

От читателите

„Дневник на необикновената жена“ е моята любима настолна книга за мъдрост и наслада! Книгата сграбчи душата ми в специален за мен период – след изживяна депресия, и оттогава чета, чета и препрочитам... Мотивира ме да се отправя на пътешествие в търсене на необикновеното, а защо не и на вълшебното. Заслужава си да сме необикновени жени. Заслужава си да сме себе си. Чрез „Дневника“ на Моника подарих тази вяра на моите деца, на всички мои приятелки, избрали в този живот да са Жени. Благодаря ти, млада Мони, за холистичния поглед!

Светла Георгиева

„Дневник на необикновената жена“ бих нарекла „Учебник за женската душа“. Всяка жена е с уникална чувствителност и книгата на Моника Василева докосва всеки нюанс от тази чувствителност, за да вдъхне желание за наслада от живота, да отключи сетивата ни с нежни метафори, библейски притчи, фини мисли и мъдри съвети. Обичам да препрочитам посланията, с които авторката ме провокира, да се наслаждавам на всичко случващо се. Невинаги ми се получава, но това означава, че имам още много да уча. Очаквам нови „учебници“ от Моника.

Златина Манолова

„Дневник на необикновената жена“ е една книга, написана с толкова финес, красота, изящество и феерия. Всеки месец те потапя в приказната история на природата, сезона и посланието на този период от годината. Освен вълшебния стил на писане, който всеки път ме отвежда сякаш в друг свят, любим елемент ми е

самата структура на книгата. Месеците започват с красива, интересна и полезна информация за различните страни на нашата женственост и как тя се проявява в определения етап, след което са посочени ритуали и практики, които могат да ти помогнат да засилиш своята необикновена женска сила и красота, а прекрасният завършек е красиво обобщение на целия месец. Безмерно удоволствие е за мен да се потапям в началото на всеки месец в тази чудесна книга. За мен тя вече се превърна в пътеводител, който ме свързва със същността ми, води ме към женствената ми природа и ме подтиква да я изследвам още и още. Това е книга за цял живот. Убедена съм, че всяка година, всеки месец ще бележа началото с нея и всеки път ще откривам нови неща, ще получавам нови прозрения, ще се свързвам с нови дълбини. Препоръчвам с цялото си сърце и душа това вълшебно четиво на всяка жена, готова да разкрие вътрешната си прелест.

Танияна Георгиева

Исках да си купя вълнуваща и вдъхновяваща книга. В момента в който влязох в книжарницата, първо видях „Дневник на необикновената жена“. Преминавах през тежък период в живота си, трябваше ми помощ. Отворих първата страница и погледнах снимката на Моника Василева и веднага ме завладяха топли чувства. Харесах я много – излъчваше топлина, смиреност, женственост и увереност. И аз исках да имам такова излъчване.

Започнах да чета книгата и веднага се потопих в душата на Моника. Усещах себе си чрез нейните думи. Вдъхновението, което ме сполетя, ми помогна да продължа напред с вдигната глава и с вярата, че съм необикновена и не се срамувам от това. Научих, че е важно да отворя сърцето си и да живея вдъхновено; научих, че не е грешно да изразявам емоциите си; научих да приемам и одобрявам себе си; научих да обичам себе си. Тя ми вдъхна силата да се преоткрия и да видя колко съм прекрасна и

заслужавам да обичам и да бъда обичана. Открих своята женственост и заживях с нея. Вече не се срамувам да изразявам мнението си, да отстоявам себе си, да живея своя собствен живот. Научих се да живея в настоящия момент и да се наслаждавам на мига. Разбрах, че най-голямата ми сила е Любовта, разбрах, че аз съм Любов. Тази книга е най-ценният подарък, който си направих. Благодаря на Моника, че разкривайки душата си и споделяйки своя опит, дава посока на много необикновени жени!

Димитрина Петрова

„Дневник на необикновената жена“ е най-необикновеното нещо, което ми се е случвало. Да чакаш с нетърпение да свърши работният ден, за да се потопиш в този тъй съвършен свят. Усещането, когато чета книгата, е някак необикновено. Усещам спокойствие. Усещам комфорт. Зарежда ме с позитивизъм. Всяка една глава е част от моето ежедневие. Тя е част от мен самата. Усещам месеците, сезоните, седмиците и дните. Връщам се назад във времето, всичко пречупвам през моята призма. Това е магията, това съм аз, това сме жените вълшебници.

Бранимира Георгиева

Взривяващи факти и сила, преплетени с нежност и романтика, като образа на една истинска жена – това е книгата на Моника Василева. Алманах на женската душа. Съветник и задължително четиво за нощното ти шкафче, за да може винаги да ти е подръка. Не пропускайте да прочетете и другите книги на тази талантива авторка.

Елеонора Хаджиева



Коя съм аз?

Родена съм и живея във Варна. От малка ме смятаха за „странно“ дете, защото можех с дни да стоя затворена в стаята си и да размишлявам върху някакви мои си теми – основно за смисъла на живота.

От 18-годишна досега работя като терапевт тяло и консултант по хранене и здравословен начин на живот в център за красота „Евелин Бюти“. За моите клиентки обаче аз съм по-скоро душевен терапевт, откопкото консултант по отслабване.

Била съм лектор на различни форуми по теми свързани със здравословния начин на живот. Периодично пиша статии за няколко списания.

Притежавам дипломи за специалист по спортно хранене, рейки, класически масаж, шиацу масаж, за терапевт тяло.

През 2010 година изпезе първата ми книга – „Подари си желаното тяло“. Благодарение на нея се запознах с много нови хора, нетърпеливи да споделят с мен ефектите от моята програма. През 2015 година на пазара изпезе и третата ми книга – „Когато Ина срещна Ян“.

Занимавам се с медитация, йога, природна медицина, ароматерапия, аюрведа. Дълго време се бях посветила на изучаването на различни медитативни практики с помощта на учители. През цялото време не съм преставала да бъда запалена ученичка във висшия университет на живота.

Обвързана съм, имам дъщеря. Семейството ми е моето най-голямо вдъхновение.

Страстен търсач съм на необикновени мигове в обикновените дни. Работя всекидневно за душевната си хармония и смятам, че това е висш приоритет за всеки човек.

Можете да се свържете с мен на имейл адрес:

Monika.vasileva@gmail.com, както и да се присъедините към фейсбук групата ми „Дневник на необикновената жена“.

Поздрави!

Моника

Съдържание

<i>Предговор към допълненото издание</i>	11
<i>Предговор • Една незабравима година</i>	13
<i>Януари • Новото зове</i>	16
<i>Февруари • Любовта пирува</i>	55
<i>Март • Към действие</i>	87
<i>Април • Слънце в очите блести</i>	115
<i>Май • Мечтите поникват</i>	144
<i>Юни • Да бъде светлина!</i>	173
<i>Юли • Долу правилата!</i>	202
<i>Август • Обикновеното става божествено</i>	233
<i>Септември • Хайде на училище!</i>	254
<i>Октомври • Приветстване на силата</i>	284
<i>Ноември • Тишина зазвучава</i>	308
<i>Декември • Душата празнува</i>	336
<i>Анатотия на предстоящата година</i>	364

*Ако майка ми ме научи как да летя, татко ми
показа как да пазя равновесие, за да не падам.
Моят любим ми показа колко вълнуващо може
да е летенето, а дъщеря ни придаде смисъл на
целия този полет, наречен живот. Благодаря ви!*

Предговор към допълненото издание

Докато пишех „Дневник на необикновената жена“ преди повече от шест години, не съм се и надявала, че книгата ще достигне до толкова много жени, които така възторжено ще я приемат за „своя“ книга. Истината е, че аз пишех, защото шепотът на сърцето ми беше станал твърде силен и повече не можех да се преструвам, че не го чувам. Може би това е и една от причините за успеха на книгата (защото лично за мен тя пожъна по-голям успех от този, на който се надявах) – тя не е стъпила върху твърдите устои на университетски уроци, нито е резултат от дълги научни изследвания. Книгата, която държите в ръцете си, е писана с една различна азбука – азбуката на сърцето ми.

През двете години, в които работих върху ръкописа, аз изследвах, слушах внимателно, наблюдавах и търсех истини в най-дълбоките кътчета на душата си. И смея да твърдя, че точно там се пазят нашите истини – за това кои сме и как да живеем. Само трябва да пожелаем да разгърнем страниците на собственото си неизследвано пространство и да се осмелим да надникнем отвъд обикновеното наоколо – така ще прегърнем своята необикновена женска природа.

След като през 2013 година книгата излезе, всекидневно получавах десетки писма и отзиви. С радост установих, че има хиляди жени, които вярват в подобни на моите истини, преживяват подобни на моите емоции, търсят, губят се, плачат, тържествуват също като мен. Така се роди и групата във фейсбук, озаглавена „Дневник на необикновената жена“. Създадох я с цел да се вдъхновяваме една друга, да споделяме, да си даваме под-

крепа, съвети и идеи в търсенето на своите съкровени истини и създаването на своя по-добър и по-красив свят.

Бях поласкана, че психолози поискаха разрешението ми да правят тренинги по отделните глави на книгата. Една седмица след излизането ѝ на пазара тя влезе в топ десет за най-продаваните книги, а дълго време след това стоеше в секциите за „Препоръчани книги“ на много книжарници. За мен обаче най-големият ѝ успех си остават жените, които са се вдъхновили да направят положителни промени в живота си; жените, които са прочели тази книга не само с разума си, но и със сърцето.

В ръцете си държите новото, допълнено издание на „Дневник на необикновената жена“. В допълнителната глава се опитам да синтезирам всичко онова, което научих през четирите години след излизането на първото издание. Сега по-ясно отвсякога осъзнавам, че „Дневник на необикновената жена“ никога не би могла да завърши окончателно, защото ние пишем своите житейски дневници, докато сме живи. Докато сте на този свят, вие създавате себе си, нещата, в които вярвате, истината, която пишете за живота си. И именно това е най-голямото вълшебство на необикновения живот! Да не спираме да търсим и да откриваме, да рушим и да създаваме, да задраскваме и да пренаписваме своята неповторима история. Никога не спирайте да пишете своя уникален дневник на необикновената жена – жената, която сте!

Пожелавам ви да прегърнете необикновената си женска същност и да съумеете да напишете с ярки букви историята на своя необикновен живот!

С много любов и благодарност!

Моника

2017 година

Гр. Варна