

Юлия Подольская

---

*Пандемия  
страха*

*Я победитель!*

---



**Юлия Подольская**  
**Пандемия страха.**  
**Я победитель!**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=54979166](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=54979166)*  
*ISBN 9785449875150*

**Аннотация**

Эта книга написана в не совсем светлый, неизвестный до конца своими последствиями период пандемии коронавируса. Завтра Россия собирается закрывать авиасообщение с миром. 26 марта 2020 года. Книга пригодится для всех мировых и личных катаклизмов, которые будут происходить в мире и каждой семье, в большей или меньшей мере.

# Содержание

Итак, поехали	7
Истинные желания	11
Жертвы и победители	13
Зеркальные отражалки	15
Конец ознакомительного фрагмента.	17

# **Пандемия страха. Я победитель!**

**Юлия Подольская**

© Юлия Подольская, 2020

ISBN 978-5-4498-7515-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Пандемия страха. Я победитель!

Путь чайника до профессионала.

Предисловие:

Эта книга написана в не совсем светлый, неизвестный до конца своими последствиями, период пандемии коронавируса. Завтра Россия собирается закрывать авиасообщение с миром. 26 марта 2020 года. Книга пригодится для всех мировых и личных катаклизмов, которые будут происходить в мире и каждой семье, в большей или меньшей мере.

Предназначена для:

Всех, кто целых 10 лет не занимался практиками, не самооздоравливался при помощи разных техник и методик, ничего не знает о силе мысли, квантовой физике и психоло-

гии, искусстве получать желаемое, притягивать благоприятные обстоятельства, не изучал работу мозга, но хочет быстро овладеть по максимуму искусству перехода и стабилизации на, так называемую, «белую полосу» жизни.

Помни! Это не книга-самоучитель. Это книга для быстрой, максимально возможной (в той ситуации, в которую вы попали), перемены к лучшему. Неотложная помощь, так сказать. Без необходимых объяснений. Не полный самоучитель, каким я его вижу.

Обо мне:

Я – человек. Женщина. Дочь. Мать.

Подробнее обо мне в конце, плюс список рекомендуемой литературы. Для тех, кто уже готов сам и всегда нести личную ответственность за свою жизнь. Сейчас главное – вы. В своей жизни я стараюсь использовать известный принцип «не навреди». Поэтому все инструменты и рекомендации рабочие. Побочный эффект – переход на новый уровень осознанности. Читай, легкости бытия. Инструменты рабочие, если с ними работать.

Благодарности:

Спасибо тем, чьи книги сделали меня сильнее и увереннее, я буду брать информацию именно из них, спасибо мне, что не поленилась пройти этот долгий путь. Спасибо тем силам, которые верно и своевременно направляли меня и открывали для меня нужную информацию плавно и экологично. Оно того стоило. Спасибо друзьям, ученикам и моим де-

тям, на которых мне пришлось оттачивать свои знания.

# Итак, поехали

Самое главное, что мне удалось понять за эти 10 лет – нет единого правила и способа, «волшебной таблетки», которые подошли бы всем. Есть общее, что подойдет большинству, но человек индивидуален и уникален, а, значит, каждый может найти себе именно то, что приведет его к осознанному управлению своей реальностью. И не надо тыкать этой книжкой в других, обводя пункты, которые привели вас лично к более счастливой жизни. Другому, даже тому человеку, которого вы «знаете как облупленного», могут действительно помочь другие главы и пункты из этой книги.

Есть и хорошая новость – волшебные таблетки существуют. Странно, что они бесплатные и находятся в нас. Нужно только уметь ими пользоваться.

Эта книга – сборник моих выводов из прочитанного, закрепленного, оптимизированного и дающего реальные результаты на практике.

– Почему мы там, где сейчас находимся?

Убеждения. Наш ад и рай.

Вы сейчас находитесь там, куда вы сами себя поместили.

Нравится вам это или нет. Благодаря убеждениям.

– Ничего в тебе нет гениального;

– От этой болезни не поправиться;

– Не будешь слушаться, все пойдет кувырком;

– Глупо покупать платье за 4000 евро, не выгодно;

Ну и так далее. Даже когда мы что-то начинаем сильно хотеть вопреки этому дурацкому голосу, процесс запущен, и мы неизбежно сваливаемся до своего привычного круга. Потерь, болезней, трудностей. Но ведь мы же видим другой мир. Он есть. Как у других-то получается?

– Наследственность;

– С родителями повезло...

Дальше подставьте любую другую обидную отговорку, которую вам выдает ваш мозг, чтобы оправдать вашу не столь завидную позицию, чем у других.

К большому сожалению, отслеживаем эти убеждения или нет, они срабатывают.

Внешний мир может меняться и меняется от наших представлений. По сути, мы живем каждый в своем вымышленном фильме. И повторяется он частенько из поколения в поколение. Если не остановиться. Не задуматься и не обучиться управлять процессом. Не всегда это получается на 100% и сразу. Это как в вождении автомобиля. Чем больше практики, тем безаварийнее передвижение.

Убеждения надо менять. Как? Также твердить изо дня в день теперь новые. Более выгодные. Они будут вас приводить на более светлую полосу жизни. Постепенно. Важно делать это долго. Как нас учили утверждать гадости для себя самоуничтожающие, так научитесь вдолбить себе, что вы –

человек, которому с рождения открыты все дороги. Дверь и правда в любое ваше хочу без замков. Замок на ней – это сила вашего неверия в открытость. Тоже решаемо. Каждый день мысленно представляйте, что дверь в желаемое открыта для вас на то количество процентов, какое вы можете себе представить. Например: сегодня я верю, что куплю машину своей мечты на 15% (ну или поправлю здоровье, устроюсь на хорошую работу, что угодно). Завтра составьте себе убеждение согласно внутреннему ощущению. Волшебству не случиться, пока вы замкнуты и на лице у вас кислое неверие. Ну, хотя бы процентов на 16 постарайтесь поверить. Не получается? Тогда просто продолжайте утверждать, что верю на 17% сегодня. И так до 100. Ближе к этому сроку вам начнут приходить в голову идеи, как можно это сделать. Цепляйтесь за них и делайте.

А если надо быстро что-то поменять? Тогда напишите на бумаге то, что вам срочно надо, сверните рубашку или полотенце, накопите в себе по максимуму энергии, бросьте одновременно рубашку в ближайшую стену и очень громко прокричите/выплесните из себя то, что написано на бумаге. Если вы на улице, прошепчите то, что срочно хотите (фраза максимально четкая и короткая) и как будто выбросьте из себя в небо с огромной силой что-то. А дальше удерживайте мыслеобраз, что вам нужно так и никак иначе.

– Напоминалки перед глазами.

Очень действенная вещь. Только долгоиграющая. Пишите то, к чему вам надо привыкнуть. Например: «мой ежемесячный доход составляет 500 тыс. руб чистыми». Ну или сколько вам там надо? Или «Я окончательно выздоровел/а». Повесьте ровно напротив глаз. Везде. На выходе из спальни, из квартиры, на холодильник. Везде. Наблюдайте за собой, тело будет изрядно «ежиться» при прочтении пару месяцев. Потом вы перестанете обращать внимание на написанное. Через полгодика опять начнете читать. Мозг уже привыкнет, что ему неизбежно предлагается только один вариант. И отыграет вам его в реальности. Неожиданно. Люди это часто называют подарками судьбы.

# Истинные желания

О, да. Всегда срабатывают именно они. Как? Человек сам хотел заболеть? Обанкротиться? Попасть в трудную ситуацию? Да. Так как он формировал мысленный образ этой ситуации. Очень четкий. Вливал туда много энергии. Со знаком «-». И думал себе, что вот в это он не хочет попасть. И вот тут кто-то влипает в ситуацию, а у кого-то она красиво проходит мимо, совсем не цепляя человека. Почему? Эмоции. Ощущения. На мыслеобраз мигом ложится ощущение, которое вы испытываете на момент его создания. Вы чувствуете, что не управляете ситуацией? Она сильнее вас? И параллельно думаете о том, чего так яростно не хотите. А образ? Какой создаете образ в этот момент? Вот почему говорят: « думай о том, чего хочешь, а не о том, чего не хочешь». То есть воплощается то, чему придается большее энергетическое значение. Поняли? Это и становится истинным желанием. Если мы думаем одно, а подразумеваем другое – это не работает. Воплощаться будет что-то одно. Куда у вас идет сильнее вливание энергии. Так что же делать? Не допускать колебаний. Вливать энергию по максимуму, и создавать образ того, чего вы истинно хотите получить и приговаривать «хочу только так, только так». Продолжать внушать это себе до полной материализации желаемого. Скорость получения будет зависеть от силы энергетиче-

ского вброса. У тех, кто верит, получается быстро, просто и легко без энергетического вброса. Ибо барьера для преодоления нет. Кого называют легкомысленным? Того, кто не вставляет себе палки в колеса и всегда открыт к безоговорочному получению желаемого.

# Жертвы и победители

Собственно, вдогонку от предыдущей главы. Очень важно научиться распознавать то, что вы внутренне излучаете.

Убеждения или присказки: «бедненький я, несчастненький», «ну, конечно, у них же вон сколько денег, они-то могут...», «валится на меня и валится, за что мне это?», «беда не приходит одна», «не было бы счастья – несчастье помогло». Брр. И мозг тут же получает команду «Я жертва». Почему? В голове создается портрет некоего слабака, над которым обстоятельства стоят выше. Ну и они рулят тогда. Это распознается изнутри нас как истинное желание.

Так, а кто же такие победители? Те, которые ежедневно (пока это не войдет в твердое знание, твердую убежденность) констатируют в момент пограничного состояния (страх, не знание как справиться с ситуацией), что они – УЖЕ Победители. Нет, не над человеком или группой лиц, а ситуацией. Именно ситуацией. Ощущение Победителя над человеком может привести к замкнутому кругу. Такому, как треугольник Карпмана (здесь не разьясняю, слишком долго). Не войти в него как раз помогает убежденность, что Я сильнее обстоятельств. И еще внутреннее ощущение жертвы как нельзя хорошо притягивает тех, кто будет «помогать» вам чувствовать себя жертвой. Верю, этой информации должно хватить, чтобы срочно взять себя в руки и бубнить это целы-

ми днями (чтобы мозг прекратил рисовать другие картинки, он просто будет занят перевариванием вашей фразы, что вы теперь Победитель).

# Зеркальные отражалки

Как они работают. Все, что с нами происходит – результат наших мыслей. Выглядит это примерно так: вы подходите к зеркалу и видите, что там пусто. Как будто вы туда не подошли. Вы поднимаете руку, и, о, чудо, вы начинаете видеть в зеркале ваше отражение. Оно отражает, как вы медленно подходите к зеркалу. Вот с такой задержкой работают все ваши мысли. И чем сильнее они помножены на ваши чувства, тем быстрее с вами происходит ваша же реальность. Поскольку в Москве (да и в любом другом крупном городе, разумеется) принято бежать со всех ног, не думая, не прислушиваясь к себе, то человеку очень сложно будет принять тот факт, что все ему возвращается. И что он живет именно в созданном собой же фильме. Так уж устроен этот мир. То, что из тебя выходит в качестве слов, чувств, образов и действий – то и возвращается. Поэтому у многих людей получается то, что называют счастьем, а у кого-то не очень. Покупая с неверием машину, точно обнаружишь скрытый дефект. Вот когда мозг и чувства вам выдают одну сильную, позитивную реакцию «да», тогда вы получаете наилучший результат из возможных. Вы точно сами же и даете команду, что воплощать в реальности. Если сейчас ничего не поняли и все равно не знаете, что вам нужно делать, нужно научиться мыслить желаемым образом. То есть крутить в го-

лове только одну картинку, которую желаете получить. Если внутри вас живет установка «все будет и так, как я хочу, и даже еще лучше», то получать вы будете не то, что крутите в голове, а более качественную реальность. Это проверено годами. Как сказал один человек, Мастер, цитату которого я здесь пишу, Бог (перифразируем, чтобы было понятно всем) – это видение отражения. То есть ваша счастливая реальность, ваш желаемый результат это то, что вы постоянно крутите в голове как то, к чему вы неизбежно должны прийти. И придете.

То, что надо запомнить навсегда: многие из нас едят каждый день и не по одному разу. Это ведь очевидно. Для хорошей жизнедеятельности телу требуется подпитка. Когда вы привыкнете относиться к ежедневному созданию необходимого мыслеобраза, будете каждый день неоднократно повторять, что вы Победитель и сильнее ситуации и выполнять все другие рекомендации из этой книги – вы будете во всех сферах жизни очень крепко держаться на той самой волне удачи, которую ежедневно сами же себе и создаете. Это просто, но на практике оказалось самым трудным делом. Вы же находите время, чтобы поесть? Рекомендации из этой книги тоже еда. Только ментальная. Какое качество еды, то на выходе и получаем. Простите за сравнение. Но это так.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.