

TÉCNICAS PARA RESSIGNIFICAR A SUA HISTÓRIA

ORGANIZADOR: J. MARINS

USO EXCLUSIVO NOS TREINAMENTOS **MOVLIBER**

QUAL HISTÓRIA VOCÊ QUER PARA SUA HISTÓRIA?

Eu tô dando uma passadinha aqui para te dar algumas incríveis dicas, dicas poderosas, sacadas, coisas bem legais.

Deixa te dizer uma coisa: toda pessoa tem direito de ser livre, feliz e próspera.

Deixa te dizer outra coisa, dessa vez sobre mim: quem sou eu, que eu faço e porque faço.

Eu sou juiz, sou escritor, sou professor, sim sou professor, sou jornalista, sou sociólogo.

Caramba, quanta coisa, mas tudo isso me levou ao mais importante, me ajudou a criar a Libertologia, a Ciência da Liberdade, isso mesmo.

Caramba, um dia parei e disse: todo mundo tem o direito de ser livre, feliz e próspero, todas as pessoas, eu, você, sua mãe, irmã, amigo, colegas, todo mundo.

Libertologia, **logia** de Ciência, **liber** de Liberdade, a Ciência da Liberdade, o Movimento da Liberdade, a Libertologia, o Movimento Libertologia, o MovLiber.

E tudo isso nasceu lá atrás, tudo por causa de 3 causas, 3 motivos, 3 situações incríveis, caramba!

A primeira razão por causa das revistas em quadrinhos.

A segunda razão por causa de Paulo Coelho.

E a terceira razão?

Pasmem, porque um cara, um sujeito que olhou para mim um dia, quando eu tinha uns 15 anos, e querendo me menosprezar para me afastar da filha bonita dele, ele me disse que eu não seria nada, que não dava para nada porque eu tinha orelhas de abano, tinha cabelo duro feito Bombril e tinha a pele escura.

Que eu fiz? Resignifiquei!

Eu disse para mim mesmo:

“Caramba! Esse cara, esse sujeito me deu ideias para vencer, que legal, que cara fantástico, que oportunidade, que incrível”.

Resignifiquei tudo e passei a usar em meu favor.

O tal cara tinha razão.

Tenho duas orelhas de abano para escutar melhor, para aprender mais, para ouvir até os sussurros dos professores, para obter mais conhecimento, que incrível! Daria um beijo nesse cara de tão feliz que fiquei.

Mas, caramba, o cabelo de Bombril, quem tem mais de 30 anos bem sabe que as televisões antigas usavam antenas internas, e a gente botava Bombril nelas, nas antenas, para conectar melhor e mais rápido, para receber mais vibração, captar melhores imagens.

Caramba, com meu cabelo passei a conectar mais e mais e a criar mais e mais. Vibrar mais e mais. Receber melhores mensagens e imagens e conhecimentos, mais e mais!

Caramba, a minha cor, que fantástica dica aquele cara me deu sobre isso.

Todo mundo sabe que a cor escura absorve calor, absorve energia; pergunta a quem tem carro de cor escura ou roupa de cor escura, pergunta. Vai, pergunta.

Caramba, que dica incrível, que coisa linda, com minha cor vou absorver mais calor humano, fazer mais amizades, e com mais amizades eu terei mais contatos, mais amigos, mais pessoas em volta de mim e eu em volta delas, vou captar mais energias renováveis, positivas, energias boas, do bem, vou fazer coisas extraordinárias!

Caramba, e eu fiz coisas extraordinárias e continuo fazendo usando minhas orelhas de abano, meu cabelo duro, tipo bombril e minha cor escura. Que dicas incríveis aquele sujeito me deu, quantas coisas e oportunidades me deu.

Fiz coisas e continuo fazendo coisas extraordinárias: sou juiz federal do trabalho, sou escritor, com mais de 15 livros publicados e vendidos, sou professor universitário, sou mestre em Direito, sou jornalista, sou sociólogo, sou palestrante, sou até membro da Belgian Academy e especialista em simbologia; e mais isso e aquilo.

E, caramba!

Criei a Ciência da Liberdade e a Libertologia!

E com elas e todas as ferramentas que o Movimento Libertologia tem, vou mostrar a todos vocês que qualquer pessoa tem o direito de ser livre feliz e próspera.

Caramba!

Se pudesse, voltava no tempo até aquele dia e abraçava aquele cara, que incrível, que fantástico!

Ah, as outras duas razões: as revistas e Paulo Coelho... que incrível, me formaram a ser o que sou também, e, sobre elas, conto já, já a vocês, está certo?

Olhos e mentes abertos, bem abertos, Libertologia, MovLiber, Ciência da Liberdade, todo mundo livre feliz e próspero. Vivendo o presente!

Caramba: essa é a primeira dica que dou para você:

VOCÊ SÓ VIVE NO TEMPO PRESENTE

Você sabia que você só vive no tempo presente?

Você sabia que todo seu processamento, que todo seu sistema, que você só vive agora?

Para você viver, para sua mente funcionar, você precisa respirar.

Você respira, porque você está vivo; e você está só está vivo agora.

Imagine, pense e pergunte: você é capaz de respirar ontem? Você é capaz de Respirar para amanhã?

Respirar o ar de ontem e respirar para amanhã é impossível.

No entanto, para estar vivo amanhã, você precisa respirar hoje, agora!

A verdade absoluta é: se você só vive no tempo presente você só existe agora e tudo o resto são projeções ou memórias.

Sua existência acontece no tempo presente com foco no futuro.

Mas quem é você no presente?

Que história que você quer para a sua história?

Quais as capacidades, habilidades e competências você enxerga em você, quando você acorda de manhã, todos os dias, vai escovar os dentes e você olha dentro do seu olho, dentro do espelho? O que é que você vê? O que é que você sente? Como é que está o seu planejamento para 1 dia, para uma semana, para 1 mês, para 1 ano, para 3 anos, para 10 anos?

Qual história que você conta sobre quem você é? E quem você é hoje?

QUAL A SUA PERCEPÇÃO SOBRE SUA HISTÓRIA

Você capturou a primeira dica?

Olha ela aqui novamente:

VOCÊ SÓ VIVE NO TEMPO PRESENTE

Quer ver outra super dica?

VOCÊ FORMARÁ HOJE A HISTÓRIA QUE QUER PARA SUA HISTÓRIA

Sim, Você pode moldar, fazer hoje a história que você quer para a sua história.

Hoje, você é o resultado de todo o seu passado.

Então, amanhã, daqui a 12 anos, por exemplo, você estando no futuro, que será seu presente, você será a história de tudo o que você foi, acrescido com esses 12 anos.

Mas que história você quer para a sua história?

Que percepção que você tem de quem você é?

O presente é a interpretação do passado. O presente traz consigo o passado. Quando eu falo de presente eu também estou falando do passado; e, mais do que isso, eu estou falando da história, da percepção de tudo isso que já foi vivido.

O passado está contido dentro do presente.

A sua vida é um processo que acontece no tempo presente.

Mas, você está querendo a melhor história para a sua história?

Você está realmente, verdadeiramente, está contando a melhor versão da sua história? Está reconhecendo as suas capacidades?

O tempo acontece aqui agora.

Então, queira a melhor versão da sua história para o seu presente.

Como está a sua vida pessoal? A sua vida profissional? Os seus relacionamentos? A sua qualidade de vida? Que percepção que você tem sobre isso?

O grande objetivo é aproximar o futuro para o presente.

Conseguir trazer o futuro para o presente.

Se o presente é o que acontece, e o futuro é o que acontecerá, você precisa aproximar o futuro o máximo possível do presente.

Precisa já, agora, viver o presente como queremos que seja o futuro.

Por isso: qual é a história que você quer para a sua história?

Que perguntas que você pode fazer para você que vão fazer você se sentir melhor mais empoderado, ter mais autoconhecimento, mais autoestima?

Agora, outra grande dica:

VOCÊ SÓ VIVE AQUILO QUE VOCÊ PENSA E ACREDITA

Que coisa demais, que coisa incrível: você só vive aquilo que você pensa e acredita. Sua mente tem essa gloriosa capacidade, então, vamos, queira isso, deseje isso, realize isso.

Olha que sensacional, que fantástico, que incrível!

Se você acordar pela manhã e for ao espelho com a mente repleta de coisas poderosas, sentimentos de realização, vontade, vigor, vida, ao olhar dentro dos seus olhos, no espelho, e, se você pensa que você vive um momento extraordinário, a partir daí, você estará querendo sim a melhor história para você.

ÚLTIMAS DICAS

Se gostou, conheça mais sobre o Movimento Libertologia, e todos os treinamentos e ações sociais desenvolvidos pelo **MovLiber**.

Assine a nossa newsletter e receba conteúdos exclusivos para melhorar ainda mais sua performance e alavancar sua carreira.

Visite o site e Seja Livre, Feliz e Sempre Próspero!

www.movliber.org

Sou **J.Marins**, escritor, jornalista, sociólogo, juiz federal do trabalho, cofundador do Movimento Libertologia e criador da Ciência da Liberdade