

ΤΟ ΚΑΛΥΤΕΡΟ  
MANIFESTATION  
ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ

ΤΟ ΓΡΑΦΕΙΣ ΕΣΥ

VEX KING & KAUSHAL  
THE RISING CIRCLE



# ΤΑ ΒΑΣΙΚΑ ΤΗΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ

*Όλα όσα πρέπει να ξέρετε για την υλοποίηση*

## ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ;

Υλοποίηση είναι η ικανότητα να διαμορφώνουμε την εμπειρική μας πραγματικότητα. Η θετική συμπεριφορά προσελκύει περισσότερη θετικότητα στη ζωή μας. Αυτή η έννοια, γνωστή και ως Νόμος της Έλξης (ή Νόμος της Δόνησης), έχει γίνει πολύ δημοφιλής τώρα τελευταία καθώς προσφέρει ένα πρακτικό πλαίσιο για να διοχετεύετε την ενέργειά σας. Βασικά, ο νόμος της έλξης λέει ότι μπορείτε να πετύχετε τους μεγαλύτερους στόχους σας κάνοντας σταθερά θετικές σκέψεις, μιλώντας με εμπυχωτικά λόγια, βελτιώνοντας τη διάθεσή σας και λειτουργώντας με πρόθεση.

Η Έστερ και ο Τζέρι Χικς, δύο πολύ γνωστοί συγγραφείς και ομιλητές, πρεσβευτές του Νόμου της Έλξης, μιλούν στις διδασκαλίες τους για τη μη φυσική νοημοσύνη την οποία ονομάζουν «Αβραάμ». Το Αβραάμ μάς λέει ότι μπορούμε να δημιουργήσουμε την πραγματικότητά μας μέσω των σκέψεων και των πεποιθήσεών μας και τονίζει πόσο σημαντικό είναι να συντονίζουμε τις σκέψεις και τα συναισθήματά μας με αυτό που επιθυμούμε να βιώσουμε. Εστιάζοντας σε θετικά συναισθήματα όπως η ευτυχία και η ευγνωμοσύνη, μπορούμε να προσελκύνουμε περισσότερες καταστάσεις και γεγονότα που μας επιστρέφουν αυτά τα συναισθήματα.

Όλα τα συναισθήματα δονούνται σε συγκεκριμένο επίπεδο ενέργειας (γνωστό ως συχνότητα) και ταξινομούνται σε μια κλίμακα συχνότητας. Τα υψηλότερα και πιο ισχυρά συναισθήματα βρίσκονται στην κορυφή: αγάπη, χαρά και γαλήνη. Αντίθετα, οι καταστάσεις χαμηλότερης συχνότητας βρίσκονται στη βάση και περιλαμβάνουν την ανασφάλεια, τις ενοχές και τον φόβο. Για να υλοποιήσουμε αυτό που επιθυμούμε, πρέπει να δονούμαστε σε όσο το δυνατόν πιο υψηλές συχνότητες.

Σύμφωνα με τις διδασκαλίες του Αβραάμ, τα συναισθήματα αποτελούν ένα σύστημα καθοδήγησης που μας βοηθάει να καταλαβαίνουμε αν είμαστε συντονισμένοι με τις επιθυμίες μας. Επομένως, πρέπει να δίνετε μεγάλη προσοχή στα συναισθήματά σας (χρησιμοποιήστε σαν οδηγό το διάγραμμα υψηλών/χαμηλών δονήσεων στην απέναντι σελίδα).

Αυτό το ημερολόγιο θα σας δείξει πώς να επεξεργάζεστε και να αποβάλλετε τις περιοριστικές πεποιθήσεις και τις αρνητικές σκέψεις που σας εμποδίζουν να υλοποιείτε τις επιθυμίες σας και θα σας βοηθήσει να δημιουργήσετε μια πιο ικανοποιητική και ολοκληρωμένη ζωή.

*ΥΨΗΛΕΣ ΔΟΝΗΣΕΙΣ*

**ΑΓΑΠΗ**

**ΧΑΡΑ**

**ΓΑΛΗΝΗ**

**ΕΥΓΝΩΜΟΣΥΝΗ**

**ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ**

**ΕΥΤΥΧΙΑ**

**ΕΝΘΟΥΣΙΑΣΜΟΣ**

**ΑΙΣΙΟΔΟΞΙΑ**

**ΕΛΠΙΔΑ**

**ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ**

**ΟΥΔΕΤΕΡΕΣ**

**ΠΛΗΞΗ**

**ΑΓΑΝΑΚΤΗΣΗ**

**ΔΥΣΦΟΡΙΑ**

**ΘΛΙΨΗ**

**ΑΝΗΣΥΧΙΑ**

**ΘΥΜΟΣ**

**ΜΙΣΟΣ**

**ΖΗΛΙΑ**

**ΑΝΑΣΦΑΛΕΙΑ**

**ΕΝΟΧΕΣ**

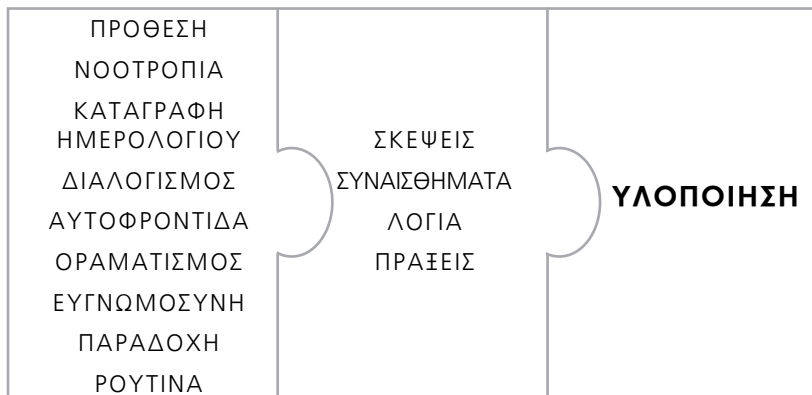
**ΦΟΒΟΣ**

*ΧΑΜΗΛΕΣ ΔΟΝΗΣΕΙΣ*

## ΓΙΑ ΠΟΙΟΝ ΕΙΝΑΙ Η ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ;

Η υλοποίηση είναι για όποιον θέλει να δημιουργήσει θετικές αλλαγές στη ζωή του, και σε αυτό δεν υπάρχουν περιορισμοί! Η δημιουργία μιας νοοτροπίας υλοποίησης έχει πολλά οφέλη και θα σας μάθουμε μερικές χρήσιμες τεχνικές για να διατηρήσετε αυτό τον τρόπο σκέψης σε όλο το ημερολόγιο.

## ΠΩΣ ΝΑ ΥΛΟΠΟΙΕΙΤΕ



Για να υλοποιήσετε με επιτυχία, πρέπει να χτίσετε γερά θεμέλια που να συντονίζουν τις δονήσεις σας με τις επιθυμίες και τα όνειρά σας. Περιλαμβάνουν τα εξής:

ΠΡΟΘΕΣΗ	ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ	ΕΥΓΝΩΜΟΣΥΝΗ
ΝΟΟΤΡΟΠΙΑ	ΑΥΤΟΦΡΟΝΤΙΔΑ	ΠΑΡΑΔΟΣΗ
ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟΥ	ΟΡΑΜΑΤΙΣΜΟΣ	ΡΟΥΤΙΝΑ

Δουλεύοντας σταθερά πάνω σε αυτά, θα ανοίξετε τον δρόμο προς την ιδανική ζωή σας και θα διατηρήσετε επίπεδα υψηλών δονήσεων. Ως αποτέλεσμα, θα αρχίσετε να παρατηρείτε ανεπαίσθητες αλλαγές στις σκέψεις, στα συναισθήματα, στα λόγια και στις πράξεις σας, οι οποίες σταδιακά θα ενσωματωθούν μέσα σας.

Μόλις τοποθετήσετε τα δύο πρώτα κομμάτια του παζλ, θα έρθετε πιο κοντά σε οτιδήποτε επιθυμείτε να υλοποιήσετε.

## **ΠΡΟΘΕΣΗ**

Θέστε μια ξεκάθαρη πρόθεση υλοποίησης. Οι προθέσεις σας πρέπει να είναι θετικές, συγκεκριμένες και συντονισμένες με τις αξίες σας.

## **ΝΟΟΤΡΟΠΙΑ**

Υιοθετήστε μια θετική νοοτροπία για να αυξήσετε την ενέργεια των δονήσεών σας και να προσελκύσετε πιο ευνοϊκές καταστάσεις στη ζωή σας.

## **ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟΥ**

Χρησιμοποιήστε αυτό το ημερολόγιο για να εστιάσετε στα πράγματα για τα οποία νιώθετε ευγνωμοσύνη. Χρησιμοποιήστε τις δραστηριότητες για να βοηθήσετε το ταξίδι σας. Έτσι, θα καλλιεργήσετε μια νοοτροπία ευγνωμοσύνης και θα βελτιώσετε τη διάθεσή σας δημιουργώντας μια πιο ευτυχισμένη εκδοχή του εαυτού σας.

## **ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ**

Ο τακτικός διαλογισμός σας βοηθάει να συντονίζετε τις σκέψεις και τα συναισθήματά σας προς το επιθυμητό αποτέλεσμα. Σας βοηθάει επίσης να βελτιώνετε τη συναισθηματική σας κατάσταση αποβάλλοντας όσα δεν σας εξυπηρετούν.

## **ΑΥΤΟΦΡΟΝΤΙΔΑ**

Εφαρμόστε την αυτοφροντίδα και δώστε προτεραιότητα στην ευεξία σας. Η φροντίδα του νου, του σώματος και του πνεύματος θα σας βοηθήσει να προστατέψετε την ψυχική σας υγεία και να αυξήσετε τα θετικά συναισθήματα.

## **ΟΡΑΜΑΤΙΣΜΟΣ**

Οραματίζετε τις επιθυμίες σας σαν να έχουν γίνει ήδη πραγματικότητα. Με τις αισθήσεις σας δημιουργείτε μια ξεκάθαρη νοερή εικόνα αυτού που επιθυμείτε. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε έναν πίνακα οράματος ή απλώς να εστιάσετε στο αποτέλεσμα χρησιμοποιώντας τη φαντασία σας.

## **ΕΥΓΝΩΜΟΣΥΝΗ**

Μην ξεχνάτε να νιώθετε ευγνωμοσύνη και να εκτιμάτε όσα ήδη έχετε. Όταν μετράτε τις ευλογίες σας, προσελκύετε περισσότερες.

## **ΠΑΡΑΔΟΣΗ**

Πιστέψτε ότι το Σύμπαν σας φροντίζει. Αποβάλλετε την ανάγκη να ελέγχετε καθετί στη διαδικασία υλοποίησης. Ο έλεγχος δημιουργεί περιορισμούς ή αμφιβολίες και φόβους, τα οποία δημιουργούν αντίσταση στους στόχους σας.

## **ΡΟΥΤΙΝΑ**

Καθιερώστε μια ρουτίνα και προσπαθήστε να αποκτήσετε το συνήθιο να εστιάζετε στις επιθυμίες σας και να ενεργείτε προς αυτές. Αυτό θα σας βοηθήσει επίσης να διαχειρίζεστε πιο αποτελεσματικά τον χρόνο σας και να δίνετε προτεραιότητα σε δραστηριότητες που συντονίζονται με τους στόχους σας.

ΕΙΣΤΕ ΕΤΟΙΜΟΙ ΝΑ ΞΕΚΛΕΙΔΩΣΕΤΕ  
ΤΗΝ ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΣΑΣ ΔΥΝΑΜΗ  
ΚΑΙ ΝΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΕΤΕ  
ΤΗ ΖΩΗ ΠΟΥ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ ΕΠΙΘΥΜΕΙΤΕ;

Ένα ημερολόγιο για εσάς και τους αγαπημένους σας που σας προσφέρει μια συναρπαστική προσέγγιση σε αυτό που ονομάζουμε manifestation.

Κάθε μέρα θα έχετε την ευκαιρία:

- να διατυπώνετε μια ισχυρή βεβαίωση
- να κάνετε ενδοσκόπηση με μια φράση ευγνωμοσύνης
- να ξαναγράφετε τη δήλωσή σας
- να αμφισβητείτε τις περιοριστικές πεποιθήσεις σας
- να αυξάνετε τις δονήσεις σας
- να ασχολείστε με δραστηριότητες που θα βοηθήσουν το ταξίδι σας.

Έρθε η ώρα να αφήσετε πίσω σας τις αμφιβολίες, να γεμίσετε την καρδιά σας με αγάπη και να δημιουργήσετε τη ζωή που αξίζετε! Αυξήστε τις δονήσεις σας και φτάστε πιο κοντά στα όνειρά σας!

ΜΙΑ ΠΟΛΥΤΕΛΗΣ ΕΚΔΟΣΗ ΓΙΑ ΕΣΑΣ  
ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΑΓΑΠΗΜΕΝΟΥΣ ΣΑΣ