

110 Afirmações  
Positivas  
Para Mudar a  
Sua Vida



MeblyMandalas



# Mebly Mandalas

Afirmações positivas são umas das ferramentas mais eficazes para se transformar depressa na pessoa que você precisa ser para conquistar tudo o que deseja. São frases feitas por você ou selecionadas de algum outro lugar que ajudam a reprogramar crenças limitantes e a instalar novas crenças e padrões no seu subconsciente.

Elas devem ser repetidas todos os dias enquanto você achar que tem necessidade e de preferência em voz alta. Mas manter um diálogo interno saudável e positivo também influencia diretamente sua vibração e seu dia a dia. Por isso mesmo que não seja possível repetir em voz alta, fale para você mesmo frases positivas durante seu dia, sempre que achar necessário ou se lembrar de alguma das afirmações abaixo. Quanto mais você as repetir, mais facilmente elas serão gravadas no seu subconsciente e passarão a ser verdade em sua vida.

Separei neste ebook 110 afirmações poderosas para todas as áreas da nossa vida, mas você não precisa repetir todas elas se não quiser, pode separar as que acha que fazem mais sentido para você ou que você está precisando no momento. Mas se tiver disponibilidade e quiser repetir



# Mebly Mandalas

todas elas todos os dias, se joga! Afinal, positividade e boas energias nunca são de mais não é mesmo?

Como disse Muhammad Ali:

*“É a repetição das afirmações que leva à crença. Quando essa crença vira uma convicção profunda, tudo começa a acontecer.”*

Então vamos lá?

1# Tudo vem a mim com facilidade, alegria, abundância e glória.

2# Eu aprendo com os meus erros e me torno uma pessoa melhor a cada dia.

3# Eu sou feliz.

4# Eu vivo o momento presente com intensidade.

5# Estou livre de dor e totalmente em sintonia com a vida.

6# Eu me amo e me aceito como sou.



# Mebly Mandalas

7# Hoje eu abençoo a minha vida.

8# Tudo ao meu redor colabora para meu sucesso.

9# Tudo em que ponho minhas mãos, prospera.

10# Sou grato por estar vivo hoje. É uma alegria e um prazer viver outro dia maravilhoso.

11# Eu tenho abundância ilimitada sempre disponível para mim.

12# Eu sou o criador da minha realidade.

13# Eu sou amado e apoiado pelo universo.

14# Sou um poderoso ser espiritual.

15# Eu atraio exatamente o que eu quero ou preciso.

16# Tenho a capacidade de criar e conquistar o que eu desejo.



17# Eu sou um ser espiritual vivendo uma experiência física.

18# Eu sou único e incrível.

19# Estou em paz com o mundo em torno de mim e o mundo está em paz comigo.

20# Eu sou o arquiteto da minha vida. Eu construo minha fundação e escolho o meu conteúdo.

21# Hoje, eu estou cheio de energia e transbordando de alegria.

22# Confio em mim mesmo e minha intuição e sabedoria são meus melhores guias.

23# Todo dia estou preparado para suceder em corpo, mente e espírito.

24# Desejo ter uma velhice saudável e por isso cuido com amor do meu corpo hoje.

25# Estou sempre descobrindo novas formas de melhorar a minha saúde.



# Mebly Mandalas

26# Meus pensamentos são poderosos e se realizam.

27# Eu atraio tudo aquilo que eu desejo.

28# Tenho força e habilidade para vencer qualquer desafio que a vida me apresente.

29# Tenho poder, confiança e capacidade para conquistar todos meus objetivos.

30# O meu corpo é saudável, minha mente é brilhante, minha alma está tranquila.

31# Eu sou superior a pensamentos negativos e ações de baixa vibração.

32# Estou livre de dor e totalmente em sintonia com a vida.

33# A cura acontece! Desligo minha mente e deixo que a inteligência do meu corpo promova seu trabalho de cura naturalmente.

34# Eu tenho fé na vida.

35# Eu me sinto bem e feliz.



36# Eu atraio as pessoas certas.

37# Meus erros são degraus para o meu sucesso porque aprendo com eles.

38# Meu corpo está curando e me sinto melhor a cada dia.

39# Eu reconheço que me foi dado talentos infinitos que eu começo a utilizar, hoje.

40# Eu perdoo aqueles que de alguma forma me prejudicaram no meu passado e pacificamente me separo deles.

41# Meu coração se abre para o perdão. Através do perdão alcanço o amor.

42# As pessoas são boas comigo o tempo todo.

43# Hoje presto atenção nos meus sentimentos e cuido de mim amorosamente. Sei que todos os meus sentimentos são meus amigos.

44# Eu tenho coragem para viver a vida.



45# A vida é uma aventura e não uma luta.

46# Meu corpo é saudável, minha mente é brilhante, minha alma é tranquila.

47# Aceito todas as experiências, mesmo as desagradáveis, e aprendo com cada uma delas.

48# Um rio de compaixão leva minha raiva e substitui com amor.

49# Eu sou guiado a cada passo pelo o Espírito que me conduz para o que eu preciso saber e fazer.

50# Eu sou capaz de transformar minha vida, meus pensamentos e minhas ações.

51# O passado ficou para trás, não tem nenhum poder agora. Os pensamentos deste momento criam o meu futuro.

52# Não quero ser uma vítima. Eu me recuso a sentir desamparo. Afirmo meu próprio poder.

53# Eu sou poderoso (a).





# Mebly Mandalas

54# Eu ganho todo o dinheiro que preciso e desejo.

55# O dinheiro é bom.

56# O universo é abundante e essa abundância está disponível a quem acredita.

57# Sou digno e merecedor de todas as coisas boas que o universo tem.

58# Todas as coisas já me foram dadas.

59# Minha saúde é perfeita.

60# Meu corpo é forte e bonito.

61# Eu sou linda (o).

62# Deixo o passado e vivo totalmente no presente.

63# Eu reconheço que possuo as qualidades necessárias para ser extremamente bem-sucedido.



64# (Se você for casado (a)) Meu casamento está cada vez mais forte, mais profundo e mais estável a cada dia.

65# Padrões antigos e negativos não me limitam mais. Eu me desapego deles facilmente.

66# Sou um ímã que atrai riqueza. Todas as formas de prosperidade chegam a mim.

67# Estou aberto a novas oportunidades, ideias e pensamentos.

68# Minha vida é abundante.

69# A cada instante eu fico mais rico.

70# Acredito que estamos aqui para nos abençoarmos e nos ajudarmos a prosperar. Esta crença se reflete em todos os meus atos.

71# Ajudo os outros a se tornarem prósperos e a vida me devolve esta ajuda de formas extraordinárias.

72# A vida não é uma competição, vivemos em colaboração e harmonia.



# Mebly Mandalas

73# Minha habilidade de vencer meus desafios é ilimitada, meu potencial para suceder infinito.

74# Tenho a capacidade para criar o sucesso e prosperidade que desejo.

75# Acredito em mim e na minha capacidade para ter sucesso.

76# O meu negócio está crescendo, expandindo e prosperando.

77# A energia criativa surge através de mim e me leva a ideias novas e brilhantes.

78# Eu me liberto de toda a resistência à plena expressão da minha criatividade.

79# Estou sempre em contato com minha fonte criativa.

80# A vida flui em mim, através de mim e para mim.

81# Eu sou luz e amor.



# Mebly Mandalas

82# Eu tenho a força e a coragem para realizar os meus sonhos.

83# Eu me aceito e me amo mais a cada dia.

84# Eu sou confiante, original e criativo.

85# Felicidade é uma escolha. Baseio minha felicidade nas conquistas e bênçãos que recebi.

86# Eu sou grata (o).

87# Sou grato pelo que recebo na vida. Minhas dificuldades são oportunidades de crescimento pessoal.

88# Eu vejo as coisas pelo lado positivo e não reclamo, agradeço.

89# Tenho habilidade de contribuir positivamente para o mundo.

90# Sou corajoso e eu me levanto todos os dias para realizar os meus sonhos.

91# Meus pensamentos estão cheios de positividade e minha vida é abundante com a prosperidade ilimitada.



92# Hoje, eu abandono meus velhos hábitos e assumo novos hábitos mais positivos.

93# Crio com facilidade quando deixo meus pensamentos partirem da fonte de amor que é meu coração.

94# Eu acredito em milagres.

95# Sei que sou capaz de criar milagres em minha vida.

96# Todos os meus projetos criativos me dão alegria.

97# Eu sou aceito e amado.

98# Eu sou inteligente e capaz.

99# Estou em perfeita comunhão com o mundo onde vivo.

100# Estou em paz com a minha vida do jeito que ela é.

101# Minha confiança, autoestima e sabedoria estão crescendo a cada dia.



# Mebly Mandalas

102# Estou fazendo o mundo melhor sendo uma influência poderosa e positiva.

103# Aceito mudanças e posso facilmente me ajustar a novas situações.

104# Eu sou abençoado com uma família incrível e amigos maravilhosos.

105# Tudo o que está acontecendo agora está acontecendo para o meu bem supremo.

106# Meus esforços estão a ser apoiados pelo universo, meus sonhos se manifestam em realidade diante dos meus olhos.

107# O amor acontece! Eu me liberto da necessidade desesperada de encontrar um amor e me abro para que ele me encontre no momento certo.

108# A vida é muito simples. Recebo de volta aquilo que dou. Hoje eu escolho dar amor.

109# Eu faço minhas tarefas com amor e carinho.



110# Mereço amor, romance, alegria e tudo de bom que a vida tem a me oferecer.

**Ufa!** São muitas afirmações e muitas mudanças de crenças e pensamentos, não é? Isso é muito bom para nossa evolução pessoal. **Gostaria de saber mais sobre o poder das afirmações positivas para mudar sua vida?**

Tenho aqui a indicação de alguns cursos poderosos que tenho certeza que poderão mudar sua vida caso assim você deseje. Basta clicar nos links abaixo, cada um é referente a um curso e você pode olhar com calma e escolher aquele que mais te agrada ou tocar seu coração nesse momento.

Lembre-se, **o universo nos manda sinais, só precisamos estar atentos a eles. Não foi por acaso que você chegou até aqui, então invista em você, seu maior bem!**

Curso 1:

<https://meblymandalas.com/recomendo/cursoafirmaçõespositivas>

Curso 2:

<https://meblymandalas.com/recomendo/exerciciodaafirmaçãodiaria>

Curso 3:

<https://meblymandalas.com/recomendo/jornadadosentir>

Curso 4:

<https://meblymandalas.com/meditaçãooegratidão>



Curso 5:

<https://meblymandalas.com/recomendo/riquezaamorsaude>

Que bom que chegamos até aqui juntos! Muita luz  
e amor na nossa caminhada! Me acompanhe no

Instagram: @meblymandalas

E no blog: [meblymandalas.com](https://meblymandalas.com)

*Namaste!*