



УДК 159.9:005  
ББК 88.4  
К61

**Коломина, Юлия Олеговна.**

**К61**      **Девушка, которая смогла / Юлия Коломина.** — Москва : Коломина Ю., 2024. — 80 с.

ISBN 978-5-600-04106-6

Книга «Девушка, которая смогла» кому-то поможет поверить в себя, кого-то заставит сделать первый шаг, кому-то подарит недостающий пазл или просто скрасит время.

Эта книга для тех, кто устал смотреть на чужой успех и желает достичь высот. Вам нужно только издание и заметки в телефоне, чтобы выписать основные мысли. Мысли, которые приведут вас к той самой точке «Б».

Погружайтесь в «МИР НАОБОРОТ» и меняйте свою реальность.

УДК 159.9:005  
ББК 88.4

ISBN 978-5-600-04106-6

© Юлия Коломина, текст, 2024  
© Оформление. ООО «Издательство  
«Эксмо», 2024

## Оглавление

Пролог

7

Глава I

**ОПРЕДЕЛЕННОСТЬ**

10

Глава II

**МИР НАОБОРОТ**

27

Глава III

**ЖИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ**

39

Глава IV

**СТРАСТЬ К ТОМУ, ЧТО ТЫ ДЕЛАЕШЬ**

59

Глава V

**Я – СВОЙ ГЛАВНЫЙ ЭКСПЕРИМЕНТ**

65

Глава VI

**ЧУВСТВОВАТЬ, А НЕ ДУМАТЬ!**

70

Эпилог

76

### **А что, так можно было?**

Написать книгу — это уже целая история, на которую я отваживалась год. Но, зная меня, вы не должны удивляться, что вместе с ней я выпускаю в свет и мультфильм.

Совмещая сложное с простым, взрослое с детским, текст с картинкой, я хочу добиться вашего погружения в издание «Девушка, которая смогла».

В книге вы найдете проверенные инструменты, которые помогли мне за один год изменить мышление, уровень заработка и расширить сферу деятельности. Она могла бы стать сухим перечислением, что и как надо сделать, но в каждый проект я вкладываю не только суть, но и дополнительные смыслы, которые захватят ваше внимание.

Qr-коды и иллюстрации, мультик и оформление — каждому серьезному взрослому нужно уметь видеть мир интересным, пробовать новое.

Могу лишь пожелать приятного просмотра и чтения «на одном дыхании». Увидимся на страницах книги.

## Пролог

«Жить свою жизнь» — три простых слова, которые скрывают в себе тайну человечества. За километрами постов в социальных сетях, в гонке за «успешным успехом», в желании доказать окружающим, что вы чего-то стоите, проходят годы. Вместе с ними теряется ощущение себя настоящего, истинных желаний, предназначения. Мы забываем чувствовать себя теми, кто мы есть. Забываем жить свою жизнь.

В ежедневной суете человек всё меньше слышит внутреннее «я», свои истинные желания. А всё почему? Потому что нужно больше, нужно быстрее, нужно креативно и «индивидуально», но как это именно — неизвестно, ведь мир давно стал клиповым<sup>1</sup>.

Я — человек, который живет на очень высоких скоростях. Но и у меня наступил момент, когда мысли в голове начали путаться, внутреннее состояние не давало покоя и что-то подсказывало: «Пора менять, пора всё менять!»

Пришло время остановиться, отдышаться, понять, куда, ради чего, как долго, зачем — и что

---

<sup>1</sup> Клиповое мышление — это вид сознания, при котором человек воспринимает информацию через короткие форматы и яркие образы и способен быстро переключаться с одной информации на другую из-за поверхностного погружения в ее суть. — *Примеч. авт.*

именно из всего моего многообразия действительно ПРО МЕНЯ?

Если в ваших руках оказалась эта книга, то примите ее как подарок судьбы, Вселенной или высших сил — того, что ближе вам. Прочитав ее, вы уже сделаете шаг навстречу к себе, запустите необратимый процесс из решений, действий, возможностей, которые наверняка приведут вас в точку Б. А тот, кто умеет применять теорию на практике, может рассчитывать на полет к жизни своей мечты в бизнес-классе без пересадок.

Эта книга не про историю пути (как раз этого вы на страницах не найдете). Эта книга — о человеке, который падал и поднимался, который из-за одного просчета оказался в многомиллионных долгах; но в то же время она о полной вере в себя и в свои мечты.

Представьте на минуту, что вы пришли на сеанс к психологу. Какими бы глаголами вы описали себя в своей же жизни? Опытный специалист только благодаря этому приему смог бы понять одну из причин, которая ставит на паузу ваши цели, переводя их в разряд «эх, было бы славно иметь дом на берегу моря и хотя бы маленькую машинку».

«Слушать и слышать», «смотреть и видеть» — пары глаголов, которые означают одно, но в корне отличаются друг от друга. Каждый должен опре-

## Пролог

делить для себя сам, в какой стадии он находится: пассивной «слушать и смотреть» или активной «слышать и видеть»?

В этой книге я расскажу, почему нужно чувствовать свою жизнь. В каждой главе раскрыт прием, который уже стал частью моего пути из точки А в точку Б. Шесть истин, шесть постулатов, которые помогли девушке, у которой не было денег даже на то, чтобы сходить в магазин и купить булку хлеба, оказаться во второй точке, где та же девушка отправляется в путешествие по Европе, Австралии и Азии, с легкостью заводит дружеские и профессиональные связи и выстраивает свою жизнь так, как хочется ей.

Каждый формирует свой собственный рецепт жизни — так почему бы не сформировать его из части ингредиентов рецепта моей жизни?

## Глава I

# ОПРЕДЕЛЁННОСТЬ

*Глобальная мысль — нести  
определенность в массы.  
Кто я, про что я, куда  
я иду, что я хочу и не хочу?*

Представим на минуту, что наш мир дуален, что каждое действие в нем можно разделить на две категории: «хорошо» и «плохо». Из общей определенности формируется определенность конкретного человека, когда он делает только правильный выбор. Он точно знает, что «да», а что — «нет». У него нет сомнений и внутреннего напряжения. Он растет естественным образом: набрал критическую массу на своем уровне, делая правильный выбор, — и сделал квантовый переход на следующий уровень.

Но есть второй путь. Путь неопределенности и сомнений. Если же человек застрял в болотистой местности страхов и непонимания, то он с высокой долей вероятности делает «косячный» выбор, максимально уходит от своей сути, и в ито-