

RECONQUISTE

ou

ESQUEÇA

Seu EX-AMOR!

Técnicas Infalíveis

Autor

Edson Santola

Sumário

Introdução.....	11
<u>ETAPA 1</u> Técnicas Infalíveis para Reconquistar um Amor Perdido.....	13
<u>ETAPA 2</u> Técnicas Infalíveis para Esquecer um Amor Perdido.....	29
<u>ETAPA 3</u> A Cura Total: Deletando Tudo!.....	60
Para Atrair Um Novo Amor.....	77

***“A todo aquele que chega
nesse triste e inesperado
momento na vida,
experimenta o amargo sabor
do abandono, do valor tardio,
e não sabe como agir e o que
fazer, para voltar a ser
FELIZ!”***

Introdução

Ele(a) se foi, terminamos e perdi meu chão!

O que eu faço agora? Quero ele(a) de volta!

Como devo agir para reconquistar meu Ex-
Amor?

Devo correr atrás e lutar? Implorar? Bajular?
Apelar?

Não vivo sem ele(a)... Pensando bem, acho
melhor ficar só...

Mas tem um problema: Ele(a) não sai da
minha cabeça!

Cada lugar, cada ação, cada palavra, cada
canção me faz lembrar...

Eu choro toda hora, ele(a) não sai da minha
cabeça, eu não sei o que fazer para esquecê-
lo(a)!

Não tenho saída, não sei mais o que fazer...

Meu caso não tem solução...

Há solução para as duas situações!

É para isso que este livro foi escrito!

Reconquistar ou Esquecer?

São duas ações distintas e quase impossíveis de se resolverem, mas com minhas experiências no ramo da Terapia Holística e psicologia, atuando diretamente nesses casos, encontrei as soluções!

Leia, pratique e confira o infalível resultado das **3 ETAPAS** orientadas neste livro e seja feliz!!

É impossível alguém ser feliz, estando preso a alguma das duas situações apresentadas!

Para você que está enfrentando algum desses problemas mencionados e busca uma orientação prática, objetiva e eficaz, é a você que eu dedico este livro!

Para você voltar a ser Feliz, seja na
RECONQUISTA, ou LIBERTAÇÃO!

ETAPA 1

TÉCNICAS INFALÍVEIS PARA RECONQUISTAR UM AMOR PERDIDO

Reflita e assegure-se de que você quer mesmo reconquistar o seu/sua Ex Amor e pelos motivos certos. Caso contrário, pense que é um jogo muito perigoso brincar com os sentimentos de alguém, então será melhor deixar as coisas como estão. Mesmo que ele(a) já esteja com outro(a), é muito provável que não seja um relacionamento sério, e ainda é possível tentar a reconquista, pois se o relacionamento durou bastante tempo, não se esquece facilmente de alguém que amou e viveu uma história de tão longo prazo, no mínimo é só mais uma tentativa da pessoa de te esquecer!

No entanto, acima de tudo, o seu ou sua ex somente voltará para você após a aplicação destas técnicas infalíveis, se ele ou ela ainda te AMAR! Pois ingrediente mais importante que há para qualquer método ou técnica em

um relacionamento amoroso e sentimental, é o AMOR!

Se quiser alguém por sua beleza, não é amor, é desejo!

Se quiser alguém por sua inteligência, não é amor, é admiração!

Se quiser alguém por sua riqueza, não é amor, é interesse!

Mas se quiser muito alguém, e não sabe o porquê disso: É AMOR!

1-Não tentar contatar seu amor perdido e convencer ele ou ela a voltar em desespero. Dê um tempo antes. No mínimo 30 dias, mas o ideal é deixar o/a ex te procurar!

2-Não dar presentes e fazer bajulações!

3-Não desabafar, pedir e seguir conselhos de amigos e familiares, principalmente se os amigos forem seus e do(a) ex! Você pode sentir a vontade de gritar suas frustrações e tudo que deu errado no seu relacionamento aos quatro ventos, mas não será sábio fazer isso. Assegure-se de controlar o ímpeto de desabafar com o mundo todo, pense duas vezes antes de fazer isso. Não fofoque e não use pessoas, dinheiro, filhos, sexo, família e amigos para segurar ou atrair seu/sua ex. Se te perguntarem sobre o relacionamento, mude de assunto sutilmente;

4-Jamais se humilhar e sacrificar seu autorrespeito! Não queira provocar o sentimento de pena no/a ex... Fazer drama não convence homem ou mulher algum(a). Pior: ele/a perde o respeito por você! Seja seguro(a) e deixe que ele(a) sinta medo de te perder. Seja paciente, pois no momento o melhor é

não pressiona-lo(a), pois a única coisa que você vai conseguir é assustá-lo(a).

5- Aproveite a solteirice para investir um pouco mais em você: Estude, faça cursos, viaje, trabalhe, faça programas em companhia de amigos, familiares. Priorize você mesmo para depois investir nele(a). É importante que você seja você mesmo e tente ser feliz, mesmo que não possa parecer tão fácil assim. Tente estar sempre bonito(a), e sempre que souber que vai estar com ele(a), capriche ainda mais no visual, para atraí-lo(a) de forma que ele(a) comece a notar o que está perdendo.

6- Deixe Ele(a) em Paz! Não vasculhe internet, facebook, ou em redes sociais, não faça investigações com familiares, amigos e conhecidos da pessoa, etc. Evite telefonar. E se ele(a) o fizer, atenda. Não banque o(a) difícil e nem revele que você estava desesperado(a) esperando a ligação dele(a). Haja com cautela;

7- Descubra as razões do fim, e evite cometer os mesmos erros no futuro relacionamento com o(a) ex, ou outro relacionamento se pintar!

Saber os motivos não só facilita uma possível volta como te ajudará em futuros relacionamentos... Assuma seus erros. Se vocês terminaram devido a desentendimentos constantes, analise tudo o que ocorreu e reconheça seus erros. Você não irá reconquistar o coração do(a) seu/sua amado(a) se não assumir para si mesmo e para ele(a) que seus erros contribuíram para o término da relação. Nessas horas, orgulho não leva a lugar algum;

8- Não tente colocar ciúmes! Apareça com alguém interessante do seu lado quando houver oportunidade de ver seu/sua ex em alguma festa de amigos, etc, sem no entanto afirmar ser namoro ou fazer coisas para provocar ciúmes, tipo beijar, etc. A dúvida causa muita insegurança do outro lado, e se te perguntarem, diga que é uma pessoa que conheceu, uma nova amizade, mas de um jeito duvidoso e suspeito...

9- Quando reencontrá-lo(a), procure agir de forma natural! Não deixe que as fortes emoções estraguem tudo. Procure conversar como bons amigos. Jamais insista em falar sobre o namoro. Você perceberá que está muito mais maduro(a) e confiante e com certeza, ele(a) também perceberá e homens/mulheres admiram muito mais os/as homens/mulheres donos/donas de si mesmos, independentes. Mesmo morrendo de vontade de correr para os braços dele(a), não demonstre. Não faça apelações, elogios, excesso de romantismo, a reaproximação deve ser de forma natural. Deixe que ele(a) perceba que já não é o centro de seu universo, mas que pode ser parte dele(a) de forma especial mas, junto com outras estrelas. Tente manter conversas curtas e não revelar muito sobre sua vida, afinal homens/mulheres

adoram mistério. Se você estiver em uma festa e seus amigos chegarem, volte para o meio deles e não fique com seu/sua ex, assim você deixa o pensamento de que ele(a) não é sua prioridade no momento. Lembre-se que é da natureza humana querer o que não pode ter, e todos nós gostamos de desafios. É uma maneira muito sutil de fazer-se de difícil. Não se esqueça de jogar alguns olhares de vez em quando, ele(a) irá enlouquecer!

Quando conversarem, mostre que sua vida não parou, mas não deixe parecer que ele(a) não fez a mínima falta; Seja o/a homem/mulher por quem o seu/sua ex se apaixonou, traga de volta a excitação e a atração entre você e o(a) seu/sua parceiro(a).

10- Não seja um inimigo! Não é porque vocês terminaram que não podem ser amigos, certo? Mostre o quanto você é legal, divertido(a) e companheiro(a), quando o/a ex falar

com você, dê-lhe atenção, não seja indiferente!

11-Avalie seus erros e mude de comportamento de verdade! Caso consiga um reenlace, não volte a dar as mesmas mancadas, pois aí será muito difícil uma nova reconciliação; Seja o/a homem/mulher por quem o seu/sua ex se apaixonou, traga de volta a excitação e a atração entre você e o seu/sua parceiro(a).

Abaixo, algumas possíveis razões do fim para analisar e mudar, de “A” a “Z”:

- A) *Aumento de voz e exaltação em frustrações entre os dois;*
- B) *Agressão física;*
- C) *Discussões constantes;*
- D) *Traições;*
- E) *Falta de respeito, ofensas e humilhações;*
- F) *Fugir sempre de conversas;*
- G) *Reações desproporcionais e radicais;*
- H) *Exigências e explorações descabidas (Abuso de benefícios);*

- I) *Rotina;*
- J) *Não ouvir a pessoa;*
- K) *Manipulações e controladorismo;*
- L) *Ciúmes com preocupações excessivas e “grude”;*
- M) *Comparações com ex;*
- N) *Reclamações e manias de “jogar coisas na cara”;*
- O) *Ser rude com familiares da pessoa;*
- P) *Falta de dar atenção, descaso com datas importantes;*
- Q) *Reclamação de desempenho sexual;*
- R) *Chamar a pessoa de gorda, colocar defeitos;*
- S) *Vícios, drogas, jogos, cigarro, bebida, etc;*
- T) *Causar ciúmes deliberadamente;*
- U) *Ignorar sentimentos e sonhos da pessoa;*
- V) *Não respeitar o espaço e coisas preferidas da pessoa;*
- W) *Arrogância, rispidez, insensibilidade;*
- X) *Explorações nos afazeres domésticos;*

- Y) *Falta de higiene, mau hálito, rouquidão, etc;*
- Z) *Distanciamento por viagens, trabalho, etc;*

“MUDANÇA! Quem está pronto para isso? A vida é um círculo cuja história se repete, mudando às vezes apenas os personagens ou não. Cabe a cada um decidir permanecer nessa mesma "roda" obtendo as mesmas alegrias e frustrações, ou trilhar um novo caminho...”

12- Se rolar uma recaída e vocês acabarem no motel, transe com todo o seu empenho e amor! Depois da transa, não queira conversar sobre vocês logo em seguida. Isso pode estragar tudo, a menos que a iniciativa seja dele(a).

13-Repita atitudes que você sabe que (o)a conquistou no início do namoro! Mas sem forçar a barra. Nada de entupir a mesa do escritório dela de flores ou ele de bajulações excessivas.

Desperte nele(a) as boas lembranças que há da relação de vocês e evite lamentar ou discutir sobre o que JÁ PASSOU!

14-Procure inovar sempre, não permitir que a rotina apague o brilho, a alegria, a emoção, a harmonia e o AMOR entre vocês! Mentalize e visualize sempre você bem com seu/sua amado(a). Lembre-se de fazer sua história de amor, uma VERDADEIRA HISTÓRIA DE AMOR! SEJA FELIZ!

A típica Crise dos Sete Anos

Uma pesquisa mostra que grande parte dos divórcios e separações ocorre em torno do sétimo ao oitavo ano de vida a dois. É nesse período que também que os parceiros reagem à “*crise dos sete anos*” e começam a buscar novos estímulos e experiências com parceiros fora do casamento e/ou união do casal. Esse fenômeno acontece mais na cultura moderna ou ocidental, e neste momento da história, quando a maioria dos relacionamentos se dá num ciclo de sete anos. Isso não significa que sejam necessários exatamente sete anos para sentirmos o impulso para um envolvimento com outra pessoa. Esse estímulo ocorre depois de três ou quatro anos de relacionamento e pode afetar até mesmo um casamento aparentemente estável. Daí em diante, serão necessários mais três ou quatro anos de insatisfação na união do casal

para que haja o divórcio ou rompimento da relação.

Quando você sabe que existe essa implacável **crise dos sete anos**, ambos podem preparar-se para ela, tendo então condição de optar conscientemente por superá-la e continuar com seu apaixonado e sempre crescente amor um pelo outro!

(-Extraído de Michael, *“Como Encontrar a Pessoa Certa para Amar”*, Ed. Pensamento)

Reflexão

"Todos têm seu ritmo. Respeitar e aceitar o ritmo alheio, é aceitar Deus em toda sua expressão! Mudar o ritmo de alguém, é como tentar moldar um vaso que já secou, podendo quebrá-lo, ou ainda pior, ferir-se!"

SABER VIVER É...

Não negue o amor, não omita sua demonstração quando tiver oportunidade...

Tenha modéstia e humildade em aceitar o que lhe compraz e expressar o que realmente sente...

Tenha tolerância e compreensão, cada um tem seu próprio ritmo...

Não tente igualar ou comparar o ritmo alheio com o teu, por maior que seja a semelhança, jamais será igual!

Não deixe que a indiferença e o rancor falem mais alto que o sublime e divino sentimento AMOR...

Não troque a vida por momentos de ilusão... Momentos passam e a vida continua...

Não permita que o orgulho e os conselhos de terceiros sejam seu

*mestre e guia, antes, ouça a voz do
SEU coração!*

*A felicidade somente será plena, se a
vida for guiada e direcionada apenas
pela voz da nossa alma, da nossa
essência, que se expressa e fala em
nosso interior... Sinta!... Ouça!...*

*Entenda!... Aceite!... Cumpra!... As leis
divinas do amor, que pulsam a cada
instante, lutando para dar sentido à
vida.*

*A guerra é para o guerreiro, assim
como a paz é para o pacificador!
Para que não haja guerra e conflito,
simplesmente não lute! Confie e
espere, uma força maior fará isso por
você, mas para que essa FORÇA
possa agir e lutar, é necessário que se
renda a ela: DEUS!*

*“UM VERDADEIRO GUERREIRO NUNCA
PERDE UMA BATALHA: QUANDO NÃO SE
VANGLORÍA COM A VITÓRIA, SE ORGULHA
PELA TENTATIVA, POIS JAMAIS
CARREGARÁ CONSIGO A TIMIDEZ DE NÃO
TER OUSADO, A COVARDIA DE NÃO TER
LUTADO E A INCERTEZA DO RESULTADO*

FINAL!

*COM A ESPADA DA SUA ALMA
GUERREIRA, CORTA AS CORRENTES QUE
O PRENDE E ABRE CAMINHOS PARA AS
NOVAS GLÓRIAS DE SUA EVOLUÇÃO E
FELICIDADE!"*

*"UM VERDADEIRO GUERREIRO É AQUELE
QUE SEMPRE SE LEVANTA E SE MANTÊM
DE PÉ, MESMO QUE SEJA PARA
LEVANTAR A BANDEIRA BRANCA!"*

ETAPA 2

TÉCNICAS INFALÍVEIS PARA ESQUECER UM AMOR PERDIDO

É muito comum em minhas consultas de Terapia Holística pessoas me procurar com o coração partido, ou seja, problemas na área sentimental. Ou desejam as famosas “amarrações”, métodos de reconquista, ou no último caso, por chegarem à conclusão de que o melhor para ambos os lados é o fim do relacionamento, fica um grande problema: Esquecer a pessoa amada! É a famosa "**zona de conforto**", sabem?? Achamos que amamos o parceiro, quando na verdade estamos acostumados com sua presença, só isso. É por esse motivo que casais que vivem infelizes aguentam a infelicidade e continuam juntos por tanto tempo.

Pelo medo de ficarem sozinhos, pelo medo do “novo”.

Antes de passar as recomendações e técnicas infalíveis sobre como lidar e superar esse problema (acredite, parece mágica mesmo!), é interessante que o leitor, e possivelmente vítima dessa desilusão amorosa, analise alguns “ês” e “porquês” desse dilema sentimental.

Estar apaixonado ou amando é uma
maravilha, não é mesmo?

Principalmente se o sentimento é correspondido, pois assim tudo fica bem e termina com uma música bonitinha, como naqueles filmes românticos que você assistia na

adolescência. Tudo vai bem até o momento em que o filme passa a ser “Ele(a) não está tão a fim de você”. Depois de um fim de namoro ou de uma desilusão amorosa antes mesmo de qualquer coisa começar, todo mundo parece ter uma receita infalível: é preciso esquecer!

Você sabe o que fazer nesses casos? Sabe esquecer? Será que tem como sofrer um pouco menos? A boa notícia é: tem sim! Então, se você está numa pior, sofrendo com seu coraçãozinho aos pedaços, antes de qualquer coisa,

sorria. Sua avó estava certa: para tudo na vida há um jeito!

A mágica do esquecimento

Você geralmente resolve tirar alguém do seu coração – ou da sua cabeça – quando seus sentimentos não são correspondidos, quando a pessoa termina com você ou quando, ainda que esteja ao seu lado, trata você não muito bem. É lógico que existem outros motivos, mas esses três são os mais comuns. Nesses casos, você pode se questionar se é possível ter algum tipo

de controle a respeito do sentimento que você quer esquecer.

Vício

Uma pesquisa em neurologia descobriu, recentemente, que qualquer um tem autonomia para escolher esquecer um amor. Uma das responsáveis pelo estudo, a antropóloga Helen Fisher, explicou que sua equipe analisou o comportamento cerebral de uma pessoa superapaixonada.

Eles descobriram que o amor intenso ativa uma área do cérebro chamada de **núcleo accumbens**, associada com recompensas e, conseqüentemente, com o prazer e até mesmo com o vício. Para se fazer uma comparação, é essa região do cérebro que é ativada quando alguém viciado em bebida sabe que irá beber em breve, por exemplo.

Levando em consideração esse fator viciante, Fisher recomenda que, se você quiser esquecer uma pessoa, deve tratá-la como o paciente que quer deixar um vício de lado e livrar-se de

tudo o que possa fazer com que você se lembre do(a) ex, além, é claro, evitar ligar e vasculhar cada passo dele(a) nas redes sociais. É a mesma lógica do alcoolista que, se quer parar de beber, deve tirar a garrafa de vinho de perto.

Controlando pensamentos

Essa é uma das coisas mais difíceis de fazer, mas não impossível. Quem falou a respeito disso foi o psicólogo da Universidade de Oklahoma, nos EUA, Robert Sternberg. De acordo com ele, se você não conseguir deixar de pensar

na pessoa, deve se lembrar sempre dos maiores defeitos dela.

Você também precisa levar em consideração que um relacionamento só dá certo se as duas partes estiverem devidamente conectadas e quiserem isso. Se a pessoa com a qual você estava não quer mais ficar ao seu lado, esse é um direito dela, e provavelmente é o melhor a ser feito, já que não seria justo se apenas você estivesse de cabeça na relação, certo?

Você pode encontrar outra pessoa, já pensou nisso? Há muita gente por aí e talvez aquela que estava ao seu lado antes não seja a melhor. Porém, é preciso ficar sempre atento para não acabar apenas usando alguém para preencher o posto de quem não está mais com você. Pode ser também que essa pessoa nova seja passageira e você vai precisar reconhecer isso.

E lembre-se, sempre, de se manter ocupado, seja estudando, trabalhando, indo à academia ou fazendo qualquer coisa que não permita que seu cérebro

fique ruminando os últimos acontecimentos. Isso ajuda bastante. Sempre tente alguma coisa nova, aleatória e criativa. Nada de ficar dando indiretazinhas em redes sociais – isso é feio.

Prevenção

O psiquiatra da Universidade de São Francisco, Thomas Lewis, afirma que o amor, assim como o álcool, faz parte de um processo que envolve intoxicação, fator que se confirmou em pesquisas de neuroimagem. Esses estudos

observaram que, quando a pessoa está apaixonada, algumas áreas cerebrais ficam suprimidas: as responsáveis por julgamentos críticos e por emoções negativas. Aquela história de que “o amor é cego” talvez faça sentido, então.

Lewis acredita que futuramente teremos antídotos neurobloqueadores disponíveis, em forma de comprimidos, com a finalidade de impedir que nos apaixonemos e também de interromper a paixão. Segundo ele, é possível pensar nisso, já que já existem

substâncias em fase de teste para inibir o desejo por álcool. Será que funcionaria?

A boa notícia para quem quer esquecer um amor é que todos os especialistas procurados afirmaram que dificilmente são questionados a respeito de como fazer isso. Pelo contrário: parece que muita gente quer saber como manter a paixão por mais tempo. E aí está à boa novidade para você, que acabou de voltar para a ala dos solteiros: a paixão dura pouco. Portanto, em breve, é

possível que você ache um absurdo ter sofrido tanto por causa daquela pessoa. O jeito é esperar um pouquinho e logo você estará livre desse sofrimento todo.

Uma das fases mais difíceis de qualquer relacionamento é identificar o momento de partir pra outra. Muitos homens e mulheres se perguntam por que ainda pensam no(a) ex, sendo que todas passam noites em claro lembrando da pessoa e no motivo do término do namoro. Lori Pinkerton, especialista em relacionamentos, disse que isso é normal e listou para o site *Yourtango* alguns motivos do por que, de isso acontecer e como dar a volta por cima.

Não acabou: quando não termina direito, uma das partes sempre

continua a pensar no parceiro que foi embora. Independentemente do gênero, aquele que foi abandonado sem um motivo fica mentalmente atormentado.

Culpa: outra razão pela qual se continua a pensar no(a) ex é a culpa. Embora não se tenha feito nada de ruim durante o namoro, a pessoa se culpa pela separação.

Arrependimento: sempre existe um "e se" e muitas vezes a lembrança do(a) ex se faz presente porque se pensa no como teria sido "se".

Você o(a) quer de volta: algumas vezes se pensa demais no(a) ex porque ainda há a esperança de retomar o namoro e há pessoas que mesmo sabendo que o relacionamento não daria em nada, ainda tinham a sensação de querer o parceiro de volta.

**É preciso imediatamente dar a volta
por cima:**

Aceitação: tem quem ache que pensar no(a) ex é ansiar pelo namoro que terminou. Então, o primeiro passo para seguir em frente é aceitar o que aconteceu. Deixar para trás seu/sua ex significa aceitar que não funcionavam juntos, sem desculpas e sem arrependimentos.

Encontre pessoas que ainda fazem

parte da sua vida: você ainda tem família e amigos, apesar de estar solteiro(a). É egoísmo continuar pensando em quem te deixou sendo

que há tanta gente ao redor que te ama e que espera sua atenção.

Concentre-se no seu crescimento: enquanto se pensa no(a) ex, se esquece de si. É sua responsabilidade cuidar da sua vida, da sua beleza, da sua carreira e, principalmente, da sua felicidade. Ao invés de ficar chorando, use a energia para cuidar mais de você, fazer um curso e crescer.

O maior erro que cometemos, é nos entregarmos e criarmos um sentimento enorme antes mesmo de estarmos com a outra pessoa, criamos expectativas, sonhamos acordados e alimentamos isso o máximo o possível, e no final temos a decepção. Tente entender que você só deve deixar a coisa fluir depois que já estiver com a pessoa e tiver a certeza que ela sente o mesmo por você, assim vai evitar que precise

esquecê-la, mas se já estiver assim, vamos a algumas dicas para amenizar e acelerar o processo para esquecer.

*"AS PORTAS DA FELICIDADE E DO FUTURO
SÓ ABREM QUANDO REALMENTE FECHAMOS
A PORTA DAS DESILUSÕES DO PASSADO!"*

AS DICAS INFALÍVEIS PARA ESQUECER

1- Desapegue das lembranças:

Tire tudo que venha a lembrar a pessoa ou o relacionamento, se tiver fotos, cartas, redes sociais, tipo facebook, músicas, lugares que faz lembrar, e tudo mais tente esconder ou jogar fora (lembre-se que jogar fora é uma medida que embora seja extrema é interessante para o psicológico, é o desapego).

2- Faça o que te fazia falta de

fazer: Tenho certeza que triste e meio deprimido como você pode estar vai querer passar horas e mais horas assistindo filmes tristes e romances enquanto chora, bem, esqueça isso

completamente e vá fazer uma viagem, leitura, passeios, baladas, caminhada no parque, ou ir a praia, tente ir a lugares que não te lembrem a pessoa e de preferência sejam animados, aproveite sua LIBERDADE!

3- Novos projetos: Realize seus projetos, antigos ou novos, reformas, mudança no visual, visite pessoas que há tempos não vê;

4- Pare de se Lamentar: Outro ponto importantíssimo, PARE de se lamentar. É isso mesmo, ficar se lamentando com amigos(as) só vai agravar o problema, muitos vão dar ideias que não vão ajudar(claro que se precisar desabafar as vezes é bom), não

precisa sentir pena de si próprio ou fazer com que as pessoas sintam isso por você, pense que você é alguém ótimo e procure conversar com pessoas alegres e contagiantes.

5- Invista em si próprio: Sim, dizem que quando estamos muito apaixonados abrimos o coração e a carteira e fechamos os olhos, com a maioria das pessoas isso é verdade, com a supervalorização da pessoa desejada você acaba investindo nela de várias formas dentre elas financeiramente. Mas agora você deve fazer o mesmo com si próprio, aproveite para comprar roupas novas, mudar o corte no cabelo, fazer uma massagem e coisas assim (claro que não precisa sair feito um(a)

louco(a) gastando com coisas para você, mas invista na sua imagem e no seu bem estar, vai estar ganhando se sentindo bem e aumentando o seu status para a sedução.

6- Corte o contato e não fique vasculhando a vida do(a) ex:

Não fique entrando em redes sociais para ver o que a pessoa esta fazendo ou fique mandando sms e telefonando, evite entrar em contato com amigos do casal, evitando assim fofocas e comentários desgastantes, evite falar sobre o fim da relação, etc, pois isso vai retomar a lembranças antigas e te fazer muito mal, tente estar disponível apenas para si próprio e para as pessoas que te fazem sentir

bem(entendeu né? não é para se isolar ou ignorar todo mundo).

7- Não se sinta culpado(a) por não ter dado certo: Muitas vezes dizemos que fracassamos ou falhamos, mas lembre-se que falhar é um termo da área de tecnologia para indicar que determinado programa ou máquina não cumpriu alguma tarefa como o esperado(failure), e você não é uma máquina para dizer que fracassou em algo, então não sinta-se culpado(a). Pense um pouco na lição que você aprendeu com a situação que passou, sem dúvidas vai ver que o aprendizado custou pouquíssimo e saberá o que fazer e não fazer da próxima vez, a

derrota ensina muito mais que a vitória.

8- Faça uma lista de todas as ofensas, mentiras, mancadas e decepções que essa pessoa fez você sofrer. Escreva tudo, com detalhes. Você, naturalmente, vai sentir muita raiva no processo, por isso vá devagar, mas seja sincero(a) consigo mesmo. Não seja indulgente, não tampe o sol com a peneira. Fulano mentiu?? Sim, mentiu e pronto. Não coloque atenuantes. Fulano te decepcionou, traiu sua confiança?? Encare isso de frente. Lembre-se: **Mentir pra si mesmo é sempre a PIOR mentira.** Obviamente alguém pode dizer aqui neste trecho: "Ah, mas só me lembro de coisas boas, fui tão feliz com Fulano..." Bem, se é assim, vai ficar difícil

esquecer, hein?? Se tudo era tão maravilhoso, como foi que acabou?? Mesmo que o outro tenha terminado, algo estava errado, não?? Faça também uma lista de todas as coisas que você PERDEU com seu relacionamento. Pode ser amigos, contato com sua família, bens materiais, sossego, paz de espírito, atividades que você fazia e não faz mais... E comprometa-se a ir recuperando tudo, pouco a pouco. Vá reconstruindo sua vida, voltando ao normal. Asseguro a você que é uma terapia e tanto. Se possível, tire todas as fotos do(a) seu/sua ex e objetos pessoais dele(a) da sua casa, guarde em uma caixa num lugar onde você não acesse sempre. Os objetos têm energia e o melhor é fazer uma "limpeza" completa. Não é questão de ser

cruel ou não tem consideração pelo(a) ex, mas sim de se proteger e se ajudar.

9- Atenção às dicas de PNL (Programação

NeuroLinguística): Compre um anel de qualquer valor, e faça uma promessa consigo mesmo, que após colocar este anel no dedo, não irá mais pensar (ou pelo menos alimentar pensamentos relacionados ao Ex Amor), não falar sobre, evitar lugares que lembram, não vasculhar e investigar a vida da pessoa por internet, amigos, etc, não ver fotos, não ouvir músicas, etc, tudo que faz lembrar no prazo de 1 a 7 meses! Para “enjoar” da pessoa, (*dica do orientador Zera*) grave o nome dela no celular umas dez vezes seguidas e configure essas repetições como

despertador. Com o tempo, você não suportará mais “ouvir” o nome dessa pessoa, já que não há pior hora do que ser despertado de um sono, e, além do mais, enquanto dormimos estamos em “ALPHA”, um relaxamento mental considerável, capaz de receber sugestões hipnóticas com mais facilidade;

10- Toda vez que sofrer “bombardeios” de lembranças de momentos com o Ex Amor, mentalize e visualize a cena e a pessoa com detalhes e conclua ela sempre positivamente, tipo, se houve brigas e ficaram culpas, concerte-as, manipulando o pensamento como vocês se reconciliando, se abraçando sem rancores, pedindo e concedendo desculpas e perdão se for

necessário, e encerre a mentalização com um carinhoso abraço e uma boa despedida, na promessa de um reencontro futuro, mais amigável. Após a visualização (se quiser chorar, fique á vontade) diga para si mesmo: **-“MINHA QUERIDA ALMA, TODO SENTIMENTO DE...**(mencione tudo que deseja se libertar: paixão, culpa, ira, mágoa, etc relacionado à pessoa) **QUE SINTO POR** (nome do Ex Amor) **JÁ PASSOU! NÃO EXISTE MAIS!”** (dica do Zera)

Faça isso sempre que for necessário, e perceba que cada vez que assim proceder, sentirá seu coração e sua mente mais livres, e conseqüentemente a seguir, virá sua FELICIDADE! Se a pessoa ligar e você desejar falar com ela, seja amigável e atenda, só não insista no que não convém mais falar. Estas técnicas NÃO FALHAM!

Lembre-se que o amor também não dura para sempre, por isso a necessidade de estar sempre inovando, no caso da RECONQUISTA! No caso do ESQUECIMENTO, nosso cérebro não retém a dor e os traumas por muito tempo, em nossa mente existe uma espécie de mecanismo “antidor”, que com o passar do tempo, sem a “nutrição” do trauma ou da situação angustiante, tendem a sumir naturalmente! Note que quando buscamos recordações da infância, costumamos lembrar mais das coisas alegres, esquecendo que também passamos por momentos difíceis, mas tais momentos são DELETADOS de nossa memória, graças a esse sistema “antidor”!

Tenha paciência, resistência e perseverança, pois você atingirá inevitavelmente seu objetivo!

Receba depois, seu prêmio por cumprir
cada passo aqui indicado, para a sua
FELICIDADE e LIBERTAÇÃO!

Oração Para Esquecer Um Grande Amor

"Senhor, ouve a minha oração e escuta o pedido aflito de meu coração que sangra e sofre por perder o amor que o acalentava. Neste momento, Senhor, minha vida parece desaparecer como fumaça e meu corpo arde como a relva seca.

Perdi a fome, a sede e apenas gemo de dor e sofrimento, como um pássaro solitário no galho mais alto de uma árvore seca. Só em ti, Senhor, posso encontrar consolo. Só em teu amor posso encontrar a misericórdia e o alívio para suportar a dor.

Que a minha luz não se apague, mas se vivifique em tua luz; que meu alento não esmoreça, mas se fortaleça em tua misericórdia; que meu desalento não me prostre à beira do caminho, mas

seja substituído pelo chamado da felicidade que colocarás à minha espera, no fim de um novo caminho. Porque apenas em ti está o consolo e a paz que todos esperamos. Amém."

ETAPA 3

A CURA TOTAL:

DELETANDO TUDO!

**Como curar a mágoa de um coração
afrito**

(traição, desilusão amorosa, etc)

"Fiquei sabendo que o namorado com quem estou há mais de dois anos estava saindo com outra pessoa. Perguntei ao meu namorado e ele negou tudo, só que a outra pessoa abriu o jogo. Terminei com ele, mas ele veio atrás de mim e resolvi dar outra chance, pois o amo muito e sei que ele também me ama. Mas já se passaram três meses e não consigo esquecer a traição. Jogo isso na cara dele toda hora e sinto medo de que volte a acontecer. Ele me disse que se arrependeu, mas não consigo mais confiar nele. O que devo fazer? Sofro muito com isso..."

RESPOSTA:

"Episódios como esse são dolorosos. A confiança perdida não vem de uma hora para

outra e, às vezes, pode demorar. A possibilidade de voltar a ocorrer sempre haverá, com essa ou com outra pessoa, pois se trata de seres humanos, sujeitos a falhas. Se você o ama e tem certeza de que ele também te ama, talvez esteja tentando exprimir sua raiva quando joga isso na cara dele. Cuidado! Paciência tem limite! Ninguém gosta de pagar eternamente por uma falta!”

[Alberto Godinho N. psicólogo]

Na arte do bem viver

O verbo é cooperar

É estar sempre presente

É saber o seu lugar

O outro fala generalizando...

-Eu não tenho nada com isso!

O outro se faz de vítima...

-Eu não tenho nada com isso!

O outro não gostou do que eu fiz...

-Eu não tenho nada com isso!

Eles me querem diferente...

-Eu não tenho nada com isso!

Eles discutem pela razão...

-Eu não tenho nada com isso!

Eles querem se matar...

-Eu não tenho nada com isso!

Guerra é guerra.

É para quem quer guerrear...

-Eu não tenho nada com isso!

Quando você olha o mundo sobre o prisma do bem maior ou menor, tudo não passa de sabermos conhecer o grau de adequação das coisas. O bem maior é aquele que atinge mais ampla e elegantemente as coisas, levando-se ao maior lucro, de uma forma individual e grupal. Assim, todos levam vantagem. Mas isto também é regulável, segundo o grau de evolução (e ritmo) das pessoas envolvidas. Assim, só o bem existe. É fatal. É real. Todos chegaremos a ficar estáveis nele. Pelo

caminho da inteligência ou da experiência. Manipule sua fé.

Creia só em pensamentos que lhe causem bem-estar! Repita muitas vezes interiormente, até se sentir bem:

-Eu só creio no que me causa bem-estar interior! O bem maior é minha realidade!

E o que eu faço com o ruim, o mal de mim? Talvez você pergunte. Nada! Absolutamente nada! O ruim é o seu bem menor e o bem menor é inadequado, o que não serve mais para você. Basta não crer nele. Aceitar que ele não é mais real para você. Agora! Queira só ser você! Ser você é ser o seu melhor. Agora! Repita:

-Eu posso ser EU!

Pena não é amor ou consideração. Pena é desprezo. É ser vítima do mundo. Ter pena é aceitar a pessoa como inferior. E tudo não passa de ilusão. Todos são poderosos em si mesmo. Pare de ter pena de si. Pare de bancar a vítima. Promova-se! Recusa-se a ser coitado!

Recuse-se a ver os outros como coitados. Não caia mais nos jogos de manipulação dos outros. Se puder, ame. Se não puder, fique na sua. Respeite os outros. Respeite-se!

Você é a pessoa mais importante da sua vida! Pode parecer difícil. Você pode ter medo da reação dos outros. Isto porque você dá o seu poder a eles. Resista. Fique com você. Não se abandone!

(Visualize a pessoa, situação e diga para ela):

-Deus, perdoe as minhas falhas!

-(fulano), te perdoe todas as suas falhas!

-Recebo agora, o pleno perdão de Deus e de (fulano)!

-Eu aceito (fulano) mesmo que eu não assuma como certo para mim seu comportamento. Este é seu ritmo, todos nós temos nosso próprio ritmo, diferente, e único. Aceitação e tolerância são as chaves para a harmonia do ritmo.

-Eu não tenho poder de saber o que é melhor para o outro. Eu não critico ninguém. Eu aceito!

Você também. Você não é o outro. Você não está dentro dele. Eu sei que você já sabe de tudo isso. Você até fala disso para os outros. Observar-se só é possível, quando estamos dispostos a nos aceitar incondicionalmente. Se algo é ruim, e você o aceita, acaba de dar a oportunidade de conviver com esse algo, de aprender com esse algo, e até saber como melhorá-lo. Não guerreie com nada. Combater é fortalecer o inimigo. É dar-lhe importância. É crer no mal. Pare de lutar. Aceite e estude. E transforma-se com amor. Lembre-se que se você investir na inteligência pacífica, a vida o tratará com carinho e sabedoria. Se você investir na agressão, a vida lhe ensinará pela dor.

Aceite. Não critique. Criticar é culpar Deus. Tudo é obra Dele. Tudo tem uma função Divina. Mesmo tudo que você sente como ruim para você. Tudo tem uma função nobre. Tudo é Deus!

-Então, eu aceito tudo! Eu me aceito como sou e me ajudo com carinho!

É muito comum a gente não ver em si o que odeia nos outros, pois nosso orgulho não

permite. Você cria dificuldades. Seja humilde. Torne-se simples. Veja-se. Somos o que somos. Recriminar-se não muda nada. Temer também não. Nós sacaneamos a nossa coragem, o nosso ânimo, a nossa motivação. Nossa vaidade quer nos fazer perecer aos outros, o que não somos. Recalcamos a coragem e criamos o medo. Se você insistir nisso, acaba doente.

Toda vez que eu agrido – eu me machuco nos outros!

Toda vez que eu tenho medo – eu me espanto ao me ver nos outros!

Toda vez que eu critico – eu me confesso nos outros!

Toda vez que eu amo – eu me encontro nos outros!

Pensamentos que causam dor e desconforto não são para você. Nunca creia no que os outros dizem se não lhe causar um bem-estar interior!

O que você acredita, torna-se real!

A ilusão é o ruim, o mal em que você acreditou. Você a segura e crê nela. Mas ela não lhe serve. Por quê?

A dor é um aviso de que algo está errado. A dor é uma defesa. Quando fazemos algo que nega nosso equilíbrio, nosso progresso e nosso grau de sabedoria, a dor aparece. Quaisquer pensamentos contrários são ilusões. Bobagens em que você acreditou. Uma gravação na memória. Automática e estúpida! É o seu poder de crer que as mantém funcionando. Não creia nelas. Ignore-as como insignificantes.

*-Eu não sou essas coisas, pois me causa dor!
Não existem essas coisas, pois me causa dor!*

Soltando as mágoas

De lugar:

-Feche os olhos;

-Pense no lugar em que está preso;

-Imagine-se saindo deste lugar, se soltando;

-Diga:- O que é de lá, que fique lá! O mundo não tem força sobre mim. Eu sou dono de mim e não me deixo influenciar por nada, nem por ambiente algum. Eu ajo da maneira que eu quero, e não só reajo!

De situação, fato:

-Feche os olhos;

-Pense no fato/situação e pessoas envolvidas;

-Diga: - Eu fui o que fui, e o que deu pra ser. Eu me absolve e me perdoo de qualquer complicação. As outras pessoas envolvidas nessa situação também fizeram o que acharam certo e por isso, eu as absolve e as perdoo. Aceito as transformações da vida sem me conflitar com elas. Procuo recebê-las com

inteligência, e não com teimosia, arrogância ou briga. Eu me desapego e deixo o passado simplesmente passar. Deixo as magoas pra trás para me sentir limpo(a) e leve, porque só existe o agora! Eu permito que tudo o que ouvi vá embora. Eu não dou valor ao que os outros falam. Cada um é livre para ter a sua opinião. Ninguém é obstáculo para mim, porque não dou valor para o que elas falam. O direito do outro é do outro. O que interessa para mim é o que eu penso. O que eu falo é o que é meu! Não é importante o que os outros falam e pensam de mim, por isso, deixo ir embora todas essas conexões. O importante é ter: paz... paz... paz...

"Não adianta guardar no coração as coisas ruins. Aprenda a se desprender delas e ganhe vida nova!"

[Luiz A. Gasparetto, Ana Maria 02/02/2007]

Para determinar em caso de fim de relacionamento

"Fui realizado(a) plenamente na minha vida sentimental e sexual enquanto durou, da maneira e possibilidade que dispunha o destino para mim com (fulano). Fiz tudo o que sempre quis fazer com uma pessoa que eu amava de verdade, e me considero uma pessoa realizada e satisfeita. Aceitei e fui aceito(a) em algumas diferenças. Vivi o melhor da relação e aprendi a amar de verdade. Vivi e descobri o paraíso que é um estado pleno de amor compartilhado com a melhor pessoa que conhecemos e amamos. Fui realizado(a) por completo, foi tudo muito bom e proveitoso enquanto durou! Hoje tenho experiência do que é amar e sofrer, mas agradeço essa fase da vida. O porvir é só complemento do melhor que já experimentei. Pode ser que seja até melhor do que já vivi. Liberto e me liberto. Liberto (fulano) de mim. Me liberto de (fulano), com paz no coração, pois se (fulano) ainda estivesse comigo, ficaria e estaria infeliz e eu, atormentado(a), lutando em vão para extrair algo que não existe mais, pois a satisfação comigo durou até onde haveria de

durar. Se não fui a pessoa certa, outra surgirá. Se (fulano) não é a pessoa certa para mim, outra surgirá e me fará feliz, pois sou a partir de agora livre! E tenho muita paz!”

Pegue uma foto da pessoa amada, olhe nos olhos dela e chame-a três vezes lentamente. Estando em estado de relaxamento, converse com ela, sem pressa, abra seu coração. Conceda-lhe e peça-lhe perdão seu tiver essa necessidade. Agradeça os momentos vividos, e tudo o que tiver de agradecer e depois de dizer tudo o que gostaria, encerre o “diálogo” com carinho e AMOR INCONDICIONAL! Tenha certeza, a pessoa sentiu e de alguma forma entendeu suas palavras e intenções, principalmente se elas foram irradiadas de Perdão e AMOR! Em breve a pessoa entrará em contato com você...

O Método de LIBERTAÇÃO e QUEBRA de PARADIGMAS

Após o cumprimento das ETAPAS **1** e **2**, você já se encontra em um estado de leveza e compreensão, com aptidão de aceitar e enfrentar o futuro de maneira mais suave, pois agora possui ferramentas para seguir em frente. Entretanto, possíveis "flashes" ainda poderão marcar presença, talvez em algum momento de fraqueza ou frustração comum do dia a dia, perturbando sua tão preciosa paz e harmonia... A ETAPA **3**, anula para sempre essa infeliz possibilidade!

A **ETAPA 1**, ou **ETAPA DO EGO**, é a etapa da AUTORREFLEXÃO, HARMONIZAÇÃO e CONCERTO, onde a pessoa reflete sobre as falhas da relação, cometidas por ela mesma e pelo(a) Ex Amor. Nessa etapa, ela descobre sua força, seus limites e nível de tolerância, onde é possível uma reconciliação, através de uma avaliação e reajuste no comportamento de ambos em um tipo de acordo, que exige reconhecimento, humildade e até atitudes inusitadas de mudança e submissão, daquele que mais deseja a reconquista.

A **ETAPA 2**, ou **ETAPA DO AUTOPERDÃO**, é a etapa da **COMPREENSÃO**, **ACEITAÇÃO** e **PACIÊNCIA**, em que a pessoa percebe que foi também grande responsável pelo rompimento, chegando à conclusão que não há muito que se fazer, a não ser aceitar a condição em que se encontra com paciência e equilíbrio. O procedimento mais importante dessa etapa, é o autoperdão, pois o sentimento de culpa persiste como um grande peso na consciência, por isso é imprescindível que a pessoa pare de se martirizar e absolver suas ações e limitações, que julga ser a única responsável pelo desenlace, o que não é verdade!

A **ETAPA 3**, ou **ETAPA DA LIBERTAÇÃO**, é a etapa em que a pessoa se depara com a cura total, restaurando e equilibrando por completo suas emoções. Nessa etapa, há um método que deleta completamente os efeitos perniciosos causados pela desilusão sofrida. É a ETAPA da CURA!

Para concluir com libertação total, ou seja, para que a "limpeza" seja definitiva, siga ainda o procedimento a seguir:

*Durante 90 dias, assim que acordar e antes de dormir, leia as **AFIRMAÇÕES DE LIBERTACÃO**;

*Sempre antes de começar a ler, faça ou pense em algo que te traga paz e felicidade, seja um pensamento de alguma situação alegre, cantar ou escutar uma música, etc;

*Pronunciar o NOME COMPLETO do EX AMOR nas lacunas vazias, ou se julgar melhor, as iniciais do nome e sobrenome da pessoa. Exemplo: João quer se libertar de “**Maria Alice**”, então ele pode pronunciar as siglas “**MA**”, quando chegar na parte do texto em que se deve citar o nome do EX AMOR;

*Cada mensagem deve ser sussurrada lentamente, sentindo e meditando em cada palavra;

AFIRMAÇÕES DE LIBERTAÇÃO

“SOU FELIZ E AGRADEÇO, POR AMAR E ACEITAR À TODOS SEM PRECONCEITO! EU AMO E ACEITO À TODOS COMO SÃO, POIS EU SOU AMOR!”

“SOU FELIZ E AGRADEÇO, POR DESVIAR MEUS OLHOS E SIMBÓLICAMENTE ARRANCÁ-LOS COMPLETAMENTE DA VIDA E DO MUNDO DE **Nome completo ou iniciais do(a) Ex Amor.** AS COISAS E AÇÕES DE **Nome completo ou iniciais do(a) Ex Amor** NÃO ME ATINGEM MAIS, POIS EU SOU E ESTOU EM PAZ!”

“SOU FELIZ E AGRADEÇO POR NÃO DESEJAR O MUNDO E AS COISAS DE **Nome completo ou iniciais do(a) Ex Amor.** SOU FELIZ E ABENÇOADO(A)! EU SOU LIVRE E LIBERTO(A) DO JULGO DAS ILUSÕES DO MUNDO E DE **Nome completo ou iniciais do(a) Ex Amor!**”

“SOU FELIZ E AGRADEÇO POR AMAR E COMPREENDER A TODOS COMO A MIM MESMO, E NÃO DESEJAR MAL À **Nome**

completo ou iniciais do(a) Ex Amor E À NINGUÉM, PARA NENHUM MAL VOLTAR CONTRA MIM. EU SÓ DESEJO O BEM, E SÓ O BEM VOLTA PARA MIM! EU SOU LUZ E SOU PERDÃO. E PERDOO **Nome completo ou iniciais do(a) Ex Amor** POR TODO MAL QUE FEZ CONTRA MIM!”

“SOU FELIZ E AGRADEÇO POR SER PACIFICADOR(A) E SÓ FALAR E FAZER O BEM! SOU PACIFICADOR, E DA MINHA BOCA, SÓ SAI PALAVRAS DE BENÇÃO, AMOR E PAZ!”

___ *** ___

Ao final dos 90 dias, a libertação será COMPLETA!

Para Atrair Um Novo Amor

Lei da Atração: Afirmações para Atrair um Relacionamento Afetivo ideal

Através de suas emoções você têm condições de identificar se a vibração que está emitindo para cada desejo é boa ou ruim. Pode reprogramar sua vibração, bastando mudar as palavras e o pensamento que está formulando. No ato da formulação de seus desejos é necessário haver emoção e prestar muita atenção se essas emoções são favoráveis ao seu desejo; se não, é preciso verificar se há crenças ou bloqueios que impeçam de atrair o que deseja. Sendo assim, mesmo atraindo, poderá perdê-lo muito em breve, porque seus campos magnéticos estão impregnados de energias desfavoráveis à situação do momento.

Vamos às afirmações para atrair um parceiro(a) ideal e limpar o campo magnético de crenças e bloqueios.

“Adoro a sensação de saber que meu relacionamento ideal é com uma pessoa flexível, equilibrada, carinhosa e amorosa.”

“Adoro a sensação de saber que o/a meu/minha companheiro(a) ideal é sensível, me respeita e se preocupa comigo e com tudo o que envolve minha vida.”

“Adoro saber que meu/minha companheiro(a) ideal gosta de participar das mesmas atividades que eu; estamos sempre praticando o que gostamos: viajamos, dançamos, curtimos estarmos sempre juntos.”

“Decidi que quero ter uma pessoa ao meu lado para sermos felizes. Que seja uma pessoa paciente, cuidadosa, gentil, que se preocupa comigo e que

seja uma pessoa cúmplice e acessível. Adoro que ele(a) participe da minha vida de forma prazerosa e participativa.”

“Fico muito entusiasmado(a) só de pensar nessa pessoa, agora ao meu lado, e que juntos podemos viver os momentos felizes e abundantes da vida, admirando um ao outro e que tudo à nossa volta seja favorável ao nosso amor e bem estar.”

“A lei da atração está se expandindo a cada dia à minha volta. A cada dia que passa sinto que essa energia maravilhosa está mais presente em mim e eu nela; somos unas com o universo e tudo o que precisa acontecer para que meus desejos se realizem, ela me mostrará com clareza e estarei sempre de coração aberto para receber, tudo... tudo o que desejo.”

Um abraço carinhoso e desejo, de coração, que todos vocês encontrem

em seus caminhos o máximo de sucesso e luz e o mínimo de pedras e espinhos, embora tudo faça parte do aprendizado... Mas que este seja da melhor maneira possível. Chega de tanto sofrimento e sacrifício para ser feliz. Se optar pelo caminho das flores você o terá!

Trechos retirados do livro "A Lei da Atração", de Michael J. Losier.

Segundo a "Lei da Atração" devemos delegar à nossa própria forma de pensar e de se relacionar com o mundo o efeito poderoso de atrair os acontecimentos.

Oração Para Atrair a Alma Gêmea

*Oh!Deus,
Sei que existe neste mundo uma pessoa que Vós estais reservando para mim, e que é a outra metade da minha alma. Eu não sei onde essa pessoa se encontra neste momento, mas, onde quer que ela se encontre, a força magnética do Amor fará com que nos aproximemos infalivelmente. Então se dará uma união harmoniosa e abençoada por todos. Eu Vos agradeço, Deus, por haverdes criado a outra metade da minha alma e por estardes providenciando para nos conduzir para um casamento feliz. Eu sou um(a) filho(a) de Deus puro(a), divino(a) e perfeito(a), porque fui criado(a) à sua imagem e semelhança. Estou em busca da minha alma gêmea e sei, que nenhuma outra pessoa tem exatamente as mesmas qualidades que possuo, apesar de todos termos um denominador comum, Deus, essa Chama Divina dentro de cada um de nós. Neste mesmo instante há uma pessoa que anela internamente ser*

minha companheira de toda a vida, e que saberá apreciar o que sou e o que desejo expressar. A lei do Bem Absoluto está atraindo para mim essa pessoa. O Espírito de Deus é a suprema atração do Universo. Eu sou parte integrante desse Espírito em manifestação e a Essência dessa suprema atração. Em meu desejo de ter uma(um) companheira(o) não existe egoísmo algum de minha parte, já que em minha consciência existe somente o amor de Deus, que não conhece egoísmo. Ajudai-me, Pai, a compreender que da mesma maneira que estou anelando ter a meu lado essa(e) companheira(o) também ela(e) está ansiando por sua(seu) companheiro(a) perfeito(a). Preparo-me para a chegada de meu(minha) companheira(o) porque minha palavra põe em movimento a lei imutável do amor divino. Ajudai-me, eu vos peço, a deixar de lado qualquer sentimento de solidão que chegue a mim, e a olhar, com fé e esperança, que vós fareis chegar a mim as amizades perfeitas no momento propício. Fazei-me ter sempre

presente que, para conseguir amigos, antes de mais nada tenho que ser um(a) amigo(a), e que para que me amem, antes tenho eu que amar. Deste instante em diante vos prometo fazer a minha parte. Abro minha mente e meu coração, e me preparo para receber com os braços abertos a chegada de meu(minha) companheira(o), se essa for a vossa vontade. Eu vos agradeço, amado Pai, pelas muitas evidências e manifestações de vosso infalível amor e companheirismo, que sempre me consolam e sustentam, e me fazem compreender que nunca estou só. Que assim seja! Amém!

*“Somos condenados a ser livres...
...e felizes!”*



