



# **NATURAL E ESSÊNCIA**

DOMINANDO O SEU INTERNO – AULA 11



## Natural e essência – Aula 11 – Dominando o seu interno

---

### ***Pela ordem, Jogador!***

Se liga...

### ***Técnica X Essência:***

*As técnicas ajudam, mas nunca podem esconder quem você é.*

Não se esqueça disso.

Se você conquistar alguém com um jeito que não é seu, essa relação é uma ilusão.

### ***Estudar e adaptar X Jeito único***

*Jogador, estude sim! Mas adapte pro teu jeito, o que funciona e a forma que funciona pra quem você é!*

O que formou esse seu Eu de hoje foi a sua criação. Família, traumas, histórias, tudo que você viveu até agora.

E a sua genética natural, o jeito que você é na sua essência

O seu jeito único com muita convicção pode e vai se tornar o seu charme.

### ***Como encontrar a sua essência***

*É um processo onde você testa de tudo para se entender.*

Encontrar a sua essência tem haver com desenvolvimento pessoal, evolução pessoal, autoconhecimento... chame como quiser.

Se você busca encontrar a sua essência saiba que vai ser um longo caminho de testes e mais testes do que você gosta e do que não gosta, do que faz sentido e do que não faz em todas as áreas da vida que formam o seu ser. Não é algo que você encontra na sua gaveta de cueca.

Quando você se entende, respostas vão aparecendo pouco a pouco de formas diferentes.

### ***Comece se perguntando:***

- Quem sou eu?
- Onde eu quero chegar?

As respostas vão aparecer enquanto você está em movimento! Não se esqueça disso. De nada adianta se perguntar e ficar sentado com a bunda no sofá.

Você descobre no processo! E não se esqueça: **Não existe linha de chegada.**

Você vai sentir e vai saber quando encontrou a sua essência, disso eu tenho certeza. Como um sinal! Então continue fazendo...

### ***Natural VS Robô***

*Descalibradamente calibrado – você não precisa esconder quem você é.*

Você vai errar nas interações e no seu processo e isso precisa fazer parte do seu aprendizado.

Mesmo errando, corrija seus erros. Melhore e se mantenha confiante!

Não seja um robô aprisionado nas técnicas. Não se esqueça da sua essência e dos seus valores! Você pode não saber exatamente quem é você e qual a sua essência agora, mas confia em mim! Se expressar da forma que você quiser vai te aproximar imensamente dela.

### ***Valores***

*No que você vê valor na sua vida? O que você não tolera?*

Se a vida é um jogo, seus valores são as regras.

### ***Sombras de personalidade***

*Você vai usar pra desenvolver características que ainda não tem.*

*Carisma, por exemplo:*

- Pegue uma referência de carisma pra você.
- Pegue as características desse carisma.
- Finja ter esse carisma, temporariamente.
- Saia pra praticar e anote o que não funcionou.
- Volta, anota, estuda, refina e pratica de novo.

***Corrigir X Adaptar:***

*Depois de corrigir os seus erros, adapte pro seu jeito de ser e crie o seu próprio carisma.*

Não existe jeito perfeito! O que existe é o seu jeito de se expressar, o jeito que você se sente mais confortável! Sua essência mora por aí...

***Vamos dominar o jogo, ou melhor, vamos zerar o jogo e... é isso.***