~~O poder está em você~~

Técnicas milenares e contemporâneas para atrair o que deseja.

Prazer meu nome é urbano Cardoso sou psicanalista psicoterapeuta e escritor neste livro você vai encontrar técnicas e exercícios tão poderosos que vai surgir o efeito na mesma hora que você aplica-los portanto leia e aplique todos estes ensinamentos e transforme sua vida coloquei também neste livro testemunho de pessoas reais que mudarão de vida com estes ensinamentos.
BOA LEITURA.....

Capítulo 1: O Universo como um Campo Vibracional

O universo é composto de energia. Cada objeto, pensamento, emoção e ação emite uma frequência vibracional, como ondas de rádio. Quando entendemos essa realidade, podemos ajustar nossa própria vibração para atrair o que desejamos, seja riqueza, saúde ou felicidade. Neste capítulo, exploraremos como você pode perceber e trabalhar com essas energias sutis para alinhar-se ao fluxo universal de prosperidade.

A Ciência das Frequências

A física quântica demonstra que tudo no universo vibra em frequências específicas. A vibração do ouro, por exemplo, é diferente da vibração do ferro. Da mesma forma, as emoções humanas têm frequências próprias:

- Emoções como amor, gratidão e alegria têm vibrações altas.

- Emoções como medo, raiva e inveja têm vibrações baixas.

Para atrair riqueza, precisamos elevar nossa vibração para combinar com a energia da abundância.

Técnica 1: Exercício de Sintonização Energética

Este exercício ajuda você a perceber sua vibração atual e ajustá-la para níveis mais altos.

Passo a passo:

1. **Encontre um lugar tranquilo:** Sente-se confortavelmente em um ambiente calmo, sem distrações.

2. **Feche os olhos e respire profundamente:** Inspire pelo nariz contando até 4, segure por 4 segundos e solte pela boca contando até 6. Faça isso 5 vezes.

3. **Visualize sua energia atual:** Imagine-se como uma esfera de luz. Observe a cor e a intensidade dessa luz.

- Se ela parecer fraca, nebulosa ou escura, isso indica baixa vibração.

4. **Ajuste a frequência:**

- Imagine um botão em sua frente que controla sua vibração.

- Gire o botão lentamente para "aumentar" sua luz.

- Visualize sua esfera de luz ficando mais brilhante e vibrante, preenchendo todo o seu corpo.

5. **Finalize com uma afirmação:** Diga em voz alta ou mentalmente: *"Eu sou uma energia vibrante de abundância e prosperidade."*

Resultados esperados:

Você sentirá uma leveza emocional e mental, além de maior clareza e disposição.

Técnica 2: A Escuta Consciente

Os sons podem alterar imediatamente nossa frequência. Este exercício utiliza sons específicos para sintonizar sua vibração com o universo.

Passo a passo:

1. **Escolha um som de alta vibração:** Pode ser um mantra (como "Om"), música em 432 Hz, ou sons da natureza, como água corrente.
2. **Concentre-se completamente:** Sente-se em um ambiente tranquilo e ouça o som com atenção plena.
3. **Respire no ritmo do som:**
   - Inspire enquanto o som sobe.
   - Expire enquanto ele desce.
4. **Sincronize-se com a vibração:** Imagine que o som está limpando sua energia, dissolvendo bloqueios e preenchendo você com harmonia.
5. **Pratique por 10 minutos.**

Resultados esperados:

Redução de estresse imediato e sensação de alinhamento com energias universais.

Técnica 3: O Círculo da Gratidão

A gratidão é uma das emoções de mais alta frequência e abre as portas para o fluxo de riqueza e coisas boas.

Passo a passo:

1. **Escreva 10 coisas pelas quais você é grato:** Foque em aspectos da sua vida que já trazem alegria e conforto, como saúde, amigos ou até pequenas conquistas.

2. **Sinta a gratidão profundamente:** Leia cada item em voz alta, feche os olhos e permita-se sentir o quanto aquilo é valioso para você.

3. **Amplifique o círculo:** Após sentir gratidão, visualize cada item como um raio de luz que retorna ao universo e volta para você multiplicado.

4. **Pratique diariamente:** Faça esse exercício sempre pela manhã ou antes de dormir.

Resultados esperados:

Você criará uma conexão mais forte com o universo, atraindo mais motivos para se sentir grato, incluindo oportunidades financeiras.

Conclusão do Capítulo

O universo responde às vibrações que emitimos. Quando aprendemos a elevar nossa frequência conscientemente, criamos um canal direto para receber riquezas e boas energias. As técnicas apresentadas neste capítulo são simples, mas extremamente poderosas. A prática consistente garantirá que sua vibração esteja sempre alinhada ao que você deseja atrair.

No próximo capítulo, aprofundaremos na Lei da Atração e em como programar suas intenções para manifestar riqueza de maneira prática e eficaz.

Capítulo 2: A Lei da Atração Desvendada

A Lei da Atração é baseada no princípio de que "semelhante atrai semelhante". Tudo o que pensamos, sentimos e acreditamos cria uma vibração que se comunica com o universo. Quando essas vibrações estão alinhadas com nossos desejos, atraímos pessoas, circunstâncias e oportunidades que refletem essas intenções. Este capítulo irá desvendar os fundamentos dessa lei e apresentar

técnicas práticas para programar sua mente e atrair riqueza e abundância.

Os Princípios Básicos da Lei da Atração

1. **Pensamento Focado:**

O que você pensa de forma contínua, você cria. Pensamentos sobre abundância atraem riqueza, enquanto pensamentos de escassez reforçam limitações.

2. **Sentimentos como Amplificadores:**

Emoções são catalisadores poderosos. Quando você sente alegria, gratidão e entusiasmo, sua vibração se eleva, facilitando a manifestação.

3. **Ação Inspirada:**

Não basta pensar e sentir, é necessário agir de forma alinhada com suas intenções. Pequenos passos no caminho certo criam oportunidades.

4. **Entrega e Confiança:**

É fundamental confiar no processo. A dúvida cria resistência, enquanto a fé mantém o fluxo aberto.

Técnica 1: A Pirâmide da Manifestação

Esta técnica organiza seus pensamentos, emoções e ações para garantir que estão em harmonia.

Passo a passo:

1. **Base da Pirâmide (Pensamentos):**

- Escreva uma afirmação poderosa no presente, como:

"Eu sou uma pessoa próspera, e o dinheiro flui facilmente para mim."

- Repita essa afirmação 10 vezes ao acordar e antes de dormir.