

Серия «Подсознание может все!»

Фальковский Г. В., Шапаренко Е. Ю.



Рефлексы богатства и успеха



Издательство АСТ
Москва

УДК 615.874
ББК 51.230
Ф19

Все права защищены.

Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или какие-либо иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

Фальковский, Геннадий.

Ф19 Рефлексы богатства и успеха / Г. В. Фальковский, Е. Ю. Шапаренко – Москва: Издательство АСТ, 2017. – 192 с. : ил. – (Подсознание может все!).

ISBN 978-5-17-092002-0

Как стать одновременно красивым, умным и богатым, да еще и счастливым человеком? Этот вопрос волнует людей с древних времен и не потерял своей актуальности и в наше время. Расписываясь в своих неудачах, люди склонны искать их причину во всем окружающем мире, но только изменив свои собственные мысли, человек способен изменить то что его окружает.

Елена Шапаренко и Геннадий Фальковский расскажут вам, как с помощью несложных техник раскрыть в себе потенциал и вступить на путь удачи и успеха!

УДК 615.874
ББК 51.230

ISBN 978-5-17-092002-0

© ООО «Издательство АСТ», 2017
© Г. В. Фальковский, Е. Ю. Шапаренко, текст 2016
© ЧП «И-Концепт», оригинал-макет, 2015

СОДЕРЖАНИЕ

ЕЛЕНА ШАПАРЕНКО. ХРОНИКИ
СОТВОРЕНИЯ НОВОЙ РЕАЛЬНОСТИ5

ГЛАВА 1.

ОСОЗНАЙТЕ СВОЮ ОСОЗНАННОСТЬ 11
Бессмертие женщины 11
Дорога к персональному раю. Точка отсчета ... 19
Дорога к персональному раю. Первые шаги..... 29
Геннадий Фальковский.
Мнение эксперта: не впадайте в иллюзии 32

ГЛАВА 2.

НАСТРОЙТЕ СВОЙ УМ,
ИЛИ ПЕРЕПРОШИВКА МАТРИЦЫ 37
Миллионы по-женски: 4 шага женского успеха ... 37
Мнение эксперта.
Геннадий Фальковский: чтите законы 42
Миллионы по-женски: продолжаем путь 49
Настройка ума: выбирайте клавиши
для мелодии жизни 57
Тест на готовность к новой жизни 68

ГЛАВА 3.

НАСТРОЙТЕ СВОЕ ТЕЛО,
ИЛИ 3 ПРАВИЛА СОВЕРШЕНСТВА 70
Правило сытого удовольствия 70
Основа сытой жизни 72

Основа чистого тела.....	84
Основа постоянного движения.....	92
Легенды и мифы о здоровье.....	98
Режим питания успешной женщины.....	105
Как самой выйти из депрессии?.....	119
Поведение успешной женщины.....	123
Мнение эксперта. Геннадий Фальковский о магии эмоций.....	133
Эндорфины, вперед! Укрепление ума и тела ..	142
ГЛАВА 4. НАСТРОЙТЕ СВОЮ ДУШУ И ПОЛУЧАЙТЕ ПОДСКАЗКИ МИРА.....	148
Остерегайтесь подделок.....	148
В жизни всегда есть место ритуалу ..	151
ГЛАВА 5. ОТ НЕУДАЧ К УСПЕХУ: ПРОСТО КРУТИ ПЕДАЛИ	164
Делать или не делать — вот в чем вопрос.....	164
Стоп, неудачи! Техника «Best or nothing».....	172
Мощная мотивация для больших целей.....	176
ЗАНИМАТЕЛЬНЫЕ ТЕСТЫ	182
Мой путь к успеху.....	182
Слушаю, но не слышу.....	187

ЕЛЕНА ШАПАРЕНКО. ХРОНИКИ СОТВОРЕНИЯ НОВОЙ РЕАЛЬНОСТИ

Звездная августовская ночь. Лежу в палатке на горном плато Алтая и борюсь с накатившим ужасом. Какая я дура! Прилететь сюда, за 5 000 км от дома, потратить две свои месячные зарплаты только на билеты. И зачем? Чтобы пять дней молчать и не есть, выполняя древнюю практику Ретрита, мокнуть под дождем и мерзнуть, купаясь в ледяной воде горной реки?

«Ты сошла с ума», — так говорили все мои друзья. Тогда, в палатке, я была склонна с ними согласиться. У меня было все «как у всех» — какая-то работа: скучно, но платят. Какие-то отношения с мужем: надоело все, но муж все-таки. 30 лишних килограммов: возраст все-таки. Постоянная усталость, вздохи об уходящих годах и упущенных возможностях...

На Алтай потянуло за неизвестным, щемяще-интересным. Мне надоело жить в болоте. Где-то в глубине души зрело ощущение, что жизнь — яркая



и полная чудес штука. Нужно только снять дымчатые очки правил, пред-
рассудков и штампов. Сама снять не
могла. Поэтому откладывала деньги,
отказывая себе во многих привычных
вещах. Я хотела поступать так, как
хочу, любить того, кого хочу, зарабаты-
вать столько, сколько хочу, заниматься
тем, что интересно. Я хотела стать
уверенной в себе, привлекательной
и свободной от догм и предрассудков.

И Мир услышал меня! Там, на
Алтае, я впервые увидела человека,
который стал для меня Учителем,
соратником, союзником и Мужчиной.
Вместе мы стали творить новую
реальность.

С той ночи в палатке прошло семь
лет. Я имею все, что хотела: здоровье,
волшебные отношения с любимым
мужем и увлекательный, развиваю-
щийся бизнес. Я похудела на 29 кг и из-
бавилась от десятка «диагнозов» — от
мерцательной аритмии и атеросклероза
до хронического панкреатита, артроза
и остеохондроза. В свои 47 лет вы-
гляжу на 30 и имею фигуру, о которой
мечтала в юности. Я привыкла ловить
на себе восхищенные взгляды мужчин
и принимать от них подарки. У меня
нет отпусков — я четыре раза в год



сажусь в самолет и лечу, куда хочу: на океанический пляж или горнолыжный курорт.

Два года назад я вышла замуж за любимого человека. Вместе мы создали технологию здорового тела «Формула Бодихэлз» и основали Онлайн-школу здорового тела. Сейчас мы помогаем людям вернуть стройность и здоровье на всю жизнь. В наших программах участвуют уже более 700 человек из России, Украины, Казахстана, Польши, Франции, Италии, Испании, Греции, Великобритании, Израиля, США, Эстонии, Латвии, Норвегии, Швеции, Германии и даже экзотического Бахрейна.

О наших программах мы писали в книгах «Рефлексы идеального тела», «Рефлексы вечной молодости», «Рефлексы любви и счастья». Мы делимся секретами технологии «Формула Бодихэлз» на бесплатных вебинарах Онлайн-школы здорового тела, участвуем в международных онлайн-фестивалях и конференциях, проводим обучение на онлайн-курсах.

Общаясь с женщинами разных возрастов из разных стран, я заметила одну стойкую закономерность: восстанавливая свое здоровье, получая



красивое стройное тело, они волшебным образом меняли свою жизнь.

Хрупкая девушка Александра, оставшаяся после развода с двумя маленькими дочерьми без средств к существованию. Она пришла к нам с кожной сыпью после долгого и бесполезного лечения гормонами, с выпадающими волосами, нервная, издерганная и потухшая. За полгода занятий по технологии «Формула Бодихэлз» Александра не только приобрела шикарную фигуру, восстановила здоровье, но и осуществила свою давнюю мечту: прошла обучение в Миланской школе моды и стала известным персональным стилистом. Чуть позже она основала собственную Академию имиджа и стиля, ее доход от занятия любимым делом растет с каждым месяцем.

Обаятельная и женственная Татьяна, мечтающая о собственном салоне красоты, живущая с постоянным ощущением боли. Каждый месяц тело сгибали мышечные спазмы. Нервозность, ощущение бессилия и беспомощности были плохими помощниками в любых начинаниях. Простая коррекция питания и образа жизни всего за полтора месяца изменили Татьяну. Боли ушли, пропала сыпь на лице. Нервозность сменилась

внутренней уверенностью, появилась энергия для достижения задуманного.

Я до сих пор помню ее вопрос: «Лена, неужели все так просто? Почему нам об этом никто не говорит?» Сейчас у Татьяны свой косметологический кабинет, и она помогает женщинам сохранять свою красоту. Все действительно просто. Гораздо проще, чем вам пытаются внушить.

Жизнерадостная и экспрессивная жительница курортного Сорренто Ирина, которая все свои силы направляла на борьбу с целлюлитом последние 10 лет. А победить его смогла за три месяца. Без борьбы. Клиенты Ирины оценили волшебные превращения женщины, ее доходы «на пустом месте» выросли в два раза за эти три месяца.

Эти истории похожи на сказки. Но ничего чудесного в них нет. Основа волшебных превращений — технология здорового тела «Формула Бодихэлз». В этой книге я буду делиться с вами рецептами женского благополучия, которое приходит через здоровье. Вы запросто совместите приятное с полезным. А чтобы меня «не заносило» в область небылиц и фантазий, наш диалог будет курировать эксперт, который привел к волшебным результатам



и меня, и более 600 участниц наших программ — Геннадий Фальковский.

Артур Кларк, английский писатель-футуролог в своей книге «Черты будущего» сформулировал закон, который объясняет многие чудеса современности. Этот закон гласит: «Любая достаточно развитая технология неотличима от магии».

Пора и вам включить свою «волшебную кнопку» богатства и благополучия. Эта кнопка — ваше тело.



ГЛАВА 1. ОСОЗНАЙТЕ СВОЮ ОСОЗНАННОСТЬ

Бессмертие женщины

Не буду утомлять вас долгими теоретическими вступлениями. Предположу, что коль вы читаете эту книгу, то для вас на сегодняшний день актуален поиск решений минимум для трех задач:

1. Как привлечь в свою жизнь богатство и финансовую стабильность?
2. Как совместить финансовый успех и «простое женское счастье»?
3. Что сделать, чтобы богатство приносило удовольствие и не требовало «жертв»: потери здоровья, отсутствия личной жизни?

Короче, хочется быть одновременно красивой, умной, богатой, счастливой. Хочется, чтобы тебя ценили, тобой восхищались, тебя понимали... Я знаю, что на тему «успеха» и «женского счастья» есть миллионы тренингов, написаны тысячи книг, сняты сотни фильмов... Вопрос: почему проблема до сих пор остается актуальной?

Не знаю, можно ли глубоко разобратся в себе с помощью сотен



психологических техник. У меня в свое время ничего не получилось. Но зато я поняла одно: копаться в себе можно бесконечно. Это действительно увлекательно: разгребать авгиевы конюшни собственной души, бичевать себя и впадать в экстаз от очередного «открытия» или «откровения».

А теперь признайтесь честно: помогло? Денег стало больше? Отношения с любимым окрепли? Чего-то достигли? Если так, то мой респект вам. Дальше можно не читать. Вы — большой талант. Если не помогло, то у вас есть реальный шанс изменить жизнь к лучшему.

Я, как и многие мои сверстницы, лет 20 назад читала откровения Дона Хуана в транскрипции Карлоса Кастанеды и русских переводчиков. Честно говоря, прочла и ничего не поняла в силу своей женской bestолковости. Сейчас, спустя годы, понимаю, что для меня главным откровением в философии Дона Хуана стал момент «стирания личной истории».

Знакомая ситуация: вы идете по жизни с гордо поднятой головой и тащите за собой сотни «чемоданов без ручки» — детские страхи, пагубные привычки, заплесневевшие отношения, ставшие ненужными и неинтересными.



Психологи бодро рекомендуют «снять внутренние блоки». Эзотерики поют про «очищение кармы» и «подключение к энергии рода». Религиозные адепты твердят про «искупление», «очищение», «причащение».

И многие покупаются на эти нехитрые приемы «избавления», «прощения», «очищения». Участники таких мистерий часто создают не действие, а лишь его иллюзию. Легчает ли? Однозначно да. Ведь «простив», «почистив» и «порыдав», вы слили избыток эмоциональной энергии в никуда — в ваше прошлое, которого уже нет. А в будущем вы таким образом ничего не поменяли.

Вспомните: вы видели счастливых людей в составе психологических групп, в церквях или на эзотерических семинарах? Я не имею в виду стеклянный блеск глаз или восторженный экстаз мантро-молящихся. У счастливого человека есть тот внутренний свет, который церковники называют «божественным». Это свет покоя и уверенности в себе.

Думаю, что достичь состояния внутреннего «просветления» нереально в самокопаниях. Для этого нужно вынырнуть на поверхность. Выбросить чемоданы без ручек. Понять, что прошлого уже нет. И направить энергию



психики в будущее — на созидание, а не на разрушение прошлых привязок.

Чему можно научиться у прошлого?

Двум вещам:

1. Сделала — получилось, есть результат. Класс! Берем на вооружение и делаем также еще раз. И, возможно, еще раз. До тех пор, пока результат есть.

2. Сделала — не получилось, не реализовала задуманное. Меняй действия. Пересмотри, найди новые пути. А старые отпусти. Это уже «чемодан без ручки».

В таком режиме вам совершенно не будет нужен тайм-менеджмент. У вас освободится колоссальное количество времени, которое забирали перетирки прошлого, самобичевание и обмусоливание реакции других людей на ваши действия.

И еще один важный момент. Каждый человек, а женщина в особенности, поскольку мы с вами существа эмоциональные, имеет свой персональный ад и свой персональный рай. Ваш персональный ад не в глубинах земного шара, а персональный рай не в облачных высях. И ад, и рай находятся внутри вас.

Бытует мнение, что бессмертие — это вечная жизнь. Бог его, конечно, знает.

Все равно проверить нельзя. Только мне больше нравится другое толкование бессмертия. То, которое есть у Дона Хуана в изложении Кастанеды; то, о котором пишет современный философ Экхард Толле, чьи книги переведены на 33 языка; то, которое проповедовал принц Сиддхартха, более известный как Будда Гаутама.

Как вы думаете, что такое полноценная жизнь? Является ли состояние, когда в вашей голове роятся 256 мыслей одновременно, когда вас дергают (все срочно), нагнетают ситуацию (платежи, проверки, проблемы детей и мужа), тем состоянием, к которому вы стремитесь?

Да, хочется уйти, убежать, спрятаться. И иногда получается «вырваться» в отпуск — на море, в горы, «в деревню, в глушь» — куда-нибудь. Отвлечлись... Конечно, при условии, что телефоны выключены, а Интернет не работает. А дальше? Опять в упряжку?

А теперь давайте рассмотрим иную возможность. Знакомо ли вам спокойное, ровное, полноценное переживание текущего момента? Осознание себя в каждом моменте. В этом состоянии абсолютно неважно, что происходит вокруг. Вы замечаете все, реагируете на все. С одним отличием — вы спокойны



Бессмертие — это ощущение полноценного ежесекундного переживания момента «здесь и сейчас».

