

SAIA PARA FORA

O DESCOBRIR DA
IDENTIDADE



LECH LECHA (GEN 12:1)

SAINDO

PARA

FORA

CATEGORIA: Desenvolvimento pessoal

Copyright2022 João Domingos

Primeira edição 2022

Todos direitos reservados

E proibida a reprodução total ou parcial sem a permissão do escritor.

Autor: João Domingos

SUMARIO

INTRODUCAO.....

0.1 O COMECO DO SAIR

**1)SAINDO PARA FORA DE MIM
MESMO.....**

1.1 A PERGUNTA

**2)DEIXANDO DE SER O QUE DA PRA
SER.....**

1.1 A FRASE

**3)DESCOBRINDO O QUE EU NASCI PRA
SER.....**

1.1 A GALINHA E O OVO

**4)ACEITANDO O QUE EU NASCI PRA
SER.....**

1.1 VISITA AO PASSADO

1.2 CHEIRANDO O FUTURO

5) VIVENDO O QUE EU NASCI PRA SER

1.1 TRAVA EMOCIONAL

1.2 NECESSIDADE DE APROVACAO

CONCLUSAO

INTRODUCAO

Amigo(a), esse nao e mais apenas um ebook feito pra voce apenas falar que ja leu ebooks, nao escrevi para que no final voce diga, **e mais um ebook pra categoria de livros lido por mim**, e pronto.

Eu escrevi esse Ebook pensando em como voce tem levado a sua vida, acreditando que seja nao muito diferente de como eu vivia, ate entender tudo o que partilho com voce neste ebook.

Eu fiz de tudo pra torna-lo mais pratico possivel, porque o que vai te levar a um resultado diferente do que o que voce tem hoje, nao e o tanto do que voce vai ler, mas tenho a certeza que o **fazer** das tarefas propostas por mim vao te levar a mover-se, e como **resultado do movimento feito por ti**, voce vai ter novos resultados a cada dia.

“NOVOS MOVIMENTOS GERAM NOVOS CAMINHOS, ISSO GERA NOVAS EXPERIENCIAS E TE LEVAM A NOVOS RESULTADOS”.

Mova para as proximas paginas e no final de cada capitulo tera **tarefas*** pra novas acoes que precisas dar, e com novas acoes vais colher novos resultados.

*TAREFAS= ACTIVIDADES PROPOSTA POR MIM EM CADA CAPITULO.

SE NAO FIZER AS ACTIVIDADES QUE EU PROPONHO, O EFEITO DESTA EBOOK E QUASE NULO.

0.1 O COMECO DO SAIR

Após os meus 21 anos de idade, isso e a uns 4 anos atras, eu muito me interrogava sobre o porque de as pessoas se comportarem do jeito que se comportam ate os dias de hoje.

Hoje e visível pessoas vivendo como que uma **desgraca*** de vida, todos os dias ao acordar fazendo coisas dais quais não gostam, fazendo como se tivessem sendo obrigadas a fazer. E enquanto pensava e estudava a respeito descobri algo interessante que você precisa saber, ***as pessoas vivem realmente obrigadas todos os dias de sua vida***, por um simples motivo, ***não entendem quem elas realmente são***.

E por causa desse não entendimento de identidade existente na terra, e visível que pessoas **vão** para os seus trabalhos tristes e cansados no seu emocional, e voltam do trabalho sem energia, cansados, sim cansados, não pelo trabalho feito, mas pelo esforço depositado pra **fazer** algo do qual não gostam.

Ai eu percebi o seguinte:

O cansaco não vem pelo trabalho feito, vem pelo esforço em fazer o que você não nasceu pra fazer.

desgraca*(sem a graca)

CAPITULO 1

SAINDO

PARA FORA

DE MIM

MESMO

1.0 A PERGUNTA

No final de 2020 eu decidi fazer o maior investimento existente no mundo, e que toda pessoa deveria pelo menos pensar em fazer:

“ Investir em si próprio ”

Ainda me lembro como se fosse ontem, eu falando comigo mesmo, Braulio porque você acorda? Porque você dorme? Porque isso e porque aquilo? Tantos porquês e eu não tinha uma resposta clara sobre tantos porquês que me vinha na cabeça, naquela noite fria.

Depois de alguns dias, numa noite de estudo me deparei com o seguinte:

“ Acorda ou tu que dormes, e levanta-te dentre os mortos, e cristo ira iluminar-te ”

Efesios 5:14

E olha que eu já dormi muito nessa vida, de modo literal mesmo quero dizer. Dai eu me perguntei o seguinte:

O que Cristo quer dizer com estas palavras? porque de certeza ele não esta falando do sono literal.

Entao Cristo me apresentou a seguinte pergunta: Braulio Voce esta ser o que da pra ser, ou esta sendo o que nasceu pra ser?

Eu fiquei pensando e dominando esta pergunta por um tempo. E hoje passo a bola pra você:

“Voce esta ser o que da pra ser, ou esta sendo o que nasceu pra ser nessa terra?”

Atividade

Parar a leitura agora, pegar papel e caneta e escreva 5 coisas que tens feito durante o dia, e responde pra ti mesmo a pergunta acima.

CAPITULO 2

DEIXANDO DE

SER O QUE

DA

PRA SER

1.0 A FRASE

Assim como toda pergunta tem uma resposta, toda frase também tem a sua interpretação. Leia em voz alta a frase abaixo:

**VOCE NÃO É O QUE AS
PESSOAS FALARAM SOBRE TI.
VOCE É O QUE O CRIADOR
DOS CEUS E DA TERRA, FALOU
A TEU RESPEITO.**

Ao fazer o ensino médio, as pessoas falavam muitas coisas sobre o que eu deveria **ser** e **fazer**. Eu lembro de colegas de sala, parentes e amigos, dizendo sobre mim as frases abaixo:

JOAO, TU VAIS SE DAR BEM COM O INGLES. "PROFESSORES"

**BRAULIO, TU ES UM ENGENHEIRO, DEVERIAS FAZER ENGENHARIA.
"COLEGAS DE ESCOLA"**

**DJLO, TU ES BOM NAQUILO QUE FAZES.
"AMIGOS"**

**ESTAS DE PARABENS.
"FAMILIARES"**

Todas essas frases são ***o que outras pessoas falavam sobre mim***. Mas era obvio pra mim que tudo o que cada uma dessas pessoas diziam a meu respeito não definiam quem eu nasci pra ser.

“ O QUE VOCE FALA SOBRE VOCE DEVE GRITAR MAIS ALTO DO QUE O QUE OUTROS PENSAM SOBRE VOCE”

O que gritava dentro do Braulio sempre que as pessoas falavam sobre ele?

Actualmente sempre que alguém me elogia, eu dentro de mim mesmo digo o seguinte: ***Não e sobre mim, mais sim sobre o pai e o filho***. Estas palavras queimam tanto no meu coracao, e elas não devem ser encaradas como mera motivação pessoal, pois elas não me motivam, muito pelo contrario elas estão ativadas no meu coracao.

Agora mais uma bola pra ti, o que queima no seu coracao? Isso e aquilo que você não pode ouvir e mexe tanto com você que parece que nasceu com você ai dentro, e sentes tipo assim, eu faria isso a vida toda nem que for de favor. Mas lembre essa coisa e sempre em prol de uma **causa*** que envolve pessoas e coracao inclinado nessa causa.

Consegues identificar o que queima em seu coracao?

Uma dica pra você, o que queima ai dentro ninguém consegue ver a olhos natural, so você entende, e tua missao e fazer outros

entenderem, pois so assim você encontra aqueles que vão entrar nessa loucura com você, acredita o que queima ai dentro parece sempre loucura no principio pra quem não sabe o que nasceu pra ser.

Vamos descobrir isso Juntos no próximo capítulo.

Atividade

Escreva 3 coisas que você gosta muito de fazer, e uma delas vais fazer agora, antes de ler o capítulo a seguir.

CAPITULO 3

DESCOBRINDO

O QUE EU

**NASCI PRA
SER**

1.0 A GALINHA E O OVO

O criador nunca iria pegar um ovo e colocar na terra e dizer **agora vai e multiplica-se**, não faz sentido pensar num processo criacional assim.

Mas agora ele diz o seguinte:

**COLOCO NA TERRA A
GALINHA E O GALO E QUE
REPRODUZAM-SE; E DEUS VIU
QUE ERA BOM!**

Genesis 1:24-25

Uhm isso parece fazer sentido agora, com certeza que sim, pois isso revela a sabedoria de forma simples e clara do criador em nos fazer entender a existência clara e primaria de **matriz***(a galinha).

Mas porque estou a te falar de galinha e ovo nesse Ebook sobre **sair para ti mesmo?**

Porque essa mentira inventada pra **distorcer a verdadeira identidade** das coisa feitas por um criador, me fez parar e pensar no modo no qual nos fomos criados.

Por isso ao voltar atenção no começo da criação das coisas, percebe-se algo, que em todas invenções ate hoje feitas, **nada pode ser criado sem que primeiro se tenha um propósito primário, isso e um porque para ser criado.**

Thomas Edson por exemplo, inventor da lâmpada eléctrica, será que primeiro inventou a lâmpada eléctrica e depois ficou pensando, para que inventei essa lâmpada? Não. De certeza ele **primeiro pensou no porque** de se ter esse tipo de lâmpada, e depois falou vou inventar pra iluminar usando a energia eléctrica existente.

Henry ford um engenheiro que também contribui muito pra o mundo moderno na criação de viaturas modernizadas, ele por exemplo abriu a Ford company, **com um objectivo claro**, ele queria propagar o seu modo de montagem de automóveis em serie e num menor custo.

Vamos parar de historias Braulio, ok vamos no ponto dessas historias, e o seguinte, ambos tinham um **objectivo primário**, tanto na invenção da lâmpada, quanto na criação de automóveis, eles já sabiam para que estavam tornando a existencia isso.

Contudo isso, o que quero te dizer e que Deus não fez você e eu de forma diferente, **ele tem um objectivo primário pra nos**. E antes de nos criar ele também já sabia qual seria o nosso objectivo ao passarmos a existir.

Lea em voz alta o objectivo original de Deus,

**“ENTAO DEUS DISSE: FACAMOS O
HOMEM A NOSSA IMAGEM, SEGUNDO
A NOSSA SEMELHANCA, E QUE
DOMINEM SOBRE OS PEIXES, SOBRE
AS CRIATURAS VOADORAS E SOBRE
OS ANIMAIS QUE SE MOVEM SOBRE A
TERRA”**

Genesis 1:26-28

Voce nasceu pra governar e exercer domínio nesta terra, não aceite menos do que isso.

E isso que Deus falou sobre ti. **O que você vai fazer agora que sabe disso? A maneira que você leva a sua vida vai determinar que escolha você fez agora**, e nos próximos anos você vai colher pelas mudanças que passares a fazer.

Eu Braulio, quando entendi o que Deus disse sobre mim, decidi que não vou ouvir mais o que outros dizem ou pensam quem eu sou.

Perceba o seguinte: teus medos, tua vida, tuas inseguranças, nada disso e maior do que aquilo que ele falou sobre ti. O que as pessoas pensam e falam sobre você não define quem você realmente e, perante ele. Deus não olha para teus erros e para ti do mesmo jeito que você se ve quando erras, pois se ele fizesse isso podés ter a certeza de que eu não estaria agora escrevendo isso pra ti, **o olhar dele e misericordioso perante seu erro.**

Por isso não adianta levar uma vida de culpa e condenação pelos seus erros passados, fica descansado perante ele meu amigo(a) pois Deus não duvida a teu respeito, ele sabe quem você e desde a criação do mundo, e embora talvez você se sinta perdido, saiba de algo: **assim como o ar que respiramos**, que as vezes passa despercebido por ti, mas você tem certeza que existe pois quando voce da atenção por um segundo que seja, você consegue sentir a presença a sua volta, desse ar, **assim também Deus e, ele sempre esta em nos como o seu filho, e a volta como o seu espirito.**

Pois em Deus a certeza e

Nunca te deixarei e nunca te abandonarei

Hebreus 13:5b

Actividade

Que coisa queima o seu coração, podes começar a fazer hoje?

Pega essa uma coisa e vai aprender, faça pesquisa e estude pessoas que já fazem isso, e passa a fazer hoje.

CAPITULO 4

**ACEITANDO O
QUE**

EU NASCI

PRA SER

TEU PASSADO

E O TICKET

PARA O TEU

FUTURO

Lembras-te daquelas frases que diziam sobre mim, que vimos no capítulo 2?

Todas as semanas, todos os meses, todos os anos eu lembro dessas frases, e no capítulo 2 eu não te contei o que eu respondia pra mim mesmo sempre que eles falavam o que eu deveria ser.

Olha as respostas do meu **coracao** todas as vezes que oico frases como aquelas:

Sim! Meu ingles usarei pro reino.

Sim! Serei um engenheiro do reino.

Sim! Tudo e pelo reino, por isso eu faco do jeito que faco.

Toda **gloria e honra**, qualquer coisa que eu vou fazer, **tudo direciono para ele e por meio dele eu faco.**

FACAM O QUE FIZEREM, FACAM-NAS NÃO PARA HOMENS, MAS COMO SE FOSSE PARA DEUS.

COLOSSENSES 3:23

PASSADO VS FUTURO

Quando percebi que meu passado e futuro tem uma relação, eu decidi fazer algumas visitas naquilo que foi o meu passado. E aos poucos fui percebendo que o passado e o futuro servem de combustíveis para o Hoje. Como assim?

PASSADO

Assim como em **uma biblioteca** que esta cheio de livros, assim também se da com o **nosso passado, esta cheio de tudo que já fizemos ate o hoje**. E ninguém vai na biblioteca com a intenção de ficar la pra sempre, mas, a pessoa vai pega o livro, pesquisa e escolhe o que fara a seguir com o que encontrou, talvez use para ensinar ou para o seu desenvolvimento pessoal. Do mesmo modo o nosso passado e como uma biblioteca pessoal que temos, isso e, onde estão os nossos erros, acertos, medos e ate conquistas, mas nota que la não e lugar pra se ficar a vida toda, uma vez a outra devemos olhar para o que foi o nosso passado, pois ele tem muito a nos ensinar.

**“SE VOCE PENSA EM QUERER
ESQUECER O PASSADO POR
CAUSA DE ERROS
COMETIDOS, LEMBRE-SE,
VOCE VAI COMETER OS
MESMO ERROS NO FUTURO**

Por isso devemos usar o nosso passado com sabedoria. Por exemplo o que hoje chamamos de **ansiedade**, não é outra coisa se não o resultado que se tem **quando a pessoa vive maior parte do tempo** remoendo-se, ou **pensando em excesso sobre algo que já aconteceu**, isso é a pessoa tirou o foco no agora e está a colocar o foco no passado.

Não esqueça disso abaixo!

**PASSADO É 10%, NÃO MAIS
DO QUE ISSO DEVE SER
INVESTIDO A CADA DIA DE
SUA VIDA**

FUTURO

“Assim como o passaro que aprende a voar se jogando, assim também aprendemos sobre o futuro, se jogando hoje”

5 minutos depois aqui estou eu, Braulio, pensando no que escrever sobre a frase a cima, pois ela veio do alto, **3 ceu**.

O futuro não e incerto conforme nos e ensinado, talvez seja para homens que acreditam em homens, mas para pessoas como eu e você o futuro já não e uma incerteza, pois apartir do momento que entendemos e passamos a ser aquilo que nascemos pra ser, entendemos o seguinte sobre o futuro:

POIS SEI MUITO BEM, O QUE TENHO EM MENTE PARA VOCES, DIZ O SENHOR, PLANOS DE FAZE-LOS **PROSPERAR, NÃO DE CAUSAR DANO.**

Jeremias 29:11

Se o senhor falou em dar-te um futuro melhor e de prosperidade, porque você não percebeu que a sua identidade revelada, determina de forma positiva no seu futuro?

O futuro é incerto apenas para aqueles que não sabem o que nasceram pra ser. Mas para aqueles que sabem e aceitam sua identidade, tem certeza de onde estão indo.

O descobrir da identidade da pessoa basea-se no seguinte:

1 Ouvir o que o senhor falou sobre você.

2 Aceitar o que o senhor falou sobre você.

3 Descobrir o que nasceu pra ser.

4 Viver o que nasceu pra ser.

“ Não aceite menos do que aquilo que Deus falou sobre você, nem menos do que aquilo que ele colocou aqui na terra para você ”

Actividade

Leia salmos 115:16 e escreva tudo aquilo que Deus tem colocado aqui na terra nas tuas mãos. Depois escreva 3 coisas que vais passar a fazer pra governar sobre tudo que Deus te dar.

Capitulo 5

VIVENDO

O QUE EU

NASCI

PRA SER

1.1 Trava emocional

Para saber o que voce nasceu pra ser, e importante voce ter uma resposta para a pergunta abaixo:

Quem e voce hoje?

- Eu era alguem que vivia agradando as outras pessoas.
- Eu pensava que precisava de aprovacao ou autorizacao de outros para fazer o que quero.
- Eu me preocupava demais no que as pessoas pensavam sobre mim, e isso me impedia de fazer as coisas que eu desejava com toda a minha alma.

Minha maior trava emocional se chamava **necessidade de aprovacao**.

Descobrir essa trava foi o primeiro grande passo que dei para a descoberta daquilo que eu nasci pra ser. E o Segundo passo foi **eliminar essa trava** em mim.

Quando a pessoa elimina uma trava emocional, ela passa se permitir ter experiencias nunca antes vivida, experiencias essas que passam a revelar coisas que a pessoa antes pensava nao poder realizar.

“Travas emocionais sao uma prova de amor do cerebro para com voce”

E voce sabe Identificar quais travas emocionais estao te travando de acessar aquilo que nasceu pra ser?

Escreva aqui 3 travas emocionais que voce tem, lembre que toda trava ela impede voce de tomar acao em relacao a uma decisao a ser tomada.

1.2 **Necessidade de aprovacao**

Voce as vezes precisas que outros te autorizem pra fazer algo?

Sim/Nao

Eu me lembro que as vezes ate pra comer eu precisava de autorizacao de alguem, so pra veres quao serio era essa trava em mim, **necessidade de aprovacao**.

Era muito urgente que eu aprende-se a reconhecer essa trava emocional, mas como reconhecer uma trava emocional?

As travas emocionais elas sao criadas por meio de experiencias vividas. Essas travas podem passar a existir por meio de palavras e acoes, essas palavras ou acoes podem ser manifestada de diversas situacoes, veja abaixo algumas:

Se na escola voce nao se saia bem, e seus pais e professors diziam que voce e um burro, e que voce nunca faz bem as coisas, falam isso, aquilo, ou palavras ruins similares a essas, entao voce cresce ouvindo e se vendo naquelas palavras, de modo que essas palavras e situacoes criam em voce uma trava no seu emocional, e sempre que algo bom para o seu crescimento acontece, voce logo lembra das palavras ditas por seus pais ou professors e ai voce quer parar com o que comeca, por nao se achar capaz.

“A trava emocional e fruto do passado”

Outro aspecto importante pra aprender a reconhecer uma trava emocional e preciso que voce saiba e aprenda a diferenca existente na mente humana:

Todo ser humano e dotado de uma mente consiente e mente subconsiente.

A mente consciente refere-se **as ações que realizamos de forma consciente**, isto é, as ações que tomamos baseado na **realidade actual**.

Na **mente subconsciente** é onde **estão os medos, crenças, travas, todas essas coisas que nos limitam** de tomar decisões. O subconsciente assim como o cérebro, ele nos impede de tomar decisões quando é pra fazer algo novo.

Porque o cérebro tenta nos fazer parar de tomar decisão?

Por causa de acontecimentos negativos do passado. Porque ele usa experiências negativas do passado para nos impedir de passarmos pela mesma situação desconfortável. **Lembra quando eu disse que as travas emocionais são uma prova de amor do cérebro?** Sim essas travas são como provas de amor do **cérebro em querer nos fazer ficar confortável e não se colocar em situações ruins iguais as do passado.**

“A trava emocional, te trava até o dia em que você decidir dar um basta”

Portanto devemos levar a vida nas seguintes percentagens:

10% Passado

20% Futuro

70% Presente

O passado não deve ser esquecido nunca, se não correras o risco de repetir os mesmo erros, usa o passado **pra aprender com ele**, e faça **ressignificacao das situações do passado que te marcaram negativamente.**

Não viva no **futuro** o tempo todo, se não tu perdes o agora, cheira o futuro com o nariz do coracao, e visualize o futuro com os olhos do coracao. O que quero dizer com isso? **Deus nos da certeza o tempo todo na sua palavra**, então não viva com duvidas das coisas que tu fazes, tenha um olhar semelhante ao Deus ao fazeres as coisas no dia a dia.

A palavra de Deus diz, que durante a criação ele sempre dizia “E Deus viu que era bom”, então o olhar que das pra as coisas que fazes e atrativo, se o teu trabalho e ruim, eu posso garantir que o problema maior esta no modo que você ve o que tu fazes neste trabalho.

Nos próximos sete dias tente seguir o seguinte conselho abaixo:

“Faca tudo como se fosse para o Senhor”

Colossenses 3:23

Já falei do passado e futuro, Agora so falta o presente. Sobre o presente lembra o seguinte:

O **presente** sempre se refere ao **Hoje**, então no presente, no hoje, em **cada dia que o senhor te der aqui na terra, use tudo do passado como combustível para se jogar naquilo que precisa ser feito a cada dia** (quer na sua casa, quer no casamento, quer nas suas decisões, quer nos tratos com as pessoas, quer no modo de lidar com a criação dos seus filhos) lembre de estudar e aprender o que deve ser feito, e depois se joga e faca, não exite em fazer o que seu coracao mandar, **pois so se jogando a cada dia e que conheceras o seu futuro.**

Romanos 8:28

**O futuro nao e incerto para
aqueles que vivem e sao
guiados Segundo o seu
proposito**

Actividade para a semana, durante 7 dias para identificar o que te trava.

1. ADQUIRA CONHECIMENTO

Descubra qual a sua trava maior no seu dia dia, o que mais te trava ao tomar decisao, o que mais te deixa nervoso(a) ou o que te tira do serio o tempo todo, nesses aspectos pode estar a tua trava emocional.

Diante de situacoes como essas mencionadas acima, pare pensa e faça perguntas, tais como: Porque estou assim, porque sinto isso, porque estou agindo assim, porque senti isso? E se permita ouvir a voz interna sua, faça psiuu para o teu cerebro.

2. Passa a estar consiente do que voce fala e pensa.

Aqui e algo que exigira muita paciencia do seu lado. Mas lembra, quem e paciente governa, entao queres entender seus sentimentos e emocoes, tenha paciencia em senti-los e queira compreender o que esta acontecendo no momento, internamente em ti.

Escreve isso em algum lugar do seu quarto:

Sentimento e ler, emocao e reagir.

Leia todos os dias ate entender e dai arranca o papel da parede.

3. **Esteja decido a mudar e nao pare ate alcancar o resultado desejado.**

Depois de aplicar 1 e 2, e identificar quais coisas te travam, agora aqui a baixo, escreva essas coisas, e junto escreva o que fara pra resolver isso, e coloca data pra ter isso resolvido..

Por exemplo: descobri que sempre comeco algo e nao acabo, entao faca assim, durante 7 dias vou resolver essa tarefa, e ao final dos sete dias, ao ter isso feito, vou ir comer num restaurante, ou vou ir a uma hamburgaria.(isso chama-se colocar recompensa no final da atividade).

No final de 7 dias , quero ler sua mensagem la no meu instragram, claro voce dizendo que conseguiu fazer a actividade.

Meu instragram:@joabraulio1

CONCLUSAO

Em todas batalhas para saber que armas vai usar, e necessario primeiramente saber contra o que voce vai lutar.

Descobrimo a sua trava, e apenas o comeco pra estrada daquilo que voce nasceu pra ser...

FIM

DO

VOLUME

I DE III