

CST Mastery | Junho 2023



CST Mastery

Be Inspired

Um recurso de Aprendizagem online para terapeutas de CST e  
SER do Upledger



*O Sol na minha mão, Shubham22j, via Wikimedia Commons*

**Queridos e incríveis colegas,**

*“Estou fascinada, tudo correu perfeitamente.”*

Digam isto comigo agora. Digam isto a vós mesmos. Digam silenciosamente. Digam em voz alta com entusiasmo três vezes. Qual é a sensação? Permitiram-se lá estar? Aceitam essa possibilidade? Podem aceitar isso como uma realidade?



*Foto: It's Gonna Be a Bright Sun Shiny Day, de I Can See Clearly Now (Johnny Nash)*

*Geoff McKay, Palmerston North, New Zealand*

*“Os seus pensamentos são incrivelmente poderosos.  
Escolha os seus sabiamente.”*

-Dr. Joe Dispenza

Acho encorajador quando ouço as pessoas mudarem os seus pensamentos de forma optimista. Dizem que “desejavam” que algo pudesse acontecer. Estão a 'tentar' manter o seu compromisso ou 'esperam' que o seu projecto seja bem sucedido. É óptimo que estejam a moverem-se para a possibilidade de que as coisas possam ser mais positivas nas suas vidas. Vocês reconhecem-se em alguma destas frases?

No entanto, ponderem os verbos desejar, tentar e esperar. Parece que uma pessoa está a considerar algo. Definitivamente o primeiro passo para mudar o ponto de vista e ser positivo, bem-sucedido e aberto à mudança.

Quando crianças, aprendemos a desejar. A Disney ensinou-nos a fazermos um pedido a uma estrela. Ou como eu fiz, desejei uma boa nota no teste de ortografia! Isto funciona para as crianças porque o pensamento mágico é a mente da criança.

Porém, como adultos, desejar, tentar e esperar é colocar uma dúvida entre a ideia e a sua realidade. Cada pensamento carrega energia para o nosso campo. Se tudo o que fazemos é desejar, tornamo-nos muito bons em desejar. Não tem nada a ver com sentir e deixar que se concretize. Se apenas tentarmos, muitas vezes isso obscurece a nossa direcção e estratégia para alcançar o resultado.

É importante tirarem os vossos pensamentos do reino do pensamento mágico e trazê-los para o reino da realidade. O estado emocional de uma pessoa é a base da sua realidade. As nossas palavras são um indicador das nossas crenças sobre nós mesmos e da nossa realidade.



*“Uma crença é apenas um pensamento que você diz repetidamente para si mesmo”*

-Dr Joe Dispenza

Tornarmo-nos conscientes do nosso diálogo interno, é importante. Se for difícil ouvirem os vossos próprios padrões de pensamento, ouçam o que o desencadeia nos vossos clientes e amigos, e as vossas palavras serão como um espelho para vocês.

Feliz solstício, quer estejam a entrar no Verão ou no Inverno.

Em gratidão,

*Susan*



Prima nos links abaixo para rever as newsletters anteriores

**Fundindo Sabedoria e Possibilidades, março 2023**

**De que maneira você encara 2023?, janeiro 2023**

**Além das celebrações e zonas de conforto, dezembro 2022**

**Temporada de mudança, agosto 2022**

**Întruparea curajului - SISU, Iunie 2022**



## Social Media Resources

**Website - Portugal**

**Website - Brasil**

**Facebook Brasil**

**Upledger Institute International Facebook (Inglês)**

**UpledgerAlumni - sponsored by Eric Moya (Inglês)**

Visit [CSTMastery.com](https://www.CSTMastery.com)

© 2023 CST Mastery. Todos os direitos reservados.

A reprodução e distribuição de texto ou vídeo sem permissão por escrito é proibida.

Mockingbird Design



Try email marketing for free today!