

Тема: Не думал, что напишу об этом...



Богданов о похудении



Мои друзья слушают, как я похудел на 5 размеров без фитнеса и диет. Алексей Толкачев (чемпион мира по парашютно-горнолыжному двоеборью) и Стас Рождественский (инвестор в недвижимость Москва-Сити и Сочи).

— Я помню в Майами два года назад ты вообще был упитанный. В фитнес пошел, или бегаешь? Расскажи, как похудел?

— Никак. В фитнес не хожу. Не бегаю. На диете не сижу. Жру все что хочу.

Такой диалог у меня недавно состоялся. И я вот подумал...

Хочу с вами поговорить про стройность, похудение и все такое. Не ожидал, что напишу вам об этом.

Вроде такая попсовая тема. И столько уже об этом сказано, и толкового, и бестолкового. И столько откровенной глупости в Интернете — всяких волшебных ягод, секретных диет...

Но последние год-полтора меня стали об этом спрашивать.

Разные люди, в разных обстоятельствах. Участники на тренингах. Коллеги-бизнесмены на конференциях.

Спрашивать не в шутку, а с серьезным и внимательным лицом.

Почему?

Потому что я хорошо сбросил вес. Это видно даже людям, которые меня едва знают.

Кто давно смотрит мои видео, говорили "Даже на видео видно, что лицо стало уже, и в целом построинел" или "Рубашка в районе живота меньше выпирает".

Кто-то спрашивает "Ты качаешься?" или "Ты на диете какой-то?".

Помню на конференции встретил Стаса, партнера Аллы Фолсом, — а я с обоими подружился еще пару лет назад на обучении в Майами. А Стас такой накачанный, прям спортсмен. И довольно прямолинейный человек. Говорит мне:

“Блин, я помню в Майами два года назад ты такой ваще был упитанный. В фитнес пошел, или бегаешь? Как похудел?”

Никак, говорю. В фитнес не хожу. Не бегаю. На диете не сижу. Жру все что хочу.

Тут он прифигел, и завязался разговор.

Через минут 5 подошел Олег Римша, потом еще кто-то...

Через 10 минут я вел в холле “Digital October” (конференц-комплекс на Балчуге, рядом с памятником Петру — знаете место?) импровизированную лекцию. Про то как похудел без фитнеса и без ограничений в еде.

Все это, прямо скажем, далеко от темы денежного мышления. Далеко от всего, о чем я обычно вам пишу.

И все же.

Я похудел на 5 размеров за примерно год. Носил джинсы 34-го, сейчас ношу 29-й. Без фитнеса и спорта. Без диет и ограничений в еде.

Люди, которые интересуются деньгами, часто интересуются еще и здоровьем.

И если вам интересно — расскажу.

Нажмите “Ответить” и черкните пару слов.

Актуально? Надо мне что-то на эту тему написать, может видео выложить?

Приятного скейпинга!



*Дмитрий Богданов
человек-вирус*

© 2009-2016 "ElexisGroup"

ИП Богданов Дмитрий Алексеевич | ОГРНИП 309504014900027 | +74996771650

Вы получили это письмо, т.к. подписались на курс Дмитрий Богданова “Деньги: скачать бесплатно”.
Если Вы больше не хотите получать от меня письма, [отпишитесь от рассылки](#).

Присоединяйтесь к нам в соцсетях: [Вконтакте](#) | [Facebook](#) | [YouTube](#)

[Отказаться от рассылки](#) или [изменить контактную информацию](#).