

TÉCNICA DO NÍVEL ALFA

**Reprograme sua Mente para
Soluções e Foco Imediato
com Método de Controle Mental**

Antonio Carlos Soares



Você já sentiu sua mente sobrecarregada, sem clareza ou sem conseguir encontrar soluções para seus desafios?

Com esta técnica do Método Silva de Controle Mental, você poderá acessar o Nível Alfa, um estado mental ideal para criatividade, relaxamento e tomada de decisões assertivas.

O que é o Nível Alfa?

O cérebro opera em diferentes frequências. O estado **Alfa** (cerca de 7 a 14 Hz) é o estado ideal para programar a mente, acessar respostas intuitivas e desenvolver maior controle emocional.

COMO APLICAR A TÉCNICA EM 3 PASSOS SIMPLES:

✓ Passo 1 - Prepare-se

Encontre um local tranquilo. Sente-se ou deite-se confortavelmente e feche os olhos.

✓ Passo 2 - A Respiração 3-2-1

- Inspire profundamente e, ao expirar, visualize o número 3 três vezes.
- Inspire novamente e, ao expirar, visualize o número 2 três vezes.
- Inspire mais uma vez e, ao expirar, visualize o número 1 três vezes.
- Essa contagem levará sua mente para um estado profundo de relaxamento.

✓ Passo 3 - Programação Mental

Agora, repita mentalmente a seguinte afirmação poderosa:

"Minha mente está clara, tranquila e aberta a soluções. Confio na minha capacidade de tomar decisões e encontrar respostas com facilidade."

Fique alguns minutos nesse estado e perceba como sua mente começa a trabalhar de forma mais fluida.

◆ **Aplique essa técnica diariamente e veja como suas decisões se tornam mais assertivas e sua clareza mental se amplia!**

[Clique aqui para ir para o INSTAGRAM de Antonio Carlos Soares](#)

QUER IR MAIS FUNDO?

Essa é apenas uma pequena amostra do que o **Método Silva de Controle Mental** pode fazer por você. Imagine dominar técnicas que ampliam sua memória, criatividade, foco e controle emocional?

Por tempo limitado, estou abrindo um treinamento completo do Método Silva, com 10 módulos, áudios guiados e suporte, por um valor especial, **um desconto de mais de 70%, saindo de R\$1.570 por apenas R\$ 370 ou em até 12x de R\$ 37,00.**

💡 Acesse agora, clicando no botão abaixo, e não perca essa oportunidade de aprimorar sua mente!

GARANTA SUA
OPORTUNIDADE AQUI!

Antonio Carlos Soares

Mestre em Relações de Poder e Dinâmica das Organizações, Psicanalista, Master Practitioner em PNL - Programação Neurolinguística com Formação no **Método Silva de Controle Mental**, Eneagrama das Personalidades, Hipnose Clássica e Conversacional e Coaching. Realiza palestras e treinamentos de Desenvolvimento Pessoal e Profissional.

Conheça mais Oportunidades de
Desenvolvimento

Clique aqui!

