



Transforme sua Vida com o Poder do Subconsciente

Transforme sua vida com o Poder do Subconsciente

Texto compilado e adaptado por Chris Allmeida

Para começar, um exercício...

Sem muitas delongas, iniciemos este estudo com uma prática efetiva para ativar seu subconsciente:

Você pode utilizar esta técnica ao longo do dia por diversas vezes. Esta é uma técnica de reprogramação da mente através de mensagens para o seu subconsciente.

Respire profundamente e conte de 10 a 0, sempre respirando profundamente!

Aspire o ar pela nariz lentamente e encha seus pulmões.

Então, vá soltando o ar lentamente pela boca...

Isso lhe provocará uma espécie de letargia, É como um formigamento que se espalhará por todo seu corpo relaxando-o completamente.

Se você é um buscador de autoconhecimento e quer compreender melhor a força que move o mundo, seja também membro da FGA – Fraternidade dos Guardiões Alfapsíquicos. Acesse:

www.alfapsiquismo.com



Transforme sua Vida com o Poder do Subconsciente

Quanto sentir que está plenamente relaxado, com todo o seu ser concentrado em você mesmo, pense fortemente:

“Estou aprendendo a fazer pleno uso do meu poder interno. Tudo o que eu pensar agora se tornará realidade. Meu pensamento é forte.... Minha mente é forte... Posso materializar qualquer coisa que eu queira na minha vida...”

E a partir deste momento, crie um cenário grandioso à sua volta. Sinta-se imerso na realidade que você deseja manifestar na sua vida e sinta-se grato por estar vivenciando esta experiência.

Fique assim por 5, 10 ou 15 minutos. E repita esta experiência todos os dias, pelo menos por 21 dias seguidos.

Veja só: Sua mente fará maravilhas por você e seus dias começarão a mudar a medida que for desenvolvendo exercícios simples como o exposto acima. Sempre que puder, num ônibus, numa viagem, num passeio, imagine as melhores situações possíveis como já sendo realidade.

Nada na vida se alcança sem antes sonhar primeiro. Por esta razão, sente-se ou deite-se. Relaxe totalmente e mergulhe nesta oficina psíquica dos pensamentos.

Se você é um buscador de autoconhecimento e quer compreender melhor a força que move o mundo, seja também membro da FGA – Fraternidade dos Guardiões Alfapsíquicos. Acesse:

www.alfapsiquismo.com



Transforme sua Vida com o Poder do Subconsciente

Como isto tudo é possível?

Seu subconsciente pode materializar a realidade ao seu redor pelo simples fato de que estamos todos nós, os seres humanos e demais seres vivos, unidos por uma corrente de energia. Esta Energia Espiritual será ainda definida e explorada pela Ciência num futuro muito próximo.

Na medida em que nos deparamos com a própria ciência a nos mostrar que existe uma realidade psíquica e que esta interfere na nossa realidade material, mais caminhamos em direção a verdadeira sabedoria e, conseqüentemente, à uma auto-análise profunda de nós mesmos e do nosso real poder.

Veja só. O acesso a este poder ilimitado não é oriundo de uma religião como estamos acostumados a ver. É algo que já está dentro de nós.

Esta força interna nos dá a capacidade de realizarmos aquilo que há muito já era prometido pelos grandes mestres da humanidade. Esta força, chamada de Poder do Subconsciente, Poder Mental ou Poder Psíquico foi muito bem descrita pelo escritor Joseph Murphy:

“A casa do tesouro que há dentro de você! Condicione suas escolhas! Olhe para o interior de si mesmo, a resposta que você procura esta dentro do teu coração, aprenda a ouvir a voz do teu coração. Para isso e necessário um tempo só teu, em um lugar onde ninguém possa te incomodar, pode

Se você é um buscador de autoconhecimento e quer compreender melhor a força que move o mundo, seja também membro da FGA – Fraternidade dos Guardiões Alfapsíquicos. Acesse:

www.alfapsiquismo.com



Transforme sua Vida com o Poder do Subconsciente

ser no teu quarto, ou qualquer outro lugar onde se faça silêncio. A maioria dos grandes homens de todas as épocas, tiveram essa capacidade de entrar em contato com a mente superior, ou subconsciente como e mais conhecido, e puderam usar dos benefícios desta; você também pode entrar em contacto como teu.

No interior de tua mente, no teu subconsciente estão todas as respostas que você procura para cada um dos teus problemas, sejam eles quais forem: de saúde, emocional, físico, teu subconsciente foi quem construiu teu corpo; por isso ele pode curá-lo.

Todas as noites ao dormir direcionem teus pensamentos para a solução dos teus problemas; adormeça com pensamentos de alegria, saúde, prosperidade, amor, paz, bênçãos e de perfeição para todo o teu corpo; teu subconsciente e teu servo fiel e te obedecera.

Cada escolha tua, cada pensamento e uma causa, e cada condicionamento um efeito. O que quer que você tenha escolhido, desejado, passe a idéia com amor e sensibilidade a sua mente subconsciente e ela te ouvirá. Você é o capitão de um grande navio, tua mente. Tua vida!

Portanto deve dar as ordens certas, usando teus pensamentos e imagens na tua mente. Evite ou nunca use a palavra NÃO. Teu subconsciente toma toda palavra ao pé da letra.

Afirme e Repita sempre: “POSSO FAZER TODAS AS COISAS USANDO O PODER DO MEU SUBCONSCIENTE”.

Tenha fé na lei da vida! A fé, nada mais é, que a certeza absoluta que tudo que você está pedindo ou escolhendo já está acontecendo.

Se você é um buscador de autoconhecimento e quer compreender melhor a força que move o mundo, seja também membro da FGA – Fraternidade dos Guardiões Alfapsíquicos. Acesse:

www.alfapsiquismo.com



Transforme sua Vida com o Poder do Subconsciente

Visualize a tua escolha, NUNCA DIGA EU DESEJO, pois a mente superior aceita como APENAS UM DESEJO, nada mais; porem TODA ESCOLHA esta sim e realizada, pois todos nós temos o livre arbítrio para poder mudar o destino de nossas escolhas, sejam elas quais forem.

Mude teus pensamentos e modificara teu destino! Como trabalha a sua mente: Pense apenas no bem e vivera feliz, pense no mal e será infeliz.

Você e aquilo que pensar no transcurso de todos os teus dias.

Lembre-se sempre: TEU SUBCONSCIENTE NÃO DISCUTE COM VOCE. ELE ACEITA OS PENSAMENTOS QUE TUA MENTE CONSCIENTE GERA DURAMTETODO OTEMPO.

Ele não discute com você. Aceita o que sua mente consciente gerar. O melhor que pode fazer por você mesmo e procurar sempre ter bons pensamentos. Você tem o poder de ESCOLHER.

Então cabe a você escolher saúde, felicidade, amor, paz, riquezas, prosperidade.

Sempre escolha ser prestativo, simpático, alegre, e o mundo todo te retribuirá; e se tornara uma pessoa feliz.

Tua mente consciente e a única que pode proteger teu subconsciente. Ela é a vigia do portão, então proteja teu subconsciente das falsas impressões.

Procure sempre acreditar que algo de bom vai ocorrer, não importa o que esta acontecendo, permaneça sempre com este pensamento. Teu maior

poder, e o poder de escolher. Escolha sempre a felicidade e a abundancia!

As sugestões e os pensamentos dos outros não tem poder sobre você, há

Se você é um buscador de autoconhecimento e quer compreender melhor a força que move o mundo, seja também membro da FGA – Fraternidade dos Guardiões Alfapsíquicos. Acesse:

www.alfapsiquismo.com



Transforme sua Vida com o Poder do Subconsciente

não ser que você admita. Você pode escolher a rejeitar as afirmações e pensamentos dos outros. Você tem o poder de escolher como reagira, diante de tais pensamentos ou palavras, a reação e sua! UNICAMENTE TUA, portanto não permita que os outros tenham poder sobre você...

Procure sempre tomar muito cuidado com o que pronunciar, suas palavras tem um poder muito forte, e seu subconsciente não sabe se esta apenas comentando; ele não sabe distinguir um comentário de uma palavra escolhida. Faz com que todas as coisas, as quais você tem pensamento fixo tornem-se realidades materializadas, verdades. Use tua mente para fazer feliz todos que estão ao teu redor. Nunca diga que não pode fazer alguma coisa, supere seu temor pela afirmação: “posso fazer todas as coisas, através do poder da minha mente subconsciente”.

NUNCA DEIXE QUE OS OUTROS PENSEM POR VOCE! Tome você mesmo suas próprias decisões.

Lembre-se sempre: você e o capitão da sua vida (subconsciente), o Senhor do seu destino! Você tem o poder de ESCOLHER. Então escolha vida!

Escolha amor! Escolha saúde! Escolha felicidade!

Qualquer coisa que tua mente consciente aceitar como verdade, teu subconsciente também aceitara, e fará com que se transforme em verdade mesmo! Acredite na ação correta e em todas as bênçãos da vida.

Este e um exercício que dever ser constante, o primeiro passo você já deu, leu este artigo, agora e só ir em frente...

Mude os padrões negativos da tua mente, e tua vida mudara de forma continua e lenta, mas no final terá um grande resultado!

Se você é um buscador de autoconhecimento e quer compreender melhor a força que move o mundo, seja também membro da FGA – Fraternidade dos Guardiões Alfapsíquicos. Acesse:

www.alfapsiquismo.com



Transforme sua Vida com o Poder do Subconsciente

As palavras de Joseph Murphy mostram de uma forma simples e clara o quanto perdemos por não tomar em nossas mãos o poder infinito que existe dentro de nosso subconsciente. Aliás, são vários benefícios que poderemos ter a partir do momento que tomamos a rédeas do nosso destino. Passamos então a comandar os nossos pensamentos, nossas vontades e desejos, transformando tudo isso em simples ESCOLHAS. Afinal o mesmo tempo que gastamos com pensamentos negativos e perturbadores e o mesmo tempo que gastaremos transformando estes mesmos pensamentos em PENSAMENTOS POSITIVOS.



Transforme sua Vida com o Poder do Subconsciente

Mas o que é o Subconsciente?

Subconsciente é o conjunto de todos os seus instintos e emoções. É seu eu mais profundo, o reservatório mental (psíquico) de tudo aquilo que você já foi, é ou será. O poder da mente subconsciente é realmente algo extraordinário, capaz de realizar milagres e coisas incríveis. O grande problema é que a mente subconsciente é profunda e para acessar precisamos seguir alguns procedimentos. Estes procedimentos são estudados e conhecidos por um grupo muito restrito de buscadores (dentre eles, os membros da FGA) que dedicam parte de seu dia para compreender este poder.

É a mente subconsciente que nos faz alcançar todos os nossos desejos, faz acontecer coisas boas e ruins. Mas para que tudo aconteça, ela depende de crenças, emoções e imagens. Significa que tudo só acontece quando colocamos sentimentos, quando acreditamos em determinadas coisas e acima de tudo, quando imaginamos. Por esta razão, não adianta simplesmente “pensar positivo” e pronto! Quando você faz parte de uma organização que auxilia você a compreender a fundo suas forças mentais, encontrará igualmente todo aparato necessário para desencadear este mesmo poder.

Se você é um buscador de autoconhecimento e quer compreender melhor a força que move o mundo, seja também membro da FGA – Fraternidade dos Guardiões Alfapsíquicos. Acesse: www.alfapsiquismo.com



Transforme sua Vida com o Poder do Subconsciente

Um destes poderes é o uso correto da imaginação. A imaginação é capaz de unir emoções, sentimentos e instintos. Quando você imagina da maneira correta, utilizando uma técnica que chamamos de alfapsiquismo, você está impregnando sua mente, fazendo ela trabalhar por você.

Tudo vai de encontro com o que está na mente subconsciente. Na vida nada é por acaso, tudo vai de encontro ao que você mais desejou, o que mais mentalizou. O poder da mente é muito grande, mas só o subconsciente realiza, ele é o segredo buscado por tantas gerações.

Temos a mente consciente, que é a que estamos usando agora, em estado de alerta e temos a subconsciente que é quando estamos em relaxamento profundo ou dormindo. Para acessar a mente subconsciente é necessário técnicas de meditação, respiração, visualização ou oração. Quando acessamos o estado dormindo, não é muito útil, pois dormindo não temos o controle do que estamos mentalizando e sugestionando a mente.

Vamos definir o nosso cérebro como um computador. Você vai tentar escrever um texto, mas percebe que ele não possui um editor de texto, por mais que tente, nunca consegue escrever nada. O computador está vazio, não sabe como fazer tal operação. Mas quando instalamos um editor de textos, ele é capaz de reproduzir muitos textos. Nossa mente subconsciente é o lugar onde o programa será instalado e o programa em si é a imaginação, nosso desejo.

Se você é um buscador de autoconhecimento e quer compreender melhor a força que move o mundo, seja também membro da FGA – Fraternidade dos Guardiões Alfapsíquicos. Acesse:

www.alfapsiquismo.com



Transforme sua Vida com o Poder do Subconsciente

Com uma imaginação cheia de sentimentos, podemos realizar grandes façanhas, impregnar o cérebro e fazer ele trabalhar para que tudo aconteça e se materialize. Lembrando sempre que para acessar este lado oculto do cérebro temos que estar relaxados, em estado alfa. Daí a razão de chamarmos este poder de alfapsiquismo. É o acesso ao seu conteúdo psíquico enquanto você se encontra neste estado “alfa”.

Uma vez que, da forma correta, você aprender a programar sua mente subconsciente, poderá então deixá-la agindo no piloto automático. Ela trará tudo o que necessitarmos sem precisarmos pensar em tal coisa. Será como escovar os dentes. Os atos e crenças já estão lá, você não precisa ficar pensando em como fazer. O programa está instalado, mas você precisa pensar que quer escovar os dentes, tomar uma ação e quando se der conta, o evento já aconteceu.



Transforme sua Vida com o Poder do Subconsciente

Muitos ignoram este poder

O poder do subconsciente é um assunto polêmico e até mesmo desconhecido da grande maioria. Algumas pessoas acham que é besteira, misticismo e coisa de gente doida. Hoje a ciência prova que este poder existe, que todos nós possuímos e que estamos sempre usando não importando sua crença, sendo consciente ou não.

O cérebro humano é um aparelho perfeito e poderoso. Nenhum cientista conseguiu descobrir todo o funcionamento do cérebro e talvez nunca vamos conseguir desvendar este mistério. Mesmo não conhecendo todo o funcionamento, estamos descobrindo alguns "poderes" do nosso computador interno. Estamos conseguindo provar que nosso cérebro cria o mundo exterior.

Alguns grandes nomes da humanidade conheciam este "poder" e se apoiaram nele para construir grandes inventos, fazer coisas incríveis. É fato que alguns usaram também para o mal.

A verdade é que não existe nada fora do comum em acreditar no "Poder da Mente", na força do pensamento. O subconsciente se expressa pelo pensamento positivo, por uma ideia nova, pela motivação, pela força de vontade, pela fé e também pela atitude. Tudo isto junto, quando coordenado pelo subconsciente, pode criar coisas incríveis.

Se você é um buscador de autoconhecimento e quer compreender melhor a força que move o mundo, seja também membro da FGA – Fraternidade dos Guardiões Alfapsíquicos. Acesse: www.alfapsiquismo.com



Transforme sua Vida com o Poder do Subconsciente

Já a imaginação é outra ferramenta que ativa o subconsciente.

Comumente é usada para conceber diferentes ideias e pensamentos.

Estamos imaginando coisas novas o dia todo e não paramos de funcionar mesmo dormindo. Nossa mente continua trabalhando e jogando ideias no nosso subconsciente e inconsciente. Na verdade, a imaginação é uma bomba muito poderosa de realização. É o nosso laboratório mental. Não existe nada de sobrenatural quando se entende o poder do nosso cérebro. Se alguém falar que o "Poder da Mente" é mentira, não acredite! Ele existe e você pode comprovar em vários momentos da vida.

Assim sendo, lembre-se sempre de que o seu dia de hoje e seu comportamento é exatamente um resultado do que você pensou e agiu no passado, das crenças que você formou em seu passado seja ele próximo ou distante. Se coisas negativas aconteceram com você, elas podem ser mudadas daqui para frente. Aquilo que te feriu no passado e que atualmente retira seu desempenho pode ser reescrito para sua mente subconsciente e de uma forma mais tranqüila do que se pode imaginar.

Pegue sua história negativa e visualize como se ela tivesse ocorrido de maneira oposta ao que aconteceu. Visualize sentindo a história, recontê-a com o resultado que você esperava. Transforme o fracasso real em sucesso mental. Faça isto dentro do exercício de relaxamento ensinado no início deste texto. Faça isto várias vezes, pelo menos por 21 dias seguidos, até moldar a energia que envolve este tema em questão. Obviamente, o

Se você é um buscador de autoconhecimento e quer compreender melhor a força que move o mundo, seja também membro da FGA – Fraternidade dos Guardiões Alfapsíquicos. Acesse:

www.alfapsiquismo.com



Transforme sua Vida com o Poder do Subconsciente

passado não será mudado. Mas o que ele lhe afeta mudará completamente.

Enfim, isto é apenas um exemplo. Experimente esta e outras formas de utilizar o seu subconsciente a seu favor . São métodos extremamente simples, não causam riscos e têm sempre resultados inesperados e maravilhosos.

Pontos para recordar:

- Toda criação começa com um processo mental, e por isto, precisamos entender o que é a mente, e como usá-la de forma eficiente.
- A imaginação pode nos ajudar a ver um sentido novo naquilo que todos vêm como algo comum e encontrar um contexto novo para usar seu potencial.
- Por isto é importante perceber como nossa mente se condiciona ao receber certos contextos que nos são dados pelo mundo. Muita atenção às influências de pessoas pessimistas e negativas. Fuja delas! Concentre seus pensamentos somente naquilo que você QUER!

Se você é um buscador de autoconhecimento e quer compreender melhor a força que move o mundo, seja também membro da FGA – Fraternidade dos Guardiões Alfapsíquicos. Acesse:

www.alfapsiquismo.com



Transforme sua Vida com o Poder do Subconsciente

10 Conselhos do Subconsciente:

(baseado na obra de Joseph Murphy)

1 – Pense no bem, e o bem se seguirá! Pense no mal, e o mal se seguirá!

Você é aquilo que pensa, no decorrer de todos os seus dias!

2 – O seu subconsciente, nunca discute com você se está correto ou não!

Ele apenas aceita o que, a sua mente consciente determinar!

3 – Você sempre tem o poder de escolher o bom ou o mau! Você pode

escolher a cordialidade ou, se preferir, ser antipático! Escolha saúde,

felicidade, ser prestativo, alegre, cordial e simpático, e todo o mundo lhe

corresponderá!

4 – A sua mente consciente é a sentinela no portão! E tem como principal

função proteger o subconsciente das impressões falsas! Procure acreditar

que algo de bom vai acontecer, e está acontecendo agora mesmo, neste

exato momento! O seu maior poder é a sua capacidade de escolha; por

isso, escolha tudo que lhe faça sentir-se bem!

5 – As sugestões e afirmações dos outros não têm qualquer poder para

prejudicá-lo! O único poder é a ação do seu próprio pensamento em

relação a isso e como reagirá!

6 – Tome cuidado com o que você diz! Você terá que prestar contas por

cada palavra irresponsável! Nunca diga “vou fracassar”; o seu

Se você é um buscador de autoconhecimento e quer compreender melhor a força que move o mundo, seja também membro da FGA – Fraternidade dos Guardiões Alfapsíquicos. Acesse:

www.alfapsiquismo.com



Transforme sua Vida com o Poder do Subconsciente

subconsciente não sabe identificar se isso é uma piada ou realidade! Ele simplesmente faz com que todas essas coisas se tornem verdades!

7 – A sua mente não é voltada para o mal! E nenhuma Força da Natureza o é! Tudo depende de como você usa os poderes da natureza!

8 – Nunca diga que não pode fazer determinada coisa! Supere o seu medo, substituindo-o pela seguinte afirmação: “Posso fazer todas as coisas através do poder da minha mente subconsciente!”

9 – Você é o capitão da sua alma (subconsciente), é o senhor do seu destino!

Lembre-se: “você tem a capacidade de escolher! Escolha a felicidade!”

10 – O que quer que a sua mente consciente acredite ser verdade, o seu subconsciente aceitará e fará com que se transforme em verdade mesmo! Acredite nas bênçãos da vida!



Transforme sua Vida com o Poder do Subconsciente

Nosso Convite:

Se você gosta deste assunto e tem interesse em aprofundar seus estudos sobre o poder do subconsciente, recomendamos a **FGA (Fraternidade dos Guardiões Alfapsíquicos)**.

Trata-se de uma organização constituída por livres pensadores.

Na FGA não defendemos nenhum dogma, religião ou doutrina. O que fazemos é estudar, compreender e praticar os métodos mentais ensinados pelos grandes personagens da história de forma lúcida e independente.

Para afiliar-se, acesse:

www.alfapsiquismo.com

e siga as instruções de ingresso na fraternidade.



Se você é um buscador de autoconhecimento e quer compreender melhor a força que move o mundo, seja também membro da FGA – Fraternidade dos Guardiões Alfapsíquicos. Acesse: www.alfapsiquismo.com