

# SFIDA DI 90 GIORNI

## ATTRAI ABBONDANZA



**WORKBOOK SFIDA**

---

[WWW.METODOMCA.COM](http://WWW.METODOMCA.COM)

**URSZULA SMOLINSKA**

# PASSI DA SEGUIRE

## Sommario delle varie giornate

1. Parla sempre bene dei soldi !

2. Via il vecchio, spazio al nuovo!

3. I soldi sono buoni!

4. Comincia a credere nel processo.

5. Dream board.

6. Spendi con gioia.

7. Crea la tua nuova realta'.

8. Nuova versione di te.

9. Affidati all'ignoto.

10. Sono una persona ricca!

# Giorno 1

Inizia il tuo percorso da qui..



Parla sempre bene dei soldi.  
Non ti vergognare mai di parlare dei soldi.  
Tratta i soldi come amici.  
I soldi amano l'ordine.

## ***ESERCIZIO DEL GIORNO!***

- **Ordina il portafoglio.**
- Mettere per prima la banconota con valore più alto così ogni volta che apri il portafoglio la vedrai e la tua mente subconscia lo registrerà.
- Quando vai al negozio invece di dire non ho soldi pensa: ho soldi, ma decido di non comprare oggi.
- Questo cambia totalmente la prospettiva.
- Come ti senti? Presta attenzione alle tue sensazioni. Anche questo influenza il subconscio.
- Comincia ad abituarti alla ricchezza: comincia a guardare il lusso, ad entrare nei negozi, ristoranti, locali più "in". Ti devi sentire al tuo agio se vuoi attrarre abbondanza ti ci devi abituare!

# Giorno 1



Parla sempre bene dei soldi.  
Non ti vergognare mai di parlare dei soldi.  
Tratta i soldi come amici.  
I soldi amano l'ordine.

## **ESERCIZIO DEL GIORNO!**

- **Quando cambi le tue convinzioni riguardanti i soldi, cambia la tua realtà.**
- Non c'è niente di male ad avere qualcosa di costoso. Osserva se ti stai vergognando, se hai delle resistenze, se ti senti a disagio, se una vocina nella tua mente sussurra: no, non si può perché i bambini in Africa muoiono di fame.
- **Se hai un obiettivo nella vita devi imparare dalle persone che lo hanno già raggiunto.**
- Concentrati per 90 giorni solo su ciò che arriva nella tua vita (incassi, regali, rimborsi, ecc) non su ciò che esce (spese).

# Giorno 1



Parla sempre bene dei soldi.  
Non ti vergognare mai di parlare dei soldi.  
Tratta i soldi come amici.  
I soldi amano l'ordine.

## ***ESERCIZIO DEL GIORNO!***

- **L'energia va dove va l'attenzione!**
- **Se ti concentri su ciò che arriva, ne avrai sempre di più!**
- Devi totalmente cambiare il vecchio modo di pensare che hai avuto per 30, 40, 50 o forse più anni.
- A volte puoi sentire lo sconforto, all'inizio ti sembrerà di ingannare te stesso, ma ricorda: la più stupida bugia ripetuta mille volte diventa verità.
- La posta in gioco è alta. Resisti, continua, non ti arrendere! I risultati ti sorprenderanno!

# Giorno 2



Devi buttare il vecchio per far spazio al nuovo.

## ***ESERCIZIO DEL GIORNO!***

- **Comprati un nuovo portafogli**, i soldi devono essere in un posto bello, ordinato.
- Devi cambiare i pensieri e le convinzioni: impara da chi non aveva i soldi e ora ce li ha, perché ha fatto il cambiamento e conosce il processo. Solo chi ha percorso tutta la strada ti può insegnare come è passato dall'aver pensieri e preoccupazione per i soldi, le spese, i pagamenti ad avere tranquillità ed abbondanza.
- Il cambiamento è sempre graduale ed è un progetto di mesi o anni. All'inizio arrivi alla tranquillità quotidiana, poi guadagni di più perché cambiano i tuoi obiettivi economici.

# Giorno 2



Devi buttare il vecchio per far spazio al nuovo.

## ***ESERCIZIO DEL GIORNO!***

- Esercizio:
- Sistema l'armadio, la casa, butta le cose che non usi. Butta le vecchie pentole, le scatole, i contenitori, i vestiti, le scarpe, le cose che accumuli in cantina e in garage.
- A livello subconscio teniamo le cose perché pensiamo di non avere i soldi per comprarne di nuove. Comincia ad abituarti alla tua disponibilità economica comprando cose nuove, comincia con cose piccole che ti faranno sentire in abbondanza. In questo modo potrai comprare cose sempre più costose.

# Giorno 2



Devi buttare il vecchio per far spazio al nuovo.

## ***ESERCIZIO DEL GIORNO!***

- L'80 – 90% della popolazione è nell'energia della scarsità e non se ne accorge perché tutto avviene a livello subconscio.
- Da che cosa si riconosce il fatto che sei nella scarsità? Per esempio arriva la bolletta e il tuo pensiero automatico è: “porca miseria di nuovo così alta!”
- Cambia subito il pensiero: “ho la bolletta da pagare? Fantastico: grazie per la corrente!”
- Rispondi alla domanda: perché vuoi più soldi?
- Non si tratta di avere le banconote. Vuoi più soldi perché vuoi portare la famiglia in vacanza, far fare scuole migliori ai figli, realizzare i tuoi sogni. La vita diventa più facile con il conto corrente pieno.

La tua energia è il bene più prezioso che possiedi!  
Quando apri Facebook, ti deve motivare, ti deve dare la carica, deve alzare le tue frequenze. Immagina la mattina che Facebook ti dica "anche tu puoi vivere nell'abbondanza!" - questi sono i post che devi vedere. Ricorda: la mente subconscia registra tutto!

Circondati di cose lussuose e abituati a sentirti bene con loro.

P.s. Non devi interrompere la sfida, o fermarti alla giornata di oggi finché non butterai mezzo armadio e non sgombrerai tutta la casa! Continua la sfida e fai le pulizie di casa gradualmente!



# Giorno 3



I soldi sono buoni.

Sii grato per ciò che hai adesso e in questo modo spalanchi la porta per somme più grandi.

## ***ESERCIZIO DEL GIORNO!***

- Le persone benestanti non si lamentano mai a causa dei soldi.
- Pensare e parlare male dei soldi influenza in modo negativo il tuo conto corrente!
- **Fai l'elenco delle cose per le quali sei grato.**
- Puoi essere grato per la salute, la famiglia, gli amici, per le cose che hai già. Metti nell'elenco anche i soldi e beni materiali! E' importante che i soldi che hai (anche se ancora non sono tanti) ricevano la tua gratitudine! Più sei grato per i soldi, più crei questa frequenza dell'abbondanza e più soldi arriveranno nella tua vita! I soldi sono un mezzo per far stare bene te e i tuoi cari.

# Giorno 3



I soldi sono buoni.

Sii grato per ciò che hai adesso e in questo modo spalanchi la porta per somme più grandi.

## *ESERCIZIO DEL GIORNO!*

- Spesso, a livello subconscio pensiamo che i soldi non siano importanti! E' una convinzione limitante e faresti meglio a cambiarla prima possibile. Se credi che non siano importanti non li avrai mai in abbondanza!
- Sii grato per il tuo lavoro, anche se ancora non è il lavoro dei tuoi sogni. Sii grato per i soldi che ricevi, non ti lamentare, non disprezzare che siano pochi. Mai! Questa frequenza li allontanerà! Se disprezzi, se ti lamenti che hai poco, avrai ancora di meno! Chi ha avrà sempre di più chi non ha gli sarà tolto anche quello che non ha!

# Giorno 3



I soldi sono buoni.

Sii grato per ciò che hai adesso e in questo modo spalanchi la porta per somme più grandi.

## *ESERCIZIO DEL GIORNO!*

- Se non ringrazi per quello che hai blocchi il flusso dell'abbondanza!
- Se parli in modo negativo dei soldi rimani nella scarsità.
- Apprezza ciò che hai per aprire la porta all'abbondanza e per avere di più.
- Che cosa fai normalmente? Cosa ti viene in automatico: ti lamenti perché i soldi sono pochi o sei grato per quello che hai?
- Se in automatico ti viene di lamentarti in qualsiasi situazione, devi assolutamente cambiare questa abitudine.
- Con questa sfida imparerai ad amare i soldi, non come Dio denaro, ma come il tuo miglior amico.

# Giorno 3



I soldi sono buoni.

Sii grato per ciò che hai adesso e in questo modo spalanchi la porta per somme più grandi.

## ***ESERCIZIO DEL GIORNO!***

- **I soldi sono buoni.**
- Potrebbe sembrarti banale, “i soliti trucchetti che dicono tutti e che non funzionano”. Se non hanno funzionato ancora per te, è perché non hai avuto abbastanza determinazione e non hai mai unito tutte queste cose insieme. Ma adesso fai la sfida, le unisci e le farai per 90 giorni (teoricamente te ne sono rimasti 88).
- All’inizio è difficile crederci, ma funziona! Ma solo se resisti e segui le mie indicazioni. Io ti sto indicando la strada, ma il lavoro lo fai tu! Stai guardando almeno un video al giorno?

Fai questo potente esercizio

Chiudi gli occhi, immagina che hai mille euro  
(o 10 mila) in mano.

Che cosa senti?

Che tipo di emozioni suscitano in te?  
Scrivi 5 cose che ti vengono in mente,  
sii sincero con te:

“Quando penso ai soldi sento...”



# Giorno 4



Comincia a credere che puoi avere i soldi, che li puoi guadagnare.

Cambia "non ho i soldi" in "ho sempre soldi"

## **ESERCIZIO DEL GIORNO!**

Cambia i pensieri tipo: \_\_\_\_\_

- per avere più soldi devo avere più certificati, corsi, lauree.
- per guadagnare bene devo essere nato in una famiglia ricca.
- al giorno d'oggi non è possibile guadagnare tanto, perché c'è crisi, disoccupazione, ecc.
- alla mia età non è possibile
- nella mia situazione non è possibile, ecc.

Devi cambiare tutte queste convinzioni limitanti.

Devi sentirti ricco prima di avere soldi, se ne hai pochi sul conto, all'inizio devi vivere un po' nella tua testa, non credere alla realtà 3D, ovvero la realtà che ti circonda. Ricorda: l'energia va dove va l'attenzione. Non dare energia al 3D, carica di energia la tua nuova realtà, la realtà che vuoi creare.

# Giorno 4



Comincia a credere che puoi avere i soldi, che li puoi guadagnare.

Cambia "non ho i soldi" in "ho sempre soldi"

## **ESERCIZIO DEL GIORNO!**

- **Devi credere fino alla fine e anche un giorno in più!**
- I soldi amano la concretezza: verifica i tuoi obiettivi.

Quanti soldi e per che cosa li vuoi spendere, concretamente? Una borsa nuova, la vacanza, un nuovo PC, i mobili per il salone, la macchina, la casa? Gli obiettivi sono diversi per ognuno, ma devi cominciare dalle somme in cui puoi credere.

Se oggi guadagni mille euro e vuoi mettere come obiettivo 15 mila, è troppo. Devi cominciare da cifre in cui puoi credere.

Ricorda che ognuno ha il proprio massimo e minimo energetico, il proprio termometro finanziario. Trovi un video specifico sul canale YouTube Metodo MCA.

# Giorno 5



Devi rimanere nella frequenza "ho sempre soldi" anche se il 90% della popolazione e soprattutto le persone intorno a te sono nella frequenza "non ho i soldi".

## ***ESERCIZIO DEL GIORNO!***

- Pensare in modo corretto è la base di tutto.
- Per avere ciò che desideri devi circondarti di persone che lo hanno già ottenuto: guarda i video, trova i tuoi eroi da imitare!
- **Fai la dream board.**
- Verifica le tue convinzioni profonde sul denaro.
- Le convinzioni sono pensieri determinanti per la nostra vita. Possono essere positive o negative. Quelle positive rendono la tua vita sempre migliore, quelle negative ti fanno rimanere incastrato sempre negli stessi schemi. Nella maggior parte dei casi, non ci accorgiamo delle nostre convinzioni, perché agiscono dal livello della mente subconscia (oltre la nostra consapevolezza).

# Giorno 5



Devi rimanere nella frequenza "ho sempre soldi" anche se il 90% della popolazione e soprattutto le persone intorno a te sono nella frequenza "non ho i soldi".

## **ESERCIZIO DEL GIORNO!**

- Le convinzioni sono per la mente come i programmi del nostro PC o le applicazioni del telefono. Ogni programma o applicazione ci permette di fare determinate cose, se non ho l'applicazione di WhatsApp, non posso comunicare con gli altri, se non ho l'applicazione della sveglia, non la posso impostare la mattina.
- Vale lo stesso con la nostra mente: se non ho il programma "ho sempre più soldi di quanti ne posso spendere", allora non potrò spendere tranquillamente e mi mancheranno sempre.
- I programmi della mente subconscia, nella maggior parte si installano nell'infanzia fino a 6, 7 anni di vita. Li apprendiamo dai nostri genitori, dalla famiglia, dalla scuola, dall'ambiente dove cresciamo.

# Giorno 5



Devi rimanere nella frequenza "ho sempre soldi" anche se il 90% della popolazione e soprattutto le persone intorno a te sono nella frequenza "non ho i soldi".

## *ESERCIZIO DEL GIORNO!*

- Tutto ciò che dicevano "i grandi", tutto ciò che abbiamo sentito in TV o dagli amici al parco giochi ha influenzato la nostra mente subconscia, anche se noi non ce ne rendevamo conto.

La nostra mente si impregna di tutto ciò e noi lo crediamo vero. I bambini nascono senza le convinzioni, le imparano dai genitori e le danno per verità assolute. Se tu fossi nato in una famiglia dove c'erano sempre soldi sarebbe ovvio per te che l'abbondanza è ovunque e i soldi sono facili da guadagnare.

- Come sapere se abbiamo convinzioni che ci limitano?

Osserva la tua vita, guarda il tuo conto corrente: sei soddisfatto di quello che hai? Se non lo sei probabilmente hai convinzioni che bloccano il flusso di denaro nella tua vita. Se sei soddisfatto, è ok.

- Se hai soldi, ma vuoi averne di più, devi fare il salto al livello più alto, ma questo lo studieremo al livello avanzato del corso.

Scoprire e cambiare le convinzioni che riguardano il denaro è fondamentale. Nelle dirette e nei video YouTube parlo spesso dei limiti che riguardano il denaro. Vi consiglio di prendere appunti.





Alcuni esempi di convinzioni limitanti:

- bisogna lavorare duramente per avere soldi
- i soldi non crescono sugli alberi
- studia se vuoi vivere meglio
- sei già fortunato, ma cosa vuoi di più
- ma guarda chi sta peggio...
- ci sono cose più importanti dei soldi

Dicendo così è come se pensassi che i soldi non sono importanti, che hanno una brutta energia e non li vuoi.

Questo può essere vero per alcuni, ma non per altri, le convinzioni possono essere cambiate.

# ESERCIZIO

Dividi la pagina in 2 colonne. A sinistra scrivi le tue convinzioni limitanti che riguardano l'abbondanza, a destra trasformale in convinzioni potenzianti.

Per esempio: non ho mai soldi - ho sempre più soldi di quanto ho bisogno.

È difficile guadagnare tanti soldi - è facile guadagnare tanto.

Il 90% delle persone vive nella scarsità, ma non se ne accorge. Puoi anche non dire nella tua testa come un mantra "non ho i soldi", ma i programmi di scarsità girano a livello del subconscio.



# ESERCIZIO

Te ne accorgi, perché cerchi sempre gli sconti, perché vuoi sempre spendere meno possibile, perché pensi dieci volte prima di fare qualsiasi acquisto, cerchi di risparmiare.

Tutti questi atteggiamenti indicano che a livello subconscio pensi che non arriveranno più soldi!

Scoprire e cambiare le convinzioni può durare un po'.

In realtà è un compito per sempre, perché vogliamo andare sempre più su e ogni volta che spostiamo l'asticella ci sono i programmi da aggiornare.



# Giorno 6



Il 90% delle persone è nella frequenza della scarsità. Tu puoi passare dalla frequenza dell'abbondanza alla scarsità e viceversa molto spesso.

## ***ESERCIZIO DEL GIORNO!***

- All'inizio, quando cominci a cambiare il tuo modo di pensare, magari sei più nella scarsità che nell'abbondanza. Poi cominci ad essere un po' di più nella frequenza dell'abbondanza e la perdi ogni tanto. L'obiettivo è entrarci e rimanerci 24/24, 7/7.
- Quando credi che sei già una persona che ha tanti soldi (l'effetto che anticipa la causa) diventi una calamita per il denaro.
- Se pensi di non avere soldi, li respingi.
- Comincia ad essere grato per le piccole somme, per attrarre sempre più denaro.
- Per attrarre l'abbondanza devi credere che sei una persona benestante.

# Giorno 6



Il 90% delle persone è nella frequenza della scarsità. Tu puoi passare dalla frequenza dell'abbondanza alla scarsità e viceversa molto spesso.

## **ESERCIZIO DEL GIORNO!**

- **Quando sei nella frequenza dell'abbondanza diventi una calamita per i soldi.**
- **Non aver paura di spendere! I soldi devono circolare, altrimenti blocchi il flusso!**
- **Impara a spendere.**

Se ricevo 100 euro per il compleanno, vado a spenderli e non li metto nel libretto dei risparmi! Se hai un impulso irrefrenabile a risparmiare è perché già supponi che nel futuro ti mancherà il denaro! Credi che ti mancherà! Sei nella scarsità.

Se hai paura di spendere blocchi il flusso! I soldi amano circolare!

# Giorno 6



Il 90% delle persone è nella frequenza della scarsità. Tu puoi passare dalla frequenza dell'abbondanza alla scarsità e viceversa molto spesso.

## ***ESERCIZIO DEL GIORNO!***

- Anche quando vai a fare acquisti e scegli sempre ciò che è più economico, non quello che ti piace di più, ma quello che costa di meno, dimostri la mentalità della scarsità.
- **Quando spendi devi spendere con gioia.**
- Se non provi gioia, non spendere! Prima rientra nella frequenza dell'abbondanza e poi spendi (con gioia).
- Se ti lamenti avrai più motivi per lamentarti.

# Giorno 7



La situazione nella quale ti trovi adesso è il risultato dei tuoi pensieri del passato. Se non li cambi la tua vita sarà sempre uguale!

## *ESERCIZIO DEL GIORNO!*

- Se sei preoccupato di non avere soldi è solo un modo di pensare. Se lo stai facendo da un po' di tempo probabilmente è diventato automatico, ossia è passato a livello subconscio! Adesso ti devi impegnare per cambiare questa abitudine. Ci vuole tempo e determinazione, ma con un po' di pazienza ce la puoi fare.
- **L'energia va dove va l'attenzione.** Se ti concentri sul problema, stai dando energia al problema e il problema diventa più grande: non ci sono soldi, non c'è lavoro, mi pagano poco, ci sono le spese, le bollette, tutto costa caro, il mio lavoro non decolla, non ci sono le vendite, non posso permettermelo, non ce la faccio questo mese.

# Giorno 7



La situazione nella quale ti trovi adesso è il risultato dei tuoi pensieri del passato. Se non li cambi la tua vita sarà sempre uguale!

## **ESERCIZIO DEL GIORNO!**

- Non mettere la tua attenzione lì!!! Non controllare sempre il conto corrente! Se ti concentri su ciò che non ti piace nella tua vita giri in tondo e non crei nulla di nuovo!
- E arrivato il momento di concentrarsi sulla soluzione!
- Riconosci ciò che hai già! Gratitudine per ciò che hai! Invece di dire “ho solo 500 euro, perché non 1000?”, comincia a vedere il bicchiere mezzo pieno: “grazie per i 500 euro che ho!”
- Carica di energia il positivo che è presente nella tua vita: l'energia va dove va l'attenzione.
- Ho 200 euro sul conto corrente, e so che presto ne arriveranno di più. Ci sono le bollette da pagare ma sono grato perché ho luce, internet, acqua calda.
- In questo modo cominci a sentirti sempre meglio ed entri nella frequenza dell'abbondanza.
- Crea la tua nuova realtà!

## Esercizio:

Scrivi come vedi la tua vita tra un anno, come se fosse un racconto.

Mi raccomando in prima persona nel presente:

Io ho una casa con 3 camere da letto...

Lavoro come... Guadagno... al mese.

Scrivi con più particolari possibili. Divertiti!

Leggi questa descrizione svariate volte durante la sfida oppure scrivila più e più volte.



# Giorno 8



Se vuoi avere più soldi, comportati come una persona che li ha già.

## *ESERCIZIO DEL GIORNO!*

- Comincia dal fatto di cambiare il modo di pensare, poi comincia a comportarti come una persona nuova, farai le cose diverse dal solito, prenderai decisioni diverse. Tutto ciò ti porterà a vivere in modo diverso, a creare la tua nuova realtà.
- Pian piano cambia le tue abitudini, smetti di privarti di tutto, smetti di sacrificarti, smetti di essere sempre all'ultimo posto. Mettiti al primo posto. E' una decisione.
- **Comincia ad abituarti alle cose più costose**, comincia a frequentare i posti più belli, comincia a regalarti piccole pillole di lusso!

# Giorno 8



Se vuoi avere più soldi, comportati come una persona che li ha già.

## **ESERCIZIO DEL GIORNO!**

- Quante volte ricicli le cose vecchie? Quante volte decidi di non comprarti qualcosa, perché credi che ti deve bastare ciò che hai? Forse ti ripeti che chi si accontenta gode? Forse stai giustificando le tue scelte dicendoti che gli altri stanno peggio, che ci sono i bambini che soffrono la fame? Ma secondo te se tu guadagni poco loro saranno più sazi? Lo vedi il paradosso? Ti accorgi che la tua stessa mente ti sta prendendo in giro per impedirti il cambiamento?
- Ricorda, l'unico modo consapevole per combattere la povertà è generare la ricchezza! Pensa quanto bene puoi fare al mondo da persona benestante e quanto puoi fare adesso.

**I soldi** non ti rendono più buono o meno buono, semplicemente **potenziano le qualità che hai già!**

## **ESERCIZIO**

Scrivi che tipo di persona saresti se guadagnassi il doppio o il triplo di quello che prendi oggi.

Come ti vestiresti?

Che posti frequenteresti?

Dove andresti in vacanza?

Quante volte all'anno?

Con chi condivideresti la tua abbondanza?

Adesso comincia pian piano a comportarti come la nuova versione di te stesso.



# Giorno 9



Se ti concentri sui debiti e sulle spese per il 100% del tempo sei nella frequenza della scarsità.  
Da questa frequenza uscire dai debiti è impossibile!

## **ESERCIZIO DEL GIORNO!**

L'energia va dove va l'attenzione: se mi concentro sui debiti, aumento i debiti.

- Da dove cominciare?
- Accetta il presente, non ti arrabbiare, non combattere. L'accettazione della situazione attuale è fondamentale per cambiare. Fai un respiro profondo e se serve anche 10 o 100 respiri profondi. Tranquillizzati, accetta ciò che stai osservando: è il frutto del tuo vecchio modo di pensare. Hai continuato a pensare che sei nella scarsità, che hai debiti, che non sai come ripagare i finanziamenti. E' come fare continuamente affermazioni su questi argomenti!
- Solo dopo che hai accettato la situazione presente, non ti arrabbi, non combatti, non resisti (ciò che resisti persiste!) puoi apportare cambiamenti.
- Non credere che ciò che hai non ti basti.

# Giorno 9



Se ti concentri sui debiti e sulle spese per il 100% del tempo sei nella frequenza della scarsità.

Da questa frequenza uscire dai debiti è impossibile!

## ESERCIZIO DEL GIORNO!

- Comincia a vedere il bicchiere mezzo pieno: concentrati su ciò che hai. Comincia ad essere grato: anche se oggi hai quello che hai, sii grato, dai energia a ciò che hai. In questo modo lo aumenti.
- **Non devi sapere da dove arrivano i soldi.** Tu metti la tua attenzione sull'abbondanza e l'universo penserà a come. Il processo della creazione non segue la mente lineare. La mente non può prevedere il futuro. **Il processo della creazione va oltre la mente.** Devi affidarti all'ignoto.
- Devi cominciare a sentirti: ho più soldi di quanti ne posso spendere, ho più soldi di quanti ne ho bisogno.

# Giorno 9



Se ti concentri sui debiti e sulle spese per il 100% del tempo sei nella frequenza della scarsità.  
Da questa frequenza uscire dai debiti è impossibile!

## **ESERCIZIO DEL GIORNO!**

- **Tratta i soldi come tratti un caro amico.**

- Non puoi avere paura di guardare il tuo conto corrente, non lo puoi ignorare. Immagina che sia un tuo amico: come si sentirebbe se lo ignorassi? Se gli dicessi che non è abbastanza?

Non basta essere positivi, non basta credere di essere buone persone.

**Devi cambiare le tue convinzioni riguardanti i soldi.**

# Giorno 10



L'energia è neutra, la materia è neutra. Siamo noi che gli diamo la carica. Siamo noi che con la nostra percezione rendiamo le cose positive o negative.

## **ESERCIZIO DEL GIORNO!**

- Se ami i soldi, i soldi ameranno te.
- Se disprezzi i soldi, loro gireranno alla larga da te.
- Pensa bene, pensa in modo positivo ai soldi, rispettali, prenditi cura di loro (ordine nel portafoglio, contali: loro lo amano)
- Assumi che hai sempre più soldi di quanti ne hai bisogno:
- "Sono una persona ricca!"
- Le persone ricche sono uguali a tutte le altre, semplicemente hanno imparato a pensare ed agire in modo diverso da tutti gli altri!

# Giorno 10



L'energia è neutra, la materia è neutra. Siamo noi che gli diamo la carica. Siamo noi che con la nostra percezione rendiamo le cose positive o negative.

## **ESERCIZIO DEL GIORNO!**

- Se abbastanza a lungo agirai come agiscono loro avrai gli stessi loro risultati.
- Materia e eventi sono neutri, siamo noi che gli diamo il significato: se credi che il gatto nero che ti attraversa la strada ti porti sfortuna, creerai la sfortuna. Non il gatto, ma la tua mente. Solo tu ed esclusivamente tu, la tua mente dà il significato alle cose e alle situazioni. Ricorda: dietro ogni maledizione c'è sempre una benedizione, ma solo se sei capace di guardare oltre!
- La tua realtà non dipende da ciò che succede intorno a te, ma dalle tue convinzioni: ci può essere la crisi economica, sanitaria, sociale intorno a te, ma se tu credi di aver sempre tanti soldi, ti arrivano le intuizioni giuste, agirai in modo giusto e avrai soldi nonostante tutto!