



SIMONA RUFFINI
CRIMINOLOGA

Cambia la tua vita con la legge d'attrazione

*Ma prima sblocca le Credenze Limitanti
che ti hanno sempre impedito di farla funzionare!*



*52 giochi per cambiare la tua vita
52 tecniche per eliminare le credenze limitanti
e portare nella tua vita quello che più desideri*

di Simona Ruffini

Dr.ssa Simona Ruffini

**Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica**

**Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica**

www.simonaruffini.it
info@simonaruffini.it

L'uomo è veramente uomo soltanto quando gioca.

(Friedrich Schiller)

Indice

Introduzione – Cos'è questo libro e perché funzionerà

Capitolo 1 - Cos'è la Legge di Attrazione

- Tu sei la Legge di Attrazione

Capitolo 2 - Come funziona la Legge di Attrazione e perché non funziona con Te?

- Il simile attrae il simile

Capitolo 3 - Il nostro Cuore è il più potente campo di energia elettromagnetica

- Un esperimento sconvolgente

Capitolo 4 - I 3 passi della Legge di Attrazione: chiedere, permettere, ricevere

- Permettere, il più importante e difficile passo della Legge

Capitolo 5 - In principio fu Freud e la Profezia che si auto avvera

Capitolo 6 - La Psicologia e le Credenze che ci guidano

- Ti comporti nel modo in cui credi di doverti comportare

Capitolo 7 - Una questione di forma...e di illusioni!

Dr.ssa Simona Ruffini

Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte

Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica

Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali

Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

Capitolo 8 - Poi arrivò... Jung e fu subito Sincrodestino

- *Non si tratta del Pensiero Positivo*
- *E se invece non fosse solo un caso?*

Capitolo 9 - Infine fu la Scienza...dei Quanti

- *Le cose andranno esattamente come noi crediamo che andranno*
- *Scartare il regalo dell'Universo*

Capitolo 10 - La storia del Trenino Rosso

- *Tu sei il miracolo*

Capitolo 11 - Una Questione di Ispirazione

Capitolo 12 - Gli occhiali rosa delle nostre Credenze

- *Crisi può voler dire occasione*

Capitolo 13 - Aspettative vs Credenze

Capitolo 14 - Spezzare le catene delle Credenze limitanti

Capitolo 15 - Scopri le tue Credenze

- *Capire quali Credenze ci guidano*
- *Le Credenze sul denaro*
- *Non ce n'è abbastanza per tutti*
- *Parliamo del denaro*
- *Le Credenze sulla Salute e sul Benessere Fisico*
- *Le Credenze sull'Amore e le Relazioni*
- *Le Credenze non sono tutte uguali*

Capitolo 16 - Nessun Giudizio, nessuna Colpa

Dr.ssa Simona Ruffini

**Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica**

**Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica**

- *Consapevolezza, non colpa*

- *Non hai super poteri, ma vivi all'interno di un grande potere*

Capitolo 17 - Nuove connessioni neurali

Capitolo 18 - Bando alle lamentele!

Capitolo 19 - Ed ora...inizia ad esprimere i tuoi Desideri!

INDICE DEI GIOCHI - Spiegazione dei giochi

Area della Consapevolezza

1. Il Gioco del Voglio, Voglio...
2. Il Gioco dello Specchio
3. Il Gioco del Caro Diario...
4. Il Gioco del Tuo Migliore Amico

Area della Gratitudine - Dove sei è esattamente il punto da cui partire

5. Il Gioco del Grazie al mattino
6. Il Gioco del Menu
7. Il Gioco delle Frequenze per chiedere

Area dell'Osservazione – Uno scudo contro le credenze negative degli altri

8. Il Gioco del Detective
9. Il Gioco dello Scudo
10. Il Gioco del Cambia discorso

Area delle Coincidenze - Il tempo è il tuo alleato

11. Il Gioco della Strada nuova
12. Il Gioco della Cosa nuova

Dr.ssa Simona Ruffini

Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte

Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica

Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali

Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

13. Il Gioco del Butta l'orologio
14. Il Gioco del Libro magico
15. Il Gioco dello Scopri le Coincidenze
16. Il Gioco del Segui le Coincidenze

Area delle Aspettative – Dovere contro Piacere

17. Il Gioco del Mandati una cartolina
18. Il Gioco del Mandati un regalo
19. Il Gioco del Fai quel che vuoi
20. Il Gioco del Dovere...non dovere
21. Il Gioco dello Spegni la Tv
22. Il Gioco delle Buone Notizie
23. Il Gioco del Perché

Area dell'Inconscio – Preparare il terreno su cui piantare

24. Il Gioco del Tuo Posto
25. Il Gioco delle Biografie
26. Il Gioco del Buongiorno
27. Il Gioco della Buonanotte
28. Il Gioco dei Sogni
29. Il Gioco della Sceneggiatura
30. Il Gioco del Tuo piatto preferito

Area della Salute

31. Il Gioco delle Risate

Dr.ssa Simona Ruffini
Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica
Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

- 32. Il Gioco del Butta la bilancia
- 33. Il Gioco dello Stacca la spina
- 34. Il Gioco del Mangia quello che vuoi
- 35. Il Gioco del Ti amo

Area del Denaro

- 36. Il Gioco del 1.000.000 di €!
- 37. Il Gioco della Prosperità
- 38. Il Gioco dello Strappa le bollette
- 39. Il Gioco del Lotto
- 40. Il Gioco degli Assegni
- 41. Il Gioco del Fai qualcosa per niente
- 42. Il Gioco del Vuoi soldi? Dai soldi!

Area della Creazione - Inizia a cambiare la Tua Realtà!

- 43. Il Gioco degli Occhiali rosa
- 44. Il Gioco del Completa l'immagine
- 45. Il Gioco della Cinepresa
- 46. Il Gioco del Catalogo dei sogni
- 47. Il Gioco del Rivivi il viaggio che non hai ancora fatto
- 48. Il Gioco del Credere per Vedere!

Giochi Speciali per le Feste

- 49. A Natale Scrivi a Babbo Natale
- 50. A Carnevale mascherati

Dr.ssa Simona Ruffini
Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica
Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

51. A Pasqua rinasci

52. Al tuo Compleanno scala 1 anno

Giochi Extra per le Emergenze (Da leggere prima di cominciare con i giochi)

53. Osserva un bambino

54. Ringrazia le tue paure e poi lasciale andare

Dr.ssa Simona Ruffini
Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica
Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

© Copyright – Tutti i diritti sono registrati e riservati. E' vietata qualsiasi utilizzazione, totale o parziale, dei contenuti di questo libro.

COS'È QUESTO LIBRO E PERCHÉ FUNZIONERÀ

Conosci la Legge di Attrazione?

Hai mai sentito qualcuno che ne parlava come di un gran segreto dal potere di cambiare la realtà, scatenando forze inimmaginabili?

O forse hai letto qualcosa in proposito, decidendo che non è affare per te.

Oppure, magari, vorresti saperne di più, quel tanto che ti basta per poter fare veri e propri miracoli nella tua vita di ogni giorno.

Al contrario, sono anni che ci provi e dato che con te proprio non funziona, hai deciso di lasciar perdere perché in fondo si tratta di una vera stupidaggine.

Questo sarebbe un vero peccato, perché la Legge di Attrazione non solo esiste al di là di ogni ragionevole dubbio, ma il motivo per cui non funziona con te è molto più semplice da comprendere ed eliminare di quanto potresti pensare.

E lasciar stare proprio adesso, potrebbe voler significare perdere una grandissima occasione di cambiamento in ogni aspetto della tua vita.

Immagina di avere un tuo **personal coach** che ti insegna come giocare con l'Universo per ottenere quello che vuoi.

Quando non funziona ti spiega il perché, quando cadi ti aiuta a rialzarti, quando sei stanco ti incoraggia e ti guida fino alla vittoria finale!

Ecco cos'è questo libro.

Dr.ssa Simona Ruffini
Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica
Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

Il tuo personal coach che ti insegna ad usare la Legge di Attrazione e ti spiega perché prima non ha mai funzionato.

Prendere consapevolezza delle tue credenze e resistenze significa comprendere cosa ti ostacola nella realizzazione dei tuoi desideri.

Capire come lavora la Legge d'Attrazione e soprattutto quali sono i meccanismi che la ostacolano vuol dire entrare in possesso del più grande Segreto dell'Universo e imparare ad usarlo.

Questi giochi che ti presento sono pensati appositamente per accompagnarti in un percorso di crescita continua.

Mentre tanti manuali sulla legge di Attrazione ti danno dei giochi da fare dando per scontato però che tu non abbia resistenze in atto, questo libro non solo ti presenta i giochi, ma te li offre in una sequenza studiata per modificare via via le tue credenze limitanti e lavorare su aree diverse.

C'è un percorso dietro questi giochi apparentemente semplici.

Si parte infatti innanzitutto dalla consapevolezza di te stesso, dei tuoi desideri e delle tue credenze, e solo dopo si agisce sui singoli desideri e sulle singole credenze, divise per aree.

I giochi sono divisi per blocchi, all'inizio dei quali ti spiegherò il meccanismo, quale area si va a toccare e quali credenze si vanno a modificare.

Questo potrebbe essere il gioco più importante della tua vita, quello che ti farà realizzare ogni tuo desiderio.

Il tuo unico compito è desiderare e sognare.

Allora sei pronto per giocare?

Dr.ssa Simona Ruffini
Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica
Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

Benvenuto in questa nuova avventura.

Ben arrivato a questo passo del tuo cammino.

Ti parlo come se già conoscessi i miei libri ed avessi intrapreso il Viaggio più straordinario che tu possa fare, e cioè quello che ti riporta a te.

Questo libro infatti fa parte di un ciclo dedicato alle persone, e in particolar modo alle Donne, che non si amano più ma che hanno deciso di tornare a farlo.

Tutte quelle persone che hanno deciso che la vita è molto di più, e che desiderano portare all'interno di essa ogni desiderio per arrivare a diventare ciò che hanno sempre sognato, qualunque cosa sia.

Tuttavia questo è un libro particolare, un libro speciale, perché si rivolge a tutti, ma proprio tutti coloro che vogliono finalmente capire cosa sia la Legge di Attrazione ed utilizzarla per portare a loro ogni desiderio.

Ecco perché è perfetto per entrambi.

Le Donne che sono in Viaggio verso loro stesse possono trovare il loro cammino e tutti gli strumenti a loro dedicati sul sito www.simonaruffini.it/donnediluce.

Per Te che invece ti sei imbattuto (anche se non è un caso naturalmente e ti spiegherò il perché) in questo libro, voglio dirti perché funzionerà.

Funzionerà perché in questo momento ti sto scrivendo, come se ci fosse un ponte spazio temporale tra noi, dalla mia scrivania che affaccia sul portico della mia casa di campagna.

Ti chiederai cosa c'entri questo con la promessa di un libro che può cambiare la tua vita.

Te lo racconto subito.

Se conosci i miei libri sai che ti parlo a volte di me.

Lo faccio per dare a te quella fiducia che tu concedi a me leggendo le mie parole.

Dr.ssa Simona Ruffini
Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica
Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

Lo faccio per mettermi a nudo e dimostrarti che prima di scrivere i miei libri ho vissuto nella mia vita ciò di cui ti parlo.

Lo faccio per dimostrarti che ciò che ti insegno l'ho imparato io per prima in anni di vita, di esperienze e di studi, e non è frutto di un semplice quanto inutile esercizio intellettuale.

Il mio libro precedente, **Lo Zaino Magico** (puoi trovare tutti i miei libri sul sito www.simonaruffini.it), era nato da un momento di sconforto che, come racconto in quel testo, si era rivelato ben presto un piccolo miracolo che mi aveva dato la consapevolezza degli strumenti che ho descritto nello Zaino.

Questo libro, “Cambia la tua vita con la Legge d'Attrazione”, nasce da un momento di profonda gratitudine.

Esattamente.

Essere qui, in questo preciso momento in cui sto scrivendo per te queste parole, dedicandomi ai miei libri, ai miei casi, significa che ho raggiunto proprio il punto in cui volevo essere.

La casa da cui ti scrivo è una casa che ho sognato e desiderato per lungo tempo, immaginandomi proprio a questa scrivania.

Ecco perché sono profondamente grata all'Universo per avermi dato ciò che io stessa ho attratto.

Quando si è grati per qualcosa si desidera fare un gesto per sdebitarsi.

Questo è il mio gesto.

Insegnare a te come ho fatto io a realizzare ogni mio sogno (sinora naturalmente, perché ne ho molti altri nel cassetto pronti per essere tirati fuori!).

Prendere consapevolezza delle proprie credenze e resistenze significa comprendere cosa ci ostacola nella realizzazione dei nostri desideri.

Capire come lavora la Legge d'Attrazione e soprattutto quali sono i meccanismi che la ostacolano vuol dire entrare in possesso del più grande Segreto dell'Universo e imparare ad usarlo.

Dr.ssa Simona Ruffini
Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica
Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

CAPITOLO 1

COS'È LA LEGGE DI ATTRAZIONE

Sappi che ...

Tu sei la Legge di Attrazione

Hai letto bene!

Sappi che utilizzi la legge di attrazione in ogni istante della tua giornata: appena ti svegli, mentre vai al lavoro, quando parli con i tuoi amici, ogni volta che prendi una decisione e infine mentre ti addormenti nel tuo letto.

Non ci credi?

Ti svegli al mattino con il trillo della sveglia nelle orecchie, e già sai che la tua giornata andrà storta.

Invece di essere pieno di aspettative e trepidante per tutte le cose belle che potrebbero accaderti, tu già conosci il corso della giornata che ti aspetta.

Le cose sono due: o hai il dono della preveggenza, oppure la negatività è quello che ti aspetti dalla Vita.

E sai cosa succede?

Che la Vita ti **accontenta**.

Può anche darsi che ti alzi e, mentre ingurgiti velocemente una tazza di caffè, decidi che vuoi essere ottimista.

Il punto è che non ci credi nemmeno un po', perché la tua convinzione profonda è che le cose "capitano" e tu non puoi farci nulla.

Dr.ssa Simona Ruffini
Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica
Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

Speri soltanto che te ne capiti almeno una buona.

Così esci di casa.

La macchina non parte.

Con un sospiro ti dici che in fondo non importa, non è così grave.

Non vuoi farti scoraggiare.

Così prendi l'autobus.

Ma l'autobus non passa, e tu sei già in ritardo.

Cerchi di non focalizzare la tua attenzione sul fastidio di dover discutere con il capo ufficio per un permesso o sulla seccatura di dover fare uno straordinario per recuperare un ritardo che, obiettivamente, non dipende da te, mentre avresti tanto voluto passare il pomeriggio al parco.

Così sei ancora contento e tutto sommato rilassato.

A questo punto però anche le persone accanto a te iniziano a riversarti addosso tutta la loro negatività.

Qualcuno sbuffa, altri guardano nervosamente l'orologio, altri ancora commentano con termini non proprio cortesi l'inefficienza dei trasporti pubblici.

Pian piano le tue **vibrazioni** cambiano.

Ti senti nervoso ed irrequieto, fino alla vera e propria arrabbiatura.

Anche tu cominci a controllare l'orologio, già pensando al rimprovero che avrai al lavoro.

Subito, come per una strana e inspiegabile "**attrazione**", ti viene in mente la bolletta appena arrivata, proprio quella che ha mandato in fumo la vacanza tanto desiderata.

E poi ecco che arriva un altro pensiero ancora, ovviamente sempre negativo, quasi attirato da una calamita: la discussione che hai avuto con il tuo amico il giorno prima.

Dr.ssa Simona Ruffini
Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica
Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

Più il tempo passa, più la serenità che provavi solo qualche minuto prima si è trasformata in rabbia.

E il tuo unico, laconico, lapidario commento è “Visto? Lo sapevo che oggi sarebbe andata storta”.

Che è successo?

Esattamente.

E' la Legge di Attrazione.

Ma come, ti starai chiedendo a questo punto?

La Legge non dovrebbe funzionare a mio vantaggio?

Eh no! La Legge **funziona**, punto.

Sei tu che attiri determinate frequenze, ed in base a ciò la Legge ti invia tutto quello che chiedi.

Se ti aspetti discussioni sfiancanti, guasti alla macchina e ritardi, discussioni sfiancanti, guasti e ritardi è esattamente ciò che ti arriva.

Ma come funziona tutto ciò?

Dr.ssa Simona Ruffini
Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica
Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

CAPITOLO 2

COME FUNZIONA LA LEGGE DI ATTRAZIONE E PERCHÉ NON FUNZIONA CON TE?

La prima cosa strabiliante che devi imparare a proposito della Legge di Attrazione è che la Legge di Attrazione **funziona** comunque.

Non sei tu che devi fare attivamente qualcosa affinché le cose accadano.

Non sei tu che devi concentrarti con forza e sforzo su un obiettivo e sudare per ottenerlo.

No pain, no gain (*nessun dolore, nessun risultato*) è una frase che semplicemente devi eliminare dal tuo vocabolario.

Quello che tu devi fare è entrare nel flusso e seguirlo, lasciando che le cose accadano.

Questa è già una prima splendida notizia, perché il tuo unico compito è quello di desiderare.

Sognare e desiderare, non è meraviglioso?

Tu devi **lasciare** che le cose accadano, tu devi **permettere**.

Questa è allo stesso tempo la cosa più facile e più difficile che tu possa fare.

La più facile perché, appunto, non devi sforzarti come ti hanno insegnato per ottenere una cosa;

la più difficile perché, almeno per la maggioranza di noi occidentali, *non fare* è più complicato di quanto possa apparire.

Non resisti a mettere lo zampino in ogni cosa.

Non resisti a dare giudizi.

Non resisti ad insistere finché una cosa non è venuta esattamente come dicevi tu.

Ma tutto questo, con la Legge di Attrazione, non serve.

Dr.ssa Simona Ruffini
Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica
Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

Al contrario, può essere l'unico vero ostacolo al suo funzionamento a tuo vantaggio.

Continua a ripeterti che ti capitano solo cose negative, e la negatività ti arriverà come attratta da una grandissima calamita.

Da quale parte vuoi indirizzare la **calamita** dei tuoi pensieri e delle tue credenze, verso il polo positivo o verso quello negativo?

Questo è il punto.

Questa è la domanda.

Il simile attrae il simile

Questo è un concetto che non dovrebbe esserti proprio estraneo.

Immagino che ti sia stato spiegato molte volte a scuola, giusto?

Mi viene in mente quel gioco che consisteva nell'accoppiare tra loro le tessere simili.

Il quadrato con il quadrato, il cerchio con il cerchio, il cono con il cono, il rosso con il rosso, il verde con il verde e così via.

Non c'era verso di far entrare con la forza un quadrato nello spazio dedicato al cerchio.

E' come un grande puzzle, in cui ciascun pezzo va esattamente dove deve andare.

La Legge di Attrazione funziona così, ed il suo funzionamento è molto più scientifico di quanto credi.

Dr.ssa Simona Ruffini
Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica
Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

CAPITOLO 3

IL NOSTRO CUORE È IL PIÙ POTENTE CAMPO DI ENERGIA ELETTROMAGNETICA

Hai presente la calamita?

Fisicamente attrae solo determinate cose e ne respinge altre.

Tu sei la calamita, e le cose che ti arrivano sono quelle “regolate” sulla frequenza elettromagnetica dei tuoi pensieri.

Non si può certo infatti trascurare il dato di fatto che i nostri pensieri sono onde cerebrali che possono essere trascritte su un tracciato elettroencefalografico come segni.

Ad ogni pensiero corrisponde una **frequenza**.

Non solo, è stato dimostrato che il nostro **cuore** è un potentissimo elettromagnete che produce onde di ampia frequenza.

Nel suo libro “La Matrix Divina” Gregg **Braden**, scienziato, progettista informatico, geologo e divulgatore, parla dell'Institute HeartMath.

HeartMath è un istituto fondato nel 1991 appositamente per studiare il potere delle emozioni sul corpo umano. La trovo un'iniziativa splendida.

In questo istituto si studia prevalentemente il cuore.

È stato dimostrato che il campo di energia elettromagnetica che viene sviluppato dal cuore, si estende al di fuori del corpo e lo circonda per un diametro di circa 2 metri (tra 1,5 e 2,4 mt).

Dr.ssa Simona Ruffini
Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica
Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

www.simonaruffini.it
info@simonaruffini.it

Un esperimento sconvolgente

Partendo da questa scoperta, i ricercatori dell'HeartMath si sono spinti nell'esplorazione di un'ipotesi, arrivando ad ottenere dei risultati dei quali probabilmente nessuno ti ha mai parlato, ma che hanno rappresentato una vera e propria **rivoluzione**.

È possibile, si sono chiesti quei ricercatori, che il cuore umano possa modificare addirittura il DNA attraverso le forze elettromagnetiche che sprigiona?

Ed è possibile che lo faccia attraverso le emozioni?

La risposta è stata...si.

Un piccolo pezzetto di **DNA** fu isolato e messo in un contenitore di vetro.

Alcuni ricercatori, addestrati ad utilizzare tecniche di visualizzazione, si sono concentrati attraverso quella che viene definita "emozione coerente" su pensieri di amore e positività.

L'emozione coerente non è altro che **pensare** e **provare** un sentimento che siano dello stesso tipo.

Significa che si pensa a qualcosa, e contemporaneamente si dirige, appunto in modo coerente, la nostra emozione verso quella cosa.

Ad esempio si può pensare ad un bimbo piccolo, che è un'immagine dolce, e provare sentimenti di amore e dolcezza.

Il punto è pensare a qualcosa che amiamo e inviare a quel pensiero un'emozione corrispondente, appunto di amore.

I ricercatori pensarono al frammento del DNA e inviarono assieme a quel pensiero sentimenti di amore.

Ebbene, al di là di ogni ragionevole dubbio, il DNA si modificò.

Inizi a comprendere dove può portarci questo ragionamento?

Dr.ssa Simona Ruffini
Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica
Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

Esattamente.

I pensieri che emetti, e in particolare le **emozioni** che sono associate a quei pensieri, costituiscono il polo di attrazione che attira esattamente quello che pensi e provi.

Il nostro cuore, e con questo intendo le emozioni che provi, può cambiare letteralmente la forma fisica della realtà esterna!

Così, se pensi che ti capitino sempre e solo cose negative e questa idea ti spaventa, emetti una frequenza potentissima “settata” su un certo livello vibratorio, che corrisponde proprio a quello dei pensieri negativi.

Ecco allora che la Legge di Attrazione, che funziona sempre, ti rimanda le cose reali che si manifestano nella realtà fisica che si accoppiano con quei pensieri.

Pensiero negativo sul denaro = frequenza vibratoria di difficoltà economica = manifestazione nella realtà di una bolletta salatissima.

È possibile intervenire in questo processo per far sì che ci capitino solo le cose positive che desideriamo?

Certo che è possibile, anzi è fondamentale.

Ed è questa la particolarità del **libro** che stai leggendo.

Riconoscere le proprie emozioni e le proprie credenze negative e sbloccarle è l'unico modo per lasciare che il meccanismo di funzionamento della Legge di Attrazione possa riprendere il suo corso.

Bisogna oliare quel meccanismo con un'iniezione di consapevolezza.

Ecco allora cosa c'è da sapere sul funzionamento della Legge di Attrazione e su quello che puoi fare per oliarne gli ingranaggi.

Dr.ssa Simona Ruffini
Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica
Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

Dr.ssa Simona Ruffini
Ph.D in Scienze Forensi, Dottore in Psicologia, Consulente Tecnico di Parte
Specializzata in Criminologia e Psicologia Giuridica
Esperta certificata a livello internazionale nel riconoscimento delle micro espressioni facciali
Scrittrice, Diplomata Autrice e Conduttrice Radiofonica

www.simonaruffini.it
info@simonaruffini.it