

# ВЪВЕДЕНИЕ

Готови ли сте да се потопите в година, пълна с магия, синхроничност, дълбоко вътрешно изцеление, да се чувствате прекрасно, докато превръщате желанията си в реалност? В продължение на една година ще откриете как малки промени в начина на мислене, в навиците и намеренията могат да ви помогнат да сбъдвате желанията си и да се наслаждавате на процеса. Всеки месец ще разглеждаме различни теми и практики – от привличането на късмет в началото на новата година до любовта, общността, изобилието, себеприемането и много други.

---

## КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА МАНИФЕСТИРАНЕТО?

Манифестирането или проявлението е магическа практика, която среща науката с мистицизма и изследва връзката със самите вас и с Вселената. То е начин да вдъхнете живот на целите си чрез мисъл, действие, емоции и вяра. Вашите

мисли, подсъзнателни убеждения, думи, действия, поведение, навици, соматично тяло и вътрешна мъдрост следва да са в синхрон, за да „проявите“ нещо съзнателно. Трябва да бъдете истинско изражение на самите себе си. И забележете – тук няма усещане за „поставена задача“ или нещо, към което трябва да се стремите – вместо това успявате да се отпуснете. Ако почувствате радост, любопитство и лекота, приятно ви е и изпитвате доверие и отдаденост с цялото си тяло, значи сте го постигнали! Вселената реагира на вибрациите ви, ако сте наясно какво искате. Имате пълно доверие, че то ще се появи, когато му дойде времето. Всеки ден с радост предприемате съзнателни действия за постигането му и изпитвате признателност по време на пътуването. Тогава се случва магията!

---

Проявлението изисква да повдигнете завесата и да дадете път на мечтите си, като си позволите да искате това, което желаете. Дефинирането на намерения е като запалване на фар на надеждата и изливане на основи, за да поемете в правилната посока. За всеки месец ще ви разказвам как да изразявате намерения, да възплъщавате желанията си тук и сега и да се влюбвате в предстоящото пътуване. Колкото повече осъзнавате всяка стъпка, толкова по-вероятно е да успеете да забележите синхроничностите и знаците, оставени по пътя.

Едно е сигурно – желанията ви няма да се

материализират само с мечти, докато седите вкъщи и чакате нещо да дойде при вас. Трябва да се включите в този живот и да предприемате действия и рискове, съобразени с душата. Добре сте направили, че сте взели тази книга!

Настоящата година е *ваашата* възможност наистина да си позволите да заявите какво искате да преживеете през вашия единствен скъпоценен и чудотворен живот. С всяка глава ще ви насърчавам да правите съзнателни стъпки към вашите желания, като същевременно ви напътствам как да работите на вътрешно ниво, за да отключите блокажите, които ви пречат да изживеете всичко. Манифестирането е свързано с вътрешни промени, които водят до увереност и вяра в себе си в настоящия момент, както и до повече надежда за бъдещето и до способността да предложите по-голям принос на света.

Във всяка глава ще разглеждаме различни теории и практики, които да ни помогнат да реализираме всичко това. Ще откриете практически съвети, които да опитате и по които можете да работите със собствено темпо през целия месец. Ще изследвате начина си на мислене, убежденията си, вибрациите, визуализацията, символите, ритуалите, заклинанията, медитацията и много други. Нека ги разгледаме накратко, преди да се потопим в първата глава, за да разберем защо са важни за манифестирането.