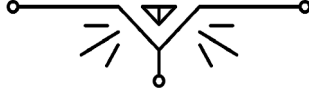




ANETTE INSELBERG

GERÇEKTEN İSTİYOR MUSUN?



DESTEK YAYINLARI: 1414
KİŞİSEL GELİŞİM: 230

ANETTE INSELBERG / GERÇEKTEN İSTİYOR MUSUN?

Her hakkı saklıdır. Bu eserin aynen ya da özet olarak hiçbir bölümü, yayınevinin yazılı izni alınmadan kullanılamaz.

İmtiyaz Sahibi: Yelda Cumalhoğlu
Genel Yayın Yönetmeni: Ertürk Akşun
Yayın Koordinatörü: Özlem Esmergül
Editör: Devrim Yalkut
Kapak Tasarım: İlknur Muştı
Sayfa Düzeni: Işıl Ilgıt Şimşek
Sosyal Medya-Grafik: Tuğçe Budak - Mesud Topal

Destek Yayınları: Şubat 2021
Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-625-441-120-5
30. Baskı Mart 2021

© Destek Yayınları
Abdi İpekçi Caddesi No. 31/5 Nişantaşı/İstanbul
Tel. (0) 212 252 22 42
Faks: (0) 212 252 22 43
www.destekdukkani.com
info@destekyayinlari.com
facebook.com/DestekYayinevi
twitter.com/destekyayinlari
instagram.com/destekyayinlari
www.destekmedyagrubu.com



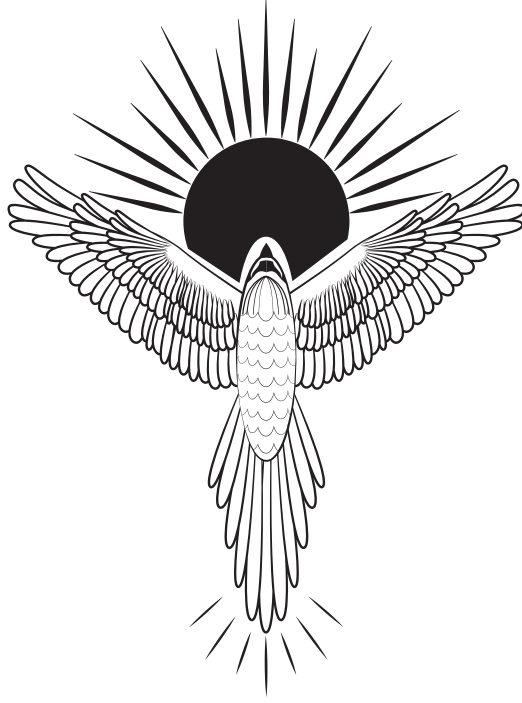
Deniz Matbaa Mücellit - Çetin Koçak
Maltepe Mahallesi Hastane Yolu Sok No. 1/6
Zeytinburnu / İstanbul
Sertifika No. 48625



HER GÜNE BİR RİTÜEL

ANETTE INSELBERG

GERÇEKTEN
İSTİYOR MUSUN?



*İlk kitabım gibi
bu kitabı da anneme adamak istiyorum.
Geçen gün bana
“Seninle gurur duyuyorum...” dedin ya
içim sıcak sıcak oldu ve kendimi çok iyi hissettim.
Ben de buradan
seni ne çok sevdiğimi ilan etmek istiyorum...*

Her Güne Bir Mucize, Bir Eylem ve Bir Ritüel

Sevgili Cancanlar...

Çoğunuzla *Her Şey Değişir* kitabım aracılığıyla tanıştım ve bu geçen sürede gerçekten hem benim hem de sizlerin hayatında bir şeyler değişti.

Sizlerden kalbime dokunan, beni ağlatan, güldüren, içimi acıtan, sevindiren o kadar çok mesaj aldım ki... Bazılarınızın mesajlarına dönebildim, bazılarınıza dönemedim (keşke hepimize dönebilsem ama yetişemiyorum maalesef) ama hepiniz kalbimde birleştiniz ve orayı kapladınız. Sizlerle soluk alıp vermeye ve “Nasıl daha fazla fayda sağlar, nasıl daha fazla katkıda bulunabilirim?” diye düşünmeye başladım...

Düşünmelerim nihayet sonuç verdi ve bu ikinci kitapla karşınıza tekrar çıkma cesaretini gösterdim.

Umarım bu kitap da sizlerin kalplerinize, hayatlarınıza, umutlarınıza, acılarınıza değer ve bir parça da olsa hafiflemenize yardımcı olur.

Bu arada benim hayatımda neler mi oldu hemen anlatayım...

Bir kere ailede itibarım arttı. Ailemin gözünde bir yaprak gibi oradan oraya savrulan ben sonunda bir baltaya sap oldum. :) Yani sevdiğim şeyi nihayet buldum ve o yolda ilerlemeye karar verdim.

Annemle yıllar içinde düzelttiğimiz ilişkimiz daha da iyi hale geldi. Hatırlarsanız ilk kitabımı anneme adamıştım. Annem ne yapsa beğenirsiniz? Elinde kitap girmiş bir dükkâna, “Kızım bu kitabı yazdı ve kitabı bana adadı...” deyip başlamış

ağlamaya. Ardından da kitabı oradaki görevliye vermiş ve utanıp oradan çıkmış. Bir daha da hiç gitmemiş... “Anneciğim âlemsin, ne diyeyim?” Herkesin duygularını ne zaman, nerede, nasıl göstereceği belli olmuyor işte.

Sokakta tanınır hale geldim ve “Sen bizi tanımasan da biz seni tanıdık ve çok sevdik!” diyen bir sürü pırlanta insanla tanışıp, sarılıp sohbet etme fırsatım oldu.

Ve ikinci üniversite olarak sosyoloji okumaya başladım. Psikoloji, toplumbilim, felsefe, mantık dersleri arasında gezinmeye başladım (malum evlerdeyiz). “Aaa bu yaşta okumaya üşenmedin mi?” diyenlerin sesine kulak asmadım. Hatta şöyle cevap verdim: “Bu dört sene okusam da geçecek (Allah’ın izniyle) okumasam da geçecek. Ben okuyarak geçmesini seçiyorum...” dedim. Ve ikinci yılı yarılıdım bile...

Ayrıca birçok kişisel gelişim eğitimine gittim (hem kendim için hem de sizlere daha fazla katkı sağlayabilmek için). Kendimle olan ilişkim daha iyi hale geldi. Kendimi daha çok sevmeye, daha çok affetmeye ve hatalarımı gelişme fırsatı olarak görmeye başladım.

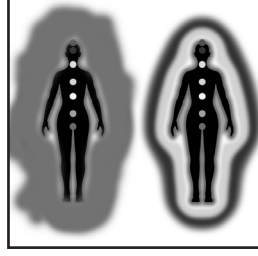
İşte kısaca bunlar benimle ilgili gelişmeler...

Peki bu kitapta sizlere ne mi anlatacağım?

Sıkı durun, hazır mısınız? İşte anlatmaya başlıyorum...

Biliyorsunuz, her günümüz özel ve değerli. Her günümüz bir mucize. O yüzden hayatımızı onurlandırmak gerekiyor. İşte bunun için her güne bir hikâye, ritüel, eylem ya da farkındalığımızı geliştiren bir oyun koymak istedim. Böylelikle birinci kitapta zaten çok bahsettiğim enerjimizi yükseltip bolluğu ve bereketi hayatımıza çekmeyi kolaylaştırmış oluyoruz. Hem de sürekli bu tip çalışmalar yaparak beynimizi daha sakin ve huzurlu hale getirerek daha mutlu bir insan olmaya dair adım atıp mucizeleri yaşamaya başlıyoruz.

Durun daha bitmedi! Ayrıca güçlü bir enerji alanı oluşturup bolluk bereket içinde yaşamının tohumlarını da atmış oluyoruz. Aşağıdaki görselde güçlü enerji alanına sahip kişiyi yani bu kitabı okuduktan sonraki halinizi size göstermek istiyorum..)



Çalışmaları bu kitabı takvim hesabı gün gün takip ederek de yapabilirsiniz, gözlerinizi kapatıp “Bugün benim işime yarayacak en güzel uygulama bana gelsin...” diyerek içinizden gelen sayfayı açarak orada karşınıza çıkan uygulamayı yaparak da.

Haydi o zaman hâlâ duruyor musunuz? Başlayın bakalım...
Rasgele...

Not: Birinci kitabımda da sık sık bahsettiğim gibi her şey Allah'tandır. Allah “Ol!” der ve olur. Bu ritüeller, olumlamalar, çalışmalar, sözler, sayılar, kokular, renkler, semboller, oyunlar, eylemler sadece vesiledir... E mi benim canım bunu hep aklında tut...

Bana Ulaşabileceğiniz Sosyal Medya Hesaplarım:

Instagram: www.instagram.com/anette_inselberg

Facebook: www.facebook.com/anette.inselberg

Twitter: [@anetteinselberg](http://www.twitter.com/anetteinselberg)

Youtube: www.youtube.com/channel/UCfnNAX0W-uJRWHQTS1sEyjg (Anette Inselberg)

Blog: www.anetteinselberg.com (Zamazingo)

Verdiğim Eğitimler:

Reiki 1. Seviye, 2. Seviye & Master Seviye
Access Bars (Bilinçaltı Temizliği & Yeniden Başlangıç)
Access Facelift (Yüzün ve Vücudun Gençleşip Canlanması)
Spiritüel Dowsing (Sarkaçla Arınma & Şifalanma)
InnerSpeak (İç Benlikle Konuşma)
Heal Your Life (Kendini Sev Hayatını İyileştir)
Kahkaha Yogası

Aldığım Eğitimler:

Mindfulness, Bilinçaltı Dili Okur Yazarlığı, Bireysel Şaman Seansları, Şamanlık Eğitimleri, Sorumluluk ve Özgürlük Seminerleri, Spiritüel Dowsing (Sarkaçla Arınma), InnerSpeak (İç Benlikle Konuşma), Kahkaha Yogası, Kalp Yolu Eğitimi, Nefes Seansları, Olasılıklar Seçimi, Biyoenerji Seansları, Labirent, Esas, Keşif, Access Bars, Access Facelift, Access Beden Prosesleri, Access Foundation, Heal Your Life (Kendini Sev Hayatını İyileştir) Liderliği, EFT (Duygusal Özgürleşme Tekniği), Birlik Bilinci, Reiki I, Reiki II ve Master Seviyesi, Thai Masajı, Numeroloji Eğitimi, Değişik Ashramlarda Meditasyon Kursları, Mandala Çalışması, Hayata Yeniden Başlangıç Kampı, Cem Şen 1. 2. 3 ve 4. Seviye Eğitimleri, Transandantal Meditasyon, Tai Chi, Chi Kong, Radyostolji ve Semboller Eğitimi, Tuna Kamhi, MerKa-Ba Eğitimi Tuna Kamhi, Çeşitli Şifa ve Enerji Çalışmaları...

ÖNEMLİ NOT:

* Bu kitaptaki tüm ritüellerin resimlerini renkli olarak www.instagram.com/gercektenistiyormusun adresinde bulabilirsiniz...

* Ritüel görselleri her bölümün sonunda yer almaktadır.

1 Ocak Cuma

Evet işte yılın ilk günü. Yılın seyrini değiştirecek kararları almaya başladığımız bir gün. Haydi o zaman yeni yılın frekansına uyumlanma ritüeli yapalım...

2021 Yeni Yıl Ritüeli

Bir mum yakın ve “2020’nin tüm olumsuzluklarını yaktım, küle döndürdüm, oh be!” diyerek mumu söndürün. Sonra kırmızı kalemle sol el bileğinize “2021 ENERJİSİNE UYUMLANDIM” yazın ve dileklerinizi dileyerek ritüeli bitirin.

2 Ocak Cumartesi

“Hızımı alamadım, bir tane daha yeni yıl ritüeli olsa da şu 2020’nin tüm olumsuzluklarını da geride bıraksam...” mı diyorsunuz? Hayhay, tabii ki...

Hemen yeni bir 2021 ritüeli daha yapalım...

2021 Yeni Yıl Ritüelimiz

İki beyaz mum alın. Birinin üzerine siyah kalemle “2020” diğerine ise kırmızı kalemle “2021” yazın. Önce “2020” yazan mumu yakın ve içinizden “2020” yılına ait tüm olumsuzlukları

muma anlatın ve anlatmanız bittiğinde mumu söndürerek çöpe atın. Sonra “2021” yazan mumu yakın ve yeni yıla ait tüm istek ve dileklerinizi muma anlatın ve mum kendiliğinden sönene kadar bekleyin. Ardından mumdan kalanları toprağa gömün...

3 Ocak Pazar

Enerjisi yüksek olan kelimeleri kullandıkça bizim de enerjimiz artar hatta bunları suya okuyup içerse etkisi daha da artar.

O zaman haydi koşun mutfağa ve bir bardak su alıp şu kelimeleri bardağa okuyun:

- ▶ Sevgi
- ▶ Neşe
- ▶ Huzur
- ▶ Şans
- ▶ Bolluk
- ▶ Mucize
- ▶ Bereket

Ve afiyetle suyu bir kerede için. Yarasın...

4 Ocak Pazartesi

Ve yılın ilk işgünü... Değişen şartlardan dolayı artık evlerden de çalışmaya başladığımız bu dönemde kapı önünde yapacağımız bu ritüel yeni yılda işlerin bolluk ve bereket içinde geçmesine yardımcı olur.

Pazartesi Ritüeli

Kapınızın dışına paspasın altına şeker ve defne yaprağı serpin. Bir gün boyunca yerde kalacak bu malzemelerin birkaç kez üstünden geçin ve bu sırada “Hayatıma, işime, evime bolluk ve bereket, sağlık, huzur, mucizeler ve aşk tıkrır tıkrır geliyor...” deyin. Ertesi gün yaprakları ve şekeri toprağa serpin.

5 Ocak Salı

Geçin bakalım aynanın karşısına. Kendinizle barışma zamanınız geldi. Uzun uzun kendinizi inceleyin. Özellikle sevmediğiniz yerlerinizi bulun ve onlara öpücük gönderin. Onların değerini bilin.

Gözlerinizi kapatın “Bugünden itibaren kendimi olduğum gibi kabul ediyorum. Ben çok güzelim, değerliyim ve özelim...” diyerek iki kaşınızın ortasına yedi kere vurarak çalışmayı bitirin.

Eskiden Sevmediğim, Şu Andan İtibaren Öpücük Gönderip Sevdiğim Yerlerin Listesi:

.....
.....



6 Ocak Çarşamba

Ve çarşamba. Çarşamba aşk günü olduğuna göre hemen bunu bir aşk ritüeliyle taçlandırmaya ne dersiniz?

“9 3 8” Aşk Ritüeli

Kırmızı bir kalemle sol bileğinize “9 3 8” yazın ve kalp şeklinin içine alın. Ardından yanına tektaş bir yüzük çizin ve “Kalbimdeki hayra dönerek oluyor...” diyerek ritüeli bitirin.

Bu ritüeli hem yeni bir aşkı hayatınıza çekmek için, hem de mevcut olan ilişkinizi evliliğe taşımak için kullanabilirsiniz. Tabii ki evliler de evliliğinin daha mucizevi hale gelmesi için yapabilir.

Not: Bu kitaptaki ritüellerde kullandığım sayılar bir Rus matematikçi olan Grigori Grabovoi'ye aittir. “Matematik, Tanrı'nın evreni yazmak için kullandığı alfabedir” diyerek geliştirdiği sayılarla şifalanma yöntemi günümüzde en çok kullanılan metotlar arasında yer alıyor. Ben de kendisine ve bu şifalı sistemine teşekkürlerimi ve saygılarımı sunuyorum.

7 Ocak Perşembe

Perşembe günü bolluk bereket günü. Bolluk kelimesini çok seviyorum. Çünkü sadece para anlamındaki bolluğu kastetmiyor. Arkadaşlarla olmak, dışarı çıkmak, yemek yemek, sohbet etmek, iş fırsatlarının gelmesi, sınavların iyi geçmesi, iyi haberler almak, huzurlu ve sağlıklı olmak, dileklerin kabulü, aşk, mucizeler bunların hepsi aslında bolluk kelimesinin içinde.

O zaman haydi bolluk ritüeli...

“5 2 0” Bolluk Ritüeli

Gün içinde istediğiniz bir zaman mor bir mum yakın ve mor kartona siyah kalemle “5 2 0” yazın ve içini dileklerinizi yazarak doldurun. Ritüeli “Çoktan oldu bile!” diyerek bitirin. Mumu

söndürün, kartonu istediğiniz zaman toprağa ya da evinizdeki bir saksıya gömün...

8 Ocak Cuma

Hoş geldin cuma... Hayatımıza güzellikler ve mucizeler getirdin. Her gün güzel ama cuma sanki bir başka güzel.

Haydi o zaman cuma gününü bir mucize ritüeliyle taçlandıralım...

“7 7 7” Mucize Kapısı Ritüeli

Kırmızı ve siyah kalem kullanarak sol bileğinize bölüm sonunda gördüğünüz şekli çizin, dileklerinizi dileyin ve “Mucize kapılarım açıldı” yazarak mühürleyin...

9 Ocak Cumartesi

Evet bugün bir mucize olduğunu hatırlamaya var mısınız?

Evet siz...

Bugün başkasından beklediğiniz sevgiyi, anlayışı, hoşgörüyü ve değeri siz kendinize vereceksiniz. Çünkü siz bir mucizesiniz. Siz cesursunuz ve siz bir kazanansınız.

Şimdi kendinize sarılın ve kendinizi sımsıkı kucaklayın.

Aferin...

10 Ocak Pazar

Yeni yıla girdik ama daha kimseyi sevindirmedik mi? O zaman bugün sevindir günü olsun.

Sokaktaki kediyi, köpeği, kuşu, iş arkadaşınızı, komşunuzu, dostunuzu, ihtiyaç sahibi birisini ve de en önemlisi kendinizi sevindirin.



İyi ki varsınız...

Sevindir Listem:



.....

.....

.....

.....

.....

.....

11 Ocak Pazartesi

Zaman ne kadar çabuk geçiyor değil mi?

İşte yine pazartesi oldu... O zaman bu haftanın da harika geçmesi için pazartesiye neşe dolu bir ritüelle başlayalım. Pazartesinin mucizesi ve enerjisi diğer günlere de geçsin...

Gülümse Ritüeli



Yatağın yanına, bilgisayarın üzerine, buzdolabına, tuvalettaki aynaya, sokak kapısına (hem içine hem dışına), telefonun üzerine, sürahiye, su içtiğiniz bardağa, dolabınızın kapağına yani gün içinde sürekli olarak gördüğünüz her yere "gülümse etiketi" yapıştırıyoruz. Ve bu etiketi her gördüğümüzde gülümsüyoruz...