

**PRÉ-VENDA COM BRINDE EXCLUSIVO
ESPELHO + MARCADOR**



pausa ;

Resumo de 21 Dias Para Curar Sua Vida - Aprenda A Se Amar Trabalhando Com O Espelho + Brinde Exclusivo De Pré- venda - Espelho E Marcador

O Trabalho com o Espelho, um dos ensinamentos centrais de Louise Hay, sustenta que nossa experiência de vida espelha nosso relacionamento com nós mesmos; a menos que nos vejamos como dignos de sermos amados, o mundo pode ser um lugar escuro e solitário.

O trabalho com o espelho - olhando para si mesmo em um espelho e repetindo afirmações positivas - é um método poderoso de Louise Hay para aprender a amar a si mesmo e experimentar o mundo como um lugar seguro e acolhedor.

Em 21 Dias para curar a sua vida – Aprenda a se amar trabalhando com o espelho, apresenta um programa de ensinamento e exercícios para ajudar o leitor a aprofundar seu relacionamento consigo mesmo e a viver uma vida feliz e gratificante.

Cada um dos 21 dias é organizado em torno de um tema, como monitorar o autocontrole, superar o medo, liberar a raiva, curar relacionamentos, perdoar a si mesmo e aos outros, receber prosperidade e viver sem estresse.

O programa envolve um exercício em frente ao espelho, afirmações, registro em um diário, uma mensagem de amor para refletir e uma meditação guiada. Repleto de orientações práticas, escrito da maneira calorosamente pessoal de Louise, Trabalhando com o Espelho, como ela gosta de lhe chamar, foi criado para ajudar os leitores a: Aprender um nível mais profundo de autocuidado Ganhar confiança em seu próprio sistema de orientação interna Desenvolver a consciência de seus dons da alma Superar a resistência à mudança Aumentar a autoestima Cultivar o amor e a compaixão nas suas relações consigo próprio e com os outros Em apenas três semanas, o leitor pode estabelecer firmemente o

Trabalho com o Espelho como uma prática contínua para o crescimento positivo e um caminho para uma vida plena e rica.

"Fazer o trabalho com o espelho", diz Louise, "é um dos presentes mais amorosos que você pode se dar."

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)