

ПРЕДИСЛОВИЕ

Цель книги поменять ваше восприятие этого мира. Когда мы идем, мы совершаем очень много ошибок. Но главное — это не повторять уже совершенные ошибки.

В своей жизни я совершал их достаточно, но они сделали меня лучше, поэтому здесь маленькая выжимка инсайдов, открытий и именно тех привычек, которые помогли мне в жизни. Потому что у каждого из нас существует эгрегор. Эгрегор удачи.

Вы, наверное, замечали, что с одним человеком, когда вы начинаете дело, то все идет легко, а с другим — хоть он и очень хороший, очень открытый, ничего не получается?

Иногда на Руси говорили «святая простота хуже воровства», поэтому очень важно для каждого человека, который хочет быть успешным, выработать свой эгрегор удачи.

Я хочу поделиться с вами 22 привычками, которые сделали меня мной. Я уверен, что каждый из вас, прочитав эту книгу, поменяет восприятие этого мира и откроет себя заново.

Сегодня первый день и давайте подсчитаем, что мы имеем: каждый из нас находится в своеобразной зоне комфорта, многие из нас привыкли к алкоголю, покурить кальян или хорошо поесть. Многие из нас просто привыкли ничего не делать и чего-то ждать, поэтому каждый из нас находится в некой зоне комфорта и страха, которая не дает нам развиваться. И с сегодняшнего дня мы будем

прививать полезные привычки и повышать вибрацию, заменять их на то, к чему мы привыкли.

Этот процесс пройдет без всякого усилия. Просто давайте поймем, что обидчик является благодетелем и самым главным обидчиком в своей жизни должны быть мы сами. Выделите для себя пять пунктов, которые являются для вас слабостью, которая приносит вам некоторые удовольствия — радостью это назвать нельзя, потому что радость вас движет вверх, а здесь вы движетесь вниз и находитесь в состоянии комфорта, разрушаете себя, ничего не делая.

Выпишите пять вредных привычек, которые у вас есть. Самое главное, когда будете выписывать, обратите внимание, что делать это нужно с любовью, ведь чтобы понять — нужно полюбить.

Мы очень часто пьем и говорим:

— Нет, это не мы! Мы чуть-чуть пьем. Немного курим. Нет-нет, это же только одна в день!

Это не сигарета, а слабость и глупость находят оправдание в нашем мозгу. Поэтому выпишите эту привычку в ваш список, не считайте сколько раз вы к ней прибегаете, потому что если она у вас есть — она у вас есть. Для того чтобы увидеть нужна жесткая позиция и самооценка. Приведу вам пример.

Когда в свое время я стал путешествовать, даже не имея больших денег, я набирался опыта, изучал языки и ездил в разные страны. Мой друг — тогда он был моим другом, сейчас уже не является, он был очень приземленным, и когда я приехал к нему, он просто сидел на диване и слушал меня о том, как хорошо в той или другой стране.

— Кстати, посмотри, я купил новый диван! — это все, что он мог мне рассказать.

Каждый из вас должен сделать выбор: вы хотите сидеть на диване, который купили и чем гордитесь, или вы хотите обрести в себе вечный двигатель, быть интересным человеком, который может и знает многое, чьим стилем жизни является постоянное развитие.

Мы должны понять одну вещь: что не привычки делают нас слабыми, а то, к чему мы привыкаем. Поэтому мы можем привить себе полезные привычки, которые будут давать нам энергию, будут развивать нас и будут вымещать и замещать то, к чему мы привыкли.

Приведу вам очень хороший пример. Многие из вас, кто читает эту книгу, имеют огромное количество энергии и когда ее действительно много, то вы начинаете экспериментировать и убивать себя.

В свое время я также ходил в ночные клубы (называю их сейчас «бесятина»), где просто гремела музыка и все сводилось к тому, что по итогу время было потрачено зря. Но один раз я поймал очень хорошую тенденцию: я поиграл в волейбол, поплавал и мне было так хорошо на душе — такая высокая вибрация, что когда мне позвонили друзья, пригласили поехать с ними, я отказался.

В тот день я просто пошел кататься по парку на велосипеде и познакомился с такой девушкой, которой никогда бы не было в клубах, она была гораздо лучше. Лучше, чем все в тех клубах, куда я ходил.

Вы должны не бояться идти своим путем и понять, что там, где толпа — есть энергия, которая манипулирует массой, как правило, это энергия смерти, которая вас

разрушает. Поэтому важно научиться находить выход, прививать себе привычки и идти собственным путем, когда каждый ваш шаг вы делаете в своем направлении.

Каждый день вы прививаете себе новую привычку, и она начинает аккумулировать жизненную силу. И вот вы делаете второй шаг, третий, и это — ваша привычка, ваши шаги вперед. И когда каждый шаг в жизни вы делаете свой — вас уже никому не догнать, потому что толпа, которая делает одни и те же шаги (кальян, алкоголь, сигареты и т.п.), она падает вниз и деградирует, а вы идете по своему пути.

Задача каждого из нас найти то, что двигает вперед, чтобы мы были лучше, богаче, интеллектуальнее, сильнее, интереснее. И поэтому мы проводим этот курс, чтобы каждый из нас мог посмотреть свою внутреннюю трансформацию плохих привычек, даже не просто плохих, а привычек, не дающих результата, изменить их на те привычки, которые расширят ваше сознание и сделают ваше пребывание в этой жизни гораздо более эффективным, интересным, наполненным.

Выпишем пять привычек, у кого есть смелость, тот может написать десять, пятнадцать — главное не число, а что когда мы записываем их, то оголяем эту ситуацию, потому что когда признали — вы уже наполовину победили.

Приведу в пример свою маму, которая не могла сказать: — Юра, извини, я была не права.

Когда она что-то делала, то всегда уходила, если допускала ошибку.

Нельзя уходить, когда вы неправы. Признайте ошибку, потому что если вы не признаете, жизнь будет постоянно делать вас неправыми.

Давайте выпишем привычки, туда же можно включить ваши зажимы, комплексы, стеснения, страхи — все, что мешает вам двигаться и быть наполненным энергией.

Очень многие из вас думают: «Ему везет! У него есть энергия, откуда у него столько энергии?»

Не «ему везет», а «его набор привычек, который помогает ему, растет и он растет вместе с ним». И благодаря этой книге и вашим изменениям мы будем видеть, как положительные привычки будут замещать то, к чему вы привыкли, как ваши сила, энергия и знания будут расти, поэтому благодарю, что вы сделали первый шаг.

Начинаем!



БОЛЬШЕ ИНФОРМАЦИИ ОТ ЮРЫ РА

Часть 1

РИТМ УСПЕХА

Давайте разберем одну привычку — замедление.

Посмотрите, как мы общаемся. Зачастую общение идет от головы, а что делает голова? Голова всегда нас торопит, как и наша неумная энергия — мы постоянно спешим, спешим и спешим, а потом что? Неудача: в тусовке был, а денег не нажил.

Можно рассмотреть несколько аспектов, приведу хороший пример.

Нас всех волнуют личные отношения. Парню понравилась девушка и он горит, хочет с ней прямо сейчас встретиться, пойти куда-нибудь. На этот счет есть хорошее буддистское правило, которое мне рассказал один монах: ты одержим, ты находишься на низкой вибрации. Ты просто хочешь быть с этой девушкой, не общайся и не думай о ней три дня, а через три дня позвони.

Прошло три дня и мне не захотелось звонить. Почему? Самые первые эмоции, которые возникают в нас, это жадность, желание, я/мне и спешка. Это вибрации, которые разрушают. Как можно быть счастливым с вибрациями, которые разрушают? Как можно быть счастливым и богатым, когда мы не держим энергию? Поэтому самая главная привычка — не торопитесь.

Приведем в пример спорт. Наверное, кто играет в волейбол, поймет меня очень хорошо: когда двигаешься плавно и летит мячик, ты вовремя подходишь к нему, не устаешь, и своими плавными движениями ты направля-

ешь мячик, задавая верную траекторию. Но когда ты резко бегаешь и дергаешься, тело напряжено, и от напряженного тела мячик отлетает как от дерева — в разные стороны.

Плавные движения очень важны, и не только в спорте, так как при плавных движениях плавно работает и мозг.

Представьте, как собака реагирует на резкость, в то время как на плавные движения реакции нет. Если вы научитесь плавно двигаться, замедлять время и плавно думать, вы будете первыми, вы будете видеть ситуацию, приближаться к ней, и достигать успеха. Это очень важно в спорте.

Кстати о спорте: нельзя спешить и кичиться своей силой, показывать, что вы можете и здесь — и там, и то — и это. Это всегда приводит к травмам — как в спорте, так и в бизнесе.

Жизнь откидывает на несколько шагов, чтобы мы поняли, что любая сила, когда мы заикливаемся, привязываемся и спешим, она нас убивает. А та сила, которая плавно переходит, к примеру, из физической в психическую, а потом в глубинно-интуитивную, постоянно вас развивает. Поэтому, когда вы замедляетесь, вы начинаете развиваться и видеть людей, которые бегут и спотыкаются, бегут и теряют, бегут и ошибаются. Поэтому замедляйтесь и в личных отношениях, не спешите, невозможно потерять то, чего не имеешь. Потерять можно только то, что у вас есть. Поэтому если вы теряете, значит, это не ваше.

Примите в себе правильный набор правил. Будьте магнитом, скажите себе, что ваше не уйдет. Также как и этот текст — можете прочитать сразу эту главу, третью или четвертую, но они не дадут вам результата, который будет только тогда, когда вы каждый день будете усваи-

вать и вводить каждую привычку в жизнь. Поэтому очень важно не торопиться ни в спорте, ни в еде, ни в личных отношениях, ни в бизнесе.

Как часто в бизнесе мы хотим много и сразу? И при этом ничего не делать. Это момент, который разрушает вас, если вы получите много и сразу, но не будете готовы духовно, осознанно, то начнете прожигать эту энергию и она начнет убивать вас. В то время как энергия, которая приходит постепенно, остается с вами надолго.

Возьмите модель бизнеса удава: он лежит и не двигается, не суетится, как толпа шакалов, и в нужный момент он делает одно движение — теперь он сыт полгода. Если в бизнесе вы поймете, как действует удав, то сами станете настоящим удавом.

Пример может быть и очень простой, но посмотрите, как все циклично в жизни. Нормальный бизнесмен никогда не торопится, он может увидеть, что в свое время был кризис, через какое-то время опять кризис, через еще какое-то подъем цен, через другое — падение. И этот бизнесмен делает очень правильную вещь: когда падение — он начинает скупать и действовать, когда подъем — он замирает. Он выбирает нужный для себя ракурс и может действовать на противоходе, двигается против течения и все, кто бежит за деньгами — они толпой плывут по течению, а он идет против них и собирает всю энергию себе. Поэтому, если вы научитесь наблюдать, то заметите, что все события в вашей жизни повторяются, но увидеть их сможете только тогда, когда вы спокойны.

Представьте маятник, как он быстро раскачивается — это вы в спешке, но когда он остановится, это то же самое,

как вы сейчас смотрите на эту строчку. Вы видите ее и ваш ум остановился. Когда вы остановили ум, то можете видеть все, что происходит перед вами, внутри вас, и вокруг. Очень важно не спешить, тогда ваша осознанность растет и вы становитесь сверхчеловеком.

Приведу вам пример, который очень хорошо отражается на здоровье: человек спешит, у него рождает жена или нужно успеть сделать кучу дел.

— Поехали! Поехали! — требует он.

Человек спешит. А я нахожусь в движении и чутко вижу ситуацию, вижу, что он сядет в машину и попадет в аварию. Почему? Он бесится и торопится.

— Мы никуда не поедем, — я убиваю его своим ответом.

И человек мысленно умирает и в тот момент, когда он скис, я говорю:

— А вот теперь поехали.

Я убил в нем бесящую энергию, которая кидает его из стороны в сторону, сохранил ему жизнь. Поэтому, если вы научитесь видеть, вы сможете сохранить жизнь, здоровье, приумножить богатство, как себе, так и вашим друзьям, близким.

Приведу несколько примеров из своей жизни.

Мне часто приходилось делать одно и то же по два, три раза. Потому что я спешил. Покупал дом, делал ремонт — все быстро, быстро, быстро. Я делал некачественно, поэтому через два или три года мне приходилось все переделывать.

Вопрос:

— Юр, почему ты изначально не мог все нормально?