

18+ Наталья Рэд

СИСТЕМА РЭД.

Радость. Энергия. Достаток.



Наталья Рэд
Система РЭД. Радость.
Энергия. Достаток

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=57393831
ISBN 9785005132017*

Аннотация

РЭД – работающая система для улучшения качества жизни. Автор в своей книге доказывает неразрывную взаимосвязь между радостью, энергией и достатком. Показывает прямой путь к увеличению всех трёх составляющих. Практикующий успешный бизнес-тренер делится драгоценным опытом своих открытий с каждым читателем.

Система РЭД. Радость. Энергия. Достаток Наталья Рэд

© Наталья Рэд, 2020

ISBN 978-5-0051-3201-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Меня зовут Наталья Рэд. Я бизнес-тренер, автор системы РЭД, обучающих программ «Максимальная эффективность» и «Мозги на миллион». Мои тренинги «Радость. Энергия. Достаток.», «Крылья» и «Главная ошибка риелтора» проходят с успехом. Мои ученики достигают больших результатов, среди них есть предприниматели-миллионеры, учителя, адвокаты, менеджеры, риелторы, рекламисты и представители множества профессий.

Если ты своей жизнью доволен, можешь эту книгу не читать. Но если в твоей жизни есть моменты, которые тебя не устраивают, то ты сможешь найти ответы на многие вопросы. Я стану твоим личным тренером. Я не волшебник. Этот путь уже проделан многими людьми. Моя система работает и главная задача, чтобы о ней узнали как можно боль-

ше людей. Поэтому щедро делись знаниями из этой книги со всеми желающими и приумножится в твоей жизни радость, энергия и достаток.

Сейчас очень много информации. Можно учиться чему угодно, даже вязанию под водой. Обретая огромное количество навыков, человек понимает, что умеет многое, а живёт не так, как хочется. Сил и средств не хватает. Много учился. Результатов ноль. В итоге лежит на диване, толстеет, мечтает и фантазирует, ничего не делая и чувствует себя несчастным и неспособным ничего изменить. Почему так происходит?

Любое обучение должно вести к улучшению качества жизни. Какие знания нужно добыть, чтобы твоя жизнь превратилась в мечту? Чему нужно учиться, чтобы результаты были гарантированными? Если ты понимаешь направление – это уже 50%. Остальное твой труд и желание.

Компасом в море знаний станет для тебя моя система РЭД.

Вот три направления обучения и успех у тебя в кармане:

1. Как найти, сохранить и приумножить РАДОСТЬ.
2. Как найти, сохранить и приумножить ЭНЕРГИЮ.
3. Как найти, сохранить и приумножить ДЕНЬГИ.

Внедряй мою систему в жизнь. Становись сильным, обеспеченным и счастливым.

Быть несчастным легко. Несчастье не требует усилий. Оно существует само по себе, если у тебя привычка быть несчастным.

Любое состояние имеет свои выгоды. И, возможно, ты так привык быть несчастным, что даже научился получать от этого удовольствие.

Одна моя знакомая, которую не любит муж, сказала, что ей просто не нравятся заботливые и внимательные мужчины.

Когда прозябаешь в бедности, нет энергии, нет желаний, ведь всё не реально. Правда. Всё не реально. Потому, что для реализации желаний нужна энергия. И не просто энергия, а позитивная энергия. Энтузиазм. Драйв. Это доступно только на уровне счастья.

Не жди, что придёт кто-то и осчастливит тебя. Создай себя сам. Наполни энергией и позитивом. И тогда к тебе придут идеи, люди и события, о которых ты даже не мечтал.

В моей фамилии РЭД зашифровано послание каждому, кто читает эти слова: Р – радость, Э – энергия, Д – достаток. Система работает только в этой последовательности.

Сначала в твою жизнь надо привнести радость. Ты учишься радоваться. Это как в спорте. Если тебе нужно освоить бег с барьерами, ты сначала учишься бегать, затем прыгать, а потом бегать и прыгать на дистанции. Не получится, не умея бегать и прыгать, освоить бег с барьерами. В моей системе радость и является этим умением бегать. Это основа, фундамент. Без радости ничего не работает. Из радости приходит энергия.

Научится радоваться среди унылых людей – это далеко не простая задача. Выбирать радость нужно осознанно

и начинать практиковать в каждом дне. Просто радоваться, не сливать ресурс, не позволять себя расстраивать. Не приглашать в свою жизнь людей, которые несут негатив, уныние и грусть. Чистить своё окружение и свой дом. Наполнять его вещами, которые приносят радость, а голову позитивными мыслями. Увеличивая по времени эти состояния мы получаем ресурс. Энергия приходит только тогда, когда ты в радости. Если пришла энергия, она не может существовать сама по себе. Энергия – это сила нашей жизни. Когда мы наполнены энергией, появляется желание что-либо делать. Из ничего бывает только ничего, а если есть сила и ресурс, обязательно возникнет новое желание и оно будет реализовано. Человек, который находится в хорошем настроении и полон энергии всегда добивается нужных результатов.

Когда ты начнёшь реализовывать свои желания – ты захочешь приносить людям пользу. Когда ты будешь готов и начнёшь приносить реальную пользу, тебя начнут окружать такие же наполненные люди как ты, с большими возможностями. Твоё влияние возрастёт и в твою жизнь придёт достаток. У тебя будет достаточно денег, ты закроешь все свои материальные потребности и тебе захочется творить добрые дела.

Когда ты наполнен радостью, наполнен энергией и в достатке – такую жизнь я считаю состоявшейся и полноценной.

Для достижения любых целей, одним из главных условий является энергия. Где её взять? Нужно понимать, что тело и разум части одной системы, как сообщающиеся сосуды.

Если мозг хорошо думает, то и телу хорошо. Это биохимия. Как начать думать хорошо?

Замени негативные слова на позитивные. Отслежи в своей речи, откуда идёт отток энергии. Это течь в днище корабля. Пока она не будет заделана, счастливого плавания не видать. Можно менять команду, изучать лучшие маршруты, но пока есть течь, корабль рискует пойти ко дну.

Учимся говорить умножая энергию. Вместо слов «как я устал», говорим «как я отлично поработал», вместо слов «я зря потерял время», говорим «какой прекрасный опыт, он делает меня продуктивнее».

Сознательно увеличивай уровень позитивных слов в своей речи. Помни, тело слышит и реагирует эмоциями и состояниями. Почувствуй энергию слов. Супер! Прекрасно! Отлично! Если слова позитивные, будет радость. Радость даёт энергию. Энергия – действия. Действия – достаток. Начнём прямо сегодня. Сейчас. Прекрасного дня в стиле РЭД!

«Есть наше РЕШЕНИЕ.

Решение быть спортивным – решение быть толстым.

Решение быть счастливым – решение быть несчастным.

Решение быть здоровым – решение быть больным.

Решение быть богатым – решение быть бедным.

Решение вставать рано и читать книги – решение смотреть телик и пить пиво каждый вечер.» Андрей Кисель

Свобода выбора заложена в нас изначально. Ежедневно мы совершаем сотни выборов и они формируют качество

жизни. Когда я слышу о том, что нет выбора, то понимаю, что речь идёт не об отсутствии выбора, а о неготовности человека сделать лучший выбор. А это уже совсем другая история. Мысли, которые мы выбираем, формируют наши убеждения. Часто неосознанно. Убеждения ведут к ограничениям. Стоит начать выбирать иные мысли, и они повлекут за собой другие действия и другие результаты. Если в твоей жизни происходит то, что тебе не устраивает: недостаточно средств, разлад в отношениях, нелюбимая работа – это говорит только о том, что у тебя мало личной силы взять свои финансы, поставить на место обидчиков, овладеть новыми знаниями и навыками, чтобы заняться тем, что нравится. Самооценка – это о том, что надо перестать себя оценивать и начинать себя ценить. Ценить свой выбор и делать его осознанно.

Выбирай мыслить позитивно, выбирай спорт. Сила возрастёт и отобрат у тебя место под солнцем, партнёра или ресурсы – станет намного сложнее. Никто не решится. Мы недалеко ушли от обезьян, где прав тот, кто сильнее. Люди уважают силу, восхищаются и боятся. Речь идёт не только о физической силе, но и о силе ума, волевого центра. От того, сколько у тебя силы – зависит сколько будет играть людей на твоей стороне. Тебе предстоит выбор окружения, работы, действий и мыслей. Выбирай то, что делает тебя сильнее. Выбор есть всегда!

ДЕНЬГИ ЗАРАБОТАТЬ ТЯЖЕЛО. Самая опасная мысль, которая блокирует доступ к качеству жизни.

Я не призываю твердить «деньги заработать легко», это не работает, если мозг в это не верит. Главная добродетель рассуждение. Давайте рассуждать.

Рассмотрим два из законных способов:

Деньги можно заработать. Деньги можно просить.

Построим условное здание и расселим людей на этажи по способу добычи ресурсов.

1. На первом этаже живут люди, которые ничего не умеют – деньги просят.

2. На втором этаже живут люди, которые работают – зарабатывают тяжким трудом.

3. На третьем этаже живут мастера – зарабатывают.

4. На четвертом этаже живут предприниматели – зарабатывают играючи.

5. На пятом этаже живут инвесторы – зарабатывают, вкладывают и приумножают.

Фраза «деньги заработать тяжело» – это правда со второго этажа.

Если ты уже что-то умеешь хорошо, это нужно людям, но ты не зарабатываешь – это проблемы в твоём мышлении.

ЖИЗНЬ В СТИЛЕ РЭД – УСИЛИВАЙ СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ.

Когда я была подростком и попадала в компанию, где было живое общение – мне уделяли много внимания, а возле стен скучали те красотки, которых больше всех приглашали танцевать на дискотеках. Тогда я поняла, что многое зависит

от ситуации. Фигурист силён на льду, а оратор на конференции. Поменяй их местами и пропадёт сила каждого, если конечно оратор не чемпион мира по фигурному катанию. Есть два пути. Первый – безжалостно сражаться со своими слабостями, совершенствоваться. Есть много примеров, когда обладая скромными данными, благодаря уму и упорству, люди достигали огромных результатов, но таких меньшинство и цена достижений неимоверно высока.

Второй путь – это не акцентировать внимание на своих слабостях, а максимально использовать сильные стороны. Понимать, в чём твоя сила. Это путь продуктивных людей. Прийти к максимальному результату с минимальным количеством израсходованных ресурсов и получить удовольствие не только от результата, а и от самого пути. Это двойной выигрыш.

В каждом есть что-то сильное. Сумей превратить это в доход и получишь лучший финансовый результат. Всегда подчёркивай свои достоинства и не зацикливайся на недостатках. Сделай основой своего дохода самое сильное конкурентное качество.

Если есть грация – танцуй.

Если голос – пой и говори.

Если сила слова – пиши.

И этот список можно продолжать бесконечно.

Всегда играй на своих сильных сторонах.

Сильная сторона всегда даёт уверенность.

Нужно ли бороться со слабостями? Нужно себя любить и договариваться с собой. Стараясь увеличить энергию не стоит выбегать на пробежку без подготовки. Как младенца переводят с молока на продукты? По чуть-чуть. Сначала молоко плюс чайная ложечка новой еды. Увеличивать постепенно, снижая количество молока и повышая часть еды. Это работает везде. Если хочешь начать бегать, нужно начинать с ходьбы, чередовать с бегом, постепенно снижая количество ходьбы и увеличивая количество бега. Главное регулярно и не бросить. За это время в мозгу образуются новые нейронные связи и мозг начнёт понимать, что ты марафонец. Сейчас, лежа на диване, формируется только понимание, что ты специалист по лежанию на диване. Мозг он простой. Что ты чаще всего делаешь – то ты и есть. Пишешь – писатель. Преподаёшь – преподаватель. Продаёшь – продавец. Если хочешь кем-то стать, просто делай это регулярно. Никто не родился специалистом.

Используй свои сильные стороны. Превращай особенности в достоинства. Подумай, что получается у тебя лучше всего в данном занятии и постарайся делать это как можно чаще. Старайся получать деньги за то, хорошо получается. Чем лучше получается, тем более востребован, чем более востребован, тем больше денег. Деньги это социальные аплодисменты. Не соглашайся на то, чтобы тебя мало ценили. Работай над собой. Думай, что я могу делать лучше? Что у меня сейчас есть? Что надо добавить, чтобы было лучше?

Что надо освоить?

ЖИВИ В СТИЛЕ РЭД.

Верить в других – легко. Верить в себя – вот настоящий вызов!

Честные отношения как вода, нет цвета, нет формы, нет места, но это очень важно для жизни.

Любовь не измеряется, её можно только дать. Чему даёшь любовь и заботу – всё становится красивым. Не забывай дать любовь и себе.

Что бы не происходило, всегда старайся представить себя счастливым. Вначале это отразится на внешности, постепенно станет привычкой. А в конце-концов станет твоей личностью.

Если ты будешь держать хорошие мысли в своём уме – у тебя будет замечательный день.

Работай ради завтра, но будь счастливым уже сегодня.

Самая трудная задача – сделать всех счастливыми.

САМАЯ ПРОСТАЯ ЗАДАЧА – БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ СО ВСЕМИ!

Мне часто задают вопрос, откуда я черпаю свои знания. Источников много. В первую очередь это люди. Обучение. Книги, написанные авторами интересующими меня. Личные беседы с теми, чьи результаты очевидны. И конечно природа, которая таит в себе огромное количество подсказок успешных стратегий выживания и добычи ресурсов.

Я заметила, что миром правят те, чьи мечты воплощают-

ся. Весь окружающий нас материальный мир – это воплощенные мечты и реализованные планы некоторых из нас. Самых умных? Самых красивых? Самых сильных? Нет.

САМЫХ УВЕРЕННЫХ В ТОМ, ЧТО ИМЕННО ИХ МЕЧТЫ ДОЛЖНЫ ВОПЛОТИТЬСЯ!

Человек может взять любую идею и накачать её важностью. Когда идея становится **ВАЖНОЙ**, подтягиваются ресурсы, возможности и всё пространство начинает закручиваться вокруг неё.

Для меня важной идеей стала популяризация системы РЭД. Простое пояснение, что без радости не будет энергии, без энергии не будет достатка.

Без управления своими мыслями не будет **РАДОСТИ**.

Без **РАДОСТИ** не будет **ЭНЕРГИИ**.

Без **ЭНЕРГИИ** не будет **ДЕНЕГ**.

Посмотри на свою жизнь. Всё что в ней есть – это результат твоих знаний.

Тело – результат знаний о теле.

Деньги – результат знаний о деньгах.

Отношения – результат знаний об отношениях.

Уверенность – результат знаний об уверенности.

Если ты со мной и дочитал до этих слов, значит ты тот человек, мечты которого должны воплотиться! Это говорю тебе я, Наталья Рэд. Меня не читают унылые люди, которых 90% в этом мире. Меня читают люди, для которых **РАЗВИТИЕ** – это стиль жизни. И ты один из них. Уверенный, силь-

ный, творческий, красивый и позитивный автор своей жизни.

Если тебя не устраивает что-либо, просто добавь знаний. Учись. Осваивай новые навыки и привычки. И помни, **ЖИЗНЬ – ИГРА**, в которой козырная карта **УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ**.

КАК ВЫЗВАТЬ К СЕБЕ ИНТЕРЕС?

Один питерский психолог сказал: «Это так просто, надо всего-лишь быть супер!»

Интерес к тебе как человеку и специалисту состоит из трёх составляющих:

1. Твои профессиональные навыки. (Что ты умеешь делать по специальности)
2. Твои надпрофессиональные навыки. (Способность договариваться, регулировать свои эмоции, оценивать информацию, принимать решения)
3. Твоя личность. (Уровень культуры, уровень развития, надёжность, порядочность, доброта)

Три составляющие вместе приводят к возникновению интереса к человеку в жизни и в бизнесе. Если ты считаешь, что недостаточно востребован, подумай, какую составляющую тебе нужно подтянуть. Непрерывное обучение – это основное требование нашего времени. Можно и медведя научить кататься на велосипеде. Было бы желание.

Нет внешних препятствий мешающих тебе быть богатым, здоровым и счастливым.

Если у тебя чего-то нет, что тебе нужно, значит у тебя не достаточно силы, чтобы это получить.

О том, что жизнь игра не для слабых, знают все. Мы видим вокруг людей, бросивших штурвал своего корабля и идущих ко дну. И видим тех, кто не взирая на шторм, крепко держит штурвал и не пускает в своё сердце страх. Только ты несешь ответственность за свою жизнь, и только тебе решать, упасть замертво до выстрела или сражаться до последнего патрона. Страх – это слабость и если он захватил тебя, ты проиграл. Есть эмоция опасение, она присуща сильным и делает их более осторожными и собранными.

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.