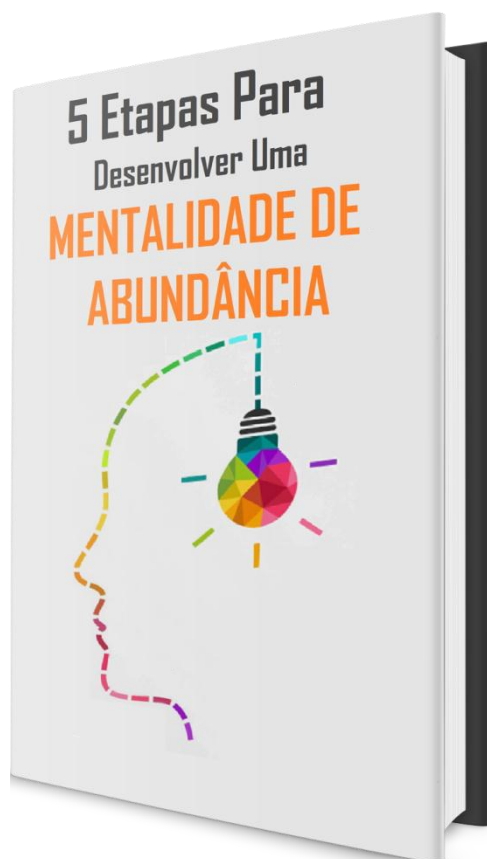


# 5 Etapas Para Desenvolver Uma Mentalidade de Abundância



**Oferecido por:**

Marketing Digital Top

# Termos e Condições

## Aviso Legal

O escritor esforçou-se para ser tão exato e completo quanto possível na criação deste relatório, em todo o caso ele não garante em qualquer altura o conteúdo descrito devido às mudanças rápidas que existem na internet.

Apesar de se ter feito todas as tentativas de se verificar toda a informação nesta publicação, o editor não assume qualquer responsabilidade por erros, omissões ou interpretações erradas deste livro. Quaisquer referencias a pessoas específicas, organizações não são intencionais.

Nos livros de conselhos práticos, tal como na vida, não existem garantias para um rendimento. Os leitores são avisados de fazer o seu próprio julgamento sobre as suas circunstâncias e agir de acordo com isso.

Este livro não tem a intenção de ser usado como conselheiro legal. Todos os leitores são aconselhados a procurar serviços de profissionais competentes nos campos legais.

## SUMÁRIO

Introdução .....	4
Tipos de mentalidades .....	5
Etapa 1: Aprenda a receber.....	7
Etapa 2: encontre o que você ama .....	9
Etapa 3: sinta o que deseja .....	11
Etapa 4: Aprecie o que você tem.....	12
Etapa 5: realizar pequenas ações .....	14

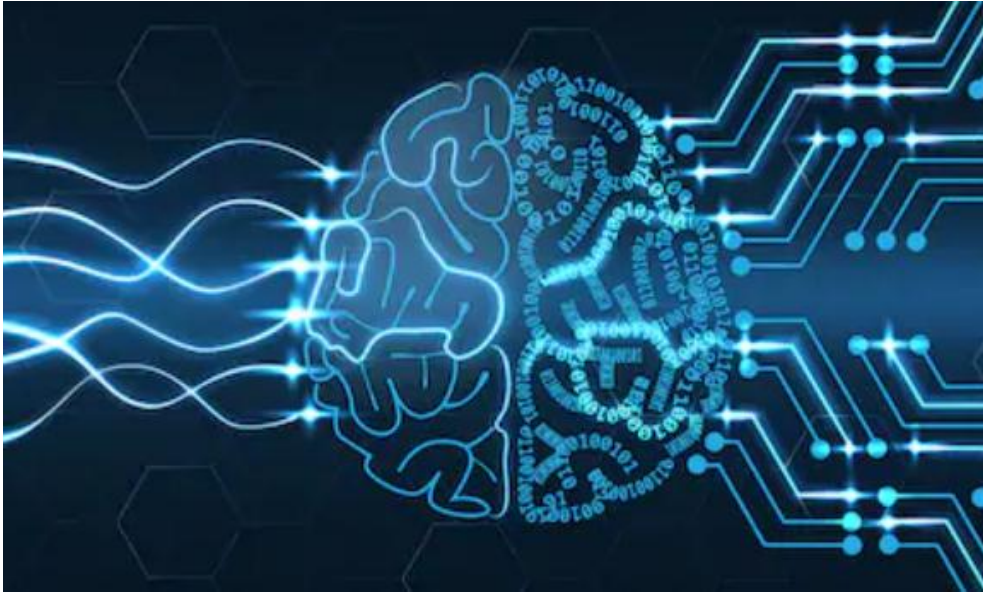
## Introdução

Vivemos em um mundo onde pode ser difícil manifestar o que queremos. É fácil acreditar que não há recursos suficientes para que todos possam desfrutar. Alguns farão com que você acredite que somente com educação avançada ou um diploma universitário você poderá acessar uma melhor qualidade de vida, mas essa não é a chave da abundância.

O que você precisa é mudar sua mentalidade. Qualquer um tem a oportunidade de ver a abundância ao seu redor e rapidamente percebe que qualquer objetivo é atingível. Você só precisa mudar sua maneira de pensar e estar mais aberto a receber. Neste guia, você aprenderá a mudar sua mentalidade. Adquirir uma mentalidade de abundância permitirá que você veja e acesse toda a riqueza disponível para você.

A abundância pode significar coisas diferentes para pessoas diferentes. É importante que você tenha uma compreensão clara do que abundância significa para você. Vamos começar definindo abundância.

## Tipos de mentalidades



Existem dois tipos de mentalidade: **mentalidade de escassez** e **mentalidade de abundância**. A mentalidade de escassez é mais focada no que não temos e em nossos limites. Enquanto isso, uma mentalidade de abundância consiste em criar oportunidades e acreditar que existem recursos suficientes para que todos possam se beneficiar.

Uma pessoa com uma mentalidade de escassez será absorvida pelo que está faltando na vida de alguém. Nessa situação, a mente fica ocupada se preocupando e nos impede de acessar o que queremos da vida.

Uma mentalidade de escassez se concentrará na limitação e manifestará obstáculos que podem limitar seriamente o nosso sucesso.

Quando você se limita a suas crenças e ações, não está aberto a receber ou reconhecer a abundância que o cerca.

Para uma mente de escassez, nunca há o suficiente. A pessoa acorda de manhã pensando que não dormiu o suficiente ou não terá tempo suficiente para realizar todas as coisas que podem ser realizadas naquele dia. Não importa o que seja, a mente da escassez está decidida a reconhecer o que não está disponível.

O outro lado da medalha é a mentalidade da abundância. Com essa mentalidade, percebemos que existe neste mundo o suficiente para que todos possam receber. Você deixa de lado sentimentos negativos como ciúme, inveja ou piedade de si mesmo e toma o assunto com suas próprias mãos.

Você passa de uma vítima em sua vida a um líder. Além disso, você não se concentra na limitação, mas reconhece as coisas boas que já estão presentes em sua vida e define sua intenção de manifestar mais do que deseja.

Com uma mentalidade de abundância, a pessoa se levanta pensando que terá tempo para descansar à tarde e faça uma lista do que pode ser realizado durante o dia. É sobre o que é possível ou sobre o que está disponível no momento presente.

## Etapa 1: Aprenda a receber



A maior razão que impede muitos de nós de receber a abundância existente em nosso mundo é uma crença profunda de que não somos dignos disso. Pergunte a si mesmo: como você se comporta quando alguém lhe elogia suas habilidades ou sua aparência? Você tem a tendência de encontrar uma desculpa?

Ou talvez você simplesmente mude de assunto. Pessoas com mentalidade de abundância não têm medo de agradecer quando alguém lhes elogia. Se você deseja começar a receber a abundância, comece com um simples obrigado.

### **Comportamento oposto: você não pede ajuda**

Para trazer mais abundância em sua vida, você precisa estar aberto para receber. E isso inclui receber ajuda de outras pessoas. Se é difícil para você dizer "sim" a alguém que lhe oferece ajuda, você está dizendo ao universo que não merece receber dos outros.

O mesmo se aplica se você tiver dificuldade em pedir ajuda. Muitas vezes, é uma surpresa para muitos que mostrar independência em nossa vida possa levar ao bloqueio do fluxo da abundância.

### **Comportamento oposto: você não se sente à vontade com elogios**

Elogios são uma forma de receber semelhante a pedir ajuda. Se você não se sente à vontade para receber elogios de outras pessoas, está demonstrando que é difícil receber. Isso pode levar automaticamente a mais escassez.

Tente refletir sobre como você se comporta quando alguém o elogia por suas habilidades. Você tenta encontrar desculpas para não ser tão bom assim? Se você deseja ser mais aberto a receber e atrair mais riqueza, comece agradecendo quando alguém reconhecer seu valor.



## **Etapa 2: encontre o que você ama**



Para ter uma vida abundante, você precisa descobrir o que gosta de fazer. Muitas vezes, tentamos fazer algo que os outros fazem, simplesmente porque são bem-sucedidos. Quanto mais você se alinhar com o que gosta de fazer, mais abundância atrairá em sua vida.

Se você está tentando ser outra pessoa, bloqueará o fluxo da abundância, porque não está no espaço do coração, mas no espaço da mente. Se alguém consegue algo, não é por causa do que faz, mas por quem é.

**Comportamento Oposto: Culpe Outros**

Você sente que a vida não é justa? Talvez você ache que muitas das situações infelizes que você passou não são sua culpa, mas outra pessoa. Nesse caso, talvez seja hora de você resolver o assunto com suas próprias mãos.

É basicamente desistir de seu poder e deixar todo o controle de sua vida a fatores externos, como outra pessoa. Quando você desiste do seu poder, isso o leva a desesperança e incapacidade de mudar sua situação.

Um dos comportamentos mais comuns em pessoas com mentalidade de abundância é a capacidade de assumir responsabilidades e fazer algo para mudar sua situação. Se você não reconhece sua responsabilidade em sua vida, não consegue se sentir habilitado a fazer algo para melhorar sua vida.



### **Etapa 3: sinta o que deseja**



Não é apenas importante identificar o que você deseja, mas é mais importante sentir o que deseja. Quanto mais você se alinhar com a sensação de que o que você quer lhe traz, mais você o atrairá em sua vida.

#### **Comportamento oposto: você inveja os outros**

Quando vivemos com uma mentalidade de escassez, tendemos a experimentar sentimentos de ciúme e inveja. Muitas vezes nos pegamos olhando para os outros e nos perguntando por que não podemos ter o que eles têm.

Um dos pensamentos que você costuma ter é se perguntar por que todos os outros têm o que querem e não você. Inveja é um sentimento que atrai escassez, porque nos concentramos no que não temos. Também pode levar ao ressentimento de algumas pessoas e arruinar o relacionamento com amigos e familiares.

#### **Etapa 4: Aprecie o que você tem**



Um passo simples para a abundância é começar a reconhecer o quão rica sua vida já é. Aproveite o tempo para apreciar o que você tem em sua vida. Talvez seja a saúde, as pessoas que você ama, seus colegas, habilidades ou a simples beleza da natureza que o rodeia todos os dias.

Quanto mais você coloca sua mente em um espaço de apreciação e reconhecimento, mais se permite atrair coisas positivas em sua vida. Você se perceberá como sua vida é abundante e que o que você precisa está bem à sua frente.

**Comportamento oposto: enfocando as lacunas**

Um erro comum que costumamos cometer em uma mentalidade de escassez é colocar toda a nossa atenção e energia no que está faltando em nossa vida. Por outro lado, as pessoas que vivem uma vida abundante são naturais ao colocar sua energia naquilo que desejam manifestar.

Ao mudar seus pensamentos para se orientar mais para o que você deseja, você está criando uma imagem clara do que deseja. Ao fazer isso, é mais fácil encontrar o que você procura quando sabe o que deseja, em vez do que sabe que não deseja.

Você se encontra listando as coisas que está perdendo em sua vida? Você às vezes se pergunta por que não tem o que deseja? Você é o tipo de pessoa que está sempre focada em obter mais?

### **Comportamento oposto: você mora no passado**

Pensar no passado significa que você gasta muito de sua preciosa energia pensando em coisas que não são mais relevantes. Esse comportamento deixa você com pouca energia para manifestar o que deseja na vida.

Se você deseja mudar ou aceitar seu passado, precisa fazer uma escolha agora e voltar o foco ao que pode fazer agora para se sentir mais feliz.

Se você deseja ter uma vida mais gratificante, pergunte-se: que escolha você pode fazer agora para ajudá-lo a acessar mais abundância. Pessoas com uma mentalidade de abundância não demoram a viver uma vida feliz com base em algo que receberão mais tarde. Elas encontram a alegria no presente.

### **Etapas 5: realizar pequenas ações**



A abundância não acontece da noite para o dia. A maioria das pessoas que vive uma vida abundante lhe dirá que trabalha diariamente. Diariamente, elas estão realizando pequenas ações que os alinham com o que desejam na vida.

Por exemplo, se o que você quer é mais dinheiro, todos os dias, você pode fazer pequenos depósitos em uma conta poupança. Cinco dólares por dia serão US \$ 150 no final do mês e US \$ 1.825 no final do ano.

Se, por outro lado, você quer mais amor em sua vida, comece com o amor próprio. Todos os dias, lembre-se de reconhecer algo que você ama em si mesmo.

### **Comportamento oposto: você costuma usar as palavras não ou não**

Nosso vocabulário diz muito sobre nossa mentalidade. Uma pessoa com uma mentalidade de escassez usará muitas palavras limitantes como "não pode", "não vai" ou "não". Essas palavras têm a tendência de nutrir uma crença profunda de que não temos o suficiente e nunca conseguiremos acessar o que queremos na vida.

Para mudar para uma vida mais abundante, preste atenção nas palavras que você usa. Pegue-se usando palavras que definem uma crença limitadora e as renomeie em palavras que o capacitem a fazer algo sobre a situação. Viver uma vida abundante está disponível para todos os indivíduos nesta Terra e tudo depende da mentalidade.

Ao aplicar as dicas fornecidas acima, você aumentará sua capacidade de acessar a abundância que o rodeia e também permitir que você manifeste o que deseja em sua vida.

Você encontrará uma vida abundante, feliz e gratificante quando estiver plenamente consciente de seus pensamentos e de sua capacidade de mudar seu processo de pensamento de limitar crenças e pensamentos baseados na escassez à abundância. Saiba que qualquer pessoa pode acessar com sucesso uma mentalidade de abundância e alcançar o que quer profundamente e acredita que merece.

**Sucesso a todos!**