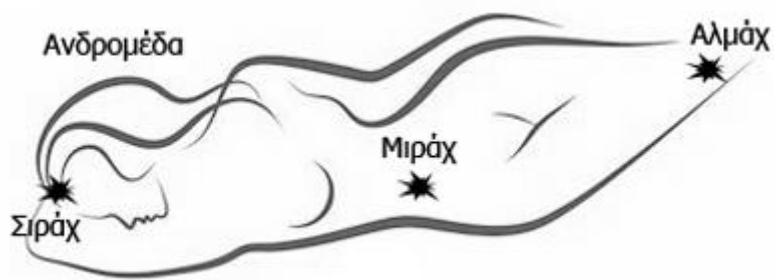


Ενεργειακές/πνευματικές ασκήσεις από το andromedas.club

Για την καταπολέμηση οικονομικών & αισθηματικών προβλημάτων αλλά και προβλημάτων υγείας και άλλων...



ΑΛΜΑΧ

[ΒΗΜΑ 1: Ενεργειακή άσκηση προστασίας]

ΑΛΜΑΧ – ΒΗΜΑ 1

Ενεργειακή άσκηση
προστασίας



andromedas.club

*Το βιβλίο αυτό γράφτηκε για να προσφέρει απλόχερα βοήθεια.
Αν επιθυμείς να κάνεις το ίδιο τότε στείλε αυτό το βιβλίο
σε όλους όσους ενδιαφέρονται για τα περιεχόμενα του...*

Λύσε τα προβλήματα σου με τις **πανίσχυρες ενεργειακές ασκήσεις** του andromedas.club – Κάνε κλικ:

www.andromedas.club

Γνωρίζεις ποιά είναι η κατάλληλη ημέρα και ώρα για να κάνεις τις ενεργειακές ασκήσεις; Μην παραβλέπεις αυτή τη λεπτομέρεια. Η άσκηση προστασίας θα είναι 100 φορές πιο ισχυρή αν γίνει την κατάλληλη ώρα. Όλες οι ώρες δεν είναι ίδιες! Έχουμε έναν οδηγό που θα σε βοηθήσει να επιλέγεις την κατάλληλη ημέρα και ώρα για κάθε πνευματική εργασία. Μην το παραβλέπεις! Κάνε κλικ για να μάθεις περισσότερα:

[Αλμάχ – Ανδρομέδα \(andromedas.club\)](http://www.andromedas.club)

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Οι ενεργειακές ασκήσεις του ΑΛΜΑΧ στοχεύουν κυρίως σε θέματα φυσικής υγείας αλλά η φύση του αστεριού είναι τέτοια που μπορεί να σχετίζεται και με κάθε είδους επίλυση προβλήματος...

Η ενεργειακή άσκηση που περιγράφεται σε αυτό το κείμενο αποτελεί το πρώτο βήμα σε μια σειρά από τρία βήματα που πρέπει να κάνει ένας σοβαρός πνευματικός άνθρωπος για να προστατευτεί από τις αρνητικές επιρροές και ενέργειες αλλά και να ιαθεί...

Το πρώτο βήμα αφορά την προστασία...

Για να δεις τα υπόλοιπα δυο βήματα μπες στην ιστοσελίδα μας:

[Αλμάχ – Ανδρομέδα \(andromedas.club\)](http://www.andromedas.club)

Ας περάσουμε χωρίς καθυστέρηση στην πνευματική άσκηση...

Για να εκτελέσεις την άσκηση προστασίας θα πρέπει πρώτα να βρεθείς σε μια κατάσταση χαλάρωσης όπου δεν θα κάνεις αρνητικές σκέψεις, δεν πρέπει να βρίσκεσαι σε κατάσταση που θα αποσπάται η προσοχή σου.

Η Άσκηση Γείωσης - διαλογισμού

Σε αυτό το κείμενο φανερώνουμε μια απλή αλλά ιδιαίτερα ισχυρή άσκηση γείωσης. Με τον όρο - «Άσκηση Γείωσης» - εννοούμε άσκηση διαλογισμού με στόχο την ενοποίηση με την γη κυριολεκτικά αλλά και νοητά.

Αλλά γιατί να χρειαστεί κανείς μια άσκηση γείωσης;

Η απάντηση είναι ότι μια Άσκηση Γείωσης σε βοηθά να ενωθείς με το «Κέντρο» σου. Το Κέντρο σου είναι αυτό το πράγμα που χρειάζεσαι στις δύσκολες στιγμές. Το Κέντρο σου σε βοηθήσει να επιβιώσεις και να ξεπεράσεις προβλήματα και για αυτό πρέπει να είσαι σε συνεχή συνειδητή -σύνδεση- μαζί του.

Μπορείς να σκεφτείς τον όρο «Κέντρο» ως τον «φύλακα άγγελο» σου που σε προστατεύει.

Την άσκηση γείωσης που φανερώνουμε εδώ την έχουμε εφαρμόσει άπειρες φορές και πραγματικά τα αποτελέσματα είναι εκπληκτικά. Με την χρήση της θα μπορέσεις να δημιουργήσεις μια βαθιά σύνδεση με τον ανώτερο / μυστικό σου εαυτό και το Κέντρο σου.

Αν δεν έχεις δοκιμάσει ξανά παρόμοιες μεθόδους και δεν τα καταφέρεις με την πρώτη φορά μην απογοητευτείς. Αυτά τα πράγματα θέλουν τον χρόνο τους. Συνέχισε να προσπαθείς και δώσε χρόνο στον εαυτό σου. Επίσης στη πορεία καθώς εκτελείς την άσκηση καλό είναι να κρατάς σημειώσεις κάθε φορά με τις εντυπώσεις σου, τις μηνύες που πιθανόν να ανέσυχες ή οτιδήποτε άλλο νομίζεις ότι αξίζει να σημειωθεί (σημαντικό αυτό).

Τέλος για την επιτυχία της άσκησης είναι απαραίτητη η επιμονή. Θα πρέπει να επαναλαμβάνεις την άσκηση με μια συνέχεια. Μπορείς να ξεκινήσεις κάνοντας την κάθε μέρα για 10 λεπτά τη φορά.

Έχοντας τα παραπάνω υπόψη, ας ξεκινήσουμε να αποκαλύπτουμε την απλή αλλά παντοδύναμη άσκηση γείωσης..

Ξεκινάς πηγαίνοντας στον προσωπικό σου χώρο όπου και πρέπει να καθίσεις σε μια αναπαυτική στάση (μπορείς να δοκιμάσεις την κλασική στάση διαλογισμού με σταυρωμένα τα πόδια, κάνει θαύματα για αυτήν την άσκηση).

Αν σου αρέσει η μουσική κατά τον διαλογισμό μπορείς να βάλεις να παίζει κάτι απαλό ή μουσική κατάλληλη για διαλογισμό.

Τώρα θα χρειαστείς όλες τις ικανότητες σου να πλάθεις εικόνες με το μυαλό σου. Αν έχεις εμπειρία από διαλογισμό τότε θα μπορείς να βλέπεις να συμβαίνουν γύρω σου τα πράγματα όπως τα περιγράφει η άσκηση.

Στόχος σου είναι να δεις τον εαυτό σου με την πλάτη στον κορμό ενός δέντρου. Το δέντρο είναι παχύ, με χοντρό κορμό και βαθιές ρίζες μερικές από τις οποίες προεξέχουν πάνω από το έδαφος...

Νιώσε και επιβεβαίωσε ότι τίποτα δεν σε κουνάει από εκεί. Για λίγες στιγμές δες τις ρίζες του δέντρου να κουνιούνται ελαφρά και το έδαφος να σειεται απαλά.

Τώρα φαντάσου αγνό, κατάλευκο φως να έρχεται από μια εξωτερική πηγή και να πλημμυρίζει το χώρο γύρω σου. Το φως, σου δίνει την ιδιότητα να «βγάλεις και εσύ ρίζες» που ενώνονται με τις ρίζες του δέντρου και απλώνονται μέσα στο έδαφος.

Έπειτα δες τον εαυτό σου να γίνεται ένα με το δέντρο και να βυθίζεται μέσα του (τη στιγμή αυτή νιώσε ότι επιτυγχάνεται η απόλυτη γείωση).

Εκείνη τη στιγμή νιώσε σε απόλυτη σύνδεση με το κέντρο σου. Τότε είναι πιθανόν να σου αποκαλυφθούν πολλά με τη μορφή -κάθετων- σκέψεων που συνοδεύονται από έντονο συναίσθημα. Είσαι σε ένα ισχυρό κανάλι επικοινωνίας με τον πνευματικό κόσμο...

Τώρα σε αυτήν την κατάσταση χαλάρωσης πες τα παρακάτω λόγια με πάθος, με ειλικρίνεια και με αλήθεια καρδιάς και ψυχής (σημαντικό αυτό):

*«ΣΤΟ ΟΝΟΜΑ ΤΟΥ ΤΡΙΑΔΙΚΟΥ ΘΕΟΥ ΕΙΜΑΙ
ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΜΕΝΟΣ ΚΑΙ Ο ΦΥΛΑΚΑΣ ΑΓΓΕΛΟΣ ΜΟΥ ΕΙΝΑΙ
ΜΑΖΙ ΜΟΥ ΣΕ ΚΑΘΕ ΔΥΣΚΟΛΗ ΣΤΙΓΜΗ ΚΑΙ ΜΕ
ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΕΙ ΑΠΟ ΤΟ ΚΑΘΕ ΚΑΚΟ...»*
(3 φορές)

Αν δεν έχεις μεγάλη εμπειρία από διαλογισμό τότε θα σου παρουσιαστεί σίγουρα το πρόβλημα των - τυχαίων σκέψεων- που προσπαθούν να αποσπάσουν τη προσοχή σου και δεν σε αφήνουν να διαλογιστείς με ηρεμία. Μην αποθαρρύνεσαι και συνέχισε να καθαρίζεις τη σκέψη σου μέχρι να πετύχεις να σκέφτεσαι την ιδέα του κέντρου σου ή τις εικόνες του δέντρου με τις ρίζες και εσένα να γίνεσαι ένα μαζί τους.

Μερικοί καλόγεροι στο Άγιο Όρος λένε ότι:

«Είναι πιο δύσκολο να προσεύχεσαι παρά να σκάβεις...!»

Ελπίζουμε να μην βγει σωστό, για σένα που διαβάζεις αυτό το κείμενο, αυτό που είπαν!

Τώρα θα πρέπει με έναν ομαλό τρόπο να επανέλθεις στον φυσικό κόσμο καθώς η όλη διαδικασία σε έχει τοποθετήσει στον «Πνευματικό» κόσμο... Φρόντισε να το αντιμετωπίσεις όλο αυτό με αυξημένη συνειδητότητα και συναίσθηση της κατάστασης χωρίς να φοβηθείς!

Επίσης φρόντισε να μην πάρουν τα μυαλά σου αέρα από αυτή τη διαδικασία αλλά να έχεις γερά πατημένα τα πόδια σου στη Γη...

Για να επανέλθεις λοιπόν...

...δες και πάλι τον εαυτό σου να βγαίνει μέσα από το δέντρο και να κάθεται με την πλάτη ακουμπισμένη στον κορμό. Νιώσε ότι επέστρεψες έχοντας πάρει αυτό που ήθελες. Αυτό ήταν!

Πάρε μερικές βαθιές αναπνοές...

Φρόντισε να προσαρμόσεις την άσκηση ώστε να την εκτελείς μέσα σε περίπου ένα δεκάλεπτο με εικοσάλεπτο. Είναι αρκετό..

Όπως ειπώθηκε αυτή η άσκηση δεν ήταν παρά το πρώτο βήμα στην πνευματική και σωματική θωράκιση σώματος και ψυχής.

Υπάρχουν τουλάχιστον δυο ακόμα βήματα που πρέπει να εκτελέσεις για να ολοκληρώσεις την προστασία. Παρακαλώ μην τα αμελήσεις!

Περισσότερα κάνοντας κλικ παρακάτω:

[Αλμάχ – Ανδρομέδα \(andromedas.club\)](http://www.andromedas.club)

Ελπίζουμε να βρήκες χρήσιμες και να εφαρμόσεις τις ισχυρές πνευματικές πληροφορίες που σου δώσαμε σε αυτήν την ενεργειακή άσκηση.

Σου ευχόμαστε καλή τύχη και συνετές αποφάσεις/επιλογές!

Παρακαλούμε, αν ασχολείσαι με κοινωνικά δίκτυα κάνε μια κοινοποίηση για το andromedas.club - Για διευκόλυνση, θα βρεις έτοιμα τα κουμπιά social media στη σελίδα μας. Κάνε κλικ:

www.andromedas.club

www.andromedas.club

Για σχόλια, απορίες και πληροφορίες μη διστάσεις να στείλεις μήνυμα στο:

andromeda@nextnet.gr



Με εκτίμηση,
Η ομάδα του [andromedas.club](http://www.andromedas.club)

Πανίσχυρες πνευματικές ασκήσεις από το [andromedas.club](http://www.andromedas.club)

www.andromedas.club

Ισχυρές ενεργειακές ασκήσεις από την αρχαία Ελλάδα για την καταπολέμηση αισθηματικών, οικονομικών και άλλων προβλημάτων! Μη διστάζεις, κάνε κλικ παρακάτω τώρα:

www.andromedas.club

ΚΑΙ ΤΩΡΑ ΜΙΑ ΜΕΓΑΛΗ ΑΠΟΚΑΛΥΨΗ... ΣΥΝΕΧΙΣΕ ΝΑ ΔΙΑΒΑΖΕΙΣ:

ΙΕΡΗ ΓΕΩΜΕΤΡΙΑ ΓΙΑ ΑΡΧΑΡΙΟΥΣ



ΕΝΑ ΑΠΟ ΤΑ ΔΗΜΟΦΙΛΕΣΤΕΡΑ ΕΒΟΟΚΣ ΣΕ ΟΛΟ ΤΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΝΤΕΡΝΕΤ!

Όλη η μυστική/απαγορευμένη γνώση κρυμμένη για αιώνες, σε ένα ηλεκτρονικό βιβλίο! Μάθε πως ξεκίνησαν όλα, από τη δημιουργία του Σύμπαντος, μέχρι το πως η Ιερή Γεωμετρία βρίσκεται παντού στον φυσικό κόσμο και πάνω στο σώμα μας και ποιοί την έφεραν στο φως από τα άδυτα των ελίτ...

[ΚΑΝΕ ΚΛΙΚ ΓΙΑ ΝΑ ΤΟ ΔΙΑΒΑΣΕΙΣ](#)