи сме!** Когато сме по близо до природата



и консумираме храна създадени от нея, здравето е факт. А включим ли активно движение и любов към себе си, всичко това води до щастлив живот.

6. **Свобода** – кога сме свободни? Тогава, когато можем да си позволим да кажем или направим каквото искаме, без да се притесняваме от някой, нещо или последствията. Ако не го правиш и не можеш да си позволиш, помисли кой или какво ти пречи? Нещо застрашава ли те и защо? Съобразяваш ли се и поради какви причини? Струват ли си те?
7. Освободете място в душата, сърцето и ума за **нещата, които ви правят весели, жизнени, вдъхновяват ви**. Никой и нищо не може да ви попречи, да го направите!
8. Хора, които ви натоварват, дразнят или носят не добра енергия – **разчистети ги от живота си**. Не си губете времето с неподходящи хора.
9. Всеки един от нас има определени затруднения с едно или друго предизвикателство в живота – изправете се срещу проблемите си. **Има ли проблем, има и решение!** Казвайте истината пред себе си, не се самозаблуждавайте. Изправете се пред демоните си и ги отстранете, като работите със себе си, със саморазвитието си.
10. **Вашите нужди са на първо място**, всичко друга от там нататък. Вие сте много специален човек и друг като вас не съществува! Ценете уникалността си!
11. **Грешките – те са част от живота ни, не бягайте от тях**. Те ни учат на това, което трябва да разберем или знаем в този си живот.
12. **Не поставяме граници пред нищо**. Когато се ограничаваме сами, не знаем какво щастие губим.

Пример: „Искам до 5 месеца да съм милионер.” – грешно

„ Искам скоро да живея във финансово изобилие и да си позволявам всичко което искам свързано с финанси.” – правилно

13. **Не бъди съвършен** – ти си такъв какъвто си. Никой човек на Земята не е съвършен.
14. **Бъдете естествени** – не се правете на някой друг.
15. **Живей простичко!** Не прави от простичките неща, сложни!

При спазване на този план за живота, щастието би могло да бъде твърде постоянно и да носи много светлина!

**Попътен полъх по пътя на щастието!**

**Не збравяй: Ти си щастие!**





МЯСТО ЗА ТВОЕТО ЩАСТИЕ!

