



Afirmações poderosas para transformar a tua vida

Cada afirmação é uma declaração poderosa ao Universo para que se manifeste na realidade. As afirmações poderosas e positivas são declarações que têm como finalidade o fortalecimento de um pensamento ou ideia na tua mente, sendo capaz de alavancar o desenvolvimento de uma forma transformadora de pensar, sentir e agir. A repetição de afirmações leva à crença potencializadora e quando a mesma já é uma convicção profunda, as coisas começam a acontecer.

Escolhe uma ou mais das afirmações abaixo (aquela ou aquelas que te fazem mais sentido e são congruentes com tua verdade), para assim repetires todos os dias. Verás a tua vida a se transformar para melhor, transmutando as tuas crenças limitantes em possibilitadoras!

Os horários mais recomendados para repetir suas afirmações é logo ao acordar ou antes de adormecer à noite. Nestes momentos o subconsciente está mais aberto a receber e aceitar suas afirmações. Todavia, poderás repeti-la (s) a qualquer hora ao longo do dia, sempre que quiseres e tiveres oportunidade. Lembra-te somente que ao recitares a frase poderosa junta-lhe sempre a emoção às palavras proferidas. E por fim, confie nas afirmações que recita, pois elas farão o seu trabalho na sua vida.

1. Sou profundamente grata por tudo o que tenho e sou.
2. Sou grata porque as dificuldades da minha vida são sempre resolvidas com otimismo, sabedoria e rapidez.
3. Atraio para a minha vida pessoas íntegras, honestas, que gostam de mim e que agregam muito valor à minha vida.
4. Eu contribuo muito para melhorar a vida das pessoas.
5. Eu faço a diferença positiva na vida das pessoas.
6. Eu escolho amar e aceitar cada característica física, emocional e mental do meu ser.
7. Eu amo-me.
8. Eu aceito-me como eu sou.

9. Sinto-me feliz e satisfeita porque o universo me aproxima de tudo o que preciso para evoluir e ser feliz.
10. Sinto-me sempre envolvida por uma aura de sabedoria, harmonia, gentileza, paz, amor, inspiração, motivação, entusiasmo, coragem, alegria, fé...
11. Eu sinto-me muito bem, porque eu posso aprender cada vez mais e ser hoje melhor do que fui ontem.
12. Aceito totalmente a felicidade, abundância e prosperidade que o universo tem a me oferecer.
13. Eu abro-me para a prosperidade.
14. Eu comprometo-me em pensar/acreditar/fazer tudo o que é necessário para a realização dos meus sonhos.
15. Eu comprometo-me em vigiar meus pensamentos e sentimentos para que estejam alinhados ao meu propósito.
16. Eu atraio abundância e prosperidade.
17. Eu aceito, confio, agradeço e espero. Tudo o que necessito chega até mim!
18. Eu atraio abundância e prosperidade como resultado do meu trabalho.
19. Eu pago todas as minhas contas, quito todas as minhas dívidas com o resultado do meu trabalho.
20. Eu atraio, diariamente, coisas, pessoas, dinheiro, necessários para o meu desenvolvimento pessoal.
21. Eu atraio abundância e prosperidade para realizar a missão da minha alma.
22. Eu estou pronta para o sucesso.
23. Tudo o que peço recebo.
24. As pessoas certas sempre chegam até mim.
25. Sinto-me melhor e melhor a cada dia.
26. Sinto-me em paz e serena.
27. Tudo o que eu faço, prospera.
28. Eu conquisto o melhor para a minha vida.
29. Sinto-me feliz e satisfeita com a minha crescente situação financeira.
30. Tenho a profissão que desejo, que me proporciona realização e contentamento.
31. A cada dia estou obtendo melhores resultados nos meus projetos.
32. Sou profundamente grata por tudo o que tenho e sou.
33. Eu realizo a missão da minha alma.
34. Sou grata pela minha saúde perfeita.

35. Tenho energia e entusiasmo para fazer o meu melhor.
36. Tenho a vida dos meus sonhos.
37. Minha família é unida e feliz.
38. Recebo carinho, amor e respeito de todos.
39. A cada dia eu aprendo mais sobre tudo o que preciso para evoluir e ser feliz.
40. Eu contribuo conscientemente para o bem de todos.
- 41. Eu acredito na minha capacidade de transformar a minha realidade.**
- 42. A cada dia vivo em maior abundância, pois aprendi a me conectar com o fluxo do universo.**
- 43. Entrego, confio, aceito e agradeço.**
- 44. Paz na alma, amor no coração, gratidão pela vida e fé na caminhada.**

Nota: Para que tua afirmação poderosa se realize, pronuncia-a com firmeza, confiança, certeza e emoção.

(Fonte: HAY, Louise *Afirmações Positivas a técnica de cura espiritual*. trad. Ana Rita Mendes. - 5ª ed. - Lisboa : Nascente, 2021.)

“Uma afirmação abre a porta; ela é o ponto de partida do caminho para a mudança. É como se dissesse ao subconsciente: “Estou assumindo a responsabilidade. Estou consciente de que posso fazer algo para mudar.”

(Louise Hay)