



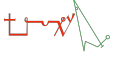
سوف أقوم بمشاركة تجربتي (تجاري) الأخيرة في العمل مع تمرين الشمس السوداء في هذا المقال. لكن أولاً ، سأبدأ بمقدمة قصيرة لأولئك الذين لا يعرفون ماذا يحتوي التمرين. عثرت لأول مرة على هذا التمرين منذ 3 سنوات عندما كنت لا أزال في بداياتي كساحر غير محترف. الساحر ذو المسار الأيسر صاحب الاسم المستعار ي.ا. كويتنج قام بنشر مقطع فيديو يقدم فيه نسخة مختصرة عن ماهية هذا التمرين وما فائدته التي تعود على الممارس. أتذكر القيام بهذا التمرين جيداً في ذلك الوقت وتأثير فقدان الاحساس الذهني الذي أحدثه علي ، شعرت بأني عديم القيمة أو الفائدة على الإطلاق لمدة 3 أيام تقريباً بعد القيام بذلك التمرين لمدة يوم أو خمسة. لذلك اسمحوا لي أن أذكر على الفور أن الاستنتاج هو أن هذه الطقوس ليست للمبتدئين.

[رابط الفيديو على يوتيوب: تمرين الشمس السوداء](#)

لقد فعلت هذا الطقوس مرة أخرى ابتداءً من سبتمبر 2016 لمدة شهر ، وقبل القيام بذلك قمت بقراءة البخت مثلما أفعال دائماً لمعرفة النتيجة وبالتالي لا أضيع وقتي في القيام بشيء لن يفيدني. وكانت النتيجة ما حدث وأن لهذا التمرين آثار جانبية مثل زيادة الشهية ؛ بدأت اشعر بالرغبة الشديدة في تناول الطعام في كثير من الأحيان (اعتدت على تناول الطعام مرة واحدة في اليوم والآن ثلاث مرات في اليوم). كما شعرت بغضب عارم يغلي بداخلي (الغضب والكراهية وغيرها). لكن النتائج الإيجابية كانت جيدة للغاية: زيادة في دخلي الشهري (ذكرت في مقال سابق ان دخلي كان 3000 دولار ، وزاد إلى 3500 دولار ، وبتجه نحو 4000 دولار حالياً) ، وشعرت بأني أكثر صحة وقوة ذهنياً ؛ كمية كبيرة من الصفاء مع اختفاء الهموم من عقلي ، على الرغم من أنني يجب أن أشير إلى أن تمرين الشمس السوداء يقوم بمضاعفة عملي الحالي والمزايا المذكورة أعلاه هي نتيجة لذلك. اذا فإنه ليس التمرين في حد ذاته. تمكنت من تحسين هذا الطقوس بعد ممارسته لبضعة أسابيع عن طريق إضافة صورة والتأمل فيها وهو أكثر فعالية من التمرين الأصلي نفسه ؛ أنا أوصي بأن يتم القيام بكل منهما (كيف أفعل ذلك) قم بالتأمل أولاً ثم قم بالتمرين الأصلي. يمكن (استخدام الصورة أدناه للتأمل عن طريق نسخها إلى قطعة ورق (بيضاء

شيء آخر أحتاج إلى أن أذكره هو أن البداية هي الأصعب وستشعر "بالحروق" حينها ولكنك لن تشعر بها بعد فترة قصيرة وسيأخذ التأمل أشكالاً مختلفة (في تمريني ، على سبيل المثال ، بدأت أشاهد شمساً عادية تندمج مع الشمس السوداء ، والشمس السوداء تصبح أكثر "لمعاً وبريقاً" بعد فترة من الوقت). يجب القيام به مرة واحدة يومياً. أخيراً ، كانت هذه تجربتي الشخصية ، لذلك من المحتمل أن تختلف بالنسبة للأشخاص اعتماداً على الفرد. نصيحتي: قم بالتحقق أولاً لتعرف ما إذا كانت ستفيدك بأي شيء.

من المثير للاهتمام أيضاً (ربما): [الشمس السوداء \(رمز سحري\) ويكيبيديا](#)



حصة المادة

- [Tweet](#)
 - [WhatsApp](#)
 - [Telegram](#)
 - [Pinit](#)
 - [البريد الإلكتروني](#)
-