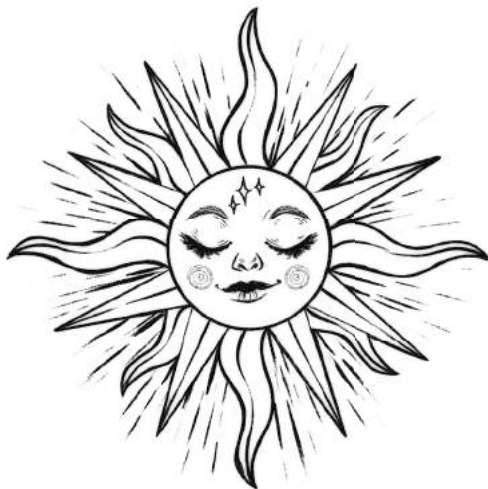


ИЗАБЕЛ

**СЛЪНЧЕВИ ЛЪЧИ**

**В МРАКА**



© ciela

посвещавам книгата на мрака в теб  
пожелавам ти да го обикнеш  
без него слънчевите лъчи  
не могат да съществуват

## **съдържание**

1. Ако никой не те е попитал днес
2. Не е твоя работа
3. Грешка.Прошка.
4. Време
5. Заслужаваш
6. Не когато... а защото...
7. Не драматизираш
8. Вълнение
9. Свръхспособности
10. Изгнилите ябълки
11. „Извинявай“ не е достатъчно
12. С какво ще се събудиш?
13. Злодеи
14. Пътуване във времето
15. Когато губиш, не знаеш какво печелиш
16. Какво ако...
17. Грозният ми апартамент

18. Ритуал
19. Идеи
20. Обещавам
21. Помниш ли?
22. Хартия, напоена с магия
23. Оцени го сега
24. Малката Изид
25. Не се сърдиш на огледалото, нали?
26. Слушай със сърцето
27. Слънчевите лъчи в моя мрак
28. Винаги има и още
29. Чуй
30. Най-добрата инвестиция
31. Пътуване към себе си
32. Случва се
33. Остани

## **ВЪВЕДЕНИЕ**

Всички сме били в мрака.

Изгубени.

Объркани.

Изплашени.

Всички сме търсили слънчеви лъчи.

Да ни сгреят.

Успокоят.

Прегърнат.

Докато пишех тази книга, често пъти аз самата имах нужда точно от тях. Имах нужда от надежда, че всичко ще бъде наред. Имах нужда от спокойствие, за да се доверя на процесите в живота. Имах нужда от увереност, че мога да се справя.

В продължение на две години записвах мислите си в моменти на слабост и сила, за да си вдъхна кураж и да открия смисъл в болката си. Да ѝ придам различно значение от

това, че „просто ме боли“. И желанието ми с тази книга е да подаря и на теб топлината от слънчевите лъчи, от които аз самата имам нужда, когато съм била превита на две, изгубена в мрака на собствената ми болка.

Можеш да четеш книгата, когато поискаш и където поискаш. Можеш да пишеш в нея, да подчертаваш или маркираш изречения, абзаци или цели глави, които искаш да запомниш... Можеш да я четеш отзад напред или да отваряш на случайна страница всеки ден. Можеш и да се преструваш, че я четеш, като просто снимаш кратките глави за стори в Инстаграм. Ти си знаеш.

Единственото, което има значение за мен в този момент, е да се почувстваш чут. Разбран. По-малко самотен. И ако в момента си в мрака - ако дори едно изречение от тези глави ти послужи като светлина, която да освети тъмнината и да успокои страха ти, значи всяка секунда от болката ми си е заслужавала.

В тази книга мислено ще те държа за ръка,  
докато пътуваме заедно през мрака,  
а когато излезем,  
ще сме по-близки  
и ще се насладим на

слънчевите лъчи с  
благодарност,  
защото знаем, че  
ако не беше мракът,  
никога нямаше  
да можем да усетим  
топлината им.

Пожелавам ти приятно пътуване..

**Вечно твоя,  
Изабел**