

- ✓Выступает: Олеся Журавлева
- ✓Книга: Живительная благодарность
- ✓Автор: Луиза Хей
- ✓Год издания: 2017



«Я ПРИНИМАЮ ЭТО С РАДОСТЬЮ  
И БЛАГОДАРНОСТЬЮ»

## Об авторе

---

**Луиза Хей** - (1926 — 2017) — одна из основателей движения самопомощи, автор более тридцати книг [популярной психологии](#), в том числе широко известной в мире книги «Ты можешь исцелить свою жизнь».

Ключевая идея работ Луизы Хей — именно наши деструктивные убеждения, ограничивающие представления о себе и непережитые негативные эмоции становятся причиной наших эмоциональных проблем и физических недугов, но с помощью определённых инструментов мы можем изменить наше мышление и исцелить своё тело.



# О книге

---



# Благодарность - ключ к счастливой, здоровой, успешной жизни

---

Хотя бы пять минут в день побудьте наедине с любимым человеком, чтобы сказать ему, как много только ему присущих качеств вы цените в нем

Составьте список событий, поступков, чтобы “купать” любимого в своей признательности

# Благодарность - ключ к счастливой, здоровой, успешной ЖИЗНИ

---

Благодарите Бога за то, что не нуждается в исцелении

Каждый вдох - бесценен

Каждый шаг - чудо

# Благодарность - ключ к счастливой, здоровой, успешной жизни

---

Решите для себя, что вы желаете стать более благодарным, и наблюдайте, как жизненные дары станут приходить к вам

# Благодарность - ключ к счастливой, здоровой, успешной жизни

---

Чем больше мы находим поводов испытывать благодарность, тем больше их становится

# Благодарность - ключ к счастливой, здоровой, успешной жизни

---

Благодарность не является результатом того, что произошло с нами. Это наше отношение, которое мы формируем в процессе жизни



# Благодарность - ключ к счастливой, здоровой, успешной жизни

---

Вы не можете одновременно испытывать благодарность и быть несчастными

# Благодарность - ключ к счастливой, здоровой, успешной ЖИЗНИ

---

Способность забывать все обиды есть великий дар, который мы можем преподнести себе сами

# Вопросы

---

1. Как этот человек помог мне полнее осознать мою духовную сущность?
2. Как его действия направили меня или, наоборот, заставили меня свернуть с того пути, который способствовал моему духовному росту?
3. Даже если его действия считались вредными для моего морального и физического состояния, как они усилили и поддержали мою духовную сущность?

