

# ВСТУПЛЕНИЕ

---

Мои дорогие, я верю, что каждая книга приходит в нашу жизнь именно тогда, когда она нам необходима. И то, что вы держите в руках «Мышление на миллион» — неслучайно.

Меня зовут Ирина Лилло, я практикующий психолог, коуч, член Профессиональной Психотерапевтической Лиги, блогер с аудиторией более 1 млн подписчиков, автор обучающих проектов, которые прошли более 120 тысяч человек, но самое главное — я — женщина, которая твердо стоит на ногах и финансово ни от кого не зависит. В теме денег я не теоретик, и книга эта написана на живом опыте и фактах, а не на воздушной теории о том, что нужно делать, чтобы жить в достатке.

Еще несколько лет назад я, мама троих детей в декрете, зависела от зарплаты мужа, экономила на покупках, мечтала о Мальдивах как о чем-то заоблачном и думала, что деньги — для избранных. Сегодня же я финансово

независима, часто путешествую по всему миру, обеспечиваю элитное образование детям, живу в собственном доме в Москве, легко и с удовольствием исполняю свои материальные мечты.

Как? Нет, не через богатого любовника, ограбление банка или выигрыш в лотерею. А благодаря *большой работе над собственным мышлением* и огромному желанию жить по-новому: в достатке, независимо и свободно.

Искренне верю, что жить легко и финансово свободно может каждый, вне зависимости от пола, возраста, образования, места жительства и социального статуса. В этой книге — все необходимое, чтобы не слышать больше «денег нет» и «невозможно», а шаг за шагом прийти к той жизни, где вы даете себе и своим близким только самое лучшее, живете в изобилии и при этом чувствуете себя не загнанной лошадью, которая работает на пяти работах, а счастливым человеком.

В этой книге не будет волшебной таблетки, заумных фраз и скучной теории. Здесь — мой бесценный опыт, знания и практики, которые изменили не только мою жизнь, но и жизнь тысяч моих учеников по всему миру.

Моя **формула денег** очень проста, она состоит из 7 важнейших элементов.

- Мышление.
- Привычки.
- Самооценка.
- Окружение.
- Состояние.
- Ресурс.
- Действия.

Мы будем исследовать каждую из этих сфер не абстрактно, а точно и глубоко, поэтому превращайтесь в исследователей. Каждая глава будет о вас, с множеством сильных вопросов, которые, если вы будете отвечать на них честно, способны совершить настоящую трансформацию в вашей жизни.

Я убеждена: мы с вами рождены не для того, чтобы копить, экономить и откладывать свою жизнь до лучших времен. *Предназначение каждого из нас — наслаждаться жизнью, исполнять мечты — свои и тех, кто рядом, быть наполненными и счастливыми.*

Пусть денег в жизни каждого из нас будет столько, чтобы можно было ни в чем себе не отказывать.

*Обнимаю вас, Ирина Лилло*

# МЫШЛЕНИЕ

---

## Деньги — это...

Закройте глаза и представьте *деньги*.

Что за картинку вы видите?

Может быть, на ней дядя Скрудж, который купается в бассейне из монет и купюр? Или бабушка у магазина, которая пересчитывает на ладони оставшиеся гроши? А может, это ваша первая работа, покупка машины, день зарплаты, сундук с кладом с пиратского корабля?

При слове «деньги» одни увидели банкноты и монеты, другие — то, что на них можно купить. Однако и те и другие не остались равнодушными, правда?

Сравните свои представления с этим описанием: «Металлические и бумажные знаки, являющиеся мерой стоимости при купле-продаже, средством платежей и предметом накопления». Это определение денег из словаря С. И. Ожегова. Как и подобает словарю — сухо и по делу.

Отложим в сторону словарь со скучным определением и попробуем понять, какие эмоции вы испытываете,

когда произносите слово «деньги». Это радость, предвкушение, счастье, эйфория или страх, ужас, опасность, тревога, апатия и безнадега? Да, предложение из словаря никаких эмоций не вызывает, зато мысли о деньгах часто эмоционально ярко окрашены. Почему так?

Давайте разбираться.

Но для начала я задам вам еще один вопрос. Что вы почувствуете, если я спрошу о вашем заработке? Стыд? Неловкость? Раздражение? Грусть или злость? Обиду от неприличного вопроса? Или гордость и легкость?

Если вы живете от зарплаты до зарплаты, экономите, берете или даете в долг, выплачиваете кредиты, во всем себя ограничиваете, злитесь или опускаете руки при мысли о том, что нужно бы обновить свой гардероб, сделать ремонт, купить квартиру, машину или поехать, наконец, в путешествие, то тема денег наверняка поднимет бурю не самых приятных эмоций.

И я вас понимаю.

Первые лет 30 своей жизни я была уверена, что деньги — это тема, в которой мне не везет и везти уже никогда не будет.

Я родилась в самой обычной советской семье рабочих. Мама и папа работали в строительстве. В 90-е годы родители развелись, и это было непростое время: маме несколько лет задерживали зарплату, иногда даже вместо денег выдавали бытовую химию. Отец же алименты не платил и никак нам с мамой не помогал.

В 21 год я вышла замуж за иностранца, человека среднего достатка, и уехала с ним жить в Австралию. Однако

спустя всего год после свадьбы мой муж потерял все свои сбережения, нарвавшись на мошенников.

Мы долго потом выплачивали его долги, ограничивали себя в путешествиях, работали сверхурочно... Я тогда при слове «деньги» чувствовала разочарование и безнадегу!

Думала — почему же в моей жизни все так сложно с финансами? Почему есть люди, которые летают в путешествия, ходят в дорогие рестораны, строят себе двухэтажные загородные дома, а я даже за границей живу по принципу «копить и экономить»?

Я избегала темы денег, не хотела в ней разбираться. Была уверена: это нечто для избранных, для мужчин. Разве могу я, женщина, мама в декрете, зарабатывать столько, чтобы полностью содержать свою семью и исполнять материальные хотелки? Ха-ха. Невозможно! В то же время я постоянно искала какую-то подработку и порой так много работала, что плакала от усталости. Но... богаче мы с мужем не становились. Помню тот день, когда я сказала себе: «Надоело! Я хочу свободы! Хочу жить, путешествовать, покупать себе любые вещи, не глядя на ценники! Не хочу зависеть от мужа, ипотеки, расходов и долгов!!!» То решение стало началом пути — непростого, но невероятно интересного. Я шла через все свои сомнения и страхи, по крупицам собирая информацию и ежедневно меняясь, и с тех пор мой доход вырос больше чем в 100 раз. Сегодня я ни от кого не завишу, могу позволить себе все, что захочу. Я готова поделиться с вами своим опытом, действенными инструментами и практиками, которые кардинально изменили мою жизнь.

Полагаю, у большинства из вас в детстве не было уроков финансовой грамотности. Зато были сказки, которые

учили добру и благородству, но не тому, как правильно и эффективно распоряжаться деньгами.

Робин Гуд — герой, который считался положительным несмотря на то, что был разбойником — грабил богатых и отдавал добытое беднякам. Иванушка-дурачок с утра до вечера лежал на печи, не развивался, не учился, а в конце сказки получил в награду прекрасную царевну и полцарства в придачу. Буратино хоть и имел монеты, но распорядился ими недальновидно, еще и стал жертвой мошенников. Да что уж там, многие из нас ни в детстве, ни в подростковом возрасте не имели даже карманных денег, чтобы научиться с ними обращаться.

Получается, что мы живем жизнь, где о деньгах узнаем от мамы, папы, родственников и из детских сказок. А когда вырастаем и начинаем зарабатывать, используем деньги, не опираясь на факты или исследования, а бездумно и интуитивно повторяя сценарии своих родных.

Мы хоть и мечтаем об обеспеченной жизни, но думаем о ней как о чем-то абстрактном, далеком, ведь не знаем, что с этим делать, как к такой жизни прийти. Или тут же сами бьем себя по рукам фразами, которые много раз слышали с младенчества.

---

Не жили богато — нечего и начинать.

Богатство — грязь, ум — золото.

Пусть мы бедные, зато честные.

Богат не тот, у кого всего много, а тот, кому меньше нужно.

Деньги портят людей.

---

Вот мы и двигаемся наугад, на ощупь, и часто такой путь не ведет нас к деньгам, а удаляет от них.

Исторический контекст нашей страны тоже не радужный. В конце 1920-х — 1930-е годы в рамках коллективизации в СССР было проведено раскулачивание: у тех, кто имел деньги и имущество, отнимали собственность, и это часто сопровождалось репрессиями — от расстрела до ссылки в неблагоприятные для проживания районы страны. Прошло больше ста лет, раскулачивания и репрессий уже не существует, однако тот опыт через поколения передался и нам убеждением «деньги — это опасность, их нужно избегать».

Помню, как моя бабушка рассказывала истории из своего детства и часто упоминала, как ее отец, уважаемый в селе зажиточный крестьянин, был раскулачен. Она знала, что такое настоящий голод: с братьями и сестрами выискивала в поле оставшуюся мерзлую картошку, чтобы сделать из нее более или менее съестную лепешку. Меня, как ребенка, эти рассказы удивляли, так что запомнились по сей день в красках и деталях.

Позже случился 1989 год, когда в стране стала вводиться талонная система покупок, а тотальный дефицит достиг пика. С полок стали исчезать продукты питания — не только мясо, но и сахар, крупы, растительное масло. 90-е годы оказали огромное влияние и на детей, и на взрослых — когда мы просто не знали, что будет завтра. Миллионы мужчин и женщин думали об одном: «Выплатят ли зарплату? Деньгами или чем-то еще? А что, если меня уволят? Чем я завтра буду кормить свою семью?»

В то время выбор часто был между покупкой хлеба и пачки макарон. Если девочки просили куклу, то мамы

отвечали: «Я тебе сапоги купила». Все это — **травматичный и негативный опыт, который влияет на то, как мы сегодня обращаемся с деньгами.**

Я допускаю, что моя книга может попасть в руки тех, чьи предки жили в достатке и кто сегодня имеет такой доход, что при слове «деньги» не испытывает никаких эмоций: деньги просто есть, их много и они никогда не заканчиваются. Что ж, тогда эта книга не для вас.

Если же вы хотите наладить отношения с деньгами, получать больше, расширить свое финансовое сознание, увидеть зоны роста, с легкостью исполнять ваши материальные желания — вы нашли лучшую для вас книгу, и она точно пришла к вам в нужное время. Но предупреждаю, что «Мышление на миллион» — это не сборник волшебных заклинаний или советов по типу «Напиши нужную сумму на бумажке, положи ее под подушку, ложись спать и жди, когда исполнится». В основе моего метода — *формула богатства*, которая подразумевает несколько компонентов и процессов: психология, коучинг, проработка психологических сценариев, работа с мышлением, убеждениями, привычками, окружением и состоянием. И как следствие — не только повышение дохода и обретение финансовой свободы, но и *рост личности*. Не достижение финансового результата за счет тяжелого труда, выгорания, усталости и бесконечного стресса, а достойные деньги в состоянии глубокого удовлетворения собственной жизнью.

В своих соцсетях на аудиторию более миллиона читателей я поднимала разные темы: самооценка, выгорание, предназначение, счастье, мечты, деньги. Интересно, что самой востребованной и самой желанной темой из года

в год является тема *денег*. При этом она же является самой острой и табуированной: нам интересно знать, кто сколько зарабатывает и кто на что и сколько тратит, но рассказывать о своих доходах что-то не хочется. Стыдно? Страшно? Или «не дай бог сглазят»?

В этой книге у меня будет к вам очень много вопросов. Отвечайте на них честно и откровенно, не пытаясь дать «правильный» ответ. Для того чтобы прийти к новому, более высокому уровню дохода, необходимо начать с вашего отношения к деньгам и к тем, кто имеет и зарабатывает гораздо больше вас. Будет здорово, если вы возьмете ручку и бумагу и будете отдельно выписывать ответы на те вопросы, которые я буду задавать вам.

---

Как вы относитесь к тем, кто живет богаче вас? Летает в путешествия бизнес-классом? Или имеет частный самолет? Как будете реагировать, если на личной встрече состоятельный человек будет рассказывать вам о своей вилле с яхтой в то время, как вы живете в съемном маленьком жилье?

А что думаете о тех, кто живет гораздо скромнее вас? Имеет меньше вашего и еле сводит концы с концами?

А что, если у вас одинаковый уровень жизни?

Испытываете ли вы особое отношение к другим людям, если посмотрите на них через призму их заработка? Результаты могут быть полярными: от восторга до негодования.

Бывает такое, что мы уважаем тех, кто финансово превзошел нас, или в глубине души чувствуем острое презрение к ним. И наоборот, если перед нами тот, кто мало зарабатывает, мы можем ощутить жалость, а может быть, даже вину. Предлагаю вам с этой

минуты понаблюдать за собой: как вы относитесь к деньгам и к людям в зависимости от их достатка и уровня жизни.

---

Тема денег сегодня крайне неоднозначна для тех, кто не изучал финансовую грамотность.

Статьи о самых богатых предпринимателях, политиках и блогерах всегда вызывают большой отклик и обсуждения от «какой молодец» до «наворовал» и «деньги его испортили». А если ребенок на улице решит подобрать потерянную кем-то монетку, то и тут не будет однозначной реакции. Некоторые родители скажут: «Какой ты внимательный! Нашел деньги!» А другие тут же упреknут: «Не поднимай деньги, они грязные, не трогай».

До сих пор есть родители, которые не дают своим детям деньги на карманные расходы, а есть те, кто платит сыну и дочери за хорошие оценки или за домашний труд.

Узнали себя в строчках выше, но не знаете, как правильно себя вести, как реагировать и что думать, чтобы это благополучно повлияло на ваш достаток и финансовую свободу ваших детей?

Давайте начнем по порядку и пройдем путь к большим деньгам шаг за шагом.

Но пока мы с вами изучаем тему денег, дам вам несколько самых простых правил, которые вы можете использовать со своими детьми уже сейчас.

Забудьте фразу «денег нет».

Если вы не можете что-то купить, просто ответьте: «Да, мы это обязательно купим, сразу, как только будет возможность!»

2. Разрешайте поднимать найденные деньги.
  3. Не осуждайте тех, кто имеет больше вашего.
  4. Не стыдите тех, кто имеет меньше, чем вы.
  5. Начинать давать карманные детям с пяти лет — только пусть эти деньги они тратят не на еду и не на одежду (это остается вашей ответственностью), а на собственные удовольствия, игрушки, впечатления.
  6. Платить за оценки в школе или домашние дела? Ни в коем случае!  
Общий вклад ребенка в быт семьи — это его обязанность. А плата за хорошие оценки вредна, иначе дети не видят ценности в знаниях.
  7. Пусть тема денег будет в вашей семье такой же легкой и естественной, как, например, тема вкусной еды или интересной игры.
  8. Начиная с сегодняшнего дня, говорите себе и своим детям: «Денег в мире много. Мы достойны денег. Мы любим деньги, а деньги любят нас».
- 

## Что такое деньги?

Многие думают, что деньги — это монеты и бумаги. Но нет. Деньги — это, прежде всего, энергия. Не зло, но и не панацея. И уж точно не что-то постыдное и страшное.

«Не в деньгах счастье», — часто слышали мы с детства, и поэтому есть люди, которым кажется, что нельзя

одновременно владеть деньгами и быть счастливыми: нарушается баланс. И что если у нас вдруг улучшится финансовая сторона жизни, то тут же ухудшится сфера здоровья, отношений или какая-нибудь другая.

Сразу отвечу: во что верим, то и получаем!

**Первое — Мы.** Если человек считает, что богатство является злом и портит людей, а больших денег нельзя зарабатывать честным путем, то он никогда не станет богатым, ведь это нарушает его моральные ценности. С другой стороны, если верим, что деньги — это возможности, свобода и удовольствия и деньги можно зарабатывать честно, то мы будем получать подтверждение именно этому. Когда мы во что-то верим, то в нашей реальности будем постоянно встречать подтверждение своему убеждению.

Я верю в то, что можно иметь много денег и при этом быть в гармоничных отношениях, иметь крепкое здоровье, заручиться поддержкой друзей и чувствовать себя счастливым.

Давайте проведем эксперимент. Оглянитесь по сторонам и за минуту посчитайте все предметы красного цвета. Я уверена, что вы успешно назовете результат! Но если я спрошу: «А сколько в этой комнате было предметов зеленого цвета? А синего? А желтого?» Конечно, я не услышу ответа, потому что вы при поиске и подсчете красных предметов совсем не обращали внимание ни на зеленые, ни на синие, ни на желтые!

*Так работает наш мозг: мы получаем то, во что верим. Куда фокус внимания — туда и энергия.*

А теперь представьте: наш мозг считает, что деньги — это зло, опасность, их нужно сторониться и избегать.

Конечно, он будет игнорировать зеленые или синие предметы, которые сообщали бы о возможностях, свободе, жизни другого уровня.

Хорошая новость: концентрировать фокус внимания на том или ином «цвете» (то есть на убеждении) — это привычка, которую мы можем в себе тренировать! Этим мы и будем заниматься вместе с «Мышлением на миллион».

## Зачем мне деньги?

Хочу быть с вами искренней, поэтому сразу скажу: чтобы качественно улучшить свою жизнь, необходимо быть честным с самим собой. Только в кристальной честности с собой можно увидеть результаты.

Поэтому давайте договоримся, что на все вопросы из этой книги вы будете отвечать прямо, без оглядки на общественное мнение, «что скажет мама», «что подумают коллеги», и не из позиции «хорошей послушной девочки или мальчика».

Ваши ответы самому себе не могут быть правильными или неправильными — нужны искренние ответы, с которыми мы с вами и будем работать, от них отталкиваться. Мне важно не просто красиво с вами поговорить на волнующую тему. Мне важен ваш новый улучшенный *финансовый результат*. Однако обеспеченной, свободной и независимой жизни можно добиться только из честности.

Прежде чем отправиться в дорогу, нам стоит провести инвентаризацию. Другими словами, важно определить вашу точку А: что вы имеете уже сегодня.