



*O Segredo para uma*  
**VIDA MAIS LEVE E FELIZ**

**CLAUDIA SOUZA**

# SUMÁRIO

- [01]      Introdução
- 
- [03]      Capítulo um
- 
- [07]      Capítulo dois
- 
- [10]      Capítulo três
- 
- [15]      Sobre as autoras



# INTRODUÇÃO

Neste Ebook, tenho como objetivo lhe dar dicas sobre como se proteger das energias densas do dia a dia, as quais todos nós sentimos, ao menos uma vez na vida, mas nem sempre percebemos.

## 02 | SEGREDO PARA UMA VIDA MAIS LEVE E FELIZ

Note que, em alguns momentos, você conversou com uma pessoa e, em seguida, se sentiu mal, isso porquê a energia dela não estava bem e você também sentiu isso, energeticamente.

Quando, por exemplo, alguém vive falando em doenças, tragédias, acidentes, violência ou outros assuntos negativos e de natureza pessimista... Você também sente a energia dessa pessoa.

Pretendo, também, compartilhar uma dica de Ho'oponopono, sobre como praticar essa técnica, a qual tem ajudado muitas pessoas, e como você pode encontrar seu propósito de vida.





## COMO SE PROTEGER CONTRA ENERGIAS DENSAS

Existem várias maneiras de se proteger, porém quero compartilhar com você um tipo de defesa que é psíquica.