

# ВЪЛШЕБСТВОТО





# ВЪЛШЕЕСТВОТО

Ронда Бърн



Copyright © 2012 by Making Good LLC.

ТАЙНАТА и логото на „Тайната“ са регистрирана търговска марка на „TS Production Limited Liability Company“, действаща чрез своя Люксембургски филиал, „TS Ltd, Luxembourg branch“.

[www.theseecret.tv](http://www.theseecret.tv)

Всички права запазени. Нито една част от тази книга не може да бъде размножавана, копирана, съхранявана или предавана в каквато и да е форма и по какъвто и да е начин – графичен, електронен или механичен, включително и чрез фотокопиране, записване или системи за съхранение или обработка на информация – без писмено съгласие на „Изток-Запад“, освен в случаите, позволени от закона или при цитиране в рецензии.

Информацията, съдържаща се в тази книга, има образователна цел и не е предназначен за диагностициране, за предписване на лечение или за лекуване на каквото и да е заболяване или неразположение. Тя не може и не бива да заменя консултация с компетентен специалист в сферата на здравеопазването. Съдържанието на тази книга е предназначено да бъде използвано само като допълнение към дадена благоразумна и надеждна програма за лечение, предписана от практикуващ медик. Авторът и издателят не поемат каквато и да била отговорност, ако някой по някакъв начин злоупотреби с този материал.

Artwork concept and art direction by Nic George for Making Good LLC.

Book layout and design by Gozer Media P/L (Australia), [www.gozer.com.au](http://www.gozer.com.au), directed by Making Good LLC.

Interior photography by Raphael Kilpatrick, directed by Making Good LLC.

© Блага Добрева, превод, 2012

© Издателство „Изток-Запад“, 2012

ISBN 978-619-152-072-5

*„Тѣй ще имаи славата  
на целия свят.“*

Изумруденият скрижал (ок. 5000–3000 г.пр.Хр.)



Посвещава се на вас

Нека Вълшебството ви отвори вратите  
към един нов свят и ви изпълни с радост  
до края на дните ви.

Това е намерението ми  
за вас и за целия свят.



## БЛАГОДАРНОСТИ

Когато пиша книга, създанието започва с радост и уединение; аз съм насаме с Вселената. След това постепенно кръгът се разширява и включва все повече хора, които допринасят с опита си, за да може накрая новата книга да стигне в ръцете ви. Ето кои хора участваха в постоянното разширяване на кръга на сътворението, благодарение на който „*Вълшебството*“ стана реалност.

*Благодаря, благодаря, благодаря:* на дъщеря ми Скай, която работеше неуморно с мен по редакцията заедно с Джош Голд, който допринесе с научните си знания и изследователски умения, помогнали да обединя достиженията на науката със словата на религията.

Благодаря на редактора ми Синди Блек от „Бионд Уърдс“ за прямия ѝ подход и провокативните въпроси, които ме направиха по-добър автор. Благодаря на Ник Джордж за творческата му визия, която улови вълшебството чрез художественото оформление на книгата – вътрешно и на първа корица.

Благодаря на Шеймъс Хор и Карла Торнтън от „Гузър Медия“ за изпълнението на графичния дизайн и странирането на книгата. Благодаря на екипа на „Тай-

ната“, който помогна на тази нова книга да види бял свят и на когото се опира целия ми труд; специално благодаря на сестра ми Джан Чайлд, която оглавява целия издателски екип; Андреа Киър, която оглавява неотразимия ни творчески екип; Пол Харингтън и сестра ми Гленда Бел, които заедно с Рафаел Килпатрик и останалите колеги създадоха вълшебните снимки в книгата. Благодаря и на останалите членове на екипа на „Тайната“ за незаменимата им работа зад кулисите: Дон Зик, Марк О’Конър, Майк Гардинър, Лори Шарпов, Кори Йохансинг, Чи Лий, Питър Бърн и дъщеря ми Хейли.

*Благодаря, благодаря, благодаря* на издателствата „Атрия Букс“ и „Саймън енд Шустър“: на Каролин Рийди, Джудит Кър, Дарлин ДеЛило, Тусни Фан, Джеймс Първин, Кимбърли Голдстайн и Изолда Сауър. Този великолепен екип е благословение за мен.

*Благодаря, благодаря, благодаря* на Анхел Мартин Велайос за духовните напътствия, любовта и мъдростта, на сестра ми Полин Върнън и скъпите ми приятели и семейство за непрестанната им подкрепа и ентузиазираното им отношение към работата ми. Отдавам най-дълбока благодарност и на великите личности, живели преди хилядолетия, които са открили истините на живота и са ги оставили записани, тъй че днес да ги намерим точно в правилния момент – този неуловим момент, в който животът ни се променя, защото очите ни са се отворили да видят, а ушите ни – да чуят.

## *Съдържание*

ВЯРВАТЕ ЛИ ВЪВ ВЪЛШЕБСТВА?	1
РАЗКРИВАНЕТО НА ЕДНА ВЕЛИКА ТАЙНА	5
ДАЙТЕ ПЪТ НА ВЪЛШЕБСТВОТО В ЖИВОТА СИ	15
ВЪЛШЕБНАТА КНИГА	21
<i>Ден 1</i> ИЗБРОЯВАНЕ НА БЛАГОСЛОВЕНИЯТА	29
<i>Ден 2</i> ВЪЛШЕБНОТО КАМЪЧЕ	37
<i>Ден 3</i> ВЪЛШЕБСТВОТО ВЪВ ВЗАИМООТНОШЕНИЯТА	43
<i>Ден 4</i> ВЪЛШЕБСТВОТО В ЗДРАВЕТО	51
<i>Ден 5</i> ВЪЛШЕБСТВОТО ВЪВ ФИНАНСИТЕ	61
<i>Ден 6</i> ВЪЛШЕБСТВОТО В ПРОФЕСИОНАЛЕН ПЛАН	69
<i>Ден 7</i> ВЪЛШЕБЕН ИЗХОД ОТ НЕБЛАГОПРИЯТНИТЕ ОБСТОЯТЕЛСТВА	77
<i>Ден 8</i> ВЪЛШЕБНАТА СЪСТАВКА	87
<i>Ден 9</i> МАГНИТЪТ ЗА ПАРИТЕ	95
<i>Ден 10</i> ПОРЪСЕТЕ ВСИЧКИ С ВЪЛШЕБЕН ПРАШЕЦ	101
<i>Ден 11</i> ВЪЛШЕБНО УТРО	111
<i>Ден 12</i> ВЪЛШЕБНИ ХОРА С ГОЛЯМО ЗНАЧЕНИЕ	117
<i>Ден 13</i> СЪБЪДНЕТЕ ВСИЧКИТЕ СИ ЖЕЛАНИЯ	123

<i>Ден 14</i> ИЗЖИВЕЙТЕ ЕДИН ВЪЛШЕБЕН ДЕН	133
<i>Ден 15</i> ВЪЗСТАНОВЕТЕ ПО ВЪЛШЕБЕН ПЪТ ВЗАИМООТНОШЕНИЯТА СИ С ХОРАТА	141
<i>Ден 16</i> ВЪЛШЕБСТВОТО И ЧУДЕСАТА В ЗДРАВЕТО	149
<i>Ден 17</i> ВЪЛШЕБНИЯТ ЧЕК	157
<i>Ден 18</i> ВЪЛШЕБНИЯТ СПИСЪК СЪС ЗАДАЧИ	167
<i>Ден 19</i> ВЪЛШЕБНИ КРАЧКИ	175
<i>Ден 20</i> ВЪЛШЕБСТВОТО НА СЪРЦЕТО	181
<i>Ден 21</i> ВЕЛИКОЛЕПНИ РЕЗУЛТАТИ	187
<i>Ден 22</i> ПРЕД САМИТЕ ВИ ОЧИ	195
<i>Ден 23</i> ВЪЛШЕБНИЯТ ВЪЗДУХ, КОЙТО ДИШАТЕ	201
<i>Ден 24</i> ВЪЛШЕБНАТА ПРЪЧИЦА	207
<i>Ден 25</i> ОТКРИЙТЕ ВЪЛШЕБНИЯ ЗНАК	215
<i>Ден 26</i> ПРЕВЪРНЕТЕ ПО ВЪЛШЕБЕН ПЪТ ГРЕШКИТЕ В БЛАГОСЛОВЕНИЯ	221
<i>Ден 27</i> ВЪЛШЕБНОТО ОГЛЕДАЛО	229
<i>Ден 28</i> ПРИПОМНЕТЕ СИ ВЪЛШЕБСТВОТО	235
ВАШЕТО ВЪЛШЕБНО БЪДЕЩЕ	241
ВЪЛШЕБСТВОТО НИКОГА НЕ СВЪРШВА	249





## ВЯРВАТЕ ЛИ ВЪВ ВЪЛШЕБСТВА?

*„Вълшебствата никога не се случват на хора, които не вярват в тях.“*

РОАЛД ДАЛ (1916–1990)

ПИСАТЕЛ

Помните ли как като дете бяхте изпълнени с възхита и удивление от живота? Той бе вълшебен и вълнуващ и дори най-малките неща бяха изключително интригуващи. Впечатляваше ви скрежът по стръкчетата трева, пърхането на пеперудата покрай вас или някое по-странно листо или камъче на земята.

Колко бяхте развълнувани, когато ви падна зъбчето – това означаваше, че ще ви посети Феята на зъбчетата и ще броите дните до вълшебната коледна нощ! Дори и да нямате представа как Дядо Коледа успява да стигне до всяко дете за една нощ, той някак се справяше с тази непосилна задача и не ви подведе нито веднъж.

Северните елени можеха да летят, в градината имаше феи, домашните животни ви изглеждаха като хора, играчките имаха индивидуалност, мечтите се сбъдваха и можехте да докоснете звездите. Сърцето ви пре-

ливаше от радост, въображението ви не познаваше граници и вие вярвахте, че животът е вълшебство!

Мнозина от нас като деца са изпитвали силното, наситено чувство, че всичко е добро, че всеки ден обещава нови вълнения и приключения и че никога нищо не може да ви отнеме радостта от вълшебството на заобикалящия ви свят. С годините обаче сме се превърнали във възрастни и отговорностите, проблемите и трудностите са взели своя дан. Простили сме се с илюзиите; вълшебството, в което сме вярвали като деца, е избледняло и се е изгубило. Това е една от причините, поради които възрастните обичат да са около деца – тяхната компанията им помага отново, макар и само за миг, да се докоснат до това отминало чувство.

Искам да ви кажа, че вълшебството, в което някога вярвахте, е истинско; това, което не е вярно, е гледната точка на възрастните с разбити илюзии. Вълшебството на живота е *истинско* – точно толкова, колкото и самите вие. Всъщност животът може да е далеч по-чуден, отколкото сте си представяли като дете; той може да спира дъха ви, да ви удивлява и вълнува много повече, отколкото досега. Ако знаете какво да направите, за да може вълшебството да се сбъдне, ще заживеете живота на мечтите си. Тогава няма да може да се начудите как изобщо сте могли да престанете да вярвате във вълшебството на живота!

Летящи елени може да не видите; *ще* видите обаче неща, за които винаги сте мечтали – това, за което дълго сте копнели, внезапно ще се осъществява в реалността. Никога няма да разберете как точно са се стекли нещата, за да се сбъднат мечтите ви, защото

вълшебството се случва в невидимия свят – а това е най-вълнуващото!

Готови ли сте отново да ви се случи вълшебство? Готови ли сте да се изпълвате всеки ден с трепет и възхищение, както когато бяхте дете? Пригответе се за вълшебството!

Приключението ни започва преди две хиляди години, когато едно знание, способно да промени живота ви, бива скрито в свято писание...



## РАЗКРИВАНЕТО НА ЕДНА ВЕЛИКА ТАЙНА

Следващите думи са от Евангелието на Матей в светите писания. Векове наред те са били обвити в мистицизъм, били са неразбрани и тълкувани неправилно от мнозина.

*„Който има, нему ще се даде, и ще има изобилие. Който няма, от него ще се отнеме и това, което има.“*

Трябва да си признаем, че на първо четене този текст изглежда несправедлив. Той сякаш твърди, че богатите ще стават още по-богати, а бедните – още по-бедни. Тук обаче има една тайна, която чака да бъде разбулена. Когато я разгадаете, пред вас ще се открие цял нов свят.

Отговорът, убягвал на мнозина през вековете, се крие в скритата дума: **благодарност**.

*„Който има благодарност, нему ще се даде, и ще има изобилие. Който няма благодарност, от него ще се отнеме и това, което има.“*

Откровението за тази скрита дума разкрива ясно значението на загадъчния текст. Изминали са две хиляди

години от записването на тази мъдрост, но тя продължава да важи със същата сила и днес: ако не отделите време да изразите благодарността си, няма да получите нищо повече, като ще изгубите и това, което имате. Обещанието за вълшебството, което ще се случи заради благодарността, е в следните думи: *ако си благодарен, ще получиш повече, и то в изобилие!*

Обещанието за благодарността в Корана е не по-малко недвусмислено:

*„И прогласи вашият Господ: 'Ако сте признателни, Аз непременно ще ви надбавя. А ако сте неблагодарни, мъчението Ми е сурово.'“*

Каквато и религия да изповядвате, независимо дали сте вярващ, или не, тези думи от Светите писания и Корана важат в живота ви. Те са свързани с един фундаментален научен и вселенски закон.

### *Това е всеобщ закон*

Силата на благодарността е всеобщ закон, който управлява целия ви живот. Съгласно „закона за привличането“, на който е подчинена цялата енергия в нашата Вселена, подобните неща се привличат – като се започне от формирането на атома и се стигне до движението на планетите. Именно благодарение на закона на привличането клетките на всяко живо същество, както и на неживите тела в материалния свят, се държат заедно. Във вашия живот законът въздейства чрез мислите и чувствата ви, тъй като те също са енергия и каквото и да помислите, каквото и да почувствате, вие привличате още от същото към себе си.

Ако си кажете „Не харесвам работата си“, „Не ми стигат парите“, „Не мога да намеря идеалния си партньор“, „Не мога да си платя сметките“, „Май се разболявам“, „Той/тя не ме цени“, „Не се разбирам с родителите си“, „Имам проблеми с детето“, „Животът ми е пълна каша“ или „Бракът ми е пълен провал“, то по закон следва да привлечете още от тези преживявания.

Ако обаче си мислите за нещата, за които сте благодарни, като например „Обичам работата си“, „Семейството ми много ме подкрепя“, „Тази отпуска беше най-хубавата в живота ми“, „Днес се чувствам превъзходно“, „Никога досега не са ми връщали толкова голяма сума от данъци“, „Този уикенд си изкарахме страхотно със сина ми на къмпинга“ и сте изпълнени с искрена благодарност, законът на привличането по-велява, че ще привлечете още *такива* неща в живота си. Точно както магнитът привлича метала, благодарността ви ще действа магнетично и колкото повече се изпълвате с нея, толкова повече изобилие ще привлечате. Това е всеобщ закон!

Сигурно сте чували да казват „Където е текло, пак ще тече“, „Каквото си сял, това ще жънеш“, „Каквото повикало, такова се обадило“. Всички тези поговорки се позовават на същия закон и илюстрират един и същ вселенски принцип, открит от великия учен Исак Нютон.

Сред научните открития на Нютон са законите на механиката, един от които гласи:

*Всяко действие има равно по големина и противоположно по посока противодействие.*

Когато приложим идеята за благодарността към закона на Нютон, той би прозвучал така: всяко действие на *даване* на благодарност винаги провокира противоположната реакция на *получаване*. Полученото винаги е равно на количеството благодарност, която сте дали. Това означава, че всяко действие на изразяване на благодарност, задвижва получаване в отговор! Колкото по-искрена и дълбока благодарност изпитвате (с други думи колкото *повече* благодарност давате), толкова *повече* ще получите.

### *Златната нишка на благодарността*

За силата на благодарността се е проповядвало и тя се е практикувала още преди хиляди години, както говорят първите сведения за историята на човечеството. Тя се е предавала през вековете, прескачайки границите на континентите, пропивайки една след друга различни цивилизации и култури. В сърцевината на всички основни религии – християнството, исляма, юдаизмът, будизмът, сикхизмът и индуизмът – се говори за благодарност.

Мохамед казва, че благодарността за изобилието, на което се радваш, е най-добрата гаранция, че то ще продължи.

Буда казва, че нямаме причина за да правим друго, освен да сме благодарни и да се радваме.

Лаодзъ казва, че ако се радваш за настоящото състояние на нещата, целия свят ще ти принадлежи.

Кришна казва, че каквото и да му се предложи, той го приема с радост.

Цар Давид говори, че трябва да сме благодарни за целия свят, за всичко, което е между небето и Земята.

Иисус пък казваше „благодаря“, преди всяко чудо, което извършваше.

Практикуването на благодарност е в корена на повечето традиции на коренното население – от австралийските аборигени до африканските масаи и зулуси, от американските навахо, шуони и чероки, до таитянциите, ескимосите и маорите.

*„Когато станеш сутрин, благодари за сутрешната светлина, за това, че си жив и силен. Благодари за храната си и за радостта от живота. Ако не виждаш за какво да благодариш, грешката е само твоя.“*

ТЕКУМЗЕ (1768–1813)

ВОЖД НА АМЕРИКАНСКИТЕ ИНДИАНЦИ ШУОНИ

Историята е пълна със знаменити личности, които са изразявали благодарността си. Техните постижения ги нареждат сред най-великите личности, живели някога: Ганди, Майка Тереза, Мартин Лутър Кинг, Далай Лама, Леонардо да Винчи, Платон, Шекспир, Езоп, Блейк, Емерсън, Дикенс, Пруст, Декарт, Линкълн, Юнг, Нютон, Айнщайн и много, много други.

Научните открития на Айнщайн успяват да променят начина, по който възприемаме вселената. Когато го питат за монументалните му постижения, той винаги благодари на други хора. Един от най-великите умове

на всички времена е благодарил на други хора за свършената от тях работа над сто пъти на ден!

Чудно ли е тогава, че толкова много от загадките на живота са били открити на Алберт Айнщайн? Чудно ли е, че той прави едни от най-великите научни открития в историята? Той е практикувал благодарност всеки ден от живота си и в резултат е получил изобилие под най-различна форма.

Когато запитали Исак Нютон как е стигнал до своите научни открития, той отговорил, че те се дължат на факта, че е бил стъпил на плещите на титани. Исак Нютон, който наскоро бе обявен чрез гласуване за човека с най-голям принос към науката и човечеството, също е бил *благодарен* на хората, живели преди него.

Учените, философите, изобретателите, откривателите и пророците, които са практикували благодарност, са жънели нейните резултати. Повечето от тях са съзнавали присъщата ѝ сила. Въпреки това силата на благодарността все още е неизвестна за повечето хора днес, тъй като за да станеш свидетел на вълшебството на благодарността в своя живот, трябва да я изразяваш!

## *Моето откритие*

Моята история е идеален пример за това какъв е животът, когато човек е невеж по отношение на благодарността, и какво става, когато я превърне в част от живота си.

Ако преди шест години ме бяха запитали дали съм благодарен човек, щях да отговоря: „Да, със сигурност съм. Казвам „благодаря“, когато ми дадат подарък, когато някой ми отвори вратата или когато направят нещо за мен.“

Истината е, че изобщо не бях благодарна. Не знаех какво означава да си благодарен *наистина*. Фактът, че просто произнасях думата *благодаря* в определени случаи, определено не ме правеше благодарен човек.

Лишеният ми от благодарност живот бе доста труден. Бях затънала в дългове, които всеки месец малко по малко се увеличаваха. Работех много, но финансовото ми положение все не можеше да се подобри. В опита си да посрещам задълженията по неспирно нарастващите ми дългове живеех под постоянен стрес. Взаимоотношенията ми се лашкаха от едната крайност в другата – ту нормални, ту съсипващи, тъй като времето все не ми стигаше за когото и да било.

В периодите, в които можех да се нарека „здрава“, в края на деня неизменно се чувствах като парцал и редовно се простудявах – не пропусках вирус всеки сезон. В моментите, прекарани с приятели или когато отивах на почивка, се чувствах щастлива, но след това се налагаше да си сърбам попарата – трябваше да наваксам с работата, за да успея да си платя за тези удоволствия.

Аз не живеех. Аз оцелявах – от ден за ден, от сметка до сметка. Щом успеех да реша някой проблем, веднага се появяваха нови.

Тогава обаче се случи нещо, което промени целия ми живот. Открих една тайна за живота и в резултат започнах наред с други неща и да изразявам благодарността си всеки ден. В резултат всичко в живота ми се промени и колкото повече изразявах благодарност, толкова по-чудотворни бяха резултатите. Животът ми наистина се превърна във вълшебство.

За пръв път приключих с дълговете и скоро след това имах достатъчно пари, за да направя всичко, което искам. Проблемите във взаимоотношенията, работата и здравето ми изчезнаха и вместо всекидневно да се боря с препятствия, към мен едно след друго заваляха хубави неща. Здравето ми коренно се подобри, изпълних се с енергия и се чувствах по-добре, отколкото когато бях на двайсет. Взаимоотношенията ми се изпълниха със смисъл и за няколко месеца преживях много повече хубави моменти със семейството и приятелите си, отколкото за целия ми живот дотогава.

Най-голямата промяна бе, че се чувствах по-щастлива, отколкото си представях, че е възможно да се чувства човек. Бях изпълнена с блаженство. Благодарността промени мен и това се отрази по чудотворен начин на целия ми живот.





## ДАЙТЕ ПЪТ НА ВЪЛШЕБСТВОТО В ЖИВОТА СИ

Който и да сте, където и да сте, в каквито и обстоятелства да се намирате, вълшебството на благодарността ще промени целия ви живот!

Писали са ми хиляди хора във възможно най-тежки ситуации, които са променили напълно живота си, щом са започнали да изразяват благодарност. Била съм свидетел на случаи, в които хората оздравяват по чудотворен начин, въпреки че е изглеждало, че няма никаква надежда. Виждала съм как се спасяват бракове и съсипаните взаимоотношения стават прекрасни. Виждала съм как хората се издигат над мизерията и започват да просперират; виждала съм и как се прощават с депресията и се изстрелват в живот, изпълнен с радост и удовлетворение.

Благодарността може да внесе чудотворна промяна във взаимоотношенията ви, изпълвайки ги с радост и смисъл, независимо от състоянието им в момента. Благодарността може по вълшебен път да ви донесе повече успех, тъй че да се сдобие с парите, които са ви необходими, за да правите това, което искате. Тя ще подобри здравето ви и ще ви дари със щастие, кое-

то надминава всичките ви очаквания. Благодарността ще извърши своето чудо и ще задвижи кариерата ви, ще увеличи успеха ви и ще ви донесе мечтаната работа или това, което искате да правите. На практика, каквото и да искате да бъдете, правите или имате, можете да го постигнете чрез благодарност. Вълшебната сила на благодарността ще превърне живота ви в съкровище!

Когато практикувате благодарност, ще разберете защо някои неща в живота ви не са вървели и защо други липсват. Когато превърнете благодарността в начин на живот, всяка сутрин ще се събудите развълнувани, че сте живи. Всичко ще се случва без напъни и вие ще се чувствате лек като перце и по-щастлив от когато и да било. Може и да срещате трудности в живота, но ще знаете как да се справите с тях и да си извадите поука. Всеки ден ще бъде едно вълшебство; то ще изпълва живота ви повече, отколкото когато сте били дете.

### *Има ли вълшебство в живота ви?*

Още сега можете да разберете доколко благодарността присъства в живота си. Достатъчно е да се замислите върху основните области от живота си: пари, здраве, щастие, кариера, дом и взаимоотношения. Областите от живота ви, в които има изобилие и са прекрасни, са областите, в които сте отдавали благодарност и в резултат на това се радвате на изобилие. Всяка област, в която липсва изобилие и не е прекрасна, е такава поради липсата на благодарност.

Толкова е просто и е факт: когато не сте благодарни, не можете да получите повече в замяна. Това е така, защото блокирате действието на вълшебството и спирате потока, който ви носи още здраве, подобряване на взаимоотношенията, увеличаване на радостта и парите и напредък в работата, кариерата или бизнеса. За да *получите*, трябва да *дадете*. Такъв е законът. Ако не *отдаваш* благодарност, отрязваш достъпа си до вълшебството и до възможността да *получиш* всичко, което искаш в живота.

Какво всъщност е неблагодарността? Когато не изразяваме благодарност, ние на практика *взимаме*, ние взимаме нещата в живота си за даденост. Така несъзнателно лишаваме самите себе си. Законът за привличането казва, че подобното привлича подобно, тъй че ако взимаме нещо за даденост, от нас също ще бъде отнето. Не забравяйте, че „който няма **благодарност**, от него ще се отнеме“.

Със сигурност има неща в живота ви, за които сте били благодарни. За да преживеете вълшебството обаче и да внесете коренна промяна в настоящите си обстоятелства, трябва да практикувате благодарността и да я превърнете в нов начин на живот.

## Вълшебната формула

„Знанието е скривалище, но практиката е ключът към нея.“

Ибн Халдун (1332–1406)

учен, държавник

Древните митове и легенди говорят, че за да отключи вълшебството, човек трябва първо да каже „вълшебното заклинание“. Същото е и с вълшебството, отключвано от благодарността – първо трябва да кажем вълшебната думичка *благодаря*. Няма как да ви опиша с думи истинското значение на думата *благодаря* за вашия живот. За да живеете с благодарност, за да преживеете вълшебството в живота си, трябва съзнателно да започнете да изричате и чувствате думата *благодаря* повече от която и да е друга дума. Тя трябва да се превърне във ваша идентичност. *Благодаря* е мостът между положението, в което се намирате сега, и животът на мечтите ви.

### Вълшебната рецепта

1. Съзнателно мислете и произнасяйте вълшебната дума *благодаря*.
2. Колкото повече мислите и съзнателно произнасяте вълшебната дума *благодаря*, толкова повече благодарност ще чувствате.
3. Колкото повече съзнателно мислите за благодарност и я чувствате, толкова повече изобилие ще получавате.