

TÉCNICAS PARA ATIVAR A LEI DA ATRAÇÃO

ORGANIZADOR: J. MARINS

USO EXCLUSIVO NOS TREINAMENTOS **MOVLIBER**

Você já conhece a Lei da Atração, já buscou conhecimentos sobre ela e sabe como ela funciona, mas na hora de colocar em prática não é muito fácil. No nosso dia a dia corrido muitas vezes nos esquecemos de reforçar nosso pedido ao Universo, de praticar o pensamento positivo, de emitir a vibração correta.

Veja algumas fundamentais dicas que vão lhe ajudar a colocar a Lei da Atração em prática no seu dia a dia.

1. TÉCNICA DO CARTÃO

Essa é uma das técnicas mais conhecidas e também das mais eficazes.

Você deve, depois de já ter determinado e decidido qual é o seu desejo, escrevê-lo em um cartão ou cartolina, recortar no tamanho médio de um cartão de visitas e levá-lo sempre com você.

Escreva algo como:

“EU ESTOU TÃO FELIZ E GRATO (a) POR (seu desejo)”

Coloque-o no bolso, na bolsa, na mochila, em um local onde você diariamente vai pegar e lembrar. Pode também colocá-lo na cabeceira da sua cama, para ler antes de ir dormir e ao acordar.

Essa técnica é eficaz porque: ao escrever, conseguimos concretizar em nosso subconsciente o nosso desejo, eliminando dúvidas e energias confusas.

Ao tocar no bolso ou visualizar na bolsa, nem mesmo precisamos ler o cartão para lembrar o seu conteúdo e reforçar o seu desejo ao universo.

2.TÉCNICA DO ESPELHO

É verdade, nós nos olhamos nos espelhos todos os dias, algumas vezes por dia, certo? E se toda vez que você se olhasse no espelho repetisse, olhando no fundo dos seus próprios olhos o seu desejo?

O espelho reflete você, mas você deve olhar para seu reflexo, como se ali estivesse outra pessoa, para quem você deve dar ordens. Se puder, use um copo com água que deixou ao lado da cama durante a noite, após ter direcionado para ele, o copo, mensagens de como quer que sua vida seja ou se transforme. Assim, ao acordar, se encare no espelho e repita esses pensamentos positivos que gerou para a água do copo. Olhe-se bem, e beba a água. Faça isso sempre que se sentir à vontade, preferencialmente sozinho(a). Evite falar em voz alta seus pensamentos, acaso exista mais alguém no local.

Essa técnica é importante pois ela traz uma confiança inabalável no nosso desejo, já que estamos diante da única pessoa que pode ajudar a realizar os nossos sonhos: nós mesmos.

3. TÉCNICA DA MÚSICA OU DE SONS BINAURALS

A música é capaz de alterar significativamente a nossa vibração. Você já reparou como fica alegre e energizado quando toca a nossa música preferida? É instantâneo! E quando nós estamos tristes e ouvimos uma música triste, parece que ficamos ainda mais à flor da pele? Podemos aproveitar dessa energia para deixar a nossa vibração exatamente como nós desejamos. Antes ou depois de fazer o seu pedido ao Universo, coloque a sua música favorita, uma música alegre que te dê uma sensação de bem-estar e sintonize a boa energia.

Essa técnica possibilita que você “limpe o seu cachê mental”, mais ou menos como fazemos com os nossos celulares e computadores ao limparmos os históricos. Ora, nosso cérebro guarda tudo o que nossos sentidos sentem; de tal forma que, no final de um dia você está cansado (a), com dor de cabeça ou dores no corpo exatamente por estar com o “cachê mental” carregado. A música ou bits sonoros podem ajudar para isso.

Quer receber bits sonoros ou músicas especialmente desenvolvidas por [MovLiber](#) para isso? Vá ao site e solicite enviando mensagem com o tema: **QUERO SONS E MÚSICAS.**

Será ótimo atender seu pedido!

Esperamos você.

4. TÉCNICA DA GRATIDÃO

A gratidão tem o poder de transformar vidas, ela é uma carta que se escreve ao Universo reconhecendo tudo de bom que ele nos traz, incentivando a atração de mais coisas situações positivas em nossa vida. Como demonstrar gratidão? Existem diversas formas. Você pode demonstrar gratidão às pessoas ao seu redor, por exemplo, sempre se lembrando de agradecer quem fez algo por você, ressaltando à essa pessoa como o que ela fez foi importante e te deixou feliz. Na técnica da gratidão, você pode diariamente demonstrar-se grato pelas pequenas coisas do seu dia, por menores que seja, escrevendo, pensando ou dizendo coisas simples como:

- 1.Sou grato porque hoje amanheceu um dia lindo e isso me deixa com mais energia para minha rotina
- 2.Sou grato porque hoje a minha mãe me ligou, demonstrou lembrar-se de mim e isso me fez sentir bem
- 3.Sou grato porque hoje o ônibus não atrasou/o trânsito não estava intenso, portanto cheguei na hora certa ao trabalho, sem correria
- 4.Sou grato porque hoje eu consegui ser eficiente e terminei o dia com a incrível sensação de missão cumprida
- 5.Sou grato porque hoje eu tive um jantar delicioso e preparado com amor, o que me fez muito bem.
- 6.Sou grato por meu bichinho de estimação, que todo dia me recebe em casa feliz por me ver

A energia da gratidão é fortíssima e te faz vibrar na energia certa para atingir o seu desejo e seus objetivos. Durante o seu ritual de gratidão, lembre-se de sentir-se grato pela realização do seu desejo, reforçando-o.

ÚLTIMAS DICAS

Se gostou, conheça mais sobre o Movimento Libertologia, e todos os treinamentos e ações sociais desenvolvidos pelo **MovLiber**.

Assine a nossa newsletter e receba conteúdos exclusivos para melhorar ainda mais sua performance e alavancar sua carreira.

Visite o site e Seja Livre, Feliz e Sempre Próspero!

www.movliber.org

Sou J.Marins, escritor, jornalista, sociólogo, juiz federal do trabalho, cofundador do Movimento Libertologia e criador da Ciência da Liberdade

- 