

INTRODUZIONE

Vi piacciono i segreti?

Ognuno di noi conosce la confusione, la tristezza e la frustrazione che accompagnano la sensazione che la vita non giri per il verso giusto. Forse vi sentite persi od oppressi da eventi del passato. Forse le vostre relazioni non sono come vi aspettavate. Lasciatemi indovinare: il vostro lavoro non sta andando molto bene e le vostre finanze non sono in ordine. Vi capisco. Davvero. Perché se assomigliate anche vagamente a quella che ero io un tempo, ci sono buone possibilità che abbiate pregato perché la vostra realtà fosse diversa da quella che state vivendo, oppure cercato di manifestare un futuro più luminoso da soli, per poi ritrovarvi al punto di partenza: sconfitti, inadeguati, insicuri, disperati e non amati. Ho sempre pensato che ci fosse qualcosa di sbagliato in me quando combattevo contro questi demoni, dato che sembrava che gli altri fossero in grado di avere o fare le cose che io desideravo per me.

Ebbene, sono qui per dirvi che la vita non deve essere per forza così... che potete avere tutto ciò che avete sempre desiderato, e anche di più. *Lo so* perché adesso ho superato questo dolore. Dopo aver vinto le sfide in quasi tutti gli ambiti della mia vita, ho insegnato a milioni di altre persone che tutto ciò che desiderano è a loro disposizione, e che c'è sempre una via per raggiungerlo.

Sì, *sempre*.

In quanto imprenditrice, filantropa ed esperta di manifestazioni, ho trascorso quasi un decennio a insegnare ai clienti – privatamente, online, e durante eventi e workshop organizzati da Authentic Living, la mia società – come avere un'esistenza autentica e profondamente appagante in modo da poter manifestare cambiamenti immediati e duraturi. Più di una volta mi è capitato di vedere che l'abbondanza, la felicità, l'amore e l'intento trovano un modo per arrivare fino a noi quando ci troviamo in uno stato mentale sano, onesto sul nostro percorso energetico più elevato e chiaro – il che si palesa quando comprendiamo, purifichiamo ed eleviamo le credenze che ci guidano. Una volta che iniziate ad accettare ciò che siete veramente, diventate integri e completi perché seguite la stella polare della vostra anima. Le vostre manifestazioni diventano più belle e facili da realizzare di quanto possiate mai immaginare.

Quali sono le chiavi specifiche del futuro che desiderate? Otto principi segreti che vi aiuteranno a raggiungere i vostri più grandi desideri con facilità e rapidità. Vi indicheranno la strada verso il vostro io più grandioso, che è allineato con il bene supremo dell'universo, e il risultato diventerà il fondamento per manifestare qualsiasi obiettivo desideriate realizzare. I metodi che condivido in questo libro sono stati estrapolati e sviluppati mentre ero in uno stato intuitivo e meditativo. Raccolgo informazioni in questo modo da quando avevo cinque anni, e sono convinta che ciò cui ho accesso e che insegno provenga da una fonte pura e divina. Pur non essendo una sensitiva né una medium, io – come la maggior parte dei leader del pensiero che sono in contatto con il loro lato spirituale – sono costantemente guidata e indirizzata dall'universo, e gran parte di questa saggia intelligenza include come insegnare alle masse a manifestare in modo nuovo e unico. Prendo questa missione molto seriamente. Le mie tecniche sono ispirate anche dalla mia educazione formale; ricerche che ho svolto a fianco di importanti scienziati, medici e assistenti psichiatrici; oltre alle esperienze personali che hanno cambiato il mio percorso. Ho imparato molto anche dai clienti che si sono rivolti a me nei loro momenti più bui. Dopo aver lavorato con me per migliorare i loro pensieri, ricablare il

loro cervello e perfezionare le loro intenzioni, hanno proseguito manifestando la casa, la relazione sentimentale, la carriera, la salute, le vacanze, la stabilità finanziaria, un lavoro appagante, la famiglia e (inserirvi qui il desiderio del cuore!) dei loro sogni più audaci.

Svelare i segreti per manifestare

Anche se oggi sono felice e spensierata grazie ai miei segreti di manifestazione, la vita non è sempre stata tutta rose e fiori. Il mio viaggio è stato costellato da disfunzioni familiari, dipendenze, divorzi, traumi sessuali, disordini alimentari, oltre che da rapporti e lavori inconcludenti, troppi per poterli enumerare. Come avrete presto modo di leggere, dopo essere stata praticamente annientata da un ragazzo violento, ho capito che qualcosa del mio percorso doveva cambiare e ho fatto tutto ciò che era in mio potere per forgiarne uno nuovo. Mi sono arresa a un potere superiore, ho conseguito diplomi in psicologia e leadership per consolidare la mia crescita spirituale e ho sentito di essere guidata a canalizzare e implementare dei metodi con cui la scienza e la neurologia influenzano la nostra capacità di manifestare. (Ad essere onesta, all'inizio non mi ero resa conto di quanto fossero scientificamente allineate molte di queste informazioni, finché alcuni amici dalla mente acuta non confermarono che dovevo per forza attingere a un luogo divino, visto che non avevo una formazione in quella specifica e apparentemente innata dottrina che stavo condividendo.)

Quando decisi di intraprendere gli studi per il dottorato di ricerca, mi resi conto che un'istruzione superiore in realtà non era il percorso migliore per me, così rinunciai. Onestamente, tutta l'istruzione del mondo non era in grado di guarirmi o di aiutarmi ad andare avanti nella mia vita; invece, a livello istintivo sapevo che dovevo trovare una soluzione da sola. Gran parte di ciò che faccio è guidato da una bussola interna; in altre parole, se qualcosa non mi sembra giusto, semplicemente non lo faccio. Grazie alla guida divina che ricevo durante la meditazione, tuttavia, capii che curarmi con l'aiuto di un potere superiore rendeva la manifestazione più semplice, e

mentre analizzavo perché e in che modo la mia vita stava migliorando, affiorarono gli otto segreti. Mi sentivo così bene ad agire in base a quei capisaldi che non potevo tenere per me quelle informazioni, così iniziai a condividerle con quante più persone possibile. E adesso non vedo l'ora di condividere questi segreti con voi!

Svolgere il lavoro interiore

Dimenticate la *vision boost*^{*} e il generico pensiero positivo. Più di ogni altra cosa, ho scoperto che per manifestare occorre restare allineati con il nostro sé più sano e autentico, cosa che richiede una certa preparazione. Prima ancora di stabilire un'intenzione per mettere in moto gli ingranaggi giusti per la manifestazione, dovete dedicare un po' di tempo a riconoscere, e poi a rimuovere, le credenze, i pensieri e i sentimenti autodistruttivi che generano energia a bassa frequenza. Questi possono bloccare i vostri obiettivi e dare luogo a risultati irritanti. È un fenomeno che io chiamo «contro-manifestazione», in cui accidentalmente creiamo una vita che non desideriamo perché viviamo in un disordine emotivo ed energetico. Tuttavia quando riuscite a rivedere e a rafforzare le credenze, i pensieri e i sentimenti che possono portarvi in uno stato vibrazionale più elevato, l'universo risponderà allo stesso modo. Qualsiasi cosa vogliate inizierà a manifestarsi in modo positivo, poiché state svolgendo il lavoro che vi permette di guarire le credenze autodistruttive, di crearne di nuove, e di superare i traumi del passato che intralciano i vostri obiettivi. Una volta che vi trovate in questo stato genuinamente positivo, *allora* parlate la lingua dell'universo! Al tempo stesso, le credenze rinnovate e ottimizzate creano nuovi percorsi neurali nel cervello, di modo che i pensieri e i comportamenti aggiornati diventino il vostro nuovo riferimento emotivo, normale e automatico. Spostate l'ago della bilancia della manifestazione a ogni livello: mentale, emotivo, fisico,

spirituale. In pochissimo tempo, il vostro nuovo modo di vivere diventa un'abitudine, e manifestare si rivela un gioco da ragazzi.

La coscienza, del resto, è una delle energie più potenti dell'universo, e anche se ognuno di noi ha una storia umana influenzata dal proprio passato, possiamo decidere di soccombere ad esso o di trasformarlo per avere un futuro migliore. Se la vostra coscienza è rivolta al passato, allora continua a nutrire quel passato, e quel mostro diventerà ancora più denso dal punto di vista energetico. Ma se scegliete di cambiare e riformulare quella storia umana, allora la vostra coscienza non sarà più presente in quei momenti del passato, e quel passato cesserà di esistere. Proprio così. È una cosa così profonda quando accade che non riesco a trovare le parole per spiegare come ci si sente. Quello che so è che sperimenterete il gusto intenso della verità – che vi farà sentire leggeri, liberi, amorevoli e completi – tanto da rendere doloroso vivere in un altro modo. Vi renderete conto che la vostra vita può rispecchiare chi scegliete di essere, e quella versione non ha nulla a che fare con ciò che siete stati in passato, ma con ciò che siete autenticamente.

Come usare questo libro

Desidero che traiate il massimo da questo libro, mentre vi spiego i principi basilari della manifestazione per poi approfondire gli otto segreti che daranno una svolta alla vostra vita. Anche se alcuni di questi passaggi includono strumenti che potete utilizzare in qualsiasi momento del processo, sono piuttosto sequenziali, quindi il consiglio è di leggerli e di metterli in pratica l'uno dopo l'altro. Per ottenere risultati ottimali, è bene assicurarsi di aver compreso e messo in pratica ogni principio prima di passare a quello successivo. Alla fine, potrete personalizzare il processo di manifestazione per adattarlo ai vostri obiettivi in base a ciò che ha funzionato meglio per voi in passato. Ma durante la fase di apprendimento, vi chiedo di esercitarvi in modo ordinato.

Ecco un'idea di come il vostro processo e la vostra crescita si svolgeranno mentre lavoriamo insieme. Desidero spiegarlo subito,

^{*} Collage di immagini e affermazioni dei propri sogni e desideri, progettato per fungere da fonte di ispirazione e motivazione - N.d.R.

in modo che possiate immaginare come tutte le piccole parti in movimento lavoreranno per creare un insieme bello e sinergico. Nella prima parte di questo libro condividerò la mia storia personale, oltre ai principi e alla scienza che stanno alla base della manifestazione in generale; nella seconda parte, invece, spiegherò gli otto segreti della manifestazione offrendo suggerimenti su come applicarli alla vostra vita e personalizzarli. Dall'inizio alla fine vi insegnerò come controllare le vostre credenze, i vostri pensieri e sentimenti così come li sperimentate, in modo da poterli riorganizzare, costruire nuovi percorsi neurali nel cervello che li supportino e aumentare l'energia che li alimenta finché il processo non diventerà abituale.

Non preoccupatevi, renderò il processo divertente e affascinante, affinché possiate godervelo mentre procedete! Vi aiuterò a districare l'energia densa e i blocchi negativi che intralciano i vostri obiettivi. Vi aiuterò anche a gestire i ricordi spiacevoli del passato con le «interruzioni di schema», che modificano le vostre emozioni e reindirizzano la vostra energia quando reagite negativamente a un fattore scatenante. Migliorerete la vostra capacità di amare voi stessi e di creare il tipo di energia intenzionale di cui avete bisogno per manifestare. A questo punto, inizierete a dare un nome e a stabilire i vostri obiettivi di manifestazione, oltre a creare uno «schema della manifestazione» che vi aiuterà a intraprendere gli step che trasformano le vostre speranze in una realtà straordinaria. Con le vostre manifestazioni in atto, riscriverete le restanti regole, o credenze, in base alle quali vivete e imparerete ad attingere a una versione futura di voi stessi che può aiutarvi a risolvere i problemi in futuro. Queste ultime due fasi vi mettono nella condizione di ricevere eventi miracolosi senza fare grandi sforzi, grazie alla vibrazione costante ed elevata che adesso incarnate. Da questo punto in poi, eventi e conversazioni meravigliosi vi saranno serviti su un piatto d'argento, poiché esisterete e sfreccerete su una vibrazione dove sono disponibili solo le cose migliori. La vostra collaborazione con l'universo sarà più forte che mai. Saprete come co-creare con l'energia divina, e lo farete con facilità e frequenza.

Un'ultima considerazione che vorrei teneste a mente mentre leggete: in questo libro faccio spesso riferimento a Dio, in quanto credo

che Dio sia a capo di tutto ciò che manifestiamo e co-creiamo. Non attribuisco a Dio pronomi maschili o femminili, perché credo che Dio sia la fonte di tutta l'energia divina e creativa che non ha un genere. Detto questo, sappiate che *Dio* è semplicemente il termine che uso per indicare il mio potere superiore. Voi, magari, preferite chiamare Dio in un altro modo come, per esempio, Fonte, Universo (anch'io lo uso spesso) e così via. La saggezza e l'amore di Dio rimarranno straordinari e illimitati, a prescindere dal nome che si sceglie di usare quando si parla di questa energia.

Prendendo in mano questo libro avete fatto una scelta potente per cambiare la vostra vita in meglio, per voi e per tutti quelli che vi circondano. Anche se ammetto che si tratta di una lettura che copre numerosi argomenti, l'ho corredata di tanto amore e incoraggiamento, perché sono onorata di poter cambiare insieme a voi la vostra vita. I concetti, gli strumenti e gli otto segreti vi faranno entrare in una realtà più grande e vi porranno saldamente al comando di tutte le circostanze mentre si sviluppano e migliorano, giorno dopo giorno. Quindi non perdiamo un altro secondo: è arrivato il momento di iniziare.

Indice

Introduzione – <i>Vi piacciono i segreti?</i>	» 9
PRIMA PARTE – PREGARE IL TEMPO	» 17
Capitolo 1 – Dal caos alla magia	» 19
Capitolo 2 – Le basi della manifestazione	» 37
Capitolo 3 – La scienza della manifestazione	» 57
Seconda parte – GLI 8 SEGRETI DEI MANIFESTATORI POTENTI	» 75
Capitolo 4 – Segreto n. 1: Creare i check-in energetici	» 77
Capitolo 5 – Segreto n. 2: Disticare l'energia densa.....	» 93
Capitolo 6 – Segreto n. 3: Gestire i fattori scatenanti <i>ow</i> le interruzioni di schema.....	» 109
Capitolo 7 – Segreto n. 4: Amare se stessi	» 127
Capitolo 8 – Segreto n. 5: Abbracciare l'energia intenzionale <i>per</i> iniziare a manifestare.....	» 145
Capitolo 9 – Segreto n. 6: Realizzare uno schema della manifestazione <i>per</i> stabilire il piano d'azione	» 167
Capitolo 10 – Segreto n. 7: Riscrivere le restanti regole....	» 181
Capitolo 11 – Segreto n. 8: Incarnare il futuro sé.....	» 195
Capitolo 12 – La chiusura del cerchio	» 209
Ultime riflessioni	» 227
Un invito speciale – La Community 8 secrets.....	» 231
Ringraziamenti	» 233
Nota sull'autrice	» 235