

Откъс

МОЕТО ПЪТЕШЕСТВИЕ В ЗАЯВЯВАНЕТО НА НАМЕРЕНИЯ

През май 2018 година моят живот изглеждаше напълно различен от този, който водя сега. Бях на двайсет и седем години и нямах никаква представа какво искам да правя – нямах нито работа, нито посока, нито пък усещане за смисъл. Вече повече от десетилетие се борех с депресия и почти толкова дълго прекарах в плен на зависимост. През по-голямата част от дните си изпитвах непреодолима тъга. Имах толкова ниска самооценка, че почти липсваше, а след няколкото си провалени връзки се чувствах много самотна.

По онова време тъкмо се бях върнала от Тайланд, където бях на едномесечно обучение за йога инструктор. Бях заминала с надеждата не само да придобия квалификация, благодарение на която да изградя нова кариера, но и да се отдалеча за малко от изкушенията на градския живот, така че да успея да излекувам душевната си болка и да сложа край на пристрастеността си към забавленията. Не бяха минали обаче и 24 часа от прибирането ми в Лондон, когато аз отново се озовах в омагьосания кръг на цигарите, пиенето и наркотиците. И тогава (и не за първи път) стигнах дъното. Чувствах се напълно отчаяна. И щом едномесечна работа върху себе си, включваща ежедневна медитация, изчистващ хранителен режим и двеста часа практикуване на йога, не успя да ми помогне, то тогава какво би могло?

Изцяло съкрушена, се обадох на София, моя приятелка. „Кога изобщо ще се почувствам щастлива?“ – попитах я аз. Изненадващо тя ми отвърна: „Снощи слушах един подкаст за заявяване на намерения. Ще ти изпратя линк. Мисля, че ще ти помогне“.

Същия ден имах час за маникюр, така че реших да си сложа слушалките и да слушам подкаста, докато маникюристката работеше.

Сега, като се връщам назад към онзи момент, виждам ясно картината: как седя на белия стол, облечена в черен клин и широко дънково яке, докато ми лакират ноктите в бонбоненорозово и слушам внимателно нещо, което ще промени завинаги живота ми.

Когато приключих с маникюра, аз веднага се прибрах къщи и отворих лаптопа си. Написах в търсачката „Какво е заявяване на намерение?“ и започнах да чета и да попивам всичко, което успях да намеря по темата. Вече знаех кое щеше да е първото, което да възнамеря: безусловната любов.

След само една седмица слушане на въпросния подкаст и прилагане на практика на част от наученото аз получих съобщение от един австралийски актьор – Уейд Бригс. Нямахме общи приятели в социалната мрежа, чрез която той се свърза с мен, но го намерих за много привлекателен, така че отговорих на съобщението му. Започнахме да разговаряме всеки ден. Оказа се, че с най-добрия му приятел обикаляли из Европа с ван в продължение на няколко месеца. Обиколката им приключвала след две седмици и Уейд щял да остане в

Лондон за няколко дни, преди да се върне в Австралия. Така че решихме да се срещнем, когато пристигне.

Срещата мина толкова добре, че Уейд реши да пропусне полета си и да остане известно време, за да види „как ще се развият нещата“.

Три месеца по-късно разбрах, че съм бременна.

На 7 юни, точно една година след неговото първо съобщение, се роди нашият син Уолф. Ето на: безусловна любов.

Три години по-късно с Уейд сме наистина най-добри приятели, щастливи сме и се грижим с много любов за нашия син. Освен това аз се освободих от своите зависимости, изградих успешна кариера, която има смисъл за мен и ме вдъхновява, и съм по-удовлетворена от живота си, отколкото бих могла да изразя с думи. И най-накрая притежавам нещо, което мислех, че никога няма да развия: любов към себе си.

След като открих как работи възнамеряването, аз обобщих всичко научено и почти инстинктивно го организирах в ума си в седем прости стъпки. Започнах да следвам тези стъпки и открих, че докато го правя, всичко се проявява по най-прекрасния и бърз начин. Промяната сякаш стана като по чудо, но в същото време бе много логична, защото аз осъзнавах как точно се случва всичко. Животът ми се преобрази по толкова много начини, че нищо не остана същото. И всичко това стана благодарение на разбирането ми за истинското изкуство на манифестирането.

Започнах да разказвам на приятелите си и на последователите си в *Инстаграм* за моето чудо. Повечето хора нямаха представа за какво говоря, а тези, които бяха чували за възнамеряването, казваха едно и също: „О, това не е ли просто да си представиш какво искаш и то да се случи?“. Осъзнах, че мнозинството от хората никога не бяха чували за заявяването на намерения, а онези, които все пак бяха чували, разполагаха само с бегли и откъслечни знания. Ето защо само шепа хора можеха да прилагат това изкуство правилно.

Усетих вътрешен зов да обуча колкото се може повече хора как да разкриват и използват силата, скрита вътре в тях. През последните две години съм споделила моя наръчник от 7 стъпки с хиляди мъже и жени, посещавали работилниците и уебинарите, които правя. Всеки ден ми пишат хора, променили живота си благодарение на тази мощна и вълшебна практика. В началото на 2021 година вече знаех, че трябва да напиша тази книга, защото чрез нея щях да мога да обуча много повече хора.

Продължавам да прилагам моите стъпки към проявлението всеки ден и наистина живея според това, което преподавам. Тези стъпки ми служат по най-добрия начин. Те ми дават възможност всеки ден да се събуждам благодарна – както за всичко, което вече притежавам, така и за онова, което Вселената тепърва ще ми даде.

Откакто започнах да правя работилници, забелязвам повишаване на интереса към заявяването на намерения. Той продължава да расте с всеки изминал ден. Толкова е вълнуващо да виждам как все повече хора отварят съзнанието си за идеята, че те сами са отговорни за съдбата си. За някои от тях обаче

информация е доста неразбираема или просто не знаят откъде да започнат. В тази книга съм събрала всичко, което трябва да знаете за възнамеряването, като съм го обобщила в 7 прости стъпки. Така ще можете да отключите магията и да започнете своето собствено пътешествие към мечтания живот.

Искам обаче да заявя нещо ясно: заявяването на намерения е нещо много повече от мода. Това умение е среща между науката и древната мъдрост; житейска философия и практика за самоусъвършенстване, която ви помага да създадете най-добрата версия на себе си и на живота си.

Манифестирането не е ново понятие. Уилям Уокър Аткинсън го въвежда още през далечната 1906 година в книгата си „Мисъл и вибрация, или Законът за привличането в мисловния свят“. А едно от любимите ми определения за него дава през 1937 г. Наполеон Хил в своя знаменит труд „Мисли и забогатявай“. Той казва: „Ти си господар на съдбата си. Можеш да влияеш, направляваш и контролираш собствената си среда. Можеш да направиш живота си такъв, какъвто искаш“. Оттогава много велики философи и мислители са писали за силата на възнамеряването, сред които и някои от моите любими учители: Луиз Хей, Естер и Джери Хикс (учението за Абрахам), Уейн Дайър, Екхарт Толе, Опра Уинфри и д-р Джо Диспенза.

Всички тези хора знаят нещо, което знам и аз: *манифестирането работи.*