

4 PASSOS PARA SE TORNAR THOMAS SHELBY

ESTRATÉGICO

AMBICIOSO



RESILIENTE

CALCULISTA



SUMÁRIO

| | |
|---|-----------|
| PREFÁCIO | 2 |
| ARQUÉTIPO DO THOMAS SHELBY | 4 |
| CAPÍTULO 1 AMBIÇÃO – COMO SER MAIS AMBICIOSO..... | 7 |
| <i>PARA QUE VOCÊ DEVE SER MAIS AMBICIOSO?.....</i> | <i>8</i> |
| <i>COMO CULTIVAR MAIS AMBIÇÃO.....</i> | <i>9</i> |
| 1. AMPLIE SUAS AMBIÇÕES. | 9 |
| 2. COMECE UM CICLO DE FEEDBACK POSITIVO. | 10 |
| 3. COMECE, DEIXE A AMBIÇÃO VIR DEPOIS..... | 12 |
| <i>PRINCÍPIOS DE THOMAS RELACIONANDO A AMBIÇÃO.....</i> | <i>13</i> |
| 1- NÃO FIQUE ESTAGNADO | 14 |
| 2 - SEJA UM HOMEM PREPARADO | 14 |
| 3 - ARREGACE AS MANGAS | 14 |
| CAPÍTULO 2 ESTRATÉGICO – CULTIVANDO A ESTRATÉGIA . | 15 |
| <i>PENSAMENTO ESTRATÉGICO.....</i> | <i>17</i> |
| 1 - PAUSAR E VERIFICAR..... | 18 |
| 2 PENSAMENTO A LONGO PRAZO | 19 |
| 3 ANTECIPAÇÃO DE ACONTECIMENTOS | 21 |
| 4 - PENSAMENTO CRÍTICO | 22 |

| | |
|--|-----------|
| CAPÍTULO 3 CALCULISTA – LIDE COM A DOR | 24 |
| <i>O QUE É A DOR?</i> | <i>25</i> |
| <i>A VIDA VAI TE DAR UMA PORRADA</i> | <i>26</i> |
| <i>MATE OS OUTROS DA SUA MENTE, AGORA!</i> | <i>31</i> |
| <i>VENÇA A DOR SENDO VEROZ</i> | <i>32</i> |
| <i>A DOR MUITAS VEZES NOS FAZ PREGUIÇOSOS.....</i> | <i>33</i> |
| <i>VIVA COM A DOR</i> | <i>34</i> |
| <i>SE CONTROLE</i> | <i>34</i> |
| CAPÍTULO 4 RESILIENTE – COMO SER FRIO NA VIDA | 35 |
| <i>COMO SER MAIS FRIO.....</i> | <i>36</i> |
| 1 – CONTROLAR SUAS EMOÇÕES | 36 |
| 2 – CONTROLE SEUS MEDOS..... | 38 |
| CONSIDERAÇÕES FINAIS | 41 |

Prefácio

Estava totalmente perdido na vida em 2019, me encontrava em uma puta fase de merda e não sabia aonde iria chegar. Tudo em minha volta era solidão ao extremo e agonia eterna. Já tinha falido 2 empresas em tão pouco tempo e aquilo

estava me matando aos poucos sem saber o porquê ou do que fazer

E logo descobri uma serie chamada Peaky Blinders e comecei a assistir e logo entrei em transe com a psicologia do protagonista, bastante semelhante com minha fase doentia a qual estava passando e uma coisa que o Tommy tem é de que a melhor forma de lidar com os problemas é você agindo porque se permanecer parado aquele monstro em sua mente vai lhe aniquilar e lhe matar lentamente de forma incessante

Quando analisei a mentalidade e forma de agir dele logo acabei aplicando na minha e enfrentei aquele medo de criar uma empresa novamente e acabei fazendo e conquistando em tão pouco o tempo o que nunca imaginaria que poderia ter conquistado

Com isso eu criei o John Alkman para dar ênfase de minhas ações e ter clareza de onde eu estava indo. Comecei apenas como um diário para aumentar cada vez mais meu ser e logo várias pessoas foram se identificando e crescendo rapidamente

Hoje contamos com mais de 600 mil pessoas por semana, 50k de seguidores em mídias sociais, grupo no Whatsapp lotado com pessoas que querem crescer na vida e uma ajudando a outra e sem contar minhas empresas que mantenho às escuras pois o que importa é ajudar as pessoas a serem fora da curva desta vida que exige muito de sermos do padrão

Este livro é uma terapia para mim a qual dediquei a mentalidade de um personagem e trouxe para a vida real apenas o que tem de mais importante nele

Não existe essa mentira de frio e calculista como teoria de uma pessoa morta mas a semente disto seria uma pessoa que lida com seus problemas a dominando e apenas colocando essa energia em algo que gere diferencia real e não deixar ser engolido por isso

Coloquei as 4 características mais marcante do Thomas para que você possa agregar na sua vida e ser alguém acima de tudo foda e que não tenha medo de ir atrás dos seus objetivos, existe muitas pessoas que possui sonhos, mas são poucos que acordam para a realidade para ir atrás e nisto este livro lhe ajudara a ir atrás disto

Não deixe esta vida passar em branco e quando você chegar nos seus 80 anos você possa ver todas as oportunidades que agarrou e foi atrás sem medo de ser quem sempre quis ser

Agora relaxe, pegue um papel e uma caneta e estude este livro massivamente e coloque acima de tudo em prática na sua vida

Pois não adianta apenas ler e dizer que leu, você tem que estudar e aplicar até dar certo nessa porra

VOCÊ JAMAIS SERÁ O MESMO...

Arquétipo do Thomas Shelby

O arquétipo de um personagem como Thomas Shelby não é nada inédito. Ele representa o protagonista com um código moral duvidoso, que busca a ascensão a uma posição de maior relevância, e não hesita em cometer crimes para

cumprir seu objetivo. A televisão viu isso recentemente com Walter White, de Breaking Bad, e anteriormente com Tony Soprano, de Os Sopranos. O chefe da família que diz agir a fim de proteger aqueles que ama, mas cujo interesse próprio acaba prevalecendo no final. Eles, no entanto, não são personagens unidimensionais, e é justamente o fato de seres protagonistas moralmente dúbios que tanto atrai o interesse do público. Figuras heroicas, que sabem exatamente o que é certo ou errado, e lutam para que o “bem” prevaleça, o que quer que isso signifique, são geralmente os protagonistas das histórias que consumimos, e por isso, muitas vezes, são os vilões que ganham mais atenção do público.

Vilões não estão preocupados com se devem ou não cruzar a linha do que é dito como certo ou errado, eles agem de acordo com seus interesses, e, geralmente, são extremamente charmosos. Eles possuem as roupas mais estilosas, as armas mais diferentes, discursos impactantes. Em diversas histórias, os vilões se tornam os personagens favoritos do público. Eles também quase sempre querem causar a destruição global ou “apenas” matar milhares de pessoas? Sim. Então como equilibrar um senso de justiça com a cruzada do interesse pessoal acima de tudo e todos?

Quando conhecemos Thomas Shelby na primeira temporada de Peaky Blinders, vemos alguém traumatizado pela experiência brutal da guerra. Alguém que uma vez foi feliz, e sorria, e depois mal consegue dormir e está preso em um poço de melancolia. Vários de seus amigos se foram, e o que resta agora é focar em expandir os negócios da família. Sair da sombra da fumaça industrial que cobre Small Heath e se sentar nos mesmos bancos da alta sociedade que vê a classe de Tommy como escória. Seja para tirar os seus da pobreza ou simplesmente para mostrar que pode alcançar o que quiser, Tommy não mede esforços para deixar a vida de

líder de uma gangue que trapaceia em apostas de corridas de cavalos para se tornar um empresário, dono de uma companhia legítima, que só comete crimes quando extremamente necessário. Não muito diferente daquela alta sociedade mencionada anteriormente, e nem mesmo dos mais nobres políticos do Parlamento.

Tommy mata? Sim, mas ele tenta ao máximo possível não fazer isso. Ele impõe regras, e se os que seguem seu comando não as cumprem, o que lhe resta fazer? Não se chega a um posto de liderança como esse sem manter uma rédea firme. Tommy negocia e mantém relações perigosas com criminosos? Claro, afinal o melhor caminho rumo ao sucesso é aquele que ninguém mais está tomando. Tommy vê oportunidades onde outros veem obstáculos e é isso que o fez chegar tão longe. Mas acima de tudo, Tommy lida com o remorso de ter sobrevivido não somente aos companheiros de guerra, mas a todos aqueles que morreram por consequências de suas ações; lida com a culpa de ainda precisar reverter as ações indignas; lida com o conflito entre agir em prol de seu reinado ou em prol do bem maior; e mais do que tudo, lida com a dor de ser humano.

Por seu tão bem escrito, e interpretado espetacularmente por Cillian Murphy, Thomas Shelby é o protagonista perfeito para quem quer mais do que a nobreza do herói e o egoísmo do vilão. Ele é o líder nato em busca da recompensa que lhe é justa, e ele não irá hesitar em colocar as mãos na lama para conquistá-la. Tommy guia seus seguidores, e seu público, com cada olhar, cada gesto e cada palavra, todos meticulosamente calculados para causar o efeito desejado. Mas depois de 10 anos, Tommy apostou alto demais no jogo, e agora deve fazer o possível para não perder tudo.

Os Peaky Blinders já sobreviveram à inveja de gangues rivais, à “justiça” da força policial, à vingança da máfia, e à altivez de políticos. Agora eles têm de combater uma das piores ameaças que já tiveram de enfrentar: eles mesmos. Chegou a hora de deixar os tempos de gangue de navalhas da rua de trás, e se tornar algo... Maior. Ainda está a se revelar o que o futuro reserva ao reinado de Thomas Shelby, mas uma verdade ainda se mantém: *Não mexa com os Peaky Blinders*.

A quinta temporada de Peaky

Capítulo 1 Ambição – Como Ser Mais Ambicioso



É perfeitamente normal querer coisas (por exemplo, “Eu quero ser rico”).



Minha suspeita é que essa questão esconde uma intenção mais complicada. A pessoa que está pedindo para ser mais ambiciosos *faz* falta alguma coisa. Ele quer aprovação, uma vida interessante ou o sentimento que ele imagina que viria com uma grande ambição.

O problema é simplesmente que ele não tem muito impulso para os objetos habituais de ambição (carros de luxo, credenciais de prestígio etc.) e, portanto, aparentemente, não consegue obter a motivação para perseguir as coisas que realmente deseja (uma vida interessante, aceitação social etc.).

Para que você deve ser mais ambicioso?

Certamente há um argumento de que a ambição é socialmente benéfica. Cientistas que sacrificam suas vidas inteiras em busca de um prêmio Nobel podem beneficiar a humanidade mais do que aquele que estava predisposto a tirar folga aos sábados. Os inventores que trabalham duro, na esperança de crescer, podem criar o próximo avanço quando uma pessoa mais satisfeita pode manter o status quo.

Se a ambição é uma externalidade positiva ou negativa depende muito de para onde é direcionada. Eu acredito que em tempos anteriores, quando os transbordamentos tecnológicos eram baixos, ser mais ambições geralmente apenas tornava você mais cruel. Napoleão, Júlio César e Genghis Khan tinham ambições enormes - mas o fizeram principalmente matando milhares de pessoas.

É notório que a ambição na cabeça das pessoas foram mudando com os anos, isso se percebe-se em Thomas

Edson (Inventor da lâmpada) que tentou construir a lâmpada **1200** vezes, e hoje vemos pessoas que tentam na primeira e já desistem. O capitalismo, por quaisquer que sejam suas falhas, tende a recompensar as pessoas por fazerem coisas que outras pessoas valorizam.

No entanto, gostaria de deixar de lado a suposta virtude (ou vício) da ambição em um nível social e me concentrar apenas no caso pessoal. Esqueça se a ambição é boa para o mundo ou não, e apenas pergunte: é boa para você? Se for, é possível cultivar mais ambições?

Como Cultivar Mais Ambição

Vamos voltar à nossa história desde o início. Digamos que você não sente que tem ambição. Mas está claro que não é porque não quer nada. O problema é que existe uma falta de interesse pessoal de um determinado assunto na sua vida.

Esse sentimento de frustração pela ambição não é propriamente falta de querer, mas sim falta de motivação que não parece haver nenhum caminho disponível para você alcançar as coisas que deseja na vida.

Assim, acho que a questão de cultivar mais ambição tem mais a ver com redirecionar os sentimentos que você já tem, para que fiquem menos frustrados e mais realizados, do que gerar desejos que você realmente não sente por dentro.

Veja 3 abordagens possíveis para resolver esse seu problema:

1. Amplie suas ambições.

Algumas pessoas lutam com isso porque têm uma visão pequena a respeito do que deve buscar na vida.

Um exemplo é que seus pais lhes tenham dito que precisam estudar muito, conseguir um bom emprego, ter 2 filhos e comprar uma casa grande para ter sucesso na vida.

Talvez a sociedade não se importe com as coisas que você considera mais interessantes.

Nesse sentido provavelmente você não obtém ambição porque as coisas que desejam são consideradas inúteis na sociedade, e isso faz com que as pessoas não lhe apoiem levando você a desmotivação diária.

Talvez você não queira ir para a escola agora, mas prefere viajar pelo mundo, fazer arte ou ter uma ótima vida social.

Suas ambições devem estar voltadas para a criação do tipo de vida que deseja. Não a vida que outras pessoas desejam. Ampliar o campo de visão das coisas em que você poderia seguir na sua vida pode livrá-lo de um pouco da frustração que você se encontra hoje. Por isso definir um objetivo e segui-lo com um desejo ardente e não se importar com as opiniões alheias levará você a chegar mais perto do objetivo final.

2. Comece um ciclo de feedback positivo.

Outra possível razão para a falta de ambição pode ser, novamente, não a total falta de desejo, mas porque todos os seus caminhos devem estar cercados por negatividade, seja um pai dizendo que não vai dar certo ou toda sua família contra você. Isso reduz sua motivação para buscar novas

oportunidades e o isola da vida mais ampla que você ainda deseja.

Um bom exemplo disso pode ser a escola. Você não se saiu muito bem na escola e cada aula é uma luta. Ainda assim, você sabe que precisa se formar se pretende seguir uma carreira que achará interessante. Assim, você fica preso - entre o desejo de longo prazo de ter um emprego “interessante” e a frustração de curto prazo com a escola.

A única maneira de sair disso é criar um túnel para um novo ciclo de feedback positivo. E mudar isso é algo simples de se realizar.

Um ciclo de feedback positivo é aquele onde uma determinada tarefa é difícil de se realizar, mas você sabe que chegará ao seu objetivo.

Por exemplo nas minhas idas a academias me sentia as vezes desmotivado e com vontade de desistir, mas logo lembrava onde aquilo ia me levar no futuro

Praticar esse exercício de feedback positivo gera mais confiança para realizar tarefas mais complexas

E com essa confiança vem a competência e assim você pode chegar lentamente a um ponto em que a barreira da frustração é reduzida.

Você pode não se tornar um estudioso brilhante da noite para o dia, mas se você trabalhou em sua aversão ao estudo estabelecendo tarefas mais fáceis e realizando-as, você pode reduzir a frustração o suficiente para que a graduação se torne possível e você possa alcançar seu objetivo futuro.



3. Comece, deixe a ambição vir depois.

Em alguns aspectos, o problema da falta de ambição é como procrastinação. Você sabe que precisa realizar determinada tarefa conseguir algo maior que deseja, mas não tem a inércia para seguir em frente.

Algo que vejo muito por aí é as pessoas dizendo que só irá iniciar um projeto quando tiver aquela motivação e a disposição para começar algo, mas o que muitas delas não entendem é que você precisa iniciar primeiro para aí sim a ambição começar a tomar conta do seu corpo e virar algo automático

Isso é parte do conselho de carreira do Steve Jobs, onde ele segue uma paixão de deixar a sua marca no mundo, mesmo não tendo muitos recursos na sua época, ele iniciou com o que possuía e conquistou a maior empresa do mundo atualmente

Se enxergar dessa maneira, é mais provável que crie ambição quando você já dedicar algum tempo e se tornar bom o suficiente em algo que esteja fazendo. Iniciar esse processo requer esforço pessoal, eventualmente, você será bom o suficiente para poder se divertir, isso que terá feito se traduzirá em oportunidades pois terá pagado o preço se esforçando e utilizando do seu tempo para isto ao invés de perder com besteiras.

E o que isso tem a ver com o Tommy?

Primeiro o Tommy usa muito da ambição para usar como justificativa de suas ações, sempre em busca de ser melhor financeiramente e em negócios.

Ele nunca abaixa a cabeça para ninguém não se importa se isso vai deixar sequelas em sua vida, mas a única coisa que importa é de ir atrás do que quer, agarrar com unhas e dentes sem se abalar.

A ambição vive no Thomas, quando percebeu que pudesse ser jogado de escanteio pelo primeiro-ministro logo entrou na política.

Para fazer parte do meio e beneficiar de forma gradativa os seus negócios mesmo sendo algo bem perigoso em manter a sua vida de gangster e a vida de político, acabou aumentando gradativamente os negócios de suas empresas nos mais variados ramos, chegando a se meter de espião com Churchill para favorecer informações sobre os planos de Mosley

A ambição é uma escada enorme que exige muito de você, mas quando você a domina e começa a fazer muito ela se torna parte de você, como andar de bicicleta praticamente

Princípios De Thomas Relacionando a Ambição

Thommy Shelby é um **estrategista** brilhante. Mas grande parte do seu sucesso vem do apoio que tem da **família**. Seus irmãos Arthur e John estão sempre ao seu **lado**, assim como a tia Polly, oferecendo um suporte indispensável para o **crescimento** da gangue. Ninguém vai longe **sozinho**, por isso é preciso se cercar de pessoas leais. Além da família, essa regra vale também para os **amigos**, claro.

1- NÃO FIQUE ESTAGNADO

A palavra “**estagnação**” não existe dentro do dicionário do Thomas Shelby. Ele está sempre pensando em **expandir** seus negócios. Claro, isso resulta em alguns **tropeços**, mas Tommy aceita os reveses com grande sabedoria pensando sempre a longo prazo, pois compreende que os erros são uma excelente fonte de **aprendizado** e fazem parte de qualquer trajetória **ambiciosa**. Quem não erra, não sai do lugar.

2 - SEJA UM HOMEM PREPARADO

Quando Thomas Shelby tem uma **reunião** com alguém, ou está se organizando para iniciar um novo negócio, ele **pesquisa** absolutamente tudo sobre o objeto em questão. Ele nunca está **despreparado** e sempre tem um plano. Estuda o assunto e analisa todas as possibilidades. Grande parte do seu **sucesso** pode ser creditada a essa atitude. Afinal, **informação** é poder.

3 - ARREGACE AS MANGAS

Por mais que Thommy seja um estrategista, ele também **arregaça as mangas**. Não é um burocrata que fica atrás da mesa disparando ordens. Claro, ele sabe **delegar** tarefas, uma habilidade indispensável para um homem de negócios. Mas Thomas lidera os **Peaky Blinders** como um general no front da batalha, assumindo as **missões** mais delicadas para si próprio — e isso **inspira** todos aos seu redor.

Utilize das características do Thomas para gerar sua ambição seja sempre forte a tudo, não importa onde esteja, você tem

que sempre confiar no seu potencial não importa se tudo está dando errado.

Se estiver perdendo na sua mente você já será um derrotado para sempre.

Nunca deixe a sua mente lhe dominar, coloque em congruência com seus objetivos e vá até onde não aguentar mais para conseguir o que deseja e sem medo dos julgamentos dos outros.

A única coisa mais importante para você é você e mais nada.

Quando praticar os ensinamentos colocado aqui, existirão pessoas o querendo diminuir pois não aguentam ver uma pessoa confiante e com tanta sede de vitória em sua mente e já querem lhe arruinar

Nunca pare por nada.

Capítulo 2 Estratégico – Cultivando a Estratégia



Durante a série é notório que Tommy não tem medo de mudanças, muito pelo contrário, está disposto a arriscar tudo para alcançar seus objetivos de perto e longo prazo.

Mesmo quando tudo parece estar um completo caos ou quando todos estão sem recurso, ele tem uma carta na manga que contém todas as alternativas e cenários possíveis.

E esse é um dos seus diferenciais, ele pensa a frente de todos, sempre tem alguma maneira de solucionar o problema.

Mas ainda há uma dúvida crucial nisso tudo... Como ele consegue ter pensamentos tão rápidos e estratégicos em tão pouco tempo?

Bem, com toda pressão da sua família e sua vida em risco a cada momento, Tommy precisa ser rápido nas suas ações, pois cada minuto importa.

E é exatamente isso que irei passar para você.

Como tomar ações estratégicas mais rápidas. Com tudo que acontece no mundo hoje o quanto mais rápido tomar alguma ação melhor vai ser.

Seja bem-vindo a esse modulo estratégico, e espero que saia daqui mais foda do que entrou.

Antes de iniciarmos você precisa saber o conceito básico de um *pensamento estratégico*, não irei apenas lhe dar uma informação geral de estratégias como muitos “coachs” dizem por aí.

Vou lhe passar formas de como desenvolver um pensamento estratégico para que consiga usufruir todo o conhecimento e colocar em prática da melhor forma.

Pensamento estratégico

Pessoas como o Tommy tem algumas características em comum. Durante a serie pude perceber que os principais pilares são:

1 – Pausar e Verificar

2 – Pensamento a Longo Prazo

3 – Antecipação De Acontecimentos

4 – Pensamento Crítico

Essas são apenas 4 formas simples que irão fazer você conseguir montar uma boa estratégia. E não se preocupe caso não tenha entendido algum desses pilares, vamos revisar e aprimorar um por um para seu melhor entendimento.

1 - Pausar E Verificar

É muito fácil tomarmos uma atitude sem pensar, seja por pressão do momento ou por nervosismo, e isso também acontece com o Tommy, mas ele usa a técnica da **Pausa**.

Provavelmente você já tenha visto momentos em que ele simplesmente pausa por alguns instantes, não diz nada, não reage com nada, apenas fica ali parado.

E é nessa “pausa” onde a mágica acontece.

Sempre que você for tomar alguma decisão importante pare de fazer tudo que está fazendo e pense nas possibilidades que tem diante aquela situação.

Por exemplo esses dias caminhando em uma trilha da minha cidade um dos meus amigos acabou se machucando e naquele desespero de todos meus amigos estavam eram impossíveis pensar.

Então me afastei um pouco do grupo e fiz uma pausa para observar o melhor a ser feito. E foi ali olhando para o riacho, ouvindo o balançar das árvores que me veio uma grande ideia.

Peguei um cipó que estava próximo de mim e voltei o mais rápido possível. Naquela situação todos dependiam de mim, todos estavam esperando a minha resposta. Então fiz um torniquete improvisado com o cipó junto com uma blusa e selecionei algumas pessoas que iriam na frente abrindo caminho por serem mais rápidas, e as pessoas fortes ficaram encarregadas de levar com segurança.

E em poucos minutos conseguimos chegar à estrada onde foi possível levar ao hospital.

Depois de todo alvoroço e tudo ficar mais calmo a família dele me agradeceu pois sem o meu improviso provavelmente ele perderia a movimentação da perna.

Tudo isso graças a um simples ato de pausar para pensar e verificar as melhores possibilidades de uma situação possível. Tenho certeza de que se eu não tivesse essa não conseguiria ter a ideia eu tive.

Por isso sempre que for tomar alguma atitude, pause e pense nas possibilidades.

2 Pensamento a Longo Prazo

Para se obter uma estratégia com uma base firme e o mínimo de erros possíveis, pensar a longo prazo é extremamente essencial.

Pense comigo:

Você está andando na rua e olha de longe um marginal assaltando uma loja, e rapidamente com as técnicas aprendidas aqui no livro você desenvolve uma boa estratégia curto prazo, sem prestar atenção no que o futuro espera.

Então o seu plano é armar uma emboscada para o bandido, e tudo ocorre como planejado, o seu plano de deter a ação é um sucesso.

Todos começam a lhe aplaudir e dizer que você é um herói. Com toda aquela emoção e seu ego inflado infelizmente acaba deixando passar alguns detalhes cruciais que podem mudar sua vida por completo, em poucos instantes uma equipe de jornalista lhe entrevista e lhe parabeniza por ter ajudado a prender o bandido mais procurado da cidade. Sua cara agora está no jornal e todos da facção sabem quem foi o responsável pela apreensão do seu parceiro.

Percebe que se não pensar bem nas consequências futuras sua vida pode acabar indo por água abaixo?

Nesse caso, uma boa solução era ter pedido para não mostrar o seu rosto, ou então ter saído dali antes que tudo virasse um verdadeiro caos.

Por isso quando for bolar alguma estratégia, pense no que essa estratégia irá causar de resultado seja ela boa ou ruim, e a partir desse pensamento você saberá livrar de certas situações que estarão por vir

E aqui vai uma parte prática que irá ajudar no desenvolvimento do seu plano.

Depois de montar toda a estratégia pense na seguinte frase:

Essa estratégia dando certo, o que de ruim ela poderá me proporcionar, e como posso resolver?

Dessa forma você colocará possibilidades em jogo, e assim poderá ver futuras situações indesejadas e logo poderá solucioná-las. Ou seja, você sempre terá um plano, não importa o que aconteça.

E é esse tipo de atitude que presenciamos em Peak Blinders

3 Antecipação de acontecimentos

Todos nós sabemos que tudo no nosso dia a dia é algo previsível. Vejo pessoas chegando atrasado do trabalho e dizendo que o pneu furou e teve que chamar o borracheiro para ir ajeitar.

Muitos de vocês devem estar se dizendo que realmente a pessoa não estaria esperando um pneu furar e que isso é algo totalmente imprevisível.

Mas aí onde entra a geração mimimi que só sabe reclamar.

Todo carro tem uma obrigação de carregar um estepe para prevenir acontecimentos ruim.

Se a lei lhe obriga a ter um estepe no carro significa que furar um pneu é sim algo previsível.

Por isso antecipar acontecimentos é importante, você evita futuras situações ruins onde não consegue resolvê-las

Por que será que o Tommy consegue resolver qualquer situação?

Porque ele já previa que certos acontecimentos um dia iriam acontecer, então ele já deixava tudo pronto para que quando ocorresse, fosse tudo como planejado.

Se você está com planos de montar uma empresa, já vá adiantando que surgirão alguns problemas comuns, e você já tem que estar preparado para esses mal empecilhos

Antecipe acontecimentos na sua vida, que você sentir o poder de controlar tudo ao seu redor

4 - Pensamento Crítico

Até o determinado momento apenas vimos a teoria por trás de cada pilar, mas nesse vai ser diferente, porque esse pilar é o ponta pé para iniciarmos a jornada estratégica

O que vai fazer uma diferença na sua vida vai ser o pensamento crítico, pois é aqui onde você começa a ativar o modo estoico e perceber cada detalhe de uma estratégia.

O significado leigo de “Pensamento crítico” é;

Uma habilidade fundamental na formação de cidadãos mais conscientes, oferecendo suporte para a tomada de decisões equilibradas e assertivas.

Isso significa que, a partir do momento em que você iniciar o processo de construção de uma estratégia é de extrema importância manter o Pensamento crítico ativado, pois ele será o responsável para que você tenha sucesso no plano.

Vamos voltar no exemplo da trilha que aconteceu comigo

Antes de tomar a decisão final eu pensei;

- Esse plano realmente vai dar certo?
- Existe algum outro plano melhor onde eu posso desenvolver?
- E se tal situação sair como não esperado, como faço para deixar da forma como quero?

Ter esses conceitos em mente faz com que você não tome decisões precipitadas e acabe piorando a situação.

O segredo de uma boa estratégia é pensar e questionar a todo momento o que pode acontecer e o que não pode ou se tem um plano melhor

As perguntas são a linguagem da estratégia

Normalmente as pessoas têm esse pensamento crítico depois que tudo já passou. Quem nunca depois de alguma discussão pensou “Eu deveria ter falado isso ou aquilo” esse sentimento é o seu pensamento crítico ativado vendo se o que você disse foi a melhor opção.

Agora imagine durante alguma discussão você já saber o que vai falar e não deixar nada de fora, imagine como você ficará depois.

O pensamento de “*Eu deveria ter falado isso ou aquilo*” vai ser trocado por “***Caralho, que argumento foda eu disse***”

Percebe os benéficos de montar boas estratégias da maneira correta irá lhe proporcionar?

Essas são 4 formas simples de você se tornar uma pessoa bem estratégica e bem decidida.

Aconselho você a voltar e reler esse capítulo devagar, pois terá novas percepções que serão favoráveis na sua vida.

Lembre-se também que esse capítulo é prático, então você tem que colocar em ação tudo que aprendeu na sua vida, apenas entender a teoria não deixará você mais estratégico, e sim a prática desses 4 pilares.

No começo pode parecer estranho ou difícil, e isso é normal eu também me sentia assim no começo, mas com o tempo você vai ficando mais foda, tendo pensamentos mais rápidos e mais ágeis do que nunca.

Então deixe de mimimi coloque em pratica os ensinamentos adquirido aqui e vamos e para o um capítulo que irá deixar mais foda ainda!

Capítulo 3 Calculista – Lide Com a Dor



O que é a Dor?

A dor é uma beleza formidável, ela sempre fará parte de nossas vidas então o correto é de sermos amigos dela e levá-la sempre ao nosso lado, pois sempre necessitaremos em VENCÊ- LA

A dor é o que carece no mundo, a dor é o que separa o bom dos maus tem muitos que nem mereciam passar pela dor, mas infelizmente foram determinados a passar, se veja sempre com um lado sombrio e viva sempre em firmeza com sua natureza. Não se deixe para se conhecer tardiamente, deixe sua marca no mundo pois logo seremos pó.

Não é porque você sofre que deve se pagar de vítima ou de vingador, aprenda a superar e cale a boca. Ajude quem quiser e faça o que quiser, apenas você é seu fã e nada mais será, siga sempre em linha reta.

Sabia que nessa estrada vai ter buracos e se caso o pneu furar você o remenda e segue em frente rumo ao objetivo, pois se permanecer observando o pneu furado ele não o consertará e você irá ficar ali parado

Seja uma pessoa de atitude e comece a agir e pensar em meios que possam solucionar aquilo que está passando no momento.

Vença realidade e aceite, pois o que vê em noticiários, sites e redes sociais é a realidade dos outros, então aceite da forma que é para você.

Veja que a sua realidade é criada por você, ou você permanece aí chorando sombriamente se perguntando como fazer ou faz e aprende no meio do caminho.

E crie a sintaxe de que é o responsável da sua dor, sendo capaz de mudar isso!

A vida vai te dar uma porrada

Nada nesta vida é fácil e você já deve saber disto, podemos tirar essa conclusão pelo simples fato de existir pessoas ricas e pobres, se a vida não desse porrada como seria todos? Aposto que um monte de fracotes como muitos já são, para se tornar rico precisará pagar o preço, e muitos não tem a coragem e vontade, podem até estar fazendo, mas param na metade do caminho, é uma tortura do caralho no agora, mas futuramente essa dor possa lhe beneficiar bastante.

Para você ter noção, as pessoas ricas passam de 1 a 3 anos fazendo algo que não a trazem nenhum resultado, nesse período elas erram e sempre aprendem com os erros para

que possam ser resilientes e estarem dispostos nas mudanças que vem no meio do caminho

Isso está em diversas pessoas na história como Jeff Bezos, Bill Gates e Elon Musk o Top 3 dos bilionários atuais, todos começaram algo e demoraram muito tempo para atingir o sucesso.

E como fazer para manter-se andando mesmo levando tanta porrada?

A resposta é simples, você deve fazer algo que ame, procurar o motivo mesmo sendo o mais besta que seja, é preciso amar aquilo para estar sempre disposto a realizar mais do mesmo todo santo dia.

Se fizer só por fazer é bem provável que não consiga muita coisa e acabe se decepcionando. É a mesma coisa de quando copiamos tarefas da escola, que no caso estamos fazendo só por fazer para entregar e quando chega na hora de alguma prova, nunca estamos preparados e temos que estudar 10 horas seguidas no dia anterior para tentar aprender um conteúdo dado e acumulado por 2 meses.

Temos que sentir o processo e não procurarmos atalhos, se atalho fosse bom se chamaria caminho.

Precisamos sempre estarmos em constante evolução, não importa o que seja, nos seres humanos não podemos parar de fazer nada. Se nos entregarmos ao ópio seremos apenas pessoas mortas que ainda estão acumulando espaço na pobreza, consequentemente sendo pobre e gerando mais impostos ao país, então busque sempre evoluir.

Tire esta mentalidade que está tarde demais, o importante é começar no agora. No instante momento que você escolhe

mentalmente fazer esta é a hora certa, seja intrínseco e rico de vida para não se aparelhar em amontoados de pessoas que não tem caminhos e nem nada na vida.

A vida vai te dar porrada e você pode cair várias vezes, mas não aceite os hematomas levados, o importante é sempre treinar e fazer, para que assim você possa dar uma surra na vida do mesmo jeito que ela te deu em diversas ocasiões.

O mundo e as pessoas próximas poderão lhe julgar, mas você vai cagar para elas e apenas focar no que é mais importante e nada mais. O mundo ele é cruel e doloroso demais, ele não é impossível de se viver, a não ser que deixemos mandar em nossas vidas e assim acabará com nosso estado mental.

Temos que sempre obter um fogo alto dentro de nós, um sentimento de não se acomodar com porra nenhuma desta vida, pois temos sempre que fazer, fazer e fazer!

Pare de ficar sendo escravo dos outros

Deixe de ficar se escravizando, não aceite tudo que as pessoas querem, as pessoas não têm empatia com nada e não ficam perdendo tempo para cuidar de você ou cuidar dos seus problemas.

O mais comum de tudo é quando amamos alguém a mil e sempre no final nos decepçcionamos por atitudes que não esperávamos que aquela pessoa fosse fazer, e esse sentimento é horrível.

Quando confiamos muito em alguém, e essa pessoa despedaça tudo aquilo que depositamos nela ficamos totalmente mortos. E quando isto acontece, ficamos mais

forte com passar do tempo fazendo com que nos matem mais internamente.

Então já chega de ficar sofrendo pelas outras pessoas, já chega de confiar tanto e quebrar a cara na maioria das vezes, já chega de matar a cada dia da sua vida por qualquer merda que lhe fizeram, o mundo ele é repleto de crueldades, todos os dias vemos novas notícias de rede social com casos um pior que o outro.

E ficamos nos perguntando como alguém é capaz de fazer isto.

Isso serve de lição para ver como ninguém que nos relacionamos é normal, cada um tem seu estigma de vida e caminhos que já passaram.

Todo mundo sofre, mas para alguém que escolhe ter uma vida fora da curva que a maioria, acaba passando por muitas situações e acabam culpando os outros.

É este o maior problema das pessoas que se escravizam, quando cometem alguma merda sempre chegam com argumentos de que não foi porque quis e porque tem trauma e diversas coisas.

As pessoas que têm isso, devem primeiro lidar com si para interagir com as outras pessoas e não ficar tentando esquecer socialmente tendo efeitos colaterais como este.

Não aceite desculpas esfarrapadas de ninguém, não importa quem seja e a desculpa que for.

Sempre temos tempo de lidar com tudo ou mínimo que seja, agora ficar sendo pessoas fracas que castigam os outros por não suprir suas necessidades é o caralho.

Eu escrevo essas linhas com dores, deve ter percebo isso pela minha escrita ofensiva e dolorosa, mas o motivo disso é porque já estou cansado de crenças frangotas como a maioria das pessoas tem e vem sempre com mais do mesmo e nunca buscam soluções. E em alguns casos quando tem alguma solução, não a valoriza.

A partir do momento que toma certas decisões para impressionar as outras pessoas é um sinal a qual já está alienado e escravo dos outros, pois está necessitando fazer algo para que eles vejam a sua importância.

Já está na hora de parar com essa carência de ego em busca da aprovação dos outros sendo que temos que ser lobos solitários na maioria das vezes.

Até porque temos que saber lidar com nosso intrínseco interno. Não é ninguém que vai fazer isso por você e nem eu, é apenas você que pode passar por esse momento caótico, nunca devemos fazer algo para impressionar ninguém e sim adicionar algo se andamos em algum grupo

Se realmente somos bons em algo e já temos vários anos de prática podemos sim nos gabar e nos achar os mais fodas de todos e foda-se o resto.

Mas se faz o mínimo do mínimo e já se gaba como o fodão você é zero à esquerda.

Pois está apenas tentando gerar atenção nas outras pessoas, sendo que a forma mais fácil e mais duradoura de gerar valor é com os seus resultados.

Não precisa falar ficar falando por aí, e sim mostrando todos. E pode ter certeza de que ficarão de boca aberta.

Deixe de ser escravo dos outros e passe a ser o líder de sua vida e de tudo que entrar no meio do seu caminho, seja único e se ame internamente, não busque nos outros algo para preencher o seu vazio.

MATE OS OUTROS DA SUA MENTE, AGORA!

Não fique preso em uma mentalidade social, apenas saiba que quem vai construir seu império é apenas você e mais ninguém.

Não se introduza mentalmente a críticas alheia, saiba se controlar, se coloque em um ego alto, mas não se ache por ser tal, não se ache por passar horas estudando ou se ganha milhares de dólares, você só quer se mostrar melhor que os outros para os outros.

Fale isso para si, você já sabe que é melhor mesmo, não precisa ficar que nem um tagarela, se mostre pacífico e humilde por fora, e se por acaso mesmo assim criticarem ligue o foda-se.

Você que está passando horas estudando e ganhando dinheiro.

Eles só estão criticando.

Não se preocupe com as conjecturas dos outros que não forem de seu interesse. Se mantenha ereto e não fique querendo discutir ou brigar com ninguém. Não deixe nenhuma ofensa lhe atingir pois é algo inútil

O que vem dos outros principalmente falas na maioria não é de bom grado, e o faz mentir para si, exemplo:

Quando as pessoas vierem dizendo que você é o melhor e acredita nisso, pode acabar julgando a si próprio e entrando neste paradigma, pois lhe encheram demais com isto e pode acabar se acomodando já que se sente o melhor pelos outros.

Apenas aceite seus próprios elogios e suas ofensas, seja você seu admirador e seu mestre neste mundo.

Todos são egoístas não jogue na mesma moeda, surpreenda, não é porque viram as costas para você que irá se colocar em vingança, vingue com justiça e não por simples fato de se sentir ofendido pelo ego.

VENÇA A DOR SENDO VEROZ

É primordial seguir sua veracidade e sua autenticidade em ser você mesmo, descubra suas fraquezas, analise se é preguiçoso, se fala demais ou se não consegue prestar atenção, veja aquilo que julga ponto fraco e aceite de vez, não jogue para debaixo do tapete como sempre quis fazer.

Se firme com si, deixe de se ofender com os outros, se coloque sempre em primeiro lugar, não busque o prazer e sim aproveite o dia como último pois todo dia é único.

Todo dia é um dia para ser o melhor e se dedicar. Vença suas preguiças, seu ego e só assim dará firmeza de prosseguir sempre a favor do seu objetivo, a dor vem, mas você deve ser um pouco mais inteligente e começar a lidar com ela logo cedo.

É semelhante a um vírus, onde acaba com ele uma vez, mas com tempos depois, o vírus volta mais potente.

Se você for uma pessoa que vive de opiniões só será um limitado, um enraizado por julgamento que aflora o fruto mais podre que existe.

Não deixe de seguir seu objetivo e nunca se atormente por ter errado, pois só irá se firmar em pensamento póstumos negativos e irá apenas se colocar em uma cova que não irá sair

Saiba que errou, amanhã erra mais até aprender a não errar mais, é assim que irá esquecer opiniões e encurtar o caminho do sucesso, pois nada dos outros importa, apenas seu breve futuro e sucesso diário em se colocar no melhor estado.

A DOR MUITAS VEZES NOS FAZ PREGUIÇOSOS

Não se estagne, se acordar com preguiça ou se sente que não quer fazer aquilo APENAS FAÇA.

Pois se já tem a certeza de que aquilo irá fazer melhor não deve se confortar. O correto é sempre ir afundo e nunca ficar no meio, o prazer vem depois a dor, não é agora que terá todos seus sonhos para isso é preciso ter uma em inabalável. O descanso não trará o que quer

Tome como exemplo a formiga que nunca para de trabalhar, ela nunca para, não importa o que aconteça.

Ela não fica reclamando que é pequena demais, ou fica observando a vida dos besouros que podem voar e são maiores, elas só focam no seu propósito que é: sempre fazer aquilo que deve fazer pois sabe que no inverno terá um

estoque enorme de alimentos, que lhe deixará satisfeita e ainda a sua família.

Até a formiga vive com a dor e você está aí, que vergonha!

VIVA COM A DOR

Se algo doloroso acontece é porque foi determinado a você vencer aquilo e aprender, nada acontece por acaso.

Enfrente cada dia uma dor e a vença com glória.

Nunca deixe de fazer o que quer, pois temos um tempo estabelecido que a qualquer momento você pode morrer, não deixe o medo tomar de conta, faça com que ela ande ao seu lado.

SE CONTROLE

Se algo o machuca, precisa saber o motivo, não se pode apenas deixar machucando. Sempre volte a si, é apenas ali onde encontrará a resposta.

Muitos buscam prazer em bebidas e drogas, mas são poucos aqueles que procuram o problema dentro de si.

E essas pessoas sabem que dentro tem a realidade e preferem viver uma mentira, essas pessoas vão morrer em prol da mentira, e você vai querer ser alguém assim?

Pare de sofrer por coisas bestas que não seja congruente com seu sucesso

Este capítulo pode ter sido agressivo e doloroso, mas tudo é para entrar em sua mente de forma forte para que possa tomar uma realidade nesta vida e que possa entender a

forma do Thomas de ser calculista e a forma de lidar com esta dor.

Capítulo 4 Resiliente – Como Ser Frio Na Vida



Esse é um capítulo para desconstruir toda a sua crença a respeito do que é ser frio, hoje com toda a moda de ser frio o conceito básico ficou distorcido. Vejo garotos de 13 anos dizendo que é frio porque não fala com ninguém na rua ou não tem sentimentos por nada.

E isso é uma idiotice que foi se espalhando a respeito do que é ser uma pessoa fria.

Antes de tudo você precisa entender que uma pessoa fria tem uma história por trás, tem algo que a deixou daquela forma. No Tommy por exemplo podemos ver que ele não tem

muitos sentimentos e reações na série pelos fatores horríveis que ocorreram na vida dele.

E se você está aqui tenho certeza de que também tem um motivo para querer ser desta maneira, seja uma namorada que terminou com você, ou um parente que lhe deixou, até mesmo uma situação ruim que se encontrou. Todos nós temos um motivo para ser frio, até eu mesmo tenho meus motivos para isso.

O que você deve entender é que ser frio, não é ser mal, ser frio significa deixar o seu lado emocional de fora para tomar certas decisões ou se comportar de tal maneira. Na sua vida haverá momentos em que ser frio vai ser a melhor opção de todas.

Agora chega de enrolação e vamos para parte que mais importa que é:

Como Ser Mais Frio

Primeiro eu quero que você busque o seu porquê, o porquê querer ser frio, e o que te levou a isso, por que só com esse motivo em mente você será capaz de desenvolver essa habilidade mais facilmente.

O primeiro passo para essa sua jornada irá ser

1 – Controlar suas Emoções

Esse é o principal conceito de tudo que estará por vir. Controlar as emoções significa que você não vai deixá-las afetarem na sua decisão, conversa ou uma discussão.

A grande pergunta que você deve estar fazendo agora é:
“Como fazer para controlar minhas emoções”

Essa é uma pergunta que é fácil de ser resolvida.

Voltemos ao capítulo 2 desse livro, onde falamos sobre ser mais estratégico, se você leu corretamente e fez a prática esse capítulo vai ser uns dos mais fáceis, pois a primeira forma de você controlar suas emoções é:

Antecipando acontecimentos.

Colocando em pratica o exercício passado você deve ter percebido que se tornou menos ansioso na hora de tomar uma decisão ou até mesmo não se afetou tanto por um resultado ruim, pois já era o esperado.

A segunda maneira de você conseguir controlar suas emoções é identificando qual **emoção está sentido**, pois como vai conseguir mudar uma emoção e controlá-la se nem sabe o que está sentindo?

Por exemplo digamos que você é um chefe de uma empresa bilionária, e está usando a técnica da mentalidade milionária aprendida no **Bônus do Bok Do Sucesso**

E uma empresa rival marca uma reunião para debater alguns assuntos.

Você esperto como é coloca em pratica todo o conhecimento aprendido aqui e já pensa em algumas estratégias e formas de se portar durante a reunião.

Na hora da reunião a outra empresa começa a dizer coisas “ruins” da sua empresa e você começa a levar para o lado pessoal, deixando o seu emocional tomar de conta e em poucos minutos todos na sala estão brigando por um simples descuido seu.

Agora, se você tivesse identificado esse sentimento de raiva logo no início, seria mais fácil de resolvê-lo internamente e não deixar que a situação mudasse por sua causa.

Por isso é preciso identificar o que está sentindo para poder mudar.

2 – Controle seus medos

É de extrema necessidade também você aprender a identificar e superar os seus medos, entenda que o medo ele não existe.

O medo é apenas uma proteção do seu ego para sua sobrevivência. Quem nunca sentiu “medo” de ir conversar com uma mulher na balada estando sóbrio?

Mas se você parar e pensar não existe um perigo nessa ação de ir lá e conversar com ela, o máximo que pode acontecer é o namorado dela falar e você simplesmente vai embora.

Percebe como as vezes nos colocamos tanta coisa na cabeça que esquecemos que o medo não passa de um mecanismo de “defesa” do seu cérebro?

Então a próxima vez que você sentir medo, se pergunte
“Por que eu tenho medo disso”

“Isso realmente é algo perigosa ou é só meu cérebro brincando comigo”

Fazendo isso você identifica o medo e faz com que ele seja algo besta, e assim você se torna uma pessoa fria e racional

Apenas com esses dois passos tenho certeza de que você vai ser mais foda do que nunca.

A frieza é utilizada por pessoas de mentalidade forte pois já passaram por tanta coisa em sua vida que nada mais o abala

O Thomas utiliza bastante da frieza por já ter passado por acontecimentos que o aflorou a forma de ser, muitos acham que o conceito de frieza é ser alguém morto mas lhe digo que a frieza em si é um meio que se pode ser usado quando as circunstancias apertarem em sua vida.

Com a frieza você irá algo mesmo sem estar motivado pois sabe que tem o dever de fazer e não perder o dia por causa de um problema criado. O sentimento de ser frio será seu amigo em escolhas de decisões difíceis da sua vida

Faça bastante burrada e aprenda sempre com isto, mas não seja uma pessoa que erra demais e ainda continua persistindo no erro.

O conselho que o Homem Mais Rico do Brasil (Jorge Paulo Lemann) deu em sua palestra é que aprendeu bastante quando fazia bastante burrada.

A frieza é composta por erros e aquilo gera sensações que nos intensifica, aflore com conhecimentos que agrega em uma mentalidade fortificada.

Se você ficou tocado com o que dito aqui e quer aprender como desenvolver uma mentalidade foda, tem o meu ebook ***Mentalidade Alkman*** que está contido no **Box Do Sucesso** que fará você aprimorar em seu ser e junto com este livro.

Fora isso ainda possuo o RedPill Milionário que fará você tomar decisões e aprender como uma mente milionária funciona.

Com dicas que o fará aprimorar suas ações e que os meios sejam encurtados intensificando assim o seu sucesso.

Toda jornada acaba possuindo diversas pedras que seria no caso as dores, e pensando nisso criei o ebook **Seja Foda**

Ele fará com que o atinja de forma anti-motivacional o conceito de ser uma pessoa inabalável e ir contra essas pedras.

A junção dos 3 fortalece um caminho sendo ele o Box de Sucesso, a qual pode adquirir os 3 por um preço muito baixo e que lhe trará bastante sabedoria ---- Clique Aqui e dê uma olhada nesta oportunidade.

Considerações Finais

Só de ter chegado no final, já é um vencedor!

Você está acima de **99%** da população brasileira, pois apenas 1% delas leem livros e tem o interesse em adquirir conhecimentos.

Este é a minha despedida, mas antes eu quero lhe instruir ao que fazer agora.

Neste momento você precisa colocar tudo em prática, reler os capítulos a quais queira refrescar, e anotar o máximo possível.

Nunca se pode apenas ler um livro e deixar ficar esquecido nas suas pastas, sempre deve-se reler para que aquele conteúdo se fixe no seu mindset, tornando assim uma pessoa mais foda a cada dia.

A partir de agora o mundo será pequeno para você.

Lhe desejo uma jornada intensa e com grandes ensinamentos, esteja sempre em busca de ser um aprendiz pois um ensinamento tirado no filme *O Conde De Monte Cristo*, é que ***a liberdade é tirada, mas o conhecimento não!***

Um até logo do seu mentor John Alkman

- John Alkman

PARABÉNS VOCÊ É UM CAMPEÃO

**OBRIGADO POR TER TERMINADO
ESTE EBOOK, MESMO SENDO
ALGO PEQUENO
E QUE MUITAS VEZES NÃO
PERCEBEMOS MAS SEMPRE
TEM UM VALOR IMENSO
POIS É ALGO QUE ESTÁ
AGREGANDO EM SUA VIDA**

VOCÊ É MERECEDOR DO SEU SUCESSO

**PARA EU SABER QUE REALMENTE
CHEGOU ATÉ O FIM
TIRE PRINT DESTA**