

ELKHANSAA BENSRRHIR

تمارين الأسبوع الأول إعرف نفسك :

1 - تمرين تفعيل إسم الله الرزاق .

2 - تأمل فتحة الوعاء 7 أيام 🧘

3 - تمرين التجلي (إخلي مساحة طاقة جديدة في حياتك إبدئي بالتخلص من كل ما لا يخدم نية الوفرة و تدفق نهر الهبة إلى حياتك سواء ملابس لا تحتاجيها, رسائل ، ملفات ، أشخاص ,يظهرون ثم يختفون، مهام مؤجلة فكل مرة تُخلي مساحة الله يملؤها فتتجلى الوفرة بشيء جديد التخلي ثم التجلي و من ثم التحلي)

4 - تمرين 3.6.9 تقنية نيكولا تسلا أرقام الخلق جلسي كتي المبلغ أو الدخل اللي تتنوي تحصيلي عليه يكون مبلغ معقول أعلى من دخلك حاليا إحترمي قانون التدرج و قوله 3 المرات يوميا أمام المرأة ،كتبيه 6 مرات في كتابك , و تخيليه كقصة 9 مرات في اليوم هاد التمرين ستطبقيه 9 أيام

5 - تمرين الزيادة تصدقي يوميا بنفس المبلغ و لو كان درهم هذا شيء دائم