

O PODER DA CERTEZA



JOAQUIM MUTIM

O PODER DA CERTEZA

JOAQUIM MÚTIM

O Poder da Certeza

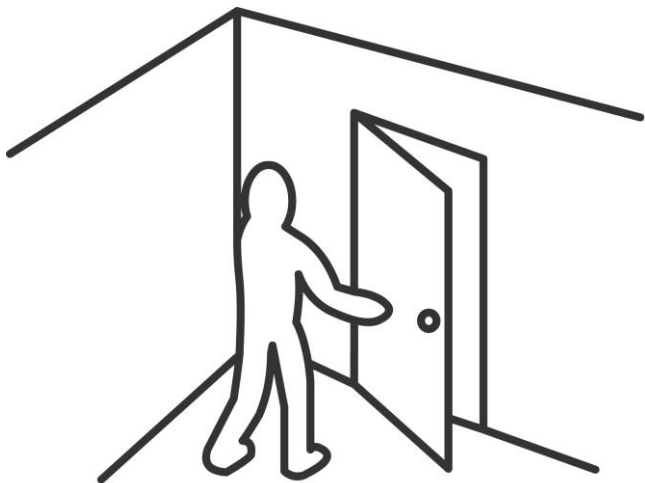
Versão 3.0 © Copyright – Joaquim Mutim 2015

Índice

1. Introdução _____	10
2. Situação Desfavorável _____	13
3. Saindo do Hipnotismo _____	21
4. Dois Lados da Moeda _____	25
5. Eternas Questões _____	35
6. Criação Mental _____	40
7. Pensamentos e Emoções _____	47
8. O poder da Certeza _____	54
9. Encaixe Sutil _____	58
10. Progressão Prática _____	62

11. Sintonizar-se à Intuição	_____ 68
12. A Respiração	_____ 73
13. Palavras de Poder	_____ 78
14. Afirmações	_____ 82
15. Visualizações	_____ 89
16. Paraíso na Terra	_____ 94
17. Reinício de Ciclos	_____ 103

1. Introdução



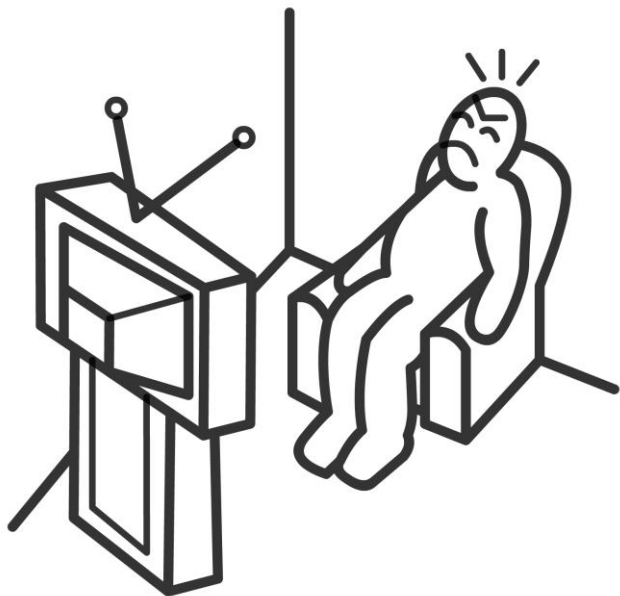
O atual interesse por assuntos como o poder criador da mente e a lei da atração mostra o novo despertar da humanidade para as capacidades internas ilimitadas que todas as pessoas possuem e que estavam adormecidas na maioria delas ao longo dos séculos.

Esse livro é uma síntese da minha pesquisa por esses assuntos em conjunto com as experiências pessoais. Adicionando alguns pontos chave como o poder do sentimento da **certeza** para a concretização dos objetivos.

Inicialmente abordamos os principais motivos que prendem as pessoas e como se livrar deles, depois entramos na teoria das criações mentais para então começar a parte prática com alguns exercícios e finalizar com ideias para um mundo ideal e nosso papel em sua construção.

Não expomos o conteúdo desse livro como uma verdade absoluta e sim as conclusões que chegamos, portanto verifique sempre o que condiz com sua própria experiência para chegar a sua própria **verdade**.

2. Situação Desfavorável



No velho padrão da humanidade a maioria das pessoas vivia numa realidade em que elas se sentiam muito fracas e incapazes de controlar o rumo de suas vidas.

Este fato ocorria, entre outros fatores, por causa dos antigos mecanismos de controle, que foram planejados por aqueles que tinham a intenção de manterem-se numa posição de poder em relação às outras pessoas. Para que esse poder se mantivesse era necessário que a maioria da população permanecesse enfraquecida, pois assim seria mais fácil controlá-la.

Quando se fala de fraqueza muitas pessoas podem pensar na ausência de força física, porém essa é apenas uma das fraquezas. Assim como a força muscular, as forças **mentais** e intelectuais são desenvolvidas através do treino e do exercício. Não

apenas um dom de nascença como muitas pessoas poderiam pensar.

Uma das maiores características da fraqueza que me refiro é a indisposição, essa característica das pessoas é proporcionada pelos referidos mecanismos de controle, como por exemplo, a televisão.

A indisposição é uma das grandes bases da fraqueza porque faz com que a pessoa não tenha a mínima vontade de se esforçar e certo esforço é fundamental para desenvolver qualquer tipo de **força**.

A televisão gera indisposição principalmente pelo fato de que para ser um telespectador não é necessário nenhum tipo de esforço, tudo nela já está pronto e basta ligar, deitar ou sentar e mudar de canais.

Crianças que crescem assistindo televisão são ainda mais afetadas, pois isto se torna parte fundamental da sua educação.

Existem mecanismos de controle econômicos e psicológicos. Um dos mais eficientes e atuantes é o de manter as pessoas sem condições financeiras – uma forma de controle econômico. Esse mecanismo cria situações que dificultam a manutenção de uma sobrevivência **equilibrada**.

O homem moderno é obrigado a ganhar dinheiro para manter suas necessidades básicas, pois não lhe é mais permitido viver de forma natural, como faziam os povos mais antigos, plantando seu próprio alimento e construindo suas casas com o material da região.

Estas necessidades de se alimentar e ter uma moradia faz com que muitas pessoas sejam obrigadas a se submeter a todo tipo de horrores, que se costuma chamar de trabalho, em troca de algum dinheiro, tornando assim um verdadeiro caso de vida ou morte.

Muitas pessoas não fazem nada de **prático** para conseguir sobreviver de uma forma melhor. Entregam-se à indisposição e a distração superficial da televisão assim que chegam do trabalho. Elas não tentam evoluir de forma a aumentar sua prosperidade porque isso exigiria muito esforço e sentem que todo esforço disponível foi descarregado no dia de trabalho, o que de fato acontece.

É importante lembrar que fatos como estes não são por acaso e na verdade não existe o que se chama de acaso, o que existe sempre é

consequência de outros fatores que determinam esses efeitos.

O que determinou esses efeitos de indisposição nas pessoas foram os mecanismos de controle criados pela vontade daqueles que queriam manter as pessoas fracas e mais suscetíveis à dominação.

Outros poderosos mecanismos de dominação e enfraquecimento das pessoas são as emoções negativas – mecanismos de dominação psicológicos. Sentimentos como o medo, a depressão e a raiva deixam as pessoas sem forças para fazer algo construtivo, pois preenchem todo o espaço da atenção do indivíduo. Alguém tomado por esses sentimentos não consegue mover-se na direção oposta, vivenciando cada vez mais essas impressões e impedindo que tenha alguma atitude em prol de seu **crescimento**.

O medo é um dos mais fortes sentimentos negativos. Os noticiários da televisão, onde a violência e a criminalidade são cultuadas, repetidas e evidenciadas, são grandes causadores de medo na população. Ele enfraquece as pessoas de uma maneira muito poderosa, sendo causa e efeito de muitas dificuldades enfrentadas na vida cotidiana.

Por outro lado, no aspecto econômico, o medo de não ter o que comer e onde morar é o que causa a forçada necessidade da pessoa se submeter a trabalhos que não condizem com seu espírito **criativo**. Desta forma hesitam em mudar a situação com medo de piorar na tentativa de melhorar.

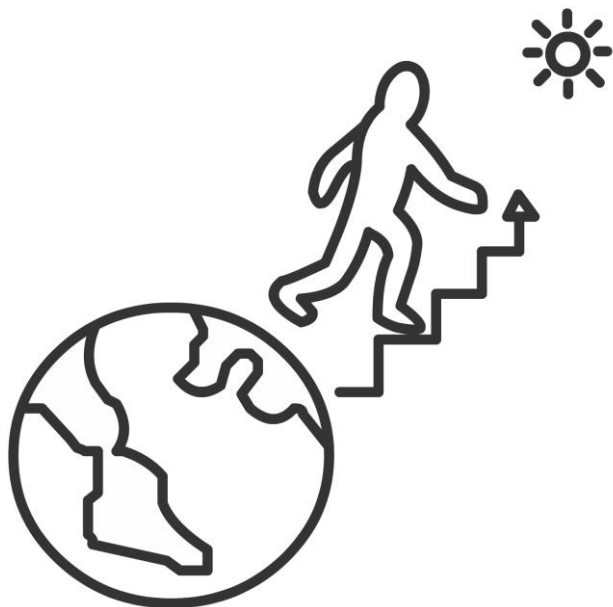
Os sentimentos negativos geram todos os tipos de limitações. A dúvida é uma delas, pois é um dos aspectos mais limitantes do ser humano e é

o oposto da certeza, que é característica de pessoas bem sucedidas.

Apesar de todos os desafios, qualquer pessoa na face da terra pode reverter sua situação e dar a volta por cima através do uso consciente de seu poder pessoal, da sua energia e determinação, que são **ilimitados**.

Mesmo que aparentemente seja difícil no primeiro momento, aqueles que persistirem vão transformar o que hoje parece difícil, em tranquilamente fácil amanhã. Permanecendo sempre a solucionar maiores desafios e elevando-se em seus níveis evolutivos.

3. Saindo do Hipnotismo



Os mecanismos de controle deixam as pessoas presas em um estado de hipnotismo, sempre envolta de uma bola de neve de sentimentos desagradáveis. É necessário, contudo, livrar-se desse estado através do esforço consciente.

Assim como uma criança precisa sentir o calor para aprender a evitar o fogo (não adianta apenas falar que o calor do fogo pode queimar já que a criança ainda não tem ideia do que se trata), as pessoas normalmente precisam passar por certos sentimentos negativos para depois superá-los e aprender que precisam evitá-los.

É necessário cultivar a **determinação** para vencer todos os desafios que a vida nos oferece e como qualquer outra qualidade, deve-se cultivar

aos poucos para ir crescendo e dominando a si mesmo.

A **dedicação** é uma das qualidades mais importantes em nossos tempos para aqueles que querem evoluir na vida e não ser apenas espectadores do que acontece ao redor.

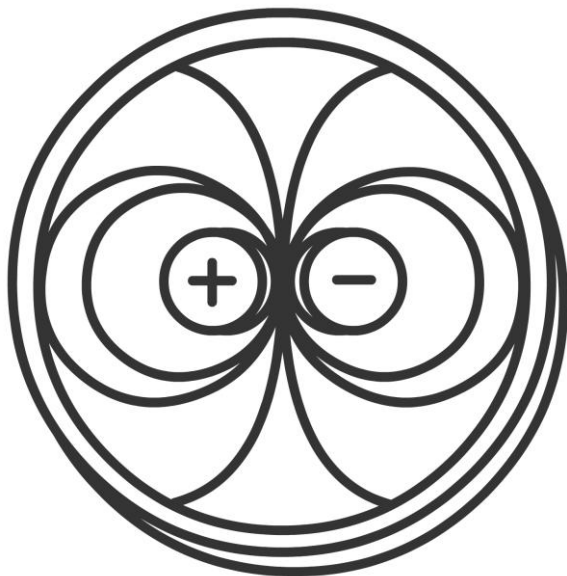
O fundamental é tomar a decisão, a decisão de mudar, de melhorar a vida, essa decisão irá mudar completamente seu rumo.

Controlar o próprio corpo físico é o básico para estabelecer a dedicação e começar a ter uma vida perfeita. Algumas sugestões em que se pode trabalhar são: manter uma postura vitoriosa, sempre respirar fundo e lentamente, praticar atividades físicas, cuidar da alimentação, vencer vícios e hábitos que não são saudáveis.

Se você se sente muito incapacitado de sair da sua situação atual, saiba que, um dos motivos do sentimento de fraqueza é achar que estamos sozinhos e somos os únicos seres vivos inteligentes no universo. No entanto, de acordo com a própria experiência e cultura humana, é certo que existem muitos seres além de nós com consciências e inteligências elevadíssimas.

O fato de não ter um corpo físico como nós, o que torna impossível vê-los fisicamente, não significa que muitos deles não estão por perto e totalmente disponíveis para ajudar aqueles que pedem ajuda. Um exemplo são os seres que conhecidos como anjos. Se você acreditar e sentir-se alinhado, peça ajuda aos anjos ou a outros seres de **luz** para que o seu desafio seja solucionado da melhor forma possível e assim será.

4. Dois Lados da Moeda



Estávamos vivendo em uma realidade que predominava a dualidade, dois aspectos aparentemente opostos, por exemplo, dia e noite, quente e frio, ativo e passivo, interno e externo, causa e efeito.

A respeito destes dois últimos, as causas são ativas e os efeitos são passivos. Uma das grandes causas que mantinha a dualidade eram os mecanismos de controle. Enquanto a maioria das pessoas acabava sendo apenas efeito, no momento em que essas assumiram uma atitude passiva ao se submeter a este controle.

Uma minoria **crescente** da população equilibra bem os seus dois lados, ativo e passivo, sendo apenas efeito de boas causas e causa de bons efeitos. Este deveria ser o objetivo a ser almejado por todos.

Muitas pessoas do nosso planeta viviam com uma mentalidade de vítima em que só pensavam consigo mesmas “porque isso tinha que acontecer logo comigo?”. Elas se tornaram vítimas quando assumiram essa postura, pois se tornaram efeito de causas maiores que as envolveram.

Eram apenas resultados da cultura, da genética e do ambiente em que viveram, sem muito controle sobre suas vidas. Para que tenha acontecido o progresso foi necessária uma mudança de **mentalidade**, desta mentalidade de vítima para uma mentalidade de criador, impulsionando a expansão dos limites internos que estavam estabelecidos.

A mente humana também funciona de acordo com dois polos, ativo e passivo, ela é dividida em dois tipos, a mente consciente (objetiva) e a mente subconsciente (subjativa).

A mente consciente representa o polo ativo que é pratico, lógico e racional e o lado subconsciente representa o polo passivo que é sutil, subjetivo e **criativo**.

Normalmente quando estamos acordados durante o dia, o lado consciente predomina e de noite quando estamos dormindo o lado subconsciente toma controle, mas essa separação só é didática, já que essencialmente os dois fazem parte de um todo.

O caminho da evolução humana é unir esses dois lados, fazer com que um se comunique com o outro, interagindo e sintetizando o que há de melhor nos dois.

Quando você dorme e depois não lembra nada dos seus sonhos é porque durante a noite você estava completamente imerso no seu

subconsciente. Mas quando você lembra é porque pelo menos uma parte do seu consciente estava ativa durante o sono e facilitou para você se lembrar. É muito importante, às vezes, lembrar-se dos sonhos.

O mesmo acontece quando você precisa resolver um desafio do seu cotidiano e não sabe como, mas por um momento interrompe os questionamentos da sua mente consciente e recebe a luz.

Uma **ideia** maravilhosa que você nunca tinha pensado antes aparece no momento que você para um pouco sua consciência racional, dando espaço para sua mente subconsciente, onde moram as ideias criativas.

Enquanto o nosso consciente é limitado pelas percepções dos cinco sentidos, o nosso

subconsciente é ilimitado e pode ser representado pelo que é chamado de sexto sentido, ou mais claramente, de **intuição**.

Nossos cinco sentidos funcionam através da captação da vibração do ambiente ao nosso redor, porém eles são bastante limitados, porque só podem sentir ou captar apenas uma pequena faixa de vibrações.

Há milhares de sons que nossos ouvidos não podem ouvir assim como infinitas luzes e cores que nossos olhos não podem ver.

A intuição se bem desenvolvida pode preencher essas lacunas dos outros cinco sentidos proporcionando ir muito além, em termos de compreensão e desenvolvimento da consciência humana.

Pode-se dizer também que a mente consciente é resultado da vida ou realidade exterior, por isso também é chamada de mente objetiva, porque ela percebe os objetos do ambiente.

Já a mente subjetiva, ou subconsciente, percebe a realidade **interior**, tanto o nosso próprio interior quanto o interior das outras pessoas e de tudo mais que os cinco sentidos não conseguem perceber.

A nossa linguagem falada e escrita é baseada em nossa mente consciente, racional e lógica, e também nos nossos cinco sentidos físicos, portanto, ela é também bastante limitada.

Um grande exemplo das limitações da linguagem é o que se entende por contradições, quando uma teoria diverge de outra dizemos que ela é contrária uma a outra. Isso nos leva a crer que

elas não podem conviver juntas. Levar essa lógica até as últimas consequências é o que gerou violentas guerras e assassinato em massa.

Tomando como exemplo a palavra **perfeição**, podemos imaginar a possibilidade de uma vida perfeita. Porém ao se falar de uma vida perfeita, pode-se imaginar que uma vida perfeita seria chata, afinal não haveria mais nada para fazer.

Neste ponto fica a questão: Uma vida chata seria uma vida perfeita?

É claro que não!

Esta é mais uma aparente contradição, provinda das limitações de nossa linguagem dualista, uma verdadeira armadilha para limitar nossa evolução e compreensão, até o ponto em que

não prestamos a devida atenção para utiliza-la de forma mais construtiva.

Muitas vezes se pensa que a perfeição é um ponto estático em que não haveria mais evolução, no entanto, se não há mais evolução não é perfeito. A perfeição, assim como tudo neste universo, está sempre em constante movimento e evolução.

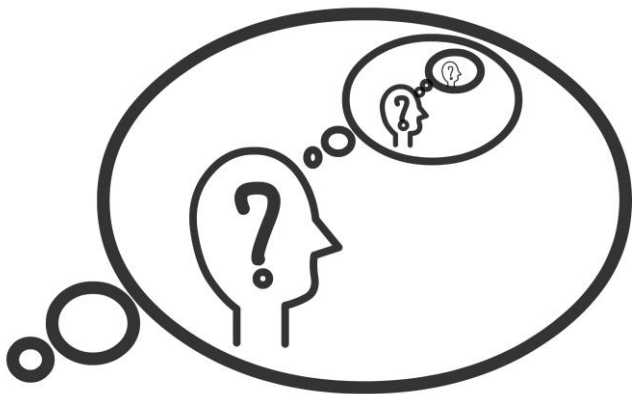
A perfeição é uma fonte **ilimitada** que, por mais que se tire, nunca acabará e por mais perto que se possa chegar, muito ainda terá que percorrer.

Diante destas contradições e desafios, os seres humanos enfraquecidos se veem vencidos e desistem, enquanto os criativos e corajosos se veem estimulados e persistem.

O poder da certeza funciona da mesma forma. Este poder é um caminho infinito. Você deve encará-lo como um **desafio** a ser vencido sabendo que o objetivo principal não é o destino da jornada e sim a capacidade de percorrer o caminho.

Lembre-se que se você continuar progredindo e percorrendo este caminho você nunca estará no mesmo lugar, sempre estará um passo a frente, mais próximo da perfeição.

5. Eternas Questões



Existem duas perguntas frequentes: “Quem eu sou?” e “Qual o significado da vida?”. Cada pessoa terá uma resposta, mas minha opinião é que o significado da vida é simples. O propósito de todos nós aqui é o desenvolvimento da **consciência** individual e planetária, trilhando o caminho da sua própria evolução e fortalecendo as outras pessoas para que trilhem também seus próprios caminhos.

Desenvolver a consciência é uma questão de aprendizagem, porque todos os fatos que passamos na vida são lições, mas a grande diferença é a rapidez que aprendemos ou não essas lições.

Enquanto não aprendemos uma lição, ela é repetida até que a solucionamos e podemos passar para outras lições maiores e mais difíceis, portanto

para desenvolver ao máximo nossa consciência devemos acelerar bastante nossa aprendizagem, concluindo o mais rápido possível todos os desafios que nos são apresentados.

A resposta para “quem somos nós” é normalmente dada de forma superficial. Quando perguntamos “Quem é você?”, responde-se o nome, a profissão e outros aspectos da personalidade nesta vida. Porém quando o corpo físico morrer a maioria destes aspectos da personalidade também acabará com ele.

Não estamos falando aqui de quem é o Eu temporário e sim do Eu **imortal**. Chama-se de alma ou espírito, esta parte que não nasceu no nascimento físico e não morrerá na morte física.

Sem este aspecto de Si, o corpo físico seria apenas uma massa de carne imóvel. Pode-se

também substituir as palavras alma e espírito por vontade ou intenção, já que é o espírito que abriga nossas vontades.

Sabemos que para levantarmos o braço, o cérebro emite uma onda para o sistema nervoso que faz com que levante o braço, mas sem a sua vontade inicial de levantar o braço, nem o cérebro faria nada.

Este espírito ou vontade individual também pode ser chamado de Eu superior, pois ele está mais interligado com a **fonte** de tudo que existe, a fonte ilimitada de energia que pode ser chamada de Vontade Universal, ou também pode ser chamado de Deus.

A vontade individual é apenas um ponto focal da Vontade Universal, separada deste apenas pelo corpo físico, pelos sentidos físicos e a mente

consciente racional, que por causa de suas características limitadas, acabam gerando barreiras para a evolução, mas também podem ser transmutadas com o devido treino e **harmonização**.

6. Criação Mental



Faz-se necessário que o ser humano tome controle sobre sua vida, tornando-se o causador das circunstâncias construtivas, ao invés de apenas viver sofrendo as consequências do ambiente e de outros fatores externos. Para isso é fundamental o uso do poder interno da criação mental.

Assim como nos animais mamíferos, onde o macho fecunda a fêmea para que o feto cresça em seu ventre, algo semelhante acontece na criação mental. A mente consciente e racional escolhe e planta a **semente** do objetivo desejado na mente subconsciente para que esta brote a semente em seu ventre e a desenvolva até que possa nascer como a concretização do objetivo no mundo exterior.

Outra forma de visualizarmos este processo é através dos reflexos nos espelhos. A mente

subconsciente é o reflexo invertido da mente consciente, uma imagem formada na mente consciente racional se reflete na mente subconsciente e a partir daí começa a criação mental.

O que na mente consciente está na direção de ida, por ser um reflexo invertido, na mente subconsciente está na direção de volta, no mesmo instante. Quando você faz o **bem**, o bem volta a você, seguindo sempre este ciclo.

Podemos ver também a mente consciente como um porteiro que protege a mente subconsciente, pois ele que protege o subconsciente, escolhendo o que poderá ou não passar. Quanto mais forte e decidida é a mente consciente, melhor vai ser o poder da criação mental.

Este processo de criação mental também é chamado de Lei da Atração, pois funciona como um ímã natural, onde uma ação atrai por magnetismo uma reação semelhante.

Um pensamento positivo da mente consciente atrai uma reação positiva na mente subconsciente. A mistura dos dois cria uma situação positiva no mundo exterior por força deste magnetismo que foi criado **internamente**.

Esse ímã entra em funcionamento porque o ser humano está sempre emitindo frequências de vibração e energia. Essa energia é invisível e sua qualidade varia de acordo com a qualidade dos pensamentos de quem está emitindo.

Pode-se percebê-la através da intuição, como quando você está perto de uma pessoa que está se sentindo muito bem, você sente aquele bem-estar

no ar e começa a se sentir bem também, porque aquela energia te proporcionou um efeito atrativo.

O mesmo acontece com energias negativas, quando você entra em um lugar e automaticamente sente o ambiente pesado. É a sua intuição te mostrando a energia de baixa frequência do lugar.

Se você não estiver altamente fortalecido e permanecer neste ambiente você provavelmente começará a se sentir mal também, pelo resultado da lei da atração.

A lei da atração funciona de acordo com a **atenção**. O que você dá atenção é o que vai se multiplicar pela lei da atração.

Se você tem um objetivo, para ele se concretizar, você deve concentrar toda sua atenção nele. Quanto mais você conseguir se concentrar,

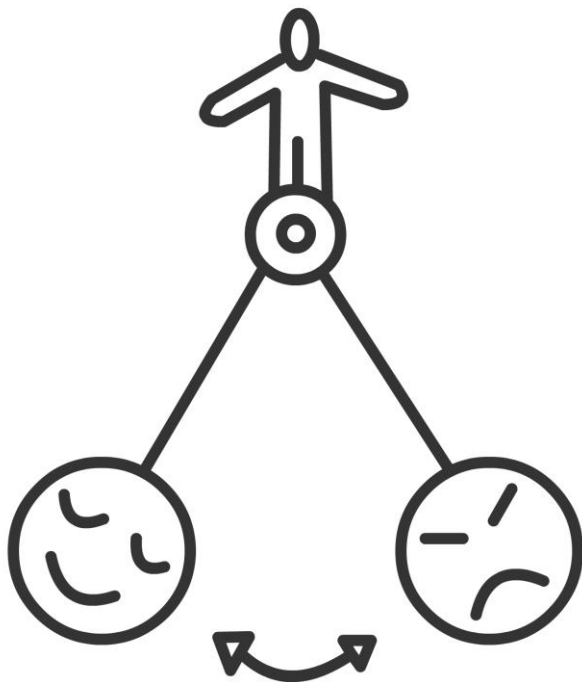
quanto mais você tiver interesse nisso, mais chances têm de se concretizar. Para isso é preciso se concentrar na Certeza do resultado favorável, assim você poderá usar desse poder ilimitado, o Poder da Certeza.

De forma semelhante funciona para o que é negativo. Quando você assiste o noticiário da televisão, geralmente transmitindo violência do início ao fim, é provável que você esteja concentrando toda sua atenção na violência, assim você estará emitindo aquela energia da violência através da sua atenção e está pondo em prática a lei da atração e atraindo mais violência tanto para você quanto para o planeta.

Por isso é que a capacidade de **concentração** é uma das mais importantes para sua vida. Aquilo que você foca sua atenção será aquilo que se manifestará em sua vida. Ser concentrado é

permanecer sempre no seu centro, em equilíbrio, de forma que nada e ninguém possam te tirar do seu próprio **equilíbrio**.

7. Pensamentos e Emoções



O pensamento é o princípio de toda criação mental, ele é formado a partir da mente consciente, mas para dar seguimento a criação mental é fundamental unir este pensamento racional às emoções, pois elas são as portas da mente subconsciente, a conexão entre a mente consciente e a mente subconsciente.

Evidentemente não se trata de qualquer pensamento ou qualquer emoção e sim de pensamentos e emoções que sejam o mais próximo possível à situação externa que você quer criar.

Se quiser criar uma situação de mais conforto em sua vida exterior, você deve usar emoções que sentiria se já possuísse esse conforto, elas seriam emoções positivas ligadas à paz e **tranquilidade**. Da mesma forma que é fundamental que o

pensamento seja uma imagem de como seria essa vida confortável.

As **emoções** são uma parte muito importante deste processo, porque são como chaves que abrem as passagens do poder necessário para criar e manter a sua vida da maneira que você desejar.

Muitas pessoas pensam que é impossível controlar as emoções e que estas são determinadas apenas pelo ambiente e pelas condições exteriores. Mas isso não deveria ser assim, só é porque as pessoas têm uma vontade individual muito fraca, uma força de vontade muito debilitada por anos e anos seguindo as determinações do ambiente externo.

Como qualquer força, a força de vontade também pode ser treinada a ponto de reverter essa

situação e fazer com que a vontade controle as emoções e todo o resto.

A diferença da força de vontade para a força muscular é que você já tem uma fonte de força de vontade ilimitada dentro de você, você só precisa **descobri-la**, remover aquilo que a cobre: o sentido de limitação dado por sua personalidade, sua vida exterior e seus limitados cinco sentidos.

É importante ter muito cuidado com as emoções, porque até aquelas que são positivas podem não ser tão eficazes para a criação mental. É indicado se concentrar em emoções calmas, tranquilas e serenas, nestas estão o verdadeiro poder.

. Quando você começar a ver os resultados da sua criação mental na realidade exterior, é importante que mantenha sua calma e

tranquilidade, evitando prazeres e alegrias muito exacerbadas. Emoções exacerbadas podem causar o efeito inverso, porque você está inconscientemente considerando o que aconteceu como algo muito anormal e essa sua consideração levaria a tornar suas criações mentais fatos mais anormais e raros.

Você deve encarar todo o sucesso com a maior naturalidade possível, como se você já fizesse esse tipo de criação mental por toda a vida, assim suas criações terão mais possibilidade de se manifestarem com mais frequência.

As emoções ligadas ao sentimento de Certeza são as mais poderosas para serem usadas nas criações mentais. Imagine uma felicidade **suave**, livre de preocupações e dúvidas do resultado.

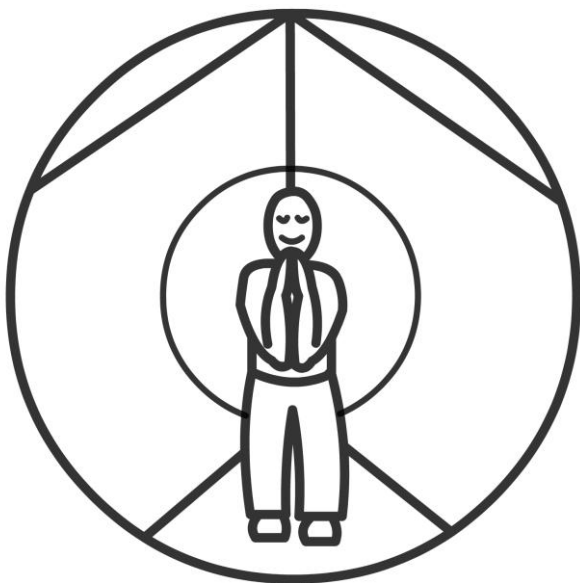
Outro aspecto importante sobre as emoções é que, para muitos, elas funcionam seguindo o princípio do ritmo, assim como a maré que sobe e desce, as emoções também variam de acordo com um ritmo, da mesma forma que um **pêndulo** mantém um movimento de um lado para o outro, as emoções podem ir de um extremo positivo a um extremo negativo.

Essas pessoas hoje estão bem, amanhã estão mal, quanto melhor elas ficam durante uma semana, piores elas podem ficar durante a próxima semana e de assim em diante.

Esse ritmo só existe porque as pessoas se deixam levar por ele. Da mesma maneira, se você estiver boiando no mar, as ondas te levarão para frente e para traz, mas se você fixar seus pés no chão as ondas não terão essa influência.

Acontece da mesma forma com as emoções e sua força de vontade, se você fortalecer sua vontade suficientemente você poderá se fixar em certas emoções, tanto extremamente positivas quanto **neutras** de acordo com sua vontade e sua necessidade. Sem deixar que o princípio do ritmo te leve para as emoções negativas que não tem nenhuma utilidade para você, muito pelo contrário.

8. O Poder da Certeza



Provavelmente muita gente já passou pela situação de desejar algo, com um determinado sentimento que faz com que o desejo acabe por se realizar, é o sentimento de certeza, a ausência de dúvidas que constrói um poder misterioso, um sentimento de alegria interior, como um **sorriso** interno.

Alcançar esse sentimento pode não ser tão simples, pois o medo, que é uma ferramenta cotidiana do nosso antigo sistema educativo e cultural, gera a dúvida e torna a mente ocupada, sem habilidade para um pensamento construtivo.

O sentimento da certeza é um sentimento suave. É fácil lembrar-se de uma situação quando algo que você queria intensamente acontece e você sente o sabor da certeza. Nestes casos sente-se

aquela sensação suave como um alívio, pois já sabe que não tem o que se preocupar.

Devemos simular esse sentimento antecipadamente, mesmo sabendo que ainda não se concretizou, agiremos como se já tivesse acontecido, eliminaremos nossas preocupações e entraremos conscientemente no estado mental da suavidade. Assim conseguiremos alcançar a realização de todos os nossos desejos, quando chegarmos a um sentimento puro o suficiente sem o mínimo resquício de dúvida sobre o resultado.

É fácil perceber que quando se está numa atitude **otimista** tudo tende a dar certo, neste caso você decide o que quer atrair para si, escolher as suas atitudes é escolher diretamente aquilo que você quer atrair.

O pensamento emite energias para o ambiente, que, por sua **sintonia** natural, envia de volta a energia materializada daquilo que foi pensado.

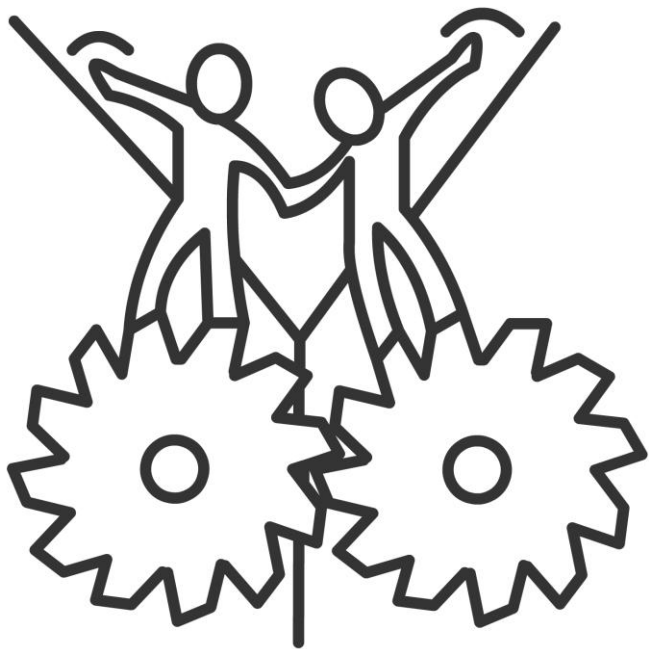
As pessoas normalmente vivem como expectadores, assistindo a uma realidade em que não se pode mexer. Isso é resultado de um bloqueio entre as pessoas e o poder pessoal, o poder da autoconfiança. Se as pessoas não confiarem em suas capacidades elas perderão a chance de planejar a vida.

O que aparentemente diferencia o ser humano dos outros animais é a consciência que tem de moldar o futuro de acordo com o desejo.

Um exemplo positivo é a fé inabalável das pessoas que oram para alcançar um milagre que se

torna real devido à certeza de que o milagre irá acontecer perante os que **creem** fixamente nele.

9. Encaixe Sutil



Em alguns momentos as pessoas conseguem ver uma completa **clareza** sobre muitos conhecimentos ao mesmo tempo, é como se horas e horas de raciocínio não fossem suficientes para visualizar todos aqueles esclarecimentos revelados em uma questão de segundos.

O momento que você entende tudo, todas as informações fragmentadas se juntam em relações óbvias. Todas as engrenagens se encaixam e em um profundo momento de alegria e tranquilidade vê-se que tudo tem uma solução. Momentos desses são normalmente raros e rápidos.

Ao que parece essa iluminação acontece àqueles que prestam mais atenção na vida, nos detalhes que nos cercam, de maneira a observar a beleza sutil do mundo.

As pessoas às vezes acham que não tem tempo para abstrair, por outro lado, o cotidiano e suas preocupações não as permitem sentir esses momentos.

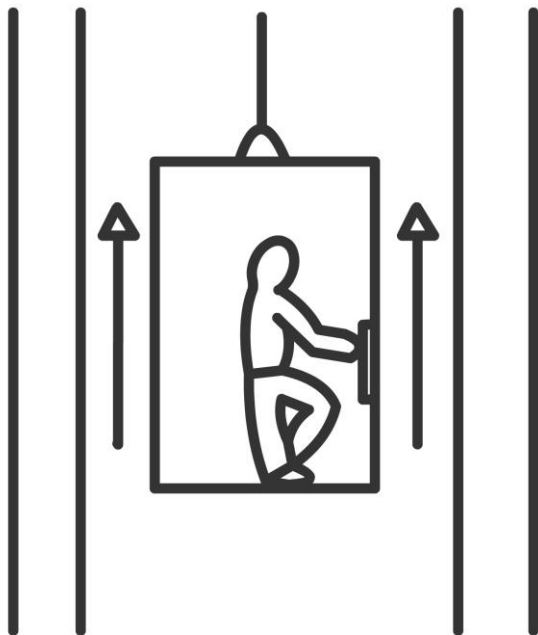
Há também, cada dia mais, pessoas sensíveis que dedicam parte de suas vidas a contemplação desta beleza. Encarando esses momentos como uma verdadeira fonte de energia, fonte esta que cresce cada vez mais, junto com o número de pessoas que a sentem.

Devemos, portanto induzir esses sentimentos, prestando atenção aos detalhes da vida e cada coisa que possivelmente não veríamos normalmente. Fazer atos espontâneos para o bem de todos sem se preocupar. Pensar constantemente nas **interligações** entre os detalhes de tudo aquilo que captamos e meditar para penetrarmos nas energias esclarecedoras do universo.

A beleza da vida está nos detalhes, mas acontece de não se perceber isso por estar vivendo de uma forma apressada.

Às vezes você sorri para uma pessoa, sem segundas intenções e aquela pessoa retribui o sorriso, mesmo podendo estar num daqueles dias ruins. Seu sorriso pode ser o único bom momento no dia da pessoa e isso poderá mudar completamente o estado mental dela para **melhor**.

10. Progressão Prática



Existem duas sugestões que você deve lembrar para o desenvolvimento das criações mentais e da lei da atração.

A primeira é começar do começo, não tente criar um objetivo muito grande no início. Se você tentar criar algo que está muito fora da sua realidade no momento, há uma tendência muito forte de que você não acredite que irá conseguir, mesmo que inconscientemente. Isso prejudicaria muito seu resultado, pois gera dúvida, o contrário do que você precisa para ser bem sucedido.

O melhor é começar a testar em algo bem fácil e simples, algo que você considere inteiramente possível. Assim que der certo você passará a **confiar** mais em si e na lei da atração. A partir daí aumente aos poucos os objetivos a serem concretizados sempre à medida de sua confiança,

quando sua confiança estiver desenvolvida o suficiente você poderá partir para objetivos maiores.

Começar por um objetivo grande só criaria uma grande frustração e poderia fazer com que você desista.

O caminho é ir se **desenvolvendo** aos poucos. Nunca desista diante de uma falha, se não deu certo só pode ser por dois motivos, ou alguma parte de você não confiou o suficiente, ou tinha algo melhor ainda te esperando.

Essa é uma grande chave do Poder da Certeza. Você deve construir sua Certeza e autoconfiança aos poucos, com o tempo ficará muito forte e conseguirá passar por qualquer desafio com toda Certeza da solução.

A outra sugestão é nunca deixar de agir. Muitos ao ouvir falar de lei da atração pensam que podem ficar parados em casa apenas pensando que seus objetivos cairão do céu, porém não é assim que funciona, deve-se sempre equilibrar a atitude passiva e ativa.

Para **concretizar** seu objetivo, na maioria das vezes, você precisa de uma atitude ativa, entrar em contato com pessoas, abrir as janelas para as oportunidades criando as possibilidades para que seus objetivos se concretizem.

É bom que você idealize como irá chegar ao seu objetivo, estando sempre de maneira atenta a sua intuição para saber como prosseguir.

Se você ainda não for um grande mestre no poder da criação mental não adianta esperar criar

inicialmente um fenômeno de dimensões sobrenaturais.

De passo em passo, de lição em lição é o destino de todos nós virarmos mestres dessas artes, cada um em seu tempo. Se quiser também poderá acelerar sua evolução, com o cuidado de manter a **integridade**.

11. Sintonizar-se à Intuição



Como se determina o que é **verdadeiro**? Normalmente algo é tido como verdade só quando certo número de pessoas acredita nela. É certo que, quanto mais pessoas acreditam, mais isto ganha força, porém essa perspectiva tem um equívoco.

Considerando a sociedade atual e a comunicação de massa, as verdades mais fortes são aquelas que estão dentro do interesse daqueles que dominam esses meios de comunicação e geralmente estes interesses tem sido mais no sentido de manter a dominação tornando as pessoas cada vez mais fracas.

Por esse motivo, cada vez mais está crescendo a importância da verdade pessoal. Assim aparece uma pergunta: Como saber se algo é verdadeiro?

Desde muito tempo que a ciência tenta resolver essa questão através de pesquisas e experiências científicas, porém, quem está financiando as pesquisas e qual é o interesse no resultado? Esse interesse pode influenciar muito no resultado já que a maioria destas pesquisas não é imparcial.

Uma indústria alimentícia, por exemplo, financiando um grupo de pesquisadores para provar que seus alimentos são nutritivos e saudáveis, seria difícil que o resultado desta pesquisa mostrasse o contrário.

Então como uma pessoa pode definir o que é verdade para ela? Através do processo de ouvir a sua intuição, ouvir o seu **coração**, a sua voz interior.

O processo de ouvir a sua intuição muda muito de pessoa a pessoa, mas existem alguns aspectos a serem observados.

Quando se fala de voz **interior**, pode-se confundir com o diálogo da sua mente consciente racional, isto é bem diferente da intuição, a voz da mente consciente é aquela que nunca para, um diálogo interno que está sempre fazendo barulho na mente, uma grande característica deste diálogo é o “E se...” como em “E se isso não der certo?”.

Lembre-se que este é um dos maiores inimigos da lei da atração e das suas criações mentais, pois gera a dúvida e confusão, o contrário do que você precisa para alcançar o Poder da Certeza.

Por isso, uma das melhores qualidades que você pode cultivar é a capacidade do silêncio. No

momento que você silencia o diálogo interno, os questionamentos da mente racional, é a partir daí que você começa a abrir espaço para a intuição.

A intuição também funciona através de sinais, esses sinais são também chamados de **sincronicidade**, algo como coincidências significativas. Porém a palavra coincidência nos faz pensar que acontece por acaso, porém, como nada existe por acaso, coincidência não existe dessa forma casual e sim causal, causada por algum motivo mais profundo.

Se uma aparente coincidência acontecer com você, encare-a como um sinal e tente decifrar o que sua intuição está querendo dizer com ela.

12. A Respiração



A respiração é um dos atos mais simples e ao mesmo tempo mais **sagrados** dos seres humanos.

Quando um bebê nasce, junto com a sua primeira respiração ocorre o sopro divino, entra no corpo do bebê a alma que vai o habitar nesta vida.

O ar que respiramos é o que nos interliga com tudo neste mundo, é o que nos conecta com a fonte ilimitada da vida nos proporcionando a energia vital.

A precariedade na respiração também é uma das maiores causas de fraqueza nas pessoas, porque a maioria delas respira de uma forma que não as beneficia como poderia.

Como a maioria dos ocidentais não foram educados em como respirar da melhor forma, normalmente respiram de uma forma rápida e

superficial, não enchem completamente os pulmões nem dão o tempo necessário para uma respiração mais completa.

O corpo humano tem um sistema de **correspondência** onde cada tipo de emoção corresponde a um tipo de respiração.

Emoções positivas e calmas correspondem a uma respiração lenta e profunda e emoções negativas e agitadas correspondem a uma respiração rápida e superficial. Por isto que a respiração é a melhor maneira de controlar as emoções, se você respirar de forma consciente, as emoções vão reagir de acordo com o tipo de respiração que você faz.

Uma prova dessa correspondência é o sistema de defesa automático do corpo humano, que funciona quando a pessoa começa a ficar

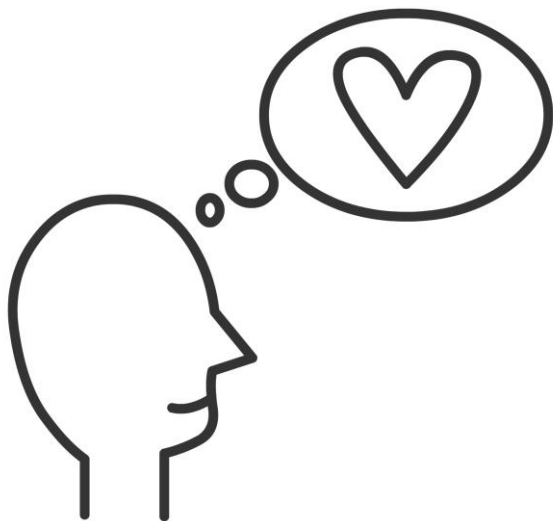
nervosa e inconscientemente inspira bem fundo, já que o corpo está tentando restabelecer a calma. Se prestar atenção, verá que todo mundo faz isso, mas se seu corpo faz isso inconscientemente quando precisa, porque não fazer isso sempre de forma consciente?

A melhor maneira de respirar é de forma **profunda** e lentamente, enchendo os pulmões inteiramente com o ar e sem pressa.

Este é um poderoso exercício que vale cada segundo que você dedicar a ele. É certo que através dele você terá muito mais saúde e energia. Através da respiração nós não só obtemos o oxigênio como também a energia vital universal, essa energia sutil que nos deixa mais perto da Vontade Divina, essa energia é a energia usada na transmissão que gera a lei da atração.

Sempre que você lembrar (você deveria lembrar o máximo possível) respire fundo. Torne isto um **hábito**, no início pode parecer difícil, mas se persistir com certeza se tornará fácil e cotidiano.

13. Palavras de Poder



Um exercício interessante para começar seu desenvolvimento das criações mentais e da lei da atração são as palavras de poder. Trata-se da seleção de uma palavra altamente positiva que represente uma emoção, sentimento ou qualidade que você deseja e que seja importante para você no momento, como por exemplo, **Determinação**.

Comece por destrinchar o conceito da palavra, imaginando tudo que essa palavra significa para você, todas as causas necessárias para que ela se manifeste, todos os resultados que ela causaria, as emoções e sentimentos associados a ela.

Tente imaginar tudo isso resumido em uma palavra, de uma forma que ao imaginar a palavra você conceberá automaticamente todos os significados e conceitos associados a ela.

O próximo passo é começar a respirar fundo e lentamente e enquanto você respira comece a repetir internamente a palavra que você escolheu, mas não repetir por repetir, faça com toda força e **sentimento** que possui.

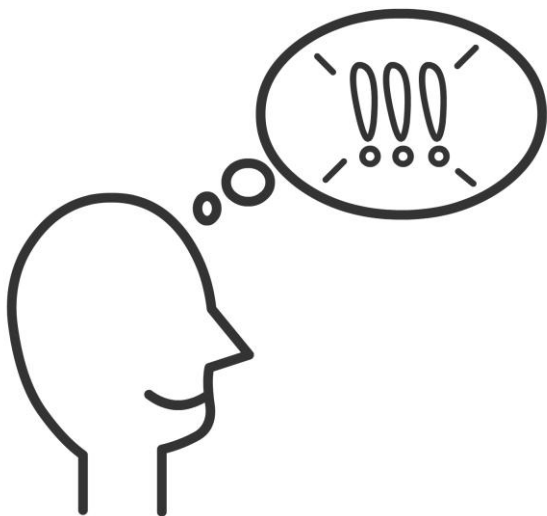
. Imagine que a palavra e tudo relacionado a ela esta pairando no ambiente ao seu redor e no momento que você inspira o ar, você está selecionando este aspecto do ar que está entrando em você junto com sua respiração. Enquanto você solta o ar do pulmão, imagine a palavra e o que está associado a ela, saindo a partir do seu peito para o resto do seu corpo passando por todas as partes até as extremidades, cabeça, mãos e pés.

Faça esse exercício várias vezes ao dia sempre que sobrar um tempo livre, principalmente ao acordar e no momento de dormir.

Faça também com várias palavras diferentes e tente sentir a distinção de energia e efeitos de cada palavra. Algumas sugestões de palavra que você pode usar são: Paz, Tranquilidade, Serenidade, Equilíbrio, Alegria, Felicidade, Amor, Força, Poder, Determinação, Saúde, Riqueza, Abundância, Beleza, Perfeição e Certeza.

Saiba que os estados mentais de Paz, Tranquilidade e Certeza são os estados que proporcionam mais Força e Poder, com eles não há limite de recursos, pois a Abundância é infinita. Com Determinação para prosseguir, a **Perfeição** é garantida.

14. Afirmações



O próximo exercício prático no desenvolvimento das criações mentais é o de afirmações, também conhecido como decretos. Consiste de uma sentença descrevendo o objetivo, sempre de uma forma positiva e no tempo presente, como se já tivesse sido concretizado.

Não se deve utilizar uma negação e a própria palavra “não” em uma afirmação, porque ela tenderia a atrair o resultado oposto.

As afirmações servem para registrar uma ideia na mente subconsciente e esta funciona numa lógica diferente da mente consciente, ela dá prioridade a cada palavra registrada e atrai situações **semelhantes**.

Vamos a um exemplo completamente errado de como não se deve ser feita uma afirmação:

“Não quero pobreza”, seria difícil haver um exemplo pior que esse.

Todas essas as palavras não devem ser usadas, primeiramente o “não” é ignorado porque sozinho não tem significado algum, “quero” também não deve ser usado em afirmações positivas porque tem a tendência a manifestar sempre Querer e não o objetivo desejado, portanto ficaria sempre querendo e nunca obtendo. Por ultimo “pobreza” que atrairia totalmente o oposto do objetivo porque registraria na mente subconsciente a palavra pobreza e manifestaria pobreza na realidade.

Fundamental também é manter a afirmação sempre no tempo **presente**, como se já tivesse se realizado.

Além de ser uma mentalidade mais positiva, a mente subconsciente funciona dessa maneira, não entende passado ou futuro, sempre presente.

Outro exemplo de como não deve ser feito afirmações: “Eu serei saudável”, o “serei” como está no futuro prejudicaria o resultado, pois seria o mesmo que estar sempre adiando o estado saudável. Assim existe uma grande possibilidade que ele nunca chegue.

O uso da expressão “EU SOU” em afirmações tem um efeito muito poderoso porque invoca o Eu superior, Eu divino ou vontade individual. Nosso Eu ilimitado e **imortal**.

Também é importante a valorização do Ser ao invés do Ter, por exemplo, afirmações começadas por “Eu tenho” remeteriam a um

sentimento de possessividade, algo que não ajuda em nada a evolução pessoal e planetária.

Mais uma sugestão é incluir em suas afirmações a palavra “Certeza”, pois ela forma a alquimia ideal para suas criações mentais darem certo, dando autoconfiança e liberando o Poder da Certeza, portanto você pode começar as afirmações com “EU SOU A CERTEZA...”.

Procure ter cuidado e **detalhar** ao máximo suas afirmações porque se forem mal feitas poderão trazer consequências desagradáveis, por mais que suas afirmações sejam positivas, a falta de um detalhe pode trazer efeitos negativos.

Usar, por exemplo, uma afirmação como “Eu sou rico”, pode dar certo mais pode trazer também infelicidade para você e outras pessoas.

Um mecanismo para que isso não aconteça é incluir no fim da afirmação, “Isso ou algo melhor” ou “Para o **bem** maior de todos”, assim evitam-se efeitos negativos para você e todas as pessoas envolvidas.

O ideal é que você construa suas próprias afirmações, no entanto daremos alguns exemplos:

“Eu sou a certeza de uma saúde perfeita e ilimitada, em todos os aspectos, físico, mental e emocional, pois a energia universal entra em mim através da respiração profunda e se faz presente em cada célula do meu corpo me deixando sempre jovem e saudável”.

“Eu sou a certeza de que a espiritualidade e a luz se fazem presentes em cada detalhe de minha vida tornando minha consciência ampla e

desenvolvida, guiando meus passos para a eterna evolução rumo à perfeição”.

“Eu sou a certeza da abundância completa em minha vida, tudo que eu preciso está ao meu alcance, toda riqueza e desapego estão presentes em mim para o bem maior de todos”.

“Eu sou a certeza de que o planeta vive agora o **paraíso** na terra, que os princípios de respeito, ajuda mútua e amor incondicional estão ativos nos corações de todas as pessoas, dessa forma ou de outra ainda melhor”.

15. Visualizações



O exercício um pouco mais complexo que deve ser usado em conjunção com afirmações é o de visualizações, ou visualizações criativas. É o uso da imaginação, da imagem mental para atrair situações desejáveis à vida.

Deve-se visualizar mentalmente a situação ou sua vida, como se o seu objetivo já tivesse se concretizando e também já realizado, junto com a visualização é necessário emoções positivas e o sentimento de Certeza, fundamentais para a realização do objetivo.

Imagine, por exemplo, pessoas conversando com você como se seu objetivo já tivesse sido realizado, te trazendo boas notícias, te **elogiando** e parabenizando por seu sucesso.

É de extrema importância que não apenas visualize, mas una a visualização com as emoções e

sentimentos correspondentes à concretização da situação, como se já tivesse realmente dado tudo certo.

Muitas pessoas têm dificuldades de visualizar por falta de prática, mas todos podem desenvolver essa habilidade através do treino **gradual**. Comece pelo mais simples e vá adiantando até visualizações mais complexas.

Primeiro tente visualizar por um tempo formas geométricas simples como um triângulo, um quadrado ou um círculo, pode parecer fácil, mas o desafio é manter a imagem por muito tempo.

Dominado esse primeiro passo comece a visualizar objetos simples como frutas e móveis, porém com todos os detalhes. Depois disso já poderá visualizar pessoas e cenas. Por fim visualize

vídeos mentais, imaginando cena após cena detalhando as etapas de seu objetivo sendo realizado.

Outro bom exercício de visualização para se praticar quando precisar de calma é imaginar o lugar mais tranquilo que for possível, que te pareça mais **agradável**, de preferência um ambiente natural. Pode ser em cima de uma montanha, uma floresta, uma cachoeira ou uma praia, tente imaginar cada detalhe daquele ambiente, a vegetação, o clima, a umidade do ar, os sons, a forma que você se posiciona nele, como você se sente lá e assim em diante.

Quando a imagem estiver totalmente formada você poderá sair para um passeio para explorar esse local imaginário, você poderá também adicionar algumas construções para sua

visualização, como um **templo** e então pode até aproveitar para meditar nele.

Repita essa visualização várias vezes usando o mesmo local e adicionando detalhes sempre que quiser, esse exercício é muito bom para aqueles momentos que você precisa ter uma ideia ou achar a solução para um desafio, apenas relaxe em seu local imaginário e espere que uma ideia surja na sua mente.

É também um bom exercício de memória, pois você terá que lembrar os detalhes estabelecidos das outras vezes e estimulará mais ainda sua capacidade de visualizar, fundamental para concretizar seus objetivos com a lei da atração.

16. Paraíso na Terra



Com todo esse poder de manifestar seus objetivos na realidade exterior, ainda tem quem caia na armadilha do egoísmo e do materialismo, pensando apenas em ganhar muito dinheiro para comprar tudo que sempre desejou e simplesmente curtir a vida.

No entanto, com um grande poder há uma grande **responsabilidade**. Não refiro ao poder de dominar outras pessoas e sim poder pessoal de realizar seus objetivos.

A humanidade em seu estado atual está em grande desequilíbrio e cabe às pessoas com maior consciência, a responsabilidade de mudar essa situação.

Ao invés de desejar apenas um carro novo, porque não pensar em maiores objetivos como

transformar o mundo ou ainda melhor, construir o paraíso na terra.

Não há limites para a lei da atração, os únicos limites estão nas nossas próprias mentes e estes podem ser superados através do esforço e do treino.

Vivemos em um momento muito especial da história, em que a humanidade finalmente está acordando novamente para seu poder interior, para sua **espiritualidade**, para a realidade sutil que vai muito além da matéria física.

O paraíso na terra é a materialização da perfeição para a nossa sociedade humana, mas muitos devem pensar, como já foi dito, que o paraíso seria algo chato e estático. Mas não é contraditório?

Não há limite para a evolução. Tendo a mentalidade sempre voltada para a evolução, nunca irão faltar **desafios**, porque os desafios solucionados só trarão outros desafios ainda maiores.

Sempre haverá formas de se divertir e se entreter, mantendo o equilíbrio em relação a si mesmo, às outras pessoas e ao planeta terra, atividades que sempre, de uma forma ou de outra, levarão a humanidade à evolução constante.

Muito se fala sobre igualdade econômica. É certo que todas as pessoas devem ter direito aos meios básicos para manter uma vida confortável. Mas esta parte está apenas na superfície dos desafios da humanidade. O desafio mais importante é o desenvolvimento espiritual da humanidade.

Não só através de religiões. Mesmo que muitos possam alcançar uma espiritualidade autêntica através das religiões, a espiritualidade é de fato independente das religiões institucionalizadas.

A espiritualidade é um reflexo de como a pessoa sente a vida, como a pessoa entende a vida de uma forma **integral**, como resolve seus desafios do cotidiano, como usa a intuição para ver o que está além.

A espiritualidade é a vida, está em cada detalhe dela. É apenas uma questão de percepção.

O paraíso na terra, uma sociedade ideal e a nova idade de ouro da humanidade é onde todos são verdadeiros mestres da vida, totalmente cientes de que são os causadores de suas próprias vidas e não apenas efeitos do ambiente, construirão essa

sociedade baseada nos princípios de respeito, união e educação.

O respeito ilimitado onde o indivíduo respeita a si mesmo, aos outros e à natureza.

A união ilimitada onde a ajuda mútua faça com que os desafios do indivíduo sejam os desafios de todos e os desafios de todos sejam os desafios do indivíduo.

A educação ilimitada, pois a aprendizagem não se restringe à instituição de ensino nem em alguma faixa de idade, estamos nesta vida para aprender e tudo que fazemos é uma aprendizagem.

É necessária a criação de uma nova forma de **dialogar**, enquanto as pessoas manterem a atitude de estar sempre negando e discordando das ideias de outras pessoas, os diálogos nunca irão para

frente e sempre darão espaço para discussões e conseqüentemente até brigas.

Para um diálogo avançar é preciso que não se negue uma ideia alheia, por mais contrária ou oposta que ela possa parecer a sua ideia. Deve-se ter a noção que aquela é a verdade pessoal de quem está se comunicando e que a pessoa teve seus motivos e experiências para chegar até ela.

Por mais diferentes que as ideias e concepções possam ser sempre há um ponto de equilíbrio, um ponto em que as pessoas possam concordar e dar seguimento ao diálogo, para isso é necessário ter a mente sempre aberta e disposta.

O fator fundamental para a criação da nova idade de ouro na terra é a qualidade chamada de **amor incondicional**. O amor incondicional é o amor que não conhece limites, amor profundo de

igual proporção para com todos os seres humanos, seres vivos e objetos inanimados do planeta.

Esse tipo de amor é bastante incomum ainda na atualidade porque o tipo de amor que mais entendemos é o amor romântico. Em sua maioria, esse tipo de sentimento, é limitado a muitos fatores, limitado a uma só pessoa, limitado pelo ciúme e está muitas vezes lado a lado com o ódio e o sofrimento. Onde o ódio se transforma em amor e o amor em ódio. Gerando um dos maiores tipos de sofrimento, o sofrimento por amor.

A condição básica para o amor incondicional é o **perdão**, o perdão ilimitado.

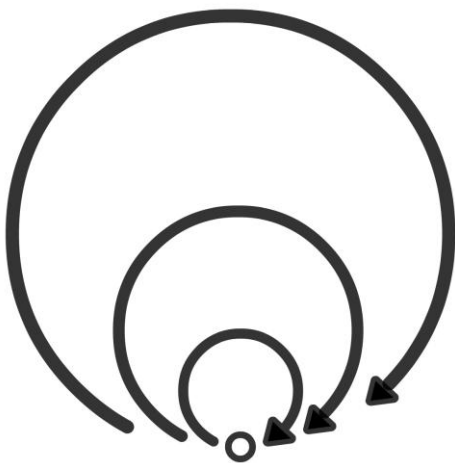
Você deve perdoar todas as pessoas que de uma forma ou de outra te fizeram algum mal. Para isso você deve ter a noção de que este mal foi, como tudo na vida, apenas mais uma lição

necessária para que você pudesse progredir no seu desenvolvimento. Depois que você tiver essa noção e já devidamente aprendido as lições, **agradeça** a essas pessoas por terem trazido a você tais valiosas lições.

Amar incondicionalmente todas as pessoas é enxergar apenas seus lados bons, pois todas as pessoas no mundo são apenas o reflexo de quem está interagindo com elas.

Se você vê o lado negativo de alguém é porque você ainda tem esse lado negativo dentro de você, por outro lado, quanto mais você ver o lado positivo das pessoas, mais essas características, por reflexo, serão desenvolvidas dentro de você.

17. Reinício de Ciclos



Tudo no universo trabalha em **ciclos**, assim como os ciclos que temos total consciência, como o ciclo da terra em torno de si mesma que forma o nosso dia e o ciclo da terra em torno do sol que forma o nosso ano solar. Existem ciclos bem maiores que equivalem a milhares de anos, relativos ao ciclo do sol em relação a outros astros da galáxia, assim como também os ciclos de evolução da humanidade.

Já existiram na terra, a milhares de anos atrás, várias civilizações avançadíssimas, tanto espiritualmente como tecnologicamente. Nem mesmo a nossa história oficial tem registro, já que foram quase totalmente dizimadas nos fins de seus ciclos evolutivos.

Muitos foram os motivos do fim destas civilizações sendo eles principalmente o

desequilíbrio crescente e as mudanças naturais como o afundamento de continentes inteiros e o surgimento de outros.

Estamos atualmente num destes fins de ciclo, muitas civilizações antigas (como os Maias) e pessoas de intuição desenvolvida da atualidade apontam este marco. Mas não é como muitos podem imaginar sendo o fim do mundo e nem o fim da humanidade. Como todo fim de ciclo, ele é apenas um **reinício**.

Todo reinício de ciclo faz com que a lei da atração fique mais forte e sua concretização mais rápida. Assim como, quando você define no início da semana o que você quer que aconteça naquela semana ou no início de um dia o que quer que aconteça naquele dia. O mesmo acontece nesses ciclos maiores. Porém, a lei da atração fica mais

forte tanto para o que é positivo como para o que é negativo.

Vivemos atualmente um período de muitas catástrofes porque o planeta precisa se reequilibrar e limpar suas toxinas, frutos de séculos de desrespeito a ele.

Não há motivo para temer, muito pelo contrário. Todo esse medo e sentimentos negativos são uma das principais toxinas que são liberadas para o planeta originadas das mentes de quem os sentem e pela lei da atração, atraem tais catástrofes.

Há a urgência no desenvolvimento da **consciência** e da espiritualidade em um maior número possível de pessoas na terra, para reverter esses padrões de pensamentos dominantes e ajudar o equilíbrio do planeta para que esta transição seja mais suave.

Quem vibra apenas frequências de pensamento e emoções **extremamente** positivas não há nada que possa lhes prejudicar.

Sobre o Autor



Joaquim Mutim é Escritor e Facilitador de Treinamentos na Área de Desenvolvimento humano.

Contatos:

Website - <http://elevando.net/>

E-mail - joaquim@elevando.net

Facebook -

<http://facebook.com/AImportanciadaGratidao>

Programa de Afirmações

“Caminho da Gratidão Plena”

Em Áudio MP3

Quer aprofundar ainda mais sua evolução pessoal dentro de um período de 21 dias?

Pratique a gratidão plena através de um programa de afirmações positivas em áudio MP3, que você pode transferir para qualquer dispositivo móvel como seu celular ou tablet e ouvir enquanto você faz outras atividades, como caminhar, correr, enquanto está dirigindo ou no transporte. Assim, você terá um mecanismo que te ajudará a lembrar de agradecer diariamente a todos os aspectos da

sua vida, potencializando sua química cerebral e promovendo verdadeiras mudanças em sua vida.

O programa “Caminho da Gratidão Plena” está organizado em 21 dias, em cada dia temos um áudio mp3 de 2 a 5 minutos, narrando um conjunto de afirmações de um tema específico, para dedicarmos nossa gratidão durante aquele dia. As afirmações devem ser ouvidas no mínimo uma vez, mas de preferência várias vezes durante o dia. Cada afirmação é repetida três vezes para fechar o circuito e potencializar ao máximo os seus efeitos positivos.

Saiba mais no link:

<http://www.elevando.net/lp/caminho-da-gratidao-plena/>