

2021 – Editora Clube dos Autores

1ª edição – 2021
2ª edição – 2023

Proibida a reprodução total ou parcial deste livro sem autorização escrita do autor.

Todos os direitos reservados à Alessandra Garcia Pinheiro

Dados internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmera Brasileira do livro, RJ Brasil)

P654 Pinheiro, Alessandra, 2021
Parfum, o segredo das essências / Alessandra Pinheiro – Maricá, RJ: Editora Clube dos Autores, 2021
112 p.

ISBN 978 65 003 77941

1. Ensaio - biografia – 2. Comportamento humano – Cristianismo - Bíblia I. Título



SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....4

CAPÍTULO 1 – EM BUSCA DA MINHA ESSÊNCIA.....6

CAPÍTULO 2 - A HISTÓRIA DAS ESSÊNCIAS..13

CAPÍTULO 3 – O PERFUMISTA.....21

CAPÍTULO 4 – NOSSO DNA TEM A ESSÊNCIA DE DEUS 26

CAPÍTULO 5 – QUAL A COMPOSIÇÃO DA NOSSA ESSÊNCIA 29

CAPÍTULO 6 – ESSÊNCIAS ADULTERADAS . 42

CAPÍTULO 7 – A ESSÊNCIA REAL..... 47

CAPÍTULO 8 – O PODER DA ESSÊNCIA REAL...64

CAPÍTULO 9 – ESSÊNCIAS MARCANTES..76

CAPÍTULO 10 – CULTIVANDO A ESSÊNCIA DE DEUS EM NÓS..... 81

CAPÍTULO 11 – NOSSO PARFUM E AS ESTAÇÕES...94

CAPÍTULO 12 – DESCOBRINDO O SEGREDO DAS ESSÊNCIAS 106



INTRODUÇÃO

Quem não gosta de um bom *parfum*? Quem não gosta de deixar a fragrância de um bom *parfum* nas pessoas que abraçamos e beijamos? E quando perfumamos os ambientes em que estamos e as pessoas percebem que há algo bom e diferente por causa de nós? Não temos uma sensação boa por estarmos, de alguma forma sendo elogiados pelo bom *parfum* que estamos usando?

Começo falando de *parfum*, e não de colônias, pois ele, quando puro e verdadeiro, tem uma quantidade de notas e uma concentração de essências entre 23% a 35%.

Tive o privilégio de ter pais extremamente perfumados constantemente e que só usavam os *parfums* mais caros e melhores que havia nas importadoras. Aprendi com eles a usar gotas desses *parfums* perto da orelha, no pescoço e nos punhos todas as vezes que ia sair para algum evento especial.

Sempre preferi os cítricos aos amadeirados. Às vezes, gostava de alguns *parfums* de fragrâncias mais doces. Agora, o melhor de tudo era sentir essas fragrâncias em mim o dia todo e me sentir sempre perfumada. Geralmente, as pessoas gostavam do meu *parfum* e não o achavam



enjoativo. Eu colocava um pouquinho apenas, exatamente para não incomodar o olfato sensível de algumas pessoas. E você, já usou ou usa um bom *parfum*?

Espero que aqui, neste livro, você, meu querido e minha querida, possam conhecer um pouco mais do meu *parfum*, da minha essência. Fique à vontade para rir ou chorar, claro, mas meu desejo é que algo de bom aconteça com você, enquanto entra na minha história. *Welcome aboard!* Bem vindos a bordo!



CAPÍTULO 1

EM BUSCA DA



MINHA ESSÊNCIA

Resolvi escrever este livro porque Deus me levou a refletir muito nestes últimos anos sobre o tema essências de parfums na minha vida. Após muitas experiências difíceis nas áreas financeira, matrimonial e emocional, nestes últimos 15 anos, cheguei a uma conclusão de que grande parte do



que vivi estava totalmente conectada às essências de um bom parfum.

Eu descobri que a palavra de Deus explicava a respeito dessas essências e que investigando a minha própria essência eu chegaria até estas linhas.

Na verdade, creio que a maior parte da humanidade tem uma ânsia em conhecer o seu próprio EU, quer uma identidade definida, deseja descobrir a essência de todas as coisas. Entretanto, muitos estão se perdendo no caminho pela procura.

Muitas pessoas neste século estão tão dominadas pela síndrome do pensamento acelerado (SPA) segundo o psiquiatra, pesquisador e cientista Augusto Cury, e não descobriram ainda como gerenciar suas emoções, sua psique. Se recusam a parar e olhar para dentro de si. Têm medo ou não têm tempo. ¨ Investem tanto nas conquistas materiais, e se preocupam tanto com seguro de garantia, e com seguro de vida, mas não possuem um seguro emocional e muito menos espiritual para os desafios, perdas, fracassos e frustrações da própria vida. E quando as intempéries da vida chegam, ficam presas dentro de si, cativas dentro dos seus pensamentos,



perdendo o controle da própria vida.¨(Augusto Cury)

Por muito tempo acreditei que o meu parfum carregava minha essência verdadeira, porque eu achava que ele era 35% puro. Porém descobri que na verdade o meu parfum não era tão puro assim, mas tinha sua essência adulterada, a qual descreverei melhor nos próximos capítulos.

Passei muito tempo da minha vida acreditando nas mentiras dessa essência adulterada e carregando muitas bagagens que não eram minhas. Enquanto crescia, vivi muitas situações familiares que reforçavam a internalização dessas mentiras através de críticas destrutivas ao meu respeito, abusos verbais, e palavras negativas. Cresci acreditando que eu era frágil, medrosa, tímida, insegura, inconstante, sem personalidade forte, alienada e egoísta.

Infelizmente os modelos em quem me inspirava, confiava e admirava, meus pais e alguns familiares, contribuíram muito para que eu acreditasse nessa essência. Aliás, todas as experiências boas ou ruins, ocorridas na primeira infância, ficam registradas num banco de dados na nossa memória, sendo que as ruins e traumáticas



vão para uma área denominada janelas assassinas, as quais vão tentar se abrir na fase adulta e nos fazer reféns dentro da nossa própria mente.

Não quero culpar meus pais , pois creio que a falta de sabedoria, de saúde e emocional, de psicologia, e sobretudo, a falta de Jesus na vida deles, como referência para guiá-los como pais sábios e sensíveis à voz de Deus, foram alguns dos motivos pelos quais falharam. Porém, também me espelhei nas características e atitudes positivas e nobres que tinham, e sou grata a Deus e a eles por isso.

Descobri que os limites protegem a nossa essência. Porém a falta deles pode soterrar e distorcer a melhor parte de nós.

Para mim, a insegurança, autoestima baixa e a timidez, eram os meus Golias que me atrapalharam por muito tempo. Muitos pensamentos negativos permearam e controlaram a minha mente por muito tempo. A culpa por me sentir assim e não conseguir ser diferente, foram uma bagagem pesada que carreguei na minha adolescência e acabei levando para a vida adulta.



Como sempre me sentia inferior, e era extremamente insegura, aceitava as críticas destrutivas facilmente, e constantemente buscava intensamente agradar os outros para obter aprovação e aceitação. Com isso, dizer não se tornou outro gigante para mim. As pessoas me invadiam, faltavam com o respeito, pediam coisas, davam palpites, e eu acabava cedendo para evitar conflitos e críticas.

Os limites protegem nossa essência pura. Entretanto, a falta deles pode soterrar e distorcer a nossa essência mais pura.

Os mecanismos usados pelos meus pais, como a chantagem, as trocas por interesse, as práticas coercitivas e os abusos verbais, me esmagaram, e distorceram a melhor parte da minha essência que se encontrava escondida na minha essência real(de origem divina).

Os anos passaram, e aos 17 anos, após a separação dos meus pais, eu tive uma linda experiência com Deus, num acampamento de jovens em Anápolis, Goiás. E ali, eu entreguei a minha vida a Jesus. Deus me resgatou para o seu reino de amor, verdade e justiça. Deu-me uma túnica real, e me chamou de filha, e me deu uma



chave para liberar a minha essência real verdadeira e pura.

Essa chave era o Espírito Santo, que passou a morar dentro de mim. Ele o qual veio reafirmar o amor de Deus por mim, me ensinar, me confortar, me curar, me transformar e me fortalecer. E a partir daquele momento, uma grande jornada de experiências com Deus começaria, até me trazer para este momento atual que estou vivendo.

Aos 51 anos, creio que sou o que a palavra de Deus diz que eu sou. Enquanto ainda busco, com toda a minha fé, ainda, a minha verdadeira essência real, Deus me revelou que também preciso entregar a Ele, as cargas que tenho carregado, às quais não fui destinada para carregar, como a ansiedade, o medo, a culpa, a insegurança, e a rejeição.

Impressionante é ver que venho buscando descobrir meu real valor, meus dons e talentos, meu chamado, meu legado, há 31 anos. Dei muitas voltas e parei nos mesmos lugares. Frustrei-me muito comigo mesma por causa das constantes cobranças externas e das minhas próprias, e dos sentimentos de culpa.



Creio que vivi todos esses anos com Jesus sem me apropriar da verdade da sua palavra e vivê-la integralmente no meu dia a dia. Hebreus 11:1 e 12:1-3, nunca foram uma verdade absoluta na minha vida. Nesses versos aprendemos que não devemos andar pelo que vemos ou sentimos, mas pelo que cremos, pois a nossa fé em Cristo é que tem que nos guiar em todo o tempo. Mateus 11:28-30, fala de descanso, de entrega das cargas pesadas. Jesus diz que podemos viver essa vida aqui com aflições, mas de forma mais leve. O que estou vivendo hoje é uma descoberta da sua verdadeira graça, favor imerecido, que Jesus disponibiliza para mim e para você ainda nestes dias.