THOR:

A JORNADA DE UM NOME

Um livro-jogo de identidade, força e transformação

Wilsius Norte
Psicólogo
CRP 6/156090

AVISO IMPORTANTE

Esta é uma obra interativa de ficção simbólica, criada para ajudar pessoas a explorarem temas profundos como identidade, força interior e transformação — tudo isso através da jornada de um nome poderoso: THOR.

As situações aqui apresentadas são metáforas vivas, inspiradas na mitologia, mas conectadas à realidade emocional de quem está crescendo, se perguntando quem é, e tentando descobrir que tipo de força realmente importa.

O protagonista é chamado Thor — mas este não é um livro sobre deuses, raios ou mitos distantes. É sobre você. Sobre o garoto que carrega um nome (ou um peso, ou uma dúvida), e que precisa aprender que ser forte não é vencer sempre... é continuar inteiro quando tudo pede para desistir.

Este livro não substitui acompanhamento psicológico, mas pode ser um espelho narrativo: uma ferramenta para refletir, questionar e reescrever a própria história com mais verdade.

Porque, no fim, a pergunta não é “Quem é Thor?”
Mas sim: “Quem sou eu quando ninguém está olhando?”

ÍNDICE

02 - Aviso Importante

04 - Introdução – O nome que ecoa antes da voz

05 - Apresentação – Um livro. Um jogo. Uma jornada interna.

06 - Como Jogar – Escolhas que revelam o que você esconde

07 - Prólogo – Antes do trovão, o silêncio

09 - A Jornada

15 - Finais Alternativos

18 - Roteiro de Reflexões e Insights

21 - Conclusão – O nome continua o mesmo. Mas você não.

22 - Quem Eu Sou – Por que escrevi esse livro

24 - Recomece – Toda jornada real começa de novo

INTRODUÇÃO

Você já se perguntou o que o seu nome carrega?

Nem sempre um nome é só um nome. Às vezes, ele é promessa. Outras vezes, cobrança. E, em certos momentos, ele é exatamente o espelho que a gente evita.

Este livro-jogo nasceu para quem está tentando entender quem é, por que sente tanto, e o que fazer com essa tal força que o mundo tanto exige — mesmo quando tudo dentro parece caos.

Aqui, você vai acompanhar a jornada de Thor. Não o herói dos filmes. Não o deus dos trovões. Mas um garoto. Um nome. Um começo.

E talvez… você.

APRESENTAÇÃO

Essa pequena obra é uma narrativa interativa que mistura mitologia, escolhas pessoais e reflexões emocionais.

Ao longo dos caminhos, você será desafiado a decidir entre agir por impulso ou escutar o que sente, entre parecer forte ou ser verdadeiro, entre fugir da dor ou mergulhar na própria história.

Cada escolha que você fizer revelará partes diferentes dessa jornada — com finais possíveis que mostram as consequências de negar, esconder, enfrentar ou integrar quem se é.

Este livro-jogo é para quem está cansado de parecer e quer, finalmente, ser.

COMO JOGAR

1. Leia com atenção. Cada nível apresenta uma cena simbólica e uma frase-reflexão. A experiência acontece tanto no que está escrito... quanto no que você sente ao ler.

2. Escolha um caminho. Ao fim de cada nível, você terá duas opções. Escolha a que mais fizer sentido pra você (ou que mais te incomodar — às vezes é aí que mora o verdadeiro chamado).

3. Siga o destino indicado. As escolhas levam a novos níveis ou finais alternativos. Vá até o fim, mesmo que doa. O aprendizado está no percurso.

4. Não tem certo ou errado. Tem o que você escolhe. E o que você faz com isso.

5. Volte e explore outros caminhos. Cada rota revela um pedaço diferente da alma de Thor — e da sua.

6. No fim, lembre-se que o nome pode ser só o começo. A história é sua.

PRÓLOGO

Antes do trovão, o silêncio.

Antes da força, o vazio.
Antes do nome... o menino.

Não existe martelo.
Não existe glória.
Não existe mundo a ser salvo.

Só existe um garoto, parado diante de um espelho que não responde.
E uma pergunta ecoando no peito:

"Quem eu preciso ser para merecer esse nome?"

Todos acham que já sabem quem é Thor.
Mas ninguém pergunta o que ele sente quando falha.
Ninguém ouve o que ele grita quando o mundo exige que ele vença — sempre.
Ninguém nota que, às vezes, até os deuses querem colo.

Neste instante, entre um passo e outro, entre infância e guerra, entre verdade e aparência…
você está aqui.
Diante daquilo que mais assusta:
o início de si mesmo.

Seu nome é Thor.
Mas essa história ainda não foi escrita.

Só depende de uma escolha.
A primeira de muitas.

NÍVEL 1 – O CHAMADO DO NOME (Thor Criança)

Você está diante de um reflexo. Um garoto curioso, impulsivo, cheio de energia.
Seu nome ecoa por todos os lados: THOR. Mas... o que isso quer dizer?

> "Será que esse nome é só força, ou tem algo mais aí?"

ESCOLHA:

1. Vestir o nome como uma armadura. Mostrar força, sempre.
→ Vá para Nível 2A – O Guerreiro Precoce
2. Questionar o nome. Procurar o que ele realmente significa.
→ Vá para Nível 2B – O Primeiro Espelho

NÍVEL 2A – O GUERREIRO PRECOCE

Você age com pressa. Briga por tudo. Quer provar que é forte.
Mas toda batalha deixa um vazio maior.

> "Será que estou lutando pelo que importa?"

ESCOLHA:

1. Seguir lutando. Mesmo sem entender o porquê.
→ Vá para Nível 3A – O Guerreiro Ferido

2. Pausar. Observar. Perguntar: qual é minha real batalha?
→ Vá para Nível 3B – A Dúvida como Força

NÍVEL 2B – O PRIMEIRO ESPELHO

Você olha para dentro. Lê sobre Thor. Escuta histórias. Vê que ele também errou, caiu, mudou.
Começa a perceber: o nome não é fardo — é caminho.

> "Não preciso parecer forte. Preciso ser verdadeiro."

ESCOLHA:

1. Explorar o passado de Thor para entender o seu presente.
→ Vá para Nível 3C – As Faces do Nome
2. Negar essa conexão e seguir tentando ser “comum”.
→ Vá para Nível 3D – O Esquecimento

NÍVEL 3A – O GUERREIRO FERIDO

Você se machuca tentando vencer tudo. Sente cansaço, raiva e confusão.

> “Eu sou forte… mas estou sozinho.”

ESCOLHA:

1. Procurar ajuda e admitir fraqueza.

→ Vá para Nível 4 – A Queda
2. Fechar-se ainda mais.
→ Vá para Final Alternativo: O Guerreiro Desgastado

NÍVEL 3B – A DÚVIDA COMO FORÇA

Você escreve: “Por que estou lutando?”
E percebe que tem muitas respostas. Nenhuma clara. Mas isso é o começo da força verdadeira.

> “Questionar não é fraqueza. É sabedoria chegando.”

ESCOLHA:

1. Descer até as sombras. Encarar o que você tem evitado.
→ Vá para Nível 4 – A Queda
2. Pular essa parte. Achar que já entendeu tudo.
→ Vá para Final Alternativo: Thor Raso

NÍVEL 3C – AS FACES DO NOME

Você descobre o ciclo: Thor já foi criança, guerreiro, indigno, rei.
Talvez você também seja tudo isso — ao mesmo tempo.

> “Sou mais do que um rótulo. Sou uma jornada em movimento.”

ESCOLHA:

1. Aceitar as fases e ir mais fundo.
→ Vá para Nível 4 – A Queda
2. Resistir à complexidade e fugir pro simples.
→ Vá para Final Alternativo: Identidade Congelada

NÍVEL 3D – O ESQUECIMENTO

Você tenta apagar o nome. Finge ser neutro. Mas algo dentro te grita.

> “Negar quem eu sou dói mais do que errar sendo eu.”

ESCOLHA:

1. Voltar e se reconectar.
→ Vá para Nível 4 – A Queda
2. Persistir no apagamento.
→ Vá para Final Alternativo: O Invisível

NÍVEL 4 – A QUEDA (THOR INDIGNO)

Você perde tudo. Ninguém mais te reconhece. Nem o martelo.
Mas pela primeira vez, você escuta o silêncio dentro.

> “Talvez a força verdadeira seja... ficar. Sentir. Escutar.”

ESCOLHA:

1. Chorar. Escrever. Pedir perdão.
→ Vá para Nível 5 – O Encontro Interno
2. Fingir que está tudo bem e seguir vazio.
→ Vá para Final Alternativo: O Orgulhoso Vazio

NÍVEL 5 – O ENCONTRO INTERNO

Você encontra Thor. O de dentro.
Ele diz:

> “Ser digno não é ser perfeito.
É alinhar o que você sente, pensa e faz.”

Você percebe que é hora de reconstruir.

ESCOLHA:

1. Reescrever sua história com equilíbrio.
→ Vá para Nível 6 – A Ponte de Bifrost
2. Voltar ao automático. Ignorar a lição.
→ Vá para Final Alternativo: Thor Fragmentado

NÍVEL 6 – A PONTE DE BIFROST (INTEGRAÇÃO)

Você caminha entre mente e coração. Cria uma ponte.
Agora, você não luta para provar. Você age com intenção.

> “O Rei não impõe. Ele inspira.”

ESCOLHA:

1. Seguir como mentor. Ajudar outros a cruzarem suas pontes.
→ Vá para Nível 7 – O Espelho do Outro
2. Guardar essa força para si.
→ Vá para Nível 8 – O Trono Silencioso

NÍVEL 7 – O ESPELHO DO OUTRO

Você orienta. Conta sua jornada.

> “Ser Thor é lembrar que todo mundo cai. E todo mundo pode levantar.”

→ Vá para Nível 9 – A Promessa Escrita

NÍVEL 8 – O TRONO SILENCIOSO

Você governa sua vida com equilíbrio.
Não precisa de palco. Só de paz.

→ Vá para Nível 9 – A Promessa Escrita

NÍVEL 9 – A PROMESSA ESCRITA

Você pega papel e escreve:

> “Eu sou Thor. E escolho ser forte na compaixão.
Digno nas atitudes. Humano nos erros.
E rei da minha própria história.”

FINAIS ALTERNATIVOS

O GUERREIRO DESGASTADO

Você venceu tantas batalhas… mas não sabe mais por quê.
O peito pesa. O nome pesa. A solidão ecoa.

> “Lutei para ser visto. Mas ninguém ficou.”

Você segue em frente, mas é só casca.
Força sem direção. Barulho sem alma.
Um trovão que se perdeu de si.

Talvez ainda haja tempo… se você parar de correr.

THOR RASO

Você entendeu algumas coisas.
Pintou sua armadura com frases bonitas.
Mas evitou a parte mais difícil: olhar para dentro.

> “Melhor parecer forte do que escancarar o caos.”

Você construiu uma imagem sólida.
Mas por dentro… tudo escorrega.

Quem foge da profundidade, afunda no vazio.

IDENTIDADE CONGELADA

Você preferiu o conforto das respostas fáceis.
Negou a multiplicidade. Enterrou o caos criativo.

> “Ser complexo cansa. Vou me encaixar no que esperam.”

E assim... você deixou de crescer.
Seu nome virou uma estátua: bonita, mas imóvel.

Quem recusa a metamorfose, morre em silêncio.

O INVISÍVEL

Você apagou o nome.
Tentou ser “normal”. Neutro. Invisível.

> “Melhor sumir do que decepcionar.”

Mas o vazio te visita toda noite.
Seu reflexo te evita. E o mundo… nem nota sua ausência.

A vergonha de ser quem é nunca deve vencer o direito de existir.

O ORGULHOSO VAZIO

Você finge que está tudo certo.
Sobe no palco, sorri, performa.

> “Mostrar dor é fraqueza. Eu aguento.”

Mas o martelo não te escuta mais.
Nem você.

O orgulho que não chora é o mesmo que afunda em silêncio.

THOR FRAGMENTADO

Você teve a chance de unir tudo.
Mas escolheu voltar ao automático.

> “Sentir dói demais. Pensar dá trabalho. Melhor deixar quieto.”

Agora vive em pedaços: um nome aqui, uma atitude ali, mas nada inteiro.

E assim, Thor virou eco.
Não personagem — rascunho.

…

FIM. Ou melhor… RECOMEÇO.

ROTEIRO DE REFLEXÕES E INSIGHTS

1. Qual é o peso do meu nome?

O que as pessoas esperam de mim só por eu ter esse nome, rosto, corpo ou história?

Eu visto essas expectativas como armadura ou como prisão?

2. Força: estou provando ou sentindo?

Quando ajo com “força”, estou tentando me proteger, me impor ou me expressar de verdade?

Já confundi agressividade com coragem? Já escondi dor com ironia?

3. Que batalhas estou travando… e por quê?

Estou lutando para ser reconhecido? Ou para não me sentir fraco?

Essa batalha me aproxima de mim... ou me afasta?

4. O que estou evitando enxergar em mim?

Tenho medo de parecer frágil, indeciso ou confuso?

O que aconteceria se eu parasse de fingir que está tudo bem?

5. Quais partes de mim eu rejeito?

Já me senti indigno, pequeno, “menos”?

Como eu ajo quando sinto vergonha de mim?

6. Quais vozes dentro de mim merecem ser escutadas?

Tenho escutado só a voz do medo, da comparação, da cobrança?

E a voz da calma? Da verdade? Da infância?

7. O que é ser digno, para mim?

Quem eu admiro… e por quê?

Estou tentando ser alguém que inspira… ou alguém que impressiona?

8. O que significa reconstruir a si mesmo?

Que parte da minha história precisa ser reescrita com mais honestidade?

O que preciso deixar cair para levantar de verdade?

9. Quem pode cruzar a ponte comigo?

Com quem eu posso compartilhar minhas quedas e vitórias sem medo?

Como eu posso ajudar alguém a atravessar o que eu já atravessei?

10. Se hoje fosse o começo da minha história, o que eu escreveria?

Qual frase representaria minha intenção de agora em diante?

O que o “eu verdadeiro” escolheria como promessa?

CONCLUSÃO

Você chegou até aqui. E isso já diz muito.

Talvez tenha escolhido os caminhos mais profundos. Talvez tenha evitado os mais difíceis. Talvez tenha tropeçado em finais duros… ou tocado a inteireza do seu nome. Não importa. Você caminhou. E o nome que carrega agora já não é mais o mesmo que carregava no início.

Thor não é só trovão.
Não é só martelo.
Não é só um título herdado.

Thor é o símbolo de quem ousa cair… e levantar diferente.
De quem aprende a honrar a própria força sem precisar gritar.
De quem entende que dignidade não se compra — se constrói.

E o mais importante: Thor é você, quando escolhe ser inteiro. Com medo, com dúvidas, com alma.

A jornada continua, mas agora, você não caminha mais para provar.
Você caminha para viver.
E viver, às vezes, é só isso - dar um passo mais verdadeiro que o anterior.

QUEM EU SOU – POR QUE ESCREVI ESSE LIVRO

Meu nome é **Wilsius Norte**, sou psicólogo, escritor e provocador simbólico de jornadas internas. Há mais de 20 anos, escuto o que muita gente não tem coragem de dizer em voz alta — especialmente adolescentes que carregam o peso de crescer num mundo que exige força antes de ensinar a sentir.

Escrevi este livro-jogo por dois motivos:

Primeiro, porque eu sei, na pele e na escuta clínica, que muitos garotos e garotas estão perdidos entre ser o que esperam deles... e descobrir quem realmente são. E essa lacuna dói. Faz com que um nome, uma responsabilidade ou até mesmo um simples “você tem potencial” vire peso em vez de potência.

Segundo, porque acredito no poder da metáfora como ferramenta de cura. Através da narrativa simbólica de THOR, um garoto que precisa aprender que dignidade não vem do martelo, mas do silêncio que ele escuta quando falha, quis oferecer um espelho. Um espelho narrativo, para quem está cansado de fingir que está tudo bem.

Trabalho com adolescentes, com adultos feridos que um dia foram esses adolescentes. Gente que luta com expectativas, autoestima, comparação, síndrome do impostor — tudo isso escondido sob a capa de "vida

normal". Mas a alma não mente. Ela grita nos vazios. E eu escrevo para escutar esses gritos junto com você.

"THOR: A JORNADA DE UM NOME" é o que eu teria amado ler quando também me perguntei: “Será que eu sou forte o bastante para ser quem esperam de mim?” E é o que eu entrego hoje como convite: para você deixar de provar, e finalmente começar a viver.

Se essa história te incomodou em algum ponto, ótimo. A dor, às vezes, é só o início do encontro com a verdade.

(19) 99443 - 2924

@wnortepsi

RECOMECE

Toda jornada verdadeira nunca termina.
Ela se transforma.

Agora que você chegou ao fim — ou melhor, a um fim possível — talvez algo aí dentro esteja pedindo mais. Um outro olhar. Um outro caminho. Uma escolha diferente.

Então volte.
Reviva.
Reescreva.

Escolha o que você evitou.
Sinta o que você passou rápido demais.
Entre na dor que você pulou.
Ria da parte que agora parece óbvia.
E descubra que até um nome pode ter infinitas versões de si mesmo.

THOR: A JORNADA DE UM NOME não é sobre acertar.
É sobre escolher com mais verdade a cada nova vez.

O nome continua o mesmo.
Mas quem carrega…
Já mudou