

СОДЕРЖАНИЕ

Глава 1.	
Введение	6
Глава 2.	
Что такое аффирмации?	10
Глава 3.	
Аффирмации на здоровье.....	23
Глава 4.	
Аффирмации на избавление от страха и отрицательных эмоций ..	39
Глава 5.	
Аффирмации на преодоление критического восприятия	57
Глава 6.	
Аффирмации на избавление от пагубных пристрастий	81
Глава 7.	
Аффирмации на прощение	96

Глава 8.	
Аффирмации на позитивное восприятие работы.....	113
Глава 9.	
Аффирмации на деньги и процветание	130
Глава 10.	
Аффирмации на дружбу.....	144
Глава 11.	
Аффирмации на любовь и близкие отношения	160
Глава 12.	
Аффирмации на позитивное восприятие старости	175
Некоторые заключительные соображения	190
Блокнот для упражнений.....	194
Несколько слов об авторе книги.....	254