

Глава 10

Как собрать всё воедино?

Метод манифестации

«Ваш успех неизбежен»

Если вы не удержались и перелистали сразу в конец, чтобы узнать, как работает проявление, я вас прекрасно понимаю. На вашем месте я бы тоже сгорала от любопытства.

Однако польза этой книги в том, что она шаг за шагом перепрограммирует ваше сознание, меняет убеждения и открывает новые возможности, о которых вы раньше и подумать не могли. Но все это происходит постепенно в процессе чтения.

Если вы сразу перелистали в конец, то вернитесь к началу, иначе не получите желаемых результатов.

Если же вы прилежно прочитали все главы, вы понимаете, о чем я говорю, верно? Ведь теперь вы наверняка иначе смотрите на чувство зависти. Вы поняли, почему всегда сравниваете себя с другими, почему вам так трудно получить то, чего хотите, почему считаете себя недостойной большего, боитесь неудачи, подавляете эмоции, откуда взялись финансовые трудности и почему ваши предыдущие

Ты рождена для мечты

попытки изменить жизнь ни к чему не привели. Наверняка в вас уже что-то изменилось, пока вы читали эту книгу.

Разум, в который проникла идея, уже не будет прежним.

Чем проще изложена информация, тем легче мозгу ее усвоить.

Чем лучше мозг запоминает информацию, тем легче применять полученные знания.

Чем чаще вы их применяете, тем больше результатов получаете.

Чем больше результатов вы получаете, тем больше у вас мотивации продолжать в том же духе.

Чем больше у вас мотивации, тем больше даров изобилия вы получаете естественным путем.

В этой главе я пошагово и кратко описываю процесс проявления по методу «Ваш успех неизбежен». Готовы?

Вы уже и так знаете все, что написано ниже. Так что вдохните, поздравьте себя с тем, что вы дошли до конца, и наслаждайтесь.

1. Выберите цель

Шаг первый: жизнь вашей мечты

Прежде чем переходить к действиям, вам нужно понять, чего вы хотите добиться. Перестаньте крутиться как белка в колесе и спросите себя: «Если бы у меня была волшебная палочка, что бы я изменила?»

Подумайте хорошенько, что вы хотели бы изменить во всех сферах своей жизни, и запишите свои мечты, какими бы безумными они вам ни казались. Пусть те, кто увидят этот список, подумают: «Да она сумасшедшая, это невозможно». Только мечтая по-крупному и постепенно двигаясь к цели, вы сможете изменить реальность вокруг вас.

Шаг второй: самое главное

Из всего, что вы сейчас написали, выберите цели, достижение которых сильнее всего отразится на вашей жизни. Например, если вы считаете, что, получив работу мечты, улучшите личную жизнь, финансовое положение и здоровье, начните работать над этой целью в первую очередь.

Важное предостережение для тех, кто испытывает стресс уже от необходимости выбирать. Знаю, что вы хотите все сделать идеально, но я освобожу вас от этой мании. Помните: ничего идеального не существует. Один мудрый человек сказал: «Если все выполнено идеально на 80%, это успех. Если же на 100%, это провал». Почему так? А потому, что в погоне за совершенством вы продолжаете топтаться на месте. Отпустите это. Вы же не намерены впустую тратить время.

Помните, что все аспекты вашей жизни связаны друг с другом. Поэтому любой результат, которого вы добьетесь, повлияет на вас и вашу жизнь в целом. Подсознание

едино. Вы едины. Любая внутренняя перемена, любая маленькая победа в какой-то сфере поможет вам добиться поставленных целей и в других сферах. Например, если из-за хронической нехватки денег у вас всегда плохое настроение, вы ссоритесь с родными, не можете позволить себе качественный досуг и наслаждение жизнью, займитесь в первую очередь деньгами.

А вот другой пример. Если в первую очередь вас беспокоит здоровье, потому что из-за нехватки сил вы не можете встречаться с друзьями (сфера общения), сменить работу (профессиональная сфера) или уделять больше времени своим увлечениям (сфера досуга), то в первую очередь вам нужно решить проблему здоровья.

Что бы вы ни выбрали, это будет правильно.

2. Откажитесь от вредных предубеждений

У вас есть убеждения и вы думаете, что никогда не сможете добиться поставленных целей?

Когда вы говорите: «Я хочу [подставьте цель, которую вы выбрали в пункте 1], но...», всё после «но» — вредное предубеждение. «Я хочу открыть свой бизнес, но я уже не в том возрасте», «Я хочу создать семью, но мне не найти достойного доверия мужчине» и т. д.

Научитесь распознавать такие убеждения в момент их появления, когда вы произносите такие мысли вслух.

Со временем вы научитесь отсекаать их даже до того, как сформулируете. Помните: ни одно убеждение — не абсолютная истина, есть только убеждения, которые нас ограничивают, и те, которые дают нам сил. Успех проявления будет зависеть от того, к каким из них вы будете прислушиваться.

Ставьте под сомнение любое убеждение, которое негативно на вас влияет, и регулярно задавайте себе четыре вопроса из главы 2.

1. Откуда взялось это убеждение? (На этом этапе вы осознаёте, что оно вам было навязано и, следовательно, можете от него избавиться.)

2. Это убеждение истинно или вам просто так кажется и вы не можете взглянуть на ситуацию под другим углом из-за нехватки информации? (На этом этапе вы ставите свое убеждение под сомнение. Вы уже не маленькая девочка, которая безропотно соглашается со всем, что ей говорят.)

3. Кем бы я была и чего бы добилась без этого убеждения? (На этом этапе вы разрешаете себе жить без этого убеждения.)

4. В чем же истина? Что бы сказала мне мой коуч / лучшая подруга / Вселенная? (На этом этапе вы выбираете свою новую истину и смотрите на мир с точки зрения своего взрослого и уверенного в себе «я».)

Повторяйте новые утверждения в позе Чудо-женщины и вырабатывайте в себе мышление изобилия. Также используйте технику визуализации, чтобы запрограммировать себя на успех. Представляйте, что вы уже стали уверенной

в себе женщиной, которая наслаждается жизнью своей мечты. Нет правильного способа визуализации. Это все равно что видеть сны наяву. Если вы постоянно переживаете о завтрашнем дне и накручиваете себя, поздравляю: вы уже владеете приемами визуализации. Не обязательно представлять все в мельчайших подробностях — сосредоточьтесь на чувствах, а не на внешней составляющей.

3. Станьте человеком, который уже всего достиг

Это самая важная часть. Сейчас вы, вместо того чтобы бесконечно брести из пункта А (ваша нынешняя жизнь) в пункт Б (жизнь вашей мечты), как осел, который вечно тянется к болтающейся перед ним морковке, сами становитесь этой морковкой.

Да, вы все верно поняли! Вы — женщина из пункта Б, которая уже всего добилась. Но чтобы стать ею в реальности, сначала вы должны получше ее узнать. Если вам трудно представить успешную себя, чтобы ответить на следующие вопросы, подумайте о том, кто уже добился жизни, о которой вы мечтаете.

- Как выглядит успешная версия вас?
- Как ее зовут?
- Что она думает о жизни и о себе?
- С кем она общается?

- Какие курсы посещает?
- Как она проводит свободное время?

Смотрите на мир ее глазами и действуйте так, как бы действовала она.

4. Улучшите свою вибрацию

Желания — путь к определенному эмоциональному состоянию. Неважно, хотите ли вы денег, социального статуса, отношений или духовного просветления, вы через эмоции стремитесь достичь определенных вибраций. Когда вибрации ваших эмоций и желаний совпадут, вы перестанете мешать себе и сможете исполнить любые мечты.

Прощение и благодарность — две самые мощные энергии, которые помогут вам улучшить вашу вибрацию. Не забывайте каждый день проговаривать, за что вы благодарны. Рекомендую заниматься этим утром и перед сном.

Когда вы заметите, что начинаете контролировать ход исполнения желаний, благодарите Вселенную за все, что у вас уже есть. Первый значимый шаг — сказать спасибо за то, что вы начали новый день и у вас есть крыша над головой. Со временем вы возвыситесь в искусстве благодарности, и это будет даваться гораздо легче. Если с благодарностью возникнут трудности, подойдут любые другие приятные эмоции. Не забывайте делать то, что приносит вам удовольствие, смеяться и наслаждаться жизнью.

Если иногда вам будет грустно, это нормально. Имеете полное право. Чтобы взять жизнь в свои руки, нужно следовать двум правилам при работе с эмоциями.

1. Давайте выход эмоциям, чтобы они не задерживались в вас. Не обязательно быть позитивной круглые сутки, нужно научиться понимать, какую эмоцию вы испытываете сейчас, пропустить ее через себя и дать ей выход (да, что-то сродни походу в туалет).

2. Настраивайтесь на эмоции, которые делают вас сильнее. Для этого нужно научиться использовать свое тело — один из важнейших инструментов проявления. Используйте его каждый день, влияя на свое эмоциональное состояние. Так вы приучите свое примитивное сознание к благополучию и откроетесь более высоким уровням счастья и изобилия.

5. Слушайте интуицию и действуйте

Желание без действия — это всего лишь мечта. Только ваши действия дают Вселенной понять, что вы настроены серьезно и вы команда.

Какое действие предприняла бы ваша новая личность дальше?

- Выйти из токсичных отношений?
- Обновить резюме?
- Создать публикацию в социальных сетях?

- Спланировать следующий проект?
- Нанять бизнес-коуча?
- Научиться продвигать и развивать сайты?
- Заняться личностным ростом?

Спросите себя, к чему вас призывает интуиция прямо сейчас. Выбирайте первое, что придет в голову, даже если сначала это покажется нелогичным или не связанным с вашей целью. Не сомневайтесь. Действуйте и всегда ставьте свою мечту на первое место в списке приоритетов.

Понимаю, вы заняты, но представьте, что мечта — ваша подруга. Каково было бы ей, если бы вы постоянно откладывали встречу с ней на потом? Ваши мечты никогда не сбудутся, если вы не сделаете их приоритетом своей жизни. Сосредоточьтесь. Вкладывайте время, энергию и деньги в себя и свои цели. Это ваша ответственность. Только вы можете себя спасти.

Готовность брать на себя ответственность и действовать творит чудеса. И никакого перфекционизма! Уверенность приходит через действия, а не вечные самокопания.

6. Перестаньте все контролировать и откройтесь изобилию

Доверьтесь Вселенной.

Сделав заказ в ресторане, вы же не идете за официантом на кухню и не следите, как готовят вашу еду, верно?

Вы знаете, что рано или поздно вам ее принесут, спокойно наслаждаетесь бокалом вина и беседой с друзьями. Почему тогда вы не доверяете Вселенной?

Ваша задача — знать, чего вы хотите, верить, посвящать себя на сто процентов своей мечте и начать действовать, даже если не чувствуете себя готовой к этому. Вселенная выберет самый подходящий момент и для вас, и для окружающих. Когда вы по-настоящему вступите на путь проявления, запустится квантовый механизм, который будет поддерживать вас на пути к мечте. Это значит, что ваши желания могут реализоваться неожиданно, возможно даже превзойдя ваши ожидания, ведь ваше эго не в силах постичь всего замысла великой сущности, которая дала жизнь вам и миллионам планет. Как раз она вам помогает, когда вы серьезно начинаете относиться к своим мечтам.

Все чаяния сбудутся в свое время, когда вы будете готовы наслаждаться новой жизнью, поддерживать ее и благодарить.

Не нужно нестись к успеху сломя голову. Сосредоточьтесь на том, чтобы действительно стать новой версией себя, а не на внешних проявлениях, и вы получите все, чего желаете.

Написанное выше — не просто набор строк на бумаге, а путеводитель по жизни, к которому вы всегда сможете вернуться, когда у вас появится новая цель или вы захотите еще сильнее насладиться тем, чего уже достигли.

Он позволит вам добиться полноценной и счастливой жизни и обрести уверенность в том, что лучшее еще впереди.

Используйте его столько раз, сколько нужно. Пусть он станет вашим провожатым на этом сложном, но единственно верном пути.



[Почитать описание, рецензии
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

