



# Sumário

Agradecimentos.....

Prefácio .....

Capítulo ..... Determinação

Capítulo 2 ..... Gratidão

Capítulo 3..... procrastinação

Capítulo 4..... Auto sabotagem

Capítulo 5..... Quando eu determino acontece

Capítulo 6..... Tudo que lhe disser será feito

Capítulo 7..... você sabe responder as  
perguntas

Capítulo 8..... Agregando amizade que soma

Capítulo 9..... Energia do dinheiro Capítulo

10..... Sentir prospero Capítulo

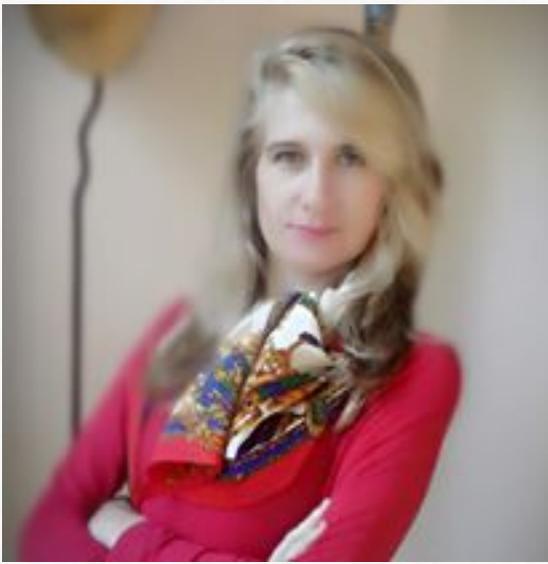
11..... vamos montar seu quadro de visualização

Capítulo.12..... quanto tempo para concretizar  
seu sonho

Capítulo 13..... Determinar marcar o tempo

Capítulo 14 ..... negativo e positivo em você

Capítulo 15 ..... energização



Livro digital;Pensando Bem

Autor :Paula Gusmão

## Agradecimentos

Não vou falar do livro já que ele fala por si só. Mas espero que fale bem .

o nome já diz Pensando bem, eu Paula Gusmão quero agradecer primeiramente a pessoa mais que especial dê da minha existência terrena Deus , quero agradecer também a minha família. Quero agradecer a sabedoria divina a minha intuição que me fez ter vontade de ter um livro digital .

Hoje escrevendo esses agradecimento devo muito ao meu pai Augusto Cesar em sua memoria também dedico e agradeço a Deus por ter dado um pouco de sabedoria de conduzir minha vida trazendo na minha vida muita luz e também iluminando a vida de muitos que me seguem .

Em memoria a minha amada mãe Maria de Jesus Gusmão onde quando escrevia este livro meus pais minha inspiração.

## Prefácio

Creio que a maior realização deste livro é conseguir levar ao ser humano conhecer a si mesmo, e amando sua criação.

Este livro eu dedico a você que vai abrir e viajar em cada texto em cada vírgula e despertará em você, o poder existe dentro de você.

Gostaria de pedir aqueles que já possuem algum conhecimento para deixarem de lado o que sabem, sem parcialidade o que venho mostrar neste livro. Posso Garantir, com certeza, que trarei algo novo bom para todos nós.

O segredo de terem tantas vitórias a partir somente de despertar o meu interior.

Na verdade é precioso olhar a fé com outros olhos e começar enxergar a fé de dentro de você. Faz necessário deixar de orar? Não mas utilizar oração

Porque está escrito na Bíblia assim:

"Porque aquele que pede recebe; e quem busca encontra; e ao que bate, se abre."

Vamos aprender o que realmente significa crer  
,receber ,abrir portas através da nossa ora+ção  
Acreditar em Deus se faz ser um ser semelhante a ele .  
\_ como assim Paula ?

Quando você acredita em você , e sabe que você  
possues uma força interior divina e forte ,entende que  
tudo você pode naquele que te fortalece .

As pessoas não precisa ouvir sermão e sim ensinar o  
caminho a elas .Até porque maioria não faz ideia da  
força que existe nelas,por isso se sente a menos em  
uma situação em uma ocasião ate mesmo em um  
problema .

Creio que já ouviu essa frase:

Não diga a Deus que você tem um problema, diga ao  
problema que você tem um grande Deus .

É ai que entra o segredo da sua determinação .

# CAPÍTULO 1

## Determinação

Todo o projeto tem começo o andamento e o planejamento e conhecimento.

Primordial é a sabedoria quem vem do saber e aprender ,e planejar e determinar algo que deseja se muito alcançar.

Tudo começou quando eu não aguentava mais a vida que levava de mesmice que era do serviço pra casa ,da casa pro serviço .

Um dia pedi a Deus que me ensina- se e me desse sabedoria de poder empreender e ajudar as pessoas também empreender .

Onde comecei fazer cursos gratuitos e me encher de aprendizado e conteúdo ,e comecei a questionar Deus por algumas frases bíblicas como;

"Senhor e meu pastor nada me faltara "

É ai começou as minhas respostas chegarem

Onde percebi que ele é, sim meu pastor e nada podia me falta , que a oração tem um ação dentro dela que além de eu orar eu tenho que agir me esforçar .

É quando eu lembrei de uma citação bíblica que o próprio Jesus diz :

Esforça -te tenha bom animo que o senhor teu Deus e contigo .

De repente começa a cair as vendas dos meu olhos ,onde eu orava e esperava ,e não era assim que próprio Jesus ensinava ,e foi ai que vi que a oração tem que ter uma ação naquilo que meu coração deseja.

Onde eu entendi que senhor criador de todas as coisas foi lá e fez ,e se somos semelhante a ele devemos segui-los .

Lembrei de uma outra citação bíblica :

\_come deste pão beba desta água que longo e seu caminho .

Ou seja eis ai mais uma ação andar caminhar em frente persistir e o segredo .

E me deparando com essa situação lembro de um Deus poderoso, que em todo momento tem sido para seu povo um exemplo de superação em suas palavras aos seus filhos.

É aí que comecei a perceber que tudo fazia sentido desde a terra até a água que eu bebia .

\_ como assim Paula ?

Hoje a luz que você acende na sua casa, ela vem de uma hidrelétrica ,que gera água que gera, energia  
você foi gerado durante 9 meses dentro de uma água que é energia , se você participa de uma religião você passa pelo batismo que é energia .

Seu corpo ele e feita 95% de água você e energia pura ,entende agora o seu poder e sua energia . Foi quando minha visão se abriu , e percebi que tudo tava em minhas mãos e vi que eu tinha um poder imenso em mim.

Talvez você não faça ideia desta energia dentro de você, e um Deus que te conduz onde um ser maior foi deixado em ti o nome dele é Espirito Santo .

Ele mesmo afirmou não deixarei órfão mas deixarei um consolador ,mas pra ouvir esse consolador como uma bussola tem que sabe usar .

Tem que ficar em silencio contigo mesmo fazer perguntas para obter respostas

Comece prestando atenção no seu intuito no seu particular e receberas ideias sensacional .

## CAPÍTULO 2

### GRATIDÃO

Pois a quem tem, mais será dado, e terá em grande quantidade. Mas a quem não tem, até o que tem lhe será tirado” Quando apliquei o conceito da gratidão a este versículo, vivi isto!...quanto mais eu agradecia, mais coisas eu tinha para agradecer. A gratidão mudou a minha vida para melhor a cada dia e eu quero compartilhar tudo o que sei sobre ela com você! A gratidão melhorará seus relacionamentos, sua saúde, seus níveis de felicidades. Acelerará sua carreira, aumentará seu sucesso e seu dinheiro. A gratidão ajudará você alcançar tudo que quiser ser, ter ou fazer. Gratidão é um sentimento. Se praticar um pouco a pouco , sua vida mudará um pouco, se praticar muito todos os dias, sua vida mudará drasticamente.

Dia 1 - Enumere suas bênçãos! Esse exercício vai acompanhá-lo pelos #diasdegratidão, porque é um dos mais poderosos. Ao acordar você fará uma lista de 10 coisas pelo que é grato e descreverá o motivo porque é grato. "Sou verdadeiramente grato por -----(o quê?)----, porque -----(motivo) Quando acrescentamos o porque, trazemos mais intensidade ao sentimento da gratidão. Após terminar a lista, releia suas bênçãos e repita a palavra OBRIGADO três vezes para cada uma delas. No começo você poderá ter alguma dificuldade em encontrar dez situações, coisas ou pessoas. Para ajudar a encontrar suas dez bênçãos do dia, você poderá pensar em temas como saúde e corpo, trabalho e sucesso, finanças, relacionamentos, paixões, felicidade, amor, vida, natureza, bens materiais ou serviços... Quanto maior for sua gratidão, mais pleno irá se sentir e mais rápido sua vida irá mudar. [Ei, eu escrevo minhas bênçãos diariamente em um caderno próprio - adoro! - e conheço gente que as digita em um arquivo de texto, essa escolha depende de você!]

Dia 2 - Uma pedra para agradecer Para que a gratidão torne-se um hábito em sua vida, você terá que se esforçar diariamente e qualquer coisa que te faça lembrar dos exercícios é válido. No livro da Rhonda ela cita a história de um pai que usou uma pedra da gratidão para agradecer pela saúde do filho, embora o mesmo estivesse morrendo. E o menino se curou. Todas as vezes que o pai pegava a pedra, ele agradecia pela saúde do garoto. Nosso exercício de hoje: Encontre uma pedra, pode ser aquelas de jardim mesmo desde que caiba em sua mão. Coloque-a em um lugar visível em seu quarto e antes de se deitar, coloque-a nas mãos e concentre-se em todas as coisas boas que aconteceram no seu dia e pelas quais você se sente grato, depois escolha a melhor de todas. Então diga...obrigado, obrigado, obrigado. Repita esse exercício todas as noites. Enquanto estiver escolhendo a melhor bênção do dia, você terá pensado em várias coisas pelo que é grato e isso o ajudará a dormir e acordar com gratidão. Enumere suas bênçãos conforme o #dia1 Antes de dormir, pegue sua pedra e agradeça pela melhor bênção da sua vida

3 - Relacionamentos O exercício de hoje consiste em ser grato pelas pessoas como elas são. Se seus relacionamentos estão bem, o exercício os tornarão ainda melhores. Se seus relacionamentos estiverem um tanto “capengas”, esse exercício o ajudará a restaurá-los! Vamos lá! Escolha três dos seus relacionamentos mais íntimos para demonstrar gratidão. Pode ser pelo marido, filho, pai, sócio, amigo, irmão...escolha 3 que sejam importantes na sua vida e que você tenha uma foto deles. Olhe para a foto e pense no que você é mais grato naquela pessoa - quais são suas maiores qualidades? Pegue um papel e escreva cinco coisas pelas quais é mais grato a ela. Escreva assim...Obrigada.....(nome da pessoa)....., por .....(colocar o motivo).....Exemplo: Obrigada João por me fazer rir todos os dias. Obrigada Lucas pelos momentos felizes que tivemos juntos.

Após fazer isso com as 3 pessoas, coloque as fotografias em um lugar onde possa vê-las para que durante outros momentos do dia você possa olhá-las e agradecer. Enumere suas bênçãos conforme o #dia1 Antes de dormir, pegue sua pedra e agradeça pela melhor bênção da sua vida Pegue a foto de 3 pessoas importantes para você, escreva cinco coisa

4 - Saúde Tem bem mais precioso que a saúde? A saúde nos permite realizar coisas!! Ser grato pela sua saúde garante que você receba mais saúde. E quanto mais você é grato por ela, menos estresse e tensão você terá. Pessoas gratas pela saúde se curam mais rápido e tem expectativa de vida aumentada em sete anos. Sente-se em um lugar tranquilo e comece a agradecer pelos seus dedos dos pés, seus pés, suas pernas e assim sucessivamente. Pense em cada parte do seu corpo e como cada uma delas exerce uma função importante no todo. E ao passar por cada parte do corpo diga: Obrigado! Quando terminar, pegue um papel e escreva em letras grandes: "A DÁDIVA DA SAÚDE ME MANTÉM VIVO!"

QUEM QUER DINHEIRO? Essa frase popularizada por @abravanel silvio tem resposta unânime - Todos nós queremos!! Se está faltando din din na sua vida, entenda que sentimentos de preocupação, inveja, decepção e insegurança sobre ele, não lhe trarão mais dinheiro, pois esses sentimentos nascem pela falta de gratidão pelo dinheiro que você tem. É preciso afastar esses pensamentos negativos e se sentir grato pelo que tem para que sua situação financeira melhore magicamente. Sentir-se grato pelo dinheiro quando temos pouco é um desafio para qualquer um! Tudo isso aprendi e salvei todos os dizeres em uma bloco de nota e hoje compartilhando com vocês. Por isso que sempre digo quando eu aprendo eu ensino essa frase anda comigo :

Ensinar não é transferir conhecimento, mas \*criar as possibilidades\* para a sua produção ou a sua construção. Quem ensina aprende ao ensinar e quem aprende ensina ao aprender! Vamos vencer!

Vamos a primeira parte do exercício de hoje: Sente-se e reserve um momento para essa atividade. Lembre-se da sua infância, quando não tinha dinheiro nenhum e mesmo assim, o dinheiro estava presente porque alguém pagou pela sua comida, você tinha uma casa para morar, você foi à escola, talvez tenha feito viagens, tenha feito festas de aniversário, tinha roupas, ia ao dentista, ao médico, assistia TV, tinha brinquedos... A cada lembrança diga: Obrigado! Todas essas coisas custam dinheiro e você recebeu todas elas sem gastar um tostão. Seja grato por cada uma delas, pois quando conseguir sentir gratidão sincera pelo dinheiro que recebeu no passado, a quantidade do dinheiro do futuro aumentará. A segunda parte da atividade é pegar uma nota de dinheiro e colar uma etiqueta com a frase:

“OBRIGADO POR TODO O DINHEIRO QUE RECEBI AO LONGO DA VIDA!” Carregue essa nota com você e durante o dia todo, em momentos alternados, pegue a nota e agradeça. Após esse dia coloque essa nota em um lugar visível para que lembre-se de agradecer continuamente. ATENÇÃO: Quando perceber que irá reclamar da sua condição financeira, pergunte-se em voz alta: “Estou disposto a pagar o preço da reclamação?”

Lembre-se quando você reclama debita quando você agradece creditá.

Pense nisso !

## CAPITULO 3

### Procrastinação

Procrastinar, a “arte” de deixar para amanhã. Será que você se reconhece nesta história? Você acordou de manhã, cheio de energia, levantou da cama rapidamente porque tem um projeto importantíssimo para entregar. Você, então, aproveita para terminar de tomar seu café enquanto trabalha. Mas, por azar, qual a primeira coisa que acontece? Você, acidentalmente, derruba café na mesa. Impossível trabalhar em uma situação dessas. Logo, você começa a limpar a mesa e percebe que, na verdade, ela está cheia de poeira e até meio desorganizada. Mesas de trabalho organizadas ajudam e muito a aumentar a produtividade, então a coisa certa a fazer é limpar toda a mesa.

E, pensando bem, tudo você adia por exemplo você precisa ir na loja comprar um tênis, mas você diz para você mesmo amanhã eu vou , você fica adiando tarefas.

você decidi assistir vídeo no youtube e a ideia de ir comprar o tênis foi deixada para trás

Como esse último vídeo é realmente engraçado , você decide enviar para seu grupo de amigos no Whatsapp, o que resulta em algumas conversas rápidas, mas nada que prejudique seu planejamento para o resto do dia.

Resultado lá se foi seu dia seu tempo !

Lembrando que Deus deu para o rico e para o pobre as mesma 24 horas ,saiba aproveitar seu tempo com algo que agregue para tornar o tempo vantajoso.

Unica coisa que o rico não compra, e o pobre peça mais . Então saiba usar seu tempo para enriquecer seu dia sua vida seu projeto.

Lembre-se o tempo tem que ser seu aliado e não seu inimigo ,porque se perder o tempo não tem como recupera-lo .

Lembre -se faça do tempo seu aliado ,porque se você fazer seu inimigo e teu fim.,

vou te ajudar lidar com tempo de uma forma que aprendi .

vamos lá :

Pegue uma folha ou uma agenda e coloque o que precisa ser feito neste dia quais as tarefas precisa ser concluída no dia de hoje .

Numere elas e faça cada uma delas ate o final do dia ,lembrando coloque tarefa que você sabe da possibilidade que ira cumprir .

## CAPÍTULO 4

### AUTO SABOTAGEM

Aprenda a Exterminar Sabe aquela situação que insistentemente se repete em sua vida, mesmo após você ter jurado que jamais passaria por tudo aquilo novamente? Quando somos nós que contribuimos inconscientemente para que tudo aconteça de errado, dá-se o nome a isto de auto sabotagem ou auto boicote. E você? Se considera uma pessoa que nasceu para dar certo? Como você reage frente as dificuldades da sua vida? Espero que você não seja do tipo que reclama de tudo, que se acha injustiçado toda vez que algo dá errado. Pois dependendo do tipo de atitude que tens como “não fazer nada” é relativamente proporcional ao sofrimento. Quem muito reclama - muito sofre. Se você compreende que tudo o que acontece é provocado por você, então a única coisa a fazer é mudar.

A pessoa sabe quando se auto sabota? A resposta é: na maioria das vezes “não”. Auto sabotagem provoca prejuízo, mas nem sempre a pessoa se dá conta do que está fazendo contra ela mesma, geralmente culpa o destino por tudo que acontece.

Como acontece o auto boicote? Uma pessoa pode desenvolver no decorrer da vida comportamentos repetitivos prejudiciais e passar a responder não de forma circunstancial, mas de um jeito automatizado. Às vezes, esse aprendizado pode vir da fase infantil, quando a criança é controlada pelo adulto, vindo a fortalecer a inadequação por experiências então adquiridas no decorrer da vida. O auto sabotador cria um teor relacionado a circunstâncias passadas e negativas, que com o passar do tempo a mente impede que ele tome certas atitudes, mesmo sem razões lógicas aparentes.

Ou também, pode ser que tenha acontecido algo na vida desta pessoa que remeteu a um sentimento de pouco valor. Quando o mínimo é aceito como “bom” a pessoa passa então a suportar tudo, mantendo esta repetição sem se atentar, pois já está acostumada com isso. Pode ocorrer de sentimentos como raiva, tristeza, frustração, ressentimento, culpa etc., contribuir fatalmente para a auto sabotagem.

Talvez de forma que não perceba, alguém pode agir por meio de auto sabotagens por temer arriscar-se e correr algum perigo. Porém, ao se prender a um problema a situação poderá sempre fazer parte da vida. Crenças negativas também podem tomar o controle e limitar a liberdade para escolher bem, pois controlam nosso comportamento. Por exemplo, se um jovem acredita que não passar no vestibular é algo ruim, poderá a partir disso fazer de tudo para evitá-lo, como: não se decidindo em escolher uma área, repetindo o ensino médio várias vezes, e assim por diante.

Às vezes a pessoa repete o comportamento que já conhece para ficar bem, mesmo sendo algo negativo. De forma errada aprendeu que era a atitude certa a ser tomada, e neste caso, a desculpa é a resposta pronta para evitar a mudança. O resultado do auto boicote é negativo, podendo trazer sentimento de tristeza e desesperança.

O auto sabotador tem que enfrentar a si mesmo. É no enfrentamento dos obstáculos que nos tornamos fortes. É nos obstáculos que encontramos em nós a verdadeira força interior, algo que não ocorreria se tudo estivesse bem. Ou você acha que para ser um vencedor é preciso ser famoso e rico?

Uma pessoa traída diz que jamais vai passar por isto novamente. Após um tempo se envolve num relacionamento igual ao anterior. - Um profissional trabalha numa empresa e é humilhado pelo gestor ou enganado pelos colegas. Promete que tudo será diferente em outro lugar. Posteriormente muda de local e a mesma história se repete no novo emprego. .

## CAPÍTULO 5

### QUANDO EU DETERMINO ALGO ACONTECE

Talvez você não tem ideia o que acontece quando você determina algo na sua vida .

É nesta hora que o milagre começa a se movimentar entra uma ação da tua parte positivamente e Deus te auxilia .

Porque toda benção ela já existe todo dinheiro que você precisa ele já existe só precisa uma maneira de encaminhar isso pra ti.

Mas como faço isso?

Simple primeiro você precisa acreditar em você ,segundo colocar em pratica todo projeto terceiro persistir, vou deixar um texto a qual li e o autor e desconhecido mais perfeito pra entender que você pode tudo .Dês do fracasso sucesso e com você que ta o livro arbítrio

"Pobre de ti se pensas ser vencido! Tua derrota é caso decidido. Queres vencer, mas como em ti não crês, Tua descrença esmaga-te de vez. Se imaginas perder, perdido estás Quem não confia em si, marcha para trás; A força que te impele para a frente É a decisão firmada em tua mente. Pense grande e os teus feitos crescerão Pense pequeno e irás depressa ao chão. O querer é o poder onipotente, É a decisão firmada em tua mente. Fraco é aquele que fraco se imagina, Olha ao alto o que ao alto se destina, A confiança em si mesmo é a trajetória Que leva aos altos picos da vitória. Nem sempre o que mais corre a meta alcança, Nem mais longe o mais forte o disco lança. Mas o que, certo em si, vai firme em frente, Com a decisão firmada em sua mente."

## CAPÍTULO 6

Tudo que Ihe disser Ihe será feito

Marcos 11,23

Seja criador do seu sucesso , não culpe mais Deus pelo seu sofrimento você e 100% responsável por aquilo que terá ou não .

Vamos entrar no Talento, Deus deu talentos pra todos nós ,mas infelizmente muito não aperfeiçoa-o talento e acaba enterrando .

Até onde vão seus sonhos e desejos ?

Se ate lá você tiver certeza ,do que quer ,vai granjeando o talento.

O que determina ,crendo que será feito ,é o que terá  
Em João esta escrito 14,13a: tudo quando pedir o farei .  
Tudo tem seu preço ate o de graças tem seu preço  
.Lembre se você tem que agir lembra no inicio da leitura deste livro ora+ação

Quando se busca essa força interior , as coisas e valores vão tomando conta do seu dia e as coisas vão surgindo .

Pare de reclamar dizendo que nada dá certo em sua vida , não esqueça que tu e semelhança de DEUS e você e um profeta então cuidado com que diz são profecias feitas de você para você mesmo, ou seja nada dará certo pra você , você profetizou isso na sua vida .

Chegou a hora da mudança !

Vamos mudar os dizeres e também as palavras , comece contando uma história pra você mesmo de você.

Como assim Paula ? Vou escrever um pedaço de um texto que li de um livro :

" Comece a contar uma história de melhor sentimento sobre as coisas que são importantes para você. Não escreva a sua história como um documentário factual, pesando todos os prós e os contras de sua experiência, mas sim contando da história edificante, mágica, fantástica do milagre de sua própria vida e veja o que acontece. Vai parecer mágica quando sua vida começar a se transformar diante de seus olhos, mas não é pela mágica. É pelo poder das Leis do Universo e seu alinhamento deliberado com estas Leis. "

(Abraham Hicks)

Você começa a dar formado no seu desejo quando começa contar como foce real ,e como abrir uma porta pra algo entrar .

como você já aprendeu que a oração tem uma ação dentro dela tudo esta a teu dispor a teu poder .

Próprio Deus disse :

Eis que vos fara obra maiores do que está.

Entende a onde esta o poder em você,quando começa contar uma historia de você mesmo você esta de certa forma profetizando .

Saia da sua zona de conforto. A vida pode ser bem mais interessante do que você imagina! Torne-se receptivo ao conhecimento, entenda que aprender é um processo que exige mudanças de posturas, atitudes e constância de propósitos. Se você realmente deseja ter uma mudança significativa em sua vida, comece mudando a sua forma de pensar e agir. Traçar metas e partir para ação, são passos fundamentais para o seu desenvolvimento pessoal e espiritual. Projeto Permita-se!!!!



## CAPÍTULO 7

VOCÊ SABE RESPONDER A ESSAS PERGUNTAS Por que um homem é triste e outro FELIZ? Por que um é feliz e próspero e outro pobre e TRISTE? Por que um homem é tímido e inseguro e o outro cheio de seguro e confiança? Por que um mora na casa dos seus sonhos, no bairro que quer e escolhe e o outro não pode se dar ao luxo de escolher nem onde quer morar? Por que um é um tem sucesso em todos os seus feitos e o outro um não consegue nem sair do lugar? Por que um é reconhecido por todos como um grande homem que onde coloca a mão vira ouro e outro nasce, cresce e morre sem que seus feitos sejam reconhecidos? Por que um homem é um tem excelentes ideias está sempre criando e fazendo coisas novas crescendo em sua profissão e o outro até busca novas ideias mas nunca consegue criar nada a vida inteira e não cria valor algum?

Por que um homem se cura rapidamente de uma doença considerada incurável e o outro não? Por que tantas pessoas boas e religiosas sofrem? Por que tantas pessoas sem moral obtêm sucesso, prosperam, tem paz saúde e são felizes em todos os aspectos de suas vidas? Por que uma pessoa é feliz no casamento e a outra frustrada e infeliz? ONDE BUSCAR TODAS ESSAS RESPOSTAS VOCÊ SABE ???

Todas as respostas estão dentro de você.

Permita -se perguntar as resposta viram no seu intimo

Fale como você QUER, sempre e nunca como ESTÁ (se estiver passando por momentos negativos). ;)



Quem lamenta realmente seus males aumenta ,lembra do reclama debita ,do agradecer credita agradeça ate mesmo pelos momentos de sabores eles e nosso professor e vamos evoluindo com aprendizado

## CAPÍTULO 7

"Como provocar as mudanças?" A primeira coisa que você precisa ter em mente é que nenhuma energia nova chegará enquanto a velha estiver atuando de forma intensa. Isso porque energias diferentes se repelem. A grande dificuldade da mudança é o primeiro passo já que você está com padrão de comportamento negativo enraizado na sua energia. Se está com dificuldade em mudar, comece pelo poder da intenção, ou seja, mostre ao Universo através de pensamentos no que você quer ser transformar ou qual energia você quer modificar. Seja específico porque o Universo não vai adivinhar o que você está querendo. Como diz Lynne McTaggart :

"Afirmar a intenção por inteiro, incluindo o que você quer mudar, para quem, quando e onde." Assim, você estará desconstruindo a energia velha e construindo uma nova. Com esse movimento a sua energia vai se transformando e naturalmente tudo a sua volta também se modificará. Não perca mais tempo com ciclos antigos que precisam ser encerrados e mostre a Deus a sua intenção de mudar.

"Muitos não estão vivendo seus sonhos porque estão vivendo seus medos de andar com as próprias pernas"

## CAPÍTULO 8

Agregando amizade que soma

Já ouviu falar quem não soma some ,então olhe as tuas amizade ,da uma olhada em que você tem alimentado sua mente seus dias

Quando você esta alinhado com tudo positivo o negativo vai se afastando de você .

Todos que NÃO estão na sua frequência evolutiva espiritual vão se distanciar, à medida que você descobre cada vez mais, quem realmente é. E aqueles que estão na mesma frequência serão atraídos até você, e você até eles. Você descobrirá quão incrível é quando as pessoas certas aparecem nos momentos certos, da forma mais espontânea e divina.

Quando a luz chega não dá espaço para escuridão .  
Pense nisso!

## CAPÍTULO 9

### Energia do dinheiro

Certamente você quer ser VERDADEIRAMENTE feliz, certo? Sabia que os nomes "rico", "milionário", "segredo", não passam de palavras persuasivas? Sério, elas atraem as pessoas para os livros. Eles realmente tem um conteúdo magnífico para mudar a nossa vida, fazendo nós entendermos que o dinheiro não é bom, nem ruim... ele é apenas ENERGIA. Sim, o dinheiro é energia. Ele representa uma energia que nos liga aos objetos de nossos desejos adquiríveis. Ele não é uma coisa, e sim uma transação, uma transferência, uma troca. Ele existe apenas como intermediário para se conseguir outras coisas. Para alguns, ele simboliza trabalho, conquista de bens duráveis ou perecíveis, aquisição de propriedades.

Para outros, representa ouro ou prata acumulados nos cofres dos bancos. Uma definição final de dinheiro nunca foi alcançada pelo simples fato de que, em si mesmo, ele NADA significa. Quando visualizamos o dinheiro desse modo, começamos a mudar nossa atitude habitual em relação a ele. Não se pode, por exemplo, possuir uma energia ou tratá-la como um objeto de nossa propriedade. Pode-se cuidar da energia de modo apropriado, pode-se utilizá-la de forma útil e conveniente, mas não se pode agarrá-la.

Lembrando que tudo aqui é emprestado nesta terra ,que nada é nosso mas tudo é do Pai DEUS .

Dinheiro e conquistas de um trabalho bem sucedido de uma ação que se torna uma oração de agradecimentos.

como diz um Silvio Santos :

Depois de certa faixa, depois de garantir o conforto necessário, dinheiro é apenas troféu. Ter muito dinheiro é ter muitos troféus, que atestam que você foi bem-sucedido no que fez .

Um grande exemplo da nossa tv Brasileira e fazer de obstáculos oportunidade veja algumas frase do Silvio Santos ;

Se você tiver em mente que o líder vai ser sempre líder ai sim seu sucesso comercial estará garantido , pois o líder não nasceu líder ele não copiou o trabalho de alguém, ele se tornou líder espelhando-se em alguém e aprendeu com os erros de alguém , seu sucesso foi fruto de seu bom trabalho "

"Tudo e emprestado uma hora partimos e outro vira administrar "

Desapegar das coisa e essencial ser rico material e espiritual e querer que seu próximo também tenha acesso ao poderes que eles tem só não aprendeu acessar.

Neste livro falo tudo que aprendi tudo que li e tudo que hoje tenho gracias a Deus com muita ora(ção)

## CAPITULO 10

Se sentir prospero e agradecer o sentimento vem de emoções



Você e um ser que consegue trazer o passado pro presente em questão de segundo com tua mente

\_Como assim Paula?

Se eu pedir pra você lembrar de um episódio na sua vida que te trouxe muita alegria , mesmo que já passou você consegue trazer a tona novamente como tivesse vivendo de novo através da sua mente.

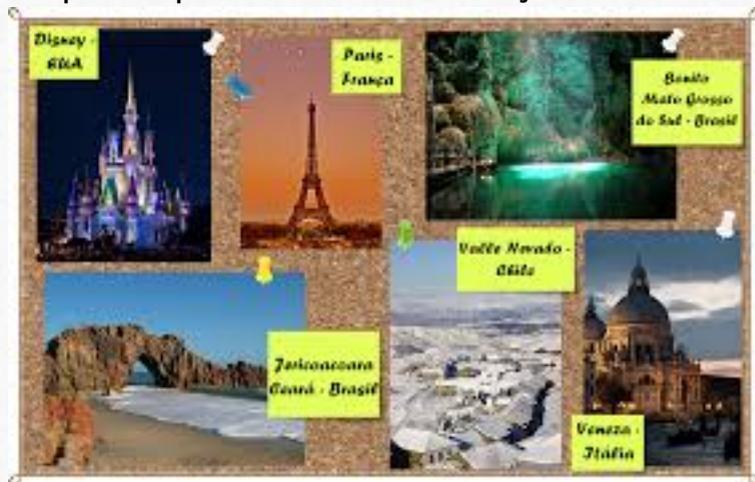
Isso significa que você pode trazer tudo em questão de segundo coisas boas e ruins

Como sentir uma emoção por algo que não se tem , simples traga uma emoção passada no presente e com essa emoção transfira pro seu proposito e desejo .

Você pode fazer quadros de visualização... repetir mantras... afirmações positivas: EU SOU rico, próspero, abundante... assistir filmes... ouvir palestras. Mas se NÃO SENTIR, não vibrar COMO SE já fosse JAMAIS terá seus desejos manifestados. Lei da atração é vibração e emoção . Prosperidade é sentimento. É preciso SER para TER

Entendeu ?

Traga sentimentos boas vibração para dar sentido no seu desejo no seu quadro de visualização.  
O que é quadro de visualização ?



Ter um Quadro de visualização é bom por vários motivos: ele te lembra dos seus objetivos, pode mostrar aquilo que você já conquistou, incentiva o otimismo e dá motivação. Acordar de manhã e olhar fotos de coisas boas que você tem ou terá na vida dá mais ânimo pra começar o dia acreditando ainda mais nos seus sonhos e encorajado a lutar para realizá-los! Você pode fazer o seu de várias maneiras. Se quiser deixá-lo exposto na parede, pode usar um painel com ímas ou um quadro de cortiça com alfinetes. Também dá pra juntar as fotos e fazer um plano de fundo para o computador ou colá-las em um caderno (mas lembre-se de olhar sempre!

). As fotos, a quantidade e como organizá-las você pode fazer do jeito que quiser, mas dou seis ideias legais de quadros temáticos que podem inspirar o seu: Quadro dos Sonhos: nele você coloca os seus maiores desejos, aqueles que você luta todos os dias para conseguir ou mesmo os que nem imagina como vai fazer para realizar.

Viagens que já fez: apesar de não mostrar seus objetivos, fazer um quadro com fotos de viagens que você já fez ajuda a lembrar o quanto vale a pena acordar todos os dias para trabalhar, economizar dinheiro e investir em experiências. E quem não fica animado e feliz ao ver fotos de momentos que valeram a pena viver?

Coisas que te fazem feliz: seu dia a dia deve ter pelo menos algumas coisas e atividades que te dão prazer. Represente-as em fotos no mural para lembrar-se que a vida é boa também nas pequenas coisas do cotidiano, e foto do que quer conquistar tudo e válido para lembrar você e te motivar nesta hora(ção)

## Capitulo 11

### Vamos montar seu quadro de visualização

Eu adoro!!!! Posso dizer que, com meu quadro da visão (ou visualização), Podem fazer porque funciona! E é super divertido!!! O material de que vai precisar: - 1 cartolina - revistas - tesoura - cola - canetinhas hidrocor (aquelas de criança mesmo) Para começar, pegue as revistas, procure imagens que representem seus desejos e recorte-as. Cole na cartolina da forma que desejar. Use as canetinhas para escrever frases ou palavras que vão fazer você se sentir bem. Coloque o quadro em um lugar que você possa ver todos os dias. Então, todas as vezes que passar pelo quadro, olhe para seus desejos e sinta como se você já tivesse o que pediu. Imagine-se vivendo seus desejos, viajando para onde sonha, dirigindo seu carro, morando na casa que deseja. E sinta isso, viva o momento. Sorria e sinta-se muito bem!!! Você verá que com o tempo, muitas portas se abrirão e as coisas começarão a acontecer. Acredite!

## CAPITULO 12

Quanto tempo demora para meu desejo se realizar?

Bom, a resposta para essa pergunta é você quem dá. Se você acha que vai ter o que deseja dentro de 1 mês, assim será. Se acredita que será em 1 mês ou daqui a 5 anos, amém. Tudo depende do que você acredita. A questão é que não é apenas pedir: "Eu quero ganhar R\$ 1.000.000,00 amanhã. O tempo que você determina para a realização de seu desejo tem que ser real para você. Tudo é possível, mas determine algo que seja real e possível para seu coração.

Quando você tem clareza do que quer isso se torna real

## CAPÍTULO 13

Como exatamente um sonho vira realidade? Vou para explicar como seu sonho se torna real. Entendendo isso, você sentirá muito mais segurança e saberá que é possível conseguir o que quiser. Vamos lá...

Primeiramente, você faz seu pedido (do jeito que você sabe que funciona). Você sente seu desejo lá no fundo da sua alma. Depois, você acredita com toda a força e fé de seu coração que é possível. Terceiro, você abre seu coração para sentir-se bem. Nesta etapa, você entra em um estágio chamado bem-estar. Você saberá que está nele, quando seu coração estiver leve, alegre, tranquilo, quando o dia estiver lindo. Procure manter-se assim todos os dias dedicando sua atenção a coisas das quais você gosta, assim, terá somente pensamentos que te agradam. Se algo ruim acontecer, procure resolver sem dar-lhe importância. Em quarto lugar, tome alguma atitude. Comece a colocar seu sonho em prática. Por exemplo, se seu desejo for o de ter uma determinada bolsa que você deseja muito, mas acha muito cara, vá até a loja, experimente-a, olhe-se no espelho com ela e imagine-se com ela em seu dia-a-dia, comece a juntar o dinheiro para comprá-la.

lembre -se da or(ação) tudo tem seu preço ,tudo contribuirá de uma forma rápida para acontecer. lembre- se esforce te que te ajudarei tudo tem um preço , tudo tem que ter um esforço nada vira de graça

·  
você só alcança a graça quando começa agir ai Deus agira ,esforce te que te ajudarei lembra desse dizeres sempre .

Tome atitudes para colocar seu desejo em sua realidade desde já. Não espere cair do céu. Vamos a outro exemplo um pouco mais ambicioso: Imagine que seu sonho é viajar pelos países da Europa. O que você pode fazer: vá até uma agência de turismo, pesquise preços, datas de saída e retorno, hotéis. Faça um planejamento de quais países deseja visitar, com quem você fará esta viagem, faça uma lista das roupas que levará na viagem, etc. Este 4º e último passo, é muito importante para que você coloque seu sonho na sua vida. Desta forma, mostrará para o Universo e para você mesmo que seu desejo é possível. Não preocupe com detalhes como:

"Onde vou conseguir o dinheiro para realizar meu sonho" ou "quando e como vai acontecer"? Tome atitudes para iniciar a realização de seu sonho e verá que Deus fará surgir tudo de que precisa para que ele aconteça em sua vida.

Porque houve uma ação então tudo vai conspirar ao te favor .

ai entra outra ´ parte bíblica todas as coisa cooperam para aquele que ama a DEUS .

Amar a Deus e acredita 100% no poder dele em você na ação dele em ti ,desta forma você esta agindo e sendo semelhança a ele .

Deus gosta dos corajoso e não dos covarde ele sempre disse esforça te tenha bom animo assim como fui Moisés assim serei contigo .

A CORAGEM vem de Deus e a ação vem de você ,então lembre se sempre de orar e agir ora+ação

## CAPITULO 13

### DETERMINAR E MARCAR O TEMPO

Quando você começa a gir e alinhado com Deus ,Deus envia anjos para te auxiliar .

determinar e marcar o tempo,fixar

definir,prescrever,ordenar ,estabelecer,decretar e agir.

Isso e tomar posse de tudo que já existe ,a benção que você deseja ela já existe só precisa criar um caminho para chegar ate você.

como faço isso ?

agindo orando e em ação o tempo todo vigia e orai quer dizer vigia e age .

Agora já e de seu conhecimento que e você que determina ,fixa os limites e diz o que terá ou não .por isso pare de orar chorando ore agradecendo .

Lembre -se de você ,esse tipo de oração pode aparecer espiritual, e possível que alguém ache lindo mais isso não tem nenhum valor .

Se insistir orar desse modo ,provavelmente seu sofrimento continuará.

Vamos agir de maneira certa como Deus pai ensinou .assuma sua posição e ai pode se alegrar na presença do altíssimo , ore para agradecer .

lembre se sempre ora(ação)

quando assim fizer deixara de ser vitima das circunstancia e sera o ator principal da sua historia assuma as rédia da sua vida com coragem e ação .

Neste livro trouxe a você muitas coisas que aprendi, muitas coisa que eu mudei na minha maneira de pensar hoje nada e impossível para aquele que crer.

'Bem aventurado aquele que não viu mais creu ou seja mesmo que você não vê tudo já existe mas crê que em ti chegara .

Tudo parece impossível até que seja feito " Nelson Mandela "

Para trazer qualquer coisa à sua vida, imagine que ela já está lá. (Richard Bach) - O que você espera que aconteça, acontece. (Aristóteles) - Fé é acreditar no que você não vê. A recompensa pela fé é ver o que você acredita. ( Agostinho) - Eles podem porque pensam que podem. (Virgílio) - Se você tiver confiança, sempre encontrará um meio de vencer. (Carl Lewis)  
Grandes nome acreditava no impossível mas já imaginava possível.

A mente é uma poderosa ferramenta de criação, análise e imaginação. O seu mundo externo nasce de como você tem usado essa ferramenta. Bem ou mal, foi você quem criou seu mundo. Reprograme sua mente, use-a de uma forma que ela colabore com seus objetivos e desejo

Não se preocupe quem tinha que ser e não foi. Quem deveria te amar mas não te amou, te menosprezo quem te humilhou você não precisa provar nada pra ninguém a não ser pra você.



Paula Gusmão autora do livro Pensando Bem

Queira o sucesso como ar que você respira e um dia quem te menosprezou que te humilhou, falará orgulhoso que te conhecia. A vida é uma roda gigante cedo ou Mais tarde ela gira e o troco é inevitável, então cresça amadureça prospere ajude quem necessita de ti.

Acima de tudo continue amando seu próximo. Texto de Paula Gusmão

Use sua língua para agradeceras grandes realizações que terá daqui pra frente ,não permita que sai dos teus lábios palavras de lamento .

lembre -se quem lamenta seus males aumenta quem reclama debita .

talvez você se sinta fraco busque essa força dentro de você

Diga o fraco : Eu sou forte

JOEL 3,10

Nunca houve na sua vida um momento de grande gratidão para você tomar posse da tua benção como este que você acabou de descobrir .

Durante a leitura deste livro sei que muitos véu se rasgaram diante dos teu olhos .

Senhor Deus esta ai do seu lado enquanto lia cada palavra deste livro digital .

Agora você já sabe por onde começar agir primeiro mudando seus pensamento negativo para positivo ,ate porque seu Deus é positivo e o negativo e o oposto dele .

## CAPÍTULO 14

### Positivo e Negativo em você

Tudo que é de bom para nós e para nosso próximo e positivo vou dar alguns exemplos:

Positivo

Verdades

Animo

zona do confronto

fazer

Alegria

bom humor

Negativo

mentiras

Desanimo

Zona do conforto

Deixar de fazer

Tristeza

Auto estima baixa

Se eu te disser que tudo que e negativo não provem de Deus ,entende agora porque sua vida não anda você serve o negativo sem perceber .

Quando você senti angustiado certo e por alguma razão e circunstancia que e uma vida que você não queria mais vive simplesmente por aceitar o negativo em você .

Deus o ser positivo sempre animou seus filhos dizendo :

Esforça te que te ajudarei entende porque o negativo em nos atrapalha porque não provem de Deus mais e licito que tenhamos a dualidade para podemos distinguir o bem do mal .

quando se sentir negativo pra baixo se sentindo um derrotado resista o negativo ele fugira de ti .

vamos lá vamos se por que você precise muito de um trabalho ,afinal e um trabalho se você não tomar as rédias da tua situação atraindo pra ti o positivo esforça te ,você não arrumara emprego ate porque algo negativo esta em ti .

lembre se que existe dois cavalos o branco positivo o preto negativo .

quando você sentir de mal humor ou de baixa estima só você tem o poder de descer deste cavalo preto e subir no cavalo branco .

Você é único ser que trás o passado pro presente em instante só com pensamento em memorias então o poder que você tem esta ai em você.

lembre se comande esse carro que chama mente ou ela te levara pra onde você não quer .

se você é filho de um Deus positivo vai excluindo o negativo de ti .

Lembre se aos pouco vira habito sua mente vai ser filtro e não esponja .

Vou passar um exercício que eu fiz :

Use uma pulseira que sera sua ancora toda vez que olhar pra pulseira pense em algo positivo desta forma estar já adaptando sua mente a ser positiva.

## Capítulo 15

### Energização

#### Exercício para a Limpeza e Energização

Primeiro exercício limpe tudo em sua volta ,tire tudo que for negativo (sujeira ) seu ambiente tem que ser positivo ate porque você tem que estar em sintonia. Faça desapego do que você não usa , limpe seu guarda roupa retire a lampada queimada conserte o que esta quebrado em sua casa são pequenos detalhes que a prosperidade e abundância ama permanecer.

A miséria e negativa ela ama permanecer em lugares sujos em lugares que acumula roupas e sapatos que nem usa.

Pra miséria sair da sua casa pra abundancia chegar e simples só trocar os papeis negativo para positivo e permanecer no positivo .

Pense nisso !!

Faça sempre o bem ,para que o bem te queira bem também.

Fique em contato com a Natureza... Sei que é difícil nas grandes cidades, na correria do dia a dia, tirar um tempinho para observar as grandezas das plantas dos animais tudo foi seu criador que fez aprecie . Faça essa conexão andando descalço na grama nos parques, deite num banco de praça, relaxe e olhe o verde das árvores, ouça os pássaros cantando, observe uma borboleta ... Perca alguns minutos da sua vida corrida e volte a conectar-se com a Natureza! Você vai sentir-se mais harmonizado e energizado ... e seja grato pois ela nos dá tudo de graça !

agradeça a tudo ate a água que bebe ate porque e vida que você ingere.

Espero que o que passei pra você tenha somado muito na sua vida ,aprendi a expandir minha mente e aos pouco a fazer da minha mente filtro .

um pouco de exercício, lembre se em colocar em pratica ao pouco você começa a trazer tudo que deseja a te você

Tem muita coisa na minha vida a caminho,tem uma frase que diz :

Tudo que e seu sempre achara o caminho para chegar ate você

Afirmar é declarar que assim é que tem de ser e, se você mantiver essa atitude mental contra todas as evidências contrárias, receberá uma resposta à sua oração.

Meu mantra "Tudo vem a mim com facilidade e gloria "  
"tudo posso naquele que me da força de seguir vencendo "

Curta nossa fan page no Facebook Paula Gusmão oficial e entre no grupo pensando bem.

.