*SETTIMANA 3*

**ESERCIZIO: AFFERMAZIONI**

Come ti ho spiegato nella diretta, siamo nel principio di volontà creativa e, se nel passo precedente siamo passati da una logica reattiva ad una logica proattiva, qui stiamo solo ed esclusivamente lavorando con atteggiamento proattivo, e siamo nel processo normato dalla fisica quantistica, per la quale esiste un universo fatto di illimitate possibilità. La volontà creativa è ciò che deve essere applicato per creare nuove realtà. Come per la prima fase della creazione, “all’inizio era il Verbo” (io voglio creare e lo faccio attraverso il verbo, le frequenze), così posso cambiare la mia realtà utilizzando lo stesso sistema. Se affermo, lo faccio con convinzione reale a tutti i livelli, lo sento con tutta la mia anima e con tutto il mio cuore, mi sintonizzo con quelle frequenze del campo, inizio a risuonare con quella realtà.

Si creerà quella che viene definita *interferenza costruttiva* e, presto, assisterò ad un cambiamento a tutti i livelli, persino cellulare. Le nostre cellule sono molto sensibili alle informazioni che gli giungono attraverso le parole e le sensazioni, quindi è molto importante che alle affermazioni si aggiungano le giuste sensazioni e che vengano fatte con una certa intensità.

|  |
| --- |
| Costruisci una frase che rappresenti come vuoi sentirti e come vuoi essere (es. sono in perfetta salute, sono forte, sono appagato sentimentalmente, sono ricco, ecc.). Usa il presente e usa solo frasi affermative. Trasforma ciò che vuoi in ciò che sei!Ogni giorno utilizzando la base musicale fornita, ripeti le affermazioni e alla fine **RINGRAZIA** con tutto il tuo cuore. |
| *Inserisci qui l’affermazione:* |

**ESERCIZIO: COME SE**

L’esercizio del “come se” ti permette di visualizzare e considerare uno scenario oltre il problema, una situazione che, proattivamente, scegli di raggiungere e che, per il principio della sincronicità, tenderai ad attrarre a te.

Come per le affermazioni, crei una risonanza con quella frequenza del campo, ti senti in quel ruolo, sei quel ruolo, sei in quella situazione che per te è reale e ne senti le sensazioni.

Questa condizione di sentirti nel flusso di quella realtà, di essere ciò che hai scelto di essere, ti pone nelle frequenze, risonanze e connessioni giuste per esserlo. Sentirne le sensazioni, inoltre, ti permette anche di prendere visione che, passo dopo passo e giorno dopo giorno, ti avvicini sempre più a quella sensazione, dandoti una maggiore spinta a raggiungere l’obiettivo che ti prefiggi.

|  |
| --- |
| Vivi per un’ora al giorno come se fossi la persona che vuoi essere, come se la situazione o il problema che vivi non ci fosse, come se avessi raggiunto l’obiettivo prefissato. SCRIVI le sensazioni e le emozioni che provi. |
| *Descrivi come ti vedi, immaginando che il problema che affronti sia risolto, come se avessi raggiunto l’obiettivo.* | *Scrivi le sensazioni e le emozioni che provi.* |