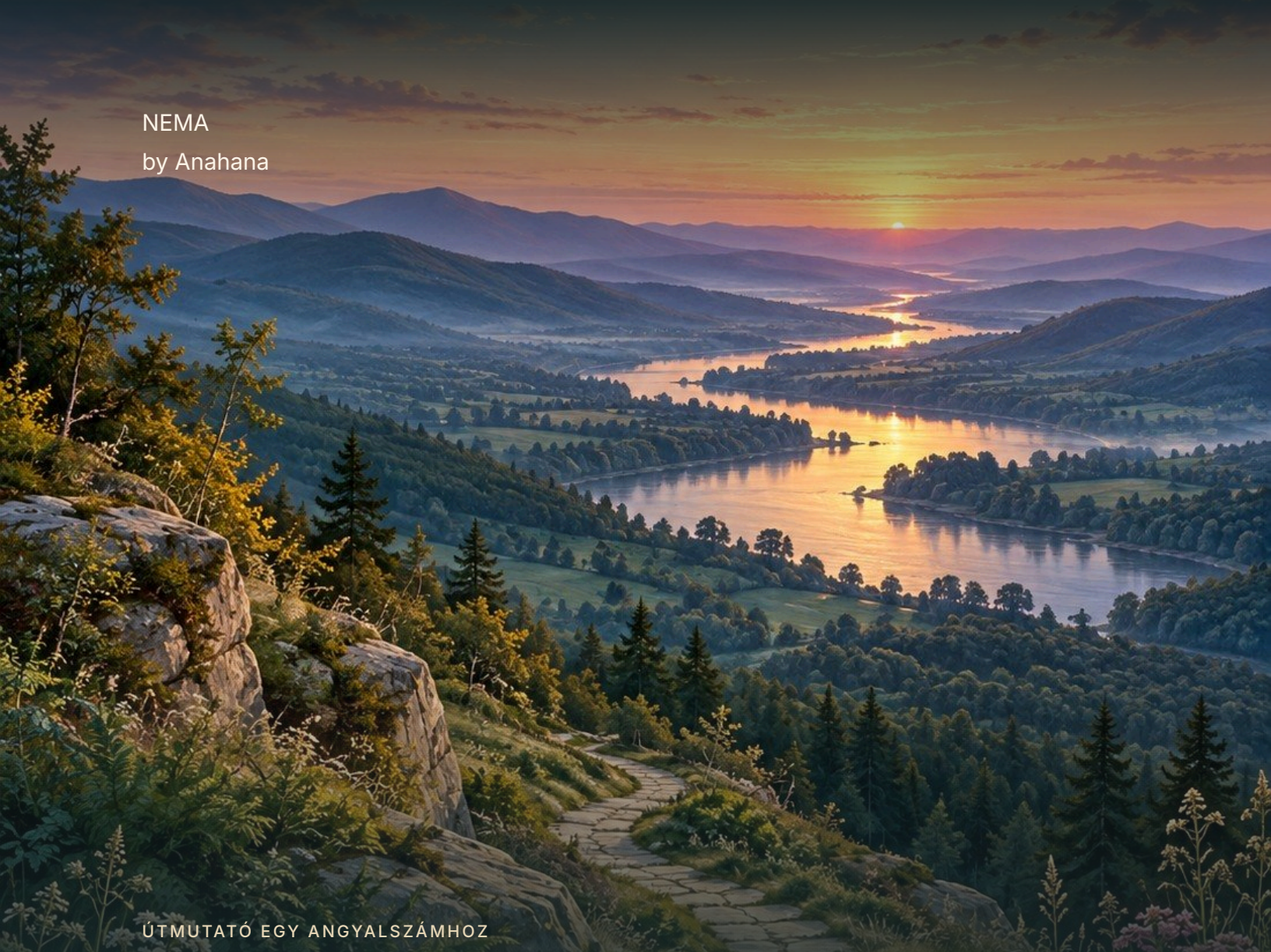


NEMA
by Anahana

ÚTMUTATÓ EGY ANGYALSZÁMHOZ

1111 és a tudatosság gondolata

Állj meg annyi időre, hogy észrevedd, mi számít.

Magyar kiadás 1.2

Egy értelmezés, három téma és egy ötnapos gyakorlat

NEMA by Anahana



ÜZENET A NEMA-TÓL

Egy kis tér az 1111-nek.

Ez a kiadás a tudatosság témáján keresztül járja körül az 1111-et. Olvass a saját tempódban; nem kell újra látnod a számot ahhoz, hogy használd a gyakorlatokat.

Az angyalszámok szimbolikus és spirituális hitbeli hagyományokhoz tartoznak. Jelentésük értelmezés, nem igazolt üzenet vagy jóslat. A saját körülményeidet és belátásodat is magaddal hozod az olvasáshoz.

Olvasd el a három témát, majd öt napon át foglalkozz naponta egy kérdéssel. Használj jegyzetfüzetet, vagy írj megjegyzéseket a PDF egy példányába. Hagyd ki azt a kérdést, amelyik nem hasznos számodra; nincs pontszám vagy kötelezően elérendő eredmény.

Ez egy általános magyar kiadás, nem egyénileg kiszámított értelmezés. Gondolkodásra hív, nem szakmai tanácsot ad.

NEMA by Anahana



ANGYALSZÁMOK

1111 TUDATOSSÁG

Állj meg annyi időre, hogy észrevedd, mi számít.

Az angyalszámok mai értelmezései gyakran kapcsolják az 1111-et az ébredéshez, a szándékhoz és az új kezdetekhez. Az ismétlődő 1-es egy kiindulópont köré összpontosuló figyelem képét kínálja. Az ébredés itt azt jelenti, hogy tudatosabban érzékeled a saját tapasztalataidat, nem pedig azt, hogy bizonyítékot kapsz valamilyen különleges sorsra.

Egy ismerős mintát, például a 11:11-et könnyebben észrevehetsz, amint jelentőséget kap számodra. Örülhetsz ennek a pillanatnak anélkül, hogy minden felbukkanást utasításnak tekintenél. Az a hasznos kérdés, hogy mit segít meglátni a megállás, nem az, hogy hányszor jelennek meg a számjegyek.

Tekints erre a kiadásra úgy, mint egy hétköznapi pillanathoz vezető ajtóra. Mit csinálsz éppen? Mi vonja el máshová a figyelmedet? Miben szeretnél egy kicsit jobban jelen lenni? Egy világos szándék irányt adhat egy döntésnek, de nem irányíthat eseményeket vagy más embereket.

> PRÓBÁLD KI
>
> Amikor az 1111 felkelti a figyelmedet, állj meg, és kérdezd meg magadtól: Mi érdemel ma tíz perc osztatlan figyelmet?



VÁLTOZÁS

Megállás egy kezdet előtt.

Amikor egy minta jelentőségtelinek tűnik, késztetést érezhetsz egy nagy változtatásra. Mielőtt cselekednél, válaszd külön a lehetőség érzését a gyakorlati döntéstől. Az első lépéshez elég a kíváncsiság; nem kell biztosnak lenned.

Fogalmazz meg egy szándékot olyan irányként, amelyre hatással lehetsz: figyelmesebben hallgatni, időt szánni a tanulásra, vagy végigvinni egy elhanyagolt beszélgetést. Aztán nevezz meg egy apró cselekedetet, amely ezt ma kifejezhetné. A cselekvés nélküli szándék vágy maradhat; az átgondolás nélküli cselekvés szem elől téveszthetti azt, ami számít.

Hagyj teret a vegyes érzéseknek. A kétely vagy egy nem kívánt gondolat nem idéz elő rossz kimenetelt. A figyelem gyakorlás kérdése, nem a pozitív gondolkodás próbája.



SZERETET ÉS KAPCSOLÓDÁS

Légy jelen a beszélgetésben.

Ha az 1111 egy kapcsolatot juttat eszedbe, használd ezt a pillanatot arra, hogy visszatérj a másik emberhez a közös jövőtökről elképzelt történet helyett. Mit mondott valójában? Mit remélsz, mit értett alatta? Tartsd külön ezt a két dolgot.

Próbálj ki egy rövid beszélgetést, félretéve a zavaró tényezőket. Tegyél fel egy nyitott kérdést, aztán hallgasd meg a választ anélkül, hogy már a következő mondatodat terveznéd. Ha egyedül vagy, figyeld meg a belső párbeszéded hangját, és cserélj le egy bántó feltételezést egy méltányosabb kérdésre.

Az ismétlődő számok nem bizonyíthatnak lelki társak közötti köteléket vagy kölcsönös érzéseket. A jelenlét a beleegyezéstől, az őszinteségtől és a figyelemtől válik jelentőssé, amelyet mindkét ember saját döntéséből ad.



MUNKA ÉS IRÁNY

Adj irányt a figyelmednek.

A munkahelyi újrakezdés a következő tíz perccel is elkezdődhet. Válassz egy feladatot, amely egy számodra fontos szándékot szolgál, távolíts el egy zavaró tényezőt, és döntsd el, mikor lenne érdemes megállni.

Ha minden sürgősnek tűnik, készíts két oszlopot: mihez kell cselekvés, és mihez kell információ? Dolgozz egy olyan dolgon, amelyre hatással lehetsz. Kérdezz rá a nem egyértelmű elvárásra, mielőtt egy feltételezés köré nagy megoldást építenél.

Az 1111 észlelése nem bizonyítja, hogy egy kezdeményezés sikerrel jár majd. Használd a tudatosság témáját egy döntés gondos átgondolásához, valós információkkal és elegendő idővel.



ÖT NAP

Öt nap az 1111-gyel.

Szánj körülbelül öt percet az egyes kérdések átgondolására. Néhány választható tevékenység tovább tart. Ha a gyakorlatban megoldható, próbáld ki a javasolt cselekedetet, majd térj vissza a jegyzeteidhez. Bármelyik napon elkezdheted; nem feltétel, hogy észrevedd a számot.

01	1. NAP - ÁLLJ MEG	Mi történt, amikor észrevettem az 1111-et? Mit éreztem, mielőtt jelentést tulajdonítottam neki?
02	2. NAP - FIGYELJ ODA	Mi érdemel ma tíz perc osztatlan figyelmet?
03	3. NAP - VÁLASSZ SZÁNDÉKOT	Melyik irány fontos számomra, és milyen cselekedet fejezhetné ki?
04	4. NAP - FIGYELJ A MÁSIKRA	Mit tanultam abból, hogy megvártam, amíg valaki befejezi a mondandóját, mielőtt válaszoltam?
05	5. NAP - TÉRJ VISSZA	A jelenlét melyik pillanata volt hasznos számomra? Hogyan adhatok teret egy újabbnak?

Ha kimarad egy nap, folytasd, amikor szeretnéd. Nem kell megszakítás nélküli sorozatot tartanod.



Kezdd a megfigyeléssel.

Írd a dátumot a bejegyzésedhez. Írj az alábbi helyre, vagy használj külön jegyzetfüzetet.

1. nap - Mi történt, amikor észrevettem az 1111-et? Mit éreztem, mielőtt jelentést tulajdonítottam neki?

2. nap - Mi érdemel ma tíz perc osztatlan figyelmet?

Hagyj teret a bizonytalanságnak. Egy rövid, őszinte válasz is elég.



3. ÉS 4. NAP

Próbálj ki valami kézzelfoghatót.

Írd a dátumot a bejegyzésedhez. Írj az alábbi helyre, vagy használj külön jegyzetfüzetet.

3. nap - Melyik irány fontos számomra, és milyen cselekedet fejezhetné ki?

4. nap - Mit tanultam abból, hogy megvártam, amíg valaki befejezi a mondandóját, mielőtt válaszoltam?

Hagyj teret a bizonytalanságnak. Egy rövid, őszinte válasz is elég.



Olvasd el újra a jegyzeteidet.

Írd a dátumot a bejegyzésedhez. Írj az alábbi helyre, vagy használj külön jegyzetfüzetet.

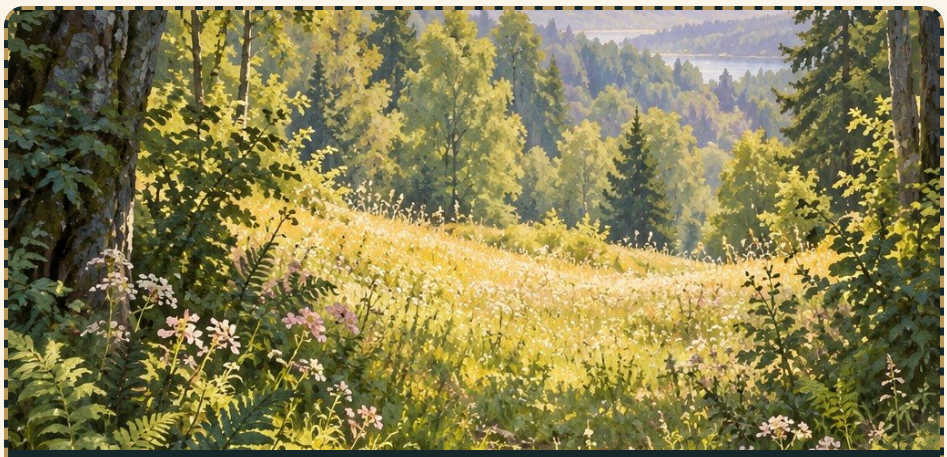
5. nap - A jelenlét melyik pillanata volt hasznos számomra? Hogyan adhatok teret egy újabbnak?

Hagyj teret a bizonytalanságnak. Egy rövid, őszinte válasz is elég.

A KÁRTYÁD

Egy megőrizhető emlékeztető.

Mentsd el ezt az oldalt, hogy később visszatérhess hozzá, vagy nyomtasd ki csak ezt az oldalt, és vágd körbe a szegély mentén. Tartsd olyan helyen, ahol hasznos lehet számodra.



1111

TUDATOSSÁG

- Állj meg, mielőtt értelmezel.
- Vedd észre, mi van itt.
- Válassz egy világos szándékot.
- Hallgasd meg a tényleges választ.
- Térj vissza gyengéden, amikor elkalandozik a figyelmed.

NEMA BY ANAHANA



ERRŐL AZ ÉRTELMEZÉSRŐL

Szimbólum, összefüggés, választás.

Ez a kiadás az 1111 szimbolikáját az Anahana erről az angyalszámról szóló, angol nyelvű cikkéből meríti. A gyakorlatok új, szerkesztőségi gondolatébresztők.

- Az 1111-ről szóló cikk adja a szimbolikus témákat, nem pedig bizonyítékot arra, hogy a számok eseményeket okoznak. Az értelmezések spirituális hagyományonként eltérnek.
- A forrás egyes részei erősebb állításokat fogalmaznak meg. Ez a kiadás nem vesz át jóslatokat a szeretetről, a pénzről, az egészségről vagy valamilyen előre elrendelt kimenetelről.
- A természetképek a sorozat több kiadásában is szerepelnek. Nyugodt környezetet teremtenek az olvasáshoz; nem egy kizárólag neked készített üzenetet ábrázolnak.

További olvasnivaló: /hu/angel-numbers/1111-angel-number/



KÖVETKEZŐ LÉPÉS

Egy kicsit tovább, ha szeretnéd.

Őrizd meg ebből az ajándékból azt, ami hasznos számodra. Ezek az oldalak itt vannak, ha szeretnél még felfedezni valamit.

Teljes útmutató az angyalszámokhoz

Nézd meg az aktuális leírást és a tartalmat.

/hu/nema/products/complete-guide/

Születési horoszkóp - elemzés

Olvass az elemzésről és arról, hogy mit tartalmaz.

/hu/nema/products/natal-report/



Állj meg annyi időre, hogy észrevedd, mi számít.

NEMA by Anahana

1111 - Tudatosság - Magyar kiadás 1.2

Általános, gondolatébresztő kiadás

© 2026 Anahana Wellness Inc. All rights reserved.