



Empire OF Reason
Дисциплина вместо риска



Бесплатный продукт от
Бизнес Клуба
«ИМПЕРИЯ РАЗУМА»

ПОСЛЕ ИЗМЕНЫ: КАК ВЫЖИТЬ ПЕРВЫЕ ДНИ И НЕ СЛОМАТЬСЯ



10 СТРАНИЦ,
которые помогут
пережить самый
тяжёлый этап.



Если вам изменили
недавно и кажется,
что мир рухнул —
этот материал
для вас.



ПРОДУКТ ОТ БИЗНЕС КЛУБА
«ИМПЕРИЯ РАЗУМА»








ER
EMPIRE OF REASON



Empire OF Reason
Дисциплина вместо риска

ПЕРВАЯ ПРАВДА: ВАША РЕАКЦИЯ НОРМАЛЬНА

После измены человек может:

-  • плакать без остановки
-  • злиться
-  • не спать
-  • не есть
-  • хотеть всё вернуть
-  • хотеть мести
-  • чувствовать пустоту



Это не слабость.
Это удар по психике.



Ваш мозг воспринимает предательство как **серьёзную угрозу**.
Поэтому вас штормит.



Вы не сходите с ума.
Вы переживаете боль.





Empire OF Reason
Дисциплина вместо риска

ГЛАВНОЕ, ЧТО НУЖНО ПОНЯТЬ ПРЯМО СЕЙЧАС

Сейчас может казаться:
«Проиграл(а) именно я».
Но это ложное чувство.



Вы столкнулись с болью.
А человек, который предал,
столкнулся с **последствиями**
своего выбора.

Он потерял:



- доверие



- уважение



- безопасность отношений



- чистоту своей репутации



Запомните:
Предали вас.
Но хуже человеком от этого стали не вы.



Empire OF Reason
Дисциплина вместо риска

ХОТИТЕ МЕСТИ? ОНА УЖЕ СЛУЧИЛАСЬ



Многие хотят
наказать изменщика.
Но есть правда.



Человек уже
сделал себе хуже.
Он стал человеком,
которому теперь
труднее доверять.



Он оставил след
в отношениях,
который невозможно
стереть полностью.



Иногда самая
сильная месть —
не разрушить себя,
а восстановиться.



ER

EMPIRE OF REASON



Empire OF Reason
Дисциплина вместо риска

САМОЕ ОПАСНОЕ СЕЙЧАС – МЫСЛИ ПО КРУГУ

После измены начинается
бесконечная прокрутка:



- почему
- как
- где
- с кем
- что было между ними



Каждый такой круг
делает боль сильнее.
Поэтому используйте
технику **Империи Разума**:



Скажите себе:
**«Стоп. Не думаю
об этом сейчас.»**

Не навсегда.
Сейчас.



Затем сразу переходите в действие:

- пройтись
- умыться
- выпить воды
- выйти на улицу
- занять руки



**Мысль без внимания
постепенно слабеет.**





Empire OF Reason
Дисциплина вместо риска

ЧТО ДЕЛАТЬ В ПЕРВЫЕ СУТКИ



1. Пейте воду.



2. Поешьте хоть немного.



3. Выйдите на прогулку.



4. Не пишите сообщения в истерике.



5. Найдите одного спокойного человека для разговора.



**Сейчас ваша задача
не решить всю жизнь.**

**Сейчас ваша задача
пережить сегодняшний день.**



Empire OF Reason
Дисциплина вместо риска

ЧТО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ СЕЙЧАС



- принимать судьбоносные решения



- унижаться



- умолять остаться



- следить за человеком круглосуточно



- сравнивать себя с третьим человеком



- обвинять себя полностью



- считать, что жизнь закончена



**Сейчас вы находитесь
внутри шторма.
Не принимайте решения
внутри шторма.**



Empire OF Reason
Дисциплина вместо риска

ТВОЯ ЗАДАЧА НА БЛИЖАЙШИЕ 72 ЧАСА



НЕ НУЖНО СЕЙЧАС РЕШАТЬ:

- разводиться или нет
- прощать или нет
- уходить или нет
- бороться за отношения или нет



В БЛИЖАЙШИЕ 72 ЧАСА ЗАДАЧА ДРУГАЯ:

- ✓ пить воду
- ✓ есть
- ✓ спать
- ✓ гулять
- ✓ не разрушать себя
- ✓ не принимать решений на эмоциях



**Сначала
верните себе устойчивость.**

**Потом
принимайте решения.**



Empire OF Reason
Дисциплина вместо риска

ЧТО СКАЗАТЬ СЕБЕ СЕГОДНЯ НОЧЬЮ



Если тяжело,
повторяйте:



Всё проходит.
Пройдёт и это.



Мне больно,
но я справлюсь.



Моя ценность
не зависит от чужой верности.



Сейчас тяжело —
не значит навсегда.



Я переживу
этот этап.

ER

EMPIRE OF REASON



Empire OF Reason
Дисциплина вместо риска

ЕСЛИ ВЫ НЕ ЗНАЕТЕ: УХОДИТЬ ИЛИ ОСТАТЬСЯ



Сейчас вам не
обязательно знать ответ.



Большинство ошибок
совершается именно
в первые дни после
измены.



Сначала нужно
вернуть ясность.



Потом принимать
решения.



Когда боль станет тише,
вы увидите ситуацию
намного точнее.



ER

EMPIRE OF REASON



Empire OF Reason
Дисциплина вместо риска

ЕСЛИ БОЛЬ НЕ ПРОХОДИТ

Этот материал помогает пережить первые дни.
Но дальше появляются новые вопросы:

- ❓ Как перестать думать о человеке?
- ❓ Как перестать проверять его страницы и сообщения?
- ❓ Почему тянет вернуть того, кто предал?
- ❓ Остаться или уйти?
- ❓ Как снова начать жить нормально?

Именно для этого мы создали полный продукт:



ПОСЛЕ ИЗМЕНЫ: КАК С ЭТИМ ЖИТЬ?

ПОЛНОЕ ВОССТАНОВЛЕНИЕ
И НОВАЯ ЖИЗНЬ

ВНУТРИ:

- ✓ как остановить ад в голове
- ✓ как пережить первую ночь и первые недели
- ✓ как перестать следить за человеком
- ✓ как перестать любить того, кто предал
- ✓ как принять решение без самообмана
- ✓ как собрать себя заново после удара



Этот бесплатный
материал помогает
ВЫЖИТЬ.

Полный продукт
помогает
ВОССТАНОВИТЬСЯ.



Продукт от Бизнес Клуба «ИМПЕРИЯ РАЗУМА».



Более подробно о полной версии тут = <https://er1234.com/002>