

PABLO MARCAL



PABLO MARCAL

© 2023 Pablo Marçal

EDITORA PLATAFORMA  
Barueri - SP - Brasil  
falecom@editoraplataforma.com.br  
www.editoraplataforma.com.br

3<sup>a</sup> edição – Outubro de 2023

A reprodução parcial ou total desta obra, por qualquer meio,  
somente será permitida com a autorização por escrito da editora.  
(Lei nº 9.610, de 19/02/1998)

Impresso no Brasil – *Printed in Brazil*

PUBLISHER: Elisangela Freitas

EDITOR: Cristian Fernandes

COORDENAÇÃO EDITORIAL: Sandra Selino

TRANSCRIÇÃO: Daiane Battistel

PREPARAÇÃO DE CONTEÚDOS: Wilma Kelly Gomes

REVISÃO: Sandra Selino, Tatiana Nascimento, Thais Teixeira Monteiro e Thatiane Maciel

DIAGRAMAÇÃO: Michele Christinelli Albuquerque

CAPA: Gerson Nascimento

ARTE-FINALISTA: Rogério Salgado

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Marçal, Pablo

Vá cuidar da sua vida / Pablo Marçal. -- 3. ed. --Barueri, SP : Plataforma Internacional, 2023.

ISBN 978-65-84702-17-2

1. Autoconhecimento 2. Cristianismo 3. Emoções I. Título.

23-175467

CDD-158.1

**Índices para catálogo sistemático:**

1. Autoconhecimento : Psicologia aplicada 158.1

Eliane de Freitas Leite - Bibliotecária - CRB 8/8415

# Prefácio

Você deve estar se perguntando: “Onde tudo começou?”, ou talvez, “Qual o propósito deste livro?”. Deixe-me lhe contar uma história de quando eu tinha nove anos de idade. Em 1996, pedi ao meu pai que me desse um tamagotchi, mas ele não quis me dar.

Talvez você não saiba, mas o tamagotchi era um brinquedo japonês em que se criava um animal de estimação virtual. O objetivo do brinquedo era cuidar do animalzinho virtual como se fosse real, dando-lhe carinho, comida, banho e cuidados virtuais.

Como eu disse, meu pai não quis me dar o brinquedo, mas eu o queria. Ele sugeriu que eu vigiasse carro na rua para conseguir comprá-lo, e foi isso que fiz, saí de casa às seis horas da manhã para vigiar os carros na rua onde eu morava, na rua 6 com a rua 4, no centro da cidade de Goiânia, Goiás.

No meu primeiro dia de trabalho, ganhei R\$ 18,00 vi-giando os carros e decidi ali mesmo, no centro, comprar o brinquedo que eu queria, o meu tamagotchi.

Quando cheguei à casa, meu pai quis ver meu brinque-do, eu não dei xeque e disse: “Pai, você não vai ver, ele é meu filho”. A partir daquele momento, nunca mais ninguém precisou me dar dinheiro algum. É claro que meus pais pagavam a minha comida e cuidados básicos, mas a partir

daquele momento, eu ativei uma mentalidade de ter que cuidar da minha própria vida.

Meu pai tornou-se meu pai já em idade avançada, quando nasci, ele tinha quase quarenta anos e me doutrinou de uma forma bem dura de ensino, dizendo: “Não farei por você, você terá que fazer sozinho”.

Essa situação que eu vivi aos nove anos foi libertadora para mim, pois, em todos os lugares em que eu passava, eu me lembrava do que havia vivido e pensava: “Eu vou ter que fazer, terei que conseguir”.

Mas as crianças de hoje são criadas de forma diferente e, aos vinte e um anos, muitos jovens ainda pedem dinheiro aos pais; aos trinta anos ainda moram com os pais; e, aos quarenta anos, ainda têm necessidade de aprovação.

Meu desejo é que por meio deste livro você compreenda que, em determinado momento, você também terá que cuidar da sua própria vida, e o quanto antes começar a fazer isso, melhor será para você mesmo.

Leia atentamente cada capítulo e realize as tarefas propostas para que você vença a si mesmo e entenda a direção mais importante que eu poderei lhe dar: *vá cuidar da sua vida*.

Pablo Marçal

# Sumário

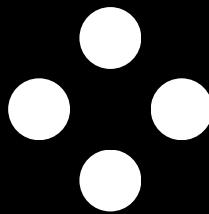
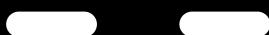
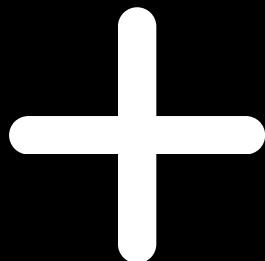
Prefácio .....	5
1. Onde tudo começou.....	9
2. O seu maior inimigo .....	15
3. A arte de furar o seu tanque de combustível.....	25
4. Impulsos sexuais .....	35
5. A prosperidade é natural .....	43
6. Bloqueios emocionais .....	51
7. Não perdoe as pessoas .....	61
8. Seja seu próprio garimpeiro .....	71
9. Saiba usar os seus defeitos.....	77
10. Respeite os patos .....	83
11. Qual o caminho correto? .....	89
12. A arte de ser ridículo .....	95
13. Não tenha dó das pessoas.....	101
14. O diabo o ama.....	107

15. Vá para a guerra! .....	115
16. Os problemas são a sua solução.....	123
17. Nunca tente apagar o seu passado .....	131
18. Máscara social.....	137
19. Covarde até a morte.....	145
20. Repudie a improdutividade .....	153
21. Seja um completo fracasso .....	161
22. A obesidade suprema.....	169
23. Deixe de ser idiota.....	177
24. Qual a sua frequência? .....	183
25. Que onda é essa? .....	189
26. O leme do navio .....	195
27. Abandone a disciplina.....	203
28. Deixe de ser religioso.....	209
29. Deus não está no controle .....	217
30. Você é barato demais!.....	223
31. Você é completamente alienado .....	229
32. Demissão é livramento .....	235
33. O que fazer agora? .....	241

## CAPÍTULO 1

Licenciado para:

# ONDE TUDO COMEÇOU



**APRENDA  
USAR TODA A  
ENERGIA QUE  
TEM DISPONÍVEL  
DENTRO  
DE SI PARA  
PRODUZIR ALGO  
MARAVILHOSO  
PARA O MUNDO**



## O PRIMEIRO VÁ CUIDAR DA SUA VIDA!

**T**alvez, como a maioria das pessoas, você acredite que a frase “Vá cuidar da sua vida” seja para você falar para os outros. E, por incrível que pareça, não é. Deixe-me lhe contar uma história.

Um dia, em um lindo jardim (chamado Éden – em grego, “paraíso, lugar de delícias”), existia um homem que se conectava pessoalmente com o Criador todos os dias, na viração do dia (ao contrário do que muitos pensam, a viração do dia é às dezoito horas).

Ele, o homem, habitava no jardim com sua mulher e com todas as criaturas criadas pelo Criador. Em um belo dia, o homem achou que sabia demais sobre sua própria vida e desejou ser como o Criador de todas as coisas. Ele desejou ter o mesmo conhecimento, a mesma sabedoria e até ser o próprio deus de sua vida.

Sabe o que aconteceu por causa de uma única decisão? Havia somente uma porta de saída naquele jardim e, para que conseguisse sair, o homem precisaria comer do fruto da árvore do conhecimento do bem e do mal. Ansiando ser como o Criador, ele abriu a porta de saída, ou seja, comeu do fruto, e foi viver da forma pela qual acreditava que deveria viver.

Nesse momento, por meio de uma leitura e interpretação pessoal que eu faço, imagino o Criador dizendo ao homem: “Adão, já que você escolheu assim, vá cuidar da sua vida”. Foi aí que surgiu essa frase, que você acha que fui eu quem criei. Eu não criei nada. Foi só um *download*, porque essa frase já existia muito antes que eu existisse.

Está se levantando uma geração de pessoas que está aprendendo a cuidar da própria vida, não gastando energia com aquilo que não gera retorno a elas e aprendendo a se amar. Uou!

Se você soubesse o segredo que há em se amar e se sentir amado pelo Pai, você jamais permitiria ser tratado da forma com que você tem sido tratado. Existem pessoas que estão aprendendo a usar toda a energia que elas têm disponível dentro de si para produzir algo maravilhoso para o mundo, libertando pessoas da alienação por meio do seu próprio testemunho.

E, talvez, você fique aí parado, esperando algo acontecer, em vez de fazer o que deveria. Por que você gosta de ser improdutivo? Por que você atrapalha o seu desenvolvimento, o desenvolvimento do mundo por meio das suas atitudes?

A base para cuidar da sua vida é se conectar a novas pessoas que têm a ver com seu propósito de vida, fazer perguntas, fazer tarefas e amar os outros e a si mesmo. Mas falaremos sobre isso futuramente.

# VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

## ATIVIDADE

Qual atividade você pode desenvolver para aprender a cuidar da própria vida?

Quais as três novas pessoas com quem você vai se conectar?


Quais são as pessoas para quem você sempre pergunta primeiro, quando tem dúvidas sobre algo?


Quais as três tarefas mais urgentes que você fará para aprender a cuidar da sua vida?

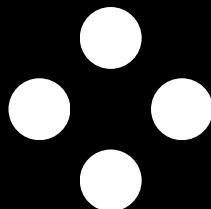
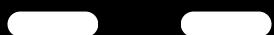
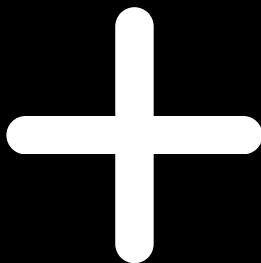

Qual atitude você terá para amar ao Criador, amar a si mesmo e amar o próximo?




## CAPÍTULO 2

Licenciado para:

# O SEU MAIOR INIMIGO



**CUIDADO COM  
A SUA LÍNGUA!  
NÃO FOI À TOA  
QUE DEUS LHE  
COLOCOU ESSES  
DENTES**



## A ARTE DE SABOTAR A SI MESMO

Neste capítulo vamos falar sobre algo que você faz e que acaba o matando aos poucos, sem nem perceber: autossabotagem. Já parou para pensar por que você, que deseja de toda a sua alma crescer na vida, se sabota? Porque você simplesmente não conhece a regra e, quando você não sabe como agir, você se perde diante das oportunidades de caminhos diferentes.

Entendo, sei que você não conhece a engenharia do seu cérebro. Sabotar-se é um efeito. É o efeito de pessoas que não estão com força de vontade! E a força de vontade também não é causa, é o efeito da autodisciplina. É só você seguir o circuito e tudo se resolverá.

Você já assistiu a vários filmes em que Mel Gibson e aquela turma toda desarmam as bombas? Os atores vão lá e cortam entre o fio azul e o vermelho. Mas eles precisam

entender o circuito. Se não souberem qual fio cortar, as coisas podem ficar muito feias.

Assim é na acupuntura, por exemplo. Eu tenho grandes amigos que trabalham nessa área, e eles me mostraram como o corpo humano é simplesmente um circuito elétrico. É só acertar o lugar, o interruptor, e você consegue fazer qualquer coisa com uma pessoa: de controlar a ansiedade a apagá-la em segundos. Você sabia disso?

É o seguinte, quer acabar com a autossabotagem? Aumente a sua força de vontade. Como fazer isso? Trabalhando três coisas. Preste bem atenção nestas três coisas, pois elas vão mudar sua vida nos próximos minutos de leitura:

**A primeira coisa que você precisa é controlar a sua língua!** Não é à toa que sua língua é o grupo muscular mais poderoso do corpo humano. São dezessete músculos que compõem a formação da língua. Preste atenção nisto: cuidado com a sua língua! Não foi à toa que Deus lhe colocou esses dentes. Os dentes são como mourões. Se você nunca ouviu esse termo, “mourão” é aquele tronco mais grosso que segura a porteira, ou o canto da cerca, em uma fazenda. Ele é forte e impede que toda a porteira ou cerca torne-se frágil. Só uma fratura exposta como os dentes para segurar o curral que é a sua boca, e a besta-fera que é a sua língua.

Em Tiago, a Palavra nos fala que a língua é como o leme de um navio. O leme é pequeno, e o navio é gigantesco. O leme é pequenininho em termos de proporção, mas consegue direcionar, mudar a rota do navio, de acordo com a vontade do piloto. Cuidado com a sua língua, eu repito! Cuidado com a energia que você tem gastado falando da vida dos outros. Cuidado com as coisas negativas que você

tem falado sobre você mesmo. Você consegue compreender que podem sair vida e morte de dentro de você apenas por meio das palavras que você declara? Você pode mudar esse cenário agora, entende? Mas depende unicamente de você.

**A segunda coisa que você precisa saber é sobre os impulsos sexuais.** E impulso sexual não é só ato sexual em si, mas todo o encanamento da energia que você tem. Não é só ato libidinoso, como a maioria das pessoas pensa. Quando falamos sobre impulso sexual, o ato em si vem à cabeça de todo mundo, o copular, o ato conjugal. Não é dele que eu estou falando.

O impulso sexual é tudo que deixa você atraente, é tudo que faz gerar valor em você. É até mesmo os pensamentos que você tem e a energia que gasta com eles. É uma vida que gera dentro de você e você não pode desperdiçá-la, deixando vazar essa energia ralo abaixo. Ao invés de ser alguém interessante, atraente, fazendo com que os outros gostem de estar com você, às vezes, você se torna uma pessoa desinteressante. E não é porque você se acha feio, é porque você não está usando essa energia de forma adequada.

Analise suas ações, pois existe um poder na forma que você se comporta e na energia que você deixa fluir de dentro de você. Em cursos de negociação, por exemplo, eu falo sobre isso, e as pessoas me olham e não acreditam. Elas ficam assustadas: “Nunca ouvi falar disso”, mas realmente existe uma forma de se conectar com as pessoas, tornando-se interessante e, até mesmo, irresistível. Pode até ser que você faça isso inconscientemente, mas aprenda mais a respeito e use a seu favor.

A primeira coisa, então, é que você precisa controlar sua língua. A segunda é saber utilizar seus impulsos sexuais, e

**a terceira coisa está relacionada aos alimentos**, ou às coisas que você come.

O que você tem ingerido? As coisas que você come determinam quem você é! Se você ingerir pizza todos os dias, terá o corpo relativo a alguém que faz isso diariamente, mas, se você tem uma alimentação balanceada, o mesmo ocorrerá. E você já parou para pensar nos alimentos que você ingere que vêm das outras pessoas?

Oitenta por cento dos problemas emocionais relacionados à alimentação são causados pelo consumo de determinados conteúdos e de alimentos que lhes são servidos. Por não sabermos o que ingerir do outro, pessoas acabam desenvolvendo distúrbios alimentares como bulimia, anorexia, obesidade e muitos outros. Responda-me: Por que você não faz a gestão do que lhe faz bem e come tudo sem questionar? A comida física gera algo no seu corpo? É claro que sim! Mas a comida emocional tem o poder de destruí-lo.

Conheço a história de uma moça que sempre teve as pernas muito inchadas. Algumas pessoas acreditavam que ela tinha elefantíase. Ela obviamente era obesa também, porque, como a maioria de vocês, não cuidava da própria vida. Mesmo após emagrecer cinquenta quilos, ela continuou com as pernas inchadas. Sabe o que isso significava? Que ela se alimentava mal emocionalmente, e toda a toxina que ela ingeria ia para as pernas, a ponto de outras pessoas perguntarem se ela tinha alguma doença, problemas de circulação. Sabe o que ela tinha? Essa garota tinha alergia emocional, uma doença desencadeada por fatores psicológicos e emocionais que fazem o sistema imunológico reagir para tentar proteger o corpo do estresse e dos traumas ocorridos.

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

Interessante isso, não é? Como uma pessoa pode viver anos com uma doença “invisível”, unicamente por não aprender a lidar com a pressão, retendo e se alimentando de toxinas como raiva, tristeza, medo, culpa, frustração e sentimento de rejeição?

Você é o que você come! Você se torna o que você se alimenta. Certa vez, eu vi um documentário em que chamaram o americano que era o maior comedor de pizza do mundo, e mostraram para ele quantas pizzas ele estava comendo em média por ano. Abriram uma muralha atrás dele com caixas correspondentes à quantidade de pizzas que ele comia. Meu Deus, o que foi aquilo? O homem ficou em prantos. Por quê? Por não ter consciência do que se alimentava.

Você também está assim, como em um desses dois casos que eu compartilhei?

Preste bem atenção, se você tem problemas com alguma dessas três coisas – sua língua, seus impulsos sexuais e sua alimentação, você experimenta resultados medianos. Se você tem problema com duas delas, os seus resultados estão paralisados. Contudo, o alerta é para você que está com problemas nas três áreas, se esse for o seu caso, sabe o que você é? Somente um cadáver que possui um celular que o desperta todos os dias. Você não tem resultado algum. Eu, particularmente, nem sei se você conseguirá ler este livro até o final, uma vez que você tem grande problema com força de vontade e autodisciplina.

Organize essas três áreas e irá brotar dentro de você, na sua terra natal, uma coisa poderosa. Sabe qual é? Força de vontade. A força de vontade é efeito da autodisciplina, e aí você não vai se sabotar. O segredo para perseverar, crescer

em todas as áreas e avançar é dominar as três áreas. Você não precisa ser o homem de ferro ou a mulher maravilha, você só precisa saber quem você realmente é.

Fica a dica poderosa: em vez de ficar tentando produzir resultado extraordinário, foque em coisas pequenas e comece com uma única coisa. Pare de querer ter grandes feitos se você não começa nem com o mínimo. Para andar uma milha, você começa com um único passo.

Quando você começar a perceber que vale a pena investir em acordar mais cedo, tomar banho natural, exercitar o seu corpo, se conectar à fonte e fazer coisas malucas, então você começará a ter resultados extraordinários. Começará a reconhecer dentro de você superpoderes que inclusive já existem, mas estão entulhados embaixo desse tanto de lixo que você joga sobre si mesmo.

É uma tendência humana as pessoas impedirem o próprio avanço por não saberem quem são. Quando você não cuida da sua vida, gasta energia com o que não deveria e, então, não tem tempo para prosperar (crescer). Você boicota a si mesmo, o que lhe impede de alcançar os resultados que deseja.

Guarde atentamente o que eu escrevo aqui: no dia em que você descobrir os superpoderes que você tem como ser humano, e que estão todos dentro da sua mente, você vai desistir de levar uma vida meia-boca, medíocre, estagnada e vai desistir de odiar resultados. Você tem que amar resultados, afinal amar resultados é amar sua própria vida.

Muitas pessoas não gostam de mim, pois, ao se conectarem comigo, em segundos eu comprovo o quanto elas são autorresponsáveis pela vida que levam. Eu provo para essas pessoas que elas odeiam resultado.

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

Quem odeia resultado não cuida da própria vida e não faz o que precisa ser feito. Desculpam-se em suas dificuldades, em seus desafios, para se desviar do foco. Sabe qual o nome disso? Autocomiseração. Pessoas que têm pena de si mesmas não geram resultado. Não crescem. Não avançam.

Este seria um bom lugar para você iniciar: comece reconhecendo suas limitações, mas não se justificando por elas. Ame sua vida e aprenda a amar os resultados.

### ATIVIDADE

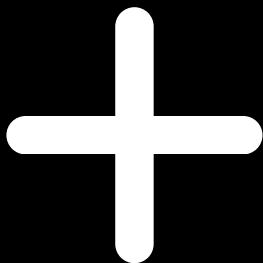
Escreva abaixo três ações que você poderá mudar a partir de hoje em cada uma das áreas abaixo:

Alimentação
Impulsos sexuais
Coisas que você fala

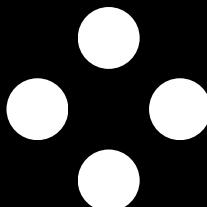


## CAPÍTULO 3

# A ARTE DE FURAR O SEU TANQUE DE COMBUSTÍVEL



— — —



A PREOCUPAÇÃO É  
A MÁ UTILIZAÇÃO  
DA SUA  
IMAGINAÇÃO.

Licenciado para:



## PARE DE GASTAR SUA ENERGIA!

**S**empre que me perguntam com o que eu me preocupo, eu sempre tenho a mesma resposta: “Não me preocupo com nada”. Pode parecer arrogância ou prepotência, mas é, de fato, uma verdade, e quem convive comigo experimenta disso. Mas por que as pessoas insistem em fazer essa pergunta? Porque gastam muita energia com aquilo que não podem resolver e acham que todos são iguais a elas.

A coisa mais importante que vejo é que as pessoas sequer compreendem o que é preocupação e, por isso, acham bonitinho falar “Ah, eu me preocupo com você”, “Estava tão preocupada com isso ou aquilo”. Eu não me preocupo com nada. Sabe por quê? Porque a preocupação é a má utilização da sua imaginação. É um gasto de energia sem retorno. E a imaginação é um dos maiores recursos que você tem disponível no seu cérebro.

Quando você se preocupa, é como se você tivesse por um tempo represado a sua energia e, no momento da ‘pré-ocupação’, você libera toda essa energia no momento errado, como se estivesse abrindo as comportas de uma hidrelétrica, mas em vez de liberar uma de cada vez à medida que surge a necessidade, você as libera de uma vez só, gastando muita energia e desperdiçando recurso. Nesse contexto, a água represada baixará rapidamente, da mesma forma que você perderá energia e se tornará um zumbi. Você se sente assim?

Quando você se utiliza dos seus maiores recursos, gasta sua energia e consequentemente sua própria vida. Como você tem cuidado da sua vida? Como tem gastado cada minuto do seu dia? Liberando todas as comportas de uma vez, ou pouRANDO para o momento de necessidade?

*Gastar sua energia com preocupação tirará toda a sua energia do agora.* O agora precisa ter pelo menos 70% do seu tempo. Sei que parece absurdo, mas se você não tem pelo menos 70% do seu tempo no agora, ou você está preso no passado e, por isso, depressivo, ou você ficará focado no futuro e, então, se tornará ansioso. Qual a sua desculpa?

Já sei, você sofreu muito e não consegue se libertar do passado porque sua história é triste demais? Conheço muitas histórias tristes, mas sou especialista em ajudar essas pessoas a canalizar a energia do passado para produzir no agora a vida que desejam ter.

Ah, você é diferente? Não se arrepende e nem se amargura no passado, mas gasta tempo demais pensando no amanhã, nos seus projetos, sonhos, desejos e acaba fazendo nada no agora? Sabe o que acontece com você? Crise de ansiedade. É por isso que a maioria das pessoas têm síndrome

do pânico, TAG (transtorno de ansiedade generalizada), fobias etc. É uma emoção caracterizada por um estado desagradável de agitação interior, às vezes acompanhado de comportamento nervoso ou sensação de morte iminente. A ansiedade é a morte de amanhã vivenciada no seu hoje. É como morrer todos os dias.

Pare de assistir a vídeos motivacionais e de ler livros de autoajuda que o empolgarão a princípio, porque depois tudo se dissipará, pois não gera resultado. É semelhante a alguém que está com fome e acredita que comer um petisco matará sua fome. Pare de comer porcaria! Alimente-se daquilo que gerará saúde para seu corpo, sua alma e seu espírito. Coma bons alimentos! Pare de se enganar!

Chega dessa vida medíocre e frágil, em que você se desculpa nas suas fraquezas para não agir. Você precisa buscar coisas que ativarão seu espírito e sua alma em direção ao seu propósito, para que cada passo que você der esteja interligado ao que precisa ser feito. Nem no ontem nem no amanhã, mas no hoje.

Eu sei que muitas pessoas gastam tempo demais presas no passado, lembrando de suas conquistas, de suas derrotas, de seus medos e tantas outras coisas que ficaram para trás. Pare de se martirizar e de se autoflagelar. Chega de mi-mi-mi. Você só precisa estar 10% do seu tempo no passado, buscando reconhecer os fatos vividos, observando o que precisa ser melhorado e focalizando as ações que tomará para fazer as coisas serem diferentes.

Vinte por cento do seu tempo precisa estar no futuro para que você consiga estabelecer metas, objetivos a serem alcançados e, inclusive, visualizar e projetar atitudes

dentro do seu propósito. Caso contrário, você vai trocar o pouco de energia que ainda tem para comprar o que nunca será seu. É como subir no cume de uma montanha. Você pode até ir lá para observar o que vem pela frente, mas não consegue ficar tempo demais, pois o ar é rarefeito e você começará a sentir sintomas como aumento da frequência cardíaca, dores de cabeça, sensação de falta de ar, fadiga, náusea e dificuldade de respirar. Isso lhe soa familiar? Sabe o que pode acontecer com você? A morte, mas você não liga para isso. Talvez seja por esse motivo que você deseja estar mais no amanhã do que no agora.

Quando você não cuida da sua vida e gasta energia com coisas que não são para serem experimentadas no agora, você se mata aos poucos, mas nem percebe. Quando vê, já está morto e putrefato, mas se acostumou com o cheiro da carniça. Os abutres rondam você, e você ainda acha que quem está morto é o outro, quando só estão esperando o seu último suspiro.

Coloque um limite para não gastar mais do que 10% do seu tempo no passado, caso contrário o seu conta-gotas da morte poderá ser acelerado, e você morrerá antes do esperado. Todavia, não gaste menos do que 70% com o agora. Se em sua contagem o agora estiver abaixo desse percentual, ou você morre pelo passado ou morre por causa do futuro. É isso que você deseja? A morte?

As pessoas que gastam mais do que 70% com o agora experimentam resultados extraordinários e uma vida abundante. E eu lhe pergunto, você quer essa vida? É claro que não. Se você realmente quisesse, estaria fazendo algo por si mesmo, mas você não está. Mas acredite: existe uma vida divertida, produtiva, livre de condenação, sem culpa e feliz, em que você não se preocupa com o que foi e nem com o que

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

virá, mas comprehende que cada dia possui seus próprios desafios. E sabe do que mais? Você é grato por isso.

O agora é o único momento que você realmente possui. E é só isso que você tem. Se estiver neste exato momento aproveitando o agora, estará amando as pessoas e se sentindo amado por elas. Somente essa atitude gerará um resultado estratosférico nos seus resultados. Sabe como chamamos o agora? Nós o chamamos de presente, e recebe esse nome pois você precisa abri-lo todos os dias e aproveitar o melhor dele.

Lembro-me de um sonho que ouvi certa vez. Nesse sonho, duas mulheres ganhavam presentes. Um deles era grande e muito mais valioso, mas a mulher que o recebia fingia alegria, e logo o desprezava. A segunda mulher recebeu um presente bem menor, mais simples, mas também valioso, essa sim, abriu o presente que recebera e ficou muito agraciada. Você quer receber esse presente? Para tê-lo, você precisa fazer como a segunda mulher do sonho e abri-lo todos os dias, repetidamente, sem nunca desprezá-lo. E fazê-lo no agora!

Entenda que pelo menos 85% das suas preocupações nunca darão em absolutamente nada. Então me responda com sinceridade: Por que você gasta energia com isso? Por que você joga seu agora no lixo se sua preocupação não vai acontecer? Se você é uma pessoa preocupada, você está diminuindo a barra de contagem do agora e aumentando a barra de contagem do futuro, ou seja, gastando sua energia.

Talvez você seja alguém que foi bem-sucedido no passado e teve glória naquele momento da vida. Eu, por exemplo, trabalhei na Brasil Telecom, grupo hoje conhecido como Oi, onde fui executivo por quase oito anos. Já tive nessa empresa mais de duzentos mil colaboradores. Posso lhe dizer que aqueles foram

bons tempos, e as pessoas me perguntam se eu sinto saudades dos anos em que trabalhei lá. Sabe qual é a minha resposta? “Não”. Foram muitos momentos bons durante esses anos, mas eu só fico 10% do meu tempo para tocar nesse assunto, porque ficaram histórias muito boas. Se você tem uma história de um passado bom ou ruim e fica remoendo e trazendo esse passado para o seu cérebro, permanece conectado lá naquele estado.

O que você viveu é um estado inexistente, porém seu cérebro não se dá conta disso e, acreditando que é o seu momento atual, gasta toda a sua energia que seria para o agora com o passado, por meio de uma lembrança acionada.

Você que é depressivo tem a mente configurada para ficar no passado, como eu já disse. Você que é ansioso tem a configuração cerebral para o futuro, como eu também já comentei. Mas existe uma boa notícia para você: independentemente da sua programação mental, há a possibilidade de reprogramar seu cérebro. Chamamos isso de mudança de mentalidade. Você precisa reconfigurar a sua mente para o estado atual, para o agora. Ninguém faz nada a não ser no agora. Tudo é no agora.

Estudando neurociência (inclusive, indico que você estude sobre isso), eu descobri que o cérebro é atemporal. Então, o processo de imaginação é um processo poderoso, e é ele que faz com que qualquer pessoa alcance o que deseja antes mesmo de colocar os olhos. Existe um segredo nisso que acabei de lhe dizer.

Costumo usar uma frase que diz muito a respeito disso. Essa frase toca muito a minha alma, meu coração, o meu cérebro e, obviamente, os meus resultados também são permeados por ela. Ela diz o seguinte: “A sua alma, sua mente

tem saudade de coisas que seus olhos jamais viram". Para aplicar isso na vida, você precisa se utilizar da imaginação.

Você precisa primeiro chegar com a sua mente para que o seu corpo chegue depois. Depois que você chegar com sua imaginação, o seu corpo lhe obedecerá, e nunca o contrário. Pare de tentar dar ordem primeiro para o corpo, ele é um rebelde e não lhe obedecerá. Primeiro você mentaliza e alcança com sua alma, depois, seu corpo chegará lá. Nunca ao contrário.

Não gaste energia com a preocupação, porque a preocupação é uma das toxinas mais perigosas para acabar com a vida de uma pessoa, fazendo-a entrar em um estado terrível de não bater resultados e não experimentar o extraordinário. É isso o que você quer?

Dê um basta em preocupações. Se você é pai ou mãe, muito provavelmente se preocupa com seus filhos e acaba gastando toda a sua energia. Pais, sejam os exemplos dos seus filhos. Não gaste energia com isso.

Pare de ensinar preocupação para as pessoas. Pare de viralizar doenças invisíveis para os outros por meio dos comportamentos doentios que você tem.

A preocupação é uma toxina que você está atraindo para si mesmo. Não é por meio da mentalização que você fará diferente, mas por meio de ações. Você precisa ter atitude.

Comece fazendo a tarefa proposta neste capítulo para que você comprehenda que o seu pensamento só poderá ser transformado à medida que você tem ações. Pensamento não muda pensamento.

## ATIVIDADE

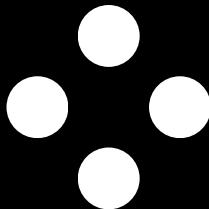
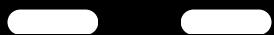
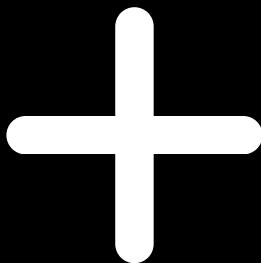
Liste abaixo as dez preocupações que você tem e defina a ação que você fará para enfrentar cada uma delas. Além disso, coloque data para as ações em ordem de prioridade, de acordo com a sua vontade de se livrar disso.

PREOCUPAÇÃO	AÇÃO	DATA	GRAU PRIORIDADE ( 0 A 10)

CAPÍTULO 4

Licenciado para:

# **IMPULSOS SEXUAIS**



A FORÇA DE  
VONTADE É  
O EFEITO DE  
UMA CAUSA  
QUE SE CHAMA  
AUTODISCIPLINA

Licenciado para:



## TORNE-SE INTERESSANTE

**A**s pessoas que se conectam a mim ficam espantadas quando eu falo sobre este assunto. **Você sabe o que faz uma pessoa se tornar interessante e atraente?**

É a forma pela qual ela conduz a energia que possui no próprio corpo.

Existe algo que tem impedido muitas pessoas de avançarem na vida ou simplesmente tem feito as pessoas gastarem sua energia de forma desordenada. Os impulsos sexuais são legítimos, acredeite, mas, se você alimenta seu cérebro de forma errada, irá canalizar isso também de forma errada, gastando a energia que o tornaria alguém charmoso e interessante, e se transformando em alguém ‘chato’. Todas as pessoas são movidas por essa parte, a parte sexual, e eu criei uma analogia agora para ajudá-lo a compreender melhor.

Os impulsos sexuais representam a parte hidráulica do seu corpo.

Sempre que tocamos na palavra sexo, nosso cérebro está configurado a buscar a imagem/lembança da genitália, seja ela masculina ou feminina. Na sua mente, a genitália é a torneira. Por isso, quando falamos em sexo, você associa à fricção e ato libidinoso.

A parte hidráulica não é a torneira, existe um encanamento com joelho e vários graus de viração dentro do encanamento, existem algumas bombas hidráulicas, existe a caixa d'água. Saiba algo: o que sai desse canal é líquido. Assim como no universo, tudo é líquido.

O importante é o seguinte: saber mandar a energia sexual de forma correta para fora ou para sua mente fará você ser uma pessoa com tônus vital e energia de vida maior. Você se torna alguém mais interessante e acaba naturalmente atraindo mais pessoas para perto de você. Agora, o contrário também é verdadeiro. Se você gasta o dia imaginando e gastando seu recurso com pensamentos de impulso sexual, sabe o que acontece com você? Improdutividade.

Vou compartilhar um pouco da minha vida com você: eu fiquei vinte anos afundado em pornografia. Isso simplesmente tira algo de você – a força de vontade, e você começa a se tornar um desistente.

A força de vontade é o efeito de uma causa que se chama autodisciplina, como já comentei anteriormente. A autodisciplina é formada por três coisas: as coisas que você come, as coisas que você fala e os impulsos sexuais, e estou repetindo para que você grave definitivamente na memória.

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

Seu cérebro fica o tempo inteiro nos impulsos sexuais e, se você não souber canalizar isso, você naturalmente estará sofrendo um dano. O dano é tornar-se desinteressante, desistente e improdutivo.

Você, que é homem, e não aguenta ver uma mulher ou uma silhueta bonita, sempre que se depara com esse tipo de situação, uma emoção ou uma sensação é gerada em você, que o leva a gastar energia. Isso acontece principalmente se você é um homem viril.

Então você me pergunta: “Pablo, você é um santo? O que você é?”. Eu sou um homem viril, que passa por tentação como qualquer outro homem, mas eu aprendi isso bem cedo. Aprendi a dominar meus impulsos e a canalizar minha energia. Eu sou homem de uma mulher só e nunca transei com outra mulher a não ser a minha esposa. Eu sei que isso atrai uma pressão muito grande para mim, mas eu não tenho problema algum com isso. Afinal, cada um tem a vida que merece, e eu também não quero ser seu santo nem seu padroeiro para assuntos sexuais, no entanto, eu percebi que, quanto mais eu canalizo de forma correta os impulsos sexuais no meu cérebro e a forma com que ele irriga o meu corpo, mais interessante e atraente eu fico.

Você, que é desinteressante, está afundado em algum tipo de pornografia, ou algum tipo de perversão? Ou talvez você tenha algum tipo de vício. O que determina isso é a forma com que você canaliza sua energia.

Você, que é casado, por exemplo, não pode passar mais do que uma semana sem ter relação sexual com seu cônjuge, porque, se isso acontecer, você correrá sério risco, afinal, na empresa ou trabalho, sempre existirá alguém interessante,

e é aí que você cai. Você vai começar a procurar por isso em outras pessoas e não no seu cônjuge, e a forma de potencializar isso é simples: você precisa direcionar essa energia, porque ela é uma energia do bem e muito poderosa. Agora, ignorar o assunto fará isso se tornar um tabu, e você se tornará ignorante sobre o assunto, além de se tornar desinteressante para as pessoas.

Quando alguém se conecta comigo, eu consigo ver através dos olhos dessas pessoas quando elas gastam energia de forma errada. Hoje em dia, a pornografia não é algo somente de homens, as mulheres também fazem isso. E por que fazem? Porque não conseguem canalizar a energia para o lugar correto. Não conseguem gerar resultados.

Você que é jovem, por exemplo, a primeira coisa que você precisa entender é que cada pessoa nasceu para gastar energia com apenas uma. Um ser humano não tem energia suficiente para gastar com dois outros seres humanos. Não quero instituir nenhuma lei ou regra para você, mas o seu corpo biologicamente só consegue fornecer energia para uma pessoa.

Não estou falando nada a respeito de religião, mas depois que você amadurecer, perceberá que não compensou esse tanto de pessoas com as quais você se envolveu. Você que está com vários parceiros, pare com isso. Pare agora! Se você for governado pelo seu órgão sexual, ou por esses impulsos, você vai ficar louco. Aprenda a estar no comando e não ser apenas um robô comandado pelos seus desejos.

Quero lhe dar um conselho: não coloque em primeiro lugar os órgãos que só têm uma conexão. Isso mesmo! Sua narina possui duas entradas, inspire primeiro e depois

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

expire. A boca possui somente uma entrada, então deixe ela por último, afinal o tolo sempre fala antes do sábio. As orelhas são duas, sempre ouça mais, esteja sempre atento. Os olhos são dois, sempre enxergue além do que a maioria das pessoas veem. Agora, a sua genitália e sua boca sempre ficam por último, não coloque o sexo antes de nada.

Não trate as pessoas como se fossem um pedaço de picanha. As pessoas não são isso. Se você não aprender isso, você não vai aprender a ser uma pessoa interessante.

Se você quer ser autodisciplinado e ter força de vontade, controle os seus impulsos. Como fazer isso? Reprimindo? Não. Canalize-os de forma correta. Quer uma dica? Procure seu cônjuge e resolva isso. Sim, essa é uma tarefa para ser executada quando você terminar este capítulo.

Se você é solteiro, fale com o Criador e peça sabedoria para Ele. Comece a escrever sobre o estado desejado do seu casamento ou as características que você deseja no seu futuro cônjuge. Já pensou nisso? Escreva pelo menos 30 coisas que você deseja que seu cônjuge tenha. Isso é real. Vai acontecer. E principalmente, conecte-se a pessoas que já sabem se controlar nisso.

Se você está afundado em coisas como a pornografia, pare e verá que seu cérebro está viciado nisso e você está desvalorizando as pessoas. Se você não é interessante, fica só pensando nisso ou seu casamento está muito ruim.

Você que tem bloqueio emocional com sexo pode ter começado isso na infância. Ou você foi iniciado fora de tempo ou ouviu de forma errada, quem sabe você foi abusado, ou você viu seu pai sendo agressor com sua mãe. Isso afeta a sua visão sobre o assunto, e então você não consegue

experimentar aquilo que realmente é seu e que foi criado para o seu desfrute. Se não desbloquear isso que tem lhe travado por meio da programação neurolinguística (PNL), usando ensaio mental, ressignificando o ocorrido, você sofrerá danos no seu agora.

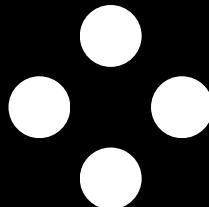
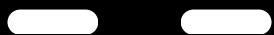
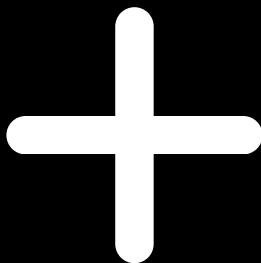
A maioria das áreas em que você não consegue prosperar na sua vida hoje é fruto do seu bloqueio. Falaremos disso em outro capítulo.

### ATIVIDADE

Quais as três coisas que você precisa abandonar hoje para se tornar interessante?


## CAPÍTULO 5

# A PROSPERIDADE É NATURAL



**TRABALHO É  
CASTIGO, POIS  
TODO BOM  
CASTIGO, PRECISA  
DE DATA PARA  
ACABAR**

Licenciado para:



## A POBREZA É RESISTÊNCIA

**A**prenda agora que trabalho é sinônimo de castigo. Você sabia disso? É claro que não, caso contrário, estaria usufruindo de uma vida abundante. Primeiro, entenda que eu não sou o seu milagre e que sua mudança depende de você e não de mim. Se você entende isso, já está além da maioria.

Você precisa compreender que a **prosperidade, a riqueza e o crescimento são coisas naturais e legítimas**, pertencem a você. Mas também precisa compreender que todo ato de pobreza é uma resistência à sua natureza de prosperidade.

Você sabe me falar por que trabalho é castigo? Nós, definitivamente, não fomos criados para o trabalho. Fomos feitos para desfrutar de todas as coisas, mas o homem quis o trabalho, ele desejou isso com suas mãos e também com sua alma.

Trabalho é castigo, pois todo bom castigo, diz a história, precisa de data para acabar, e sempre tem uma pontuação a menos de misericórdia. Quando Jesus foi levar as suas chicotadas, ele recebeu menos uma (-1) chicotada de misericórdia. Antigamente, quando você ia dar um castigo em alguém, você precisava dar menos um (-1), para não haver excesso. Vou lhe dar um exemplo: você tem um filho e o castiga com dez chineladas. Sabe o que antigamente você deveria fazer? Dar nove chineladas e deixar de dar a última por misericórdia, para que não houvesse exagero.

Se trabalho é castigo, que dia seu castigo vai acabar? Você tem data para acabar ou não? Seu castigo precisa acabar rápido. Eu faço essa pergunta em todos os lugares do país e fora do país aonde vou, e as pessoas não conseguem responder, pois elas não têm data para parar. As pessoas acreditam que aposentadoria é com 65 anos para homem e 60 anos para mulher e ficam satisfeitas com isso. Que loucura é essa? Quer dizer então que é o governo quem decide quando você vai parar de trabalhar?

O que faz você parar de trabalhar é você mesmo. É você ter consciência de que você é como uma máquina que precisa desfrutar certo momento. Se você observar uma curva de energia acentuada no começo da vida, rapidamente você vai produzir muita energia, para que essa energia continue produzindo energia para o resto da vida. Esse é o momento em que você se liberta do castigo. Trabalho não é você ficar fazendo energia com suas próprias mãos o tempo todo. É produzir muito, para chegar o tempo de não precisar investir sua energia, mas apenas ter o retorno do que já investiu.

Existem três formas de ganhar dinheiro. A primeira é produzindo por meio das suas mãos, quando você é o

trabalhador. A segunda é quando você empreende e paga os outros para trabalharem para você. E a terceira é tirando dinheiro desse empreendimento e colocando em investimento automatizado, renda passiva ou dinheiro industrial, como alguns conhecem.

Alguns empresários pensam que são homens de negócio, mas não são. Muitos são apenas trabalhadores que assinam a carteira de trabalho de outros trabalhadores. Sim, trabalho é castigo! E esses grandes empresários não entendem isso.

Você não sabe o que é aposentadoria! Na verdade, a maioria das pessoas nem imagina. Muitos pensam que aposentadoria é quando você poderá se sentar em uma cadeira de fio e ficar na porta da sua casa, como se não tivesse mais nada para fazer, dependendo do INSS. Inclusive, sabe o que significa INSS? Isso Nunca Será o Suficiente. Aposentadoria não é isso. Aposentadoria significa abastança. É o dia em que as suas mãos não precisam trabalhar mais para pagar nenhuma conta (nenhum custo e nenhuma despesa). Esse dia pode chegar, mas só se você quiser.

O salário é inimigo do lucro, sabia disso? Quando você ama muito o salário, você vai ficar sem o lucro. Bons salários fazem muitas pessoas paralisarem no tempo, unicamente por causa da estabilidade. O maior salário do mundo é pequeno para qualquer pessoa, porque pessoas são seres ilimitados, e colocar limite sobre a sua cabeça é simplesmente parar o seu crescimento.

Imagine agora uma sequoia, que é a maior árvore do mundo em termos de volume. Tente cultivar a sequoia dentro de um espaço de quatro metros de altura, sendo que ela ultrapassa cento e quinze metros de altura e

dezoito metros de diâmetro. Já pensou nisso? O que será que pode acontecer? Você é a sequoia. Coloque o teto sobre sua cabeça e você jamais será abundante, nem mesmo crescerá em todas as áreas. Sim, o salário é o teto, e ele é o inimigo do lucro, agora você entende?

Você tem ódio por despesas? Aprenda algo importante: custo gera receita, tem retorno, invista o que você puder. Despesas não têm retorno. É o que eu costumo falar para todas as pessoas que se envolvem comigo nos meus treinamentos ativacionais. O dinheiro é um bom escravo, mas um péssimo senhor. A dica poderosa é: não vá atrás do dinheiro. Ele precisa lhe obedecer, afinal, é para isso que servem os escravos. Você, quando era pequeno, já deve ter ouvido: “Respeite o dinheiro”, mas eu lhe digo: “não respeite o dinheiro”, e acrescento: “faça ele reproduzir”. Antigamente, os imperadores tinham sua figura impressa no dinheiro. O seu dinheiro tem a sua cara, você é o senhor dele. Agora, se o dinheiro é o que o move, você é quem? É o escravo. E aí, você é o senhor ou o escravo? Não deixe nada o dominar. Quando eu comecei a cuidar da minha vida, percebi que eu era escravo de muita coisa, e o senso de compreender que eu era escravo me libertou dessas coisas. Você também chegará lá, acredite!

Meu último recado é: abandone o controle financeiro. Parece mesmo algo doido, mas é isso mesmo. Abandone o controle financeiro. Se o princípio da contabilidade é fazer questão de todas as vírgulas, como abandonar isso? Sim, acorde. Você deve trocar controle financeiro por administração de riquezas. Sabe por quê? Porque controle financeiro com a mentalidade errada gera escassez e logo faz você cortar todos os recursos com os quais você pode explodir na vida.

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

Quem faz controle financeiro fica achando que todo dinheiro que sai é despesa, e isso não é verdade. Administração de riqueza é o quanto de dinheiro você vai empregar para ter retorno e saltos com esse investimento. Largue o controle financeiro para você perder a escassez, senão, você se tornará escravo do dinheiro. Todo ser que prospera é abundante, e ele faz administração de riquezas. Está pronto para isso?

### ATIVIDADE

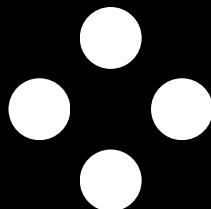
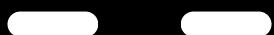
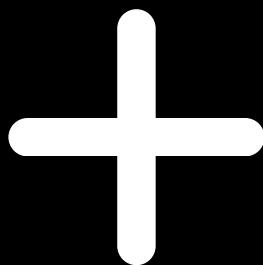
Quais são as dez despesas que você precisa abandonar e começar a fazer a sua administração de riqueza?




CAPÍTULO 6

Licenciado para:

# BLOQUEIOS EMOCIONAIS



O BLOQUEIO  
EMOCIONAL É  
TUDO O QUE  
O IMPDE DE  
PROSPERAR

Licenciado para:



## AQUILO QUE TEM TRAVADO SUA VIDA E VOCÊ NÃO SABE

Neste capítulo, falaremos sobre bloqueio emocional, aquilo que tem travado a sua vida e você não sabe. Eu sei que você tenta sair do lugar e não consegue. Sabe por que você não sai? Porque existem eventos emocionais, e esses eventos simplesmente bloqueiam o seu raciocínio. Seu cérebro precisa destravar nisso, porque alguns desses eventos aconteceram na infância e, desde então, geraram insegurança, medo e muitas outras coisas tóxicas dentro de você.

A sua tomada de decisão depende sempre disso. O que fazer com isso? Resolva agora. Você precisa urgentemente abandonar esse evento traumático de estimação que você cuida e alimenta com tanto amor e carinho, e ressignificá-lo.

Muitos pensam que para conseguir as coisas precisam apagar sua memória, mas não tem nada a ver, aliás, essa é

uma mentira, as pessoas precisam apenas ressignificar. E o que é ressignificar? É retomar o evento traumático e dar uma nova versão a ele.

Existe algo que se chama *ensaio mental* na programação neurolinguística. Se você acessa essa história e consegue acionar o poder de foco temporal que você tem no cérebro, você canaliza toda a sua energia no passado e consegue extrair a experiência de lá. De fato, as pessoas conseguem voltar naquilo que está acorrentando a alma delas e resolver a situação. É disso que você precisa.

O bloqueio emocional é tudo o que o impede de prosperar. Aquilo que o impede de crescer é como uma corrente nos seus pés, e você precisa se libertar correndo. Não deixe isso na sua cabeça, pois são várias áreas da sua vida que estão pedindo autorização para continuar avançando. Não deixe isso acontecer.

Deixe-me lhe contar uma história real. Você já observou o elefante no circo? Já parou para pensar em como um animal daquele tamanho, com tanta força, permanece dominado daquela forma? Antes de entrar em cena, ele permanece preso, quieto e contido somente por uma corrente que aprisiona uma das suas patas a uma pequena estaca cravada no solo. Essa estaca é só um pequeno pedaço de madeira, e, mesmo que a corrente fosse grossa, o elefante teria força para derrubar uma árvore com sua força, mas por que ele não se liberta? O elefante de circo não escapa pois foi preso a essa estaca ainda muito pequeno. O elefantinho, quando pequeno, pode ter tentado puxar a estaca, mas não conseguiu e se acostumou a ficar amarrado na estaca, balançando seu corpo para lá e para cá, eternamente, até seu momento de entrar no espetáculo. Acredite, você é esse elefantinho que teve a sua pata presa em uma

estaca (no seu bloqueio emocional) e você hoje é forte, grande, poderoso e tem muita força, porém se acostumou com a corrente presa na estaca de madeira. O que você fará com isso? Permanecerá sendo apenas o elefante no circo?

Muitos têm dificuldade em identificar um bloqueio emocional. Quer saber como fazer isso? Simples. Vá direto aos efeitos. Se você está inseguro, vá direto a um bloqueio. Como achar o bloqueio de forma simples? Vou contar uma outra história. Certa vez, durante o Método IP, havia um rapaz que era agressivo e muito bruto, e eu tentei mostrar de todas as formas para ele que havia algo de errado, e que ele precisava de ajuda para resolver isso.

A chave para encontrar o bloqueio geralmente está entre os sete e os quatorze anos de idade. Podem acontecer casos fora dessa faixa etária, mas a maioria ocorre nesse período. Esse rapaz, aos sete anos de idade, estava em uma cachoeira, o pai saiu para longe e ele viu sua mãe transando com dois caras. Obviamente a mãe não viu que ele havia visto a cena, mas aquilo gerou um bloqueio nele.

Sabe como acessei isso? Perguntei para ele com quem ele tinha problema, se era com o pai ou com a mãe. Com o pai ele não tinha problema e não reagiu; quando perguntei da mãe, a pupila dele se dilatou, mas ele não lembrava o motivo do bloqueio. Sabe qual o efeito? Era um homem que passou a vida inteira sem confiança na mãe, na avó, na esposa, na tia, ou em qualquer ser vivo que fosse fêmea. Ele achava que todas eram do mal, as colegas de trabalho ou qualquer outra mulher que se aproximasse dele. Ele carregava isso durante anos, tudo porque a mãe teve uma atitude que ele presenciou e gerou nele um transtorno.

Havia também uma moça que sempre tinha a sensação de abandono e sentia-se rejeitada pelas pessoas. Ela fez alguns desbloqueios com a minha equipe e alguns autodesbloqueios, mas, certo dia, em uma turma de São Paulo, ela teve a visualização de um desbloqueio. Ela passou o dia inteiro durante a ministração do meu curso desbloqueando pessoas, até que eu entrei na sala e ela começou o seu próprio desbloqueio. Ocorre que, quando criança, seu pai precisou trabalhar durante anos no interior para sustentar a família e a deixava com a mãe, que a espancava. Ela apenas se sentia abandonada pelo pai que precisava ir embora toda semana e a deixava para trás. Ela culpava o pai pelos espancamentos da mãe e também pelo abuso sexual que sofreu dos sete aos oito anos, pois pensava que, se ele não tivesse ido “embora”, nada aquilo teria acontecido. Ela só conseguiu se lembrar disso enquanto desbloqueava uma pessoa, em um dos momentos mais importantes do Método IP.

Durante o desbloqueio dela, me chamaram e disseram: “Pablo, precisam de você com urgência”, e a resposta dela foi: “Pode ir, todo mundo sempre vai!”, foi naquele exato momento que ela foi curada. Sabe o que aconteceu depois? Ela se tornou livre. Ela não era mais o elefante acorrentado. Ela simplesmente descobriu uma força gigantesca dentro dela e foi ‘pra cima’ do problema. O engraçado é que, algum tempo depois, o esposo dela a abandonou, simplesmente foi embora, sem dizer nada. O mais importante é que, se aquilo não tivesse acontecido em São Paulo, talvez ela não estivesse viva hoje para contar essa história de vencer aquilo que antes a aprisionava – o abandono.

Eu tenho centenas de histórias de pessoas que simplesmente se bloqueiam por conta dos outros. Sabe quem gera o

bloqueio emocional? Gente. As próprias pessoas se bloqueiam, com ou sem intenção. Eu já fiz mais de mil desbloqueios emocionais pessoalmente e nunca vi um que não fosse gerado por gente. Nunca vi ninguém bloqueado com coisas.

Em uma das minhas turmas do Método IP em São Paulo, um rapaz estava lendo de forma errada, como se fosse uma criança aprendendo a ler. No meio da turma, eu parei e perguntei: "Qual o nome da professora da quarta série que fez isso com você?" Ele se assustou, falou o nome dela e se desconectou dela e da história que gerou o bloqueio nele. Foi algo surpreendente. Sabe o que aconteceu? O rapaz começou a ler maravilhosamente bem. As pessoas que estavam na turma ficaram admiradas. Tudo o que impede você de sair do lugar é fruto de um bloqueio emocional. O que tem o bloqueado?

Qual o segredo para desbloquear? Tirar a pessoa da sua história, ressignificar, dar uma nova versão para aquela história; é liberar o outro para seguir e não acorrentar ninguém. Ressignificar é passar uma ponte. Quando passamos uma ponte por cima de um rio, não atrapalhamos o curso do rio, ele continuará lá, mas nós conseguiremos fazer a passagem. Da mesma forma é com o evento traumático, ele só não terá mais sentido, porque não precisamos enfiar o carro na água, podemos passar por cima da ponte. Isso é ressignificação. Você consegue entender isso?

Então, simplesmente pegue uma caneta e um papel e anote as coisas com as quais você tem insegurança. Tudo o que você tem é fruto de algum bloqueio, pode acreditar. Todas as áreas da sua vida em que você não sai do lugar são frutos de bloqueios emocionais. Talvez o evento seja pequeno, mas o problema é que ele está se conectando com uma

malha de tomadas de decisões dentro da sua cabeça. E o que aconteceu no passado e parecia pequeno afeta o seu agora.

Você que, por exemplo, não empreende, talvez tenha visto alguém da sua família quebrando, você viu alguma pessoa com alguma experiência de escassez e isso o deixa louco.

Cuidado com bloqueio. Se você viu pessoas passando fome, você busca muita estabilidade, e a estabilidade é perigosa (lembra que comentei sobre o teto na cabeça da sequoia?).

Você, por exemplo, que teve um pai que passou a vida inteira falando algo como: “Dinheiro é sujo, não pegue em dinheiro”, olhe na sua carteira aí agora, talvez você nem tenha dinheiro. Você vai ficar até que dia com isso? Existem frases ou atitudes de pessoas que você ama e o bloquearam e você nem sabe. Liberte-se disso já.

O ápice do Método IP no primeiro dia é se desbloquear do principal motivo que tem feito você paralisar no tempo.

Sabe qual o maior bloqueador do mundo? Infelizmente é o pai. A figura paterna geralmente é a mais canalha. Depois de entender isso e ganhar experiência nessa área, tornei-me um pai bem melhor.

Posso confessar para vocês que 80% dos bloqueios emocionais é com os pais, mas a figura do pai ganha disparado, então você, que é homem, vire homem de verdade, torne-se um homem de honra. Não fique enfiando bloqueios emocionais na sua esposa e nos seus filhos. Eles merecem o seu melhor e não o resto de quem você é.

A sociedade precisa de homens de verdade. Nada tem a ver com sexualidade, mas tem a ver com postura, com posicionamento: homens que não fogem de casa, homens que

não são agressivos, homens que não são passivos, homens que resplandecem a glória de Deus. Você me entende?

A sua família precisa de um homem viril dentro de casa e não de um cara machista, e nem um cara que é inseguro a ponto de precisar ter demonstrações físicas de brutalidade.

Entenda algo: se você não se livrar dos bloqueios, eles nunca vão deixar de escravizar você. Você sempre será o elefantinho.

### PASSO A PASSO PARA O DESBLOQUEIO

1. Sente-se em algum lugar onde ninguém o incomode;
2. Coloque as mãos no joelho, abraçando-os;
3. Verbalize o acontecimento, reproduzindo o comportamento real;
4. Substitua a história na sua cabeça, faça a ressignificação;
5. Libere perdão para a pessoa;
6. Desconecte-se dela, anule o efeito e a causa do evento e diga que está livre para prosperar;
7. Levante-se;
8. Respire bem fundo três vezes, com os braços abertos, e se abrace ao final;
9. Dê um grito de liberdade e se abrace por quarenta segundos.

A partir de agora você pode realizar o desbloqueio com você mesmo. Apenas acesse o evento e cumpra os mesmos passos acima. Você poderá encontrar uma situação em sua vida em que

já terá perdoado a pessoa referente, porém ressignificação não é perdão. Apesar de perdoar, você precisa refazer o caminho cerebral, pois tudo está em sua mente, é nela que precisamos implantar uma nova história daquele mesmo assunto.

## ATIVIDADE

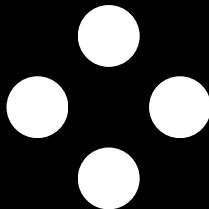
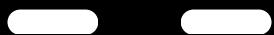
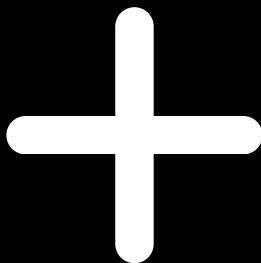
Você já estudou a fundo sobre PNL? É a forma de ensinar o seu cérebro a se comportar. Estude mais sobre isso e seja livre, agora.

Anote cinco bloqueios que você tem. Você mesmo poderá fazer o desbloqueio, por meio do estudo da programação neurolinguística.


CAPÍTULO 7

Licenciado para:

**NÃO PERDOE  
AS PESSOAS**



**PARE DE  
CARREGAR AS  
PESSOAS COM  
VOCÊ, É UM PESO  
GRANDE DEMAIS**



A ARTE DE NÃO CARREGAR NINGUÉM PARA A SUA VIDA.  
APENAS DEIXE AS PESSOAS SER O MELHOR QUE PODEM!

**S**ei que você pode estar achando o título do capítulo estranho, mas é exatamente isto: pare de perdoar as pessoas. Esse é um dos temas que mais tocam o meu coração. Responda-me você: Por que você precisa ficar perdoando as pessoas o tempo inteiro? Você não sabe por quê? É porque você carrega as pessoas.

Vou lhe contar uma história. Dois monges estavam andando na selva e uma mulher foi avistada e precisava de ajuda. Os monges têm o voto de não tocar em mulheres. Um dos monges ficou compadecido da situação, e atravessou o rio com a mulher nos braços. O outro monge começou a brigar com o que ajudou a mulher. E ele repetia incansavelmente: "Monge mau, você carregou a mulher, você carregou a mulher, e o seu voto?", e ficou o dia inteiro repetindo isso. Os dois estavam deitados para dormir, quando o monge que

ficou indignado com o outro por ter ajudado a mulher partiu para cima dele e colocou pressão no outro monge: "Monge mau, você estava carregando a mulher, monge mau, monge mau, por que você fez isso? Você sabe que não podemos encostar em mulher!" E o outro monge não falava nada, até que em um momento, disse: "Ei! Quem está carregando a mulher até agora é você, eu não sei do que você está falando". Uou! Que lição incrível!

Sabe qual o maior problema? Em 100% dos casos de bloqueios, as pessoas carregam umas às outras. Você precisa ser como o monge que ajudou aquela mulher a atravessar o rio e a deixou lá. E não como o outro que ficou falando nela o tempo inteiro.

Pare de carregar as pessoas com você, é um peso grande demais. Você sabe o que é mágoa, rancor, amargura, raiva, ódio? São estágios em que você vai afundando em ressentimento. Você cria situações para corroer seus ossos, tudo porque você deixa as pessoas entrarem na sua vida. Me diz, por que você faz isso?

O *Vá cuidar da sua vida* significa "não entre na vida dos outros e não deixe ninguém entrar na sua vida". Simples assim. Você sabe por que eu estou o direcionando a não perdoar mais ninguém? É para você não carregar essas pessoas. O que significa isso? Significa que você vai parar de ficar com mi-mi-mi. Você é vitimista porque você é amante do Lúcifer. Pare de carregar os outros, deixe as pessoas em paz.

Eu já venho operando nisso e estou lhe ensinando algo que já experimento. O Mestre falou para perdoarmos a mesma pessoa 490 vezes, em um único dia. Isso dá aproximadamente um perdão a cada três minutos. Já pensou,

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

a cada três minutos do seu dia você perdoando alguém? Você não conseguiria fazer mais nada na vida.

Mas por que Jesus falou isso? Para não ter a menor chance de você virar o dia sem perdoar alguém. Na própria Bíblia fala: “Irai-vos, mas não pequeis, não se ponha o sol sobre a vossa ira”, sabe o que significa? Nós precisamos simplesmente parar de ficar recepcionando os problemas das pessoas. Pare de ser um sugador interminável de problemas. Isso vai fazer você parar de perdoar porque as pessoas já estão perdoadas, você não vai carregá-las mais. É isso que você precisa entender. Você não vai mais carregar ninguém. O perdão é simplesmente fruto de ficar se sujando com lama para depois se lavar, aqui está o conselho valioso: não se suje.

Como fazer isso? Não tenha expectativa nas pessoas. Uau, como isso é poderoso! Se você não tiver expectativa nelas, você estará limpo. Mas se você estiver esperando coisas das pessoas, você vendeu a sua alma. “Pablo, e se o fulano decepcionar você?”. O que é que tem? O problema é do fulano.

O maior problema é que a maioria das pessoas têm uma expectativa grande demais na forma como os outros irão agir, e por isso se frustram. Pense da seguinte forma: o fulano só deu o melhor que ele tem. E é assim que você será livre. Além do mais, sabe o lado bom disso ter acontecido com você? Você acabou de crescer.

Adoro quando alguém me diz: “Marçal, eu me decepcionei com você”, eu respondo: “Sério? E você sabia que esse problema é só seu? Porque eu não lhe dei a chance e nem estou obrigado a não decepcionar ninguém, e lhe digo mais, eu sou muito pior do que você pode imaginar”. É triste isso? Só se for para você, porque é justamente isso que me faz não

carregar ninguém. Aprenda isso, ou então continue como você está, afinal, sua vida está excepcional, não está?

Aprenda: pare de perdoar as pessoas, porque, se você está perdoando demais, é porque você está ficando com rancor demais. Existe uma vida de não carregar ninguém, não ter rancor, não ter culpa, não ter ressentimento, não ter mágoa. Acredite, essa vida existe! Eu experimento dela todos os dias.

Sabe como eu cheguei a essa meditação? Foi em uma turma do Método IP em que eu parei um pouco e pensei: “Não faz sentido. Será que Jesus ficava o tempo inteiro perdoando por rancor dele, ou perdoando porque ele era Deus e perdoava a pessoa dos pecados que ela cometia?”. Jesus não tinha rancor das pessoas, Ele olhava para o coração delas. Ele olhava para as pessoas com a forma de Deus olhar, porque Deus colocou isso nele.

Você precisa aprender isso, ver as pessoas como elas são e como Deus as vê, não conforme sua experiência. Pare de enxergar através das lentes dos seus óculos, existem várias versões para o mesmo fato, mas existe uma verdade absoluta que é a forma com que o Criador vê cada um.

Parece um absurdo, porque você quer perdoar, não é? Eu posso lhe garantir, eu não tenho problema e não fico com rancor. Tem gente que fica com vergonha de mim, porque mesmo que ela me fira, ou faça qualquer coisa que me prejudique, eu não estou nem aí para a insegurança ou qualquer outra atitude dela.

Eu aprendi algo poderoso: pessoas baixas falam de gente, pessoas medíocres falam de coisas e pessoas extraordinárias falam de ideias. E eu não debato sobre pessoas, nem entro em situação para falar de coisas, meu negócio

é falar sobre ideias. Se você tiver oportunidade de viajar comigo, verá que é isso que eu faço o tempo inteiro, debato ideias. Não falo de gente e muito menos de coisas.

Muitas pessoas que já trabalharam comigo me chamavam de terrorista, porque eu as confrontava debatendo ideias, não caráter ou personalidade, e em seguida, nem queriam mais olhar na minha cara. Depois, quando eu as convidava para tomar um café, a pessoa ficava indignada, chamavam-me de terrorista, mas eu apenas tenho a arte de não carregar ninguém.

As pessoas precisam somente de amor. Você precisa amá-las. Se você só debater ideia, não carregará nenhuma pessoa nem ficará ofendido com nenhuma atitude que alguém possa ter para feri-lo. Se, a partir de hoje, você não quiser perdoar ninguém, não sinta rancor, nem se vitimize, nem somatize nada que não seja seu. Deixe o outro livre.

Isso faz sentido para você? Se sim, entre nessa ponte. Eu estou do outro lado o esperando, porque já estou praticando isso há alguns anos, e posso lhe garantir que a sensação de liberdade é incrível.

Quero lhe dar mais uma vez um conselho poderoso: quebre as expectativas que você alimenta em relação às pessoas. Talvez você vá para a igreja, por exemplo, achando que lá é um hospital. Pare com isso. Vá para levar algo de bom seu para as pessoas, não tenha expectativas com o que os outros podem lhe oferecer. Pare de cobrar coisas das pessoas.

Aprenda a tirar suas reservas mentais, que são as experiências negativas que você tem e que você carrega com você, e que fazem você querer julgar a pessoa de acordo com as

suas experiências. Deixe cada uma das pessoas serem o que elas quiserem ser. Isso é liberdade. Isso é amar de verdade.

Se você não carregar as pessoas, não precisará perdoá-las. Quando você libera perdão, é como se tivesse aprisionado alguém dentro de você e você a libera abrindo a cela da sua alma. É como se você fosse uma gaiola ambulante e cada pessoa aprisionada fosse um pássaro que fica se debatendo dentro de você querendo sair. Quantos pássaros tem na sua gaiola?

Quem ou quais são as pessoas que você está carregando? Liberte-as e pense: essa é a última pessoa que eu carrego, não irei carregar mais ninguém.

Não coloque expectativa em homens e em absolutamente nada, porque você é livre. Deixe as pessoas errarem, dê a elas esse direito, afinal, você também erra.

Quando alguém disser que está decepcionado com você, lembre-se de que essa pessoa não sabe quem você é de verdade. Você é pior do que as pessoas podem imaginar, isso trará cura para você.

Se você precisar usar 490 perdões, quer dizer que você magoou alguém 490 vezes. Há como levar uma vida sem perdoar as pessoas, é só não carregá-las.

É só dar às pessoas a chance de elas errarem. Seja compassivo. Você deseja isso? Essa vida de amor verdadeiro pelas pessoas? Uma vida onde você é livre e as pessoas também são?

## ATIVIDADE

Registre abaixo as sete pessoas e as sete situações que você precisa libertar da sua gaiola.

PESSOA	SITUAÇÃO

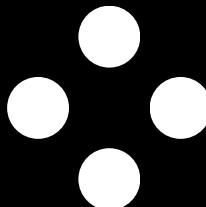
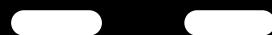
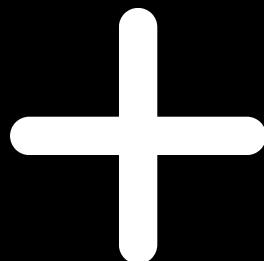
Licenciado para:



## CAPÍTULO 8

Licenciado para:

**SEJA SEU  
PRÓPRIO  
GARIMPEIRO**



**TODO SER QUE  
DESCOBRE ALGO  
PRECISA FAZER  
TAREFAS**



## CONFIGURE SEU CÉREBRO PARA PERGUNTAR E AGIR

**S**e você fizer as perguntas certas, você vai produzir as tarefas certas. Por isso é importante desenvolver a arte das perguntas. E como fazer perguntas? Pare de desejar fazer a pergunta perfeita. Apenas comece.

Esse processo vai ensiná-lo a canalizar energia, a aprender a potencializar ferramentas e transformar sua mentalidade para que você possa voar mais alto. Abra mão da sua reserva mental e ande com gente que tenha resultado e realidade de vida. Senão, você nunca chegará a esse patamar.

Se você extrai uma ideia de dentro de você, existe 90% de chance de dar certo, mas se outra pessoa sugestionar a ideia de coisas para você fazer, só existirá 10% de chance de sucesso nessa atividade. Você deve investir energia para extrair de si mesmo e produzir as tarefas que fazem sentido para você.

Deixe-me lhe contar uma história. Eu já morei em um garimpo em Paraíso do Tocantins, em 1996. Gasta-se muita energia na extração, perfurando o buraco, tirando pedras e explodindo-as com dinamite. Depois, tira-se mais pedra, água e lama, tudo em busca da esmeralda.

As tarefas certas, quando localizadas, são as pedras preciosas que fazem você se conectar. Do que você precisa? Encontrar a mina, e são as perguntas que levarão você até ela.

Você sabe me dizer qual foi o lugar que teve a maior extração de ouro do mundo? Provavelmente você responderá que foi o garimpo de Serra Pelada, mas garanto que não foi lá, e sim na mente de alguém que pensa.

Todo ser que pensa faz perguntas. Todo ser que desobre algo precisa fazer tarefas. Quando as pessoas fazem tarefas, simplesmente explodem na vida, afinal, as pessoas passam do estágio de conhecimento para o estágio da sabedoria, por meio do fazer.

Não conheço ninguém que tenha avançado na vida sem ter feito tarefas. Quando você faz o que deve ser feito, não há como não performar.

Você precisa saber o que o impede e, principalmente, ter claro qual é o seu alvo. Se você não tem um alvo, uma direção, qualquer caminho serve. Até quando você vai continuar levando essa vida?

Você precisa de resultados, e eles só virão se você executar tarefas. Não fique com as experiências dos outros, elas podem até ajudá-lo a crescer, mas levará mais tempo. Se você desenvolver a arte das perguntas, haverá uma transformação na sua forma de pensar e nas suas experiências diante das situações.

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

Busque suas próprias experiências a fim de alterar a sua realidade, pois ela afeta os seus resultados. Treinar o seu cérebro vai ajudá-lo a avançar. Faça perguntas e extraia o melhor de você.

### ATIVIDADE

Descubra o seu alvo e anote-o abaixo. Ele precisa ser específico.

Licenças para:

---

---

Liste os seus impedimentos. Eles são matérias-primas para você avançar na vida.

---

---

---

---

---

---

Para cada impedimento, estabeleça uma tarefa.

---

---

---

---

---

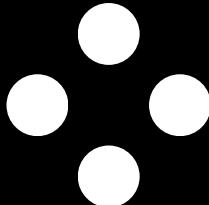
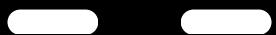
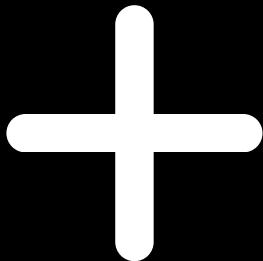
---



## CAPÍTULO 9

Licenciado para:

# SAIBA USAR OS SEUS DEFEITOS



SE VOCÊ É  
HUMANO, VOCÊ  
TERÁ DEFEITOS,  
ENTÃO SAIBA  
USÁ-LOS



## SEUS DEFEITOS SÃO BONS, MAS PRECISAM SER USADOS COM MODERAÇÃO

**V**ocê sabia que virtudes e defeitos são feitos da mesma matéria? Acredite em mim, você precisa dos seus defeitos. Você sabe qual é o defeito de uma pessoa que é autoconfiante? O defeito do autoconfiante é a arrogância. É tudo uma questão de sutileza.

Existe algo chamado potenciômetro de volume, uma chave capaz de aumentar ou diminuir a intensidade da altura do som. Se você colocar um potenciômetro em *flat*, ele fica em zero. Neste estado, quando você puxa um pouquinho para a esquerda, tem-se a qualidade, mas, se ficar um pouco para a direita, vira um defeito.

Você pode pensar: “Queria tanto ter só qualidades!”, mas precisa entender que seus defeitos são maravilhosos, são armas químicas, são bombas nucleares. Você não pode

usá-los o tempo inteiro, senão você fica insuportável, mas haverá o momento em que eles devem ser usados.

O que faz uma pessoa ser insuportável é ela ficar operando no modo defeito o tempo inteiro: fica de cara feia, é arrogante, estúpida, insensível, mal-amada.

Se você é humano, você terá defeitos, então saiba usá-los. Suas qualidades são somente balas de revólver 38. Seus defeitos são bombas nucleares.

Se você for fazer negócios com o Donald Trump, por exemplo, não conseguirá negociar usando somente suas qualidades, precisará usar seus defeitos também. Ele é um homem autoconfiante e faz uso de seus defeitos muito bem, muitas pessoas o interpretam como arrogante e, às vezes, ele realmente é assim.

Para entrar na realidade da outra pessoa, você precisa entender sobre mapa de mundo. Quando você vai falar com o arrogante, por exemplo, precisa falar no nível dele, caso contrário, ele o atropela.

Uma pessoa paciente, por exemplo, tende a se tornar burro de carga dos outros. A pessoa paciente se torna passiva, parada e sem atitude diante das situações, este é o seu defeito.

Vamos falar de Jesus para você compreender melhor o que eu digo. Jesus pecou quando se irou e jogou as mesas dos cambistas no cenáculo? É claro que não. Ele nunca pecou. Vou lhe dar uma dica: escolha as suas guerras. Jesus escolheu aquela guerra porque era uma guerra dele. Não entre em todas as guerras, pois você não tem armamento para isso. Escolha algumas e vá ‘pra cima’.

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

Vou lhe contar um segredo: você tem bloqueios emocionais porque você não explodiu na hora que deveria explodir. Acredita nisso? Você ficou com sua qualidade – sua bondade, foi passivo, e então se instalou um trauma. Você não sabe nada sobre o seu cérebro ainda, e esse é o problema.

Você quer avançar na vida? Saiba usar os seus defeitos. Uma pessoa que é alegre pode se tornar boba, e os outros poderão vê-la com outro olhar. Os defeitos e as qualidades são feitos da mesma matéria.

Se você souber usar o seu defeito, irá longe. Diversas vezes, tentar ser uma pessoa certinha só irá comprometer seu resultado final e seu sucesso. Você precisa também saber usar o seu defeito.

Você me pergunta: “Pablo, você ama os seus defeitos?”, e eu lhe digo: Sim. É exatamente nas minhas incoerências, nas minhas falhas que eu avanço na vida. Aprendo todos os dias com meus erros e fracassos a não ter as mesmas atitudes.

O ser humano tem uma coisa de necessidade de aprovação, em que ele depende dos outros e, por isso, não tem nem coragem de mostrar seus defeitos. Eu já me libertei disso há muito tempo, e é por experimentar essa liberdade que o chamo para entrar nesse barco.

*Aprenda o que eu estou lhe ensinando agora: a virtude é tão importante quanto o seu defeito.* Saiba usar esse armamento. Eu só avancei na vida quando deixei de ser “santinho” e comecei a usar o meu defeito a meu favor.

Pare de usar somente as suas qualidades, porque você não vai chegar a lugar algum usando somente elas. O seu defeito não é pecado, é uma explosão necessária, mas você não sabe usá-lo porque não conhece alguém que tenha

balanceamento emocional nem mesmo inteligência emocional e que saiba fazer isso. Você é a média das pessoas com quem você se conecta. Conecte-se a alguém que saiba fazer esse uso e você vai explodir na vida.

Você tinha medo dos seus defeitos? Não tenha mais. Aprenda a usá-los a seu favor.

### ATIVIDADE

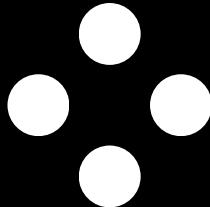
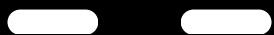
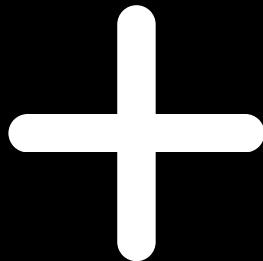
Liste os seus cinco maiores defeitos e suas cinco maiores qualidades.

DEFEITOS
QUALIDADES

CAPÍTULO 10

Licenciado para:

# RESPEITE OS PATOS



**COLOQUE PATOS  
NA ESCOLA DE  
ÁGUIAS, E OS  
PATOS FICARÃO  
FRUSTRADOS**



## VOCÊ NÃO PRECISA ANDAR COM ELES, MAS PRECISA RESPEITÁ-LOS

**P**are de andar com patos. Coloque patos na escola de águias, e os patos ficarão frustrados. Coloque águias nas escolas de patos, e as águias ficarão frustradas. Você que insiste em colocar patos com águias também ficará frustrado.

Patos gostam de lagoas, as águias gostam de altura. Patos e águias não andam juntos. É claro que isso é somente uma alegoria e eu não quero desvalorizar as pessoas. As pessoas são todas iguais perante Deus, mas você tem que entender algo: ou você voa como uma águia e com as águias, ou você fica na lagoa. O que você quer? Você tem o direito de escolher quem quer ser, ninguém pode obrigá-lo a ser algo que você não deseja ou que você não nasceu para ser.

Você sabe como identificar quem você é e identificar as pessoas com as quais você convive? Basta ver a limitação que

você vive hoje. As pessoas que o cercam pensam como águias? Elas voam? Elas têm liberdade? Os patos não têm liberdade de ir para onde querem. Precisam ficar nas lagoas, não podem percorrer grandes distâncias. São cheios de limitações.

Você é a média das cinco pessoas com quem convive. Você convive com águia ou com patos? Eu sei que há uma brincadeira no nosso país de que o pato é quem perde tudo. É porque o pato não tem uma grande habilidade, ele nem voa nem mergulha. E eu não sou contra os patos, cada um tem a sua função no reino animal.

Você quer ser um pato ou uma águia? A diferença está dentro de você e do que deseja alcançar. Você quer ser alguém que quer crescer na vida, investir em autoconhecimento, ou você quer ser um baladeiro? Não sou contra balada. Sou contra a pessoa fazer algo que não deseja ou que está fora do propósito dela, mas eu sou contra somente na minha vida, e não na dela. Sua vida é problema seu, porque cada um tem a vida que merece.

Até quando você vai andar com pato? Você sabe por que eu sei que você está andando com pato? Porque você não está voando. Era para você já estar alcançando novos voos e novas direções, conhecendo novos lugares e novas águias poderosas, no entanto, você fica preso a esses patos a vida inteira.

Você nem precisa dar nota para si mesmo, basta dar a nota para as pessoas com quem você anda, somar e dividir, e essa será a sua pontuação.

Só me permita lhe dar um último conselho: não seja pato. O pato não é extraordinário nas coisas que ele faz. A águia, sim, é respeitada por sua visão, ela enxerga de longe

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

e é temida no reino animal. Ela cuida da própria vida e não afina para pato algum nem para qualquer animal dos ares.

### ATIVIDADE

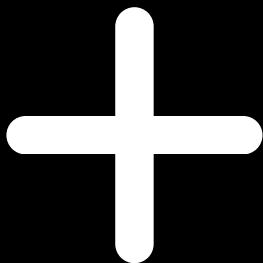
Liste as cinco pessoas com quem você mais anda. Analise cada pessoa como um todo e atribua uma nota de zero a dez. Some as cinco notas e divida-as por cinco. Essa média é você. Você é a média dessas pessoas.

PESSOA	NOTA (0 A 10)
TOTAL	
MÉDIA	

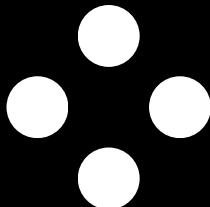


## CAPÍTULO II

# QUAL O CAMINHO CORRETO?



— — —



O ÚNICO CAMINHO  
QUE EXISTE É  
PARA DENTRO



## NÃO SE PERCA! VOCÊ PRECISA SABER QUE SÓ EXISTE UM CAMINHO!

**V**ocê sabia que só existe um caminho? Se você é cristão, já deve estar pensando: “É claro que só existe um caminho, aprendi na igreja”. Eu sei que você aprendeu na igreja, o problema é que você não vive suas próprias experiências. Você vive o que os outros lhe ensinam.

O caminho não é para a esquerda nem para a direita, sabia disso? Nem para frente, nem para trás, nem para cima, nem para baixo. O caminho é só um, e só existe ele. O caminho para tudo o que você procura está dentro. O único caminho é para dentro.

Muitas vezes focamos nas estradas e achamos que existe alguma coisa em especial nelas, mas não tem nada a ver. O caminho que você tem que percorrer é dentro de você. O único caminho que existe é para dentro.

Você pode argumentar: “Não. Jesus é o caminho!”, e eu lhe pergunto: É mesmo? E onde Ele escolheu morar? Dentro de você! Existe um problema sério com os seres humanos, pois eles querem somente aquilo que está fora deles. Pare com isso. Comece a olhar para dentro.

Um dia, Deus projetou morar com Adão e falou: “Adão, nós vamos morar aqui nesse jardim. Estamos juntos, vamos ficar a vida inteira juntos”, e Adão olhava para fora do jardim e pensava: “Acho que eu quero ficar lá fora, aqui dentro não”.

Sabe por que Deus colocou a árvore do bem e do mal no jardim e falou para Adão não comer daquilo? Porque aquela era a única forma de Adão sair de dentro do jardim (lembra-se que eu comentei no capítulo um sobre o “vá cuidar da sua vida”?).

E você sabe o que representa para Deus a árvore do conhecimento do bem e do mal? Você que é religioso pensa que era para punir Adão, não é? Pare de pensar limitadamente. Deus fez aquilo como uma verdadeira prova de amor.

Adão se sentiu amado por Deus porque amor é liberdade. Ele quis sair do jardim. E, passados alguns milênios, Jesus pensou: “Eu vou lá recuperar a amizade com esse povo de novo” e, quando morreu na cruz, entrou para morar dentro de você.

O jardim agora está dentro de você. E você aí, procurando todo o tempo, do lado de fora, aquilo que só encontraria do lado de dentro. Sabe onde está o problema? O problema está em você querer sair do jardim. Comece a focar dentro de você. Esse é o segredo.

Desde os meus onze anos de idade, eu provoquei a Bíblia, eu provoquei a Deus. Eu não suportava ficar rodeado

de gente mentirosa que falava de um evangelho que não vivia. Isto era algo que me deixava transtornado: pessoas religiosas que pregavam um evangelho de mentira e não viviam aquilo que ensinavam.

Este capítulo não é sobre religião, e se você quer saber um pouco mais, entenda que eu odeio religião. Religião não tem nada a ver com Deus, o Criador. A própria Bíblia diz que a verdadeira religião é cuidar dos órfãos e das viúvas, mas já que você não cuida dos órfãos nem das viúvas, vá cuidar da sua vida. Pelo menos você está dando menos prejuízo para a humanidade.

Pare de procurar fora enquanto está tudo aí dentro. O caminho é para dentro, olhe para dentro, procure dentro. Sabe o que significa isso tudo? Autoconhecimento. Quanto mais você conhecer a Deus, mais você vai conhecer a si mesmo, e quanto mais você conhecer a si mesmo, mais conhecerá a Deus.

Independentemente de onde você estiver, é só olhar para dentro. Não tem como você se perder se você já está aí dentro, e tudo o que você precisa mora e habita dentro de você. Só se perde quem sai, e o jardim está aí. Ele escolheu ficar.

Você nunca se perde, por mais que sempre exista uma estrada. O caminho nunca é a estrada, o caminho é sempre para dentro de você. Quando você compreender que tudo está aí dentro, entenderá que você não pode se perder, desde que faça a viagem do autoconhecimento todos os dias.

Você sempre terá algo novo para aprender sobre si mesmo. É só não parar de desejar e ter atitudes diárias para isso. Não esqueça: quando você se conhece, você também O conhece.

## ATIVIDADE

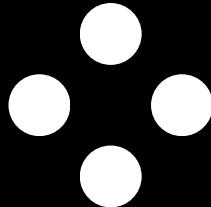
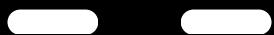
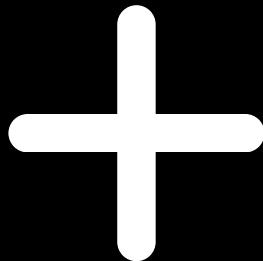
Você já fez algum curso de autoconhecimento?  
Se você não fez, pesquise um para fazer.

Escreva três coisas que você pode fazer, analise qual delas se encaixa naquilo que você deseja e aja.

CAPÍTULO 12

Licenciado para:

# A ARTE DE SER RIDÍCULO



**SE VOCÊ DOMINAR  
O RIDÍCULO,  
VOCÊ VAI TOCAR O  
TERROR NA  
SUA VIDA**



## DOMINE ESSA TÉCNICA PARA SE TORNAR LIVRE!

**V**ocê dá conta de controlar os pensamentos ruins que lhe deixam atormentado, aterrorizado? É claro que não! Na verdade, ninguém controla pensamentos, mas existe uma forma de transformá-los.

Certo dia, aconteceu algo comigo em Berlim, na Alemanha. A minha esposa disse que queria andar em Berlim sozinha, e eu pensei naquele momento: "Meu Deus do céu, imagina uma menina que nasceu em Mairipotaba, uma cidade do interior de Goiás, andando aqui. Ainda mais do jeito que ela é linda e exótica, bem diferente das alemãs!" .

Ela foi passear por Berlim, mas veio um pensamento ruim na minha cabeça, pois minha esposa é realmente linda, e alguns homens se emocionaram quando a viram caminhando junto comigo.

Veio à minha mente o seguinte pensamento: "Será que ela será raptada por esses homens que não têm amor-próprio?". O pensamento foi tão violento que eu queria saber como tirar isso da cabeça.

Sabe o que eu fiz? Pensei: "Meu Deus, eles vão raptar a minha mulher e vão colocá-la em uma indústria, tirar os pedacinhos dela, e vão colocar a foto dela na capa das caixas de iogurtes". Sabe o que aconteceu? Meu cérebro me disse: "Larga de ser ridículo, a história não é essa. A história que eu estava lhe contando é que você ficaria sem a sua esposa, e seus filhos não teriam mais a mãe", e eu respondi: "Ela será raptada para ser industrializada e distribuída em todos os supermercados da Alemanha". Sabe o que é engraçado? Quando você faz o ridículo, seu cérebro destrava.

Se você deseja desarmar qualquer pensamento, o alvo é: torne o pensamento ridículo. Se você dominar o ridículo, você vai tocar o terror na sua vida, porque nenhum pensamento vai pará-lo, acredite nisso.

Quando você transforma o pensamento, seu cérebro frena a produção de novas histórias porque ele não quer que você seja criativo. E ser ridículo libera a sua criatividade. Você precisa ser ridículo, divertido e infantil se quiser avançar na vida e conquistar seus alvos.

No entanto, a maioria das pessoas comprehende isso de forma errada. Acha que ser divertido, infantil e ridículo é coisa de criança. E quer saber? Você precisa mesmo ser como as crianças, pois elas herdarão o Reino dos céus. Seja simples de forma definitiva. Pare de ficar complicando as coisas.

O que bloqueia pensamentos ruins é a criatividade. Você não prospera porque quando alguém lhe diz que você

vai ser próspero, seu cérebro rebate: “Não vai ser, não, seu ridículo. Você é pobre e você vai continuar assim, pobre”.

Sabe o que você tem que fazer? Ser ridículo, este é o segredo. Imagine-se em uma piscina de dinheiro, e você agora é o tio Patinhas. Faça algo, mas seja ridículo. Imagine-se pulando em uma banheira de moedas de ouro, por exemplo.

Existe uma vida de gestão cerebral. O viés disso é usar a sua criatividade. Quando lhe vier um pensamento ruim, transforme-o imediatamente em algo ridículo em sua mente, em uma história absurda que não tem possibilidade de acontecer. Isso é ser mais ridículo do que o próprio cérebro pode imaginar.

Você vai, sim, prosperar, você vai comer o melhor desta terra, você vai fazer tudo o que você nasceu para fazer, mas, quando o seu cérebro disser que você é ridículo, transforme o pensamento em algo mais ridículo ainda, assim você sempre estará à frente. É uma batalha de quem é mais ridículo, porque seu cérebro aprendeu e lhe ensinou a não ser ridículo.

Você sabia que as pessoas mais criativas do mundo são ridículas, infantis e criativas? E é por isso que elas prosperam e crescem em todas as áreas. E é por isso que eu lhe contei esse segredo.

Seja ridículo. Para exercitar isso, faça a tarefa contida neste capítulo para que você possa vencer definitivamente essa necessidade de aprovação e experimentar coisas maravilhosas.

## ATIVIDADE

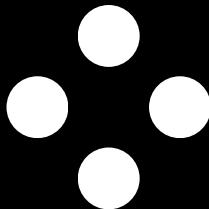
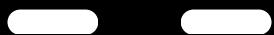
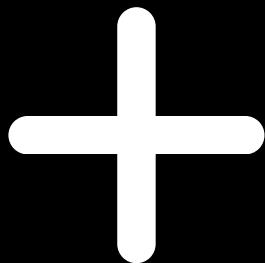
Defina uma atitude que você terá para romper com a necessidade de aprovação e aprender a ser ridículo.

Licenciado para:

## CAPÍTULO 13

Licenciado para:

# NÃO TENHA DÓ DAS PESSOAS



O QUE BLOQUEIA  
PENSAMENTOS  
RUINS É A  
CRIATIVIDADE

Licenciado para:



## APRENDA O SIGNIFICADO DA COMPÁIXÃO

**V**ocê tem dó das pessoas? Já começo este capítulo lhe dando uma das minhas maiores pérolas de vida: não tenha dó das pessoas.

Existe uma diferença entre ter dó e ter compaixão. As pessoas que têm dó ficam carregando as outras a vida inteira, e nós já aprendemos aqui neste livro sobre carregar os outros e o quanto isso se torna pesado demais, por outro lado, se você tem compaixão, você produzirá uma ação.

Certa vez, voltando da Alemanha, minha esposa viu no aeroporto uma chinesa bem pobre, mas bem pobre mesmo! Ela me perguntou se eu não ficava com dó da senhora, e eu respondi que não. Naquele momento, começamos uma discussão sobre dó e compaixão.

Sabe o que eu percebi? As pessoas querem que o sentimento que elas têm o outro também tenha. E isso

nunca vai acontecer. Somos únicos, somos individuais e possuímos características peculiares. Contudo, isso desatravou algo poderoso em minha mente: eu percebi que não tenho dó de ninguém.

Sabe qual foi o *insight*? Quando você tem dó das pessoas, você simplesmente as carrega e não faz nada por elas. Quando você tem compaixão, você para o que está fazendo naquele mesmo momento e produz uma ação pelo próximo.

Minha esposa ficou comovida e ficou sensível, porque ela é uma mulher maravilhosa, e começou a chorar e a falar: “Mas ela precisa de ajuda, ela é pobre, ela não deve se sentir amada”, e eu disse: “Vamos transformar seu sentimento de dó em compaixão”. Ela não concordou que sentia dó. Eu falei: “Se você não sente dó, vá lá agora e faça algo por ela. Diga que ela é linda, compre um presente para ela, dê um abraço, faça uma oração por ela”. E, naquele momento, eu mostrei para minha esposa que, quando sentimos compaixão, sentimos também no coração um direcionamento para produzir uma ação. E minha esposa tomou a decisão de orar por ela. Ela conseguiu transformar a dó em compaixão e produzir uma ação por aquela senhora.

Eu estava lendo um livro e continuei minha leitura, porque eu não senti compaixão. E dó eu já não sinto. Entende? Deixe-me lhe contar um segredo: quando você sentir compaixão, não deixe de fazer o que deve ser feito imediatamente. Imediatamente!

Quando seu coração tocar de forma diferente, acredite, você precisa entregar isso ao outro.

Há pessoas que me pedem dinheiro no sinaleiro e ficam esperando receber moedas. Eu não dou nenhum dinheiro

por comoção, mas quando eu sinto, eu faço. E quando faço, não entrego apenas moedas, entrego dinheiro suficiente para que elas tenham uma refeição digna.

Às vezes, Deus toca no seu coração para abençoar alguém que está precisando de algum dinheiro, de uma ajuda em algo. Então, fique atento. A diferença entre dó e compaixão é que, na compaixão, você produz uma ação. Quando você tem compaixão, você fará algo e nunca carregará a pessoa.

Houve uma situação em que pedi uma informação a um senhor e lhe fiz uma pergunta. Ele começou a gaguejar. Ao final, agradeci as informações e perguntei: "Você sabe por que você gagueja?", e ele disse: "É a minha ansiedade!", eu respondi: "Não é isso. O problema é a sua impostação vocal, a postura da sua cabeça, e o fato de você ser um 'cordeiro', uma pessoa muito mansa e que se sente inferior aos outros. Você quer ser curado?". Ele respondeu que sim e eu ensinei como ele deveria se portar para que sua voz mudasse. Ele foi curado instantaneamente. As coisas são mais simples do que você imagina.

Eu não sou curandeiro, acredite, e também não quero ser o seu guru, mas eu sou movido por um espírito que me direciona. Eu sou amigo pessoal do cara, e ele sempre me diz o quê, quando e onde fazer. Por que você não busca ter a mesma intimidade que eu, em vez de ficar impressionado em como eu faço isso?

A história começou na Alemanha, mas terminou em Guarulhos, com o caso do rapaz que era gago. A diferença entre dó e compaixão foi uma das coisas que aprendemos. Eu e minha esposa aprendemos muito com tudo isso.

Se eu tenho dó, eu carrego, me emociono e não faço nada, entretanto, se eu tenho compaixão, posso até me

## PABLO MARÇAL

emocionar, mas farei algo por alguém. Dó é mais um sentimento que me faz sentir sensibilizado a troco de nada, pois não produzirá nada. Ou seja, dó é uma toxina.

Cada sentimento que você tem precisa de uma ação, caso contrário você será intoxicado e se tornará um zumbi.

### ATIVIDADE

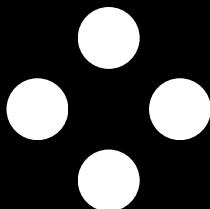
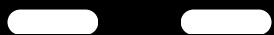
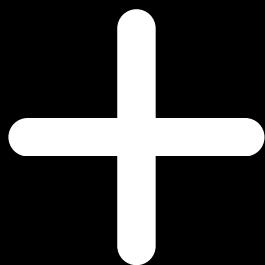
De quem você tem sentido dó? Qual ação você fará para transformar a toxina dó em uma ação de compaixão?

PESSOA	ATITUDE DE COMPAIXÃO

CAPÍTULO 14

Licenciado para:

# O DIABO O AMA



O DIABO SÓ ODEIA  
PESSOAS QUE  
SÃO LIVRES



## MAS É VOCÊ QUEM PRECISA TERMINAR O RELACIONAMENTO COM ELE.

**V**ocê não tem preparo emocional nem espiritual para ler o que eu vou escrever aqui: O diabo o ama. E esse tema toca muito o meu coração porque eu consigo ver as pessoas que estão casadas com o diabo e querem continuar nesse relacionamento.

Eu sei que alguns de vocês que são religiosos já cansaram de ouvir que o diabo o odeia. E vocês falam: “Deus é que é o amor, só Deus me ama”, mas eu vou lhe falar uma verdade: quem o ama é o Diabo!

Sabe por quê? Porque ele não precisa gastar energia com você, você faz tudo sozinho. Quando ele pensa em agir para destruir alguma área da sua vida, você mesmo já fez isso.

Você não precisa da ajuda do diabo. Ele o ama porque você é bloqueado em várias áreas da sua vida, e ele não precisa ficar patrocinando nem mandando demônio atrás

de você nem nada. Você já é sua própria assombração. Você já paralisa a si mesmo.

Antigamente, falava-se em assombração e essas coisas, e realmente, na época antiga, as pessoas chegavam a ver isso, mas por que isso não existe mais hoje? Você sabe? Porque você já é sua própria assombração. Você está aí para isso, para assombrar sua vida, para bloquear a vida dos outros e nem sequer se importar com o que tem feito.

Este capítulo não tem apelo emocional, é somente uma verdade: o diabo o ama porque você tem parte com ele. Você é casado com ele e nem sabe! Você que experimenta improdutividade, procrastinação e todas essas coisas, por mais que você não aceite, você é sócio do diabo, amigo íntimo dele.

O diabo só odeia pessoas que são livres. Sabe quem são as pessoas que ele ama? As alienadas, as pessoas que não pensam por si mesmas, as pessoas que dependem o tempo inteiro de pensamentos de outras pessoas para elas pensarem. As que dependem de aprovação social, as que não fazem o que precisa ser feito por timidez, orgulho, soberba.

Você não sente nojo dessa desgraça o amar? Você quer ser obediente a Deus, mas é obediente parcialmente, e sabe o que isso significa? Desobediência. Quando você é desobediente, arruma alguém para ser seu fã: o diabo.

Então você me diz: "Ah, mas o diabo não existe". Sua ignorância acerca de qualquer assunto não invalida a existência dele. A sua ignorância é somente a distância acerca do assunto que você não entende nada. Sim, ele existe, e ainda é seu amigo!

Vou lhe dar um conselho: não deixe esse cara amar você, pois ele não sairá do seu pé. Você já viu como fica

uma pessoa que ama a outra? Apaixonada, quer ficar junto o tempo todo.

Mas como ele pode amá-lo sendo mau? Ele o ama da forma dele, dando-lhe miséria, que é a linguagem de amor dele. Dando-lhe inveja. Dando-lhe preocupação. Dando-lhe desculpas. Dando-lhe fofoca. Essa é a forma com a qual ele o ama, e você está aí, aceitando esse amor nojento porque nunca experimentou algo melhor, nunca experimentou um amor que não o usasse, e acaba aceitando o amor do diabo porque é assim que você aprendeu a viver, implorando por um pouquinho de aprovação.

O diabo o ama, acredite. Você tem coragem de falar “eu me sinto amado pelo diabo”? Se você conseguir repetir isso, é porque a sua vida está uma desgraça. E, pelo visto, você não fará muitas coisas para mudar ou melhorar, não é mesmo?

Você precisa ficar indignado, porque sua alienação está em um nível tão grande que você não consegue sair do lugar. Você está paralisado. Se o diabo não o odia, é porque ele é seu parceiro.

Sabe qual o problema quando o diabo odeia alguém? Ele não quer nem chegar perto, porque ele sabe que não adianta. Se você tem uma vida de miséria nas doze áreas da sua vida, sabe qual é o problema? É porque o diabo ama você.

Há uma história bonita na Palavra que conta que quando Moisés foi negociar com o faraó a libertação dos hebreus escravos, o faraó ficou sensibilizado, mas disse: “Pode ir, mas vá só você, Moisés”. E, então, Moisés insistiu para ir todo mundo, e o faraó disse: “Então vá só você e as mulheres, deixe os meninos e os cabritos”. Independentemente da sequência e da ordem em que foi, o resumo é que o faraó

no final disse: “Vai todo mundo então, mas deixe os bens”. E Moisés não abriu mão. Quando os hebreus partiram, levaram todos os bens e ainda levaram o ouro que receberam dos egípcios e adoraram a Deus no deserto.

Sabe o que é mais bonito? Na hora de ir embora, Moisés disse: “Não vai ficar nenhuma unha para trás”. Uau! Além de ir embora, levando em liberdade todos que estavam com ele, ainda foi recompensado com ouro do “inimigo”.

Qual é a unha que você está dando para esse cara? O maior diabo que existe é você mesmo, você que cria os seus próprios problemas. Existe uma entidade chamada diabo? Óbvio. Satanás é o nome dele, mas você que tem parte com ele já está fazendo o trabalho dele, e ele lhe agradece por isso.

Enquanto você não sentir nojo, ou se você não vomitar depois deste capítulo, acredite: você não quer provocar uma mudança dentro de você. Meu livro é ativacional, e não motivacional. Não estou fazendo nenhuma gracinha para você. Eu quero lhe transferir a indignação que eu tenho por você não bater seu próprio resultado.

Não é questão de ganhar dinheiro, mas de ter uma vida abundante, uma vida transbordante, uma vida livre. Pare de ser limitado, pare de ser bloqueado. Pare de ser essa pessoa enjoada. Pare de ser alguém que briga com todo mundo. Pare de ser amado pelo diabo.

O diabo ama você, não é? Continue assim que você vai ver como é a linguagem de amor dele. Ela é um pouquinho diferente da que você está acostumado a perceber em pessoas apaixonadas. O negócio dele é lixo, é *dark*, é *trash*. Você vai ver: ele vai levá-lo tão fundo até matá-lo.

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

Você quer sair disso? Faça alguma coisa agora. Faça algo diferente. Comece a gritar onde você está e saiba que isso já é um bom começo. É sério. Isso é escolher as próprias guerras. Isso é alguém que acabou de descobrir que é escravo e quer sair disso. Não deixe esse cara amar você. Não deixe esse cara nem chegar perto de você. Vá cuidar da sua vida.

Você não precisa fazer um ataque contra o diabo, pois ele já está condenado. Somente vá cuidar da sua vida. Você não precisa fazer nada com ele, só pare de ser amante do diabo, só isso, porque ele o ama. Então aprenda que o amor dele não é como o amor do Criador.

Seja livre!

### ATIVIDADE

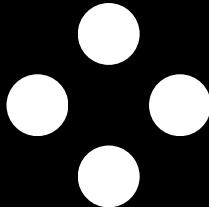
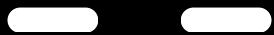
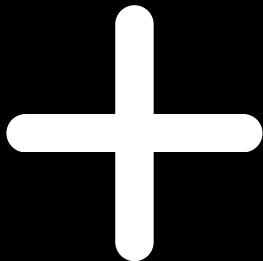
Quais são as três coisas que você precisa abandonar para deixar de ser amante do diabo?




## CAPÍTULO 15

Licenciado para:

**VÁ PARA A  
GUERRA!**



O CÉREBRO É UMA  
CALCULADORA  
E, EM TODA  
RELAÇÃO  
INTERPESSOAL,  
EM TODAS AS  
CONEXÕES, ELA  
FARÁ A CONTA



## ESCOLHA AS SUAS GUERRAS E ECONOMIZE SUA MUNIÇÃO!

**P**or que *Vá para a guerra?* Existe uma síndrome do cordeiro que faz as pessoas jurarem que estão em paz. Contudo, existem dois tipos de paz, você sabia disso? A primeira é a paz do raciocínio; a segunda é a paz da mente, do entendimento, que faz a conexão do raciocínio com a inteligência emocional.

O seu cérebro vive de experimentação, e, em toda experimentação, haverá uma checagem de algo no passado. Se, por exemplo, você está com uma energia de dez pontos positivos e alguém vem com a energia negativa de vinte, o resultado final será negativo (-10), então você explode. Toda vez que a equação racional ficar negativa, você terá um comportamento irracional, e andar pelo raciocínio é terrível.

Por isso, lhe digo: vá para a guerra! Por que ir para a guerra? Porque só alcança a paz quem vai para a guerra. Mas qual guerra?

A primeira guerra que você deve correr para combater e derrubar é a guerra da ignorância. Só experimenta a paz aquele que ama a sabedoria. A maior alienação que existe é a ignorância, e as pessoas a amam e fazem cultos diários a ela: pedem todos os dias para sentirem paz, pedem a alegria do lar próspero... Mas eu as entendo, eu também já fui ignorante. Fato é que seu raciocínio nunca lhe deixará ter paz.

A essa paz que as pessoas falam: "Eu estou bem, obrigado!", basta que você ponha o dedo em seu calo ou ferida para que já gritem. Aí você pergunta: "Por que gritou? Você não estava em paz?". Existe uma expressão bíblica que diz que a paz que excede todo entendimento é aquela que precisa perfurar o raciocínio.

Observe: você, por exemplo, afirma e fica repetindo que não gosta de mentira. Claro, qualquer pessoa normal não gosta de mentira, no entanto, de tanto exaltar isso, quando alguém mente para você, você fica magoado. Você é louco? Por que ficar magoado se o mentiroso é o outro?

A pessoa vem com uma energia negativa de -30, você está com sua energia de 10, fica com -20 e afirma: "Emburrei". Se ela é mentirosa, perfure o seu raciocínio. Da mesma forma, quando alguém não lhe dá bom dia, não se deixe afetar por isso. Aprenda a ser maior.

O cérebro é uma calculadora e, em toda relação interpessoal, em todas as conexões, ela fará a conta. Nos próximos anos, várias profissões deixarão de existir, isso se chama disruptão, mas o que jamais vai deixar de funcionar é a

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

leitura das pessoas, de sua linguagem não verbal. Aprenda e estude sobre isso.

Mas por que eu falei para você ir à guerra? Porque você vive em uma nação que não tem muitos históricos de guerra – se você fosse israelita, conviveria mais com a guerra. Qual foi o único rei de Israel que viveu todo seu reinado em paz? Salomão. Uau! Estude sobre esse cara e sobre tudo o que ele viveu e como acessou a sabedoria.

Salomão foi o rei que viveu todo o seu reinado em paz. Você acredita? Eu, querendo saber o porquê, fui atrás. Seu pai foi quem mais provocou guerra, o rei Davi. Só tem paz quem vence a guerra. Então, Salomão só viveu em paz porque seu pai venceu a guerra. Compreende?

Eu costumo falar que as pessoas precisam amar problemas, afinal o maior problema do mundo são elas mesmas, e elas precisam se resolver a cada novo dia. Todavia, se você realmente não for à guerra, nunca vai experimentar a paz, ficará apenas no campo do conflito. Não há como voltar atrás. Vá ‘pra cima’! A maioria das pessoas está em guerra. Contra o que você está em guerra?

Suponhamos que você está em guerra no campo financeiro. Diga-me, o que você faz? Vive como um desertor, fugindo, não estuda nada sobre finanças, não lê livro algum, não quer andar perto de gente próspera e vive com limitação, vive na pobreza. Pobreza é limitação, improdutividade não tem nada a ver com falta de dinheiro.

Vá para a guerra! Escreva em um papel aquilo que você quer. Enquanto você não escreve, aquilo não existe. Essa será a sua guerra.

Contabilizei com minha esposa e vimos que realizei mais de trezentas palestras somente no ano de 2018, completando a carreira. Combati o bom combate.

Coloque como foco o que você realmente deseja e faça o que precisa ser feito. Pare com as desculpas. Você precisa avançar e crescer.

Combater o bom combate é guerrear. Completar a carreira é chegar no campo de batalha e nunca perder a fé. Davi só se tornou rei porque fez algo, ele foi para a guerra. O Criador já o tinha chamado porque o conhecia, mas se ele não tivesse ido para a guerra, a coroa iria para outra pessoa.

Eu liderei mais de cinco mil pessoas na empresa em que trabalhei. Lembro-me da guerra que foi, eu fiquei quatro dias acordado arrumando um banco de dados que levaria quase trinta dias para uma pessoa normal conseguir.

Muitas pessoas não entenderão certas atitudes suas, mas ficarão pasmas com o resultado que você apresenta. Foque na atitude que precisa ser tomada, e só poderá ser tomada por você.

Comece a odiar despesas, abra novas rendas, envolva-se com pessoas promissoras e prósperas. Busque a paz, não pare. Esqueça as experiências negativas, tire as crenças limitadoras e avance. Vá ‘pra cima’!

Coloque seu corpo para lhe obedecer. A guerra é entre a carne e o espírito. Aquele que você alimentar vence a guerra.

## ATIVIDADE

Escreva abaixo três guerras que você precisa enfrentar e três ações imediatas que você iniciará.

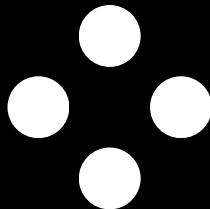
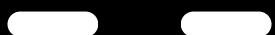
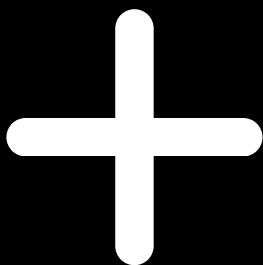

Licenciado para:



CAPÍTULO 16

Licenciado para:

# OS PROBLEMAS SÃO A SUA SOLUÇÃO



**PROBLEMA É  
AQUILO QUE  
SEMPRE CARREGA  
UMA RECOMPENSA**



## VOCÊ SÓ SERÁ LEMBRADO POR DUAS COISAS: OS PROBLEMAS QUE CRIOU E OS QUE RESOLVEU

Já parou para pensar por que você precisa criar problemas? A quantidade de problemas que você cria demonstra o quanto você deseja ser livre. Problema é aquilo que sempre carrega uma recompensa.

No seu cérebro existe uma área que deseja recompensa, então nada com que você se envolva que não tenha recompensa você vai querer terminar. Pode até ser que você comece, mas é possível que você não termine o que começou.

Você será lembrado pelos problemas que criou e pelos problemas que resolveu. Se fosse para colocar agora em uma balança, você mais criou ou mais resolveu problemas? Escute um conselho: crie problemas e resolva todos eles. Nunca fuja de um problema. As pessoas que não resolvem problemas ficam muito admiradas com as outras que conseguem resolvê-los.

Antes de qualquer coisa, ame problemas. Você sabe qual é o maior problema do mundo? Sim ou não? Você pensou em alguém, não é mesmo? Vá para a frente do espelho agora, e reconheça que o maior problema do mundo é você.

Arrume o maior problema do mundo todos os dias. Primeiro ato diário: resolva-se. Ative seu relacionamento com o Criador, ative a sua gratidão e avance colocando o seu corpo para lhe obedecer.

Preste atenção: crie problemas. Como você pode criar problemas? Monte seu próprio negócio. Vá estudar. Alie-se a pessoas que já têm os próprios negócios, porque esse problema será poderoso e vai lhe dar uma recompensa muito boa. Você pode me falar: “Eu já fiz isso e quebrei!”. Pois é, você não mirou na recompensa, por isso desistiu rápido. Não há problema algum em você cair.

Inteligência emocional não é evitar quedas, mas não perder o *timing*, levantar-se com rapidez. Não tenha medo do fracasso, não tenha medo de absolutamente nada. Pessoas que amam problemas levantam-se imediatamente.

## ATIVIDADE

Crie problemas e resolva-os o mais rápido que você puder.'

Escreva uma lista dos seus cinco maiores problemas e saiba que, por trás de todos eles, está você. Por trás de pequenos problemas, sempre existirá um problema maior, e esse problema é você. Crie problemas!

Licenciado para:


Certo dia, estávamos em uma ilha no rio Araguaia, e o gerente da nossa fazenda disse: "Eu que não queria ter todas as coisas que vocês têm, porque seria problema demais, dor de cabeça demais para mim". Se você quer ser próspero, deixe-me lhe falar algo: Não conheço ninguém que seja próspero e que não ame problemas. Você sabia disso?

Você acha lindo falar que não tem problemas, mas a prosperidade é um problema gigante, pois você tem que estudar

para seu imposto de renda ser regulado, tem que estudar para que seus filhos queiram assumir os seus negócios...

Eu tenho um amigo que tem uma Lamborghini Aventador de 700 cavalos. Eu já tive um relacionamento com essa máquina – para ligá-la, parece que você vai acionar um míssel. Essa máquina consome um litro de combustível para andar quinhentos metros. Diversas vezes eu pergunto: Quem quer esse carro? E muitas pessoas nos meus treinamentos dizem: “Deus me livre!”. Pare de ser bobo, um carro deste está avaliado em cinco milhões de reais, qual o problema de gastar um litro de combustível para andar quinhentos metros?

Sempre que alguém disser: “Nossa, isso está caro！”, pense diferente: “Ainda não estou no valor de pagar isso”. Posicione-se, mude sua postura, capitalize e volte para comprar o que você deseja. Caso contrário, gerará uma mentalidade de escassez. A recompensa de um problema chamado Lamborghini é ouvir o motor mais poderoso da terra roncar a uma velocidade que você não experimentou até hoje.

Sabe os problemas de matemática que sua professora da quarta série passava e você ficava assustado sem saber o que fazer? O problema nunca esteve no papel. O problema sempre esteve em você.

Às vezes, você, além de ter a experiência negativa, é vitimista e culpa a professora, o enunciado e o papel. Nenhum deles tem culpa. A culpa é sua. Pare para pensar e reconheça que o problema é você e busque a recompensa atrás de cada problema.

**ATIVIDADE**

**QUAL É O SEU MAIOR PROBLEMA?**

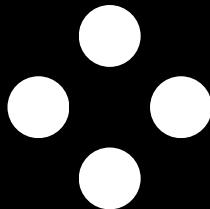
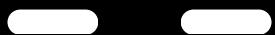
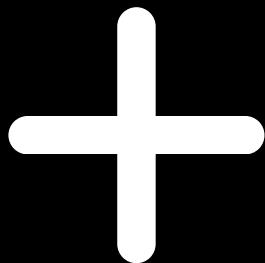
Licenciado para:



CAPÍTULO 17

Licenciado para:

**NUNCA TENTE  
APAGAR O SEU  
PASSADO**



NÃO TENTE  
APAGAR NADA,  
SÓ RESSIGNIFIQUE



## APAGAR O PASSADO É PEDIR PARA REPETIR OS MESMOS ERROS

**V**ocê não precisa nem pode esquecer o seu passado, pois quem esquece o passado e quer abandoná-lo corre o risco de cometer os mesmos erros.

O que você precisa é crescer em maturidade. Seja o seu passado catastrófico ou maravilhoso, entenda que o passado sempre é bom. O que não é bom é você revivê-lo.

O passado é como uma biblioteca: você não precisa abrir todos os livros. Se você tem um passado, quando precisar acessá-lo, basta caminhar pelos corredores da biblioteca, puxar a etiqueta, pegar o livro e começar a observar o que tem lá para você. Agora, não tente ler todos os livros da biblioteca, ou não tente viver na biblioteca.

Como já comentei anteriormente, pessoas que vivem caminhando pelos corredores dessa biblioteca e vivendo a

nostalgia acabam se tornando depressivas. Sabe o que isso significa? Não conseguem focar no hoje e no agora.

Já parou para pensar por qual motivo as bibliotecas do mundo inteiro se parecem? É um lugar sombrio, um ambiente sério. Sabe por quê? Porque todos aqueles livros estão fechados e não é aplicado nenhum dos conteúdos que estão neles. Quando você abre o livro, abre a boca, abre sua mão para a ação (e, geralmente, fora da biblioteca), as coisas se tornam diferentes. Coisas sobrenaturais acontecem.

Repto mais uma vez: não se esqueça do seu passado, porque senão você estará correndo um grande risco de cometer os mesmos erros.

Deixe-me lhe ensinar algo. Quando você tem um passado e não gosta dele, é preciso construir uma ponte chamada ressignificação. A dica do capítulo é: pare agora de tentar apagar seu passado. Não se esqueça de que o seu passado é bom, pois ele é uma biblioteca com o seu registro de aprendizado.

Sabe todas as vezes em que você falhou na vida? Tudo isso é bom, pois foi a falha, a incongruência que gerou em você maturidade. Existem pessoas que vivem atrás do passado, buscando histórias para que as possam corrigir. Não mexa com o passado.

Seu passado é bom, independentemente dos resultados. Ele é bom para você não cair nos mesmos erros. Quer ter inteligência emocional? Não caia nos mesmos erros! Esteja livre!

Sempre falo para todas as pessoas que se conectam a mim: deixe-me livre para errar. Não estou patrocinando o erro nem mesmo querendo que você leve uma vida desconcertada. Depois de ter mudado mais de cinquenta hábitos e

ter transformado a minha vida, eu só não quero que ninguém fique olhando para mim como se eu não pudesse errar.

Eu, Pablo, já fiz muitas coisas erradas e, se eu as contasse aqui, talvez você rasgasse este livro pensando: Amém, achei que ele era perfeito! Sabe quem estava achando isso? Você! Não faço questão de apagar meu passado, pois foram as incoerências que me fizeram mudar de rota.

Você precisa pegar o seu passado e fazer com que ele entre na balança, pois só assim o produto será diferente daqui para frente.

O que você pode pegar desse passado? Foi uma lição? Foi um abandono? Não apague isso. A ressignificação não tem um botão de *delete*, a ressignificação é deixar de experimentar aquilo.

Quando eu estive em Zurique, na Suíça, a primeira coisa que fiz foi entrar em uma biblioteca. Lá parecia um palácio, e havia muitos livros antigos. Deixe-me lhe dizer algo: não queime os livros. Não seja imbecil de queimar a sua história, agora é mais simples, basta tirar o significado daquilo que você viveu. Sua vida é como a biblioteca de Zurique: poderosa, e precisa ser preservada. Não tenha medo de bibliotecas, apenas não queira morar lá.

Quando você era criança, se, por exemplo, alguém o humilhou, não o ajudou, simplesmente aconteceu de você não ter ficado feliz naquela situação. Isso faz algum efeito hoje? Se não o afeta, tudo bem.

Suponhamos que seus pais tenham se separado e você diga: “Meus pais se separaram e isso me afeta até hoje”. Não é a separação dos seus pais que o afeta. O que produz algo em você é a sua falta de maturidade em tratar certos

## PABLO MARÇAL

assuntos como este. A culpa não é dos outros, a culpa é sua, pois você não tem que trazer seu passado para o agora. Você só precisa ressignificá-lo.

Eu tenho uma teoria que carrego comigo, a teoria do rio. Se uma pessoa não deve ficar presa no meu porto, eu simplesmente deixo o rio seguir o seu curso, e então deixo que ela vá para a próxima estação. O rio precisa seguir o curso, e eu não preendo ninguém a mim.

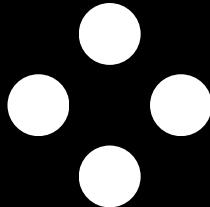
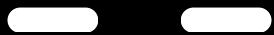
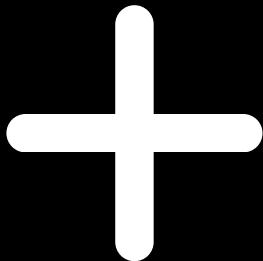
O diabo é que gosta de falar sobre o seu passado para você. Entenda que existe uma forma de desarmá-lo quando ele vier acusá-lo, mostre para ele que o seu passado não faz a menor diferença para você, pois você já o ressignificou. Não tente apagar nada, só ressignifique. Você deseja ser livre de verdade? Erre muito, mas nunca nas mesmas coisas.

### ATIVIDADE

Escreva abaixo três coisas em que você já errou, mas não errará mais.


CAPÍTULO 18

MÁSCARA SOCIAL



O QUE AS  
PESSOAS ACHAM  
DE VOCÊ É A  
FORMA COM QUE  
ELAS VEEM A  
SI MESMAS



## VOCÊ É MUITO PIOR DO QUE AS PESSOAS IMAGINAM

**A**prendi essa frase com Charles Spurgeon, que diz: “Se alguém pensa mal de você, não fique bravo com ele, pois você é pior do que ele pensa que você seja”. Na minha linguagem, “você é pior do que os outros imaginam”.

Espero que este capítulo traga cura para sua mente, pois, sem isso, é impossível prosseguir. Quando eu ouvi essa frase do Spurgeon pela primeira vez, ela mexeu comigo, mas não curou a minha mente, pois eu não a coloquei em prática.

Você quer que os seus *drivers* mentais começem verdadeiramente a funcionar e a projetar uma blindagem cerebral na sua mente? Não se importe com o que as pessoas estão falando. Ai de você se você ainda se importa, pois você fica o tempo todo projetando uma imagem sua que não existe.

A essa imagem projetada chamamos de máscara social. É aquilo que você faz ou representa para viver bem e em sociedade com as pessoas, uma questão de ser aceito, relacionada à necessidade de aprovação.

Deixe-me lhe dar um conselho: Você é pior do que as pessoas podem imaginar. Pare o que você está fazendo, respire bem fundo e repita comigo: “Eu sou muito pior do que as pessoas podem imaginar. Eu sou além disso”.

Se você praticar essa frase, você vai parar de gastar sua energia com gente que não tem compromisso algum com seu resultado final, pessoas que apenas sugam sua energia.

Toda vez que alguém falar “estou decepcionado com você”, mentalmente responda: “Coitada dessa pessoa, imagina se ela soubesse que eu sou bem pior que isso!”.

Sempre que chega uma multa de trânsito em minha casa, pego a multa e dou graças a Deus, sabe por quê? Porque eu recebi somente uma, imagina se eu recebesse todas as que eu mereço? Eu sou pior do que a indústria da multa pode imaginar.

Muitas pessoas vêm com xingamentos, ofensas e muitas outras coisas para cima de mim, e eu só consigo pensar: “Só isso que você sabe de mim? Imagina se você soubesse tudo!”. Sabe o que acontece? Na mesma hora, meu emocional desconecta e eu consigo me desvincular daquela pessoa que está querendo sugar minha energia.

Eu estou lhe falando porque essa frase tem o poder de curar e, às vezes, você fica dependendo de amigos que parecem sanguessugas que querem somente sugá-lo, quando, na verdade, você precisa se libertar disso. As pessoas querem por tudo que você aceite o padrão delas. Não aceite

o padrão de absolutamente ninguém, a não ser dAquele que nunca errou. Esse, sim, é digno de que você abaixe sua cabeça. Esse é Jesus. Esse é o Criador.

Deixe fluir. O que as pessoas acham de você é a forma com que elas veem a si mesmas. As pessoas não enxergam com os olhos, enxergam com o córtex visual, segundo as experiências que já viveram. Fique em paz, você pode ser bom, você pode ser ruim. Não importa quem você é. As pessoas vão enxergá-lo com os olhos delas, e não quem é você de verdade.

É por isso que eu lhe digo: se apegue ao único que não tem experiência de erro, Ele, sim, olha para você com amor. Esse, sim, mesmo nunca errando, viveu na Terra, sabe o que é passar pela tentação. Ele, sim, sabe o que é olhar com misericórdia para as pessoas, os demais não sabem.

Já percebeu que, quando você erra, você começa a ter misericórdia das pessoas que estão errando na mesma coisa que você errou? Incrível, não? Mas, se você não tem misericórdia com ninguém, você é só um “fariseu” que acha que nunca errou, fica se escondendo e vivendo uma vida de mentira. É por isso que você coloca fardo na vida dos outros.

Quando alguém lhe cobrar um padrão, pense: “Ah, se ele soubesse o tanto que eu sou pior que isso”. Essa atitude vai deixá-lo livre.

Você quer carregar as pessoas? Pare com isso. Você não cuida da sua vida porque está gastando sua energia com pessoas com as quais não deveria estar gastando. Essa geração é a maior geração de pessoas que não cuidam da própria vida e, ao mesmo tempo, cuidam da vida dos outros.

Cuidar da própria vida incomoda o mundo inteiro: seus pais não vão gostar, os líderes religiosos não vão gostar, e

você promoverá um caos por desejar ser livre. Como vão gostar de alguém que cresce em todas as áreas?

Existe uma crença de que igreja é hospital. Isso é ridículo. Igreja é lugar de transbordo. Igreja é um lugar de treinamento, onde as pessoas vivem na vida real explodindo e decidem ir para a igreja servir de inspiração e direção para outras que estão precisando daquilo. Essa história de hospital faz com que todo mundo se torne melindroso e vitimista.

Chega! Comece a diminuir essa empolgação da sua própria imagem para que você não precise responder padrões para pessoa nenhuma. Você não precisa responder padrões para seus pais, nem para seus amigos, nem para o diabo, nem mesmo para o Criador, porque Ele já sabe quem você é. Aceite-se como você é.

Mas você pode pensar: “Eu quero mudar”. Tudo bem, excelente. Mas mude aos poucos, devagar. Não projete na sua cabeça a mudança absurda que você quer, senão você mesmo não se suportará.

O que importa é você ter clareza e paz na sua mente. Isso ninguém nunca poderá tirar de você, mas, para isso, é necessário certa blindagem emocional, que você conseguirá quando compreender que você é pior do que as pessoas podem imaginar. Esse é um *driver* mental poderoso.

Toda vez que alguém vier ofendê-lo e xingá-lo de algo, pense: “O quê? Você me chamou disso? Eu sou muito pior do que você pode imaginar”.

Certa aluna do Método IP era toda recatada, vivia preocupada com a opinião dos outros. Um dia, a avistaram e falaram: “Chegou a menina que não vai para o céu”. Ela era muito religiosa até aquele dia. Esperavam que ela se defendesse, mas

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

apenas respondeu: “Se vocês soubessem o quanto eu sou pior do que imaginam, talvez não me aceitassem nem no inferno”. As pessoas ficaram transtornadas porque sempre entravam na mente dela, mas dessa vez não funcionou.

Só cuide da sua vida e lembre-se que você e eu somos piores do que as pessoas imaginam. Se as pessoas sequer imaginassesem o que se passa na minha e na sua cabeça, não teríamos nem amigos.

Você que gosta de cuidar da vida dos outros vá cuidar da sua vida. Não venha me colocar padrões, porque o meu padrão é Cristo. Sim, eu sou pior do que qualquer pessoa possa imaginar, Ele me conhece, e Ele, sim, sabe quem eu sou. Só devo satisfação a Ele.

### ATIVIDADE

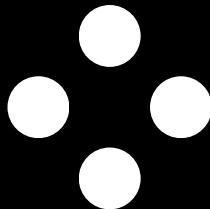
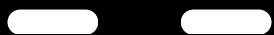
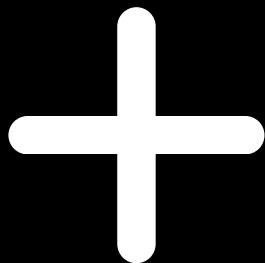
Qual máscara social você mais utiliza no seu dia a dia?



CAPÍTULO 19

Licenciado para:

# COVARDE ATÉ A MORTE



A VIDA É UMA  
AVENTURA DA  
QUAL NINGUÉM  
SAIRÁ VIVO



## TENHO TRÊS PALAVRAS MOTIVACIONAIS PARA VOCÊ: VOCÊ VAI MORRER!

**V**ocê sabia que o mundo é composto por 98% de pessoas medrosas? Pessoas que têm medo não agem. Quem tem medo não tem ação. Estou lhe dando uma dica: morra com isso, vá até o fim da sua vida, medroso.

Você sabia que a vida é uma aventura da qual ninguém vai sair vivo? Ou seja, já que você vai morrer um dia, por que você já está morto agora?

Preste atenção: a vida é uma aventura da qual ninguém sairá vivo. Todos nós vamos morrer. Sabe o que está acontecendo com você que está preso em várias áreas pelo medo, principalmente pelo medo da pobreza? Você está servindo para realizar as coisas dos outros. Se você está realizando as coisas dos outros, você está com medo de algo.

Sabia que o medo mais poderoso do mundo é o medo da pobreza? Sim, 98% do mundo tem medo da pobreza. Por isso, muitos optam pela estabilidade, por um emprego, ainda que ruim e longe do seu propósito, suportando-o apenas para ter que pagar as contas do mês. Engolem sapo de gente estúpida, tudo porque tem medo.

As pessoas que têm medo de críticas nunca vão tocar os próprios projetos e não avançarão. Há quem morra de medo de ser rejeitado e, por isso, aceita a primeira pessoa que a abraçou. Tem gente que tem medo de envelhecer e vive fugindo do amadurecimento.

Todo medo que você tem vem de um bloqueio em alguma área. Você, que tem medo de altura, por exemplo, sabia que isso atrapalha o crescimento tanto da sua empresa quanto o crescimento da sua vida? Você, que tem medo de lugar fechado, tem a criatividade afetada.

Você tem medo de quê? Todo medo que você tem vai retardá-lo e deixá-lo menor do que deveria. Estamos em uma aventura da qual ninguém sairá vivo, por que insistir no medo? Até a pessoa que coloca o medo em você vai morrer, então por que você continua com isso?

No fim das contas, a pessoa de quem você tem medo hoje morrerá como você.

## ATIVIDADE

Liste abaixo os seus dez maiores medos


Licenciado para:  
Coloque isto na sua cabeça: o medo é um bloqueador ridículo. Eu sei onde ele começou. Por esse motivo, publiquei o meu primeiro livro, que se chama *Antimedo*, lançado na Europa. Se você souber quem você é, você vai atropelar todos esses medos ridículos.

O *Antimedo* foi um livro que escrevi por não suportar pessoas com potencial gigantesco serem travadas pelo medo. Eu busquei dentro de mim, e na fonte em que mergulho todos os dias, uma forma de colocar para fora aquilo que as pessoas

precisavam ativar dentro delas, a fórmula da invencibilidade. Para você que ainda não leu este livro, sugiro que o leia, e espero que faça muito sentido para você e que você se torne livre dessa desgraça que afeta a maioria da humanidade.

Se sua vida for uma aventura de verdade, jogue tudo para cima. Algumas pessoas querem ficar dez anos no que não gostam só para pagar as contas e não falar para ninguém que fracassou. Tudo porque simplesmente pensam: "Tenho medo de falar que sou um fracassado, então não posso fracassar e tenho que obedecer ao padrão de todo o mundo". Se você jogar tudo para cima, ficará um mês, dois meses, ou quem sabe, três meses sem pagar suas contas, mas não vai ficar 520 semanas fazendo algo que não nasceu para fazer.

Se você pegasse a curva de alguém que é medroso e comparasse com a curva de alguém que é ousado, você ficaria chocado com o que acontece na vida dessas pessoas.

Você tem medo, não é? Sabe por que você tem medo? Porque o cérebro que está vazio é o lugar propício para a proliferação do medo, que é a semente plantada no cérebro quando há espaço vazio. Ou seja, se você não estiver produzindo, não tiver sede de conhecimento e de sabedoria, vai deixar um espaço gigante no seu cérebro e as pessoas que você mais ama vão lançar uma série de sementes de medo em você.

Certa vez um rapaz me falou que eu ia morrer na estrada porque eu dava muitas palestras pelo Brasil. Eu fiz duas coisas: a primeira delas foi fazer um seguro de vida, e a segunda foi pesquisar qual o carro mais seguro do mundo. Apareceram duas marcas, e eu escolhi ter o carro mais seguro do mundo.

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

Tudo porque eu não tenho medo de nada e produzo ações quando alguém tenta implantar o medo em mim.

Uma vez fui tocado por um sentimento que eu não gostaria. Em um dos meus treinamentos, simplesmente senti certo ciúme em relação a um amigo que fez uma participação no curso. A verdade é que eu tive um pensamento: "Todos os meus amigos estão encantados por ele". Eu precisava fazer uma ação em vez de permitir que aquela toxina me invadisse. Sabe o que eu fiz? Comprei um livro dele para cada pessoa que estava fazendo o meu curso. Sempre que se sentir inseguro, confrontado, ou qualquer coisa, produza uma ação.

Toda vez que você sentir medo, ranja os dentes e caia para dentro. Acabe com o medo na raiz. Ame sua vida. No fim das contas, todo medo é ridículo.

O medo mais ridículo para mim é o medo de morrer. Sabe por quê? Porque a pessoa que tem medo de morrer também tem medo de viver.

Pense em todas as pessoas que estão morrendo todas as horas com medo de alguma coisa. Você tem medo de ativar o câncer, mas não deixa de beber refrigerante?

Contaram-me de um jogador de futebol que foi assassinado por postar idiotice na internet. O cara tem medo de morrer, mas não tem medo de mexer com a mulher dos outros? Explique-me, que sentido isso faz?

Do que você tem medo? Faça uma ação e acabe com isso logo! Mas eu entendo você, 98% das pessoas são lideradas por 2% da população. 2% não têm medo de nada, e os 98% vão trabalhar como escravos, lá no Egito. Você faz parte dos 98%?

Você tem medo do quê? Você é a imagem e semelhança do Criador. Ele o fez para dominar sobre todas as coisas, do que você vai ter medo? Quando? Onde?

Respire bem fundo. Sabe como abandonar o medo? Sentindo-se amado. Eu poderia lhe dar uma ação motivacional, contudo, ela não funcionaria para nada, mas, como eu sou um homem ativacional, vou lhe ensinar uma forma de ativar isso em sua cabeça: sinte-se amado pelo Criador. O verdadeiro amor lança fora todo medo.

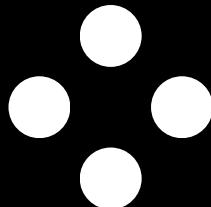
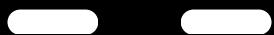
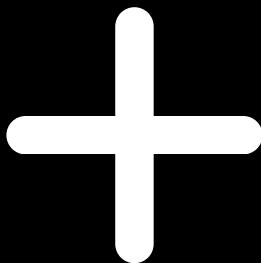
Não existe verdadeiro amor da sua parte. Só existe verdadeiro amor da parte daquele que é verdadeiro, que não erra, daquele que não tem compromisso com mentira e nem com inverdade, que é Ele. Acesse Ele. Se você tiver fechado com Ele, você não vai ter medo de mais nada.

## ATIVIDADE

Escreva abaixo as situações que você precisa enfrentar definitivamente para se tornar livre


CAPÍTULO 20

Licenciado para:  
**REPUDIE A  
IMPRODUTIVIDADE**



**POBREZA É  
LIMITAÇÃO E ISSO  
NADA TEM A VER  
COM DINHEIRO**



## IMPRODUTIVIDADE É O REAL SIGNIFICADO DA PALAVRA POBREZA

**L**á vem você com “mi-mi-mi”: “O Pablo vai falar dos pobres porque ele é rico”. Se essas pessoas imaginassem o que aprenderam, como aprenderam e a verdade sobre as coisas que lhes foram ensinadas, ficariam loucas.

Pobreza nada mais é do que limitação. Pobreza, ao pé da letra, significa improdutividade.

Certo governo que passou pelo Brasil disse que tirou milhões da pobreza. Na verdade, eles tiraram milhões de reais do povo, mas não tiraram ninguém da pobreza, porque as pessoas continuaram limitadas.

Não sou contra programas como o Bolsa Família, por exemplo, mas sou contra a pessoa receber um “Bolsa Miséria” eternamente. Como homem de visão e empresário, inclusive, eu sou a favor das pessoas ganharem dez vezes

mais do que elas ganham do governo. Mas, para isso, elas precisariam mostrar produtividade para se desconectarem do dinheiro, terem seu próprio negócio e depois usarem o próprio negócio para devolverem o dinheiro para o governo, para que o governo ajude outras pessoas também a pescar.

Não adianta entregar o peixe. É preciso ensinar a abrir o tanque em terra seca, ensinar sobre piscicultura, e depois ensinar a pescar.

Eu também faço essa crítica de forma dura em relação às missões. As pessoas querem gastar rios de dinheiro com missão na África, falam de Jesus para os moradores e o que acontece? Nada. Em vez de só chegar falando de Jesus, por que você não leva uma leitora enxertada, que vai reproduzir? Afinal, o evangelho é prosperidade também. As pessoas precisam ver Jesus na vida delas, e não somente no seu blá-blá-blá.

Sabe o que é a pobreza? Limitação. E isso nada tem a ver com dinheiro. Se você é limitado, você também é pobre.

Em qual área você é pobre? Muitas pessoas são obesas (pelo menos 55% dos americanos), e eu estou falando do corpo, nem falei do cérebro ainda. Sabe por que você é obeso? Porque você é pobre no seu corpo, limitado, come de tudo, não tem dieta balanceada, não sabe sobre economia nem sobre administração de recursos do corpo, ou seja, você não faz exercícios e, como você não faz exercícios, você é limitado. Não dá conta de correr, nem de fazer nada, e vive uma vida sedentária. Por esse motivo, você tem a possibilidade de morrer antes de todo mundo, sabia? Preste bastante atenção, se você for pobre no seu corpo, você vai ficar limitado nele, e não vai experimentar coisas poderosas.

Cuidado, porque, um dia, você vai precisar desse corpo, e ele não lhe dará a resposta que você estará precisando.

Você é pobre em quê? Nas finanças? Sabe por que você é pobre nas finanças? Porque você não expandiu seu cérebro nessa área.

Lembro-me de um irmão que, há mais de quinze anos, ia na reunião da igreja e falava: “Ora por mim, para melhorar minha vida financeira”. Cinco anos pedindo essa oração, dez anos com a mesma oração, doze anos, quinze anos... Meu Deus! Sabe o que eu disse para ele? “Negativo! Ninguém vai orar por você mais, tem quinze anos que oramos e muitos prosperaram e você não. Por quê?”. E ele respondeu: “Porque ainda não é o tempo de Deus!”. Sabe o que eu acho disso? Cada um tem a vida que merece. Perguntei-lhe: “Quantos cursos de finanças você fez em quinze anos?”. “Nenhum”, foi a resposta.

Se você não tem dinheiro para fazer um curso de finanças, estude o livro mais poderoso de finanças do mundo: a Bíblia. É o livro de onde eu tirei as minhas riquezas, mas as pessoas vivem dependendo dos outros porque são altamente improdutivas.

A improdutividade vai matá-lo! Há uma fúria dentro de mim para lhe dizer: Você é a imagem e semelhança do Criador, se você for improdutivo, você vai experimentar a pobreza. Eu sei que você não está nem aí, porque se acostumou com essa vida de escassez.

Se você não se importa com nada do que o Criador acha sobre você, se você não se importa com a forma que você se vê, se você não se importa que o diabo quer matá-lo, eu

tenho algo a lhe dizer: preocupe-se com os seus filhos, eles não merecem a vida de merda e escassez que você leva.

Se você aprender o que é escassez, sua vida vai mudar agora. Improdutividade é uma extrema pobreza no cérebro. Fazer pessoas ficarem alienadas à mentira – isto é pobreza.

Você está dando prejuízo para a sociedade, para a igreja que você frequenta, para o bairro, para a nação, para o planeta. Pessoas que não são livres, em qualquer área, estão dando prejuízo para a nação inteira.

Pense nos seus familiares que não podem viver uma vida abundante porque você é limitado.

Por que uns podem vencer na vida e outros não? Na verdade, não é poder, é querer. Não falta oportunidade para absolutamente ninguém.

Você não se ama e vai acabar com a vida de todos os que estão ao seu redor, porque você aceitou a pobreza. A sua mente está aprisionada dentro do seu corpo. Você não consegue levantar da cama, você não consegue controlar esses impulsos sexuais, você não consegue controlar as coisas que você fala, as pessoas com quem você anda são piores que você, você está louco? Pare de dar prejuízo para a nação.

Você sabia que oportunidade é atraída por atitude? Todo pobre odeia ter atitude. Quando falo pobre, eu não estou falando de dinheiro. Pobreza é limitação e improdutividade, você é pobre porque você quer.

Bill Gates disse que ninguém tem culpa por não ter nascido em uma família rica, mas é culpado por morrer em uma família pobre. Vá você cuidar da sua vida, para enriquecer e tirar a família da pobreza. Ninguém consegue vir

rico para a Terra, porque todo mundo nasce pelado e morre do mesmo jeito, sem levar nada daqui.

Se você não sentir uma indignação poderosa em relação à pobreza, você não vai mudar de vida, sabia disso? Fale comigo: “Eu vou desconectar dessa desgraça na minha vida, porque meus filhos não merecem isso, meus pais não merecem, a nação em que eu vivo não merece isso, a cidade em que eu vivo não merece e, principalmente, a geração escolhida por Deus para me colocar não merece alguém limitado”.

O ser humano tem limite, alguns estudos dizem que o corpo humano pode chegar até a 60km/h devido ao desenvolvimento da engenharia corporal. Velocidade é um limite, mas a sua mente não tem limite.

No dia em que você descobrir quem você é, imagem de quem você foi feito, sentirá a mesma indignação que eu sinto, uma vontade de pular de dentro do livro e lhe dar uma chapuletada bem na cara pra você acordar para a vida.

Mas você pode falar: “Eu já sou próspero”. Então, se você realmente é, precisa ensinar isso para as pessoas, para que outros prosperem como você. No entanto, a maioria dos que estão lendo este livro é pobre e quer continuar pobre a vida inteira. Preferem comprar um telefone de cinco mil reais em vez de investir esse valor em desenvolvimento pessoal para, então, comprar cinco mil telefones celulares e multiplicá-los.

Por favor, deixe de ser pobre e de ser limitado. Não tenho nada contra quem é pobre, eu tenho ira contra a pobreza. O pobre só fica lá se ele quiser.

A riqueza é fruto da sabedoria. A sabedoria é a semiente. Você não sabe o poder que tem! Eu sei o poder que você tem, e eu nunca o vi, mas sabe por que eu sei? Porque eu

acredito em algo, e experimento algo: você é imagem e semelhança do Criador.

Você quer viver essa vida de merda? Então pare de ler este livro. Deixe este livro de lado, porque, se você é um ser limitado, vai ler este livro, mas não fará nada com isso!

**Repita três vezes: “Eu odeio a pobreza e vou abandonar isso agora!”**

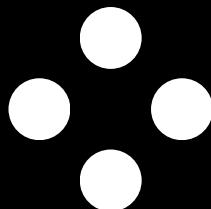
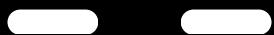
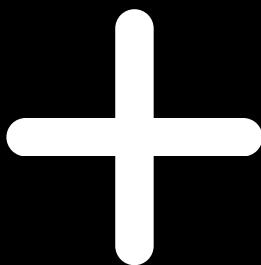
### ATIVIDADE

Faça uma lista de sete coisas que têm agido como limitadores e que você precisa abandonar:


## CAPÍTULO 21

Licenciado para:

**SEJA UM  
COMPLETO  
FRACASSO**



**SEJA O FRACASSO,  
SENÃO VOCÊ  
NÃO VAI  
EXPERIMENTAR  
COISAS QUE  
SÃO SUAS**

Licenciado para:



## O FRACASSO O LEVARÁ AO SUCESSO

**A**prendi algo: as pessoas que não fracassam não saem do lugar; elas são medianas. As pessoas que não sabem ter picos negativos em seus gráficos nunca serão *peak performance*, ou seja, nunca serão excepcionais.

As pessoas precisam entender sua profundidade. É na profundidade do solo que você coloca o pilar, você sabia disso? Pessoas querem voar sem construir bases. O fracasso significa a hora mais dolorida da construção.

Você quer construir um prédio grande, mas não quer passar pela fundação. A fundação é o fracasso, onde se enterra dinheiro somente para fazer um buraco. O fracasso é você errar o tempo inteiro. Você tem que ser o fracasso da sua família, porque, senão, você será o objeto de sonhos frustrados dela.

Seus pais, com boa fé, não conseguiram realizar os próprios sonhos, pois estavam o tempo todo querendo realizar os sonhos dos pais deles. E eles vão projetar toda carga pesada e negativa deles nas suas costas.

Você pode me perguntar: “Pablo, você é contra a família?” Nunca! Nunca! Na Palavra inteira, encontraremos direcionamentos para honrar nossos pais. Quer que eu lhe fale o que é honrar pai e mãe? É deixar eles viverem a vida deles em paz. Ouça todos os conselhos, mas peça discernimento se é para seguir.

Eu sou um fracasso total. Eu queria ser um engenheiro da computação, e sabe o que aconteceu? Eu zerei a prova de biologia na Universidade Federal de Goiás e chutei tudo para cima.

Depois disso, meu pai falou que queria que eu fosse médico ou advogado. Entrei na faculdade de direito, me formei, montei um escritório de advocacia e fui defender meu primeiro caso, pois sou um penalista exímio. Sabe o que aconteceu? Meu estômago embrulhou, e eu pensei: “Não quero mexer com isso!”. Larguei o escritório.

Aí, montei uma empresa de iluminação, perdeu o sentido, e também entreguei.

Fui crescendo dentro de uma companhia, a Brasil Telecom, que depois se tornou a Oi. Cheguei a liderar mais de cinco mil pessoas nessa companhia e, do nada, veio na minha cabeça: “Saia disso aí!”. Meu pai olhou para mim e disse: “Vejo que és um homem perturbado e lunático”, mas ele continuava falando: “Tenho um sonho, pois o papai queria ser médico”. Um dia, quando eu já havia atingido uma condição financeira considerável, falei para ele: “Pai, pode fazer o curso que o senhor

quiser, que eu pago!”. Sabe o que ele me respondeu? “Não, eu quero que você faça”. Nesse momento eu pensei: “Existe algo errado nesse negócio de sonho de família”.

Fui para a indústria da família da minha esposa, estava tudo leve. Fiquei quase quatro anos lá e, do nada, pensei: “Vamos sair!”. Meu pai olhou para mim e ficou enlouquecido.

Todavia, enquanto eu trabalhava com tudo isso, fui construindo alguns negócios paralelamente. Sabe o que aconteceu? No dia em que meu pai viu a quantidade de dinheiro que eu ganhei em um único contrato que assinei, ele disse: “Nunca mais eu vou pegar no seu pé, eu entendi o que você é, um completo fracassado que sempre erra, erra, erra, mas nunca erra nas mesmas coisas”.

Esse é o segredo. Você quer ser um fracasso para sua família? Se você não for um fracasso, você está dependendo do padrão deles. Ai de você se você for filho de japonês raiz. Você já nasce com a obrigação de ser bom jogando xadrez, bom para ser cientista, bom para tirar as melhores notas em medicina, bom para fazer isso, bom para fazer aquilo, mas você mesmo não tem direito de escolher nada.

Pense que coisa linda é casar com alguém que os outros escolheram. Pense que coisa linda é uma profissão que ninguém escolheu para você.

Hoje eu tenho mais de vinte e cinco negócios, e um dos meus filhos, quando tinha cinco anos, já dizia que queria ser meu sócio. Eu falei para ele: “Pode ir juntando alguns milhões de reais, porque eu não vou lhe dar nada”. Eu não sou mal. Sua família é do bem, honre seus pais, eles vão fazê-lo viver muitos dias na Terra, mas sabe qual é o problema? Os seus pais não questionaram a quem colocou isso na cabeça

deles. Apenas estão respondendo ao que falaram para eles. Honrar seus pais também é questionar, assim como você pode questionar ao Criador, e Ele vai lhe dar resposta.

Você nem honra seus pais, pois, se você honrasse, estaria em obediência e também estaria alinhado ao propósito de Deus. Você precisa ser o fracasso da sua família, porque, se você for replicar o fracasso de todas as gerações que vieram antes de você, viverá uma vida que não é sua. Uma forma de honrar seu pai e sua mãe é você dar certo na vida.

Qual o contrário de sucesso? Já até sei o que você respondeu: fracasso! Errado. O contrário de sucesso é desistir. Quando você desiste, acabou. Você precisa simplesmente errar numa coisa, pegar esse fracasso, colocar em um degrau e subir para o próximo. Nunca desista, mas pegue todo o erro e o transforme em escada. Pise firme para você continuar avançando.

Eu sei que demora muito para construir um arranha-céu, mas tudo começa derrubando a casa, fazendo a fundação, para então começar a construir. É difícil quando você está em meio a um fracasso, porque as pessoas não vão entendê-lo.

Muitas vezes, a sua estabilidade pode impedi-lo de avançar. Para iniciar a construção de um prédio de oitenta milhões de reais, precisei comprar seis casas, e somente uma delas custou dois milhões de reais. Todas as casas foram compradas para serem derrubadas e, por mais que elas tivessem sido caras, não se aproximam do dinheiro retornado com essa construção de oitenta milhões de reais.

Abandone essa estabilidade poderosa, isso faz com que você viva no barracão. Se você não estiver pronto, sempre terá medo de fracassar.

Seja o fracasso, senão você não vai experimentar coisas que são suas. O fracasso vai fazer você tirar sua vida e sua família de dentro de um barraco e ir para uma torre poderosa, um arranha-céu.

Sabe por que você precisa ser o fracasso? Se você tem pelo menos trinta anos de idade, deve se lembrar de que, em 1990, o sonho da maioria dos pais era poder falar: "Meu filho trabalha no Banco do Brasil". Tudo por causa da estabilidade. Você sabia que todas as pessoas que morrem de medo de fracasso cresceram com a palavra estabilidade? Estabilidade faz qualquer pessoa na vida deixar de ser o que ela nasceu para ser para, simplesmente, obedecer ao chamamento da indústria e escolarização.

Que dia você chegou em casa e teve coragem de falar para seus pais: "Eu fracassei!"? Você não tem coragem, porque existe algo horrível que os pais que nunca pensaram, falaram para seus filhos: "Se você apanhar na escola, vai apanhar em casa". O resultado foi ou uma geração medrosa, ou uma geração sem ousadia. Seus pais não lhe deram autorização para errar.

Sabe o que eu mais faço na criação dos meus filhos? Eu os ensino a fracassarem e os ensino a errarem, mas nunca nas mesmas coisas.

Um fato interessante aconteceu com meu filho Benjamin, quando ele tinha 2 anos. Estávamos na igreja e ele jogou para trás a fileira de bancos. Eu pensei: "Se eu falar 'menino, aqui é a casa do Deus vivo, Ele vai queimá-lo no fogo do inferno', ele vai ficar com medo de errar". As pessoas ficaram me olhando. Virei para ele e disse: "Bate aí, filhão, que demonstração de força poderosa você deu, hein! Você

é realmente muito forte, agora use essa força para erguer a fileira novamente”. Sabe o que ele fez? Ficou energizado, tentou levantar a fileira de cadeiras, e eu o ajudei. Completei: “Aprenda a usar a energia que você tem. Parabéns pelo que você fez, bate aqui de novo”.

Tudo o que meus filhos fazem eu potencializo até o fim, para eles aprenderem a nunca ficar se guardando ou tentando não fracassar. Diversas vezes eu dou alguns avisos a eles, como: “Cuidado, você pode bater ali e se machucar”, para que eles fiquem atentos. Não sei se você sabe, mas a criança nasce com tolice no coração. É a incongruência que vai gerando maturidade nelas.

Eu digo: “Existe uma possibilidade gigantesca de vocês baterem a cara no vidro e se machucarem, e eu digo do fundo da minha alma: vá!”. Eles ficam olhando para mim e devem pensar: “Esse cara é de qual planeta?”. Eu amo o fracasso. Eu conheço mais de dois mil grandes empresários e nenhum deles chegou ao sucesso sem ter fracassado. O meu sucesso é a soma dos meus fracassos, anote essa frase e a vivencie.

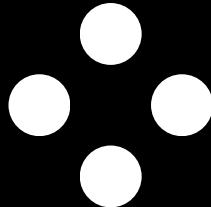
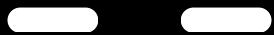
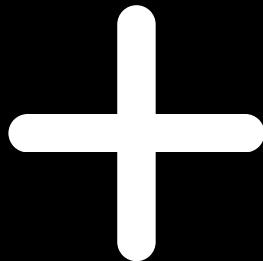
## ATIVIDADE

Conte um fracasso que você nunca contou para os seus pais.

CAPÍTULO 22

Licenciado para:

# A OBESIDADE SUPREMA



VOCÊ SÓ CHEGA  
À TERCEIRA  
FASE SE ESTIVER  
GENUINAMENTE  
CUIDANDO DA  
SUA VIDA

Licenciado para:



## MENTAL, CORPORAL E ESPIRITUAL

**R**epita comigo: Eu estou cuidando da minha vida! As pessoas ciumentas não gostam que você cuide da sua vida, mas elas nem sabem que são ciumentas. No entanto, se tiverem bom senso, rapidamente vão “sarar” desse comportamento tóxico e aceitarão que você assuma a gestão da própria vida.

Existem três fases pelas quais você passa quando começa a cuidar da própria vida: na primeira, as pessoas sentem raiva, pois você saiu do comando de outra pessoa. A segunda é de descrença, porque sabem que você não vai dar em nada, pois, no fundo, acreditam que você é um cavalo paraguaio, que corre na frente e nunca cruza a linha de chegada. Na terceira fase, dizem: eu preciso fazer isso também. Você só chega à terceira fase se estiver

genuinamente cuidando da sua vida e as se pessoas estiverem vendo essa transformação em você.

Agora vamos falar a respeito das três obesidades: espiritual, corporal e mental – se você quer alinhar sua vida, cuidado com elas.

Se você sofre das três, acredite, ou você está na UTI, ou você é um zumbi, ou deve estar mendigando na rua.

As três obesidades apontam para um espírito fraco, um corpo fraco e uma alma (mente) fraca. Onde está a sua obesidade?

Toda obesidade no corpo é hormonal, e tudo o que é hormonal significa que não houve gestão da emoção, e o hormônio se descontrolou.

Em relação à obesidade corporal, além das emoções desreguladas, existe também a falta de administração da relação dietética com a comida e, principalmente, não fazer a gestão das suas emoções. O que é a obesidade no seu corpo? É a gordura em excesso que você carrega, ou seja, sua máquina não está queimando e você não está em paz. Quando você não está em paz, sua máquina fica processando resíduos. Tem solução? Claro, em 100% dos casos.

A obesidade mental é como você, por exemplo, que lê este livro, acha muito legal este processo, e fica admirado comigo. Começa a falar para os outros sobre o livro, mas não faz nenhuma das tarefas contidas nele. Se você só estuda e não pratica, você é um obeso mental/cerebral. 98% da população do mundo é obesa mental. Como sair disso? Aplique o que você está estudando.

Se você estuda demais e não pratica, faça o seguinte: pare de estudar. Uma advogada estava fazendo uma jornada de todos os cursos na minha empresa, a Plataforma Internacional, mas ela ia nos cursos e não fazia as tarefas. Pedi para bloquearem seu cadastro nos próximos cursos e avisá-la para não fazer mais nenhum, pois, fazer o curso sem fazer a tarefa é o mesmo de alguém que se diz cristão, mas não vive o evangelho. Não faz diferença alguma.

Agora a obesidade espiritual. Que obesidade é essa? É aquela que transforma um ser humano maravilhoso em um religioso terrível. Religião, do latim, significa *religare*, é um ato voluntário de Deus, de piedade em religar o homem a Ele, e é a Ele, não aos outros. Em Tiago, a Palavra fala que a verdadeira religião é cuidar dos órfãos e das viúvas. Você está cuidando deles?

Obesidade espiritual é quando eu sigo dogmas dos outros, esqueço a Bíblia, esqueço o Criador e só fico seguindo os outros. Não estou falando de rebeldia, pois rebeldia é você desobedecer a Deus, Ele é a fonte de vida eterna. Religião nenhuma vai salvar ninguém.

Se você quiser seguir o que aprendeu, tudo bem, mas existe um Criador que o chama para se conectar com Ele diretamente na fonte. Tenha sabedoria com o que eu estou falando. Os religiosos fingem ir à igreja, mas, na verdade, eles são ateus praticantes durante a semana. Contudo, no dia do culto ou da missa, fingem que têm um relacionamento com o Criador, mas é tudo uma grande mentira, porque, no fim das contas, nem O conhecem. O que eu mais ouço são pessoas que estão fingindo.

**Obesidade no corpo:** não pratica exercício, não tem uma alimentação saudável e não administra as emoções.

**Obesidade mental:** ama ler um livro e não fazer nada. Eu já li mais de mil livros. Porém, foi apenas a partir dos seiscentos que comecei a praticar as tarefas, e lhe digo: pare de ler livros sem fazer tarefas.

Quando lancei meu primeiro livro *Antimedo*, as pessoas ficaram em uma fila por mais de quatro horas esperando por um autógrafo. Eu disse para todas as pessoas para quem autografei: “Se você não fizer a tarefa, jogue o livro no lixo”.

Obesidade espiritual: segue dogmas e costumes de outros, deixando em segundo plano a conexão real com o Criador.

Quanta obesidade é essa? Pare com isso já!

## ATIVIDADE

Atribua de 0 a 10 a pontuação correspondente ao seu nível de obesidade em cada área e produza três tarefas para cada uma delas:

Obesidade cerebral	
Obesidade corporal	

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

Obesidade espiritual	

Some as três obesidades e divida por 3 para saber a média de obesidade total do seu ser. Se sua média for abaixo de 5, você está bem. Se for acima de 9, sua vida está péssima.

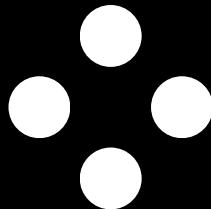
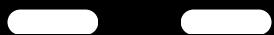
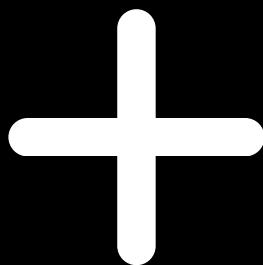
Licenciado para...



CAPÍTULO 23

Licenciado para:

**DEIXE DE SER  
IDIOTA**



TODA ADMIRAÇÃO  
VIRA BURRICE

Licenciado para:



## PARE DE ADMIRAR AS PESSOAS

**V**ocê sabe o que é admiração? Admiração é um vale que você cria entre si e a pessoa que você admira. Eu fiz o evento *Metanoia Day* percorrendo o Brasil inteiro e muitas pessoas que me conheciam só pela internet me olhavam admiradas. Quando alguém dizia: “As pessoas normais...”, eu o interrompia e falava: “Que pessoas normais? Eu sou normal!”.

Segundo a nossa Constituição, todos somos iguais perante à lei, é isso que está no *caput* do artigo 5º da Constituição Federal. Nós somos iguais, Deus não faz acepção de pessoas, e não existe essa categoria elitizada, clerical ou feudal de existir pessoas que mandam umas nas outras. Não existe isso.

Então você fala: “É claro que existe, porque onde estou trabalhando, mandam em mim”. Está trabalhando porque quer e porque não cuida da própria vida, e fica babando

para político, líder religioso. Sabe o que você precisa fazer? Respeite e honre todas essas pessoas, mas não as admire, porque, senão, você fica burro.

Toda admiração vira burrice. Se você ficar a vida inteira admirando uma pessoa, você não vai estudar, não vai aprender coisas novas, você vai só querer seguir essa pessoa. Pare de ter admiração, pois você está criando um vale e, a cada vez que você renova a admiração, você vai mais fundo nesse buraco.

O que você precisa fazer é respeitar. Use a sabedoria. O que precisamos para o dia de hoje é parar de admirar as pessoas e produzir conteúdo próprio.

Você admira as pessoas e nem estuda a respeito de certo assunto, pois você espera que essa pessoa que você admira lhe dê a direção do que precisa ser feito. Quando você admira demais os outros, você não toma controle da sua vida, porque você se submete a pessoas que aparecem ter mais poder que você.

Se você estiver há dez anos babando ovo para a mesma pessoa, acredite, você é pior que essa pessoa, você é um merda!

Você sempre é pior do que a pessoa que você admira. Sempre. A pessoa que você admira se conecta a outras fontes, a outras formas de ganho, a outros conhecimentos, mas você só se conecta a ela. Então você sempre vai ser pior.

Quer uma dica? Conecte-se a várias pessoas que fazem sentido para você. Se você se conectar, nem imagina o que vai acontecer.

Pare de admirar os outros e comece a criar valor e crescer em conteúdo, comece a ter suas próprias histórias. Quanto mais você admira as pessoas, menos histórias suas você tem.

Muitas pessoas vieram à Terra, desceram à cova e não têm nenhuma história para se contar a seu respeito. Mas essa pessoa tem uma história, poderia ter sido o cavaleiro de Abraham Lincoln, ou ter feito grandes coisas.

Você é o diretor e roteirista da sua própria vida, pare de admirar as pessoas. Admiração é um radical positivo na relação, assim como a inveja é um radical negativo da relação interpessoal. Corte os radicais, você só precisa ter respeito e honra.

Não admire nem Jesus, pois o Mestre nos ensinou: vocês farão obras maiores do que as que eu faço. Quando alguém chamou Jesus de “bom Mestre”, ele disse: “Quem é bom, senão Deus?”.

Você entendeu por que não deve admirar alguém? Toda vez que alguém vem com fanatismo para cima de mim, eu repudio na hora. Existe um segredo acerca do cérebro: ele não tem defesa contra elogio, sabia disso? Salomão traz um princípio em Provérbios: O elogio é como o mel, se vier em excesso, ninguém suporta. Quando as pessoas buscam admiração, elas querem que os outros as elogiem.

Se você souber quem você é, ativará algo poderoso dentro de você e você entenderá que ninguém no mundo é melhor que você ou tem mais potencial do que você para realizar as coisas. Pare de ser bobo!

Muitas pessoas ficam assistindo a meus vídeos ou lendo meus livros, indo às minhas palestras ou aos meus cursos e pensam: “Nossa, como ele é fera”. Sabe quem eu sou? Sou apenas um atendente de *call center* que virou alguém na vida, porque eu cansei de admirar os outros. Eu admirava um homem que havia lido mais de três mil livros,

## PABLO MARÇAL

mas agora estou na minha própria escala. Se você apenas admirar quem lê muito, você não faz nada.

Pegue sua vida e comece no seu trilho, não no trilho dos outros. Você é um vagão que tem seu próprio trilho, não há como andar no trilho dos outros. Não dá para ser outra locomotiva. Chega de admirar os outros.

Este livro, por exemplo, é apenas a ira de um leão que está dentro de mim e tem uma indignação pelo estado em que você se encontra. É aí que vem a parte mais interessante: este livro é apenas para ativá-lo. Não é para que você me admire. Chega disso.

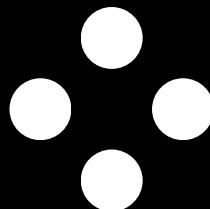
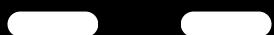
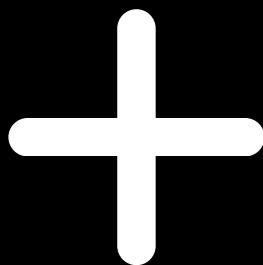
### ATIVIDADE

Faça uma lista dos próximos três livros que você irá ler


CAPÍTULO 24

Licenciado para:

# QUAL A SUA FREQUÊNCIA?



SUA MENTE TEM  
A CAPACIDADE DE  
PRODUZIR COISAS  
QUE AINDA NÃO  
EXISTEM QUANDO  
CONECTADAS  
À FONTE

Licenciado para:



## VOCÊ ATRAI PARA SI O QUE TRANSMITE!

**Q**ual é a frequência que você tem liberado? O seu cérebro tem um campo gravitacional com uma explosão de energia de doze vezes por segundo. Não sei se você estuda física quântica, mas anote esta tarefa: assistir aos vídeos do Hélio Couto. Você vai ficar bom nisso.

Você precisa entender que existe um campo de energia que você está emitindo. A tristeza que às vezes você enxerga em uma pessoa é o seu tônus vital. Quando você olha para essa pessoa, você percebe que ela está emitindo e recepcionando frequência.

Mas que frequência é essa? Você tem um campo de energia que pode afetar as pessoas a sete metros de distância. Que energia é essa que você está liberando? Você tem

sido uma fonte de luz, de reflexo solar? Você passa luz ou você suga os ambientes?

Eu sei que você, ao invés de pensar em si mesmo, pensa nas pessoas que estão perto de você. Pare de pensar nos outros e comece a pensar em você. Este livro é para você, para que você pense e reflita sobre qual frequência você tem se comunicado com as pessoas e com o universo.

Muitas pessoas liberam frequência em uma faixa e estão recepcionando frequência em outra faixa, é por isso que elas não estão balanceadas nem niveladas na vida. O que você aprende com isso? Que seu campo gravitacional tem que estar equalizado, tanto na entrada quanto na saída.

O que você quer viver na vida? Comece a desconectar a frequência do passado e coloque na estação de rádio aquilo que você deseja. Vou lhe dar um exemplo: quando você ajusta uma frequência de rádio, se você estiver na estrada, em alguns lugares começará a chiar. E aí você pensa: "Nossa, perdeu o sinal, não ouço o sinal", mas, durante o caminho da estrada, de repente o sinal volta e você recepciona novamente a mensagem do rádio. Você sabe por que voltou a ouvir? Porque estava na frequência certa.

Está aqui um segredo da mentalidade humana: se você deixar a sua rádio na frequência certa, quando chegar a hora certa, você ouvirá a mensagem.

Depois que eu fiz uma formação em *branding*, descobri que meu cérebro capta por dia mais de duas mil marcas diferentes. Pare de gastar energia com televisão, rádio, *outdoor* e preste atenção ao que você tem se conectado.

O que você está emitindo? O que você está recepcionando? É o que você realmente está desejando? Se você

tem medo, por exemplo, esse medo será atraído pelo campo gravitacional. Tudo o que você coloca como prioridade no seu cérebro abre uma área de percepção, e o seu cérebro começará a atrair isso. Chama-se Lei da Atração, uma das leis mais poderosas da física quântica.

Sua mente tem a capacidade de produzir coisas que ainda não existem quando conectadas à fonte. A fé, por exemplo, é isso. Tem gente que acha que é só falando, mas a mente direciona a frequência.

O que você deseja? Sintonize essa frequência no seu rádio mental, assim, na hora que passar o ruído, será captado o sinal.

### ATIVIDADE

Escreva abaixo em qual frequência de rádio errada você estava sintonizado.

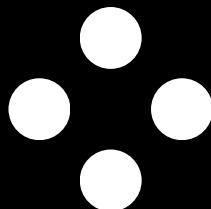
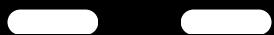
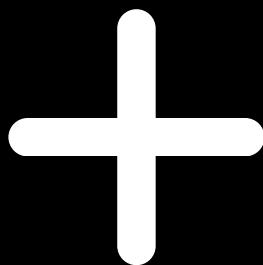
Com o que você deseja sintonizar? Com quais pessoas você fará isso?



CAPÍTULO 25

Licenciado para:

# QUE ONDA É ESSA?



VOCÊ É UM  
BARCO E PRECISA  
LEVANTAR  
A VELA



## QUAL A SUA ATITUDE DIANTE DAS DIFICULDADES?

**V**ocê sabia que o mar é igual para todo mundo? As ondas também são iguais. Tudo é igual. O que não é igual é a forma com que as pessoas se comportam. Como você se comporta diante daquilo que você não conhece e não sabe?

Sempre virá uma onda, depois outra, e outra, e outra. Sempre haverá motivos para resmungar. Quer crescer na vida? Pare de reclamar e pegue a onda. Quando uma onda parar, virá a outra, então faça isso. Parou uma crítica, lá vem outra, e o que você vai fazer? Sair do mar? Ainda que você afunde, acredite, você tem ar suficiente no pulmão, para ir até o fundo e voltar.

Você nasceu para velejar, você é um barco e precisa levantar a vela. A gravidade e todas as leis que há na Terra, ninguém consegue mudar. Ninguém consegue mudar o mar.

Sabe de que jeito você consegue? Aprendendo a lidar com as ondas. Existem pessoas que surfam na onda, os outros reclamam. Que tipo de pessoa é você?

Não sei se você sabe, mas o Gabriel Medina é brasileiro e também o campeão mundial de surfe. O que, para muitos, é motivo de chateação ou de talvez perder a própria vida, para outro é apenas uma diversão.

Aprenda o seguinte: você não dá conta de velejar? Pare de chorar e vá perguntar para quem sabe velejar. "Mas eu já tentei tantas vezes!", então quer uma dica? Tente de novo, e de novo, e de novo.

Nenhum tipo de onda fica parada. Nem a onda sonora nem a onda do mar.

### **Qual ensinamento você pode tirar disso? Nunca pare!**

O globo terrestre gira a 1.675 quilômetros por hora e você aí, insistindo em ficar parado. Você acha que isso pode dar certo?

Cada um sempre vai ter uma experiência na onda, o segredo é nunca ficar parado. Se você se associar a outras pessoas, sem dúvida será mais fácil.

Eu tenho percebido uma coisa observando as pessoas, e cheguei à conclusão de que os que reclamam não vão prosperar. Não entendem o recurso que têm em suas próprias mãos e jogam completamente no lixo uma vida com propósito.

Faça diferente. Às vezes as ondas vão se acalmar, mas é só por um momento. Aprenda a superar o mar revolto. Você tem essa habilidade.

## ATIVIDADE

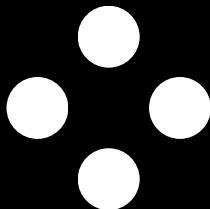
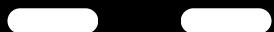
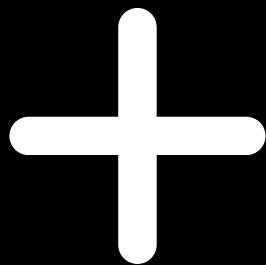
Faça uma lista de sete coisas que você irá enfrentar e nunca mais olhar para trás


Licenciado para:



CAPÍTULO 26

O LEME DO NAVIO



SE VOCÊ NÃO  
CALAR A BOCA,  
VOCÊ VAI PERDER  
MUITA COISA QUE  
ERA SUA



## OU VOCÊ TEM DOMÍNIO SOBRE ELE OU ELE TERÁ DOMÍNIO SOBRE VOCÊ

**S**abia que você fala demais? Sabia que as pessoas deveriam ter dúvidas sobre você, mas elas têm certeza a seu respeito? Se uma pessoa passasse a vida inteira na dúvida se você é tolo, ela nunca teria problema com você. No entanto, se ela tiver certeza de que você é tolo, acabou a amizade, acabaram os negócios, acabou tudo.

Minha dica para você é: Shiu! Cale a boca!

Por que as pessoas ficam falando sem parar, atrapalhando umas às outras? Você, que é uma pessoa que reclama, sabe por que você tem que calar a boca? Porque você está clamando que essa coisa se repita. Reclamar é clamar duas vezes.

Você, que fica magoadinho, sabe o que é a mágoa? É uma “má água”, é um esgoto que fica dentro da sua cabeça.

As pessoas têm uma necessidade compulsiva de falar sem parar. Vou lhe dar um conselho: os sábios não falam. Quer saber mais? O sábio sempre fala depois do tolo, porque o tolo descarrega tudo o que tem na boca dele e na cabeça primeiro. O sábio escolhe os melhores pontos e palavras e depois conecta uma pergunta.

Sabe por que você tem que calar a boca? Porque você está gerando crédito contra você. Na verdade, você está juntando um saldo negativo contra você. Se você não calar a boca, você vai perder muita coisa que era sua, porque você fala demais.

Você, que é vendedor, por exemplo, às vezes fala: "Vou lhe dar um desconto", quando o cliente nem lhe pediu desconto. Diga-me: Quem lhe pediu desconto? Hein! Ninguém! Então, por qual motivo você ofereceu? Porque você fala demais.

Eu sei que é difícil, porque você é alguém que se importa com as pessoas e talvez esteja achando ruim o que eu estou lhe direcionando aqui, mas eu sou alguém que, com humildade, um dia, ouviu alguém falar o seguinte: "Pablo, cale a boca! Você fala demais e você vai perder oportunidades na sua vida porque você conversa mais do que deveria".

Como eu fui transformado por alguém, eu estou lhe dando a chance de aprender a calar a sua boca.

Por exemplo, você tem um projeto novo e já sai contando para todas as pessoas o que vai fazer e o que quer realizar. Existem dois motivos pelos quais você não deve sair contando todas as coisas: as pessoas vão entrar na frente e vão fazer o que você faria; seu cérebro libera um hormônio de saciedade e você já nem quer fazer mais.

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

Quando você fala demais, você vai entregar tudo o que você tem. Respire bem fundo. Faça sempre o que você quiser fazer, mas faça em silêncio.

Existe a ditadura da resposta que diz que, se você quer aprender a sabedoria, você precisa parar de responder a tudo o que lhe perguntam. Devolva a pergunta, seja sábio.

Descubra primeiro o que as pessoas querem, qual a intenção delas. Você precisa transbordar em sabedoria, mas, se você fala demais, não há como.

### ATIVIDADE

Anote abaixo pelo menos três coisas que perdeu na vida. Usando perguntas, faça um plano de ação para recuperá-las.


Não faça mais isso! É ridículo! Se você não abrir a sua boca somente na hora certa, sua boca vai servir de esgoto e vai fluir muito lixo, pois seu cérebro não consegue drenar o que está saindo. Repita comigo em voz alta: Minha boca não é esgoto!

Você não pode ser esgoto, pois o esgoto vai afetar a vida das pessoas. Da sua boca sai vida ou morte. Se você continuar sendo esgoto, matará todos em sua volta. Sua boca precisa ser uma fonte de sabedoria que saiba fazer perguntas e construir coisas.

Talvez sua avó, que nunca estudou neurociência nem estudou artigos da Nasa, já dissesse: “Bate na boca, menino! Não jogue palavras ao vento”. Conforme a Bíblia, sobre tudo o que você fala, você tem responsabilidade e prestará contas.

Em Provérbios diz: “Não saia da sua boca nenhuma palavra torpe”. Sabe o que sua boca está falando? Do que está cheio o seu coração. Você corrige isso corrigindo a raiz do seu coração. Prove quem você é com comportamento e não com palavras. As suas palavras comovem, mas é o seu comportamento que convence as pessoas.

Quando você fala demais, você está atraindo a pressão para o seu lado. Mas me diga, para que ficar com a pressão? Transfira para o outro em forma de pergunta, você não precisa ficar com isso.

Até o tolo se passa por sábio se ficar calado. Pare de falar demais na internet, não defenda os outros. Fale o que precisa ser falado, mas seja pontual. Não seja refém de ninguém.

Cale a boca. Isso vai salvar a sua vida, pois salvou a minha. As pessoas vão parar de ter certezas sobre você e começarão a ter dúvidas a seu respeito. Coloque sua língua no modo edificação.

Uma das coisas que mais toca o meu coração são as pessoas após o Método IP me mandarem mensagem falando que abandonaram a fofoca.

A maioria das pessoas é fofoqueira. Você é assim? Quando um fofoqueiro vem falar comigo, eu pergunto: “Isso que você quer que eu ouça, se eu ouvir, vou poder ajudar a pessoa?”. Se a resposta for negativa, eu não quero ouvir. Não gaste energia à toa.

# VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

**Repita comigo: Eu vou calar a boca e vou cuidar da minha vida.**

## ATIVIDADE

Quais são as três pessoas com quem você mais tem dificuldade de calar a boca? Elabore três perguntas para cada uma delas.

Nome:

Nome:

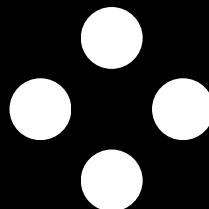
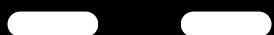
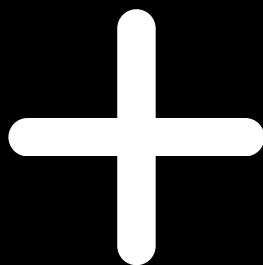
Nome:



CAPÍTULO 27

Licenciado para:

# ABANDONE A DISCIPLINA



**SE VOCÊ DEIXAR  
O HÁBITO SEM  
ALIMENTO, ELE  
MORRE**



## NÃO VIVA POR REGRAS, TENHA UM ESTILO DE VIDA

**A**ntes de tudo, você precisa compreender o que é a disciplina. Você sabe o que é isso? Disciplina é regra e, desde quando eu aprendi isso, minha vida mudou. Um livro que você precisa ler é *A única coisa*, do Gary Keller.

Mentalize que na sua mão esquerda vão estar sempre a lei, as regras e a disciplina. Na sua outra mão, do lado direito, vão estar os princípios e o estilo de vida.

Se quer ir para a academia e não consegue mais, é porque você simplesmente instalou a regra da mão esquerda, e isso o faz caminhar na lei.

No Método IP, eu digo para as pessoas não seguirem regras. Com a gestão de hábitos, você consegue qualquer coisa. Ohábito precisa ser como uma gestação. Primeiro, é necessário

ir e fazer, para depois reproduzir: antes da fecundação, vem o ato sexual e, depois, você precisa cuidar da gestação.

Algumas pessoas não conseguem permanecer no hábito porque abandonam o feto ou então o abortam. Ao gerir e gestacionar esse hábito, ele vai nascer e você precisa alimentá-lo, não pode deixá-lo sem leite.

Se você deixar o hábito sem alimento, ele morre. Primeiro vem o leitinho, depois a papinha, que são os legumes amassados, depois, o macarrãozinho e, por fim, você dá a carne sólida. A picanha só vem por último.

Sabe o que vai acontecer quando seu hábito ficar adulto? Você pode ficar tranquilo, porque ele se tornou um estilo de vida. E esse é o objetivo final.

Então existe um vale, o vale da mão esquerda, que é a lei. Cuidado com a lei, pois com ela ninguém prospera. Afinal, ninguém nunca cumpriu a lei, inclusive é da Bíblia que eu estou falando.

Sabe por que o livro de Provérbios jamais ficará retrógrado? Porque ele não é um livro de regras, ele é um livro de princípios. Você comprehende a diferença entre os dois?

Então, para que você não se esqueça: regras, leis e disciplinas, mão esquerda e, na mão direita, hábitos, princípios e estilo de vida.

Jesus não seguia regras, tanto é que os fariseus ficavam loucos com ele porque o negócio dele era sobre princípios. Nunca faça algo que fira os seus princípios.

Não confunda com a lei humana, estou falando sobre disciplina. Você pode me dizer: "Pablo, mas eu não vou usar a disciplina nunca", mas a disciplina é igual àquela

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

chupeta que você coloca para acionar o carro. Só serve para acionar o carro, depois, você a arranca, e ela perdeu a utilidade. Ninguém anda com aqueles cabos para fora do motor. Você precisa entender uma coisa, se você abandonar a disciplina, é porque você instalou um hábito.

Perguntaram-me certa vez durante o Método IP na Alemanha, quantos novos hábitos eu adquiri nos últimos anos, e eu contei rapidamente. Na ocasião, contabilizei cinquenta e três novos hábitos. Para ganhar cinquenta e três novos hábitos, você precisa abandonar cinquenta e três hábitos antigos.

Como eu já comentei, já abandonei a pornografia há anos e não tenho tentação com essa desgraça. Enquanto eu tentei levar essa vida na lei, na regra, ela não funcionou. Já abandonei refrigerante, não assisto à televisão, cuido do meu corpo, mudei minha mentalidade e minha forma de pensar.

Você compreendeu o que eu falei a respeito de princípios e regras, lei, disciplina e hábitos?

### ATIVIDADE

Selecione agora sete novos hábitos que você deseja abandonar na sua rotina.

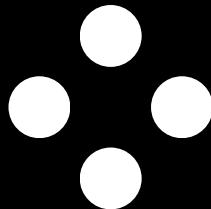
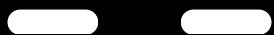
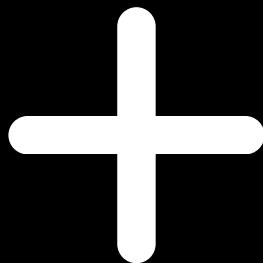

## PABLO MARÇAL


Seleciona agora sete novos hábitos que você deseja incorporar na sua rotina e fazer disso seu estilo de vida.


CAPÍTULO 28

Licenciado para:

**DEIXE DE SER  
RELIGIOSO**



O ATO DE IR À  
IGREJA É O ATO  
DE SERVIR MOS  
UNS AOS OUTROS

Licenciado para:



## A RELIGIÃO VAI MATAR VOCÊ

**Q**uero chamar sua atenção para a religião. Deus não é evangélico nem católico. Jesus era judeu e nunca tocou nesse assunto.

Jesus nunca vendeu o judaísmo para ninguém. Salomão nunca ficou com religiosidade, e eu quero lhe falar: só você que é um religioso.

Sabe por que você é religioso? Porque você precisa de uma gangue para defender, de uma facção ou de um time de futebol para pertencer. Você precisa disso para se firmar e defender.

Eu tenho certeza de que um homem que vai descer em um cavalo branco vai derrubar essas placas que os homens poderosamente defendem mais do que o nome do Criador.

Se o próprio Jesus, em Terra, nasceu na religião judaica e nunca pregou a religião na qual nasceu, por que

você faz isso? Por que você defende com a sua própria vida a religião que você tem?

Eu vou a mesma igreja há mais de vinte anos. Vou lhe explicar o que é religião e o que você deve fazer com ela. Eu dou dízimo, dou ofertas e não teria que lhe contar isso, mas, como você é religioso, estou lhe falando essas coisas para libertá-lo, porque “alguém” me mandou fazer isso.

Religião, no latim, significa *religare*. Trata-se de um ato de piedade de Deus para com o homem, como eu já havia comentado anteriormente.

Tome cuidado com a religião, porque ela pode servir para você como uma bolha que o envolve e irá emburrecê-lo.

Ela fará você sempre admirar homens e nunca o deixará fazer o que o nosso Mestre mandou, que é fazer obras maiores. Você sempre vai se submeter a alguém menor que o Mestre e que nem está fazendo as obras maiores.

Sou muito a favor de você continuar indo à comunidade que frequenta, que você chama de igreja, mas a Palavra fala que onde estiverem dois ou mais, ali Ele estará.

A igreja não é um jogo de futebol. A igreja é um intervalo do jogo, em que você discute uma estratégia, ouve uma palavra nova e avança. O jogo de futebol acontece na sua vida.

Um grande amigo uma vez me disse: “Em tal mês, eu estarei liberado para fazer alguma coisa para Deus”. E eu falei: “Faça hoje. Não fique esperando, pois não há tempo para isso”.

Os religiosos, se não tiverem cargos, não conseguem servir a Deus. Se não forem delegados dentro de um prédio, de uma estrutura, não servem a Deus.

Ele vai dar novas linguagens para novas pessoas e não vai ser do jeito que você conheceu. Ele vai usar pessoas a partir de agora que repudiam a religião. A única e verdadeira religião é cuidar dos órfãos e das viúvas, conforme Tiago 1:27.

Você precisa desejar ser livre, pois um bom escravo não sabe que é escravo. E um bom escravo, quando alguém fala sobre liberdade, não deseja ser livre. Afinal, ele não quer tomar conta da própria vida.

Alguns religiosos têm impedido que algumas pessoas abaixo deles, dentro das instituições, participem do Método IP, porque todo mundo que faz abre a mente e enxerga Jesus direto na fonte. Essas pessoas conseguem ativar a identidade e o propósito de vida delas e isso irrita muita gente religiosa.

Eu desafio qualquer pessoa a achar um resquício, uma unha do Lúcifer no ensino que eu pratico e compartilho. Eu não estou falando de rebeldia, estou falando de sabedoria.

Para produzir sabedoria, um tolo precisa soltar muita fumaça do escapamento, pois tudo fica preso em seu coração, e é preciso colocar para fora.

Você, que parou de ir à igreja, é mais religioso do que os que estão alienados em uma instituição. Por que você ficou bloqueado com isso? Não carregue as pessoas, seja livre de verdade.

A maioria das pessoas com quem converso e que decidiram não ir mais à igreja tem um problema sério: criaram uma segunda religião, a de não ir à igreja. Elas não conseguem mais ir à igreja porque não têm um coração ensinável.

A igreja é um lugar de hipócritas, sim, mas sempre cabe um coração ensinável. Você será muito bem-vindo lá. Quero lhe dizer algo: vá à igreja.

O ato de ir à igreja é o ato de servirmos uns aos outros. É uma comunidade onde você cresce também em *networking*, mas quero lhe falar algo: Deus não está lá. Ele não funciona dentro de um prédio. Ele está dentro da maior edificação que já foi criada na existência: você.

Jesus era judeu e nunca vendeu nem entubou judaísmo para ninguém. Abraão também não fundou a religião. Por que você defende isso mais do que o evangelho puro e simples? Por que você acha que a sua religião é a melhor coisa que existe? Nem a minha nem a sua estão certas, a verdadeira religião eu já compartilhei com você qual é.

Quero falar algo a você, religioso, que tem perdido a sua vida, pois fica a semana inteira sendo um ateu praticante, mas, no dia do culto, da missa, do encontro ou do que você chama suas reuniões, você vira um santo, cumpre as regras, faz careta, levanta as duas mãos, só porque imita os outros: vá direto à fonte e se conecte a Ele.

Igreja não é hospital onde só há gente doente. O índice de suicídio dos pastores tem aumentado assustadoramente porque eles tentam, com o coração limpo, cuidar da vida dos outros, mas eles não têm que cuidar da vida de ninguém.

Você é a imagem e semelhança do Criador. Você não é nenhum deficiente mental, corporal e espiritual. Você não é um deficiente completo e, mesmo que você seja, você vai reagir.

Por que você é religioso? Todo religioso quer admirar alguém poderoso e fica preso nessa situação. Vá direto à fonte, vá direto ao Criador. É possível você encontrar com

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

Ele todos os dias, como Adão encontrava, mas não é em lugar algum, a não ser dentro de você.

Se nem Jesus fundou o cristianismo, quero lhe falar outra coisa: cristianismo não é religião, é um estilo de vida. Não saia da sua igreja, aprenda a servir essas pessoas porque você tem Ele transbordando dentro de você. Não seja tolo a ponto de entender errado tudo o que estou falando para você aqui, mas aqui está o segredo: Ele não apoia sua religião.

Se você não cuidar da sua vida, e não amá-lo e não se sentir amado por Ele, você pode ir à religião que for, vai para o inferno do mesmo jeito. Vai ser terrível o dia em que os religiosos tentarão entrar em uma porta e não entrarão porque estavam edificando coisas para si mesmos.

Há duas formas de você se manter nesta vida e atravessar para a outra vida, que é a eternidade: com a sua glória, ou com a glória dEle. Se a glória for dEle, você está dentro, mas se a glória for sua, você está fora.

Não vou falar para você tomar cuidado com a religião, porque você precisa tomar cuidado com a sua ignorância enganando e não conhecendo Ele na fonte, ficando apenas ouvindo histórias sobre Ele.

### ATIVIDADE

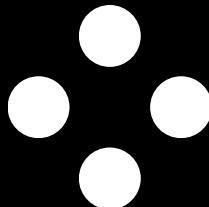
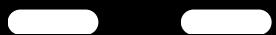
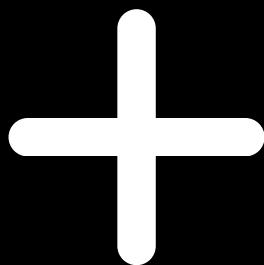
Vá à igreja (qualquer uma que faça sentido para você) e relate abaixo como foi essa experiência

Licenciado para:

CAPÍTULO 29

Licenciado para:

# DEUS NÃO ESTÁ NO CONTROLE



**VOCÊ PRECISA  
ASSUMIR O  
CONTROLE DA  
SUA VIDA**



## SUA VIDA É DESSE JEITO PORQUE VOCÊ NÃO SABE QUANDO DEIXAR ELE CONTROLAR A SUA VIDA

**V**ocê precisa mudar a partir de agora o que entende por livre-arbítrio e autorresponsabilidade. Sabe por quê? Se Ele estivesse no controle, sua vida não estaria uma merda como está hoje. Você não teria tantos medos, você não estaria ansioso, mas Ele não está no controle, sabe por quê? Porque a sua vida é responsabilidade sua.

Mesmo que você esteja debaixo da graça e viva isso todos os dias, se Ele estiver no controle, não há falha alguma na sua vida. Então, Ele não está. Você tem a vida que merece.

Muitas pessoas não gostam quando eu falo esta frase, mas só não gosta de ouvir *Cada um tem a vida que merece* quem não tem uma vida boa, porque quem tem uma vida boa sabe que a frase é correta, quem não tem, acha ruim aceitar isso.

Instale na sua mente a palavra *autorresponsabilidade*. Aproveite e abandone o *vitimismo*, pois essas duas palavras não podem ser amigas.

Se você entende que Ele lhe deu uma liberdade, um livre-arbítrio para você escolher amá-lo ou não, Ele não está no comando. Deus fez o céu e a terra, os céus para Ele e a terra para nós, filhos dos homens.

Fica até parecendo que eu quero colocar você contra Ele, não fica? Mas eu quero colocar você perto dEle, e a responsabilidade de andar perto dEle é sua, e não dEle, porque você não consegue fugir dEle.

Existe um amor perseguidor, que é o amor dEle por você. Se Ele estivesse no controle, você seria muito próspero, porque Ele não é pobre. Jesus só tem riqueza para dar.

Coloque uma coisa na sua cabeça: Deus não está no controle, é você quem está no controle da sua vida, e sua vida é responsabilidade sua.

Pare de ser enganado e achar que Ele é quem vai ter que fazer tudo. Ele é o Deus do impossível, porque o possível você deve fazer. Ele não vai fazer nada para você ou por você daquilo que você precisa fazer.

Você precisa assumir o controle da sua vida, porque ela não tem controle remoto e você vai precisar levantar a bunda do sofá. Vai ter que trocar o canal, pois esse canal e que você está não funciona.

Salmos 115:16 nos diz: “O céu, até os céus são do Senhor, mas a terra ele deu aos filhos dos homens”, isso significa que você só precisa crescer para tomar posse do que é seu, não precisa fazer força.

## ATIVIDADE

Escolha e escreva sete atitudes que você precisa ter para assumir a autorresponsabilidade da sua vida

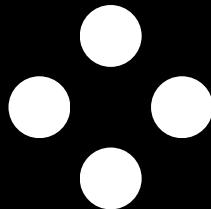
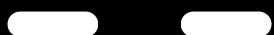
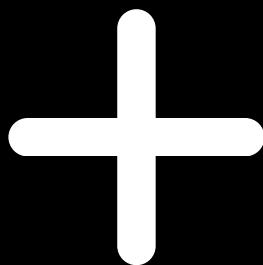

Licenciado para:



CAPÍTULO 30

Licenciado para:

**VOCÊ É BARATO  
DEMAIS!**



O MATERIAL É  
SÓ UMA ESFERA  
QUE AFETA SEU  
CORPO, NÃO SUA  
ALMA E SEU  
ESPÍRITO



## AS COISAS SÓ SÃO CARAS PARA VOCÊ POIS VOCÊ NÃO RECONHECE O SEU VALOR

**N**a avenida Paulista, em São Paulo, existem prédios que pagam cinquenta mil reais de IPTU por mês. Quero abrir sua mente. Se algo estiver caro, é porque você é barato demais. Se você transmite valor, se você gera valor, as pessoas vão querer se conectar com você. Então, o que você precisa, simplesmente, é gerar valor.

O que mais me chamou atenção nos prédios da Paulista foi a quantidade de antenas que havia em cima de cada prédio. Sabe por que eles pagam esse IPTU absurdo? Porque eles geram valor o tempo inteiro nessa avenida. Grandes negócios multibilionários estão lá.

Mas por que se aglomerar em um lugar? Para você dominar o mercado. Se você ainda acha as coisas caras é porque você é barato demais.

Lembre-me que quando fiz o Método IP 66 em São Paulo, as pessoas achavam caro, quando, na verdade, elas apenas não compreendiam o valor que eu estava gerando e não investiam em autoconhecimento, por se considerarem baratas e acharem que não vale a pena.

As pessoas pensam que é caro quando, na verdade, são elas que são baratas e pensam: "Não vale a pena". O engraçado é que você é capaz de investir em algo muito mais caro e que vai desvalorizar rapidamente, mas não investe em algo que pode levá-lo a investir mil vezes mais.

Você precisa buscar gerar valor. Quando decidi fazer o Método IP 66 na esquina com a Paulista, paguei um alto custo, mas gerei valor onde eu queria e da forma que eu queria. Você precisa compreender que existe uma diferença entre custo e receita. Custo sempre lhe gerará receita. Se houver algo em que você precise investir e você terá retorno nisso, faça! Agora, se for despesa, não terá retorno. Cuidado com as despesas.

As coisas são caras para você porque você é barato demais. Você precisa gerar valor em você, e aí perceberá a diferença.

Você que acha que tudo é caro nunca vai comer em um lugar bom, ter um carro bom, ter uma casa boa, porque tudo é caro.

Você vai comer o melhor da Terra. Você pode até me chamar de materialista, mas, se Deus não gostasse de matéria, não diria que você iria comer do melhor nem lhe daria uma terra como herança. Ele teria nos feito apenas com alma e espírito, e viveríamos orbitando em algum lugar.

Não deixe o material dominar você. O material é só uma esfera que afeta seu corpo, não sua alma e seu espírito.

## VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

Você não tem que se submeter a coisas, mas a sua mente precisa dominar sobre todas as coisas.

Caro é você passar uma vida inteira e não experimentar uma vida que você deveria ter experimentado. Caia na real! Se você acha que tudo é caro, é porque sua vida é barata demais, mude isso.

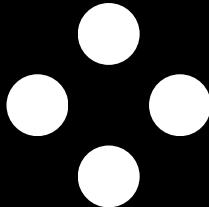
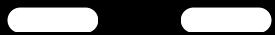
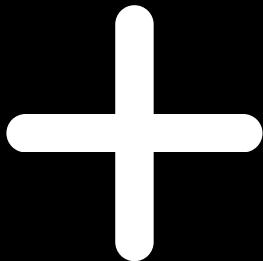
### ATIVIDADE

Liste três coisas que você tem achado caro. Você vai, a partir de hoje, mudar a sua mentalidade?




CAPÍTULO 31

VOCÊ É  
COMPLETAMENTE  
ALIENADO



**QUEM É  
ALIENADO É  
VITIMISTA E CRIA  
DEPENDÊNCIA  
EMOCIONAL NAS  
PESSOAS**

Licenciado para:



## CONTINUE ASSIM E VEJA AONDE VOCÊ VAI PARAR

**V**ocê sabia que 98% da população mundial é alienada a algum tipo de coisa? Elas não governam suas vidas em certas áreas mentais.

Como jurista, vou lhe ajudar na linguagem jurídica. Alienação é a transferência de bem ou direito para alguém.

Quando uma pessoa é alienada, ela vive dando opinião, e isso precisa ser mudado. Você precisa parar de ser opiniático. Quando uma pessoa é livre, não precisa dar opinião.

O alienado nunca está errado, sempre está certo. Ele nunca volta atrás, mas quem é livre volta atrás, como diria Juscelino Kubitschek: “Volto atrás, sim, não tenho compromisso com o erro”. Se você errou, acredite: você vai continuar errando. Se der tudo errado, volte atrás, não tenha compromisso com o erro.

Quem é alienado é vitimista e cria dependência emocional nas pessoas. Sempre deixa você na zona dele, para que você não possa avançar. Quem é alienado sempre faz comportamento de gato, aquele comportamento que gera dependência nos outros. É aquela sua amiga chata que não tem namorado, não tem ninguém e fica o dia inteiro azucrinhando a sua cabeça e a sua vida.

A pessoa que é livre estimula a autorresponsabilidade nas outras pessoas.

Cuidado com a alienação. Sua vida está sendo governada ou por grandes corporações, ou por grandes religiões, ou por mentiras, ou por ignorância, ou por informação. Já disse uma vez e volto a repetir: não assista à televisão.

Alguns argumentam serem alienados por mim, mas eu não estou pedindo que você me siga. Cuidado, pois é isso que as pessoas pedirão a você, que você as siga, de graça, e ainda o enlouquecerão.

Um alienado pede autorização para os outros. Pedem autorização para casar, para comprar um carro, uma casa, ou para qualquer decisão que tenham que tomar. Pare de papo furado de depender todo o tempo de autorização dos outros.

O alienado odeia fazer e responder perguntas e, quando você faz perguntas para ele, ele diz: "Cala a boca, rebelde, você está em rebeldia". Entretanto, o livre faz perguntas o tempo todo, pois ele não tem compromisso com a dúvida, ele quer gerar o entendimento das coisas.

O alienado cuida mais das coisas da igreja, ou da empresa, ou de amizade falida, pois não cuida da própria vida e gasta o tempo da família com outras coisas. Você não pode valorizar nada mais do que sua família. As outras coisas

são consequência, são o transbordar do que você é dentro de casa. Quer uma dica? Questione.

Se você é livre, siga os três remédios que lhe darei agora: *não aceite nada, questione tudo, e faça diferente*. Isso não é rebeldia, isso é cuidar da própria vida.

Uma pessoa alienada entra em estruturas, e o nome da estrutura sempre vem antes. Na minha empresa, a Plataforma Internacional, eu faço questão de que as pessoas não tenham mentalidade de trabalhador, para que todos prosperem. Muitos pensam que não gosto delas, mas a verdade é que eu só quero que elas prosperem.

Sabe qual o segredo da alienação? É que as pessoas não gostam de pensar. Pensar gasta muita energia. É mais fácil confiar no que as pessoas falam, é mais fácil acreditar em crenças, em situações que você já viu, porque assim você não precisa acreditar em mais nada. Não seja alienado.

Para deixar de ser alienado, você precisa ir direto à fonte. O conhecimento liberta. Não aceite que pessoas lhe proíbam de fazer coisas, isso não funciona. Aprenda o que é liberdade. Cuidado com a alienação, pois ela pode matar você e impedir seus filhos de experimentarem o melhor da Terra.

Guarde o seu coração e vá se conectar diretamente à fonte, esta é a única forma de cuidar da sua vida. Você precisa abrir seus olhos. Pare de ser idiota! Acredite no Cristo que existe dentro de você.

Apenas 2% da população do mundo governa o planeta, pois não são alienados a absolutamente nada.

Repita: um ser que pensa não é alienado a absolutamente nada.

## ATIVIDADE

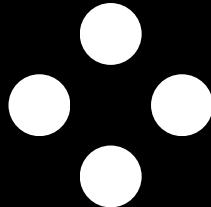
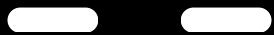
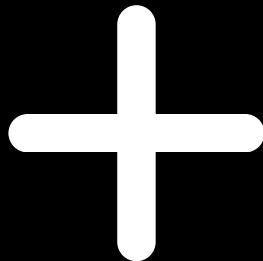
De quais coisas você vai abrir mão para deixar de ser um alienado?

Licenciado para:

## CAPÍTULO 32

Licenciado para:

# DEMISSÃO É LIVRAMENTO



**ACREDITE, VOCÊ  
PODE! VOCÊ É  
A IMAGEM E  
SEMELHANÇA DO  
CRIADOR**



## APRENDA VERDADEIRAMENTE O QUE É EMPREENDER E SE LIBERTE DA ESCRAVIDÃO

**D**emissão é um livramento e você precisa compreender isso. Todos nós nascemos para empreender. Era assim antes da Revolução Industrial, mas nós nos tornamos cada vez mais idiotas, porque o nosso pensamento foi formatado desde a escola e com as outras gerações que foram manipuladas pela Revolução Industrial. Esse modelo atual de faculdade, pós-revolução, não funciona.

Você vai para uma faculdade de administração e tudo o que você quer é aprender a cuidar do negócio dos outros. Você sabe por que existem empresas multibilionárias? Porque você não abre a sua.

A primeira vez que eu pensei isso, não fez o menor sentido. Todos nasceram para empreender, mas você, que tem algum tipo de bloqueio, ansiedade, depressão etc, tem tanta treta que isso molda sua visão sobre você mesmo e,

então, começa a achar que não pode empreender. Acredite, você pode! Você é a imagem e semelhança do Criador.

Antigamente, as pessoas empreendiam com sua própria terra, e elas trocavam entre si, mas agora temos a indústria que diz que você não pode mais fazer isso. Dizem que você não precisa plantar porque eles farão isso. Injetam agrotóxicos para o desenvolvimento mais rápido do alimento, para que você possa trabalhar para eles e comprar deles o alimento de “alta qualidade”!

Você foi demitido? Aleluia! É hora de empreender! É um livramento. Seu namorado ou namorada terminou com você? Amém. É um livramento para você partir para a próxima etapa.

Eu me lembro bem de quando fui demitido pela primeira e única vez. Eu era sonoplasta da igreja, e a filha do pastor gostava de mim. Eu não gostava dela, mas gostava do pastor. E sabe o que aconteceu? Ele me mandou embora. Eu achei tão ruim, mas eu estava meditando e concluí: se ele não tivesse me demitido, eu estaria lá trabalhando no som, até hoje, pois era tudo o que eu gostava desde a minha infância. Ele me deu a chance de empreender.

Mas, naquele momento, eu não fui empreender. Virei atendente de *call center*. Nessa companhia eu fui muito alto, mas pedi para me desligarem em um momento de franco crescimento, eu estava liderando mil e cem funcionários diretamente. Contudo, a saída foi dolorida, pois, do dia para a noite, eu decidi não voltar. Saí de lá, fui para a companhia da família, passei pelo mesmo processo, e a próxima etapa da minha vida explodiu. Você carrega *drivers* e mais *drivers*, não para ficar cosigo, mas para que você tenha sabedoria.

Dos muitos investimentos que você faz, você quer só o retorno capital (pecúnia, dinheiro). Na verdade, você está acumulando um capital precioso de conhecimento, mas você não o valoriza. Pare de ser um trabalhador idiota.

Seja um trabalhador que capta o *know-how* da empresa em que você trabalha e das pessoas com quem você trabalha. Aprenda a forma com que as pessoas fazem, o que elas fazem. Seja como um bom judeu, que aprende com as pessoas, e ainda melhora aquilo que aprendeu.

Se você é trabalhador hoje, deixe-me lhe contar algo: você não precisa se revoltar. A própria Palavra nos fala que você precisa trabalhar para o seu patrão como se fosse para o Senhor. Não espere esse retorno do seu chefe, mas espere de Deus, pois é Ele quem vai criar um “pé na bunda” para você avançar, crescer e brilhar. Não leve como rejeição. Encare como amor e cuidado dEle para você.

Empreender nada mais é do que fazer todas as coisas crescerem e multiplicarem. A prosperidade não está relacionada a dinheiro e sim a ser abundante e crescer em todos os seus caminhos. Você foi demitido? Que bom! É a única chance que você tem de prosperar. Rejeitaram-no? Excluíram-no? Foram injustos com você? Livramento. Todas as coisas cooperam para o bem daqueles que amam a Deus e são chamados segundo o seu propósito.

Parece ótimo ter um bom emprego, mas entenda que o livramento é muito melhor. Acorde. Você é livre, pegue o livramento.

Existem pessoas que amam a carteira de trabalho, e outras que não a aceitam. O trabalho é digno, mas melhor que o emprego é o empreendimento e melhor que o empreendimento

é o dinheiro industrial, a renda passiva. Entretanto, você só chegará a esse nível depois de ganhar o seu livramento.

Durante a vida, temos vários livramentos e eles precisam gerar algo diferente em nós.

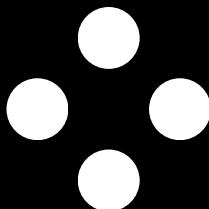
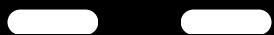
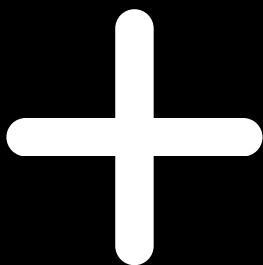
### ATIVIDADE

Qual foi o seu livramento? Foi demitido? Perdeu o namorado(a)? Foram injustos com você? Julgaram-no? Escreva abaixo qual foi e o que você fará a partir disso para que consiga avançar na sua vida e não ficar estagnado.

CAPÍTULO 33

Licenciado para:

# O QUE FAZER AGORA?



**AME O CRIADOR,  
AME A SI MESMO  
E TRANSBORDE  
DE AMOR PELAS  
PESSOAS**



## PRINCÍPIOS DO VÁ CUIDAR DA SUA VIDA

Neste último capítulo, você aprenderá aquilo que são os princípios básicos do *Vá cuidar da sua vida*. Se você começar a desempenhar as atividades contidas neste capítulo, será impossível não prosperar e crescer em todas as áreas.

Lembre-se de que as atividades (tarefas) são o que realmente farão diferença na sua vida, no seu caminhar e no seu sucesso. Sem isso, é impossível ir adiante.

Não se engane. Se você não fizer as lições direcionadas abaixo, dê esse livro a outra pessoa que realmente esteja comprometida com sua própria vida e queira experimentar o extraordinário.

## ATIVIDADE

Conecte-se a três novas pessoas que tenham a ver com seu propósito.

---

---

---

Faça sempre três perguntas: primeiro para você, depois para o criador e depois para a pessoa que está à sua frente.

---

---

---

Crie três novas tarefas relacionadas ao seu propósito de vida.

---

---

---

Ame o criador, ame a si mesmo e transborde de amor pelas pessoas.

SE NÃO  
ENTENDER O  
JOGO, VOCÊ VAI  
SER MAIS UMA  
VÍTIMA!

VÁ CUIDAR DA  
SUA VIDA







Licenciado para:



Esta edição foi impressa em formato fechado 160x230mm e com mancha de 110x180mm. O texto foi composto em Book Antiqua 12/16 e os títulos em Trebuchet MS 38/46.

OUTUBRO DE 2023

# VÁ CUIDAR

**V**ocê se dedica a cuidar da sua vida ou da vida dos outros? Se você perde tempo criticando a vida alheia, quem está cuidando da sua vida?

Vá cuidar da sua vida é uma frase imperativa e que nem sempre é bem recebida pelos ouvintes, todavia, só tem equilíbrio nas três esferas: espírito, alma e corpo, quem não perde tempo cuidando da vida alheia.

Neste livro, o autor Pablo Marçal apresenta conteúdos que vão de desenvolvimento pessoal, autoconhecimento a bloqueios emocionais, alienação e governo. Assim como em todos os outros livros do autor, prepare-se para ler nesta obra um conteúdo que vai ativá-lo. Chega de motivação!

Vá cuidar da sua vida, porque se você não governa a própria vida, alguém está fazendo isso por você!



ISBN 978-65-84702-17-2



9 786584 702172