

# ***COMO CRIAR SUAS PROPRIAS PROGRAMAS SUBLIMINARES***

**POR ROBERT ABRAHAM ®**



# ***COMO CRIAR SUAS PROPRIAS PROGRAMAS SUBLIMINARES***

**POR ROBERT ABRAHAM** ®

Obrigado por ter investido no seu manual da reprogramação Subliminar. Esta é a primeira vez que o assunto de reprogramação subliminar está sendo divulgado neste formato. O programa que oferecemos aqui contém tudo que precisa sobre reprogramação subliminar e como criar suas próprias programas. Além disso você vai aprender - Como e porque funciona, qual são as provas e as pesquisas no assunto. E o método passo a passo de Como escrever, gravar e criar seus próprios programas subliminares. Como bônus adicional incluímos também um curso em audio de “Como criar seus programas subliminares” para acompanhar este e-book inteiramente grátis.

**OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:** Cada vez que vou mencionar a palavra “CD”, estou me referindo para arquivos de audio em qualquer formato (mp3, wav, wmp, etc). Uso este termo para incluir TODOS os formatos de audio. Isso inclui o termo “toca CD” que de fato se refere a qualquer aparelho que toca audio, smart phones, tablets, micros, etc. Cada vez que eu falo de “Gravador Dec”, estou me referindo a qualquer gravador. Voce pode gravar tanto do seu micro, notebook ou celular.

Se você grava do seu notebook, faça download do aplicativo do site [www.audacity.com](http://www.audacity.com) Ele é 100% gratis. Veja as explicações de como trabalhar com a audacity nas paginas apropriadas.

# COMO USAR SEU PROGRAMA

1. Primeiro você deve escutar o prefacio (CD1, faixa 1) para ter uma visão geral do seu programa.
2. Segundo, escute para COMO CRIAR SEUS PROPRIOS PROGRAMAS SUBLIMINARES (incluído como brinde neste kit). Este curso vai ensinar você passo a passo como criar seus próprios programas subliminares usando um gravador simples. Caso você sabe como mexer no computador usando arquivos de som tipo WAV e gravar sua própria voz, você pode também. O processo pode ser aprendido facilmente no tutorial de todos os programas de edição de som.
3. Após de aprofundar e conhecer melhor o funcionamento dos programas subliminares, você pode começar e usar-los. O processo é bastante simples;
  - A) Coloque o CD no seu aparelho.
  - B) Escolhe a faixa do tema ou area de vida que você quer melhorar
  - C) Aperte o botão PLAY do seu aparelho
  - D) Escute pela primeira vez as afirmações e entenda as.
  - E) Abaixar o nível do som da fala do locutor até que ela fica na beira dos sons ambientais. A idéia é de abaixar o som, mas não tanto que você não pode ouvir nada. O nível deve ser pouco acima do nível dos sons ambientais, assim você pode ouvir e entender se você presta atenção.
  - F) Aperte o botão "Repeat" (repita) assim a mesma faixa de áudio vai tocar sem parar. Este botão é disponível em quase qualquer aparelho de toca CD. Se você pretende comprar um toca CD, sempre procure um aparelho com pelo menos essas seguintes características:
    - 1) O aparelho deve ter o botão REPEAT que vai servir para repetir a faixa inúmeras vezes, assim você não vai precisar parar e apertar o botão cada vez que a faixa terminou.
    - 2) Procure também um aparelho de Stereo com o botão BALANCE. Este botão controla o nível de som dos alto falantes esquerdo e direito. Girando este botão a direita, vai aumentar o nível do canal direito (fala do locutor) e vai baixar o nível musica. Girando o botão a esquerda, vai aumentar o nível da musica e baixar o nível da fala do locutor. Fazendo isso, vai esconder (ou mascarar) ainda mais a fala do locutor em baixo da musica. Em outros aparelhos mais avançados, você pode até achar um equalizador que controla cada canal separadamente assim você pode melhorar sua mascara musical Se você trabalha com seu micro, pode tocar seu CD no trabalho e ninguém vai perceber isso por que a fala do locutor vai

ser ou baixa demais para perceber ou coberta pela máscara da música barroca. Desta forma você vai programar sua subconsciência durante seu expediente. Se você trabalha com vendas, pode tocar a faixa 2 do CD 1 (Prosperidade) durante seu trabalho e o CD vai tocar sem parar e programar sua mente a ser mais próspero, positivo e ganhar mais dinheiro ou grandes comissões.

Hoje as maiorias dos micros possuem o aplicativo “Real Player”. Este aplicativo pode tocar seu CD enquanto trabalhando ou quando sentado na frente do seu micro. O Real Player possui também vários controles e um deles é um equalizador que pode ser usado para controlar a máscara. Você pode eliminar totalmente o canal da música e usar apenas a fala do locutor. (Isto pode ser feito através de baixar o canal da música tanto que nem pode ouvir-la) Ou pode aumentar a música tanto que ela cobre totalmente a fala do locutor, assim alguém que fica com você na mesma sala, pode ouvir a música e nem perceber que ele está sendo programado com afirmações positivas. Existem várias possibilidades, basta experimentar até que acha o que funciona melhor.

G ) O último passo é simplesmente USAR seus programas subliminares com bastante frequência. Quanto mais você usa, quanto mais rápido serão os efeitos.

Se você está fumando por mais de 20 anos, não espere que o programa “Parar de fumar” vai funcionar em alguns dias. Não esqueça que levou anos e anos de reprogramação habitual para enraizar o hábito de fumar.

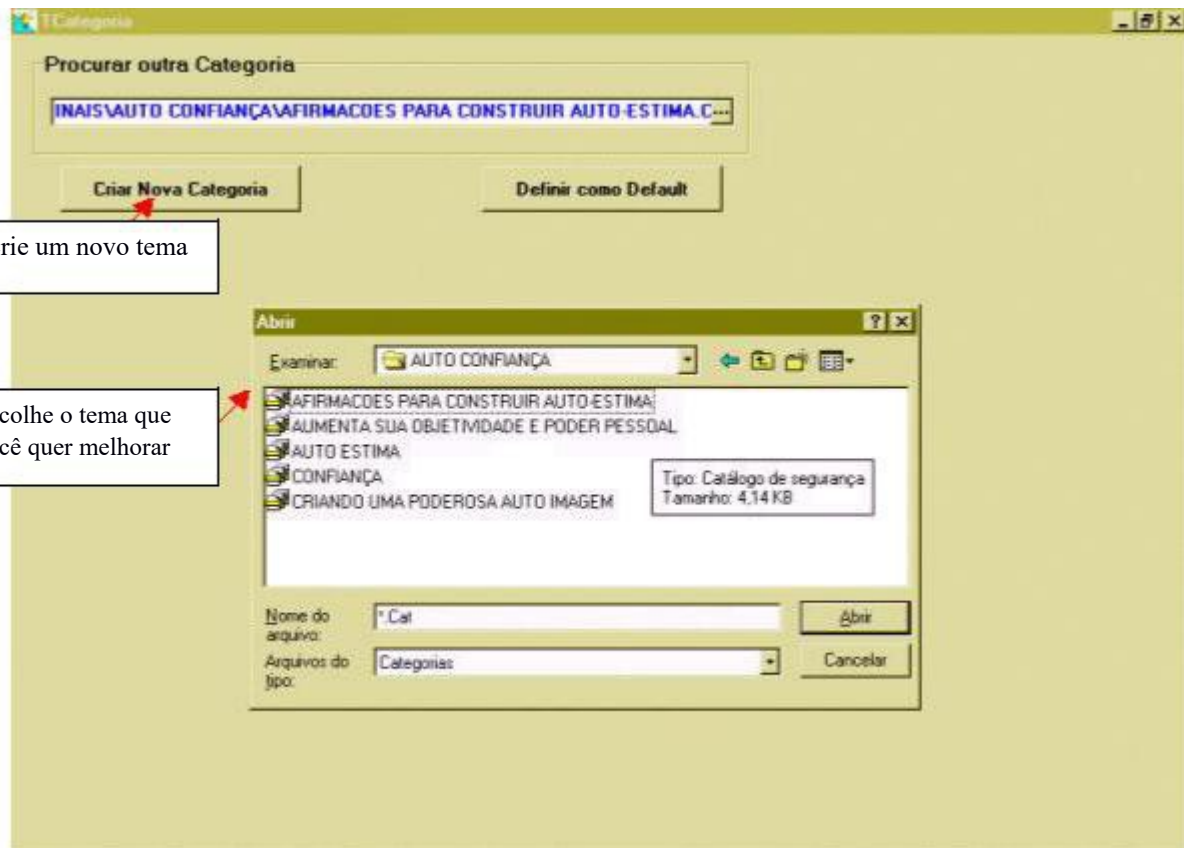
Baseado na experiência dos usuários dos programas subliminares, você vai começar a sentir mudança, bem sutil, mas muito profunda. Por exemplo, um usuário me ligou ontem e me diz que desde que usou o programa subliminal da prosperidade, ele mudou de emprego, ganhou mais dinheiro e até trocou seu carro por um carro 0.

Eu pessoalmente não sou exatamente o que nos chamamos de “magro”. Tenho alguns quilinhos a mais mas apenas após de ouvir os programas subliminares “Perca Peso” comecei a ver mudança sutil nas minhas atitudes alimentares.

Comecei comer menos, exercitar mais, mas os resultados eram bem surpreendentes. Você sabe, acabei ficando mais magro e isso foi tão sutil que nem percebi que isto estava acontecendo comigo. Isso pode acontecer com você também. Basta usar e você vai ver os resultados.

# PROGRAMAS SUBLIMINARES VISUAIS

No curso você vai aprender também sobre [Programas subliminares visuais](#) e sobre o aplicativo que nossa empresa desenvolveu. Ele é chamado Power Subliminals para Windows e pode ser usado para criar mensagens subliminares na tela do seu micro. Se você gasta pelo menos 20 minutos por dia na frente do seu micro, pode aproveitar esta incrível ferramenta e fazer com que seu computador “pisque” numa velocidade de até 1 milésimo por segundo, frases e afirmações subliminares que são reconhecidas pelo sua mente subconsciente mas não pelo seu intelecto. Essas frases afeitam nossa consciência e acabam criando aquela mudança tão desejada tais como perder peso, parar de fumar, melhorar auto-estima etc... Neste aplicativo especial incluímos vários pacotes de frases subliminares prontas e várias opções de como, onde e qual frequência você quer que elas apareçam na sua tela. Veja os desenhos abaixo:



Power Subliminals para Windows pode ser adquirido da nossa página da internet [www.seminarios.com.br](http://www.seminarios.com.br) por R\$ 40,00 (preços de 2002, podem ser alterados sem aviso) Entretanto, desde que você já investiu neste kit, vou incluir como bônus especial um cupom de 50% de desconto sobre o programa Power Subliminals para Windows. Passe este cupom por fax e ganhe 50% de desconto só isso. Este é R\$ 20,00 (preços ano 2002) após de fazer a compra nós o habilitaremos para fazer o download do programa em qualquer computador (exceto windows xp).

The image shows a screenshot of the 'Programa de frases subliminais' (Subliminal Phrase Program) interface. The window title is 'Programa de frases subliminais'. The main area displays a list of phrases under the category 'Categoria: AUTO CONFIANÇA\FIRMACOES PARA CONSTRUIR AUTO-ESTIMA.CAT'. The first phrase is 'Você é uma pessoa importante e preciosa e é merecedora do respeito dos outros'. A callout box points to this phrase with the text: '“Você é uma pessoa importante e preciosa e é merecedora do respeito dos outros”'. Another callout box points to the list area with the text: 'Dentro daquela pasta do tema, você vai achar As seguintes frases. Elas vão piscar na tela do seu micro'. Below the list, there are controls for 'Posição da Mensagem' (Message Position) with radio buttons for 'Janela Ativa -Topo', 'Janela Ativa -Centro', 'Janela Ativa -Rodapé', and 'Janela Ativa -Aleatória'. A callout box points to the 'Janela Ativa -Centro' option with the text: 'Você pode controlar o intervalo entre cada aparição na tela'. The 'Temporização' (Timing) section has a 'Intervalo' (Interval) set to 3 'Segundos' and a 'Duração' (Duration) set to 1 'Milésimos de Segundo'. A callout box points to the 'Intervalo' field with the text: 'Você pode controlar o tamanho das letras'. The 'Fonte' (Font) section includes a 'Tamanho' (Size) dropdown, a color palette for 'Botão Esquerdo - Fonte e Confirma alterações' (Left Button - Font and Confirm changes) and 'Botão Direito - Fundo' (Right Button - Background), and a 'Categorias' button. A callout box points to the 'Categorias' button with the text: 'Você pode controlar o tamanho das letras'. Other buttons include 'Cancelar', 'Testar', 'Defaults', 'Help', and 'Música'.

# O APLICATIVO POWER SUBLIMINALS PARA WINDOWS



**Faça cada minuto que  
você gasta na frente  
do seu computador,  
um minuto de auto  
ajuda**

Se você gasta na frente do seu computador alguns minutos por dia, trabalhando, comunicando ou até navegando na internet, você vai querer tornar este tempo “perdido” para tempo útil através do uso de mensagens subliminares que você criou para melhorar qualquer área da sua vida. O aplicativo Power Subliminals para

Windows ® projeta frases inteiras na tela do seu micro numa velocidade super rápida (velocidade de até 1 milésimo de um segundo), assim a influencia das frases é subliminar ou seja além da nossa consciência visual.

**Power Subliminals para Windows ®** permite criar suas próprias frases compostas por você, assim você vai ser seu próprio programador de acordo com suas necessidades

**Perca peso seja mais confiante, pare de fumar, obter sucesso em negócios, realizar mais em menos tempo, atrair o sexo oposto, desenvolve sua memória e concentração, desenvolve seu auto estima e muito mais....  
Como? Apenas sente na frente do seu computador como sempre!**

O Power Subliminals para Windows ® contem vários “pacotes” com centenas de frases cuidadosamente escolhidas para resultados rápidos. Por exemplo se seu objetivo é parar de fumar, você vai escolher a categoria “parar de fumar” nela você vai encontrar varias frases que apóiam este comportamento. Elas vão ser projetadas e piscadas na tela do seu micro e começar imediatamente sua programação.

- Power Subliminals para Windows ® oferece a opção de criar seus próprios “pacotes” ou categorias de mensagens e as adicionar para as categorias já existentes. Faça com que eles piscam automaticamente a partir da abertura do Windows.
- Power Subliminals para Windows ® permite a edição do texto, (tamanho, cor, cor do fundo das letras) e controle sobre o local aonde as frases apareçam na tela (parte inferior, superior, aleatoriamente ou no centro da tela e campo de visão)
- Power Subliminals para Windows ® permite também controle sobre a velocidade e frequência da pisca na tela do micro. Por exemplo a frase “Você é magro” pode piscar uma vez por segundo e cada segundo ou 1 vez por hora. Você pode programar a duração das frases na tela do micro. Ela pode aparecer rapidamente para 1 milésimo de 1 segundo ou para alguns segundos. A opção é sempre sua.
- Power Subliminals para Windows ® pode funcionar enquanto trabalhando no micro, navegando, comunicando ou brincando independente do programa que usa. As frases parecem tão rápido que você até nem repare das suas existências.
- Mais uma inovação é o uso do arquivo WAV de musica barroca que toca no fundo continuamente. Você pode escolher de vários arquivos musicais e deixe os tocar enquanto trabalhando ou se quiser, você pode optar de não usar a musica. A opção é sua. Começa já melhorando sua vida aproveitando esta incrível tecnologia.

**Power Subliminals para Windows é um aplicativo que você pode adquirir da nossa empresa e pode baixar da nossa pagina da internet. O aplicativo funciona em qualquer micro com sistemas operacionais Windows 95 para diante inclusive windows 10**



# ***REPROGRAMAÇÃO SUBLIMINAR***

## **PREFÁCIO**

Oi, este é Robert Abraham e sejam bem-vindos ao Power Subliminals, o revolucionário sistema de REPROGRAMAÇÃO SUBLIMINAR. O que você vai ouvir nos audios que acompanham este e-book está escutando agora representa os últimos avanços na tecnologia de moldagem e reprogramação humana. Nele coloquei uma série de programas subliminares que você pode usar de acordo com suas necessidades. Nós, da American Seminars, temos um compromisso de trazer para você os mais profundos conhecimentos e sabedoria de uma forma eficiente e prática. Esta é a primeira vez que o conceito de Reprogramação Subliminar está sendo divulgado no Brasil usando este formato. (formato de mensagens des-mascaradas). Nós reunimos em nosso site [www.seminarios.com.br](http://www.seminarios.com.br) vários títulos diferentes e você vai aprender tudo que precisa saber para poder usá-los.

- Atraindo riqueza e prosperidade;
- Administração de tempo;
- Auto confiança;
- Realização máxima;
- Atraindo o sexo oposto;
- Memória e estudo eficaz;
- Pare de fumar;
- Emagrecendo;
- Seja mais objetivo;
- Atraindo a sorte;
- Seja amado e popular, e mais ... ;

Estes são alguns dos títulos oferecidos em nosso site. Além disso você pode achar todas as afirmações auditivas escritas neste manual. A seguir vou explicar como aproveitar melhor seu programa e darei informações adicionais gerais sobre o assunto de mensagens subliminares auditivas e visuais. Mais tarde recomendo que você escute para os audios que acompanham este e-book. Nele você vai aprender tudo que precisa saber sobre mensagens subliminares auditivas e mensagens subliminares visuais e

tudo que vai precisar saber para criar seus próprios programas subliminares. Tenho certeza que você vai se beneficiar imensamente com o nosso programa.

## **PRIMEIRO O QUE É MENSAGENS SUBLIMINARES?**

A palavra SUBLIMINAR tem origem do latim – SUB abaixo, LIMINAR, ou seja, abaixo do liminar da consciência, por exemplo, se temos uma bola em nossa frente e podemos enxergá-la, então, podemos dizer que a imagem da bola é uma imagem consciente. Agora, se diminuirmos gradualmente a luz da sala, até podermos enxergar apenas alguns detalhes da bola e seu contorno, então podemos dizer que a imagem da bola está no limiar da consciência ou na beira da nossa consciência visual. Se diminuirmos a luz ainda mais, até não podermos enxergar nenhuma detalhe da bola apenas seu contorno ou silhueta, podemos então dizer que a imagem da bola é subliminar, ou seja, abaixo da nossa consciência visual.

Qualquer informação que encontramos, querendo ou não, nos afeta no nível consciente ou subconsciente, portanto, mensagens subliminares são aquelas que encontramos abaixo do limiar de nossa consciência. A maioria das mensagens subliminares são visuais ou auditivas, mas, após entender como elas funcionam, você também entenderá porque qualquer um de nossos sentidos podem ser afetados pelo estímulo subliminal. Independente do fato de que a duração de tempo da exposição das mensagens subliminares, tanto visuais quanto auditivas, tenha sido tão curta mesmo assim elas criaram um impacto profundo em nós.

O fato é que os dados das pesquisas são bem claras e não deixam nenhuma sombra de dúvida que mensagens subliminares realmente funcionam, palavras lidas, imagens vistas, informação ouvida podem ser filtradas, alteradas e ignoradas pela nossa mente consciente, mas, no nível subconsciente não existe nenhuma defesa, nenhuma possibilidade de filtrar a mensagem. Sem nenhuma ferramenta de raciocínio palavras, mensagens e idéias se tornam rapidamente em uma realidade para nosso nível subconsciente. Nossa mente subconsciente nem sabe a diferença entre realidade e mentira. Ela é totalmente receptiva para sugestões. O problema é que qualquer estímulo que recebemos não consegue chegar em nossa subconsciência, porque ele tem que passar através de um filtro crítico. Este filtro é chamado o "filtro crítico" porque ele critica e avalia qualquer informação antes de encaminhá-la para nossa mente subconsciente.

Usando as palavras do pesquisador norte-americano e autor do livro: Sedução Subliminal “Wilson Key” ele disse:

**“Qualquer coisa que percebemos conscientemente pode ser avaliada, criticada, discutida, argumentada e possivelmente rejeitada, enquanto mensagens percebidas através de nossa mente subconsciente não encontram nenhuma resistência ou qualificação pelo nosso intelecto.”**

O médico búlgaro George Lozanov, de quem falaremos daqui a pouco, desenvolveu o método sugestopédia e resolveu não usar mensagens subliminares em seu método e o motivo foi o fato que em sua opinião

**MENSAGENS SUBLIMINARES são irresistíveis para nossa mente, ou seja, mesmo que saibamos que estamos sujeitos a uma programação subliminar ou mesmo sem saber ou mesmo que saiba qual é a mensagem, querendo ou não, você ficará afetado e ponto final!**

Então, parece que temos uma brecha em nossa mente que permite que a informação entre sem que percebamos, mas porque existe esta brecha? Por que existe esta janela ou esta abertura em nossa defesa? A resposta para esta pergunta você vai descobrir mais tarde no programa Faça você Mesmo Subliminares.

Mas, qual senso é o mais receptivo? Existe apenas um senso que sempre funciona e é sempre receptivo. Estou falando sobre o senso de ouvir. Este senso é um dos sentidos que não requer nossa atenção constante. Se você tampar seus olhos não verá nada. Se você embrulhar sua mão dentro de um pano ou dentro de uma luva, não vai sentir nada. Se cobrirmos nossa língua, não poderemos saborear nada. Só o senso de ouvir pode funcionar sempre. Quando dormimos não somos capazes de ver, mas de ouvir. Mesmo assistindo TV podemos ouvir outros barulhos, por isto, mensagens subliminares auditivas podem ser usadas em qualquer ambiente e ainda produzir resultados.

Mensagens subliminares apresentam uma forma rápida e eficiente para afetar esta mudança. Uma única sugestão subliminar repetitiva:

“Você é um excelente e eficiente aluno”,

“Você é um excelente e eficiente aluno”,

“Você é um excelente e eficiente aluno”

Repetindo vez após vez, após vez, após vez, após vez num nível baixo demais para ser filtrada ou entendida pela nossa mente consciente, mas suficientemente alta para ser decodificada e entendida pela sua mente subconsciente, vai acabar mudando a auto percepção de um aluno que acha que não tem essas habilidades de ser excelente e eficiente em seu estudo.

Então, como uma sugestão subliminar pode desfazer uma programação assimilada durante décadas? A resposta é que mensagens subliminares possuem o poder de alcançar diretamente as profundidades de nossa consciência, através de um canal direto, sem a filtração da lógica e suas experiências do passado. O que estamos fazendo aqui é afetarmos diretamente o mecanismo que molda nossa experiência e nossas atitudes e isto é algo significativo. É uma ferramenta poderosa que pode ser usada para nosso bem ou para nosso mal. Ouvindo sugestões subliminares, no nível abaixo de nossa consciência, a mente subconsciente pode ser treinada para refletir qualquer atitude em qualquer estado mental que desejamos.

Imagine que você queira entrar no palácio e falar com o rei. Antes de fazer isso e chegar, você deve passar por várias barreiras e guardas. Os guardas possuem uma função importante que é impedir e checar qualquer pessoa que quer uma audiência com o rei. Exatamente isso que está acontecendo aqui. Os guardas são sua mente consciente e o rei é sua mente subconsciente. O rei é quem realmente comanda, mas para chegar até o rei, ou seja, sua mente subconsciente, você deve ser checado pelos guardas, ou seja, sua mente consciente. Mesmo que a sua intenção seja extremamente boa e para beneficiar o rei, e mesmo que você queira dar para seu rei um presente valioso, você ainda precisa ser escrutinado pelos guardas.

Agora vamos imaginar um cenário diferente. Vamos dizer que você queira falar com o rei, mas você conhece uma passagem secreta que conduza diretamente ao trono. Isto é exatamente o que acontece com mensagens subliminares. Elas permitem um acesso direto para o verdadeiro comandante – sua subconsciência. E isto é o que Power Subliminals vai fazer por você – ensinar o caminho direto para reprogramar sua mente subconsciente. Nosso programa é um programa auditivo por sua vantagem de funcionar numa forma

que não atrapalha sua vida, e não é só isso, Mensagens Subliminais auditivas oferecem a vantagem da conveniência de uso. Use-as em qualquer lugar ou hora e até mesmo dormindo porque seu senso de ouvir nunca pára de funcionar. Até mesmo pacientes sob anestesia podem ouvir os acontecimentos na sala da cirurgia. Esta fato é tão evidente que até mesmo médicos aprendem a se comportar positivamente com seus pacientes, mesmo enquanto inconscientes.

Seu kit contém 14 títulos diferentes. O que você vai perceber é que o locutor fala devagar, usando a expressão Você é um ser amado, etc. ou Você é uma pessoa atraente, etc. Essas afirmações podem ser entendidas claramente pela nossa mente consciente mas, para criar o efeito subliminar, você vai precisar baixar o volume do som até que o nível auditivo esteja na beira de ouvir, ou seja, você pode ouvir que alguém está dizendo algo, mas você não pode entender claramente tudo o que está sendo dito. Ou melhor ainda, se você prestar atenção poderá ouvir e entender tudo, mas se sua atenção estiver em outras coisas você será capaz de ouvir mas sem que sua mente consciente preste atenção. Mesmo assim você pode apostar que sua mente subconsciente pode ouvir e entender tudo.

A maioria dos ambientes possuem barulhos naturais. Se você está sentado no seu quarto, agora mesmo existem vários sons ambientais que você pode ouvir mas sem prestar atenção. Por exemplo, você pode ouvir que na outra sala a TV está ligada. Se você prestar atenção vai ouvir e entender as notícias, mas se você ficar num quarto diferente, você nem percebe ou presta atenção. Se você se esforçar um pouco, pode ouvir os carros passando na rua e até as conversas dos vizinhos. Querendo ou não, sua mente subconsciente está captando e analisando todos esses sons, mas conscientemente você nem percebe.

Todos os títulos de reprogramação subliminar oferecem a opção de usar máscara ambiental ou máscara de música barroca, a opção é sua. Primeiro, o que é máscara? ... usualmente mensagens subliminares mascaradas são aquelas que usam fundos musicais ou som de ondas, ventos, rios, etc ... o objetivo da máscara é fazer com que a mensagem esteja misturada com a máscara de som, assim ninguém têm a menor idéia que está sendo programado, ou seja, escutando uma mensagem subliminar. Por outro lado, existem mensagens subliminares desmascaradas onde elas parecem sem nenhum fundo musical. Para usar esta mensagem simplesmente coloque seu CD no aparelho e aperte o botão PLAY e, em seguida, abaixe o volume da fala até que você não possa distinguir entre a fala do locutor e os sons dos

ambientes tais como: conversa dos vizinhos, TV ligada em outra sala, barulho das crianças ou dos carros na rua, etc.;

O que fizemos no Power Subliminals foi gravar as afirmações em dois canais. Qualquer aparelho de stereo possui 2 canais principais - canal direito e canal esquerdo. No canal direito gravamos as afirmações e no esquerdo gravamos a música barroca, que além de servir como máscara sonora, ela tem outra qualidade especial que é criar o efeito sugestopédia do Dr. Lozanov. Uma explicação detalhada sobre os métodos do Dr. Lozanov você vai encontrar no CD Faça você mesmo Mensagens Subliminais.

O programa subliminar que você vai usar oferece a opção de usar máscara de música barroca e se quiser não usar nenhuma máscara, nós atingimos esta habilidade gravando o programa usando dois canais de áudio, ou seja, canal direito contendo a mensagem do locutor e canal esquerdo contendo a máscara musical. De um modo geral, a música barroca possui um ritmo lento que sincroniza os dois hemisférios do nosso cérebro e isso acaba acelerando os resultados que pode esperar.

O que é realmente especial é o fato de oferecer a liberdade para você ouvir ou não ouvir a música barroca. Nós oferecemos esta opção simplesmente através do uso dos dois canais. Como você sabe qualquer aparelho que toca CD possui um botão giratório chamado BALANCE. Com este botão você pode literalmente cancelar o canal esquerdo da música ou se quiser, você pode usar a música para mascarar suas Mensagens Subliminais. Apenas aumente o volume do canal esquerdo e vai perceber que a música vai dominar o som da fala do locutor, ou seja, ela vai mascarar as Mensagens Subliminais. Se você abaixar o som da música, você poderá ouvir apenas o som da fala do locutor assim pode ouvir mensagens desmascaradas e entender cada palavra.

Se você prefere tocar seus CD (ou arquivos mp3) de Mensagens Subliminais no aparelho de multimídia do seu micro, você pode ter até mais controle. Eu, por exemplo, tenho um CD subliminar das minhas mais favoritas afirmações sempre tocando no meu laptop (notebook), até mesmo enquanto estou escrevendo essas linhas. Essas mensagens são poderosas e quanto mais você as usa mais vai notar os resultados. Tudo isso depende da intensidade do uso dos seus programas. Eu sei que elas mudaram minha vida totalmente e a mudança foi gradual e lenta, mas realmente profunda.

Estas gravações não são mágicas ou místicas, mas o efeito que elas podem produzir são incríveis. Nossa idéia sobre a vida são baseadas sobre o que aprendemos em nosso ambiente e no círculo de pessoas. Se alguém chamar seu filho de ESTÚPIDO, após ouvir isto centenas de vezes, ele começa a acreditar e a agir interpretando o papel de uma pessoa estúpida, porque sua mente consciente vai criar uma barreira e rejeitar qualquer idéia diferente. Mensagens ocasionais que sugerem que a pessoa não seja estúpida, não carregam muito credibilidade e também não influenciam muito, portanto são obstruídas e rejeitadas sem causar nenhum efeito ou mudança.

A reprogramação subliminar produz os melhores resultados porque elas atingem nossa mente subconsciente diretamente sem ser obstruídas e sem enfrentar aquela barreira que acabei de mencionar. Anos de recondicionamento podem alterar a perspectiva de uma pessoa, mas, reprogramação subliminar não necessita de nossa atenção porque a influência acontece inconscientemente.

Assim podemos trabalhar, assistir TV ou brincar enquanto estamos sendo programados. Mensagens subliminares não necessitam de psicólogos, hipnotizadores, assim elas não tiram o tempo de nossa agenda cheia. Reprogramação Subliminar pode modificar nosso comportamento rapidamente tirando hábitos indesejáveis e nos programa com hábitos desejáveis. Após ouvir mensagens subliminares centenas de vezes elas começam a reprogramar nossas atitudes e padrões de hábitos sem conflitos ou interferências.

Um estudo recente mostrou que a diferença entre pessoas bem sucedidas e aquelas que não são bem sucedidas é apenas nas atitudes das pessoas. Um estudo de criatividade feito com mais de duas mil pessoas mostrou claramente que a única diferença entre pessoas criativas e não criativas era meramente a crença da criatividade, as pessoas que se achavam criativas eram criativas e aquelas que não se achavam criativas realmente não eram criativas. Pense sobre isto: *suas crenças em suas próprias habilidades é o suficiente para mudar suas atitudes.*

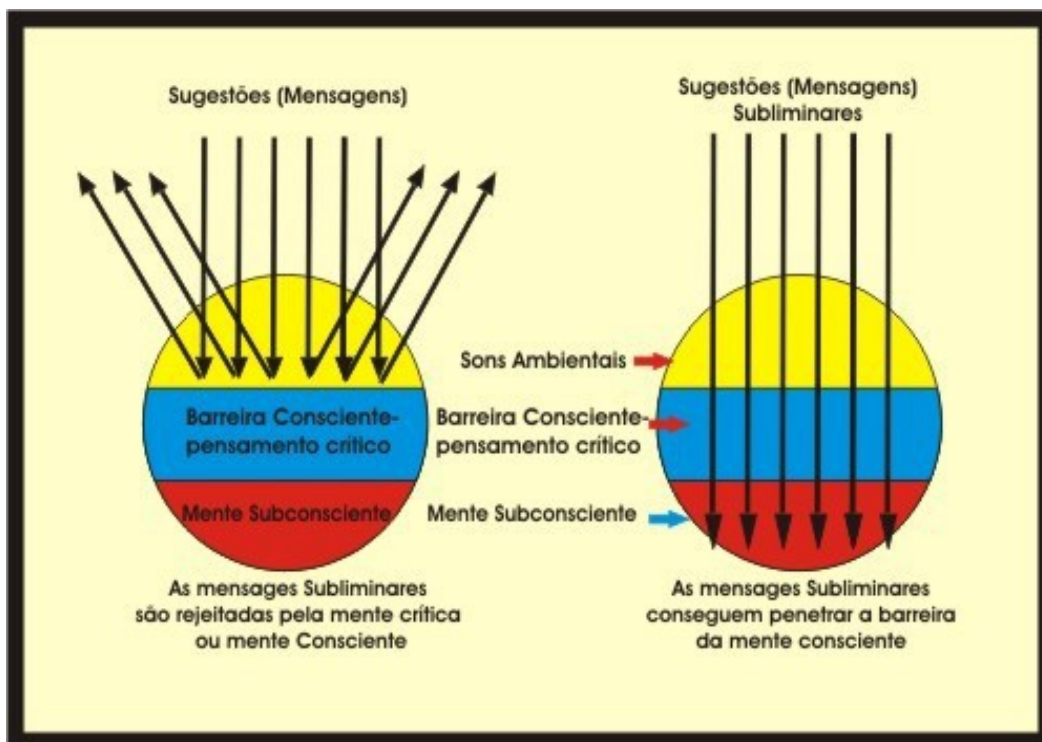
Pense sobre isso, só uma mensagem subliminar lhe separa de uma criatividade extrema, a mesma coisa se aplica para prosperidade, sucesso – só uma crença profunda em suas habilidades lhe separa de um sucesso e prosperidade, então, esta é sua oportunidade de ser o que quer ser, porque nossos pensamentos são impulsos de energia criativa. E se mudamos esses impulsos, eles vão acabar

mudando nossa vida. No programa fator da sorte, mais uma apresentação da American Seminars, comprovei matematicamente que são nossos pensamentos que possuem o poder de mudar qualquer coisa em nossa vida, e até modificar a sorte.

Power Subliminals é o programa que vai ajudar você a fazer qualquer coisa como se fosse uma lâmpada de aladim.

As mensagens subliminares no seu programa não são intrusivas, (não interrompem) ou seja, elas não necessitam que você dedique um tempo específico para escutar. O som da máscara ambiental pode ser o som do canal de sua TV, ou o som da sua estação de rádio mais favorita e assim você pode fazer com que sua fita ou CD subliminar toque 24 horas por dia, e você nem percebe que ele funciona. Portanto, a única coisa que você deve fazer é apertar o botão “Repeat” – Muitos aparelhos de CD’S possuem esta função.

Você aperta o botão REPEAT e o aparelho repete a mesma faixa infinitas vezes. Se você tiver aparelho de K-7, muitos deles possuem um botão chamado “auto reverse”, ou reverso automático, você pode apertar este botão e sua fita subliminar pode tocar várias vezes numa forma infinita. (Veja o programa “Como criar seus programas subliminares” aonde pode aprender como criar mensagens subliminares usando um simples gravador de fitas cassetes.





Mais um elemento embutido em suas gravações subliminares é variar a velocidade das gravações. Se você toca uma fita cassete mais rápido do que a velocidade normal, você perceberá que a voz gravada aparecerá mais aguda. Isso acontece porque a fala é mais rápida. Nós costumamos chamar isso no inglês de Pitch. O botão PITCH está disponível em gravadores profissionais e em aparelhos de toca-fitas especiais. Os programas dentro deste kit possuem trechos de mensagens gravadas em alta velocidade, ou seja, você pode escutar estas gravações numa velocidade 20% mais rápida do que a fala comum. Se você prestar atenção perceberá que a voz do locutor fica aguda e a fala é super rápida, mas, mesmo assim pode-se entender tudo sem nenhuma perda na compreensão.

Nos títulos das mensagens subliminares que criamos você encontrará trechos de mensagens subliminares desmascaradas ditas em velocidade e PITCH'S diferentes. A locução é dita em alta velocidade usando um processo especial de gravação, onde permite que a velocidade da fala chegue a 300 palavras por minuto, sem nenhuma perda na retenção.

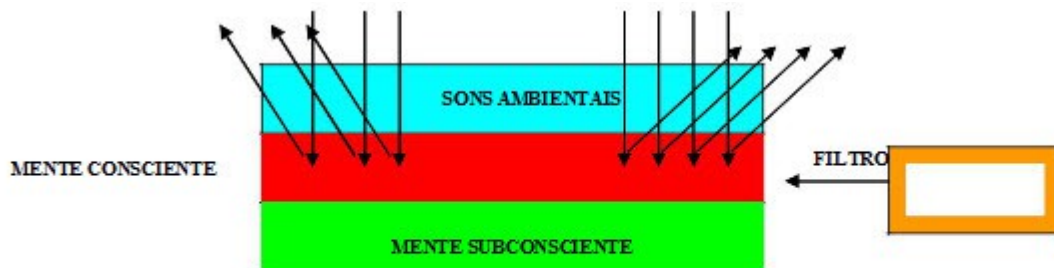
O que foi descoberto é que a variação na velocidade das palavras pode fazer com que suas mensagens subliminares consigam resultados mais dramáticos ainda. O motivo principal das fitas ou CD subliminares de alta velocidade de locução serem mais eficientes é que elas ficam sintonizadas com a velocidade de nossos pensamentos. Nossa mente pensa mais rápido do que a velocidade de nossa fala e quando ouvimos a informação mais rápida nós compreendemos mais rápido. Este é o mesmo argumento usado por vendedores dos programas de leitura rápida ou leitura dinâmica, onde alegam que quanto mais rápido você lê mais rápido você entenderá, porque pensamos mais rápido do que podemos falar.

OK, quero falar sobre mais uma ferramenta adicional que oferecemos através da American Seminars, estou falando sobre mensagens subliminares visuais – você já ouviu falar sobre aquela famosa pesquisa realizada no meio dos anos 50 onde as frases BEBA COCA-COLA e COMA PIPOCA foram inseridas como a imagem 25<sup>a</sup> no filme PIQUENIQUE (FÉRIAS DO AMOR) Como você sabe um filme comum projeta 24 imagens por segundo para criar a ilusão do movimento.

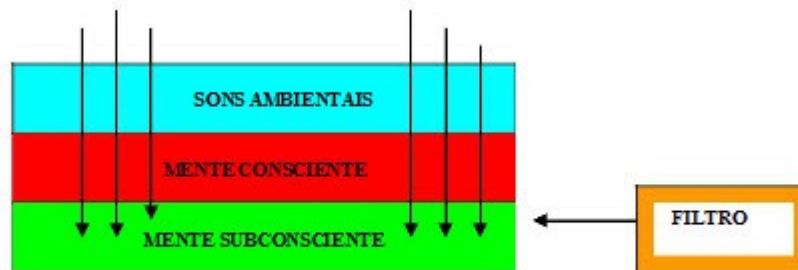
O que eles fizeram no filme PIQUENIQUE foi colocar mais uma imagem. A 25<sup>a</sup> imagem foi uma imagem da coca-cola com a mensagem: Beba coca-cola e outra imagem de um saco com pipoca: “Coma pipoca”. O resultado foi um

aumento drástico nas vendas da coca-cola e pipoca. Esta foi só uma das pesquisas que mostraram claramente como mensagens subliminares funcionam, como elas foram registradas e afetaram as pessoas sem saber porque ou como!

Eu fiquei convencido da eficiência de mensagens subliminares visuais e decidi aproveitar estas habilidades usando um programa subliminar que combina mensagens subliminares auditivas com mensagens subliminares visuais com fundo de música barroca e com a independência de escolher de um MENU seu próprio programa subliminar que atenda suas necessidades. Com ajuda da empresa brasileira PROFORM conseguimos desenvolver um aplicativo super versátil. Se você sentar na frente de seu micro, 1 ou 2 horas por dia, este aplicativo poderá revolucionar a maneira de você programar suas próprias atitudes. Entre na minha página de internet: [www.seminarios.com.br](http://www.seminarios.com.br) clique sobre o link PROGRAMAÇÃO SUBLIMINAR VISUAIS e leia mais detalhes sobre este aplicativo, ou escute o programa “Faça você mesmo subliminares” incluído no seu kit.



Treinamento que atende apenas nossa mente consciente acaba sendo rejeitado



Mensagens e sugestões subliminares conseguem ultrapassar a barreira da mente consciente

## **POWER AFFIRMATIONS.**

Quero aproveitar esta oportunidade e divulgar um novo programa que vai sair logo, se Deus quiser, chamado Power Affirmations. Este é um programa revolucionário porque combina afirmações positivas com Mensagens Subliminares. Como você sabe afirmações são declarações ditas com intensidade emocional e criam um efeito psicológico que acaba criando mudanças drásticas em nossos pensamentos.

O novo Power Affirmations são uma série de 20 títulos diferentes de afirmações positivas aonde você segue a locução do locutor e repete cada frase dita usando o prefixo EU.

Por exemplo, você vai ouvir o locutor dizendo: “Eu sou um excelente vendedor. Repita!” E você vai repetir em voz alta a mesma frase: Eu sou um excelente vendedor. A novidade nesta série de gravações de afirmações guiadas é que além de dizer suas afirmações, no fundo vão tocar Mensagens Subliminais que vão repetir o tema geral das afirmações. Por exemplo, enquanto você vai repetir com intensidade emocional a frase: **“eu sou um excelente vendedor,”** o Power Affirmations vai repetir no canal esquerdo a frase **“Você é um excelente e habilidoso vendedor que gera renda milionária”**.

Esta é uma nova técnica e ela é chamada “sombra sonora”. Enquanto o locutor está dizendo as afirmações no canal direito, o canal esquerdo possui afirmações positivas ditas com o prefixo “você” mas numa forma subliminar. Esta é a primeira vez que este sistema está sendo usado no Brasil e estou confiante que você vai adorar trabalhar com o Power Affirmations.

### **A diferença entre os dois programas é que:**

- Power Subliminals não necessita da sua atenção e envolvimento enquanto
- Power Affirmations necessita seu envolvimento consciente todos os dias, mas seus resultados são indiscutíveis.

OK. Vamos então começar sua programação subliminar. Comece já a mudar vários aspectos negativos, hábitos indesejáveis repondo-os com hábitos positivos, chegou sua hora de tomar o controle novamente. Tomara que você nunca seja o mesmo, mas cada vez melhor. Aproveite. Este é Robert Abraham sempre afirmando.

### **PROGRAMAS SUBLIMINARES ADICIONAIS**

Nossa livraria de títulos aumenta cada dia e ultimamente adicionamos esses programas. Eles podem ser encontrados em nossa pagina da internet:

- Tomando decisões corretas
- Atraindo amor do sexo oposto
- Melhorar auto estima

- Aumenta sua objetividade
- Faça agora
- Atrair a boa sorte
- Melhorando a intuição
- Melhorando suas vendas
- Rejuvenecimento

Copyright ano 2017 – todos os Direitos Reservados para Robert Abraham e American Seminars.

# **COMO CRIAR SEUS PRÓPRIOS PROGRAMAS SUBLIMINARES**



## **Sessão 1 A**

Você já se perguntou alguma vez, por que conseguiu obter sucesso fazendo algumas coisas, enquanto em outras fracassou miseravelmente? Independente de seus objetivos, se sua programação do passado não lhe permite acreditar que pode Ter sucesso, nada no mundo vai motivar você o suficiente para atingir seus objetivos. Se a tarefa é chata, traz aborrecimento ou é assustadora, você nunca ficará excelente nela, se você não gosta de uma parte do processo, você não fará um esforço consistente, alguma coisa ou alguém irá atrapalhar suas tentativas e você acabará fracassando, mas, finalmente existe uma maneira comprovada para colocar dentro de você os pensamentos, as crenças e as atitudes que você deve Ter numa forma consistente e constante, a fim de atingir qualquer desejo que queira, qualquer objetivo, qualquer sonho – uma excelente saúde física e mental, sucesso extraordinário em sua carreira, sua família, sexo oposto, atletismo, finanças, memória poderosa, capacidades mentais incríveis, livre-se de hábitos negativos, pare de fumar, perca peso e muito mais....

A reprogramação subliminar é a chave para atingir tudo isso, numa forma acelerada e sem esforço ela criará aquela intensa faísca de fogo interno e crença em si mesmo que você deve possuir se quiser atingir os grandes sonhos em sua vida.

Oi, este é Robert Abraham e sejam bem-vindos ao REPROGRAMAÇÃO SUBLIMINAR – Dúzias de estudos acompanhando o desempenho de programas educacionais de auto-ajuda na forma de livros mostrou que apesar da milagrosas histórias de sucesso, mais de 95% dos leitores não atingiram os resultados desejados. Não basta sabedoria ou conhecimento!

Você sabe muito bem que para melhorar algum aspecto em sua vida tais como: perder peso, parar de fumar, ganhar mais dinheiro, etc... vai exigir ação específica. O desafio aqui é como podemos nos motivar numa forma

consistente e constante? A chave é a motivação constante através de repetições. Vendo as informações cem vezes ou mil vezes nos ajuda a lembrar melhor e modificar nossos comportamentos mais rápido, que tal cem mil vezes! Não basta apenas uma exposição!

O componente essencial que falta em qualquer programa de auto ajuda é que a maioria deles não vem com um mecanismo automático que continua emitindo informação, motivação e encorajamento, eles não oferecem uma maneira automática para mudar os padrões imitadores que encontramos todos os dias. A melhor informação no mundo não lhe ajudará a menos que sua mente fique exposta e fique bombardeada repetitivamente, constantemente, por estas mensagens.

O que iremos explorar logo a seguir é a mais avançada tecnologia de re-programação humana “mensagens subliminares auditivas e visuais”- na primeira parte desta apresentação, vamos aprender sobre mensagens subliminares em geral, as teorias, pesquisas, experiências e porque elas funcionam. Usando estes fundamentos científicos iremos aprender, passo a passo, o processo de como criar suas próprias fitas subliminares que estimulam imagens mentais causando as mudanças que tanto desejamos. Não é necessário um estudo de gravação sofisticado, você pode criar suas próprias fitas usando equipamentos simples, disponíveis na maioria das lojas de aparelhos eletrônicos. Usando dois gravadores simultaneamente, você pode criar fitas subliminares de qualidade profissional, a propósito daqui para frente quando eu disser: fita isto significa FITA ou CD; a tecnologia de converter fitas em CD'S é muito simples e barata e caso queira trabalhar com CD'S a opção é sua, portanto, lembre-se que minha intenção aqui inclui ambos fitas e CD'S.

Então, essas fitas contém mensagens subliminares específicas que você mesmo criou, seguindo algumas regras verbais simples. Seguindo essas instruções simples e práticas, você finalmente descobrirá o quanto é poderosa esta ferramenta e porque elas podem afetar as mudanças tão esperadas em sua vida!

Na terceira parte deste curso incluirei trechos de fundos musicais ou ambientais usados em estudos profissionais de mensagens subliminares e inclusive vou lhe apresentar uma outra ferramenta de programação humana “MENSAGENS SUBLIMINARES E VISUAIS” projetada na tela de seu micro e acompanhada com fundos musicais barrocos. Usando as instruções apresentadas aqui, você poderá criar suas próprias e excelentes gravações

subliminares que são irresistíveis para sua mente subconsciente. Todas as informações e instruções de como fazer suas próprias gravações subliminares incluindo fundos musicais estão disponíveis nesta apresentação e esta habilidade você pode aproveitar para o resto de sua vida.

Vamos então iniciar com a primeira parte:

**REPROGRAMAÇÃO SUBLIMINAR** - a palavra “SUBLIMINAR” tem origem no latim - SUB abaixo, LIMIAR ou LINEAR, ou seja, abaixo da LINEAR consciência. Se, por exemplo, tivermos uma bola em nossa frente e podemos enxergá-la, portanto, diremos que a imagem da bola é uma imagem consciente, agora se diminuirmos gradualmente a luz da sala até que não possamos enxergar esta bola, então, podemos dizer que a imagem da bola está na LINEAR da consciência e se diminuirmos a luz ainda mais, até que possamos enxergar só uma parte da silhueta da bola, podemos, então dizer que a imagem da bola é subliminar, ou seja, abaixo de nossa consciência visual, então, qualquer informação que encontramos, querendo ou não, nos afeta no nível subconsciente ou no nível consciente, portanto, mensagens subliminares são aquelas que encontramos abaixo da linear de nossa consciência. A maioria das mensagens subliminares são visuais ou auditivas, mas, após entender como elas funcionam, você entenderá porque qualquer um de nossos sentidos podem ser afetados pelo estímulo subliminal.

Cientistas no ramo de comportamento humano, já tinham experimentado um grande leque de estímulo por décadas, mas, não até que as mensagens subliminares saíssem dos laboratórios e estrearam nas telas dos cinemas nos anos 50 que eles começaram a receber a agressão pública merecida. Um filme comum no cinema passa numa velocidade de dezesseis molduras por segundo; uma filmadora de celulóide possui um mecanismo de abertura e fechamento dezesseis vezes por segundo. A máquina avança o filme, pisca e expõe o filme e avança para a próxima moldura e repetindo este processo dezesseis vezes por segundo, a propósito filmadoras de vídeo possuem uma velocidade ainda mais alta de 20 a 30 molduras por segundo. Se diminuirmos o número das exposições por segundo para, por exemplo, quatorze ou quinze molduras por segundo, podemos começar a perceber algo piscando na tela.

Na Segunda Guerra Mundial os oficiais de serviço aéreo britânico RAF (Royal Air Force – Força Aérea Real) experimentaram um aparelho chamado Taquitascope – é um projetor com uma fechadura que pisca uma imagem numa tela em fração de um segundo. Com este aparelho, pilotos ficaram expostos à silhueta dos aviões dos inimigos por uma fração de um segundo. O



objetivo de seus treinadores foi ensinar os pilotos a identificar a silhueta dos aviões dos inimigos numa fração de um segundo. Os pesquisadores também descobriram que para reconhecer uma única letra do alfabeto leva 4 molduras (quadros) de filme! Quanto mais letras mais tempo é necessário!

Experiências com este aparelho também mostraram que o tempo necessário para o reconhecimento das letras ou até aviões de inimigos podem ser melhorados consideravelmente após treinar bastante. Eles ficaram espantados com o fato de que os pilotos que participaram destas pesquisas conseguiram reagir às palavras inteiras e frases inteiras projetadas numa velocidade mais alta que conscientemente podem ser reconhecidas. Este mesmo aparelho fora usado na versão computadorizada para treinar pessoas a aumentar sua velocidade de leitura mais tarde, inclusive o aplicativo SPEED READER, disponível gratuitamente para pessoas que adquiriram o curso Power Memory para Exames, funciona usando este mesmo mecanismo: treinando os alunos a absorver frases inteiras, numa fracção de segundos, ao invés de palavras soltas;

Talvez a mais conhecida história sobre propaganda subliminar foi feita em 1956 por James Vickrey, um pesquisador de marketing americano - ele alegou que num período de 6 semanas, 45.699 (quarenta e cinco mil, seiscentos e noventa e nove) telespectadores num cinema em Nova Jersey assistiram duas mensagens da propaganda – “coma pipoca” e “beba coca-cola”, enquanto, assistiam o filme Piquenique, um filme bem famoso. (Férias de Amor com William Holden e Kim Novak).

Segundo Vickery a mensagem foi projetada por 3 milésimos de segundo, cada 5 segundos antes da intermissão do filme. A duração da mensagem foi tão curta que os telespectadores nem repararam, mas, a despeito disto, neste período de 6 semanas as vendas da pipoca subiram 57% e da coca-cola 18,1%. Desde que os teatros ganhavam uma margem de seus lucros naqueles balcões de pipoca, eles descobriram um método para ganhar dinheiro fácil e o uso do método se tornou comum. Mas esta festa não durou muito porque o congresso norte-americano também ficou interessado neste fenômeno e logo depois criou leis que proibiam o uso de subliminares para melhorar vendas na forma direta. Outros países seguiram os passos dos Estados Unidos e criaram as mesmas leis! Independente do fato de que o tempo de exposição de mensagens subliminares visuais ou auditivas seja tão curto, elas criam um impacto profundo em nós; o fato é que os dados das pesquisas são bem claros e não

deixa nenhuma sombra de dúvida que mensagens subliminares também funcionam!

O médico búlgaro George Lozanov que desenvolveu o método sugestopédia ensinados em duas apresentações, Power Memory Phonics e Phonics Studios, escolheu não usar subliminares em seu método e o motivo foi porque em sua opinião mensagens subliminares são irresistíveis para nossa mente, ou seja, mesmo que você saiba que está sujeito a uma programação subliminar ou mesmo sem saber qual a mensagem, querendo ou não, você ficará afetado e ponto final!

Então, palavras lidas, imagens vistas, informações ouvidas podem ser filtradas, alteradas e até ignoradas pela nossa mente consciente, mas, no nível subconsciente não existe nenhuma defesa, ou seja, nenhuma possibilidade de filtrar mensagem, nenhuma ferramenta de raciocínio – palavras, mensagens e idéias se tornam rapidamente em uma realidade para nós neste nível. Usando as palavras do pesquisador norte-americano e o autor do livro SEDUÇÃO SUBLIMINAR Wilson Keys, “qualquer coisa que percebemos conscientemente pode ser avaliada, criticada, discutida e argumentada, e possivelmente rejeitada, enquanto mensagens percebidas de nossa mente subconsciente não encontra nenhuma resistência ou qualificação pelo nosso intelecto.”

A fim de entender o poder das mensagens subliminares, vejamos mais um exemplo de um estudo realizado no Richard J. Daily College, em Chicago - Illinois, usando um projetor simples de filme de 8 milímetros, na primavera de 1986 – nesta pesquisa 150 estudantes do 1º e 2º ano foram selecionados aleatoriamente para participar do estudo – 75 estudantes do grupo A e 75 do grupo B. Os dois grupos assistiram um filme que durou 01:45 (um minuto e quarenta e cinco segundos), no filme foram projetados na tela numa forma ordenada os números entre 30 e 50, cada número na seqüência fora projetado por 5 segundos ou por 500 molduras de filme.

A seqüência inteira possuía 10.500 (dez mil e quinhentas) molduras; o segundo grupo de 75 estudantes assistiram o mesmo filme com uma pequena diferença: uma moldura contendo o número 39 foi inserida em quatro lugares diferentes durante o filme. A duração do tempo na tela de cada moldura 39 foi um centésimo de um segundo, ou seja, o número foi projetado abaixo do limiar da consciência. Após o filme os estudantes tinham que escrever

qualquer número que surgia em suas mentes entre 30 e 50 e os resultados foram surpreendentes.

O primeiro grupo que assistiu sem a inserção da moldura com o número 39 no filme, só dois estudantes escreveram o número 39, ou seja, 2,7 % dos estudantes. No segundo grupo que assistiu o filme com o número inserido em quatro lugares com o tempo total de (quatro centésimos de um segundo) 42 estudantes ou 56% dos estudantes escreveram o número 39, ou seja, 20 vezes mais do que o primeiro grupo. A conclusão desta experiência é que mesmo não visto conscientemente o número 39 realmente afetou as respostas dos estudantes e isto é impressionante!

Então, parece que temos uma brecha em nossa mente, onde permite que a informação entre sem que percebamos, mas, porque existe esta janela ou esta abertura em nossa defesa? A resposta para isto é simplesmente: sobrevivência!

Segundo o pesquisador Dixon que viveu no início do século 20, nossos cérebros não tinham o mesmo nível de consciência como hoje, a consciência dos animais está controlada mais por reações automáticas padronizadas de comportamento. Dixon disse que quando o ser humano evoluiu da forma de criatura inconsciente para uma criatura consciente nosso cérebro desenvolveu um mecanismo que controla e filtra a maioria dos estímulos que experimentamos, nossa mente faz isto a fim de utilizar melhor nossas faculdades conscientes mentais, então, para nos proteger de sobrecargas de estímulos – novamente estou repetindo: para nos proteger de sobrecargas de estímulos, só uma fração dos estímulos está canalizada para nossa mente consciente e o resto está processada para nossa mente subconsciente.

Um bom exemplo que pode simplificar esta explicação é imaginar um caçador dormindo em sua barraca no meio da selva, um urso mortífero (carnívoro) passa pelas proximidades cheirando o ar em procura de uma presa fácil – ele se aproxima do abrigo do caçador amassando algumas folhas e abalando um arbusto pequeno, mesmo com este pequeno barulho o caçador desperta de um sono profundo pronto para enfrentar sua presa.

Quase qualquer um de nós pode lembrar quando acordou de repente na hora do perigo, até mesmo quando o som do perigo não era tão alto, isto significa que, mesmo quando não percebemos nossa mente está ciente para ações ambientais ameaçadoras, este é um simples mecanismo de defesa que garante nossa sobrevivência, quanto mais perigoso o ambiente mais é necessário confiar em sentidos além de nossa consciência. Soldados por exemplo, vivendo

em condições perigosas podem atestar que isto é verdade, quando eles estavam na perigosa linha da batalha seus sons foram leves, qualquer barulho suspeito o despertaram, mas, estes mesmos soldados hoje como civis em condições normais e na segurança de suas casas podem estar dormindo profundamente até mesmo quando um trator passa em frente de suas janelas.

Então, o que aprendemos até agora!

Vamos resumir:

- ⊞ **Número um** - Entrada de informação subliminal é normal e uma parte integral de nosso ser que existia desde os tempos primordiais. Nós ainda possuímos esta habilidade a fim de garantir nossa sobrevivência como espécie.
- ⊞ **Número dois** – Podemos direcionar informação subliminar através de mensagem sub-auditivas ou sub-visuais e elas podem chegar em nossa mente numa forma completa sem filtração ou mudança alguma.
- ⊞ **E número três** – A combinação dessas duas idéias vai nos conduzir a conclusão inevitável que existe um canal de comunicação direta com nossa mente, que se usarmos corretamente podemos moldar ou modificar o comportamento humano numa forma irresistível e eficaz.

Segundo o pesquisador Wilder Penfield ganhador do prêmio Nobel – todas nossas experiências multi-sensoriais são registradas em nossa mente. Ele comprovou isto por estimular com voltagem baixa uma região no cérebro de seus pacientes chamado Reticular Cortex. Em sua pesquisa Dr. Penfield relatou que seus pacientes poderiam lembrar-se de eventos passados numa forma super completa e viva, exatamente como se eles estivessem vivendo a experiência novamente, acompanhada de todas as cores, cheiros, sabores e sons – Segundo Dr. Penfield todas nossas experiências estão sendo registradas em nossa mente numa forma completa e multi-sensorial e durante anos e anos acumulamos em uma biblioteca pessoal em nossa vida. Esta experiência nos molda e ela forma a base de nosso comportamento atual. Quando experimentamos um novo evento nossa mente o filtra usando a lógica e nossa própria experiência antes de decidir como agir.

Por isto é muito difícil mudar nossos comportamento quando envelhecemos. As atitudes de nossos pais, professores e amigos formam uma espécie de padrão de pensamento comportamental que determina nosso caráter. Por exemplo, experiências positivas nos dão confiança enquanto negativas tais

como: fracassos, continuam vivendo em nossa mente criando limitações quase permanentes, que diretamente afetam nossas interações com os outros. Ou seja, se experimentarmos um desafio de uma certa área nossas experiências negativas ficam reforçadas e nos impedem de tentar e enfrentar o desafio novamente. Ou seja, acreditamos tanto no fracasso que nem queremos tentar novamente.

### **Vejamos um exemplo:**

Digamos que um de seus alunos João tem baixa auto-estima; ele nunca foi elogiado por sua família, pais, colegas, professores ou chefes – um dia você o encontrou ou lhe deu um elogio pelo excelente trabalho que ele fez. Neste ponto ele não irá acreditar que o que você disse a ele foi verdade! Ele pode até suspeitar que suas intenções não são honestas. Assim ele vai franzir e ficar descontente acreditando que ser bom é uma coisa meramente impossível para ele!

O que aconteceu aqui é: João, filtrou sua mensagem positiva e projetou esta mensagem em suas experiências do passado e no fim ele concluiu que sua mensagem é falsa. É simplesmente impossível para ele acreditar que ele consegue fazer alguma coisa boa. Ele vai até sabotar sua percepção fazendo coisas não tão boas para comprovar para si mesmo que sua alta percepção de pessoa com baixa estima é válida.

Digamos que duas pessoas a mais fizeram o mesmo elogio nos dias seguintes, mesmo assim ele continuará a rejeitar esses elogios como consequência mantendo sua baixa auto-estima.

Agora vamos dizer que uma outra pessoa em sua escola com boa auto estima recebeu seu elogio, como você acha que ela reagirá? Se ela tem uma boa auto-estima ou um bom conceito ela vai lhe agradecer e aceitar seu elogio! Seu elogio irá coincidir com sua própria autopercepção de uma pessoa habilidosa e por isto, seu elogio vai reforçar o autoconceito da pessoa.

Voltemos para João de novo...

Será que ele nunca mudará? A resposta é que se ele continuar recebendo elogios repetitivamente todos os dias, ele acreditará e isto fará com que ele mude sua auto-estima e também o autoconceito de João – você e qualquer pessoa possui um autoconceito como você está em qualquer área de sua vida, você tem um autoconceito de um aluno, de um pai, amante, executivo ou até conceito de dinheiro. Se você acha que o dinheiro máximo que você pode

ganhar é 2 mil reais por mês, então, isto é exatamente o que você irá ganhar . Conheço um vendedor que atingiu sua meta de vendas anual no primeiro dia de novembro, no entanto, entrou em sua casa e parou de trabalhar. Ele me disse que não poderia esperar mais até o carnaval para começar a trabalhar novamente! O que aconteceu aqui é que esta pessoa tinha um autoconceito de pessoa que ganha só 50 mil reais por ano, e quando atingiu sua meta anual de vendas ele não poderia aceitar que ele pode sim ganhar mais do que isto e por isto ele acabou parando de tentar. Esta foi uma maneira que ele se acostumou a pensar sobre sua própria renda.

Quantas pessoas você conhece, ou quantas coisas você nem quer tentar por causa de seu autoconceito! Quantas coisas você nem quer mudar em sua vida por causa de seu autoconceito e como você vai ver mensagens subliminares apresentam uma excelente ferramenta para mudar o seu autoconceito e quebrar paradigmas. Mensagens subliminares apresentam uma fórmula rápida e eficiente para afetar esta mudança, uma única sugestão subliminal repetitiva: **VOCÊ É UM EXCELENTE E EFICIENTE ALUNO! VOCÊ É UM EXCELENTE E EFICIENTE ALUNO!** – repetindo, vez após vez, num nível baixo demais para filtrar ou entender, mas, suficientemente alto para ser decodificado e entendido pela sua mente subconsciente, vai acabar mudando a auto-estima, a auto percepção e o autoconceito de João.

Como uma sugestão subliminal pode desfazer uma programação assimilada durante décadas?

A resposta é que mensagens subliminares possuem o poder de alcançar diretamente as profundidades de nossa consciência através de um canal direto e desimpedido de filtração lógica ou experiências do passado.

O que estamos fazendo aqui é afetar diretamente o mecanismo que molda nossas experiências e nossas atitudes, o mecanismo que molda o nosso caráter e isto é algo significativo, é uma ferramenta poderosa que pode servir para nosso bem ou para nosso mal. Dependendo do seu ponto de vista, se seu objetivo é usar mensagens subliminares para programar suas atitudes e melhorar suas próprias atitudes, excelente! –Você é o criador de suas próprias mensagens e isto é o que iremos fazer aqui, mas, se sua intenção é manipular outras pessoas para comprar seus produtos, por exemplo, votar naquele candidato político, ou afetar de qualquer forma o livre arbítrio de outras pessoas, isto pode ser ilegal ou até anti-ético. Então mensagens subliminares estão sendo usadas para manipular pessoas todos os dias.

Vou deixar isto bem claro no meu próximo programa chamado “O Protocolo da Lavagem Cerebral” onde incluí vários métodos para induzir as lavagens cerebrais sobre pessoas inocentes e uma delas é a programação subliminar. Na página de Internet [www.seminarios.com.br](http://www.seminarios.com.br) – incluímos vários exemplos de mensagens subliminares nas propagandas de produtos.

Os criadores dessas propagandas alegam que este tipo de propaganda na verdade não funciona – a verdade é que grandes empresas mantêm os resultados dessas pesquisas em segredo. A linha ética aqui é bem fina e por isto eu não entrarei em detalhes sobre o nível de programação subliminar existente porque este não é o objetivo do programa. Mas, o que iremos aprender aqui é sentir o processo de criar nossa próprias mensagens subliminares auditivas e visuais a fim de modificar nossas atitudes numa forma positiva.

Neste caso, você será a pessoa que irá decidir quais são suas mensagens – você será a pessoa que escolherá as frases e como usá-las! E uma vez que você seja o criador de suas próprias mensagens, você desfrutará a liberdade de moldar sua própria vida e caráter na forma que quiser.

**Nossa discussão de mensagens subliminares continua na próxima sessão.**



## SESSÃO 1B

**Nossa discussão sobre mensagens subliminares continua...**

Em 1983 uma classe comum da 8ª série de Tuscon Arizona fizeram um teste da auto-estima sobre um papel contendo uma mensagem subliminar, a cor do papel era cinza e nele foi impresso em letras cinzas mais claras a mensagem subliminar “VOCÊ É AMADO” – alunos que tinham feito este teste sobre este papel tiveram uma nota 15% mais alta do que os estudantes que usaram papel normal – o que foi mais surpreendente é que a mesma prova foi dada para um grupo de estudantes problemáticos e eles atingiram uma nota de 34,7% mais alta do que o outro grupo de estudantes que usaram o papel normal. Nestes exemplos podemos ver claramente que a autopercepção, o autoconceito de um aluno pode ser modificado e moldado em poucos minutos, através de acessar o canal direto de nossa mente subconsciente. Fazer isto é bem fácil e você pode aprender em poucos minutos.

**Mensagens subliminares auditivas existentes possuem dois elementos:**

- **Um - as mensagens;**
- **Dois - a máscara da mensagem;**

CANAL DIRETO – MUSICA

CANAL ESQUERDO – SUGESTOES SUBLIMINARES

A máscara na forma de um fundo musical ou sons ambientais projetadas para esconder essas sugestões, assim, os ouvintes não podem atingir numa forma consciente do que está sendo dito na mensagem, mas, seu subconsciente pode ouvi-las.

Então, o que faremos a seguir – é aprender a criar suas próprias mensagens

- **Mensagens subliminares mascaradas são aquelas que usam fundos musicais ou sons ambientais para esconder, ou seja, para mascarar a mensagem;**
- **Enquanto, mensagens subliminares desmascaradas são aquelas que**



**não usam nenhum fundo musical, porque o próprio som do ambiente funciona como uma máscara auditiva, portanto, você pode me perguntar: Qual funciona melhor, mensagens subliminares mascaradas ou desmascaradas?**

subliminares mascaradas e desmascaradas. Vejamos primeiro a diferença entre elas:

A resposta é depende! Depende do nível das gravações das máscaras, porque se a máscara é mais alta ou alta demais você não pode ouvir a mensagem subliminar de qualquer forma. Então, depende da qualidade das afirmações ou mensagens subliminares e depende se as mensagens subliminares podem ser ouvidas. Nos Estados Unidos você sabe que este tipo de mercado é muito popular, existe muitas empresas que vendem fitas de programação subliminar mascarada, por isso muitas pessoas compram isto, mas, as pesquisas demonstraram que mensagens subliminares mascaradas em muitos casos não conseguem os resultados desejados, enquanto mensagens subliminares auditivas e visuais têm sido comprovado que produzem mudanças no comportamento de cada sujeito. Existem outros fatores que diminuem consideravelmente a eficiência das mensagens subliminares mascaradas, vejamos 3 motivos principais:

**Primeiro motivo** – se você não pode ouvir o que está sendo dito a mensagem não irá funcionar, quero destacar aqui o fato de que a mensagem subliminar deve ser ouvida para funcionar e não entender, por isso, se não podemos ouvir porque a máscara auditiva é alta demais, você não conseguirá resultados;

**O segundo motivo** porque mensagens subliminares mascaradas não funcionam é que se você usar um gravador ou toca fita pequeno, essas mensagens subliminares mascaradas gravadas com equipamento avançado não serão reproduzidas por causa da baixa qualidade do aparelho;

**E o terceiro motivo** é a distância da fonte;

Mensagens subliminares gravadas e mascaradas não podem ser ouvidas com a mesma qualidade em distâncias diferentes, por exemplo, sons das letras consoantes: C, J, Q, S, a letra Z e a letra Ç – essas letras produzem sons agudos e são diferentes de consoantes de baixa frequência auditiva, tais como: T, D, ou B, portanto, escutando em uma distância de um metro pode ser o

suficiente, mas, aumentando a distância, sons agudos não conseguem avançar a mesma distância de sons de baixa frequência.

Além disso, numa distância maior podemos ouvir as vogais, mas não as consoantes. Por exemplo, quanto alguém grita na rua alguma coisa, o que você pode ouvir melhor? Claro, as vogais! Porque são mais altas, mas, você não pode ouvir ou entender o que está sendo dito porque as consoantes não conseguem avançar tanto como as vogais, mas, mesmo assim, existem bons motivos para mascarar mensagens subliminares e fazê-las funcionar, especialmente quando muitas pessoas estão envolvidas, por exemplo, nos Estados Unidos muitas lojas e departamentos usam mensagens subliminares para diminuir a perda devido o roubo interno de funcionários e clientes.

Uma mensagem subliminar tocando no fundo musical, repete a mensagem: Você é uma pessoa honesta! Você é uma pessoa honesta! – este tipo de mensagem subliminar é considerada legal nos Estados Unidos – é permitido nos Estados Unidos e também na Europa. Mas uma forma de mensagem legal subliminar, realmente eu acho que na beira de legal – mensagem mascarada também permitida nos Estados Unidos e na Europa é aquela usada nos bares ou nos pub dizendo:

- **“O ambiente deste lugar é agradável”**, **“O ambiente deste lugar é agradável, “Você se sente confortável e satisfeito aqui!”**

Nesta afirmação que acabamos de ouvir, não há nenhuma sugestão para comprar alguma coisa, mas, numa forma indireta o cliente que fica mais no bar acaba gastando mais dinheiro. Este tipo de mensagens subliminares está se espalhando nos cassinos da Europa e até no Japão, Hong Kong e cassinos americanos.

Então podemos criar mensagens subliminares mascaradas com músicas e sons ambientais que produzem resultados e o segredo é não usar máscara tão forte, o processo de mascarar é super simples – eu explicarei isto daqui a pouco.

Não entrarei em detalhes ainda, porque o mais importante agora é saber Como criar e como escrever suas afirmações. Existem duas regras fundamentais para isto e estas regras devem ser seguidas a fim de produzir os efeitos desejados, seguindo essas regras suas mensagens subliminares podem ser irresistíveis para sua mente subconsciente –

## **A PRIMEIRA REGRA:**

Fazer uso de afirmações positivas e também como se elas já tivessem sido realizadas, isto é super importante entender – eu vou explicar porque este elemento é tão SUPREMO – segundo as últimas pesquisas sobre o sonho, foi descoberto que o próprio sonho é um processo de filtração mental que nós precisamos fazer toda noite.

Quando dormimos nossa mente continua ativa, só que sua função principal é filtrar as últimas sensações, guardar o que é relevante e jogar fora o que é desnecessário – segundo as pesquisas cada hemisfério de nosso cérebro está responsável por funções diferentes; o lado direito, de modo geral, é o lado que usa imagens, música, emoções, enquanto, que o lado esquerdo é o lado lógico, lingüístico. O hemisfério que controla nossas emoções e atitudes é o lado direito, enquanto afirmamos coisas ilógicas tais como: “sou um milionário e minha conta bancária está gerando milhares de reais por dia!” O hemisfério esquerdo “lógico”, rejeita esta afirmação e as considera uma tolice! Enquanto, o lado direito as aceita como uma realidade!

Então, repetir essas afirmações constantemente faz com que o hemisfério direito molde nossa mente e transforme essas afirmações em uma realidade. Sempre descreva uma condição desejada como se ela já estivesse sido realizada, como fato, por quê? Porque sua mente, suas atitudes, caráter e ações vão atrair pessoas, circunstâncias e condições para tornar suas afirmações não realizadas ainda em uma realidade concreta.

## A SEGUNDA REGRA É

A regra de ser POSITIVO – eu não quero dizer que você deva ser positivo apenas em sua atitude, para a eficiência das mensagens subliminares, mas, na forma lingüística que você usa. Isto significa que suas palavras ou imagens que descreve não pode conter nenhuma forma lingüística negativa tais como: não, não é, menos; prefixos negativos tais como: DES como desnecessário ou IN como incompleto ou intolerante ou ANT como anti-ético, ou contra .... O prefixo I como irreal ou ilógico etc... ou palavras usadas antes de palavras negativas tais como: SEM como sem esforço ou sem dificuldades e evite palavras negativas de modo geral: pobreza, doença, dificuldades.

### EXISTEM VÁRIOS E IMPORTANTES MOTIVOS PARA ISTO:

O primeiro motivo é que nossa mente pensa com imagens e quando precisamos descrever alguma coisa, o lado esquerdo (ou o hemisfério esquerdo do cérebro) é o lado lingüístico. Ele nos ajuda a criar as palavras, por isto, é fácil imaginar afirmações positivas tais como: um elefante vermelho, mas, se eu lhe dizer: “**não** pense sobre um elefante vermelho!” Sua mente acabará pensando (sobre um elefante vermelho) porque o hemisfério direito do cérebro sabe como manipular imagens mas não as ausências das imagens, vejamos um exemplo: Não pense na sua chave! O que você fez? Pensou na sua chave!

Imagine a palavra NÃO – você pode imaginar a palavra NÃO? É simples ver sua imagem na mente! Você pode ver a imagem NÃO e dizer a palavra NÃO, mas é quase impossível criar uma imagem que simbolize a palavra NÃO. Um círculo com um X é uma opção. O famoso autor russo Lieb Nicolieevitch Tolstoy também um ganhador do prêmio Nobel em literatura, contou em uma das suas histórias sobre crianças que desejavam ficar jovem para sempre - um velho apareceu no jardim e contou a elas que o segredo da juventude eterna está escondida debaixo de um dos arbustos e para consegui-lo elas deveriam evitar de pensar em coelhos brancos, enquanto procuravam debaixo de cada arbusto.

Obviamente as crianças não acharam o segredo da juventude eterna porque fora impossível procurar debaixo dos arbustos sem pensar em coelhos brancos. Portanto, é super importante evitar palavras negativas. Quanto queremos nos livrar de um mau hábito, por exemplo, uma pessoa alcoólatra

não pode dizer em sua afirmação: Eu não bebo mais! Eu não gosto mais de bebidas alcoólicas tais como: cerveja, licor ou whisky – este tipo de mensagem pode criar resultados contra os seus desejos, porque palavras negativas como demostrei anteriormente não geram imagens mentais. Lembre-se que o lado direito não possui habilidades lógicas, ele depende do hemisfério esquerdo lógico para achar o raciocínio.

Como mostrei antes mensagens subliminares conseguem entrar sem nenhuma filtração e afetar nossa mente quando o hemisfério direito recebe essas palavras ele as torna em imagens, e desde que essas frases possuem palavras negativas tais como: Não bebo mais bebidas alcoólicas! a palavra acaba NÃO sendo registrada no hemisfério direito, portanto, podemos acabar com resultados muito contrários ao que desejamos!

Ao invés de parar de beber bebidas alcoólicas, você pode acabar bebendo mais ainda, sem entender o porque, ou seja, ao invés de eliminarmos um hábito indesejado acabamos reforçando-o. Uma pessoa que bebe duas garrafas, três garrafas por dia, pode acabar bebendo quatro ou cinco garrafas por dia.

Existe mais um motivo para não usar palavras negativas nos scripts das mensagens subliminares. O fundo musical e os sons ambientais podem ocasionalmente mascarar a palavra “NÃO” e acabamos ouvindo apenas a palavra que queremos negar. Por exemplo, se eu disse no script a mensagem subliminar ou a frase: “Eu não fumo mais!” E neste mesmo instante aconteceu um barulho na sala que cobriu a palavra NÃO – aquela frase “EU NÃO FUMO MAIS” vai mudar para “EU FUMO MAIS.” Neste caso, ao invés de eliminar seu hábito negativo podemos acabar reforçando o hábito atingindo assim resultados totalmente opostos.

Felizmente este problema é fácil de evitar. Só não mencione o problema que você está tentando eliminar. O que minha própria experiência me ensinou é que se eu focar nos problemas receberei mais problemas e se eu focar nas soluções receberei mais soluções. Como disse antes no programa CONTROLE MENTAL qualquer coisa que pensarmos sobre.... acabará se expandindo no universo. Se pararmos de pensar sobre os problemas e focarmos nas soluções acabaremos recebendo mais soluções. Uma vez que você focou na solução o PROBLEMA acaba saindo do seu campo de visão.

Então escreva suas mensagens subliminares como se elas fossem o que você será no futuro. Quando você quer atingir um objetivo diga em suas mensagens como seu objetivo já tivesse sido realizado,

ao invés de dizer: **“Eu desejo ser milionário”**

– diga: **“Sou um milionário! Posso um milhão de reais espalhados em cinco contas bancárias e cada conta gera uma renda diária de pelo menos cinco mil reais.”**

Se seu objetivo é eliminar hábitos indesejáveis descreva-se como uma pessoa que já possui as qualidades opostas de seus hábitos, que não pode existir junto com os hábitos indesejáveis. Por exemplo: se você deseja parar de fumar, nunca mencione o hábito fumar e não vai usar a frase: “Eu não fumo mais”! Ao invés disto diga em suas afirmações e frases como:

- **Você respira profundo, ar limpo e fresco**
- **Você controla sua mente**
- **Você gosta de ar fresco e exercícios.**
- **Você se exercita regularmente.**
- **Sua mente está focada em boa saúde e vida longa**
- **Você controla sua própria vida.**
- **Sua saúde melhora a cada dia.**
- **Seus bons hábitos melhoram sua saúde física e financeira. Você é livre**
- **Você é relaxado/a e controla suas emoções e desejos.**
- **Saúde e vitalidade são suas**
- **Você está sempre consciente sobre sua saúde**
- **Você desfruta sua habilidade de fazer exercícios com facilidade**
- **Você gosta de respirar profundo**
- **Ar fresco carregado com oxigênio revitaliza todas as células de seu corpo**

Note aqui que nenhuma palavra negativa está presente neste exemplo. Ao invés de usar negações usei atributos que acompanham pessoas não fumantes, por exemplo, fumantes gostam de acender um cigarro quando estão nervosos ou estressados e a frase: “Você é relaxado(a) e controla suas emoções e desejos”, reflete exatamente o comportamento oposto de uma pessoa que não está em controle de sua mente ou emoções.

Todas as declarações são opostas ao hábito de fumar desde que palavras como: limpo, fresco, saudável, vida longa, exercícios, vitalidade etc... não tem

nada a ver com a palavra FUMAR. Cada frase que usei aqui está incompatível com fumo. Um comportamento incompatível com nossas crenças e desejos é eventualmente eliminado porque ele simplesmente não apresenta nosso jeito, não representa nosso caráter.

Agora você sabe como escrever o script de suas afirmações, o próximo passo é gravar suas afirmações numa fita cassete ou CD. A seguir, uma explicação geral de como gravar seus scripts das mensagens subliminares. Você irá precisar de um toca fita ou gravador Deck – se você tem um toca fita gravador Deck duplo melhor ainda, se não, não há necessidade. Seu gravador deve possuir apenas um PLUG para um microfone – a maioria dos gravadores encontrado nas lojas possuem dois PLUG's de microfones, Mic esquerdo, ou seja, é uma gravação stereo, e Mic direito microfone direito. Um aparelho Deck usado pode ser encontrado por preços de \$200 a \$300 reais, preços do ano 2002.

Você vai precisar também de um microfone profissional – eles podem ser encontrados de vários tamanhos e preços. Os microfones bons começam com o preço de \$50 reais para cima. Evite microfones super baratos porque a qualidade do som é realmente péssima. De experiência própria – quando mais pesado for o microfone melhor a qualidade de reprodução, esta é uma regra geral que encontrei – quanto mais pesado melhor! Esses microfones são melhores porque possuem imã maior e mais pesado que melhora a qualidade do som.

Próximo.... pegue uma fita cassete branca, a propósito uma fita simples pode servir para uso pessoal, mas, se você quer usar gravações para melhorar, por exemplo, o ambiente dentro de sua loja, melhor que invista um pouco mais e compre uma fita de alta qualidade. Usualmente fitas com a palavra CROMO servem bem para seu objetivo. Então insira sua fita em seu aparelho – uma vez inserida aperte o botão RECORD e inicie a leitura das afirmações subliminares até que você preencha um lado de sua fita. Por exemplo, as dezesseis afirmações que usei para parar de fumar que li antes, podem ser repetidas várias vezes até que um lado da fita cassete esteja completo. Vire sua fita e continue gravando a leitura de suas afirmações no lado B da fita até o fim.

Você deve fazer suas afirmações num tom de voz sério, com autoridade, clareza e com boa dicção – Quando você terminar continue sua leitura do outro lado da fita, repetindo as mesmas afirmações até o término do lado B.

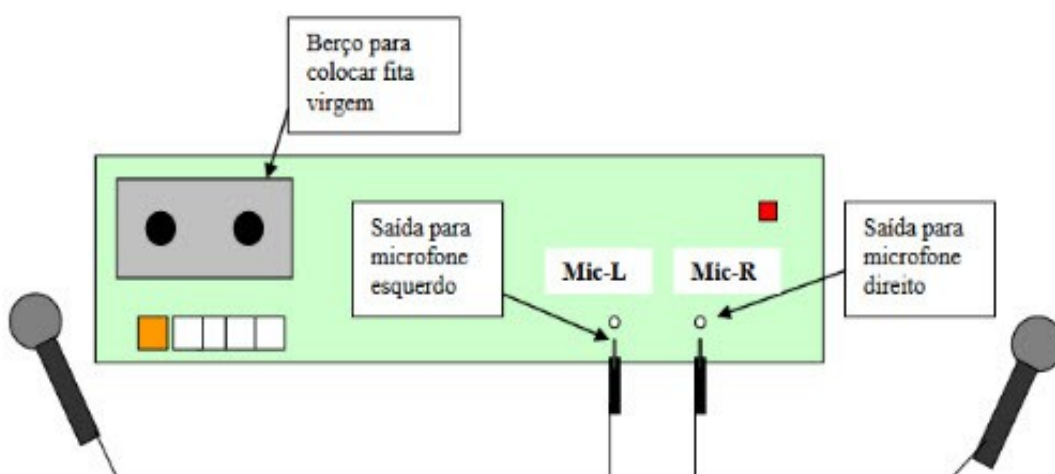
Agora se toda esta explicação parece complicada ou cara demais para seu bolso, existe felizmente uma opção mais barata e simples: ao invés de fazer todo este trabalho e acabar com fitas que não são tão boas ou eficientes, você pode optar em adquirir da nossa página da Internet: [www.seminarios.com.br](http://www.seminarios.com.br) ou de nosso catálogo que você pode receber gratuitamente enviando os seus dados para o endereço impresso na caixa deste programa. Então, temos uma série de títulos de fitas cassetes subliminares profissionais sobre vários temas – a propósito nós também iremos fazer isto na forma de CD, todas são desmascaradas tais como: parar de fumar, perder peso, sucesso financeiro, melhorar sua memória, auto-estima, administração de tempo, etc. Nossa biblioteca de títulos aumenta a cada mês, portanto, visite nossa página da internet freqüentemente para ver quais são as novidades.



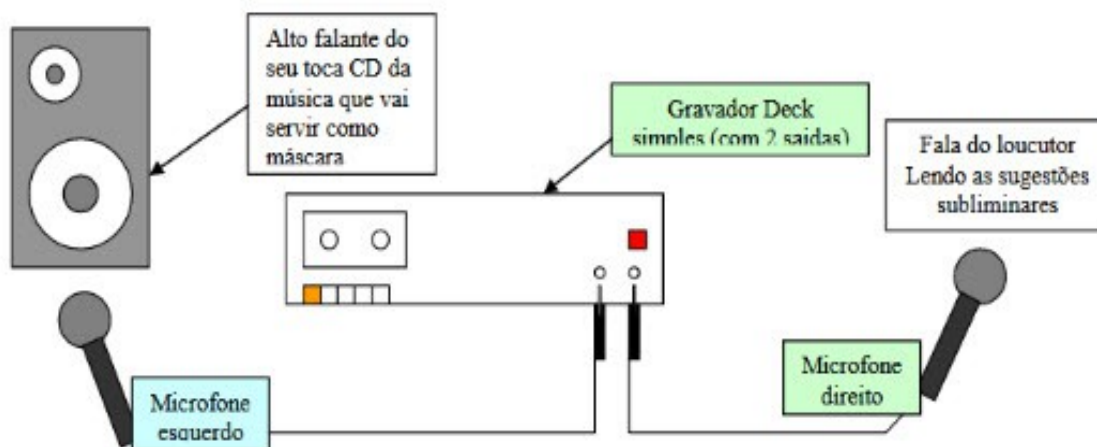
## COMO CRIAR MÁSCARA DE SOM USANDO MÚSICA OU SONS AMBIENTAIS!

Para isto você irá precisar de um gravador Deck com duas saídas para dois microfones esquerdo e direito, caso seu gravador possua apenas duas saídas você pode comprar um Plug especial chamado Plug Y – Ele pluga no aparelho e fornece duas saídas para dois microfones;

**MONTAGEM SIMPLES USANDO GRAVADOR DECK (OU GRAVADOR DIGITAL) COM 2 SAÍDAS DE MICROFONE ESQUERDO E DIREITO ASSIM A FITA (OU ARQUIVO DIGITAL) GRAVA EM STEREO OU EM 2 TRACKS (canais)**



**MONTAGEM SIMPLES USANDO GRAVADOR DECK COM 2 SAÍDAS DE MICROFONE ESQUERDO E DIREITO ASSIM A FITA GRAVA EM STEREO OU EM 2 TRACKS (canais)**

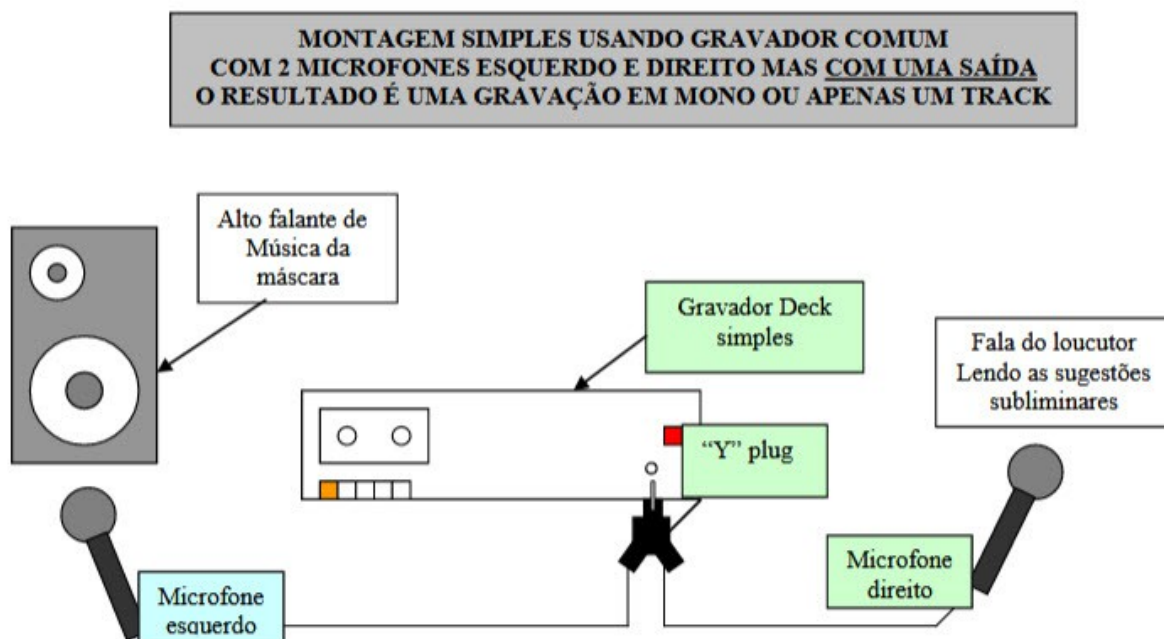


Próximo... você precisará de um toca CD para tocar a música do fundo de sua escolha, uma vez que você tem tudo pronto plugue os dois microfones em seu gravador Deck. Posicione o microfone direito na frente do toca fita, ou seja, na frente da fonte da música que vai tocar a música de fundo, este microfone irá gravar a música de fundo.

Enquanto, o microfone esquerdo você vai posicionar na frente de sua boca e ele vai gravar suas mensagens subliminares. Uma vez que tudo esteja posicionado, aperte o botão da música do fundo e ajuste seu nível. Próximo, aperte o botão record e comece a gravar suas mensagens subliminares, enquanto, a música toca no fundo, quando você terminar repita o processo no lado B de sua fita, é muito simples!

Se você tem equipamentos sofisticados de edição de arquivos digitais tais como: aplicativo chamado SoundForge entre outros... você pode criar uma gravação sofisticada para seu uso pessoal ou até para uso profissional.

**MONTAGEM SIMPLES USANDO GRAVADOR COMUM  
COM 2 MICROFONES ESQUERDO E DIREITO MAS COM UMA SAÍDA  
O RESULTADO É UMA GRAVAÇÃO EM MONO OU APENAS UM TRACK**



Até agora aprendemos muitas coisas, mas, sempre existem perguntas e por isto antecipei algumas das perguntas mais comuns deste assunto. A primeira pergunta que você pode fazer é:

O que é melhor, gravar minha fita usando a palavra VOCÊ ou usando a palavra EU? – afirmações usando o prefixo VOCÊ produzem resultados melhores do que EU, mesmo que seja você a pessoa que escute sua própria gravação e sua própria voz, mesmo assim, você deve usar o prefixo VOCÊ;

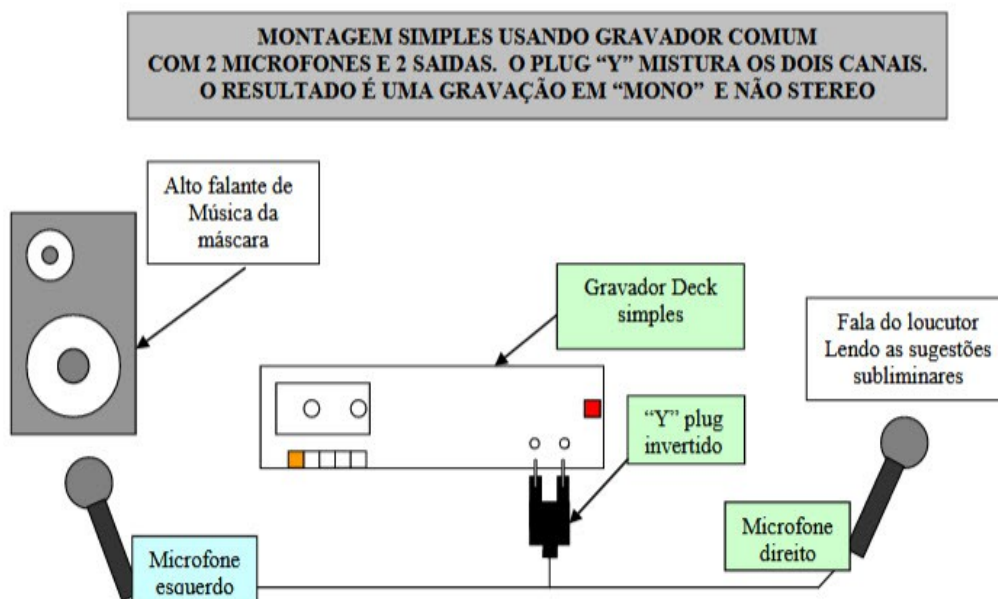
### **Quantas afirmações são necessárias para causar mudanças? –**

O número das afirmações não são tão importantes, o que é mais importante é que elas sejam escritas numa forma correta e que você escute sua fita subliminar bastante tempo, com bastante frequência. O número de mensagens que costumo usar é de 15 a 60;

### **Quanto tempo leva para ver resultados? –**

bem os resultados variam entre alguns minutos e algumas semanas, dependendo do hábito que queira eliminar ou das dificuldades dos objetivos que queira atingir. Se você fuma por 20 anos, não espere livrar-se deste hábito em 20 minutos. Se seu salário atual é 2 mil reais por mês e você quer triplicar sua renda em três dias, isto também não irá acontecer, levará mudanças drásticas em suas atitudes.

**MONTAGEM SIMPLES USANDO GRAVADOR COMUM  
COM 2 MICROFONES E 2 SAIDAS. O PLUG “Y” MISTURA OS DOIS CANAIS.  
O RESULTADO É UMA GRAVAÇÃO EM “MONO” E NÃO STEREO**



Existe mais um fator que pode modificar drasticamente seu sucesso e ele é a frequência do uso de suas mensagens subliminares – quanto mais elas estão frequentes em sua vida diária, mais rápido ela pode se transformar. Se você possui um aparelho de toca fita com as características auto reverso, ou seja, quando a fita chega ao fim a cabeça do toca fita vira e a fita automaticamente continua tocando o lado B da fita, e assim por diante – o lado A de novo, o lado B de novo, o lado A de novo, assim ela pode continuar fazendo isto 24 horas por dia, 365 dias por ano.

Se seu aparelho possui esta característica, você pode deixar seu toca fita tocando o dia inteiro. Os sons das mensagens subliminares podem misturar com o som do ambiente, assim, você pode ver os resultados mais rápidos. Se você possui um gravador de CD, você pode transformar a fita em um CD e colocar o CD dentro do toca CD e apertar um botão repeat e o toca CD pode repetir o mesmo trecho do CD várias vezes, 365 dias por ano.

**Será que podemos misturar afirmações de várias categorias tais como:  
Mensagens subliminares sobre sucesso financeiro com mensagens  
subliminares de parar de fumar?**

Você pode misturar vários temas na mesma fita, porém, aconselho que não faça isto demais, ou seja, não exagere. Você pode misturar afirmações de duas ou três categorias, mas, novamente, não EXAGERE. Por que estou dizendo isto? Porque o que irá acontecer... a mensagem principal de seu desejo será diluída no contexto geral – se seu objetivo atual é perder peso, concentre-se neste objetivo primeiro, conquiste cada habilidade, gradualmente, até que consiga ver uma mudança marcante em seus hábitos.

Uma vez criada, sua fita subliminar está pronta para ser usada, fita sem nenhum fundo chamado programa subliminar desmascarado, ou seja, nesta fita não escondemos ou mascaramos a mensagem atrás de um fundo musical, mas, ao invés disso, usamos o próprio som do ambiente. Você simplesmente baixa o som de sua fita, até um nível na beira de um conhecimento das frases, deixando o próprio som do ambiente misturar com os sons de suas mensagens, então, isto significa que suas mensagens subliminares que você quer usar não são intrusivas, ou seja, não necessitam de um tempo exclusivo para escutar.

O som da máscara ambiental pode ser o som de canal de TV mais favorito ou sua estação de rádio mais favorita. Assim você pode fazer com que sua fita subliminar toque 24 horas por dia, sem perceber que ela está funcionando. Agora você pode usar outros fundos de sons para mascarar sua mensagem subliminar como iremos ver na explicação a seguir sobre fundo musical de música barroca.

Mesmo assim quero destacar que você nem precisa entender todas as frases ditas, apenas uma parte dela, ou seja, você pode ouvir sua fita tocando, mas, não pode ouvir exatamente o que está sendo dito na gravação. Se sua mente consciente pode ouvir que alguma coisa está sendo dita, então você pode ter certeza que sua mente subconsciente ouve sim essas afirmações;

**Digamos que esteja escutando sua fita subliminar desmascarada e o som do ambiente que inclui a TV, crianças gritando, camelô na rua, rádio tocando, e outros barulhos se misturam com o som da fita completamente até que você esquece que sua fita está tocando. De repente durante uma pausa no som de sua TV você pode ouvir algumas frases e entendê-las, isto é bom ou mal?**

A resposta é: isto é bom também, sabendo e entendendo o que está sendo dito nas fitas não atrapalha ou reduz sua eficácia; o fato é que em um estudo foi comprovado que a eficiência das mensagens subliminares ficou melhor se, de vez em quando, possamos ouvir e entender algumas das frases. Na próxima sessão falaremos sobre mensagens subliminares visuais e porque usar música barroca pode melhorar ainda mais seus resultados, vou lhe encontrar logo a seguir, até já!

# COMO CRIAR SUAS MENSAGENS SUBLIMINARES COM A AUDACITY

Esta explicação é bem mais moderna daquela antiga. Hoje a tecnologia facilita bastante seu trabalho para criar as mensagens subliminares.

1. Primeiro, vá até o site [www.audacity.com](http://www.audacity.com) e baixe o aplicativo. Instale o no seu micro e pronto. Voce pode começar.
2. Primeiro passo grave seus audios. Leia o script das mensagens subliminares e grave no seu micro. O arquivo que vai sair vai ser arquivo WAV.
3. Em seguida, faça upload de uma musica barroca ou qualquer musica com direitos autorais livres.
4. Crie um arquivo stereo assim você pode controlar cada canal.
5. Toca os audios e aproveite os efeitos fabulosos deste programa.



## SESSÃO 2 A

O que iremos discutir a seguir é mensagens subliminares visuais e auditivas com o fundo de música barroca.

Nos programas subliminares visuais que criei, embuti um fundo de música barroca. O motivo porque é conciliável usar música barroca é que ele melhora o desempenho e a eficiência de suas mensagens.

No século 16 compositores tais como: Barch, Vivaldi, Hendel e outros escreveram um estilo de música que chamamos hoje de BARROCA – ele usa um lento e largos movimentos de 50 a 65 batidas por minuto, este tipo de música é uma excelente maneira para melhorar a retenção de qualquer matéria que desejamos estudar.

Trinta anos atrás um médico búlgaro chamado Jorge Lozanov experimentou este tipo de música e descobriu que quando usou música barroca com seus estudantes ela induziu a um estado de relaxamento e alento mental que eliminou o stress e causou um melhoramento considerável na retenção.

Dr. Lozanov então desenvolveu uma metodologia que envolveu o relaxamento, música barroca e repetição de frases numa forma rítmica de acordo com as ondas cerebrais.

O resultados deste método foram extraordinários, ele demonstrou com seu método que mais tarde fora chamado de “Super Learning” ou Super Aprendizagem – ele conseguiu ensinar a matéria de um ano inteiro só em 4 meses. Ele também conseguiu ensinar espanhol para alunos russos em apenas 3 meses. Hoje os métodos do Dr. Lozanov são usados para melhorar o desempenho dos alunos nos estudos de idiomas e treinamentos de qualquer tipo, inclusive o curso de inglês Phonics Studios, visto na TV, também usa uma combinação dos métodos Super Learning do Dr. Lozanov com métodos de aprendizagens multi sensoriais com os empolgantes filmes de Hollywood –

O que acontece quando você está escutando a música barroca é que seu pulso irá automaticamente começar a sincronizar com a música e depois as células cerebrais irão vibrar num ritmo de 8 a 12 ciclos por segundo - é chamado estado ALFA. Um típico estado normal na maioria das pessoas acordadas é chamada BETA, ele está entre 13 a 27 ciclos por segundo. Uma pesquisa com

peças com alto QI comprovou que elas tinham mais regiões que vibravam no estado ALFA do que a maioria das pessoas com o QI normal.

Recentemente um estudo no Erving Center for NeuroBiology of Learning e Memory, 36 estudantes receberam uma prova de QI comum que envolveu desenhos e raciocínio de figuras. O teste fora dividido em três partes com o nível de dificuldades iguais,

- Só que no início da primeira parte os estudantes escutaram uma música barroca durante 10 minutos antes da prova
- Antes da segunda prova eles escutaram durante 10 minutos uma fita de relaxamento
- E antes da terceira parte da prova eles sentaram em silêncio.

A média de QI para todos os estudantes na primeira prova foi 119, na segunda prova 111 e na terceira prova 110, esta prova foi realizada com outros grupos onde as ordens das músicas mudaram, ao invés de tocar música barroca no início da primeira prova, eles fizeram isto antes da segunda prova e antes da terceira prova.

Só para ter certeza de que o cansaço não fora a causa na mudança do desempenho, no entanto, o que foi realmente comprovado é que cada vez que os pesquisadores usavam música barroca o desempenho dos alunos melhorava, obviamente os alunos não melhoravam seus QI's por nove pontos apenas escutando música barroca em 10 minutos – eles simplesmente ficavam mais relaxados e por isso poderiam usar ou acessar melhor suas habilidades mentais.

Entretanto, com repetições e expedição da música barroca com movimentos largos, outros estudos mostraram que o QI realmente pode melhorar até permanentemente, então, quando usamos fundo de música barroca nós podemos ficar em sincronização de ritmo ALFA por horas após a exposição.

Existe mais um motivo porque usamos fundo musical rítmico de música barroca. Eu já toquei neste assunto na apresentação Power Memory para Exames – nela discutimos um fenômeno chamado “amnésia instantânea” – amnésia instantânea é um esquecimento completo de algo feito alguns minutos atrás. Você se lembra quando entrou na palestra, escutou a palestra, saiu da palestra e alguém lhe perguntou:

Como foi? E você disse: “Puxa não me lembro de nada!” Ou você se lembra



desta situação: - você leu uma página muito interessante e ao virar a página você se esqueceu de tudo! Este é um exemplo de amnésia instantânea. Amnésia instantânea acontece quando você está lendo ou escutando uma matéria super chata, ou seja, uma matéria que requer uma habilidade verbal muito boa.

Então, o motivo porque acontece esta amnésia instantânea é porque quando lemos ou ouvimos informações verbais, o hemisfério esquerdo lingüístico está decifrando as frases, enquanto, o hemisfério direito visual, fica sem trabalho ou sem fazer nada, e quando está sem fazer nada começa a enviar sinais elétricos de interferência que causam este esquecimento.

Agora quando usamos música barroca no fundo deixamos o hemisfério direito ocupado também. O hemisfério esquerdo está decifrando as mensagens verbais enquanto o direito fica ocupado com a música rítmica que sincroniza a nossa mente, e o resultado é que acabamos entendendo e lembrando melhor.

Mais um elemento que embuti em minhas gravações subliminares é variar o tom das mensagens mudando a velocidade de gravação. Se você toca uma fita cassete mais rápida do que a velocidade normal você perceberá que a voz gravada aparecerá mais aguda além de falar mais rápido – chamamos isto no inglês de PITCH, o botão PITCH está disponível só em gravadores profissionais, mas, você pode achá-los mais freqüentemente naqueles gravadores de mão – eu tenho um gravador pequeno da marca SONY que possui um botão chamado de DOUBLE SPEED , ou seja, velocidade dobrada.

Você pode gravar em uma fita cassete comum de uma hora, duas horas de fala, este tipo de gravador portátil pequeno está sendo usado por estudantes ou jornalistas que querem gravar um discurso e usar menos fitas. O segredo do aparelho é que o motor da gravação gira mais devagar.

Desde que a fita gira mais devagar, o mesmo trecho da fita vai gravar o dobro da informação. Além disso, o gravador de mão possui um botão giratório chamado PITCH CONTROLE e com este botão eu posso fazer com que uma fita cassete toque mais rápido.

O que faço muitas vezes é escutar minhas fitas de cursos na velocidade máxima que é 20% mais rápido do que uma fala comum. Se você fizer a mesma coisa perceberá que a voz da pessoa fica aguda e a fala é super rápida, mas, mesmo assim você pode entender tudo sem nenhuma perda na

compreensão.

Nos títulos dos programas de mensagens subliminares que criamos tais como: perder peso, auto estima, memória poderosa, etc; você encontrará trechos de mensagens subliminares desmascaradas ditas em velocidade e PITCH diferentes.

A locução é dita em alta velocidade usando um gravador especial que gira a fita de gravação mais devagar, assim a velocidade da reprodução acaba sendo muito mais alta e muito mais rápida.

Este gravador pode fazer com que a velocidade da fala chegue de 500 a 1000 palavras por minuto – não direi sem nenhuma perda de retenção, mas se você chega a 500 palavras por minuto sem nenhuma perda na retenção ou compreensão.

O que foi descoberto é que a variação na velocidade das gravações pode fazer com que sua mensagem subliminar consiga resultados mais dramáticos. O motivo principal porque fitas subliminares de alta velocidade de locução são mais eficientes e porque elas ficam em sincronização com a velocidade dos pensamentos de nossa mente, nossa mente pensa mais rápido do que a velocidade da fala e quando ouvimos informações mais rápido nós acabamos até compreendendo melhor.

Este é o mesmo argumento usado pelos vendedores de curso de leitura rápida, onde alegam que quanto mais rápido você pode ler, mais sua mente poderá entender. Se você puder incorporar várias velocidades ou PITCH em suas gravações, excelente! Isto com certeza aumentará a eficiência de suas mensagens subliminares – achar gravadores Deck com esta característica é super difícil.

Caso você não encontre este tipo de gravador profissional, não se preocupe, basta apenas usar gravações em velocidade normal, entretanto, eu estou apenas recomendando isto, isto é aconselhável, mas, não é necessário, se você não conseguir fazer isto com seus equipamentos você sempre pode usar nossos títulos profissionais também disponíveis na forma de CD.

Veja um exemplo de trechos com velocidades variadas – note que mesmo com velocidades super altas, você ainda pode entender o que está sendo dito na fita, sem nenhuma perda da compreensão. Mesmo falando em velocidade de

500 palavras por minuto que é 3 vezes mais rápido do que a velocidade da fala comum. Vamos então ouvir mensagens subliminares em velocidades normais e, em seguida, em velocidades mais rápida e variada.

- **Você gosta de ar fresco e exercícios;**
- **Você se exercita regularmente;**
- **Sua mente está focada em boa saúde e vida longa;**
- **Você controla sua própria vida;**
- **Sua saúde melhora a cada dia;**
- **Seus bons hábitos melhoram sua saúde física e financeira; Você é livre;**
- **Você é relaxado em controle de suas emoções;**
- **Você controla seus desejos;**

- **Saúde e vitalidade são seus...;**
- **Você está sempre consciente de sua saúde;**
- **Você desfruta a habilidade de exercitar com facilidade;**
- **Você gosta de respirar profundo;**
- **Você gosta de ar fresco e exercícios;**
- **Você se exercita regularmente;**
- **Sua mente está focada em boa saúde e vida**
- **longa ; Você controla sua própria vida;**
- **Sua saúde melhora a cada dia;**
- **Seus bons hábitos melhoram sua saúde física e**
- **financeira; Você é livre;**
- **Você é livre;**
- **Você é livre;**
- **Você é relaxado em controle de suas emoções;**
- **Você é relaxado em controle de suas emoções;**
- **Você controla os seus desejos;**
- **Você controla os seus desejos;**
- **Saúde e vitalidade são seus...;**

Está é uma amostra de frases gravadas em velocidades variáveis. Neste trecho variei a velocidade gradualmente, a fim de mostrar como a velocidade das palavras por minuto podem mudar.

Concluimos a segunda parte de nossa apresentação sobre mensagens subliminares, mas, neste ponto alguém pode me perguntar: Desde o início do programa vimos que mensagens subliminares visuais funcionam, então, porque não usamos este tipo de mensagens para programar nossa mente? A resposta é que: nós vamos sim! Como vimos no início deste programa sobre TAQUITOSCOPE e sobre a pesquisa feita nos cinemas com a propaganda: Beba coca-cola e coma pipoca; com a pesquisa sobre o número 39, sobre aquela auto-estima onde a mensagem fora impressa em um papel cinza onde foi escrito: Você é amável, podemos concluir que mensagens subliminares visuais foram realmente registradas e afetaram pessoas sem saber porque e como!

Mensagens subliminares conseguem alterar a fisiologia do nosso corpo – pesquisadores já comprovaram isto usando uma versão moderna de um taquitoscope onde a projeção das mensagens subliminares aconteceu na tela de um computador. Sujeitos assistiram ou olharam uma tela vazia de um micro,

enquanto, mensagens subliminares durante alguns mili-segundos foram projetadas, mesmo que os sujeitos das pesquisas tenham relatado que não conseguiram ver nada na tela, os pesquisadores descobriram que o estímulo subliminar conseguiu alterar as ondas cerebrais ALFA e TETA usando um aparelho chamado eletroencefalograma ou EEG.

Da mesma forma eles detectavam variações sutis na taxa do batimento do coração usando um aparelho EKG é a mais alta potência elétrica da pele usando Galvanic Skin Resistance - outro aparelho, então, não apenas o nosso comportamento pode ser modificado, mas, nossa fisiologia também, isto é algo significativo.

Portanto, decidi aproveitar esta habilidade usando um programa subliminar que combine mensagem subliminar auditivas com mensagens subliminares visuais, com fundo musical barroco, com a independência de escolher um menu especial – seu próprio programa subliminar que atenda as suas necessidades.

Com a parceria da empresa brasileira PROFORM conseguimos desenvolver um aplicativo super versátil, se você tiver um computador ou se sentar na frente de seu micro uma ou duas horas por dia, este aplicativo pode revolucionar a maneira que você pode reprogramar suas próprias atitudes. Entre na minha página de internet [www.seminarios.com.br](http://www.seminarios.com.br) e clique sobre o link PROGRAMAÇÃO SUBLIMINAR VISUAIS e veja mais detalhes sobre este aplicativo. (chamado Power Subliminals para windows)

Você também pode ver na minha página vários exemplos de mensagens subliminares visuais usadas por empresas grandes, após adquirir este aplicativo você pode fazer dowload e instalar o aplicativo com todos os componentes em seu micro – uma vez instalado você pode ver no menu a área ou áreas de sua vida que queira melhorar.

Digamos que queira melhorar sua memória – clique no botão de menu e escolha em uma lista de categoria prontas já embutidas em seu aplicativo, categorias como: perder peso, seja mais atraente para o sexo oposto, acelerar o metabolismo, seja mais eficiente, seja mais firme e objetivo, atrair dinheiro, atrair sorte, tomar decisões corretas, negociar melhor, melhorar suas habilidades mentais, etc...

Digamos que você tenha escolhido Melhorar sua memória – clicando sobre

esta categoria você achará dentro dela algumas frases prontas que também já estão incluídas neste aplicativo, se você gostou das frases apenas clique sobre o botão OK e as mensagens subliminais irão piscar na tela de seu micro em velocidades incompreensíveis para nossa consciência, ou seja, numa forma subliminar.

Se você não gostou das frases que oferecemos, você têm liberdade para adicionar ou editar essas frases – apenas clique no botão adicionar e adicione as frases da sua escolha. Caso queira tirar algumas frases que não soam bem para você tire essas frases, a escolha é sua, porque você será a pessoa que irá moldar seu caráter do jeito que quiser.

Neste aplicativo também permitimos que o usuário escolha a frequência das frases de uma vez por segundo até uma vez por hora, você pode escolher também o tempo de exposição de cada frase - de um mili segundo para um segundo em cada pisca. Você também pode escolher onde essas frases irão aparecer na tela: aleatoriamente, em qualquer lugar da tela, ou na parte superior, na parte inferior ou no centro da tela. Você também pode controlar o tamanho e as cores das letras.

Você também pode escolher em um menu de arquivos WAV alguns sons de fundos musicais – música barroca se você quiser! Você também pode escolher frases já gravadas de mensagens subliminares em várias categorias, estas frases pré gravadas podem ser tocadas enquanto estiver trabalhando em seu micro, apenas ajuste o nível de seus alto falantes e deixe o som do ambiente mascarar estas mensagens, assim elas são quase que imperceptíveis.

Esta versão atual está disponível para download na minha página da internet, mas, por causa do tamanho talvez no futuro ela seja na forma de CD – Rom. De qualquer modo o que fiz aqui é oferecer um aplicativo que funciona enquanto você trabalha em seu micro – ele não atrapalha em nada, você pode até navegar na internet, enquanto, suas mensagens subliminares piscam numa forma incompreensível na tela;

Você pode optar para usar apenas mensagens auditivas e cancelar as mensagens visuais ou vice e versa; você pode ajustar os sons das mensagens subliminares para misturar com os sons ambientais, se quiser pode usar música barroca ou não usar música barroca.

A melhor característica de todo este aplicativo é que você pode escolher de um

menu de mensagens subliminares já gravadas as áreas de sua vida que queira melhorar – a versatilidade deste aplicativo é excelente! E as mudanças que você irá programar em sua vida valerá muito mais do que o valor que você pagou a este programa.

Chegamos na última parte de nosso programa e nele deixei trechos de fundos ambientais e musicais que você pode usar para mascarar as mensagens em suas fitas subliminares. Existem duas considerações gerais quando você quer mascarar suas fitas – lembre-se de evitar máscaras de fundos musicais muito pesada, ou seja, tenha certeza que o volume do som da máscara em tal nível onde lhe permita ouvir e compreender o que está sendo dito nas mensagens, se não a mensagem não conseguirá chegar para sua mente subconsciente.

A segunda consideração que deve lembrar quando usar máscara de música barroca é que você deve usar o nível do som da máscara no máximo 50% do nível de sua fala, ou seja, o fundo com música barroca não será usado para mascarar – note que não é para mascarar, mas, para acompanhar sua fala.

Agradeço todos os pesquisadores que ajudaram a tornar este programa uma realidade, uma bibliografia de fontes sobre minhas pesquisas está disponível na página da internet, infelizmente todas as fontes são em inglês. Então, você acabou de receber uma ferramenta poderosa, use-a com ética e bom senso, pois, acredito que consegui simplificar e destilar uma enorme quantidade de pesquisa em um programa prático e fácil de implantar e usar. Tudo o que você precisa para criação de seus programas subliminares estão disponíveis aqui, use esta informação para criar gravações dinâmicas que podem moldar seus pensamentos, atitudes, hábitos e habilidades em qualquer forma ou campo. Este é Robert Abraham desejando sucesso na busca de seus sonhos. Deus o abençoe!



## **SESSÃO 2 B:**

Aqui você pode copiar sons ambientais do deserto que podem servir como máscara para seus programas subliminares. Outras sugestões para máscara, são qualquer música clássica. O melhor tipo é música barroca tais como: Quatro Estações de Vivaldi e outros. Qualquer música pode servir como máscara, mas sempre lembre-se de não “afogar” suas mensagens subliminares tanto que você não possa ouvi-las.

Quer melhorar o desempenho de sua equipe de vendas? Quer aliviar o estresse no ambiente do trabalho? Que tal usar programas subliminares (com o consentimento dos seus colegas, claro). Você pode usar esses CD's ou adquirir outros títulos profissionalmente produzidos de nosso site. Você pode tocar esses CD's no CD rom do seu micro, e ninguém vai nem perceber.

Enquanto estou escrevendo essas palavras, mensagens subliminares estão tocando no meu Notebook, bem baixo mas suficiente para atingir minha mente subconsciente. Tente isso, por um ou dois meses, e veja como a Reprogramação Subliminar é realmente a chave para criar uma mudança permanente em sua vida.



# MAPA DOS PROGRAMAS SUBLIMINARES

(do curso Power Subliminares pacote Promocional disponível em nosso site [www.seminarios.com.br](http://www.seminarios.com.br) )

## CD1



**Faixa 1:** PREFÁCIO

**Faixa 2:** SAÚDE, VIGOR FÍSICO E CURA

**Faixa 3:** ATRAINDO PROSPERIDADE E ABUNDÂNCIA 1

## CD2



**Faixa 1:** ATRAINDO PROSPERIDADE E ABUNDÂNCIA 2

**Faixa 2:** MELHORAR AUTO CONFIANÇA

**Faixa 3:** PARE DE FUMAR

## CD3



**Faixa 1:** RELAXAR E ALIVIAR ESTRESS

**Faixa 2:** SEJA AMADO, CARISMÁTICO E POPULAR

**Faixa 3:** SUCESSO E REALIZAÇÃO DE OBJETIVOS

## CD4



**Faixa 1:** EMAGRECER E CONTROLAR SEU PESO

**Faixa 2:** ADMINISTRAR MELHOR SEU TEMPO

**Faixa 3:** ATRAINDO CÔNJUGE

## CD5



**Faixa 1:** PAZ E HARMONIA AO CASAL

**Faixa 2:** CARISMA E PODER PESSOAL

**Faixa 3:** MELHORAR SUA MEMÓRIA E CONCENTRAÇÃO



**CD6:**

**COMO CRIAR SEUS PROGRAMAS SUBLIMINARES PARTE 1**



**CD7:**

**COMO CRIAR SEUS PROGRAMAS SUBLIMINARES PARTE 2**

# OS SCRIPTS DOS TÍTULOS E AS MENSAGENS SUBLIMINARES ENCONTRADAS NOS CD'S DO SEU PROGRAMA.

## SCRIPT DO CD1

### CD1 FAIXA 1: PREFÁCIO

### CD1 FAIXA 2: SAÚDE, VIGOR FÍSICO E CURA

- Sua saúde, energia e vitalidade estão crescendo todos os dias.
- Você está magro, quero dizer, queimando gordura, construindo uma máquina de músculos.
- Você está se tornando mais atraente a cada dia.
- Agora a vida divina cresce através das células em seu corpo.
- Agora você come todas as comidas certas para uma saúde ótima, energia e máximo desempenho
- Seu corpo está se curando e se regenerando todos os dias.
- Cada vez que você respira fundo seu corpo está queimando gordura e criando energia , saúde e vitalidade.
- Seu corpo queima gordura independentemente do que você come.
- Agora você se vê preenchido com saúde, energia e entusiasmo.
- Agora você tem toda a energia que você necessita.
- Você cria bons hábitos saudáveis, rapidamente e facilmente.
- Agora seu corpo elimina todas as toxinas rapidamente, facilmente e saudavelmente.
- Agora você está relaxado e preenchido com paz . Em seu estado relaxado, seu corpo se repara e sara rapidamente.
- Todas as células do seu corpo existem em harmonia e paz com todas as outras células em seu corpo.
- Você consegue uma noite inteira de descanso todos os dias.
- Quando você dorme sua mente está em paz e os poderes curadores dentro do seu corpo são aumentados.
- Seus pensamentos criadores estão agora intensos dentro da sua mente subconsciente e trazendo total e contínua cura para seu corpo.
- Agora você adora uma grande variedade de comidas ricas em água que

- limpam e alimentam cada célula do seu corpo.
- Você dorme em paz e acorda alegre. Através do sono tranquilo seu corpo e mente estão renovados e restaurados para uma perfeita saúde.
- Você é jovem. Você parece
- jovem. Você se sente jovem.
- Você se sente excelente.
- Você se sente cheio de energia. Você
- ama a sua aparência. Você brilha de
- energia.
- Você é uma pessoa dinâmica.
- Você se sente uma pessoa jovem e poderosa.
- Você está desfrutando o máximo que sua vida pode lhe oferecer.

### **CD1 Faixa 3: ATRAINDO PROSPERIDADE E ABUNDÂNCIA 1**

- Riqueza Prosperidade
- Você é feliz sendo rico.
- Você é bom em produzir riqueza.
- Você trata do seu dinheiro com cuidado. Você
- compreende o valor do dinheiro.
- Você é bem sucedido produzindo muito dinheiro.
- Dinheiro é seu amigo.
- Você adora fazer dinheiro. Você
- gosta de criar riqueza.
- Você se sente contente possuindo seu próprio dinheiro. Você é
- precioso para o mundo.
- As pessoas pagam bem para você. Você é
- rico.
- Há provisões ilimitadas e são suas. Você tem
- muita segurança financeira Você é seguro
- financeiramente.
- Você é rodeado pelo carinho das pessoas.
- Você tem qualquer coisa que você queira ou necessita. Você é
- saudável e rico.
- Você se permite prosperar.
- Você está confiante que você criará abundância.
- Você tem mais do que necessita em todas as áreas da sua vida. Você se
- abre para receber a abundância do Universo.
-

- Você é seguro.

Você desfruta de um fluxo estável de energia positiva. Você é amado,

- aceito, reconhecido e apreciado.
- Você tem os recursos para desenvolver sua expressão criativa. Você é um
- sucesso
- Você expressa livremente a sua criatividade. Você está
- vivendo seus sonhos.
- Você tem bastante tempo e dinheiro.

# SCRIPT DO CD2



## CD2 Faixa 1: ATRAINDO PROSPERIDADE E ABUNDÂNCIA 2

- Agora você é rico.
- Você merece ser rico.
- Agora você é um gênio financeiro.
- Agora você guarda, gasta e investe seu dinheiro sensatamente. A
- cada dia sua riqueza está aumentando bastante .
- Agora você distribui enorme quantidade de riqueza para causas nas quais você acredita.
- Todos os investimentos que você possui são lucrativos.
- Cada real que você gasta retorna para você multiplicado por muito.
- Você gerencia seu dinheiro eficazmente com precisão.
- Agora você tem todo o dinheiro que você quer e necessita.
- Agora você tem sabedoria e inteligência para distribuir grande quantidade de riqueza.
- Agora você transforma cada pensamento seu em abundância financeira para você.
- Agora você pode criar toda a riqueza que você quer e necessita.
- Agora sua imaginação está criando toda a abundância financeira que você deseja.
- Quanto mais você distribui sua riqueza sabiamente mais sua riqueza pessoal explode.
- Agora você agarra suas oportunidades ousadamente e corajosamente e acredita nas suas ações.
- Agora sua imaginação cria toda a riqueza que você deseja.
- Através da força de sua intenção você atrai facilmente toda a riqueza que você necessita e deseja.
- Você habitualmente dá em produtos e serviços mais do que você recebe.
- Você alegremente se supera em cada tarefa que você se compromete. Agora
- você acumula imensa riqueza compatível com sua integridade e honestidade.
- Você aceita respeitosamente os presentes dos outros sabendo que esses presentes foram dados como reconhecimento por você oferecer mais do que recebe.
- Agora você é receptivo a inesperados presentes de riqueza.

- Você recebe a abundância que merece numa forma graciosa e a compartilha com muito prazer
- Quando você tem pensamentos de riqueza você se torna mais rico em todos os aspectos da vida.
- Agora sua riqueza está se multiplicando e criando mais riqueza facilmente e naturalmente.
- Agora sua abundância financeira está explodindo 24 horas por dia mesmo quando você está jogando, comendo e dormindo.
- Agora você está rodeado por um oceano de riqueza e atrai deste oceano tudo que você necessita.
- Seu trabalho é a fonte da riqueza infinita para atender seus desejos pessoais.
- Agora você está ganhando riqueza maciça fazendo o que você adora fazer, enquanto está prestando serviço útil para outras pessoas.
- Através do poder de sua mente subconsciente você atrai naturalmente e facilmente toda riqueza que você necessita e deseja.
- Você é um ímã para o dinheiro.
- O dinheiro está circulando em sua vida numa forma eterna e você sempre tem superávit.
- Você tem a responsabilidade de acumular imensa riqueza através de prestar serviços aos outros e dar de volta para a sociedade presentes que beneficiem a comunidade inteira.
- Sua imaginação agora materializa qualquer coisa que você acredita e imagina.
- Seus pensamentos são criativos, suas afirmações sobre prosperidade estão agora criando a realidade que você deseja.
- Agora você tem todos os recursos de que você necessita para atingir facilmente seus objetivos.
- Agora você está fazendo progressos em todos os seus objetivos

## **CD2 Faixa 2: MELHORAR AUTO CONFIANÇA**

- Você pode justificar o que você faz.
- Você tem razão.
- Você é seguro e confiante.
- Você está entusiasmado para fazer coisas novas.
- Você gosta de desafios.
- Você é uma pessoa corajosa.
- Você é interessante.
- As pessoas gostam de você.
- Você tem muitos amigos.
- Você é bom no que você faz.
- Você é uma pessoa importante e preciosa e é merecedora do respeito dos outros.
- Você é seu próprio perito e permite o mesmo privilégio para outras pessoas.
- Você expressa suas idéias facilmente e sabe que os outros respeitam seu ponto de vista.
- Você é consciente de seu sistema de valores e confiante das decisões que você faz baseado em sua consciência atual.
- Você tem uma expectativa positiva de alcançar seus objetivos e rapidamente você deixa para trás contratemplos temporários.
- Você tem orgulho do seu desempenho passado e uma expectativa no futuro.
- Você aceita elogios facilmente e compartilha seu sucesso com quem contribuiu para ele.
- Você se ama, você é um ser único e precioso, sempre fazendo o melhor que sua capacidade permite, sempre crescendo em sabedoria e amor.
- Você é ativo nas contribuições de sua vida e dirige isto para canais construtivos. Sua principal responsabilidade é para seu próprio conhecimento e ser melhor (o melhor você sente sobre você mesmo e é mais disposto e capaz para ajudar os outros.)
- Você é sua própria autoridade (e você não é afetado por opiniões ou atitudes negativas dos outros.)
- O que aconteceu com você não importa, mas como você lidou com o que aconteceu é que vai determinar seu estado emocional.
- Você é um sucesso ao ponto de você se sentir afetuoso e carinhoso com você mesmo.



- Ninguém no mundo inteiro é mais ou menos merecedor(a) , mais ou menos importante que você.
- Você conta suas bênçãos e alegrias no crescimento de sua consciência.
- Você é uma pessoa ativa. Você faz as coisas primeiro e uma coisa de cada vez.
- Você é afetuoso e amigável com todos que você contata. Você trata cada um com consideração e respeito.
- Você é amável, compassivo e gentil com você mesmo.
- Você é feliz
- As pessoas gostam de você
- Você é uma pessoa boa.
- Você é importante.
- Você faz uma diferença no mundo.
- Você está motivado.
- Você gosta do seu trabalho.
- Você é bem sucedido. Você
- é positivo.
- Você é seguro.
- Você administra bem o seu dinheiro.
- Você é uma pessoa responsável. Você
- tem sua vida sob controle.
- Você está fazendo mais as coisas que você gosta de fazer.
- Você está fazendo mais as coisas que você gosta.
- Você está conseguindo seus objetivos.
- As pessoas fazem você feliz.
- Você pode justificar o que você faz.
- Você tem razão.
- Você é seguro e confiante.
- Você está entusiasmado para fazer coisas novas.
- Você gosta de desafios.
- Você é uma pessoa corajosa.
- Você é interessante.
- As pessoas gostam de você.
- Você tem muitos amigos.
- Você é bom no que você faz.
- Você comunica suas opiniões com confiança
- Suas opiniões são importantes.
- Você faz uma contribuição valiosa.

- Você é importante. Suas opiniões são importantes.
- As pessoas ouvem você.
- As pessoas querem ouvir você.
- Você está mudando sua vida.
- Você está assumindo controle de sua vida.
- Você reage bem com valentões.
- Você espera que as pessoas sejam amáveis com você.
- Você merece ser bem tratado.
- Você exige ser bem tratado.
- Você exige respeito.
- Você faz o que você quer fazer.
- Você permite fazer somente aquelas coisas que você gosta.
- Você pede suas necessidades
- Você fala para as pessoas o que você quer.
- Você pode dizer não.
- Você pode recusar coisas que você não deseja.
- Você sabe como comportar sob pressão mesmo que outros estejam insatisfeitos.
- Você faz coisas que agradam você.

### **CD 2 Faixa 3: PARE DE FUMAR**

- Você gosta de ar fresco
- Você aprecia ar fresco
- Você aprecia sua independência Você parece melhor e se sente melhor
- Ar fresco e exercícios fazem bem para sua saúde
- Você se sente bem
- Você respira profundamente
- Ar fresco revitaliza as células do seu corpo
- Você desfruta a sensação de respirar profundamente
- Você se exercita com frequência.
- Você gosta de se exercitar
- A habilidade de respirar profundamente estimula todas as células do seu corpo
- Ar fresco é saudável Você está relaxado e livre.

- Você é o mestre do seu corpo e de seus hábitos.
- Você se apega com bons hábitos.
- Sua saúde, energia e vitalidade estão crescendo todos os dias.
- Você está magro, ágil, queimando gordura rapidamente, uma máquina de músculos.
- Você está se tornando mais atraente a cada dia.
- Força de vida divina flui através das células em seu corpo.
- Agora você come todas as comidas certas para uma saúde ótima, energia e máximo desempenho
- Seu corpo está se curando e se regenerando todos os dias.
- Cada vez que você respira fundo seu corpo está queimando gordura e criando energia , saúde e vitalidade.
- Seu corpo queima gordura independentemente do que você come.
- Agora você se vê preenchido com saúde, energia e entusiasmo.
- Agora você tem toda a energia que você necessita.
- Você cria bons hábitos a respeito da sua saúde, rapidamente e facilmente.
- Agora seu corpo elimina rapidamente todas as toxinas, facilmente e saudavelmente.
- Agora você está relaxado e preenchido com paz . Em seu estado relaxado, seu corpo se repara e sara rapidamente.
- Todas as células do seu corpo existem em harmonia e paz com todas as outras células em seu corpo.
- Você consegue uma noite inteira de descanso todos os dias.
- Quando você dorme sua mente está em paz e os poderes curadores dentro do seu corpo são aumentados.

# SCRIPT DO CD 3



## CD3 Faixa 1: RELAXAR E ALIVIAR ESTRESS

- Você é calmo.
- Você está relaxado.
- Você pensa claramente.
- Tudo está sob seu controle.
- Você acha fácil relaxar.
- Você gosta de empolgação.
- A tranquilidade é relaxante.
- Você gosta de gastar seu tempo relaxando.
- Você é tranquilo e relaxado.
- Sua mente é calma.
- Seu corpo e sua mente são calmos e relaxados.
- Você está em paz consigo mesmo.

## CD3 Faixa 2: SEJA AMADO, CARISMÁTICO E POPULAR

- Agora você faz boas amizades rapidamente e facilmente.
- Pessoas boas são atraídas para você todos os dias. Elas querem encontrar você.
- Agora você deixa outras pessoas à vontade rapidamente e facilmente.
- Agora você mantém você mesmo e as outras pessoas em alta consideração.
- Agora você se cerca com pessoas positivas e vigorosas.
- Você sempre cria harmonia com os outros através do esforço cooperativo.
- Você crescerá atraindo para você a cooperação de outras pessoas.
- Você encorajará outras pessoas para lhe ajudar por causa de sua boa vontade para ajudar outras pessoas.
- Você fará outras pessoas acreditarem em você porque você acredita nelas e em você mesma.
- Você ouve atentamente o que os outros dizem sem interrompê-los. Você cria relacionamentos positivos que são justos, honestos e saudáveis.
- Todas suas expressões faciais são agora alegres e agradáveis para você mesma e para outras pessoas.
- Quando você cumprimenta as pessoas você as cumprimenta com alegria. Agora você tem um magnético e caloroso aperto de mão.

- Na primeira vez que as pessoas encontram com você gostam de você imediatamente.
- Sua mente subconsciente se prepara para encontrar pessoas antes de você encontrá-las.
- Agora você atinge seus objetivos tendo em mente os benefícios para outras pessoas.
- Você ouve outras pessoas cuidadosamente antes de responder.
- Agora você desenvolve, rapidamente e facilmente, alianças cooperativas com os outros para atingir objetivos específicos e seguros.
- Agora você tem uma compreensão de você mesmo e das outras pessoas.
- Você sempre trata as pessoas que encontra com respeito, tolerância e compreensão.
- Agora você procura o que é bom em cada pessoa que você encontra.
- Você inspira as outras pessoas a serem importantes.
- Agora você é admirado pelas pessoas que você encontra.
- Você agora tem uma personalidade extremamente agradável.
- Todos os seus contatos com as outras pessoas são tranquilos e agradáveis.
- Você expressa sua apreciação sincera e honesta e elogia os outros facilmente e frequentemente.
- Você provoca um sentimento de entusiasmo para coisas boas nas outras pessoas.
- Quando você fala com os outros você tenta olhar para as coisas através de ponto de vista delas como se fosse o seu ponto de vista.
- Agora você está sinceramente interessado nas outras pessoas.
- Em qualquer lugar que você vai usa a sinceridade e um sorriso comovente. Seu sorriso sincero vem de dentro do seu mais profundo ser interior.
- Você lembra dos nomes das outras pessoas facilmente e naturalmente. Você encoraja outras pessoas para falar delas mesmo e as ouve atentamente.
- Quando você fala com outras pessoas você foca sobre os interesses delas não nos seus.
- Quando você precisa de alguém para fazer alguma coisa você as faz se sentirem felizes indicando os benefícios para elas.
- Você reconhece sinceramente o valor em cada pessoa que encontra e faz um elogio sincero e as faz se sentirem importantes.

### **CD3 Faixa 3: SUCESSO E REALIZAÇÃO DE OBJETIVOS**

- Você é um vencedor

- Você gosta de ser vencedor.
- Ser vencedor faz você se sentir excelente.
- Você é bem sucedido.
- Você é bom no que você faz.
- Você está melhorando sempre
- Cada vez mais você é bem sucedido.
- Você é feliz sendo bem sucedido.
- Você é sucesso.
- Você está completando bem suas tarefas.
- Você concorre com êxito.
- Você é um grande realizador.
- Você consegue os resultados que você quer.
- Você vence mesmo contra dificuldades
- A vitória é sua.
- Agora você coloca seu corpo no estado máximo de absoluta certeza, sabendo que você pode criar qualquer resultado positivo com o qual tenha se comprometido.
- Agora você está vivendo uma vida com bastante projetos ao invés de uma vida de reação.
- Agora você é confiante, claro sobre os resultados que você quer em cada área de sua vida.
- Agora você tem a força e paixão necessárias para levar qualquer ação positiva a conseguir seus desejos.
- Agora você faz o seu futuro e o seu presente. Seu futuro é agora.
- Agora você comemora a realização de seus objetivos antes deles ocorrerem no mundo físico.
- Sempre que você estabelece um objetivo imediatamente você vai ao encontro da realização para criar e manter este importante impulso.
- Agora você está gastando seu tempo, energia e emoção nos objetivos que são mais importantes para você antes de atender as exigências de outras pessoas. Você está sob controle.
- A urgência não é sua amiga. Você minimiza o tempo que você gasta planejando os resultados e delegando para outros a urgência exigida por outras pessoas.
- Agora você faz somente o que você faz melhor e consegue que outras pessoas façam o restante.
- Agora você delega para outras pessoas tarefas que não requerem sua atenção absoluta.

- Sua mente subconsciente lhe dá os planos de ações específicas que você necessita para alcançar seus resultados desejados.
- Sua mente subconsciente agora está constantemente presente em você com planos atuais para alcançar seus objetivos, mesmo quando você está jogando, comendo ou dormindo.
- Agora você administra cuidadosamente seus progressos através dos resultados alcançados todos os dias.
- Agora você é altamente flexível. Você controla cuidadosamente os resultados que você está conseguindo e rapidamente ajusta suas ações até receber os resultados específicos que você deseja.
- Você acelera seus progressos na direção de seus resultados desejados estudando outras pessoas que tem sido notáveis naquela área.
- Todos os dias você aumenta o seu desejo de atingir seus objetivos.
- Agora você cria um ambiente controlado que mantém sua mente focada no seu principal resultado, usando fitas, livros, músicas e qualquer coisa ao seu redor que seja facilmente acessível.
- Você não faz adaptação no seu ambiente. Você persiste em fazer seu ambiente se adaptar a você.
- Todas as suas imagens internas, diálogos e sentimentos agora estão lhe atraindo na direção dos resultados que você deseja.
- Agora você está focado nos resultados que você quer, conduzido por um propósito ardente e com grandes idéias de ação.
- Agora você vê as coisas exatamente da maneira como elas são e exatamente na maneira que quer vê-las e age numa forma definitiva para fechar o espaço entre elas.
- Agora você prepara todas as noites um planejamento de resultados para o dia seguinte.
- Todos os dias você alimenta seu impulso numa forma consistente através da ação enfocada nos resultados.
- Quando você toma uma decisão definitiva você se empenha para atingir o resultado que você deseja.
- Agora você cria momentos mágicos para você mesmo, sua família e amigos.
- Agora você comemora suas realizações como se elas já tivessem sido realizadas.

# SCRIPT DO CD4



## CD4 Faixa 1: EMAGRECER E CONTROLAR SEU PESO

- Você está se tornando mais elegante e magro
- Você é vigoroso.
- Sua saúde é importante.
- Você tem cuidado com seu corpo.
- Você está conseguindo um estilo de vida equilibrado.
- Você gosta de se exercitar.
- Você se exercita bem.
- Você se exercita frequentemente. Você
- está atingindo seu peso ideal. Você
- gosta de comer comida saudável. Você
- é bonito.
- Você respeita seu corpo Outras
- pessoas respeitam você.
- Você está atingindo seu peso saudável.
- Sua saúde, energia e vitalidade estão crescendo todos os dias.
- Você está magro, ágil, queimando gordura rapidamente, uma máquina de músculos.
- Você está se tornando mais atraente a cada dia.
- Força de vida divina flui através das células em seu corpo.
- Agora você come todas as comidas certas para uma saúde ótima, energia e máximo desempenho
- Seu corpo está se curando e se regenerando todos os dias.
- Cada vez que você respira fundo seu corpo está queimando gordura e criando energia , saúde e vitalidade.
- Seu corpo queima gordura independentemente do que você come.
- Agora você se vê preenchido com saúde, energia e entusiasmo.
- Agora você tem toda a energia de que você necessita.
- Você cria bons hábitos a respeito da sua saúde rapidamente e facilmente.
- Agora seu corpo elimina rapidamente todas as toxinas , facilmente e saudavelmente.
- Agora você está relaxado e preenchido com paz . Em seu estado relaxado, seu corpo se repara e sara rapidamente.



- Todas as células do seu corpo existem em paz com todas as outras células em seu corpo.
- Você consegue uma noite inteira de descanso todos os dias.
- Quando você dorme sua mente está em paz e os poderes curadores dentro do seu corpo são aumentados.

## **CD4 Faixa 2: ADMINISTRAR MELHOR SEU TEMPO**

- Você está motivado.
- Você está fazendo o que precisa ser feito.
- Você está atingindo seus objetivos.
- Você gosta de atingir seus objetivos.
- Você está trabalhando para atingir seus objetivos.
- Você sente ardentemente que você precisa realizar seu trabalho.
- Seus objetivos são muito importantes para você.
- Você está feliz realizando seus objetivos.
- Você está conseguindo agilidade.
- Seus pensamentos são rápidos.
- Você pode pensar e agir rapidamente.
- Cada vez mais suas reações estão ficando melhores.
- Você está aprendendo a ser mais rápido.
- Faça isto agora.
- Você está confiante no seu sucesso.
- Você gosta de desafios.
- Continue!!
- Você está fazendo isto agora. Você
- é ciente do que é importante. Você
- adia o que não é importante. Você
- é bom no seu trabalho.
- Você administra seu tempo muito bem
- Agora você está vivendo uma vida com bastante projetos ao invés de uma vida de reação.
- Agora você é confiante, claro sobre os resultados que você quer em cada área de sua vida.
- Agora você tem a força e paixão necessárias para levar qualquer ação positiva a conseguir seus desejos.
- Agora você faz o seu futuro e o seu presente. Seu futuro é agora.

- Agora você comemora a realização de seus objetivos antes deles ocorrerem no mundo físico.
- Sempre que você estabelece um objetivo imediatamente você vai ao encontro da realização para criar e manter este importante impulso.
- Agora você está gastando seu tempo, energia e emoção nos objetivos que são mais importantes para você antes de atender as exigências de outras pessoas. Você está sob controle.
- Você sabe como distinguir as tarefas importantes e urgentes
- Agora você faz somente o que você faz melhor e delega as tarefas restantes para outras pessoas.

### **CD4 Faixa 3: ATRAINDO CÔNJUGE**

- Você é atraente.
- Você é um ser amável.
- As pessoas vêm luz dentro de você.
- As pessoas são atraídas por você.
- Você é cordial e atencioso com os outros.
- Você faz amigos facilmente.
- Você é atraído para pessoas atenciosas.
- Você é seguro quando está se aproximando um(a) provável amante
- Agora você é preenchido com fé, certeza e confiança. Agora você sente essas emoções em seu corpo.
- Agora você é seguro e agressivo.
- Agora você caminha e age com segurança, serenidade e poder pessoal.
- Agora você é uma personalidade poderosa e carismática.
- Você está se tornando cada vez mais atraente todos os dias.
- Sua confiança e competência estão explodindo todos os dias. Agora você é amigável, sociável e seguro(a).
- Agora você é ousado(a) e corajoso(a). Agora você agarra suas oportunidades imediatamente.
- Agora você tem capacidade para mudar qualquer coisa em sua vida que você queira mudar. Você é completamente responsável pela sua vida.
- Quando você fala com outras pessoas olha direto nos olhos delas e fala com confiança, sabendo que você é igual a cada pessoa que você encontra, indiferente ao status social ou realizações delas.
- Agora você pode criar num instante, um estado de certeza total e confiança em qualquer hora que quer.

- Agora você movimenta seu corpo com estilo serenidade e confiança.
- Cada vez que você fecha seus olhos e respira profundamente sua confiança aumenta e enche todo o seu ser.

# SCRIPT DO CD 5



## CD5 Faixa 1: PAZ E HARMONIA AO CASAL

- Você agora está em total harmonia espiritual e física com o amor de sua vida.
- Você agora cria sentimentos de conexão espiritual para o seu amor.
- Agora você cria um clima romântico e um ambiente carinhoso para você mesmo e para o seu amor.
- Agora você é consumido com amor e afeição por seu(sua)
- esposo(a). Agora você é meigo e carinhoso com seu amor.
- Agora você cria momentos mágicos, românticos e carinhosos, para seu amor todos os dias.
- Você toca delicadamente e sensualmente seu amor facilmente e muitas vezes.
- Você cria sentimentos de amor e paixão para o amor de sua vida todos os dias. Agora você cria essas sensações em seu corpo.
- Agora sua mente subconsciente dobra seus prazeres físicos cada vez que você toca seu amor.
- Agora seu toque passa amor, ternura e energia espiritual para seu amor.
- Agora você está amando seu amor da maneira que ele(a) quer ser
- amado. Você está concentrado sobre as necessidades de amor dele(a).
- O amor de vocês é preenchido com variedades intermináveis e êxtase.
- Quando você ama seu(sua) esposo(a) se presenteia com sentimentos de amor e paixão facilmente e completamente.
- Todas as imagens que você tem de seu amor são grandes, brilhantes, bonitas e carinhosas.
- Agora você é gentil e sensível às necessidades do seu amor.
- Quando você ama seu(sua) esposo(a) fica totalmente descontraído(a) e à vontade.
- Agora você é limpo(a), elegante e sexy. Você cuida do seu corpo para ser mais agradável ao amor de sua vida.
- Seu (sua) esposo(a) lhe acha incrivelmente atraente e agradável.
- Todos os dias você pensa em pequenas coisas para agradecer o amor de sua vida
- Todas as conversas com seu (sua) esposo(a) são agora preenchidas com paz, amor e harmonia.

- Agora você é uma pessoa divertida e brincalhona. Sua vida amorosa é preenchida com emoção e variedades.
- Cada célula do seu ser é sensível ao toque do seu amor.
- Você está sempre amável, carinhoso, compassivo e perdoador o amor de sua vida.
- Você agora é aberto e honesto com seu(sua) esposo(a) todos os dias. Agora
- você sabe que agrada seu amor e faz isto com dedicação e habilidade.
- Agora você toca o seu amor exatamente da maneira que ele quer ser tocado.
- Agora você é preenchido com energia e entusiasmo.
- Agora você satisfaz todas as necessidades do amor de sua vida.
- Você trata seu amor como se fosse a pessoa mais importante do mundo para você.
- Agora você trata seu amor da maneira que você quer ser tratado(a).
- Você acha novas maneiras para criar regularmente surpresas românticas para seu amor.

## **CD5 Faixa 2: CARISMA E PODER PESSOAL**

- Agora você está repleto com fé, certeza e confiança. Agora você sente essas emoções em seu corpo.
- Agora você é seguro e objetivo.
- Agora você caminha e age com segurança, serenidade e poder pessoal.
- Agora você é uma personalidade poderosa e carismática.
- Você está se tornando cada vez mais atraente todos os dias.
- Sua confiança e competência estão explodindo todos os dias. Agora você é amigável, sociável e seguro(a).
- Agora você é ousado(a) e corajoso(a). Agora você agarra suas oportunidades imediatamente.
- Agora você tem capacidade para mudar qualquer coisa em sua vida que você queira mudar. Você é completamente responsável pela sua vida.
- Quando você fala com outras pessoas olha direto nos olhos delas e fala com confiança, sabendo que você é igual a cada pessoa que você encontra, indiferente ao status social ou realizações delas.
- Agora você pode criar num instante, um estado de certeza total e confiança em qualquer hora que queira..
- Agora você movimenta seu corpo com serenidade e confiança.

- Cada vez que você fecha seus olhos e respira profundamente sua confiança aumenta e enche todo o seu ser.
  - Agora você se vê exatamente como a pessoa que você quer ser: seguro, saudável e próspero.
  - Agora você tem grande consideração por você mesmo e pelas outras pessoas.
  - Todos os dias, em todos os sentidos, você está crescendo cada vez mais e ficando mais confiante.
  - Sua confiança, entusiasmo e paixão estão aumentando muito todos os dias.
  - Todos os dias seu desempenho está melhorando porque você está comprometido com permanente e interminável aperfeiçoamento.
  - O que você imagina que pode fazer, você pode fazer.
  - Agora você é destemido, corajoso e ousado.
  - Você recebe sabedoria e conhecimento de sua mente subconsciente a cada momento de sua vida.
  - Você aplica sua fé com atos corajosos.
  - Agora a expressão de sua fé transmite certeza e confiança. Agora
  - você é uma pessoa altamente carismática e poderosa. Agora você
  - inspira e expande sua imaginação com entusiasmo. Agora você
  - revive a maioria dos momentos alegres de sua vida.
  - Você age como se já tivesse toda a confiança que você necessita e deseja.
  - Você fala para si mesmo e para os outros com confiança e convicção.
  - Agora sua mente subconsciente transmite confiança, certeza e poder à mente subconsciente dos outros.
  - Seus pensamentos, presença e carisma inspiram outras pessoas para grande auto-confiança e poder pessoal.
  - Agora você irradia confiança e certeza na presença de outras pessoas.
  - Quando você fala o tom de sua voz transmite força, coragem e
  - confiança. Agora você é confiante, firme e decidido em cada situação.
  - Agora você cria excelente confiança muitas vezes ensaiando em sua mente e imaginando antecipadamente os resultados que você quer.
  - Agora você é um excepcional líder que lidera com confiança.
  - Você aumenta sua auto-confiança aumentando suas habilidades e capacidades todos os dias.
  - Como você ensaia os resultados que você quer em seus pensamentos antes deles acontecerem, suas habilidades e confianças expandem bastante. ●
- Outras pessoas acham você uma pessoa encantadora e interessante.

## **CD5 Faixa 3: MELHORAR SUA MEMÓRIA E CONCENTRAÇÃO**

☞ Você se concentra facilmente

☞ Você pode se concentrar por um longo período. Você

- pode manter sua concentração.
- Sua concentração está melhorando.
- Você pode manter uma idéia em sua cabeça por um longo período. Você
- pode tratar de muitas idéias ao mesmo tempo.
- Você está concentrado.
- Você acha difícil ser distraído(a). Você
- pode pensar claramente.
- Você lembra nomes e faces facilmente. Você
- lembra fatos facilmente.
- Você lembra números facilmente.
- Você lembra o que você considera importante. Você
- tem uma memória poderosa.
- Você tem uma excelente memória.
- Sua memória está mais poderosa a cada minuto. Sua
- memória é como uma esponja.
- Você pode lembrar de tudo que quer lembrar. Você
- se concentra facilmente.
- Você gosta de estudar e passar nos exames. Você
- pode responder todas as questões. Você é
- conhecedor da matéria.
- Você está preparado para seus exames.
- Sua mente é uma esponja para idéias e fatos. Você
- tem facilidade de aprender.
- Você compreende facilmente. Você
- compreende tudo. Você faz o
- melhor.
- Você gabarita suas provas.

## **PROGRAMAS SUBLIMINARES ADICIONAIS**

Nossa livraria de títulos aumenta cada dia e ultimamente adicionamos esses programas. Eles podem ser encontrados em nossa pagina da internet:

- Tomando decisões corretas
- Atraindo amor do sexo oposto
- Melhorar auto estima
- Aumenta sua objetividade
- Atrair a boa sorte Melhorando
- a intuição Melhorando suas
- vendas Rejuvenecimeto
-