

ДАРЬЯ ТРУТНЕВА  
КАК ВПУСТИТЬ  
БОЛЬШИЕ  
ДЕНЬГИ  
В СВОЮ  
ЖИЗНЬ

ПОДСОЗНАНИЕ  
ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛЕЙ

**ЖИЗНЬ НА MAXIMUM**



Издательство  
АСТ  
Москва

УДК 159.964  
ББК 88.3  
Т79

*Все права защищены. Никакая часть данной книги  
не может быть воспроизведена в какой бы то  
ни было форме без письменного разрешения  
владельцев авторских прав.*

### **Трутнева, Дарья.**

Т79 Как впустить большие деньги в свою жизнь. Подсознание для достижения целей / Дарья Трутнева. — Москва : Издательство АСТ, 2020. — 240 с. — (Жизнь на MAXIMUM). ISBN 978-5-17-112789-3

Книга Дарьи Трутневой — эксперта в области работы с подсознанием, автора уникальной методики психологической саморегуляции Master Kit — поможет разрушить все преграды, стоящие между вами и вашими большими деньгами.

- Вы узнаете, что мешает именно вам получать столько денег, сколько нужно.
- Откроете в себе неисчерпаемый ресурс для достижения финансовых целей.
- Сделаете свою жизнь счастливой и наполненной смыслом.

Макет подготовлен редакцией «Прайм»

Мы в социальных сетях. Присоединяйтесь!  
[vk.com/prime\\_ast](https://vk.com/prime_ast)  
[instagram.com/prime.ast](https://instagram.com/prime.ast)  
[facebook.com/praim.ast](https://facebook.com/praim.ast)



ISBN 978-5-17-112789-3

© Трутнева Д., 2020  
© Мак С., фото на обложке, 2020  
© ООО «Издательство АСТ», 2020

# ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>От издательства</i> .....	5
<i>От автора</i> .....	7
<i>Глава 1</i>	
С чего началась эта история .....	11
<i>Глава 2</i>	
Цели, которые мы выбираем .....	29
<i>Глава 3</i>	
Два способа достижения цели .....	49
<i>Глава 4</i>	
Что такое деньги? .....	67
<i>Глава 5</i>	
Чего вы хотите на самом деле? .....	87
<i>Глава 6</i>	
Два главных вопроса: почему и зачем? .....	97

---

<i>Глава 7</i>	
Зачем нам нужны индивидуальные качества? .....	105
<i>Глава 8</i>	
Богач, ты какой? .....	123
<i>Глава 9</i>	
Что такое желания и как осуществить мечты? .....	135
<i>Глава 10</i>	
Что такое установка? .....	149
<i>Глава 11</i>	
Эмоции .....	167
<i>Глава 12</i>	
Как трансформируются установки.....	181
<i>Глава 13</i>	
Этапы трансформации .....	191
<i>Глава 14</i>	
Впускаем в свою жизнь большие деньги (практика).....	203
<i>Глава 15</i>	
Жизнь в удовольствие! .....	211
<i>Отзывы тех, кто уже сделал свою жизнь лучше ....</i>	<i>225</i>
<i>Заключение .....</i>	<i>229</i>
<i>Словарь терминов .....</i>	<i>230</i>

# ОТ ИЗДАТЕЛЬСТВА

Автор книги, Дарья Трутнева, широко известна тем, кто интересуется вопросами саморазвития и техниками работы с подсознанием. Дарья разработала инновационную и уникальную методику работы с подсознанием Master Kit.

На протяжении многих лет автор обучает людей управлению своим подсознанием, для того чтобы они могли достигать самых высоких целей. Книга Дарьи «Как впустить в свою жизнь большие деньги» хорошо известна заинтересованной аудитории и популярна в Интернете. Мы планировали издать ее в авторской редакции. Но, посоветовавшись с автором, приняли решение несколько расширить имеющийся текст, так как цель этой книги в том, чтобы подарить знания о человеке, его природе и резервных возможностях широкому кругу читателей. Так получилась книга, которую вы держите в руках. Надеемся, что она приведет вас к результатам, которыми вы сможете гордиться!

Для того чтобы вам было легче усваивать информацию, самые важные высказывания автора мы выделили полужирным шрифтом, а в конце глав обобщенно, в виде конспекта поместили основные положения каждой главы.

В книге собрано много реальных историй и примеров из жизни автора.

Но, главное, в книге вы найдете множество практических заданий! Выполняя их, обязательно обращайтесь внимание на все рекомендации автора.

Успехов на пути к финансовому благополучию и изобилию!

# ОТ АВТОРА

Приветствую вас, дорогие друзья! Я очень рада, что мне представилась возможность рассказать вам историю, которая перевернула всю мою жизнь. Однако цель этой книги не столько в том, чтобы поведать вам о невероятных событиях, произошедших в жизни автора, сколько в том, чтобы предоставить в ваше распоряжение новые знания, которые помогут изменить вашу реальность и создать жизнь, о которой вы только мечтаете.

Да-да, не удивляйтесь! До этого дня вы лишь представляли жизнь, которую хотели бы прожить, грезили о богатстве, о захватывающих путешествиях, мечтали о престижной работе, о свободе, творчестве, самореализации. Но, глубоко и печально вздыхая, каждый раз возвращались в реальность — в серые однообразные будни с вечной нехваткой денег, времени, сил...

Конечно, вы искали способ изменить жизнь, как-то разнообразить, сделать ярче. Легко сказать —

изменить, но осуществить это ох как непросто! Вы читали полезные книги, пробовали различные методики личностного роста, пытались найти новую работу и даже сменить окружение. Но оказалось, что круг, в котором вы мечетесь много лет, довольно прочен, и вырваться из него нелегко. Вы крепко связаны обязанностями и обязательствами, находитесь в плену традиционных стереотипов и собственных привычек. А работа над собой, необходимая для того, чтобы однажды вырваться из замкнутого круга, требует усилий. Вы хотите перемен и одновременно боитесь их. А вдруг в этой новой жизни вам будет не так уютно и комфортно, как в своих привычных и «родных» обстоятельствах!

Но если дух свободы, новизны и свежести все-таки в вас силен, тогда будьте готовы встать на путь перемен. Хватит бояться и сомневаться! Вы слишком долго осторожничали, не позволяя себе ни одного решительного поступка. Хватит тратить время на мечты и грезы! Дóрог каждый момент. Пора начать жить так, как вы хотите.

Информация, которая содержится в этой книге, попала в ваши руки не случайно. Я уверена, ничто в этом мире не происходит случайно. Книга, которую вы сейчас держите в руках, впервые появилась на свет четыре года назад. Она существовала в виртуальном пространстве и уже помогла многим людям, которые искали возможность сделать свою жизнь лучше и счастливее. В течение этих четырех лет я получила тысячи писем с благодарностью за то,



что мои читатели и последователи получили уникальный шанс вырваться из замкнутого круга обыденности и осуществить свои мечты. Почти каждый день я получаю такие письма, с удовольствием читаю отзывы, которые люди размещают в Интернете. Конечно, это невероятное ощущение — разделить свои знания со всеми вами! Я уверена, что каждый человек, который прикасается к этому знанию, создает его точно так же, как и я.

Метод, о котором я расскажу, достаточно прост. Тем не менее, он поможет вам навести порядок в своей голове и жизни, а главное — укажет самый простой путь к результатам. И как любят говорить те, кто рекомендует эту книгу: «Она не только про деньги»...

## **Как правильно читать эту книгу**

В начале книги я расскажу вам о том, как я пришла к созданию метода, о том, какие события и обстоятельства привели меня к пониманию того, что перемены в жизни человека возможны только тогда, когда меняется его мышление.

Цель — научить вас находить свои неосознаваемые установки, которые формируют у вас страхи, мешают в достижении целей и не позволяют жить так, как вы хотите и мечтаете. Но для того, чтобы выявить эти установки, нужно научиться понимать себя и работать со своим подсознанием. Только тог-

да вы сможете достичь больших целей и результатов, даже если сегодня это кажется вам совершенно нереалистичным.

Действительно, с помощью представленной в этой книге информации для вас многое станет возможным, но для того, чтобы это произошло, вам нужно узнать много нового и удивительного. Будьте готовы к тому, что, возможно, придется расстаться с иллюзиями и некоторыми своими убеждениями. Вполне вероятно, что именно они мешают вам жить в радости и достатке.

Вам предстоит совершить захватывающее путешествие в загадочный мир своего подсознания, ведь именно там спрятаны ответы на самые важные вопросы. Все, что происходит в вашей реальности, — это результат ваших подсознательных желаний.

Если вы прочитаете книгу целиком, страницу за страницей, главу за главой, вы попадете в особую психологическую атмосферу, в совершенно иное интеллектуальное и эмоциональное состояние, в котором многое станет ясным и понятным.

Вы сами создадите свою реальность, и только вам решать, какой ей быть.

Читайте последовательно и вдумчиво. Приятного чтения!

**ГЛАВА 1**

**С ЧЕГО НАЧАЛАСЬ  
ЭТА ИСТОРИЯ**

---

**Д**олгое время в моей жизни не происходило ничего необыкновенного и примечательного. До тех пор, пока не произошло то, что навсегда изменило меня и мою жизнь.

Я выросла в самой обычной семье, жила в довольно скромных условиях, материальное положение оставляло желать лучшего, приходилось постоянно экономить, во всем себе отказывать, считать каждую копейку. Жизнь, когда ты постоянно едва сводишь концы с концами, выматывала. Я изо всех сил старалась выживать, но в лучшую сторону ничего не менялось. И в какой-то момент я практически осталась без средств к существованию...

## **ПЕРВЫЙ БИЗНЕС. ОПЫТ НЕУДАЧ**

Я начала заниматься бизнесом с юных лет. Мне нравилось создавать что-то и ощущать себя предпринимателем. Мне было приятно видеть результа-

ты своего труда, и я очень гордилась этим. Мой первый бизнес был связан с дизайном садовых участков. Так как это сезонный бизнес, а в России суровые зимы, я стала искать способ как-то зарабатывать и в зимнее время. Я перебрала не одну сотню разных вариантов и в итоге остановилась на идее создания вертикальных садов. Это был очень интересный проект. Мы с моим первым мужем и подругой сами разработали, запатентовали и начали продавать фитостены. Я настолько была влюблена в этот бизнес, что отдавала делу все свои силы. Я работала не покладая рук с утра до позднего вечера, и мне это так нравилось! Каждое мое действие, каждая мысль, каждое мгновение моей жизни было подчинено одному — достижению результата. Я не могла думать ни о чем другом. Только о деле.

Процесс разработки и тестирования конструкций занял год. Это был год напряженной работы. Но, к сожалению, прибыли бизнес практически не приносил. Продажи были невысокими и нестабильными. Доходы, которые мы получали, не покрывали даже накладных расходов, которые были необходимы, чтобы реализовать нашу идею. Несмотря на это, мы не сдавались: около двух лет занимались бизнесом, не приносящим нам НИЧЕГО, кроме радости и самоудовлетворения.

Но так долго продолжаться не могло. Бизнес, который поглощал все наше время и силы, должен был приносить доход. Не раз возникали моменты, когда мы хотели все бросить: опускались руки, и от-

чаянье овладевало мною и моими компаньонами. Тяжело заниматься делом, которое требует максимальной отдачи, но при этом не приносит финансовых результатов. Мы искали разные варианты решения проблем, проходили множество тренингов, внедряли в жизнь инструменты продаж и управления, оптимизации расходов. Мы понимали, что наш продукт действительно классный, что он интересен потребителю, а следовательно, просто обязан продаваться! Но стабильных продаж по-прежнему не было, возникали лишь единичные заказы. Конечно, если бы не эти единичные заказы, то, возможно, мы бы покончили с нашей идеей.

Уже тогда я интуитивно понимала: все проблемы находятся в нашей голове, а внешняя часть жизни, то есть бизнес, — это лишь отражение внутреннего состояния человека. Я была полностью согласна с авторами книг, которые пишут о том, как достичь успеха: самое главное — то, ЧТО находится в твоей голове. Все говорили о том, что нужно менять свои мысли, но никто не говорил «КАК». Я мучительно искала ответ на этот вопрос, но не находила его. И, наконец, к концу 2012 года я нашла эти ответы. Произошло то, что предопределило все дальнейшие события моей жизни.

Вы думаете, со мной произошли какие-то необычайные случаи или происшествия? Нет, это не так. Все намного интереснее! Я открыла для себя вопрос, который привел меня к способу находить ограничивающие убеждения и самое главное — со-

вершенно самостоятельно трансформировать их. Этот вопрос звучит очень просто, но именно он задает вектор, направленный вперед — к нашим результатам, а не назад — к самокопанию. И вопрос этот звучит так: **ЗАЧЕМ?** Или, если переформулировать более развернуто: почему для меня было так важно не иметь того, чего я хотел/хотела? Сейчас я лишь немного коснусь этого вопроса, более подробно о нем мы поговорим дальше — этому будет посвящена отдельная глава.

Вопрос этот ставит все в нашей жизни на свои места, если научиться задавать его правильно. Именно тому, как научиться его задавать себе и как при помощи этого вопроса управлять своим внутренним состоянием, а значит и всей своей жизнью, и посвящена эта книга.

---

Трудный опыт неудач в бизнесе, желание изменить не только эту ситуацию, но и свои мысли поставили передо мной важный вопрос, который изменил всю мою дальнейшую жизнь. Он привел меня к способу находить ограничивающие убеждения и главное — самостоятельно трансформировать их. Этот вопрос задает вектор, направленный вперед — к нашим результатам, а не назад — к самокопанию.

Этот вопрос — **ЗАЧЕМ?**