Prática de Afirmações

Para AUMENTAR sua AUTOESTIMA e AUTOCONFIANÇA

Parabéns por ter baixado estas afirmações! Isto mostra que você está determinada a **AGIR** praticando estas afirmações e dar para si mesma o suporte e dedicação necessários para alcanças seus sonhos.

Como vimos, seus pensamentos são a causa dos resultados que tem tido na área do amor. Se sua cabeça está cheia de dúvidas e pensamentos como: Não se achar capaz ou não pertencer, suas ações seguem o mesmo caminho e nunca conseguirão levá-la onde realmente quer chegar.

Afirmações são ferramentas ponderosas para focar seus pensamentos no que deseja criar para você e sua vida.

Isto é neurociência pura. Os neurocientistas mostram comprovadamente que a prática da repetição muda comportamentos e substitui suas crenças limitantes.

A diferença entre as pessoas que não tomam nenhuma atitude para mudar e as que tem sucesso no amor e em outras áreas de suas vidas é a habilidade de redirecionar seus pensamentos com o tempo. Substituímos estas crenças limitantes pela Verdade Verdadeira de quem você é. Isto refletirá no seu maior e melhor potencial.

Normalmente as crenças sobre nós mesmas como: “Eu não tenho valor” “Eu não sou suficiente” entre outras, foram criadas na infância, mas estas crenças não definem quem você realmente é, aqui, agora ou no futuro. Estas crenças podem ser mudadas se você as substituir por Afirmações Poderosas. E as mudanças com certeza aparecerão.

Prática de Afirmações

Para AUMENTAR sua AUTOESTIMA e AUTOCONFIANÇA

O segredo é CONSISTÊNCIA. Se você quer realmente se sentir mais confiante, mais segura de quem realmente é e mais aberta para tudo de melhor que vida pode lhe dar, substitua seus sentimentos negativos anteriores por estas *Afirmações Poderosas* que lhe ajudarão ser quem sempre quis ser e chegar onde quer chegar.

Acredite! Faça corretamente as instruções e os resultados aparecerão não somente no amor, mas em todas as áreas de sua vida.

Imprima as afirmações da próxima página, coloque no seu espelho e outros lugares. Leia para você mesma muitas vezes por dia durante 60 dias.

Prática de Afirmações

Para AUMENTAR sua AUTOESTIMA e AUTOCONFIANÇA

Eu mereço dar e receber amor

Eu me amo e me aceito como sou.

Estou segura de ser quem sou e posso expressar meus pensamentos livremente

Minha vida é repleta de amor e energia positiva

Eu acredito em mim mesma e aceito receber tudo de melhor que quero e mereço na vida

INSTITUTO LIBERAÇÃO EMOCIONAL

Prática de Afirmações

Para AUMENTAR sua AUTOESTIMA e AUTOCONFIANÇA

Quando estiver praticando em frente ao espelho, coloque uma das mãos no peito, perto do coração e se olhe nos olhos. Cada afirmação é um presente que você está dando para si mesma, então faça o seu melhor e deixe expandir para o seu coração para que realmente possa receber a energia que emana de cada palavra.

Fazer esta prática pode parecer um grande comprometimento, mas na verdade serão poucos minutos.... e você vale cada um deles.

Enquanto se compromete a fazer esta prática você perceberá que começará a diminuir as sensações negativas que tinha sobre si mesma, sobre o amor e a vida.

Você sentirá que será construída uma grande confiança em si mesma. Você se sentirá mais segura e se amando consistentemente. Também sentirá mais em paz consigo mesma. Começará a tomar decisões mais assertivas no que é importante para você. Começará a atrair grandes oportunidades para sua vida como um todo.

Minha missão é ajudá-la a aumentar e expandir o amor na sua vida. O amor que doa e recebe de outros e o amor que você deve ter por si mesma.

É um grande privilégio dar este presente para você. Espero que isso lhe ajude muito em sua jornada para criar um relacionamento maravilhoso e a vida que você quer e merece ter.

Grande abraço,

Margareth Signorelli

INSTITUTO LIBERAÇÃO EMOCIONAL

Prática de Afirmações

Para AUMENTAR sua AUTOESTIMA e AUTOCONFIANÇA

- Caso se interesse em saber mais sobre meu trabalho, sessões de coaching ou orientações no seu relacionamento já existente, me envie um e-mail para margareth@conexaocoach.com.br

- Me siga nas minhas redes sociais:

  https://www.instagram.com/margareth.signorelli/

  https://www.facebook.com/conexaocoach/

  https://www.youtube.com/c/conexaocoach

- Participe dos meus cursos on-line:

  EFT para Relacionamentos:
  https://institutole.com.br/cursos/eft-para-relacionamentos/

  ÊXTASE TOTAL:
  https://5top.conexaocoach.com.br/extase-total/

  O CÓDIGO SECRETO DA CONQUISTA MASCULINA:
  https://5top.conexaocoach.com.br/o-codigo-secreto/

INSTITUTO LIBERAÇÃO EMOCIONAL