

Τελετουργικό Πύλης 11:11

Βήμα 1

Ξεκινήστε να γράφετε με ελεύθερη ροή για 11 λεπτά για όλα τα πράγματα που ανοίγουν την καρδιά σας και φέρνουν χαρά στη ζωή σας. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει πράγματα που σας φέρνουν σήμερα τη χαρά ή τα πράγματα που θέλετε να φέρετε στη ζωή σας στο μέλλον. Όταν γράφετε με ελεύθερη ροή, η ιδέα είναι να συνεχίσετε να γράφετε χωρίς να σηκώσετε τη στυλό από τη σελίδα, οπότε αφήστε τον εαυτό σας να γράψει οτιδήποτε για να κρατήσει το στυλό κινείται.

Βήμα 2

Ξαναδιάβαστε ό,τι έχετε γράψει και επισημάνετε όλες τις βασικές δραστηριότητες ή αισθητές λέξεις που είναι ξεχωριστές για σας. Αυτές οι λέξεις ή / και δραστηριότητες, πρόκειται να σας παράσχουν ενδείξεις σχετικά με το πού πρέπει να εστιάσετε την ενέργεια και το χρόνο σας.

Βήμα 3

Επιλέξτε 3 από τις καλύτερες συναισθηματικές λέξεις ή δραστηριότητες που ταιριάζουν περισσότερο με εσάς τώρα και στη συνέχεια γράψτε τις σε ένα ξεχωριστό φύλλο χαρτιού. Τώρα τοποθετήστε το χέρι σας πάνω από την καρδιά σας και επαναλάβετε για κάθε λέξη:

"Επιτρέπω στον εαυτό μου να αισθανθεί/ κάνει (εισάγετε συναίσθημα / δραστηριότητα εδώ) Μου επιτρέπω να φέρω περισσότερη από αυτή την ενέργεια στη ζωή μου ξεκινώντας από σήμερα".

Βήμα 4

Τώρα κλείστε τα μάτια σας και δείτε πώς θα μοιάζει η ζωή σας όταν φέρετε όλη αυτή την όμορφη ενέργεια. Δείτε τον εαυτό σας να επιτύχει ό,τι θέλετε και να νιώστε χαρούμενοι και ευτυχισμένοι. Διαλογιστείτε σε αυτό για 11 λεπτά.

Βήμα 5

Με το όραμα αυτό στο μυαλό σας, γράψτε μια σαφή πρόθεση για αυτό που θέλετε να υλοποιήσετε στη ζωή σας. Προσπαθήστε να καταγράψετε με συντομία ποια αισθήματα, συναισθήματα και πράγματα θέλετε να φέρετε στη ζωή σας σε μία πρόταση. Αυτό θα σας βοηθήσει να στείλετε μια σαφή επιθυμία στο Σύμπαν. Ακολουθούν μερικά παραδείγματα:

- *"Η πρόθεσή μου για να προχωρήσω προς τα εμπρός είναι να φέρω πιο χαλαρή και ειρηνική ενέργεια στη ζωή μου, ώστε να αισθανθώ ευθυγραμμισμένος και συνδεδεμένος με το ανώτερο μονοπάτι μου"*
- *"Η πρόθεσή μου για να προχωρήσω προς τα εμπρός είναι να δώσω στον εαυτό μου την άδεια να παίζω και να νιώθω ζαανά νέα και χαρούμενη".*
- *"Η πρόθεσή μου να προχωρήσω προς τα εμπρός είναι να ακούω και να τιμώ τη διαίσθησή μου για να μπορέσω να προχωρήσω περαιτέρω στην καριέρα μου και να φέρω περισσότερη αφθονία".*
- *"Η πρόθεσή μου για να προχωρήσω προς τα εμπρός είναι να ανοίξω την καρδιά μου στη νέα αγάπη και να μοιραστώ νέες μνήμες με μια άλλη".*

Δεν υπάρχει σωστό ή λάθος όταν πρόκειται για την πρόθεσή σας, απλώς προσπαθήστε να την εκφράσετε με θετικό τρόπο. Μόλις έχετε την πρόθεσή σας, κρατήστε τη κάπου μπορείτε να τη δείτε τακτικά ή να τη δηλώσετε δυνατά μερικές φορές.

Βήμα 6

Τοποθετήστε τα χέρια σας σε στάση προσευχής, ευχαριστήστε την Πνευματική σας Ομάδα και κλείστε με ένα μάντρα όπως:

"Είμαι ευθυγραμμισμένος, είμαι ολοκληρωμένος, δημιουργώ τη ζωή του υψηλότερου μονοπατιού μου, όπου εκπληρώνονται όλες οι επιθυμίες μου. Ευχαριστώ. Ευχαριστώ. Ευχαριστώ."