

888 | 520 | 369



DZIENNIK MANIFESTACJI BOGACTWA

Praktyczne Cwiczenia i Medytacje

Twój osobisty dziennik pracy z kodami numerycznymi. Tabele, cwiczenia, medytacje prowadzone krok po kroku -- wszystko, czego potrzebujesz, aby realizowac swoje finansowe przeznaczenie od pierwszego dnia.

“Marzenie zapisane staje się celem. Cel rozłożony na kroki staje się planem. Plan wdrożony w życie staje się rzeczywistością.”

-- Zasada Manifestacji

Spis Treści

TOM IV -- WORKBOOK I MEDYTACJE

ROZDZIAŁ JAK UŻYWAĆ TEGO DZIENNIKA

Instrukcja obsługi

ROZDZIAŁ CZ. I

Mój Profil Finansowy

Diagnoza i punkt startowy

ROZDZIAŁ CZ. II

Aktywacje Tygodniowe

4 tygodnie intensywnej pracy

ROZDZIAŁ CZ. III

Medytacje Prowadzone

6 pełnych sesji krok po kroku

ROZDZIAŁ CZ. IV

Cwiczenia z Kodami Numerycznymi

Protokoły aktywacyjne

ROZDZIAŁ CZ. V

Mój Plan 30-Dniowy

Harmonogram i śledzenie

ROZDZIAŁ CZ. VI

Strony Wolne i Refleksje

Przestrzeń na własne zapiski

ROZDZIAŁ ZAKOŃCZENIE

List do Ciebie z Przyszłości



Jak Uzywac Tego Dziennika

Czytanie bez pisania to słuchanie bez działania. Ten dziennik żyje przez Twoje dłonie.

Ten Dziennik to nie książka do czytania -- to narzędzie do UŻYWANIA. Każda pusta linia, każda tabela, każda przestrzeń na zapis to zaproszenie do spotkania z własnym umysłem, emocjami i intencją.

Neuronaukowcy odkryli, że ręczne pisanie angażuje obszary mózgu związane z uczeniem się, pamięcią i emocjami znacznie głębiej niż pisanie na klawiaturze. Kiedy piszesz ręcznie -- dosłownie programujesz swój mózg.

Zasady Pracy z Dziennikiem

ZASADA 1: PISZ RECZNIE, ZAWSZE

Ten dziennik jest zaprojektowany do pisma odręcznego. Używaj pióra lub długopisu, który lubisz. Niebieskie lub czarne atrament. Fizyczny kontakt z papierem jest częścią praktyki.

ZASADA 2: NIE CENZURUJ SIĘ

To jest Twoja prywatna przestrzeń. Pisz to, co naprawdę myślisz i czujesz, a nie to, co 'powinno' czuć. Autentyczność jest paliwem transformacji.

ZASADA 3: REGULARNOŚĆ WAŻNIEJSZA NIŻ PERFECJA

5 minut codziennie ważniejsze niż 2 godziny raz w tygodniu. Jeśli zapomnisz dzień -- wróć następnego. Nie zaczynaj od nowa. Kontynuuj.

ZASADA 4: TRAKTUJ GO Z SZACUNKIEM

Ten dziennik jest świadkiem Twojej transformacji. Trzymaj go w eleganckim miejscu. Kiedy go otwierasz, chwila przerwy i głęboki oddech. Rytuał otwarcia jest częścią praktyki.

ZASADA 5: WRÓĆ DO POCZĄTKU PO 30 DNIACH

Po 30 dniach pracy z tym dziennikiem, przejrzyj Część I (Profil Finansowy). Zobaczysz zmiany. Zapis tego, co było, jest tak samo ważny jak to, do czego dążysz.

Jak Zintegrować Dziennik z Serią Zhakuj Matriks

TOM SERII	JAK UŻYWAĆ DZIENNIKA
Tom I (Konceptualny)	Zapisuj refleksje po każdym rozdziale w Części VI
Tom II (48 Godzin)	Używaj Części IV (Kody Numeryczne) jako towarzysza protokołu
Tom III (Nawyki)	Używaj Części V (Plan 30-Dniowy) jako śledzenia nawyków
Tom IV (Ten dziennik)	Cwicz wszystkie sekcje chronologicznie przez 30 dni



Mój Profil Finansowy

Nie można zmienić tego, czego nie zmierzysz. Punkt startowy jest tak samo ważny jak cel.

CWICZENIE 1: MOJA AKTUALNA RZECZYWISTOSC FINANSOWA

Opisz swoja aktualna sytuacje finansowa obiektywnie -- bez ocen, bez dramatyzowania. Tylko fakty.

MOJE AKTUALNE ZRÓDŁA PRZYCHODU I ICH WYSOKOSC:

MOJE AKTUALNE ZOBOWIAZANIA FINANSOWE (KREDYTY, RACHUNKI, ETC.):

MOJE POCZUCIE FINANSOWEGO BEZPIECZENSTWA (1-10) I DLACZEGO:

CWICZENIE 2: MOJE PRZEKONANIA O PIENIADZU

Uzupełnij bez filtrowania -- pierwsza myśl, jaka przychodzi.

PIENIADZE TO...

BOGACI LUDZIE SA...

ZASŁUGUJE NA BOGACTWO, PONIEWAŻ... (PIERWSZA MYŚL, BEZ CENZURY)

MOI RODZICE UCZYLI MNIE, ŻE PIENIADZE...

GDYBYM MIAŁA DUŻO PIENIEDZY, MOJE ŻYCIE...

CWICZENIE 3: MOJA INTENCJA FINANSOWA

Sformułuj JEDNA główną intencję finansową na te 30 dni. Konkretna, pozytywna, w czasie teraźniejszym.

MOJA GŁÓWNA INTENCJA FINANSOWA NA TE 30 DNI:

KIEDY TA INTENCJA SIE ZREALIZUJE, MOJE ZYCIE BEDZIE WYGLADAC TAK:

UCZUCIE, KTÓRE TOWARZYSZY TEJ MATERIALIZACJI (OPISZ JAK NAJDOKŁADNIEJ):

CWICZENIE 4: MOJE FINANSOWE MARZENIA (BEZ GRANIC)

Wyobraz sobie, ze mozliwosci sa nieograniczone. Opisz swoje zycie finansowe za 5 lat.

JAK WYGLADA MOJA FINANSOWA WOLNOSC ZA 5 LAT? (SZCZEGÓŁY, OBRAZY, UCZUCIA)

JAKIE TRZY DZIAŁANIA PIENIEZNE, NIEDOSTĘPNE MI TERAZ, BĘDĘ MOGŁA PODJĄC?

CWICZENIE 5: SKALA GOTOWOSCI

Oceń swoją gotowość do transformacji finansowej.

NA SKALI 1-10, JAK BARDZO WIERZE, ZE MOJA INTENCJA FINANSOWA SIE ZMATERIALIZUJE? DLACZEGO?

JAKIE SA MOJE 3 GŁÓWNE OBAWY LUB PRZESZKODY? ZAPISZ JE SZCZERZE.

CO BEDE ROBIC, GDY PRZYJDZIE WATPLIWOSC? (MÓJ PLAN AWARYJNY)



Aktywacje Tygodniowe

Cztery tygodnie transformacji -- każdy z głębszym poziomem aktywacji i refleksji.

TYDZIEŃ 1: BUDZENIE ŚWIADOMOŚCI FINANSOWEJ

Temat: Diagnoza i pierwsze aktywacje. Kod tygodnia: 520

TYDZIEŃ 1

5 - - 2 - - 0

NIESPODZIEWANE PIENIADZE

Pierwszy tydzień jest tygodniem budzenia. Nie próbujesz jeszcze zmieniać wszystkiego -- budzisz świadomość. Zauważasz swoje myślenie o pieniądzu. Obserwujesz reakcje ciała. Zaczynasz słuchać wewnętrznego głosu w sprawach finansowych.

Dzień 1 -- Poniedziałek: Pierwsza Aktywacja

MOJA INTENCJA NA TEN TYDZIEŃ:

JAK SIĘ DZIS CZUŁAM W ZWIĄZKU Z PIENIĄDEM? (KONKRETNA SYTUACJA)

PORANNA SESJA 369 -- NAPISZ SWOJĄ INTENCJĘ 3 RAZY TU (I JESZCZE 3 RAZY WIECZOREM W ZESZYCIU):

Dzien 2 -- Wtorek: Diagnoza Przekonan

JEDNO PRZEKONANIE O PIENIADZU, KTÓRE DZIS ZAUWAZYLAM W SOBIE:

SK AD POCHODZI TO PRZEKONANIE? (RODZINA, DOSWIADCZENIE, KULTURA?)

NOWA WERSJA TEGO PRZEKONANIA, KTORA CHCE ZASZCZEPIC:

Dzien 3 -- Sroda: Wdzieczosc Finansowa

7 KONKRETNÝCH RZECZY FINANSOWÝCH, ZA KTÓRE JESTEM DZIS WDZIECZNA:

JEDNA NIESPODZIEWANA MOZLIWOSC FINANSOWA, KTORA DZIS ZAUWAZYLAM (NAWET MIKRO):

Dzien 4 -- Czwartek: Wizualizacja

OPISZ TWOJA 'SCENE PRZYSZŁOSCÍ FINANSOWEJ' -- JAK NAJDOKŁADNIEJ, WSZYSTKIE ZMYŚŁY:

Dzien 5 -- Piątek: Działanie

JEDNO KONKRETNE DZIAŁANIE FINANSOWE, KTÓRE PODJĘŁAS LUB KTÓRE PODEJMIESZ DZIS:

JAK SIE POCZUŁAS (LUB JAK SIE SPODZIEWASZ CZUC) PODEJMUJAC TO DZIAŁANIE?

Dni 6-7 -- Weekend: Przegląd Tygodnia

CO ZADZIAŁAŁO W TYM TYGODNIU? JAKIE ZMIANY ZAUWAZYLAM?

JAKIE SYNCHRONICZNOŚCI LUB ZBIEZNOŚCI SIE POJAWIŁY?

CO CHCE POGŁĘBIC LUB ZMIENIC W PRZYSZŁYM TYGODNIU?

MOJA OCENA TYGODNIA (1-10) I KRÓTKI POWÓD:

TYDZIEŃ 2: POGŁĘBIANIE PRZEKONAN

Temat: Praca z blokami i przekonaniami. Kod tygodnia: 888

TYDZIEŃ 2

8 - - 8 - - 8

NIESKONCZONA OBFITOS

Drugi tydzień idzie głębiej. Zidentyfikowałeś swoje główne przekonania -- teraz zaczniesz je transformować. To może być emocjonalnie wymagający tydzień. Blokady mogą się ujawnić jako opór, lęk, irytacja lub niechęć do praktyki. Wszystko to jest oznaką, że transformacja się dzieje.

Dzień 8 -- Poniedziałek: Zidentyfikuj Główną Blokadę

JAKA JEST MOJA NAJGŁĘBSZA BLOKADA FINANSOWA? (TO, CZEGO BOISZ SIĘ NAJBARDZIEJ PRYZNAC)

JAK TA BLOKADA OBJAWIA SIĘ W MOIM CODZIENNYM ŻYCIU? (KONKRETNE ZACHOWANIA)

Dzien 9 -- Wtorek: EFT z Główna Blokada

SFORMUŁUJ ZDANIE KONFIGURACYJNE EFT DLA TWOJEJ GŁÓWNEJ BLOKADY:

PO SESJI EFT: JAK SIE ZMIENIŁA INTENSYWNOŚĆ BLOKADY (PRZED I PO, SKALA 0-10)?

CO POJAWIŁO SIE PODCZAS SESJI EFT? (UCZUCIA, WSPOMNIENIA, OBRAZY)

Dzien 10 -- Sroda: Nowa Tozsamosc

NAPISZ 5 DEKLARACJI TOZSAMOSCI FINANSOWEJ ('JESTEM OSOBA, KTÓRA...'):

JAK SIE CZUJESZ CZYTAJAC TE DEKLARACJE? CO JEST ŁATWE, CO BUDZI OPÓR?

Dzien 11 -- Czwartek: List do Pieniedzy

NAPISZ LIST DO PIENIEDZY -- JAK DO STAREGO ZNAJOMEGO, Z KTÓRYM MIAŁAS TRUDNA RELACJE:

Dzien 12 -- Piątek: Przeproszenie i Pogodzenie

CZY JEST KTOS, WOBEC KOGO MASZ FINANSOWY ZAL LUB PRETENSJE? NAPISZ KRÓTKIE PRZEBACZENIE:

CZY JEST COS W SOBIE, CO CHCESZ PRZEPROSCIC W ZWIAZKU Z PIENIADEM?

Dni 13-14 -- Weekend: Przegląd i Odnowa

JAKIE BLOKADY ZACZYNAM TRANSFORMOWAC? CO SIE ZMIENILO W MOIM MYSLeniu?

MOJA NOWA INTENCJA NA TYDZIEŃ 3:

TYDZIEŃ 3: BUDOWANIE NOWYCH WZORCÓW

Temat: Kody numeryczne i wizualizacja intensywna. Kod tygodnia: 369

TYDZIEŃ 3

3 - - 6 - - 9

KOD STRUKTURY

Trzeci tydzień to tydzień budowania. Masz już świadomość swoich blokad i zaczynasz je transformować. Teraz czas sadzić nowe wzorce, nowe przekonania, nowe obrazy przyszłości. Tydzień 3 to tydzień intensywnej Metody 369 i wizualizacji.

Dzień 15 -- Poniedziałek: Intencja 369 na Tydzień

SFORMUŁUJ TWOJĄ IDEALNĄ INTENCJĘ 369 NA TEN TYDZIEŃ (KONKRETNA, POZYTYWNA, W CZASIE TERAZNIEJSZYM):

NAPISZ INTENCJĘ 3 RAZY (PORANNA SESJA):

JAK SIĘ CZUJESZ PISAC TE INTENCJE? POJAWIA SIĘ WIARA? OPÓR?

Dzien 16 -- Wtorek: Wizualizacja Finansowej Wolności

PO SESJI WIZUALIZACJI SCENY PRZYSZŁOŚCI -- OPISZ CO 'WIDZIAŁAS' I CO CZUŁAS:

JAKIE DWA NOWE SZCZEGÓŁY DODAŁAS DZIS DO SWOJEJ SCENY PRZYSZŁOŚCI?

Dzien 17 -- Sroda: Dzień Działania

**JEDNO KONKRETNE DZIAŁANIE ZGODNE Z MOJĄ INTENCJĄ FINANSOWĄ, KTÓRE
PODJEŁAS DZIS:**

JAK TWOJE CIAŁO I EMOCJE REAGOWAŁY NA TO DZIAŁANIE?

Dzien 18 -- Czwartek: Kod 888 -- Nieograniczona Obfitość

GDZIE W SWOIM ŻYCIU DOSWIADCZASZ JUŻ OBFITOSCI? (NIE TYLKO FINANSOWEJ)

**JAK TA OBFITOS W INNYCH OBSZARACH MOŻE SIE PRZEŁOŻIC NA OBSZAR
FINANSOWY?**

Dzien 19 -- Piątek: Refleksja Środka

**W POŁOWIE 30-DNIOWEGO PROCESU -- CO SIE ZMIENIŁO OD DNIA 1? (MYSLENIE,
UCZUCIA, OKOLICZNOŚCI)**

CO JEST NAJTRUDNIEJSZE? JAK SOBIE Z TYM RADZĘ?

Dni 20-21 -- Weekend: Głęboka Sesja

SPEDZ 30-60 MINUT W CISZY. POTEM ZAPISZ, CO PRZYNIOSŁA TA CISZA:

MOJA REWIZJA INTENCJI (CZY COS SIE ZMIENIŁO LUB POGŁĘBIŁO?):

TYDZIEŃ 4: ZAKOTWICZENIE I EKSPANSJA

Temat: Stabilizacja transformacji i przygotowanie do 2. rundy. Kod tygodnia: 520+888+369

TYDZIEŃ 4

5 2 0 | 8 8 8 |
3 6 9

TROJKOD PEŁNY

Czwarty tydzień to tydzień integracji i zakotwiczenia. Zebrałaś świadomość, pracowałaś z blokami, budowałaś nowe wzorce. Teraz czas te wzorce stabilizować -- czyniąc je trwałą częścią Twojej tożsamości finansowej.

Dzień 22 -- Poniedziałek: Inwentarz Zmian

CO SIE ZMIENIŁO OD DNIA 1? (LISTA KONKRETNÝCH ZMIAN -- WEWNĘTRZNYCH I ZEWNĘTRZNYCH)

JAKIE SYNCHRONICZNOŚCI I 'ZBIEŻNOŚCI' POJAWIŁY SIE W OSTATNICH 3 TYGODNIACH?

Dzien 23 -- Wtorek: Moja Nowa Tozsamosc Finansowa

NAPISZ 'MANIFEST TOZSAMOSCI FINANSOWEJ' -- KIM JESTES TERAZ, PO 3 TYGODNIACH PRACY:

Dzien 24 -- Sroda: Podziekowanie

LIST WDZIECZNOSCI DO WSZECHSWIATA ZA TO, CO SIE JUZ ZACZELO MATERIALIZOWAC:

Dzien 25 -- Czwartek: Przyszle Ja

NAPISZ LIST OD TWOJEGO 'PRZYSZŁEGO JA' (ZA 1 ROK) DO CIEBIE DZISIEJSZEJ:

Dzien 26 -- Piątek: Zobowiązanie na Następne 30 Dni

CO BEDE ROBIC INACZEJ W NASTĘPNYCH 30 DNIACH? (3 KONKRETNE ZOBOWIAZANIA)

JAK BEDZIE WYGLADAC MÓJ CODZIENNY RYTUAŁ MANIFESTACJI?

Dni 27-30 -- Finalny Weekend i Zamknięcie Cyklu

MOJE 5 NAJWIĘKSZYCH ODKRYC Z TEJ 30-DNIOWEJ PODROZY:

CO CHCE ZACHOWAC? CO CHCE PUSCIC?

SŁOWO LUB ZDANIE, KTÓRE PODSUMOWUJE TE 30 DNI:



Medytacje **Prowadzone**

Szesc pełnych sesji medytacyjnych -- krok po kroku, ze szczegółowymi instrukcjami.

MEDYTACJA 1: KOHERENCJA SERCOWA I WDZIECZNOSC

Czas: 15-20 minut | Najlepszy moment: rano | Cel: Wejście w stan wysokiej częstotliwości

- ❖ Siadź lub połącz wygodnie. Zamknij oczy.
- ❖ Połóż jedną rękę na sercu, drugą na brzuchu.

KROK 1

Trzy głębokie oddechy. Z każdym wydechem odpuszczasz napięcie i myśli.

KROK 2

Przenieś uwagę do obszaru serca. Wyobraź sobie, że oddychasz przez serce -- wdech przez serce, wydech przez serce.

KROK 3

Zacznij oddychać w rytmie 5-5: 5 sekund wdech, 5 sekund wydech. Kontynuuj przez 3 minuty.

KROK 4

Przywołaj jedno wspomnienie, które napawa Cię autentyczną wdzięcznością lub miłością. Niech to uczucie wypełni Twoje serce.

KROK 5

Z tym uczuciem wdzięczności w sercu, powoli przywołaj 5 rzeczy finansowych, za które jesteś wdzięczna. Po każdej -- 2 oddechy wdzięczności.

KROK 6

Wyobraź sobie złote światło wychodzące z Twojego serca i rozszerzające się na cały pokój. To jest Twoje pole recepcji.

KROK 7

Powoli wróć do pokoju. Trzy głębokie oddechy. Otwórz oczy.

PO MEDYTACJI -- CO POCUŁAŚ? CO SIE POJAWIŁO?

MEDYTACJA 2: AKTYWACJA KODU 520

Czas: 20-25 minut | Najlepszy moment: rano lub po południu | Cel: Aktywacja nieoczekiwanych pieniędzy

AKTYWACJA GŁĘBOKA

5 2 0

NIEOCZEKIWANE PIENIADZE

KROK 1

Wejdz w stan głębokiej relaksacji -- 5 minut oddechu koherencyjnego (5-5).

KROK 2

Wizualizuj liczbe 520 jako swietlisty złoty kod przed Tobą. Powoli, cyfra po cyfrze: PIEC -- DWIE -- ZERO.

KROK 3

Wyobraz sobie, ze ten kod wnika w Twoje ciało przez klatke piersiowa, rozchodzi sie do kazdej komórki.

KROK 4

Poczuj vibracje kodu 520 w swoim ciełe -- jako ciepło, mrowienie lub pulsowanie. To jest sygnał aktywacji.

KROK 5

Teraz wypowiedz w myslach lub szeptem: 'Kod 520 jest aktywny. Jestem magnesem na niespodziewane pieniadze.' Powtórz 9 razy.

KROK 6

Wyobraz sobie konkretna kwote lub forma finansowej niespodzianki przychodza cej do Ciebie. Czuj radosc i wdziecznosc za nia JUZ TERAZ.

KROK 7

Utrzymaj ten stan przez 5-7 minut. Kiedy będziesz gotowa, wróć do pokoju.

PO MEDYTACJI -- CO WIDZIAŁAS? JAKIE EMOCJE SIE POJAWIŁY? JAKIE IDEE?

MEDYTACJA 3: PRZYSZŁA JA -- KOBIETA FINANSOWO WOLNA

Czas: 25-30 minut | Najlepszy moment: wieczorem | Cel: Budowanie tożsamości zamożności

KROK 1

Głębokie wejście w relaksację -- tym razem przez skanowanie ciała od stóp do głowy.

KROK 2

Wyobraź sobie, że wchodzisz do windy. Naciskasz przycisk: 'ZA 5 LAT'. Drzwi się zamykają.

KROK 3

Drzwi się otwierają. Wyobraź sobie, że wychodzisz do swojego życia za 5 lat -- w stanie finansowej wolności.

KROK 4

Rozejrzyj się. Gdzie jesteś? Co widzisz? Jakie jest oświetlenie, temperatura, zapachy?

KROK 5

Podejdź do lustra. Spójrz na siebie za 5 lat. Jak wygląda ta osoba? Jak stoi? Jak na Ciebie patrzy?

KROK 6

Poczuj energię tej osoby. Jej pewność, spokojna siła, radość. Wejdź w nią -- doświadcz jej od środka.

KROK 7

Zapytaj Przyszłą Siebie: 'Co chcesz mi powiedzieć?' Słuchaj. Ona ma dla Ciebie wiadomość.

KROK 8

Pozegnaj się z Przyszłą Sobą z wdzięcznością. Wróć do windy. Nacisnij 'TERAZ'. Wróć do pokoju.

OPISZ SWOJĄ PRZYSZŁĄ SIEBIE -- JAK WYGLĄDA, CZUJE, CO MÓWI?

JAKA WIADOMOSC PRZEKAZAŁA CI PRZYSZŁA JA?

MEDYTACJA 4: USUWANIE BLOKAD ENERGETYCZNYCH

Czas: 20 minut | Najlepszy moment: przed północą lub rano | Cel: Oczyszczenie pola finansowego

KROK 1

Wejdź w relaksację. Powiedz sobie: 'Teraz otwieram się na zobaczenie tego, co stoi między mną a moim bogactwem.'

KROK 2

Wyobraź sobie przed sobą wielki ekran. Na tym ekranie pojawiają się Twoje finansowe blokady -- jako kształty, kolory, symbole lub słowa.

KROK 3

Nie oceniaj tego, co widzisz. Zaakceptuj każdy symbol z wyrozumiałością: 'Widzę Cię. Rozumiem, że chciałaś mnie chronić.'

KROK 4

Teraz wyobraź sobie złote światło emanujące z Twojego serca. To światło powoli rozpuszcza każdą blokadę na ekranie.

KROK 5

Gdy ekran jest czysty, wypowiedz: 'Jestem wolna od ograniczających przekonań o pieniądzu. Jestem gotowa na przepływ.'

KROK 6

Poczuj tę wolność w ciele -- jako luz, przestrzeń lub oddech. Utrzymaj przez 3-5 minut.

KROK 7

Wróć do pokoju. Trzy głębokie oddechy. Otwórz oczy.

JAKIE BLOKADY POJAWIŁY SIĘ NA TWOIM EKRANIE? (OPISZ SYMBOLE, UCZUCIA, SŁOWA)

JAK SIE CZUJESZ PO MEDYTACJI? CO SIE ZMIENILO?

MEDYTACJA 5: WDZIECZNOSC UBIEGAJACA

Czas: 15 minut | Najlepszy moment: wieczorem | Cel: Programowanie podświadomości przez wyprzedzającą wdzięczność

Wdzięczność ubiegająca to akt dziękowania za coś, co jeszcze się nie wydarzyło -- tak, jakby już nastąpiło. To zaawansowana technika, która stawia umysł w pozycji 'odbioru', a nie 'czekania'.

KROK 1

Wejdz w relaksację. Zaczynaj od koherencji sercowej (5 minut 5-5).

KROK 2

Wyobraź sobie, że jesteś TYDZIEN lub MIESIAC od teraz -- i Twoja intencja finansowa się zmaterializowała.

KROK 3

W tej przyszłej chwili -- zacznij dziękować. Mów lub myśl: 'Dziękuję, że to się wydarzyło. Dziękuję za [konkretna kwota lub wynik].'

KROK 4

Czuj autentyczną wdzięczność -- nie jako ćwiczenie, ale jako prawdziwe uczucie. Niech fala wdzięczności przepłynie przez ciało.

KROK 5

Przez 7-10 minut trwaj w tej wdzięczności. Jeśli umysł się odrywa, wróć do uczucia dzięki.

KROK 6

Zamknij medytację słowami: 'To już się dzieje. Jestem wdzięczna.' Wróć do pokoju.

ZA CO WDZIECZYSZ Z WYPRZEDZENIEM? NAPISZ 5-7 PODZIEKOWAC W CZASIE PRZESZŁYM:

MEDYTACJA 6: TROJKOD -- PEŁNA AKTYWACJA

Czas: 30-35 minut | Najlepszy moment: rano w dniu specjalnym | Cel: Maksymalna intensywność aktywacji

To jest Twoja 'wielka broń' -- pełna aktywacja wszystkich trzech kodów Grabovoia w jednej sesji. Użyj tej medytacji na początek nowego cyklu, w ważne dni lub gdy potrzebujesz intensywnego impulsu wibracyjnego.

KROK 1

Przygotowanie: cicha przestrzeń, wiece lub muzyka binauralna 432 Hz. Siadaj wyprostowana, zamknij oczy.

KROK 2

FAZA 520 (10 min): Wejdź w koherencję sercową. Wizualizuj złoty kod 520 wchodzący przez klatkę piersiową. Powtarzaj 'Kod 520 aktywny' z uczuciem oczekiwania.

KROK 3

FAZA 888 (10 min): Wyobraź sobie, że to nieskończone źródło obfitości otwiera się nad Tobą. Promieniuje dostatkiem. Czujesz się otoczona nieograniczonymi możliwościami finansowymi.

KROK 4

FAZA 369 (10 min): Przywołaj strukturę Tesli. Wyobraź sobie, że jesteś tkana w sieć rzeczywistości przez trzema niciami: 3-6-9. Twoja intencja jest wpłataną w tkanę wszechświata.

KROK 5

INTEGRACJA (5 min): Połącz wszystkie trzy kody w jednym polu światła. Wiesz, że zostajesz usłyszana. Czuj pełną pewność.

KROK 6

Powoli wróć do pokoju. Nie spiesz się. Zanim otworzysz oczy -- uśmiechnij się.

PO TROJKODZIE -- OPISZ CO POCZUŁAS, WIDZIAŁAS, USŁYSZAŁAS:



Cwiczenia z Kodami Numerycznymi

Praktyczne protokoły aktywacyjne do codziennej pracy z kodami Grabovoia.

CWICZENIE KODOWE 1: KOD 520 -- 21-DNIOWY PROTOKÓŁ

Cel: Aktywacja nieoczekiwanych przepływów pieniężnych | Czas dzienny: 10-15 minut

21 DNI

5 2 0

NIESPODZIEWANE PIENIADZE

Protokół 21 dni z kodem 520 jest podstawowa forma aktywacji. Każdy dzień: pisz kod i intencje 9 razy rano, z pełną uwagą i uczuciem oczekiwania.

MOJA INTENCJA Z KODEM 520:

DZIEŃ 1-3: NAPISZ KOD 520 I TWOJĄ INTENCJĘ 9 RAZY:

DZIEŃ 4-6: NAPISZ KOD 520 I TWOJĄ INTENCJĘ 9 RAZY:

DZIEŃ 7-9: NAPISZ KOD 520 I TWOJĄ INTENCJĘ 9 RAZY:

DZIEŃ 10-12: NAPISZ KOD 520 I TWOJĄ INTENCJĘ 9 RAZY:

DZIEŃ 13-15: ZAPISKI I OBSERWACJE DO POŁOWY PROTOKOŁU:

DZIEŃ 16-18: NAPISZ KOD 520 I TWOJĄ INTENCJĘ 9 RAZY:

DZIEŃ 19-21: FINALIZACJA I ZAMKNIĘCIE (ZAPISZ CO SIE WYDARZYŁO):

CWICZENIE KODOWE 2: KOD 888 -- PROTOKÓŁ OBFITOSCI

Cel: Ekspansja świadomości finansowej i poczucia obfitości | Czas dzienny: 5 minut

CODZIENNIE

8 8 8

NIESKONCZONA OBFITOS

Kod 888 jest kodem nieograniczonej obfitości i ekspansji. Używaj go jako codziennego 'srodunku' między rano a wieczorem. Wróć do niego zawsze, gdy czujesz zwięzienie lub skurczenie w myśleniu finansowym.

MIEJSCA LUB SYTUACJE, GDZIE CZUJE FINANSOWE ZWĘZIENIE (LEK, SKURCZENIE, BRAK):

JAK KOD 888 MOŻE MI POMÓC W TYCH MOMENTACH? NAPISZ PLAN:

DZIEŃ 1: 888 NAPISZ 9 RAZY + NOTATKA O UCZUCIU OBFITOSCI:

DZIEŃ 2: 888 NAPISZ 9 RAZY + NOTATKA O UCZUCIU OBFITOSCI:

DZIEŃ 3: 888 NAPISZ 9 RAZY + NOTATKA O UCZUCIU OBFITOSCI:

DZIEŃ 4: 888 NAPISZ 9 RAZY + NOTATKA O UCZUCIU OBFITOSCI:

DZIEŃ 5: 888 NAPISZ 9 RAZY + NOTATKA O UCZUCIU OBFITOSCI:

DZIEŃ 6: 888 NAPISZ 9 RAZY + NOTATKA O UCZUCIU OBFITOSCI:

DZIEŃ 7: 888 NAPISZ 9 RAZY + NOTATKA O UCZUCIU OBFITOSCI:

CWICZENIE KODOWE 3: METODA 369 -- 33-DNIOWY PROTOKÓŁ TESLI

Cel: Trwałe zakotwiczenie intencji finansowej | Czas dzienny: 20-25 minut (3 sesje)

33 DNI

3 - - 6 - - 9

TESLA KOD STRUKTURY

**MOJA INTENCJA 369 NA 33 DNI (KONKRETNA, POZYTYWNA, W CZASIE
TERAZNIEJSZYM):**

Tydzien 1 (Dni 1-7): Pisz intencje 3x rano / 6x po południu / 9x wieczorem

REFLEKSJA PO TYGODNIU 1 -- CO ZAUWAZYLAM?

Tydzien 2 (Dni 8-14): Dodaj uczucie do kazdego zapisu

REFLEKSJA PO TYGODNIU 2 -- JAK SIE ZMIENILO PISANIE Z UCZUCIEM?

Tydzien 3 (Dni 15-21): Dodaj oddech koherencji przed kazdym zapisem

REFLEKSJA PO TYGODNIU 3 -- CO SIE ZMIENILO W ZEWNETRZNEJ RZECZYWISTOSCI?

Tydzien 4+ (Dni 22-33): Pełna wersja ze wszystkimi warstwami

ZAMKNIECIE 33 DNI -- CO SIE WYDARZYŁO? JAKIE DOWODY MATERIALIZACJI?



Mój Plan 30-Dniowy

Twój osobisty harmonogram transformacji finansowej -- z miejscem na śledzenie każdego dnia.

MOJE ZOBOWIAZANIE NA 30 DNI

Podpisz się pod tym zobowiązaniem. Data i imię.

JA, [TWOJE IMIE], OD DNIA [DATA] ZOBOWIAZUJE SIĘ DO 30-DNIOWEJ PRAKTYKI:

MOJE TRZY ZOBOWIAZANIA NA TE 30 DNI:

Tabela Śledzenia 30 Dni

NAWYK / RYTUAŁ	PON	WT	SR	CZW	PT	SOB	NIE
Poranny Protokół							
Kod 369 (3 sesje)							
Wieczorny Rytuał							
Wpis w Dzienniku							

Tydzien 2:

NAWYK / RYTUAŁ	PON	WT	SR	CZW	PT	SOB	NIE
Poranny Protokół							
Kod 369 (3 sesje)							

Wieczorny Rytuał							
Wpis w Dzienniku							

Tydzien 3:

NAWYK / RYTUAŁ	PON	WT	SR	CZW	PT	SOB	NIE
Poranny Protokół							
Kod 369 (3 sesje)							
Wieczorny Rytuał							
Wpis w Dzienniku							

Tydzien 4:

NAWYK / RYTUAŁ	PON	WT	SR	CZW	PT	SOB	NIE
Poranny Protokół							
Kod 369 (3 sesje)							
Wieczorny Rytuał							
Wpis w Dzienniku							

Rejestrator Synchronicznosci

Zapisuj tutaj wszystkie 'zbieznosci', nieoczekiwane zdarzenia, sny, przypadkowe spotkania i impulsy, które mogą być związane z Twoją intencją finansową. Nawet drobne -- nabierają znaczenia w kontekście całego procesu.

SYNCHRONICZNOSC #1: DATA I OPIS

SYNCHRONICZNOSC #2: DATA I OPIS

SYNCHRONICZNOSC #3: DATA I OPIS

SYNCHRONICZNOSC #4: DATA I OPIS

SYNCHRONICZNOSC #5: DATA I OPIS

SYNCHRONICZNOSC #6: DATA I OPIS

SYNCHRONICZNOSC #7: DATA I OPIS

SYNCHRONICZNOSC #8: DATA I OPIS

SYNCHRONICZNOSC #9: DATA I OPIS

SYNCHRONICZNOSC #10: DATA I OPIS

SYNCHRONICZNOSC #11: DATA I OPIS

SYNCHRONICZNOSC #12: DATA I OPIS

Rejestrator Wyników Finansowych

Zapisuj tutaj wszelkie finansowe rezultaty, nawet drobne -- zaoszczędzone pieniądze, niespodziewane przychody, nowe okazje, klienci z 'znikad', rabaty, nagrody.

WYNIK FINANSOWY #1: DATA, KWOTA/OPIS, OKOLICZNOSCI

WYNIK FINANSOWY #2: DATA, KWOTA/OPIS, OKOLICZNOSCI

WYNIK FINANSOWY #3: DATA, KWOTA/OPIS, OKOLICZNOSCI

WYNIK FINANSOWY #4: DATA, KWOTA/OPIS, OKOLICZNOSCI

WYNIK FINANSOWY #5: DATA, KWOTA/OPIS, OKOLICZNOSCI

WYNIK FINANSOWY #6: DATA, KWOTA/OPIS, OKOLICZNOSCI

WYNIK FINANSOWY #7: DATA, KWOTA/OPIS, OKOLICZNOSCI

WYNIK FINANSOWY #8: DATA, KWOTA/OPIS, OKOLICZNOSCI

WYNIK FINANSOWY #9: DATA, KWOTA/OPIS, OKOLICZNOSCI

WYNIK FINANSOWY #10: DATA, KWOTA/OPIS, OKOLICZNOSCI

WYNIK FINANSOWY #11: DATA, KWOTA/OPIS, OKOLICZNOSCI

WYNIK FINANSOWY #12: DATA, KWOTA/OPIS, OKOLICZNOSCI



Strony Wolne **i Refleksje**

Przestrzeń dla Ciebie -- na to, co nie mieści się w żadnym szablonie.

Ta część należy całkowicie do Ciebie. Nie ma tu szablonów ani instrukcji. Możesz pisać, rysować, notować myśli, wklejać cytaty, robić listy, szkicować plany lub po prostu wylać serce. To jest Twoja przestrzeń.

STRONA WOLNA 1

STRONA WOLNA 2

STRONA WOLNA 3

STRONA WOLNA 4

STRONA WOLNA 5

STRONA WOLNA 6

STRONA WOLNA 7

STRONA WOLNA 8



List do Ciebie z Przyszłości

Piszemy razem ostatnia stronę tego dziennika -- i pierwszą stronę nowego życia.

Wyobraz sobie, że trzymasz w reku list. Jest zaadresowany do Ciebie -- ale nadawca to Ty sama, za rok. Ty, która pracowała z tym dziennikiem, z kodami, z rytuałami. Ty, która nigdy nie odpuszcila, nawet gdy było trudno.

Ta wersja Ciebie -- Ty za rok -- chce Ci cos powiedziec. Napisz ten list samodzielnie, ponizej. Pisz w pierwszej osobie, w czasie przeszlym. Zacznij od: 'Kochana [Twoje imie], minal rok od kiedy zaczelas Dziennik Manifestacji...'

LIST OD PRZYSZŁEJ MNIE:

Jestem gotowa. Moje finansowe przeznaczenie już na mnie czeka. Krok po kroku, dzień po dniu, nawyk po nawyku -- zmierzam ku niemu. To już się dzieje.

“Najdłuższa podróż zaczyna się od jednego kroku. Ty go już zrobiłaś -- otwierając ten dziennik.”

-- Zhakuj Matriks -- Tom IV