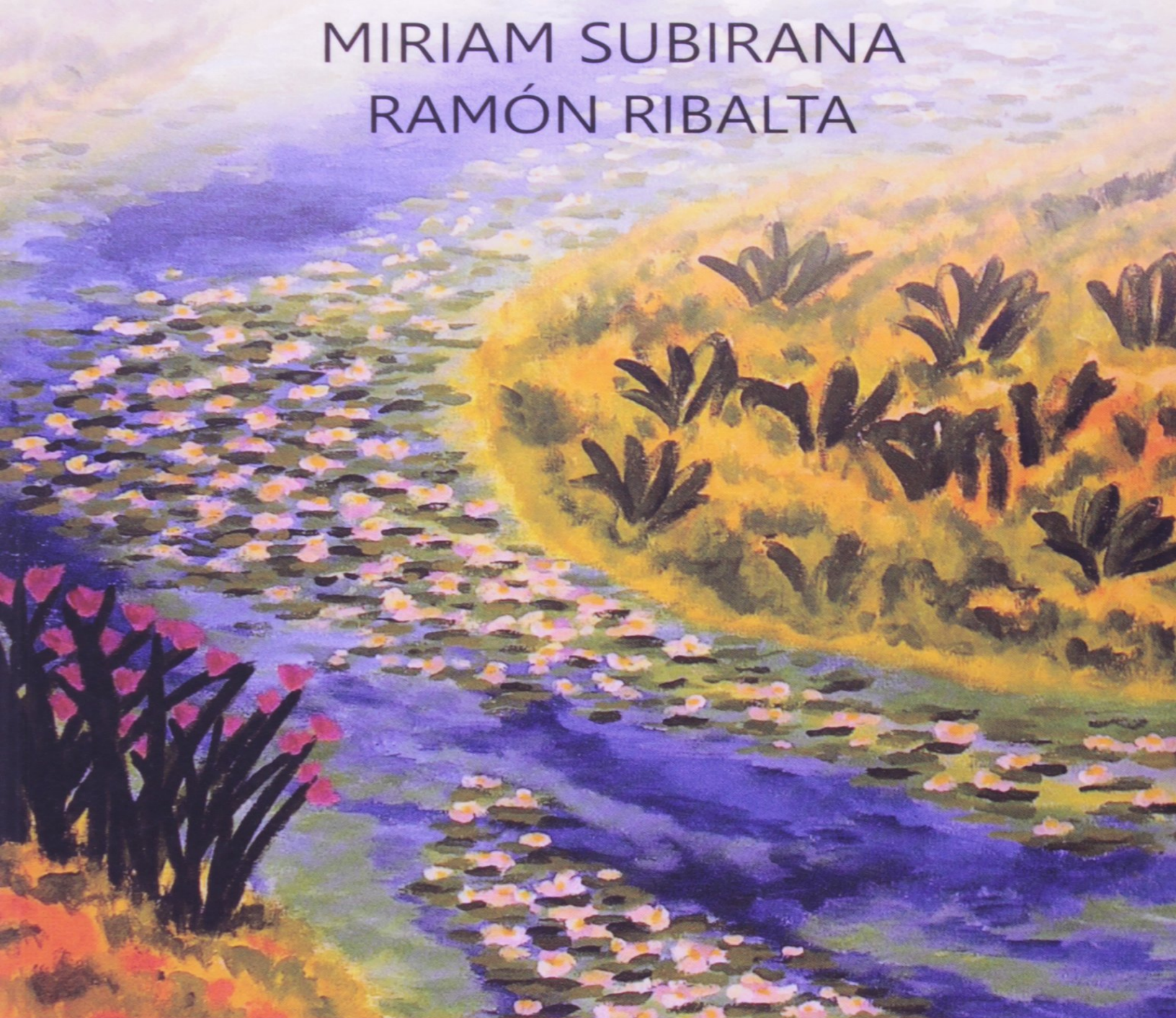


MIRIAM SUBIRANA  
RAMÓN RIBALTA



# QUEM MANDA EM SUA VIDA?



REFLEXÕES SOBRE A  
SOBERANIA PESSOAL

# Resumo de Quem Manda em Sua Vida? Reflexões Sobre a Soberania Pessoal

Os padrões de pensamento exercem grande influência na vida das pessoas, embora muitas delas não se dêem conta disso. Ao criar os pensamentos cria-se também sentimentos, atitudes, palavras e ações, e assim criam-se o quadro de uma vida.

É preciso sair da rotina para não se deixar influenciar pelo redemoinho dos pensamentos. Um dos objetivos deste livro é ajudar o leitor a tomar consciência da qualidade de seus pensamentos.

É possível viver cada instante da vida sabendo escolher conscientemente pensamentos benéficos e de qualidade, bem como proteger-se das influências negativas. Para melhorar a qualidade dos seus pensamentos, é preciso tomar consciência de como se pensa e reconhecer que cada um cria seus pensamentos, tanto os positivos quanto os inúteis ou negativos.

Reconhecer essa situação vai permitir lançar as bases para uma verdadeira mudança positiva na vida.

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