



A Mecânica do medo

Cresça perante seus medos

Dr.
Salomão

A Mecânica do Medo

Você pode:

- Compreender suas inseguranças, desconfianças e conflitos internos.
- Melhorar sua auto-estima.
- Ser mais natural, expressivo e desinibido em suas relações. Se precisar, ter melhores condições de falar em público.
- Despertar e realçar: CORAGEM, CONFIANÇA, OBJETIVIDADE, CAPACIDADE DE TOMAR DECISÕES e ESPÍRITO DE LIDERANÇA.

A função do medo na preservação moral e da espécie. Sua origem e os problemas causados pelo seu exagero. Considerações e compreensão sobre como os medos são gerados, sua estrutura do medo, como vencê-la e desmontá-la. Manifestações: ansiedade, timidez, fobias e síndrome do pânico. Conheça cada uma destas manifestações. O conhecimento é a base da transformação. Geralmente, em uma mesma pessoa, quando um lado tem medo, o outro não aceita tal sentimento gerando conflito. É preciso compreender cada um dos lados e suas intenções positivas para que possa haver uma integração. O lado que teme está diretamente ligado à criança interior, carecendo de uma atitude de compreensão, amor e aceitação. Se esta forma de atitude é compreendida e praticada, cessa o conflito, não havendo mais dissipação de energia, promovendo mais força, serenidade e melhor qualidade de vida.

[Clique aqui para obter este livro](#)