

MENTE ABERTA

DESCUBRA O MELHOR QUE HÁ EM TI

Gedeão de Almeida e Firmino Muango

MENTE ABERTA

DESCUBRA O MELHOR QUE HÁ EM TI

ÍNDICE

Capítulo 1: DESCUBRA O MELHOR QUE HÁ EM TI. Pág. 6

Capítulo 2: BATALHAS. Pág. 19

Capítulo 3: NEM TODA ONDA É PARA SURFAR. Pág. 26

Capítulo 4: FORMADO, MAS NÃO FORMATADO. Pág. 32

Capítulo 5: ANDE HOJE E CORRA AMANHÃ. Pág. 37

Capítulo 6: NETWORK. Pág. 43

Capítulo 7: QUEM ÉS? Pág. 49

Capítulo 8: NÃO TENHAS MEDO. Pág. 52

Capítulo 9: O FAMOSO MITO. Pág. 57

Capítulo 10: SAÍA DA CAIXA. Pág. 61

Capítulo 11: SOBE AS ESCADAS, SENDO GRATO AOS DEGRAUS. Pág. 74

INTRODUÇÃO

Toda vida passamos presos a ideias que recebemos de alguém que pertencia ao nosso ciclo social, pessoas que provaram ter alguma autoridade ou idoneidade para nos fazer que aquela ideia era a mais correta e irreversível, essas ideias de alguma forma nos impediram de sair da nossa zona de conforto e nos deixaram no conformismo. Em nenhum momento tentamos parar para refletir sobre as bases daquela ideia e o motivo de alguma coisa ser do jeito que é, nem sequer tentamos testar e averiguar as hipóteses que podem servir de alternativa para resolver uma determinada situação. Na realidade, podes crer e até peço que anotes aí: "algumas verdades não são absolutas e podem ser questionadas." Basta abrir a nossa visão, e permitir ver além da linha do horizonte com os olhos da mente. Parte da vida que vivemos e da realidade que está nos nossos olhos, foi criada por pessoas tão normais como nós, podemos mudar essas realidades e apresentar pontos de vistas para contrapor muitas verdades e ideias que se apresentam como inquestionáveis, indiscutíveis e absolutas. Saber que podemos, a partir da nossa realidade, trazer um ponto de vista que pode ser levado em conta, é a base para mudar muita coisa ao nosso redor. Ter a visão de captar as coisas, a nossa volta, entender o sentido de cada coisa, e se fazer perceber como cada singular de coisa a nossa volta funciona e entender o mecanismo na constituição de uma máquina, de um exercício de matemática, na receita de um bolo, na construção de uma peça de roupa, moda ou novo conceito, fará trazer uma nova realidade, que muitos chamam de "pensar fora da caixa." Dentro de nós, a o elemento fundamental para criar qualquer realidade ou qualquer coisa que decidimos nos propor a fazer acontecer, desde a ideia mais simples, até ao conceito mais complexo que tu podes imaginar, só temos que dominar a ideia base ou o conceito chave.

“Nós somos a máquina que pode criar a realidade que decidir criar a partir dos conceitos base de vida, apenas temos que acreditar que isto é possível e não deixar o processo nos matar.”

Gedeão de Almeida

Capítulo 1

DESCUBRA O MELHOR QUE HÁ EM TI.

Nós somos fonte e dentro de nós existe tudo, eu disse dentro de nós existe tudo, ou seja, tudo que a gente se propõe a fazer acontecer, ou a fazer surgir no mundo físico está dentro de nós. Sabendo desse factor, precisamos de tirar aquilo que está dentro de nós e trazer aqui para fora. Precisamos de conhecer a nós mesmos para descobrir aquilo que há de melhor em nós, mas sobre conhecer a nós mesmos, há um capítulo específico no livro, então deixarei essa parte lá mesmo e depois poderás dar uma olhada. Como eu disse, está tudo dentro de nós! Nesse processo, é necessário usar elementos para cavar o que está dentro de nós e por aqui para fora. Assim como em uma mina de diamantes, no processo de ir buscar o tão esperado diamante, é preciso ter os elementos que te vão possibilitar fazer a escavação, e para se manter a cavar e não desistir, também é necessário ter um elemento não visível ao teu favor e pensar na benesse que vem após achar o que você se propõe a achar.

Vou destacar os elementos que farão você descobrir o melhor que há em você, não tenha dúvidas sobre aquilo que estou aqui a escrever, enquanto estruturava aquilo que estou aqui a escrever pensava, nas minhas próprias experiências, como a prova viva, daquilo que está sendo aqui apresentado, não são apenas meras palavras que estão sendo escritas aqui para causar algum tipo de emoção ou iludir-te. Desde que haja força interior para você, com as tuas próprias forças, buscar averiguar o que realmente funciona e o que não, terás a certeza de que isto realmente pode funcionar. Não se limita naquilo que já está bom, ou aquilo que você foi acostumado a ver que é o único recurso disponível ou que é a única realidade que é possível existir. Se podes ir além, por qual motivo se limitar e não ir além? Se podes ser a tua versão, então por qual motivo ser muito menos daquilo que você foi feito para ser? Senão há motivos para se militar, o que leva você à se militar e não buscar tudo aquilo que você pode se tornar?

Ronnie Coleman é considerado o melhor e maior fisiculturista de todos os tempos, o Messi do fisiculturismo, sendo 8 vezes campeão, tendo até ao momento em que escrevo esse livro, o que mais vezes ganhou esse título, o mesmo em uma entrevista, explicou que durante um exercício de pernas, levantou mais de 300 quilos, durante este exercício o mesmo explica que sentiu um estalo nas costas e pensou que fosse o seu colega de treinos a dar uma palmada, nas suas costas para dar aquela motivação, mas, na verdade, o mesmo partiu um disco na sua coluna, o que contribui para o término na sua carreira pelas complicações que foram surgindo, ainda assim, ele disse que se soubesse antes, ele iria erguer 400 quilos, para levar o 9º prémio de Mr. Olympia. Para dizer, que tudo na vida exige sacrifícios, grandes e pequenos, mas ninguém pode fugir dessa realidade, se quiser atingir alguma coisa que realmente fará a sua passagem aqui na terra valer apenas. Devemos estar dispostos a fazer o máximo que estiver ao nosso alcance para extrair o melhor que há em nós, temos que obrigar o nosso melhor eu a se revelar e vir aqui para fora e dar sempre o nosso melhor em tudo que nós vamos nos propor a fazer.

Se você pode dar o teu melhor, por favor não pense em se limitar, se você pode ir além e fazer essa terra se sentir satisfeita por ver alguém como você passar por ela, não pensa em se limitar, não faça isso, você está estragando essa roda, essa roda gira e quando uma das engrenagens não gera movimento ela causa uma avaria enorme, até podes pensar que você não causa nenhum efeito nessa imensidão do universo, mas se soubesses que você não está aqui no mundo só por estar, se soubesses que você não é um mero acidente, mas sim que você está aqui por um propósito, o teu posicionamento seria completamente diferente. Você não é um acidente, você não é uma coisa qualquer, você é a causa, você é o motivo. Saiba que por muitos que falharam na missão de dar certo nessa, por muitos que desistiram dos seus sonhos, por muitos que não fizeram acontecer, outros tantos não deram certo, muitos não tiveram a chance de se elevar, porque alguém falhou na missão, e matou uma nação que dependia dele dar certo para eles verem o caminho a sua frente.

Saiba que se você falhar muita gente que está atrás de você, também falhará. Tu tens que dar certo, para que aqueles que vão depender de você ou dependem de você darem certo.

Alguém deve servir de motivação, espelho, inspiração, para que muitos que virão depois ter um modelo em que se inspirar e fazer ainda melhor, neste mundo precisamos de mais pessoas que vão desbravar o caminho e nos mostrar por onde caminhar, e nós darmos continuidade aquele caminho, muitos que falharam na missão destruíram nações e impediram o mundo de ser um lugar melhor!

Deixa aqui apresentar os elementos que farão você descobrir o melhor que há em você e atingir o pico do teu potencial, aproveita também e lê com a máxima atenção, o livro de Myles Munroe, Maximize o Seu Potencial, voltando a conversa do início, os pontos que debes levar em conta para descobrir o melhor que há em você são: (risos), essa parte faz-me lembrar a época de escola, em que havia o ditado, mas anota aí, fé, disciplina, estratégia, espírito de sacrifício, visão de futuro, inconformismo, não desistir e o pensador vs fazedor.

Fé

A vida é um complemento entre dois lados, a parte física e a parte invisível ou imaterial, tudo que existe no mundo físico já esteve no mundo invisível. Portanto, todos que conseguiram materializar alguma coisa, antes de mais tinham essa coisa em seu pensamento e acreditaram que era possível trazer isto ao físico. Eu amo a definição da bíblia que diz: a fé é o firme fundamento das coisas que se esperam e a prova das coisas que não se vê (Hebreus 11.1). Tudo que podemos ver aqui no mundo físico, já esteve no mundo invisível e obedeceu ao processo de crença para chegar até aqui.

Se você não acreditar que alguma coisa pode se tornar em realidade, saiba que isto não se tornará em realidade, exercite a sua crença, para que aquilo que está em sua mente, o seu desejo possa se tornar em realidade. Li que na vida, boa parte do ouro que se veio a extrair da terra, antes de ser descoberto estava na mente do homem. O mundo é tão físico quanto espiritual, e se você não souber trabalhar com a sua crença como parte do processo da tua melhoria como ser humano e uma pessoa que consegue tornar os seus pensamentos em realidade, não serás uma pessoa que consegue realizar grandes feitos, vai por mim.

A sua fé será uma arma super poderosa para que você passe de um sonhador a realizador, será a sua certeza em meio as dificuldades para continuar a marchar e vencer as batalhas. Quem tem uma fé que por mais pequena que seja, não deixa se vencer pelas dificuldades, e busca sempre uma opção para alcançar a meta a qual ele mesmo se propõe a alcançar.

O que seria do mundo sem a fé? Provavelmente muitas coisas que vieram a ser inventadas ou descobertas, não chegariam a existir, muitos dos grandes investigadores, estudiosos, inventores, e pesquisadores, só chegaram a grandes resultados por acreditar que era possível chegar a esses resultados, mesmo após várias tentativas de acertos, sem sucesso. Eles tinham a fé de que era possível chegar a meta tão esperada, então não se deixaram derrotar pelas falhas ou obstáculos que foram surgindo. Apenas tentaram uma e outra vez até que chegaram ao tão esperado resultado, hoje todos nós nos beneficiamos do resultado desta fé, desde a invenção da lâmpada incandescente, do telemóvel digital e outras inúmeras descobertas que estão por aí ao nosso redor.

A fé lhes permitiu ver o que muitos a sua volta não conseguiam enxergar, movidos pela fé, lutaram até chegar ao local que era pretendido, ao escrever essas palavras, parece que foi muito rápido, porque as vezes

a escrita não nos faz sentir a real sensação de tempo, ou ter a real percepção de tempo, mas foi uma persistência, que levou anos para alcançar o resultado esperado, e só a fé não os fez desistir. Falamos de pesquisas e lutas, de 10 anos, 20 anos, 35 anos, 50 anos ou até mais. Existem nomes como: Thomas Edison, Pitágoras de Samos, que são exemplos dessa fé, a lista de nomes é imensa e se estende, por aí, escrever ou falar sobre estes nomes, daria outro livro, então quem sabe da próxima vez. Só olhe para esses exemplos e use eles como espelho para moldar a sua fé.

Disciplina

A vida do desporto está repleta de nomes que servem de exemplo para falarmos de disciplina, então vou começar esta parte citando algum destes nomes, Messi, Michael Jordan, Cristiano Ronaldo, Lebron James, Michael Phelps, Kobe Bryant, Usain Bolt, Jon Jones, e muitos outros nomes. Eu escrevi estes nomes, directamente ligados ao desporto, porque eles são um alto exemplo da mais alta disciplina, do nível mais profundo de disciplina que podes imaginar, em várias áreas e outros ramos, existem exemplos de disciplina, me foquei no desporto pelo alto nível de competição que esse universo exige e pela própria conjuntura do próprio desporto. Eles só alcançaram um alto nível de destaque, por terem uma disciplina fora do comum, por terem uma disciplina, no verdadeiro sentido da palavra, sei que podes me perceber.

Na verdade, essa disciplina até chegou a ser vista como doentia para alguns, mas, na verdade, essa disciplina não é doentia, é parte do seu hábito que adentrou no seu DNA e agora faz parte do seu comportamento, que mesmo que as condições não sejam as melhores, que ainda que pareça que é momento de descanso ou de parar, já não é possível. Você deve estar a se perguntar o que esse irmão acha que é a disciplina!

A disciplina é fazer o que deve ser feito para atingir um dado fim. Se essa definição não fizer nenhum sentido para você, não faz mal, mas deixa levar você mais para dentro dela. Ser disciplinado é ser capaz de se comprometer em fazer as suas corridas matinais, de segunda a sexta, e mesmo que esteja a chover, você se levantar para ir fazê-lo, não importa se está cansado, não importa qualquer outro factor, mas é fazer o que deve ser feito, quando deve ser feito, é se levantar para fazer as coisas, deixando essa preguiça e procrastinação de lado.

Kobe Bryant foi capaz de treinar, com um dos seus braços lesionados, e todos a sua volta ficaram espantados, uns o chamavam de louco, doentio, sádico, outros se maravilhavam e reconheciam essa essência de disciplina em seu comportamento. Não estou dizendo que você deve fazer o mesmo, mas estou chamando a sua atenção, para você levantar essa bunda da cadeira e se mover diariamente em direção ao que deve ser feito.

Hoje estamos extremamente preguiçosos, quantos de nós, precisamos de fazer um curso de inglês para aprender o idioma, mas temos um super smartphone em nossa posse e internet, de dia e de noite, que se usarmos a nossa disciplina, para praticar com um aplicativo, no YouTube ou com outra ferramenta, de forma diária, independentemente de qualquer factor ou desculpa, após os 365 dias se passarem, notaríamos uma grande diferença na nossa capacidade de fala?

Provavelmente você ainda não se propôs a fazer isto e a treinar a sua disciplina, por isso continua aí parado, indo de um lado para o outro, começando uma coisa que nunca termina e sem terminar, vai começar outra e assim vai! Onde você pretende chegar, com esse comportamento?

A disciplina quer é a força que lhe vai permitir, começar, alguma coisa e terminar ela, e não parar até ver essa coisa terminada, alguém disse: só experimenta a verdadeira liberdade, quem é disciplinado.

A disciplina é fazer o que tens de fazer mesmo sem vontade, fazer o que tem de ser feito independentemente da tua motivação, a disciplina transcende a motivação. Como na frase acima, talvez você só chegue a perceber o que ela quer dizer se você chegar a se tornar realmente um ser disciplinado, experimente essa liberdade, quando você não consegue fazer as coisas que quer por falta de disciplina, você se torna um escravo, sendo que não consegue dominar as suas próprias vontades. Experimente usar a chave da disciplina, e você vai abrir a porta da liberdade e alcançar grandes feitos, em todas as áreas da sua vida. Um estudante indisciplinado, diz que vai pegar nos cadernos para revisar, mas por falta de disciplina, fica no lenga, lenga, e lá chega o dia da prova e ele não consegue ter êxito, sendo que o momento e o dia de estudar já passou, enquanto que o disciplinado faz o oposto e consegue se qualificar.

Estratégia

Essa palavra, estratégia, deve trazer na sua mente, coisas super mirabolantes e difíceis de executar, deve trazer a ideia de alguma coisa super difícil de se executar e seguir. Esse é o elemento que ajuda você a se guiar e executar a tarefa que você se propôs a executar, por mais pequena que seja, deve haver uma estratégia, uma forma de pôr as coisas em prática para alcançar a meta que foi proposta.

Você já imaginou o que seria de uma grande empresa sem uma boa estratégia para funcionar? A estratégia é que vai nortear o nosso modo de acção, para não nos perdermos no caminho, para não ficarmos baralhados ao longo do processo, o que faz muitos jovens perderem o norte é falta de planos, eles não sentam para projectar os seus próximos passos, eles não sentam para reorganizar as ideias, de modos a ter uma visão clara das ações a tomar.

Mesmo quando pretendemos fazer uma viagem, nós temos que montar um plano, marcar o dia da viagem, pensar na duração de viagem, a zona de hospedagem, alimentação, lugares que vamos conhecer, a logística de forma geral, o transporte, preparar as finanças para ter dinheiro durante o período da viagem, a data de regresso, tudo é planeado de formas a correr tudo muito bem.

Você já pensou em uma gravidez indesejada? Na nossa realidade, por motivos de várias ordens, que eu não vou citar aqui, os jovens chegam a essa gravidez indesejada, por falta de planeamento, boa parte só se joga na onda, quando a mesma já está super perto, o que faz com que os filhos sofram a ausência desse plano, em muitos casos, o pai da criança acaba por não assumir o seu filho, em alguns casos a mãe da criança também, e depois acabamos por ter um adulto com muitos problemas.

O mesmo acontece com as nossas finanças, com o nosso dinheiro, quantos de nós, após longos anos de problemas financeiros, senta para reflectir sobre a origem desse problema, ou sobre o que pode fazer para inverter esse quadro! Desta feita, sentar e começar a traçar os pequenos detalhes dessa mudança.

Estratégias devem ser criadas para mudar o quadro e nos dar uma orientação de como devemos agir, senta e coloca os seus pensamentos em um papel, coloca em papel, os passos mínimos em função da forma correta de agir, para converter mais facilmente esses pensamentos em ação, busque investigar como usar uma planilha financeira, como registrar seus gastos, a renda principal e cada despesa, de resto você mesmo, deve

procurar a melhor maneira de traçar o seu plano, para buscar a melhor forma de se orientar em função da sua realidade e de outros factores que te rodeiam.

Para os meus amigos que usam os óculos de visão, quando as lentes dos óculos estão sujas, temos a tendência de limpar com frequência para mantê-los sempre limpos. O mesmo acontece com os nossos planos ou estratégias, temos que mexer neles de forma frequente, olhando para os planos de curto, de médio e de longo prazo.

Sem estratégia é como se estivéssemos a andar, de olhos vendamos, sem estratégia é como navegar em um barco, em que o capitão não tem o mapa, com o caminho traçado para chegar ao local pretendido, sem estratégia é como acordar, ir para a paragem, e pegar o primeiro táxi que surgir a nossa frente, sem realmente sabermos onde nós pretendemos ir. De facto, o nosso grande problema enquanto jovens e não só, é querer muita coisa sem sentar para traçar as rotas e montar o passo a passo, para chegar ao ponto final. Acabamos por estar quase que 100% desorientados e tontos, sendo que nunca chegamos a lado nenhum, por não ter a lanterna que nos vai ajudar a focar no ponto que queremos ver, se é que você me entende né! Assim que você aprender a sentar na cadeira e montar o passo a passo ou alinhar suas vontades e desejos com um alinhamento do que deve ser feito, para chegar ao que queres, verás que parte de coisas que você não conquistou ou parte de coisas que você ainda não tem é apenas por não alinhar as coisas e ter a clareza de como chegar a essa coisa, não por outra coisa tão difícil que você deve estar achando.

Espírito de Sacrifício

Tudo que a gente acha que poderá vir sem nenhum esforço poderá chegar e ir fácil ou nunca chegará nas nossas mãos. Deixa contar a história de alguém próximo a mim, que provavelmente só pessoas próximas saberão de quem se trata ou talvez ele mesmo se chegar a ler o livro, por não pedir permissão para falar da história dele, vou ocultar o nome, mas normalmente eu não peço autorização para pôr no meu livro alguma história que eu acho boa e real (risos).

Ele estava na fase de terminar o ensino superior e nessa fase estava meio preocupado sobre o futuro e sobre a fase de entrar no mercado de trabalho, mas surgiu uma oportunidade de ir para o exterior em uma espécie de estágio, em que na qual havia esperança e expectativa sobre o mesmo, mas na última da hora ele perdeu a oportunidade, e ficou triste e cabisbaixo, sendo que seria uma chance de mudar o rumo da sua vida, ficou meio depressivo e por vários dias pensando sobre o assunto.

Nessa fase terminal surge uma outra oportunidade para trabalhar em outra província do país, no caso Benguela, o mesmo agarrou essa oportunidade com as duas mãos, e não pensa que tudo foi uma maravilha, ouve inúmeros sacrifícios nessa fase, desde a forma de alojamento e outras questões, em que lá chegou a fazer trabalhos de campos duros, mas como ele disse em uma conversa: "mesmo distância a quem aprecia e vê o meu trabalho". Alguns anos depois, podemos dizer entre 10 ou 13 anos, ele chegou ao mais alto nível escalão da empresa onde começou, foi crescendo passo a passo neste espaço de tempo e algum tempo depois numa província vizinha e para proteger a imagem dele não vou citar o nome da província, se tornou o segundo homem.

Deixa dar uma pequena aprofundada sobre a palavra sacrifício, dizer que o sacrifício é a energia que nos move para suportar a dor e continuar a marchar para alcançar as nossas metas, hoje nós jovens estamos

super mimosos e molengões em que poucos de nós estão dispostos a pagar o preço para alcançar a tão esperada meta.

A zona de conforto é tão saborosa, que preferimos comprar um colchão e um ventilador e fazer a nossa morada nessa zona, que qualquer situação que nos deixa um pouco desconfortáveis, tentamos fugir dela, qualquer situação que tira um pouco da nossa paz, já deixa nossa mente tremula e sem saber o que fazer.

Deixa te dizer que este é o segundo livro que eu escrevo e não escrevo sobre as melhores condições, só para teres uma noção, neste momento em que escrevo, estou trabalhando e aproveito o tempo ocioso para escrever parte dele, não tenho um computador super avançado, nem pessoas com alta experiência ao meu lado, dando suporte para eu escrever, é apenas eu e a minha força de vontade.

Poderia trazer aqui mil uma desculpas para ficar sem fazer nada, ou para justificar a minha preguiça e procrastinação, mas vou sempre lutando contra isto a fim de todos os dias, mas são todos os dias, realizar aquilo que eu me proponho. As vezes reflito sobre a realidade do meu país e vejo que os jovens reclamam de pessoas que nasceram em famílias com mais possibilidades, como se quem nasceu nesse tipo de família tivesse alguma culpa, mas são estes mesmos jovens que não fazem o mínimo esforço para mudar a sua realidade.

Somos nós que reclamamos sobre as diferenças e desigualdades, mas não movemos uma palha sequer para mudar o jogo ao nosso favor, temos tempo, e em um mundo mais aberto, temos mais recursos para aprender novas habilidades e melhorar o nosso leque de skills, mas por exemplo, não vejo o mesmo jovem que tem um smartphone, a usar ele para aprender um idioma.

Este jovem só sabe reclamar a arranjar desculpas, não para ver aquilo que está a sua frente e usar para puxar a melhor versão de dentro de si mesmo. Podemos usar os recursos e devemos usar todos os recursos que estão a nossa disposição.

Aprenda a fazer o melhor, no lugar em que você está e com as ferramentas que você tem. Até haver a chance de buscar ou alcançar alguma coisa melhor. O melhor livro pode ser escrito apenas com caneta e papel, ele está dentro de você, a melhor empresa ou a empresa mais poderosa, pode começar no seu quarto ou no quintal da casa dos seus pais, saiba que está dentro de você, só tens que se sacrificar, para tirar de dentro para fora.

Deixa fechar com a última história, falar de Gedeão, podes ler e entender mais, lendo a bíblia no livro de Juízes capítulo 6. Gedeão viveu numa fase de opressão, o seu povo era duramente oprimido e não lhes era dada a oportunidade de viver livremente e nem produzir ou comer da sua própria produção, Gedeão com espírito de sacrifício e bravura. Deslocava-se ao lagar para malhar o trigo, era o seu costume, sendo que ele não era conformado em meio a opressão ele dava um jeito de resolver a situação.

Não era um bunda mole, nem covarde, usou a situação difícil ao seu favor e para se tornar mais forte, com pessoas vendo ou não, dando suporte ou não ele continuou trabalhando. E alguém lá de cima viu esse sacrifício e esforço e decidiu aparecer e dar a instrução a Gedeão para ele mudar a história de seu povo, pela mão do todo poderoso. Então, não deixa a área de conforto engolir-te de tal maneira que não queiras mais sair de lá. Busque sempre por desafios e por desafios maiores, o seu crescimento está no próximo desafio.

Visão de Futuro

Ao longo da evolução da espécie humana o homem saiu de caçador para agricultor, isto também causou uma mudança na maneira da própria espécie pensar, claro que não de forma geral, mas é preciso, olhar para o curso geral. Em que hoje em dia, por exemplo, só queremos olhar para o passado e para o presente, esquecemos que há um amanhã por vir e precisamos estar preparados para ele.

Envolve muita coisa essa visão de futuro, mas ela está conectada a questão que falamos acima, sobre estratégia, eu não vou detalhar tudo que envolve a visão de futuro, este ponto poderia dar outro livro. Não estamos falando sobre viver num excesso de futuro que lhe tornará um ansioso, mas falamos sobre saber onde quer chegar e visualizar mentalmente este cenário como se já fosse real.

Veja que na construção de um grande castelo a projeção dele começou na mente de um homem ou de um grupo de homens, antes mesmo de ser posto no papel e começar a construção, no entanto, a visão de futuro, a pré concepção mental do castelo é que vão norteando quem pretende construir o castelo, antes mesmo que o castelo começasse a ser construído ou antes de se colocar o primeiro bloco.

Já havia uma imagem mental do castelo em quase todos os detalhes, isto é visão de futuro, o primeiro FERRARI, JAGUAR, LAMBORGUINI, TESLA, ou qualquer outro carro veloz e de luxo, tudo começou na mente, o resto dos detalhes foram se ajustando e se afinado ao longo do processo da construção do carro, mesmo antes do carro ser desenhado, primeiro alguém teve de construir a imagem mental do carro, a fim de começar a imprimir essa imagem sobre o papel ou computador ou qualquer outra forma de desenho que há na terra.

Agora tenho a oportunidade de falar dele, quando Steve Jobs, criou a imagem mental do que seria o IPHONE, se calhar muitos a sua volta não estavam sobre a mesma visão, mas deixa dizer que anos depois muitos vieram a perceber e entender o que ele tinha em mente, isto é visão de futuro. Ele tinha o conceito do IPHONE em sua mente e foi imprimindo no nosso mundo físico.

Antes do avião ser o avião que nós conhecemos, teve um processo inicial na mente de alguém, que sabia o que realmente queria alcançar, e isto de alguma forma foi norteando o seu dia a dia. A falta de visão de futuro faz muitos de nós jovens acordarem e nem sequer querer tomar banho ou lavar os dentes. Não sabemos o que queremos alcançar daqui a 10 ou 20 anos, não vamos trabalhando sobre as metas e propósitos diários para realizar o que nós pretendemos.

Até podem vendiar os teus olhos, mas ainda assim você pode enxergar e comunicar a tua visão de futuro, e se você não viver para ver ela realizada, você deixará a semente que fará isto se tornar realidade sobre o trabalho de outras pessoas que perceberam onde tu queres chegar.

Inconformismo

O que é um inconformismo? Você deve estar se perguntando o que é isto e eu tenho o prazer em responder o que isto quer dizer, milhares de pessoas neste momento estão passando problemas financeiros, problemas estes que começaram na casa dos seus pais, quando eram crianças, e hoje que são adultas, estes problemas, estão a se estender, até agora, que têm a capacidade de mudar a situação, mas muitos preferem continuar a culpar os pais.

Esses adultos estão sempre com contas atrasadas, atolados em dívidas, prometendo que vão pagar e nunca pagam, que estão a se tornar burladores, nem água vem e nem água vai, vivem o mesmo ciclo financeiro de não ter dinheiro muito antes do final do mês chegar e vivem esse ciclo ano após ano.

Não param um instante sequer para refletir e saber qual postura devem tomar e qual atitude assumir perante esse cenário para mudar a situação da sua vida. E ficam nisto, anos após ano, até ao dia da sua morte. Mas você deve estar pensando, essas pessoas vivem o tempo todo reclamando e dizem que querem mudar a situação, vi muita gente dizer quando um cão ladrava que este não morde, e sabe o que aconteceu? O cão acabou por morder a pessoa em causa.

Vai por mim, se tu achas que quem reclama muito, pretende mudar a situação aí você se engana, essas pessoas são CONFORMADAS, reclamar muito de uma situação, não faz ela mudar, para mudar uma situação, você deve tomar uma atitude diferente, você deve mudar o seu comportamento, quem reclama muito sobre as coisas, não muda nada e só atrai mais energia negativa para si.

Uma reclamação raramente alcança alguma coisa, por gastar tempo reclamando a tendência é não sentar para examinar a si mesmo, não tenta criar um plano de acção para mudar a sua situação actual, o gasto de energia é só focado para reclamar e reclamar e ficam nisto, ano após ano.

Se haver uma mudança de postura e de comportamento de forma prática você veria alguma pequena mudança ou variação no seu quadro. O insatisfeito é alguém que está inconformado e com o seu inconformismo ele vai atrás da mudança de forma consciente. Ele vai buscando maneiras de melhorar a sua situação actual. O inconformado não é um confucionista, que anda por aí quebrando as coisas e não respeita as pessoas a sua volta.

Alguém inconformado, agradece pela situação em que está, ou seja, é uma pessoa com gratidão, está aprendendo com a realidade a sua volta, mas buscando sempre formas de mudar a sua realidade. A nossa zona de conforto nos mata, e ficar nela, nos impede de viver na plenitude que deveríamos estar a viver. É uma zona que não demanda esforço, mas nos vai destruindo aos poucos.

Não Desistir

Desistir é o primeiro passo a dar para não alcançar nada, deixa escrever novamente, desistir é o primeiro passo para não alcançar nada. Já estive em conversas com alguém que alega ter começado muitas coisas, mas não terminou nada? Olha eu iniciei o curso de inglês, aí você pergunta-o, terminou? ele diz, mas infelizmente não deu para terminar. Olha eu também estive na escola de condução, disse ele, e você o pergunta terminou? E ele responde, mas infelizmente não deu para terminar. Aí você dentro de ti diz, mas esse camarada começa tudo, mas não termina nada. Alguém disse, melhor é o fim do que o início de todas as coisas.

Sempre que você for começar alguma coisa, certifique-se de que começará e terminará, sem recuar antes a nenhum pretexto, senão será um "começador" que não realiza nada. Só realiza alguma coisa, quem dá início a um processo e vai até ao fim para terminar este processo.

Se pensa em começar alguma coisa que não vai terminar, vai por mim, nem adianta começar. Eu estou escrevendo esse livro, e do jeito que decidi começar, será do mesmo jeito que irei terminar. Quando temos esse costume de começar e não terminar, raramente vamos conseguir terminar alguma coisa, só saberás onde vencer se não desistires, a vitória, poderá estar a um passo do ponto em que você desistiu.

Nunca desista, como também do inglês, "never give up"! Brincadeira, Não desistir deve ser uma palavra de ordem para quem se propõe em construir alguma coisa, quando desistimos nunca saberemos em que ponto a nossa vitória poderia chegar, isto demonstra que deixamos as dificuldades nos vencer. Nesse ponto chegar a realizar alguma coisa é difícil, só podemos realizar alguma coisa, quando nos propomos a enfrentar as dificuldades de peito aberto e sem parar até encontrarmos a nossa vitória.

Quem desiste não dá de cara com o ponto em que poderia vencer, de que adianta começar uma maratona para desistir no meio do caminho? Ainda que seja para terminar em último, devemos terminar a corrida, não adianta começar e não terminar essa maratona, se for para desistir pense uma, pense duas, pense, três vezes ou mais se for necessário, se quer o meu conselho, não desista!

Pensador vs Fazedor

Faz um tempo que eu vi essa imagem e quero partilhar aqui essa ideia, entre o pensador e o fazedor, enquanto que o pensador está pensando o fazedor já levantou para fazer, isto não quer dizer que você vai se levantar e sem pensar e vai começar a fazer as coisas, isto só quer dizer que você deve estar mais para acção do que para ficar pensando.



Muita gente perde tempo em pensar de mais que nunca parte para acção, sabe que quando você fica pensando de mais, você acaba por ver todas as barreiras ou situações difíceis que podem advir da tua acção e acabas por não sair do lugar! O pensador fica estático, só pensado no que poderia ser, no que poderia fazer, no que seria, no que havia de ser, onde poderia estar, e se fizesse e se não fosse e se acontece, é um monte de possibilidades, mas ninguém sai do lugar e ninguém age.

Pensador

O pensador é aquele que gasta o tempo pensando de mais, não estamos olhando para o pensador de forma pejorativa, mas olhamos para o pensar na vertente de quem quer realizar alguma coisa e o pensamento excessivo pode estar a bloquear a sua capacidade de ação. O pensador, está mais na imaginação do que se movendo no sentido de agir no agora para realizar alguma coisa, por mais pequena que seja.

Sabe de uma coisa, o nosso pensamento é benéfico quando alinhado ao poder de agir, quando só ficamos pensando demais, isso mata a nossa potência de agir, o ser humano não foi feito só para pensar, mas pensar e agir e como diz num livro, tem poder quem age e ainda mais quem age massivamente, leia o livro o PODER DA AÇÃO, de Paulo Vieira.

Na bíblia podemos ler que fé sem obra é morta, se você fica só orando e não toma nenhuma acção, deixa dizer para você em letras grandes, VOCÊ NÃO VERÁ A SUA ORAÇÃO ATENDIDA, deixa te dizer que embora que o nosso mundo seja uma combinação entre visível e invisível, nós devemos agir para as coisas darem certo, o que mantém o equilíbrio e a roda a girar é agir e pensar.

O pensador ficará a pensar e gastará a energia toda pensando, saiba que a energia gasta pensando deve ser repostada com a nossa ação, pensar de mais consome muita energia do nosso corpo, e nos trará satisfação em conjunto com os nossos pensamentos se começarmos a agir para dar gozo da nossa alma, em ver os nossos pensamentos materializados.

Fazedor

O fazedor se centra na ação, ele gasta pouco tempo pensamento e mais tempo agindo, tudo que ele deve fazer era para ontem, ele já levantou e foi fazer, muitas das vezes acabamos por não realizar as coisas por dar espaço de mais os nossos pensamentos, se o nosso foco estiver em agir, veremos o fruto do esforço que depositamos em fazer as coisas.

O fazedor levanta para ir fazer, o fazedor não olha para as barreiras, para as condições climatéricas, para as crises que o país tem, ele não deposita as culpas em ninguém, apesar de qualquer entrave ou situação adversa, ele levanta e começa a agir, vai agindo e aprendendo a lidar com as situações ao longo do processo.

Entre fazer e pensar demais, escolha sempre agir, escolha sempre fazer. Quem você acha que construiu o barco ou o navio? Quem só ficou pensando como construir ou quem se levantou para começar a construir? Quem você acha que criou o prédio mais alto e belo? Quem ficou só imaginado ou quem levantou e começou a juntar as peças para fazer acontecer. Quem você acha que confeitou o bolo mais belo ou conseguiu aprender a confeitar? Quem ficou só treinando os seus pensamentos ou quem deu um jeito de começar a aprender e começou a fazer?

O medo de errar não pode ser uma barreira que nos impede de agir, algumas pessoas também não saem do lugar, pelo medo de cometer algum erro, vamos aqui resignificar, sempre que a tua mente se deparar com alguma situação que você começar a pensar que errou ou que prefere não fazer por pensar no erro, diga o seguinte para si mesmo: "eu não estou errando, eu estou aprendendo". Saiba que desse modo, você terá outra visão sobre os erros e poderá encarar as falhas com outros olhos, saiba que, se você errou, você aprendeu, você aprendeu uma forma de não fazer e já sabe que deve dar um passo diferente para achar o acerto.

Numa das vezes eu estava treinando idiomas, num aplicativo que eu uso para me exercitar e o meu sobrinho pequeno, estava ao meu lado, me acompanhando, e ao fazer um dos exercícios eu cometi um erro e ele disse para mim: o tio errou e eu disse para ele: eu não errei eu aprende, ou seja, eu aprendi uma coisa que não devo fazer e já sei o que devo fazer da próxima vez, para conseguir acertar. Estou falando com o próximo fazedor, vibra onde você está lendo este livro e no final vibraremos juntos.

Capítulo 2

BATALHAS.

Esse é o melhor capítulo para mim e o que eu irei escrever com muito mais prazer ainda, porque é dessa forma que quando alguém perguntar como pretendes ser lembrado eu direi: "pretendo ser lembrado como um guerreiro". Sendo que a minha vida se resume em batalhas. Toda via falar de batalhas, é falar de nossa vida diária, sendo que no meu ponto de vista, todos os dias nós acordamos para enfrentar uma batalha, e para tal devemos nos levantar como guerreiro.

Se somos guerreiros, devemos nos posicionar como tal, fazendo cada dia ser uma preparação para vencer as batalhas que vão se apresentando diante de nós, o guerreiro não deixa se abater por mais dura que seja a batalha, ele vai lutando com todas as suas forças e se tornando mais forte em cada batalha.

Não tenha o pensamento de que irás acordar e que tudo será um mar de rosa, haverá batalhas diárias que debes te preparar para as enfrentar e caso você perca não foi uma guerra perdida, mas sim uma batalha que se perdeu dentro da guerra, então debes te levantar mais forte e usar aquilo que aprendeu da batalha anterior para se tornar uma pessoa melhor e mais forte.

Ser guerreiro é saber que a realidade a nossa volta pode não ser a melhor, mas que antes as adversidades vamos buscar maneiras de lhe dar com as dificuldades e tentar ultrapassar elas com uma solução para cada obstáculo.

Um guerreiro deve estar equipado com as armas necessárias para enfrentar a guerra ou as guerras e sair vitorioso, olhando para uma construção de vida e de futuro, não vivendo e deixando a vida levar-lhe, sendo que as pessoas a nossa volta contam connosco e o nosso comportamento ou postura, pode significar ruína de um todo a nossa volta, e não só a nós próprios.

Olho para a bíblia e consigo ver alguns guerreiros que eu me inspiro e também não só na bíblia como pessoas a minha volta, dizer que todos nós enquanto seres humanos somos falhos, mas temos aspectos positivos, então sempre que for olhar a um ser humano, vai extraindo o que ele tem de bom e o que ele tiver de errado, debes corrigir em ti.

Nós não temos como escapar as falhas, mas saiba que, enquanto seres humanos, saber que temos essa propensão a falhar, não quer dizer que vamos falhar de forma deliberada, mas que vamos lutar contra essa natureza e tentar corrigir sempre e assumir essas falhas e pagar por elas se for necessário.

Não vamos julgar ninguém, tendo nós essa consciência, vamos tentar ajudar e corrigir em nós sempre que virmos uma falha em nosso semelhante, julgar só fará surgir outros males e afectar de forma negativa o nosso crescimento.

Um guerreiro é alguém forte, que a cada embate se torna ainda mais forte, as situações adversas da vida, não são um motivo para o levar para baixo, mas sim uma motivação para lhe fazer lutar ainda mais forte.

Vou falar sobre a passagem de Josué 1:9 na versão ARA, que diz: não tu mandei eu? Sê forte e corajoso; não temas, nem te espantes, porque o Senhor teu Deus é com você por onde quer que andares. Esse é o meu versículo, é o livro que uso como mantra e sempre que sinto que estou numa fase de lutas. É o meu versículo chave e pertence a uns dos guerreiros da bíblia.

Nisso se resume a minha vida, batalhas, e por dentro das batalhas vou me tornando mais forte, eu descobri que as dificuldades me tornam mais forte, assim como ferro afia ferro, é preciso que quando queremos nos tornar fortes de verdade haja um clima de dificuldades à nossa volta para nos tornar mais fortes.

Assim encaro as dificuldades, alguém disse que: tempos difíceis criam homens fortes e homens fortes criam tempos fáceis e tempos fáceis criam homens fracos. Deves saber que as dificuldades não vão te destruir, elas irão deixar você mais forte, elas deixam você mais preparado para momentos mais difíceis ainda e enfrentar situações adversas de cabeça mais fria.

Te dará vantagem sobre as pessoas que acham positivo fugir dos problemas, você não deve fugir os problemas, mas enfrentar os mesmos e resolver, grava bem isto na tua mente, todo o problema que você fugir hoje, mais cedo ou mais tarde ele há de voltar e se encontrar com você e pode estar ainda mais forte ou mais difícil de resolver.

Se estiver com medo, vá mesmo com medo, e enquanto guerreiro vá enfrentar e resolver esse problema, sem dar desculpas para cada solução que se apresenta ou ver barreiras invisíveis em tudo.

Como falei um pouco mais acima, sobre os guerreiros que eu tenho como espelho, deixa citar eles aqui, o meu pai José de Almeida, que na altura que escrevo esse livro já não se encontra vivo, mas tenho ele como exemplo de um guerreiro, e de alguém forte e de pulso firme, da bíblia tenho, Gedeão como não poderia faltar sendo um homem forte e de guerra.

Josué que também era um homem muito forte, José que enfrentou duras batalhas de vida, David grande homem de batalhas, Sansão e Jefté. Homens que fizeram da dificuldade uma escada e depois de apanhar vários socos, conseguiram resistir e passaram a dar uma surra na própria vida.

A vida nos bate e pretende ver até onde nós somos capazes de suportar e avançar para começar a dominar o jogo, com as nossas próprias mãos, virar o jogo ao nosso favor e começar a vencer, neste ponto nos tornamos tão fortes que a vida já não terá capacidade de bater em nós.

Enquanto olhava, lia, aprendia coisas sobre esses guerreiros, foi possível identificar pontos em comum, ou características semelhantes, que podemos aplicar e colocar nas nossas vidas, partindo do ponto em que devemos aplicar estes elementos, em função da nossa realidade e ir crescendo gradualmente, o bom guerreiro não se cria do dia para noite o bom guerreiro, vai se fazendo aos poucos e batalha após batalha.

A construção de um guerreiro é um processo, e queira mesmo que seja gradual, saiba que algumas vezes pular etapas e querer tudo na urgência, poderá nos deixar mal preparados, imagina alguém cozinhando e servindo para você um arroz com feijão, a comida não cozeu devidamente, será que mesmo com fome, ou com muita fome você seria capaz de comer?

Para estar bem preparado para as oportunidades que irão surgir é necessário agarrar bem o processo do crescimento gradual. Deixa destacar aqui as características do guerreiro que é parte da armadura que devemos vestir enquanto guerreiros, devemos ser **fortes**, usar da **coragem**, não ter **medo**, usar da **fé** e dominar o nosso **emocional**.

Não irei destacar muito o papel da fé enquanto guerreiro, sendo que já falamos deste ponto de forma mais aprofundada no capítulo acima, apenas vou sugerir a dar uma olhada, no capítulo anterior e fazer a conexão com este capítulo.

Dizer apenas que um guerreiro sem fé não vencerá nenhuma batalha, deixa também aconselhar você a ler o livro SUN TZU A ARTE DA GUERRA, neste livro poderás ver uma visão mais amplificada sobre conceitos de guerra que um guerreiro deve conhecer para enfrentar as batalhas com mais audácia.

Portanto, deixa dar a minha pincelada, sem o elemento fé o guerreiro não vence nenhuma batalha, sem o elemento fé nós não venceremos em nenhuma área da nossa vida, sem o elemento fé, os jogadores de futebol até podem entrar em campo para jogar a partida, mas há 0 chances de vencer o jogo. O guerreiro que não tem fé, não pode vencer nada e nem ninguém e nem sequer a si mesmo. O elemento fé lhe fará olhar para as possibilidades de vencer e entrar em campo para vencer.

Forte

Eu falando sobre ser forte, deve vir na sua mente a imagem de um fisiculturista, cheio de músculos até ao dedo ou de um “strong man”, mas não é bem por aí que nós queremos ir. A pessoa forte é aquela que sabe buscar energias de dentro de si, meio as dificuldades para resistir à pressão e vencer.

O guerreiro é resiliente, ele não se deixa sucumbir, por mais dura que seja a batalha, enquanto uns já se levantam com uma postura de derrota e o rosto inchado de tristeza por saber que provavelmente haverá dificuldades no seu dia, o guerreiro se levanta com a mente renovada e é isto que o torna mais forte.

É isto que o vai fortalecendo, é daí que ser forte é não deixar a dor nos fazer desistir ou recuar das nossas lutas, é ter uma expressão corporal de peito para frente, cabeça erguida e não deixar as lutas tirar o sorriso do nosso rosto, é entrar na guerra e bater no peito e dizer, eu não vou recuar antes a nenhum pretexto, nem mesmo que a situação fique feia do meu lado, eu vou dar o melhor de mim para vencer essa luta.

A pessoa forte sai para fora e começa a se movimentar, está escrito em algum lugar: “mais vale uma mosca viva do que um leão morto”, nem me pergunte onde está escrito isto, mas para dizer que enquanto uns estão esperando as melhores condições e o momento certo, a pessoa forte, corre atrás do prejuízo e começa a agir sobre as condições actuais, para modificar elas e as tornar favoráveis, mesmo que a situação actual não seja boa.

Enquanto que para alguns a crise é o pior, que a crise é de todo ruim, o homem forte vê na crise a oportunidade de se aperfeiçoar, o forte leva pancadas e sobre ferimentos, mas antes da dor da pancada passar e o ferimento cicatrizar ele vai se forjando sobre esses elementos e se tornando mais forte.

Coragem

Coragem é um elemento muito importante para um guerreiro, e isto não pode faltar na sua armadura, será como o escudo que lhe dará protecção sobre o ataque inimigo, sobre as pessoas que dizem que você não vai conseguir, que você não vai chegar lá, as vozes do contrário que trazem uma força negativa muito forte e energia super ruim ou negativa.

Coragem é um elemento invisível que tem muitos efeitos no mundo visível, muitos de nós guardamos projectos em gavetas, deixamos de lado o nosso sonho, por falta de coragem, por deixar o nosso medo nos dominar, por não ter o elemento coragem e saber se poderíamos suportar a críticas, decidimos largar a nossa linha de futuro e seguir o caminho comum.

A falta do elemento coragem, nos deixa presos. É uma cadeia que mesmo que não possamos ver, ela nos prende de tal maneira que impossibilita a nossa acção, os julgamentos, as perdas, as falhas, as ausências, as críticas, o medo ser abandonado ou rejeitado, sem o elemento coragem, não há como enfrentar isto.

Há uma música um pouco popular no meu país que diz: coragem, coragem, coragem, coragemmm... Coragem, arroz e salada, não sei como farás para seguir a melodia da música. Por não haver coragem, nos trancamos em um casulo, para se proteger de qualquer elemento que possa nos causar alguma ferida.

E acabamos por ser infelizes, por viver na dependência do que as outras pessoas poderiam dizer, passamos a viver para outras pessoas e suas pretensões que nos esquecemos de nós mesmos.

Ganha hoje a coragem para enfrentar aquilo que o prende de se movimentar, se estiver com medo ganha coragem e vá com medo mesmo, você será mais feliz se correr atrás do que acredita do que ficar, preso ao que os outros querem que você faça, saiba que o mais importante é só não colocar as pessoas a sua volta em causa, ou com algum problema, por causa das suas acções, o resto é resto, vá e avance.

Medo

O medo é outra prisão que não deixa o homem florescer, o medo é uma prisão que deixa o homem estático e quase que vendo a existência daquilo que não existe, me conta aí quais são os seus medos? O que faz tremer as suas bases? O que deixa as suas pernas bambas?

Provavelmente você não pode contar para mim, mas pode contar a ti mesmo, mas deixa dizer que boa parte dos nossos medos nem sequer são reais, são apenas coisas da nossa cabeça, são apenas frutos da nossa imaginação.

Se você não acredita, então faça a prova, faça a prova dos nove, escreva em um papel, todos os seus medos ou os três principais e faça uma análise e uma introspecção, sobre os fundamentos e bases desses medos e até que ponto eles podem afectar você ou até que ponto eles podem ser reais ou vir a acontecer.

É coisa da tua cabeça, sua imaginação é muito fértil e até aí tudo bem, mas isso não pode impedir esse guerreiro de sair do lugar e se movimentar. Você é muito maior do que qualquer um dos seus medos, você pode vencer qualquer um dos seus medos, o guerreiro não deve ficar assustado, ele deve aprender a trabalhar sobre o seu medo, seja ele qual for.

Hoje estou chamando você para acção, se você tem medo de falar com alguém sobre um assunto, se você tem medo de escrever e lançar o seu livro, se você tem medo de cantar a sua música, se tem medo de começar algum negócio, se tem medo de dar um passo, então vai por mim, usa a energia que há no medo, para extrair de dentro de você o que há de melhor e fazer acontecer, você será a motivação ou o meio que pelo qual, mais 10 ou 20 pessoas aparecerão.

Mas é preciso você sair do lugar, é preciso você se movimentar em direcção ao seu medo e começar a dar os golpes que deitarão esse inimigo para baixo, não precisa esperar o momento certo, o momento certo é agora.

O Emocional

Temos dentro de nós, a máquina mais potente e mais poderosa, que já foi inventada, mas acredito que muitos de nós não cuidamos dela de forma regular, ou da maneira mais correta. Se você tem um carro e gastou bastante dinheiro para comprar ele, de certeza que você investe pesado na manutenção deste mesmo veículo.

E essa máquina que está dentro do seu corpo, o quanto você investe nela, o que você faz para tratar da saúde dessa máquina, essa máquina contém o nosso emocional e se você não cuidar dele com zelo, isto irá por água abaixo, você precisa investir melhoria contínua e na saúde dessa máquina.

Eu estou falando de máquina, essa máquina é o seu cérebro, onde está contida, toda informação de conceito de vida que você tem. Saiba que fazer exercícios físicos ajudarão no funcionamento dessa máquina, saiba que beber bastante água também, saiba que evitar o açúcar vai ajudar na **performance** da sua memória.

Você deve sentar e começar a analisar quais os factores que podem ajudar para melhorar no funcionamento do seu cérebro, assim como você investe no seu “closet”, você deve procurar investir mais no melhoramento do seu cérebro.

Quantos de vocês que estão lendo já investiu tempo ou dinheiro para ter uma conversa com um psicólogo? Ou você ainda tem aquele conceito de que psicólogo é coisa para maluco e para quem não está bem da cabeça? Eu já investi nisto e estou procurando um novo psicólogo ou psicóloga, me passe seu número ou entre em contacto.

Você precisa marcar um encontro com o seu eu da infância, quem sabe você passou por uma situação traumática que afecta o teu comportamento até aos dias de hoje que você está adulto e você não sabe.

Provavelmente você tem algum **bloqueio emocional** que te aprisiona e impede o teu crescimento e desenvolvimento como pessoa, que impede você de amar e faz você ferir as pessoas a tua volta mesmo não querendo fazer isto. Quantos de nós estudamos sobre bloqueios emocionais? Quantos de nós estudamos sobre inteligência emocional?

Estes dois assuntos poderiam dar um outro livro, mas não vou estender muito sobre o assunto, se haver oportunidade eu vou escrever a minha visão sobre eles. Apenas dizer que a inteligência emocional, fará você saber a melhor maneira de agir diante de uma situação de pressão em função do comportamento de cada pessoa a sua volta.

Boa parte dos bloqueios mentais surgem na infância com algum episódio traumático ou situação constrangedora, ou ainda com conflitos com uns de nossos pais, principalmente com a imagem paterna.

Saiba que é preciso revisitar esses episódios, para poder se curar e ultrapassar eles, reconhecer e identificar a existência deles, por exemplo: a rejeição por parte paterna, pode nos fazer acarretar inúmeros problemas, e o sentimento de rejeição, nos fará se sentir sós e abandonados, muitos jovens, buscam, refúgio, em festas, em bebidas alcoólicas e cigarros ou noutros tipos de drogas, e para as meninas, por exemplo, tendem a se envolver com homens mais adultos.

Esse não é o foco do livro, mas chamo a tua atenção para que possas buscar maneiras de cuidar melhor, da tua máquina, a partir do autoconhecimento e usando toda ajuda que você tem no teu meio externo.

Capítulo 3

NEM TODA ONDA É PARA SURFAR.

Hoje a visão manada prende muitos de nós, que só queremos ir onde à maioria está indo, sem saber o porquê. Somos meros seguidistas da grande maioria e para nós não importa realmente o sentido pelo qual os outros estão fazendo, apenas a ideia precipitada de que "se eles estão fazendo, eu também posso fazer. "

É normal que o ser humano tenha aquele sentimento de ser liderado, faz parte da nossa natureza, precisamos sempre de alguém que vá servir de comando e nós iremos seguir essa voz, então saiba que sobre esse ponto e seguir a manada existe uma linha tênue. Portanto, em algum lugar está escrito que: "o errado sempre será errado mesmo que a maioria esteja fazendo."

Existem algumas ideias ou mitos, que muitos de nós estamos acostumados a seguir, que não paramos um instante para reflectir sobre a existência dessa informação, olha que estamos tão alienados que não nos dá tempo de desenvolver senso crítico sobre a situação. Ficamos quase que de olhos vendamos o que nos impede de olhar para as situações de forma aprofundada com o desejo de quem quer perceber realmente alguma coisa.

A alienação não nos permite desenvolver ideias próprias ou se impor a partir da nossa identidade pessoal, somos forçados em ser seguidistas, enquanto que podemos ter um debate aberto sobre ideias divergentes sobre o mesmo assunto, ou questionar verdades que foram impostas e que provavelmente são questionáveis.

Olha, que só estamos acostumados a seguir as ideias que encontramos ou que foram impostas, de forma cega e fiel. Deixa falar sobre duas histórias, uma delas ocorreu dentro da minha realidade e de muitos que fazem parte do meu país, e claro que você também deve se sentir livre para questionar ou fazer algum tipo de análise mais profunda sobre e tirar as tuas próprias conclusões.

História 1: Aqui no meu país, Angola, havia uma história, de que os cartões multicaixas não poderiam ser misturados, ou colados com o telemóvel ou chaves, e eu comecei a ouvir essa história muito cedo, sendo que comecei a mexer em ATMs desde muito cedo, provavelmente com os meus 12 ou 13 anos de idade, e eu ficava martelando a minha cabeça sobre esse assunto, se era verdade ou mito, as pessoas diziam que isto poderia "desmagnetizar" o cartão, eu não faço ideia, se esta palavra realmente existe, mas era isto aí, portanto de tanto martelar essa história na minha cabeça, decidi testar, e após testar vi que aquela verdade é questionável, que pelo menos a uma outra hipótese ou possibilidade. Até ao momento, tive resultados positivos, está em aberto para tirares as tuas conclusões e trazer vários extras para esta história ou verdade.

Por exemplo, as mães Angolanas, tinham a tendência de criar muitos mitos, a fim de impedir os seus filhos de realizar alguma determinada dificuldade, quando os filhos tentavam questionar, elas só diziam que é mesmo assim, esses mitos eram criados para deixar as pessoas com medo, e ao longo do tempo fui vendo que as nossas mães criavam essas histórias para limitar e controlar as nossas acções em relação a algumas coisas.

Havia pouca capacidade de argumentação, por parte de algumas delas, e para colmatar essa parte, elas simplesmente sem dar grandes razões e motivos, que fossem realmente convincentes, traziam essas histórias, e que muitas delas ao longo do tempo foram perdendo força ou ficando para trás, pela capacidade de questionar que essa outra geração trouxe.

História 2: Li nalgum lugar uma história sobre uma mãe e uma filha, a mãe passou um ensinamento a filha, isto no processo de cozinhar, a mãe passou a sua filha a técnica para cozinhar o peixe, mas algo chamou a atenção da filha que, intrigada, perguntou a sua mãe, sobre a forma que a mesma cortava o peixe e o motivo

de a mesma cortar o peixe daquele jeito, sendo que poderia colocar ele por inteiro na frigideira, a mãe cortava o rabo do peixe e a cabeça, a filha começou a questionar de forma mais intente.

A filha estava sempre se questionando o porquê, a mãe de tanto ver a aflição da filha, disse a ela, a minha mãe também me ensinou assim, então a filha disse vamos questionar a avó, e saber o motivo, a mãe e a filha se deslocaram para casa da avó, a fim de apurar essa história, sendo que a mesma estava deixando todos com a pulga atrás da orelha.

Então chegaram a casa da avó e sentaram e questionaram sobre a forma de cozinhar e sobre tudo de cortar o peixe, a avó por sua vez, riu-se e contou a história sobre isto, e disse que foi a mãe dela quem a ensinou, e passou essa forma de preparar o peixe, a sua neta ainda cheia de dúvidas questionou sobre o porquê, mas a avó limitou-se em dizer que foi assim que a mãe a ensinou.

Assim sendo, e ainda não convencida sobre o que avó disse, a filha pediu a mãe para irem à casa da sua bisavó, então mãe e filha iam mais uma vez atrás de uma resposta para resolver esse enigma, e chegando lá, foram direto ao assunto e ela (a bisavó) respondeu que tinha este modo de preparar o peixe, em que cortava o rabo e a cabeça pelo tamanho da sua frigideira.

Viu como ficar preso a uma ideia, pode limitar as coisas, pode limitar a nossa acção e nos prender a conceitos que podem ser mudados, nós podemos criar uma realidade alternativa, podemos a partir das bases que já existem trazer alguma nova realidade, desde que conheçamos bem, as bases universais, será possível criar uma realidade alternativa.

Desde que estejamos alinhados com as bases universais, é possível criar a realidade que nós nos propomos em fazer acontecer, na nossa realidade em que há muitos "maria vai com as outras", é difícil se firmar com ideias próprias, e nós os jovens somos os mais afectados com essa situação, e temos muitas dificuldades em saber discutir os assuntos e mostrar de forma aberta uma alternativa ou solução.

Por exemplo, vamos dar uma olhada ao processo ou carreira estudantil, que muitos de nós jovens já tem uma ideia pré-concebida baseado naquilo que nossos pais ou superiores passam para nós, por não buscar uma visão diferente, temos tendência em esperar que tudo seja linear e quando assim não é, muitos caem na frustração.

O Mito do Sucesso Após a Licenciatura

Muitos de nós temos a grande ideia de que logo após receber o diploma e o certificado tudo será um mar de rosas, e eu actualmente na pele de quem já é licenciado digo que isto não funciona bem assim, claro que há excepções a essa regra, mas de forma geral, não é o que se verifica.

Muitos de nós acabamos por ficar em casa sem ter as nossas expectativas atendidas, e vendo o nosso diploma ou certificado apanhado poeira, por alguém implementar em nós de que após a cerimónia de outorga, tudo será um mar de rosas, mas ao se deparar com a realidade crua e nua, as coisas podem ter um sabor amargo.

Preferem ficar em uma esquina a assaltar as pessoas, limpos e organizados, do que buscar opções mais honestas e que não vão prejudicar as pessoas a sua volta. Estar em lugar para fazer vendas, em função das oportunidades que se apresentam, no momento, não é mal, embora sejam opções mais simples, no entanto, elas são honestas e construtivas.

O que fará o nosso país avançar, é a mentalidade de saber ler os tempos e as oportunidades e saber crescer a partir delas, hoje por falta de modelos e por falta de saber reconhecer o processo de crescimento, as pessoas não estão se preparando para crescer de forma gradual ou passo a passo, querem que tudo seja de forma repentina.

Há tendência, é querer o sucesso imediato após terminar a formação superior, porque assim nos foi ensinado e inculcido, mas se aprendermos a ler os tempos e a nossa realidade haverá melhor maneira de contribuir para o nosso desenvolvimento e do nosso país. Alguns acreditam que a solução passa apenas por sair do país e buscar outras condições.

Claro que isto é uma possibilidade válida e quem sabe o que pretende fazer, poderá usar desta opção para alcançar as suas metas pessoais, mas de alguma forma eu acredito que ao invés de culparmos o governo e procurar culpados, entre tios, primos, amigos, a própria universidade em que fomos formados.

Temos diariamente a oportunidade de fazer melhor com as condições que temos disponíveis, e trabalhar sobre o que há para fazer melhor e melhorar a condição do nosso país, trabalhando arduamente e sem egoísmo excessivo, não pensando apenas em nós de forma singular, mas no bem comum, pensar no benefício colectivo.

O que faz a nossa nação não progredir, é o facto de acreditarmos, por exemplo, que após a nossa formação o estado tem toda a responsabilidade de nos empregar nos melhores lugares, espero que estejas a ler este livro, de forma aberta, com o intuito de analisar os factos, analisar e poder entender o que estou passando e poder filtrar as ideias.

Não tente ler este livro com uma ideia pré-concebida, que isto trará um bloqueio mental, fará você não olhar com um senso crítico e de análise, não poderás extrair o que há de melhor, neste livro. Nós temos sempre que ter o senso de analisar as questões de forma aberta, sem ter uma barreira mental que nos impeça de olhar para os dois lados da mesma moeda.

Nós temos ideias pré-concebidas e fixas, que raramente temos a disponibilidade de olhar para uma nova ideia, com o olhar de aprendizado ou de extrair uma nova possibilidade, e assim caminha a nossa nação, onde as pessoas não querem ter uma mente aberta, e nem vão atrás das informações, para tentar ter uma base mais firme e estar abalizado e creditado para falar sobre um dado assunto.

Voltando ao nosso assunto, caro recém-licenciado ou para qualquer outra pessoa que está formada já a algum tempo e não vê formas de chegar onde acha que já devia estar, mude a sua forma de olhar para a situação ou o seu ângulo de visão. Estamos presos na ideia de que é assim porque é assim e não estou disposto a receber uma outra visão e analisar de forma aberta e forma crítica.

Ainda que numa fase inicial, ou numa fase embrionária, nós podemos começar onde der e dar o nosso melhor aí, nós podemos começar onde é possível e ajudar aquele sector a desenvolver, apenas devemos ter

em mente, que onde nós estamos, devemos dar sempre o nosso melhor, devemos nos esvaziar, tirar tudo de dentro para fora, para que onde a gente esteja, possa alcançar o nosso máximo potencial.

A nossa mente está presa, de que tudo será um mar de rosas e que tudo será da forma que nos informaram que havia de ser, mas quando estamos mediante a um cenário diferente, não trabalhamos a nossa capacidade de se adaptar as coisas, ou a situação da nossa realidade, não adaptamos a nossa realidade a nós ou vice-versa.

Temos o pensamento de que alguém está nos devendo alguma coisa ou que o mundo nos deve, nada nem ninguém está te devendo nada, nem o mundo em si, deve alguma coisa a você. Apenas você que deve assumir as suas responsabilidades, o seu dever com as pessoas, a sua volta e com o próprio mundo, e fazer aquilo que deve ser feito, a tua responsabilidade transcende qualquer barreira ou qualquer situação que achas que é super difícil.

O Mito do País Mil Maravilhas

Falei mais acima, sobre falta de modelos, e a nossa juventude está a falta de modelos, e eu também numa certa fase tive essa mesma dificuldade, as pessoas que supostamente alcançaram alguma coisa ou que realmente por esforço próprio conquistaram alguma coisa, só tinham a tendência de nos mostrar os resultados, raramente ou quase nunca, nos mostravam o processo, a forma de como alcançar tal resultado.

Não nos ensinavam de como temos que fazer ou como temos que nos comportar, ou qual a atitude que devemos ter, para ter o que eles alcançaram. De forma que passamos a querer ter muita coisa, e ter os mesmos resultados sem se importar em saber o processo ou o que essas pessoas tiveram de passar para ter o que têm e ostentar os resultados que elas ostentam.

A nossa terra passou a ter uma cultura que até aos dias de hoje é cultivada e tem crescido muito, não queremos sentar para aprender com quem tem, ou com quem já alcançou o que nós queremos alcançar. Não temos a mente de destrinçar os factos e as coisas, as pessoas passaram a atribuir o sucesso e a ascensão do próprio irmão, como fruto de feitiço, alguma força escura, facilitação, padrinho na cozinha, ou fruto de alguma coisa ilegal.

Perdemos a cultura do mérito, as pessoas não acreditam ou não aceitam, de ânimo leve, ver quem, por exemplo, convivia consigo, num nível alto de ascensão. E nunca vamos perguntar a pessoas o que elas fizeram para chegar onde elas estão. Então a nossa sociedade não aprecia quem ascende.

Buscamos os motivos, mas sem sentido, para justificar o sucesso alheio, o que faz termos inveja dessas pessoas e não aplaudir com bom coração que está a subir. Chegamos a desenvolver um sentimento de ódio. Temos a cultura que as coisas acontecem por acaso e não que há um processo por trás e que as coisas são fruto de sacrifício, esforço e trabalho árduo.

Aos jovens foi vendido o sonho de um país belo e que o governo fará tudo por nós, ou que haverá uma facilitação de alguma parte, mas deixa-te dizer que, um país grandioso é construído a base de esforço e trabalho árduo. Se pensares que tudo virá do nada é um engano, deixa abrir um espaço para falar de dois pontos que afectam o nosso crescimento e do próprio país em si.

Nós somos os nossos próprios governantes e devemos ter a certeza, de que todos somos gestores de alguma coisa e do bem comum, e dizer que ao contrário disto, temos uma sociedade que não quer ser honesta e não tem seriedade nos seus trabalhos. Esse é um fenómeno que vai corroendo essa sociedade aos poucos.

Nos falta ser profissionais e ter honestidade, muitos de nós com as pessoas, a nossa volta, quando queremos obter uma vantagem, não nos importamos em saber se aquilo que estamos a dizer é verdade ou não, preferimos contar mentiras do que ter a honestidade e dizer a verdade, mesmo quando isto não vai nos beneficiar.

Ao invés de depositar a culpa em fulano ou sicrano, temos a responsabilidade, cada um de nós, de mudar a nossa postura e maneira de pensar para ver um mundo melhor, e ajudar o mundo a nossa volta a crescer e ser um lugar melhor. Deixe que o habitual e o costumeiro fique ali preso, e o feche numa caixa, mas tenha sempre o senso de olhar para as questões de forma a analisar e ver novas saídas ou formas de pensar sobre um dado assunto.

Capítulo 4

FORMADO, MAS NÃO FORMATADO.

Para alguns que acham que os títulos académicos são o fim da jornada e se apegam apenas nessa ideia, deixa ti dizer que, você morre quando deixa de aprender, quando deixa de buscar por metas novas, quando deixa de se renovar, quando deixa de buscar desafios, você começa a dar passos para atrás e ficando obsoleto.

Saiba que se você acha que o que aprendeu já está bom, se você acha que aprendeu tudo que tinha que aprender e é suficiente, deixa te dizer que, você pode ter se tornado uma bela solução para um problema que não existe mais.

Nos falta a humildade de perceber que as coisas e o mundo a nossa volta muda a cada instante e é necessário que estejamos sempre a busca formas de renovar a nós mesmos e o nosso conhecimento. Existe a grande chance de que aquilo que você aprendeu na universidade, ter ficado para trás, e já não servir para o mundo actual.

Olha que eu aprendi, que devemos ter a humildade de perceber que, nós não somos vitoriosos, nós participamos de empreitadas vitoriosas, e quando há humildade, conseguimos ver que devemos saber olhar as condições actuais.

Não tomar decisões em função de vitórias passadas, sendo que as condições que nos fizeram vencer no passado, podem não ser favoráveis para as condições que se apresentam diante de nós no presente.

A escola tem um papel preponderante na formação do indivíduo na sociedade, mas ela acaba sendo a responsável por nos formatar ou deixar a nossa mente quadrada e alienada, não estou a aconselha-lo a desistir dos estudos ou a olhar para a escola de forma distorcida.

Parte do processo de nosso desenvolvimento mental e capacidade de raciocínio lógico é desenvolvido na escola, mas a mesma escola, tem um papel ainda maior, que vai além de avaliar os estudantes, em função da matéria dada pelos instrutores e atribuição de notas aos mesmos em função do desempenho que tiveram em uma dada prova.

A escola muita das vezes e em boa parte acaba por matar a nossa criatividade e matar o nosso senso crítico, bem como a capacidade de apresentar a nossa ideia contrária, a qualquer assunto que seja. Acredito que sobre o sistema de avaliação e a forma de ministrar as aulas, há muito que pode ser melhorado.

Sobre este assunto não me vou esticar muito, apenas dar esta pequena pincelada, dizer que uma das principais responsáveis por nos dar um senso de contrariedade e liberdade de pensamento, é a mesma que nos prende em uma caixa e nos faz pensar igual a todos e estar numa única linha de pensamento.

Somos nós os reais responsáveis de libertar desta alienação, buscando pensar fora da caixa e ter a mente aberta, em ter um pensamento disruptivo, quando chegarmos a esse nível, vamos tirar a culpa de qualquer elemento extra a nós e começar a focar mais em nós.

O responsável por mudar esse quadro somos nós, enquanto que alguma coisa ou pessoa externa tenta nos fechar dentro de um pensamento que pareça imutável, nós temos a possibilidade de trabalhar no sentido de mudar isto. A formação não pode ser um factor limitante que nos deixa presos em um único pensamento.

Nós temos a possibilidade de mudar àquilo que nos foi incutido, como situação intrasformável, que recebemos de professores, dos nossos pais e qualquer outro ser que nos instruiu ao longo do nosso processo de crescimento, e formação das nossas ideias enquanto ser humano.

Tudo aquilo que nos leva a prisão do pensamento ou ao obscurantismo intelectual deve ser erradicado. Um dos grandes entraves para liberar o nosso pensamento era a falta de acesso ao conhecimento ou a informação, mas deves estar a dizer, como alguém que está formado pode nalgum tempo ter falta de acesso a conhecimento ou informação.

Dizem por aí que a primeira base que lançou o primeiro foguetão ao espaço, tinha menos capacidade do que o seu smartphone. O nosso percurso académico, seja de quanto tempo ele for, após ser concluído, pode ter sido um percurso que, ao invés de nos libertar de ideias, nos deixou presos a conceitos e a pontos de vistas.

Deixa dizer que, antes dos **smartphones** se tornarem populares, as pessoas de alguma forma, tinham poucas fontes para aceder ao conhecimento e poucas alternativas, para ter acesso à informação, o que hoje em dia, não nos falta.

Eu creio que muitos dos grandes estudantes não conseguem brilhar fora das salas de aulas, muitos dos que tiveram grandes **performances** na sala de aula, não conseguem alcançar o êxito, fora do recinto e do sistema académico, por achar que tudo aquilo que ele aprendeu é o suficiente. Sem saber que existem outros campos e outros domínios sociais que devem ser estudados e aprendidos e aplicados, que não nos são ensinados na escola.

Muitos desses assuntos já se discutiu sobre a possibilidade de fazerem parte do currículo escolar, que eu não creio que seja a solução, provavelmente deveria haver apenas um incentivo, para que cada um de forma particular fosse a busca de aprender e desenvolver esses comportamentos.

Me espanta e eu como estudante estou incluído neste pacote, como na fase do COVID-19, nenhum país africano conseguiu fabricar uma vacina. Como no meu país, em que temos muitos intelectuais e pessoas cheias de títulos académicos, mas não se cria soluções para problemas sociais.

Eu creio que nos últimos 10 anos o país produziu muitos formados e o número tem vindo a aumentar, mas o fruto dos anos que passam a estudar raramente se reflete no mundo real. Por exemplo creio que há uma escassez, de artigos científicos e material didático nacional.

Nós somos parte da solução, então a bolha que se forma em instituições de ensino superior e de ensino médio deve ser mudada, por cada um de nós, somos parte da solução. Claro que o sistema nos viciou em estudar para obter êxito nas provas, e no final de cada ano lectivo poder transitar, mas neste entre meio, é possível criar uma nova roupagem.

Se não, estaremos presos a títulos que queremos andar com eles por baixo dos braços, para sermos tratados de Engenheiro, Dr. fulano, excelência e por aí vai. Mas não justificamos esses títulos, com a verdadeira representatividade que é devida. Abra o olho e veja que se calhar não é possível aprender tudo e dominar tudo, mas devemos ter a cosmovisão bem aguçada.

Claro que também o país não será feito só de pessoas licenciadas e mestres e doutores, então é preciso perceber que por de trás desses títulos, devemos trabalhar a nossa mente, para que sempre que sairmos de casa, em direcção ao nosso lugar de trabalho ou onde desenvolvemos o nosso valor, devemos fazê-lo com excelência.

Muitos de nós quando não estamos empregados ou em alguma ocupação que lhes dá uma remuneração, andamos a torta e a direita a reclamar, a pedir a Deus para abençoar, mas quando surge a tão esperada oportunidade, somos os primeiros a reclamar do emprego ou do local em que estamos, não lembramos dos dias em que pedíamos por esse lugar e que as pessoas que estão na condição em que estávamos antes, querem estar no nosso lugar.

Não sabemos valorizar, aprendi ouvindo alguém dizer que é necessário valorizar os dias de coisas pequenas, deve haver em cada um de nós, impregnada a visão de dar o nosso contributo, em fazer bem a nossa parte, em não fazer de qualquer jeito, em não prejudicar a maioria, por egoísmo obsessivo e querer tudo para nós.

Temos que olhar ao bem maior, o colectivo, ao bem-estar de todos. A pergunta deve ser feita, de qual modo o meu comportamento influencia o todo? Enquanto que, por estarmos num lugar indesejado, não fazemos bem a nossa parte e nem fazemos o nosso trabalho devidamente.

Não é necessário estarmos presos a ideias fixas, e que achamos imutáveis e que não iremos mudar a todo custo e que assim é porque eu aprendi assim e me foi ensinado assim e eu sou o fulano de tal e Phd. em x e tal e z, e deve ser assim, sem dar abertura ao contraditório ou a debater de forma aberta e coerente os diferentes assuntos e situações.

Estar preso a ideias 100% fixas que não achamos haver a possibilidade de serem mudadas ou alteradas, é o que nos torna formatados, sendo que por receber essa informação de alguém que é considerado autoridade, achamos não haver margem para diálogo. Já ouviu aquela célebre frase? "O meu professor me ensinou assim".

Do tipo sem chance para se trabalhar neste assunto, eu aprendi assim e não estou disposto a revisar ou colocar isto em causa, fechamos por completo a possibilidade de se discutir sobre o assunto, para surgir uma nova possibilidade. É assim e ponto final, sem chance de se ouvir ou se ver outro argumento. É só o meu pensamento e não há abertura para o ponto de vista de quem está ao meu redor.

A formatação, sem a possibilidade de olhar as coisas de outro ângulo, nos faz buscar até os pontos que, por mais que não façam sentido, queiram nos agarrar. O formatado não busca os factos e nem sequer de dar o trabalho de averiguar as novas possibilidades de jogar o jogo ou discutir a possibilidade de mudar as regras.

A pior cegueira não é de quem não pode ver por uma deficiência física em seus olhos, o pior cego é aquele que não quer abrir os olhos da mente, que não quer olhar para os factos e admitir que pode surgir uma nova possibilidade e que as coisas podem tomar um novo rumo. Há quem não quer se abrir para as novas possibilidades.

Não se abrir ao novo é matar o nosso senso de curiosidade e de mudar os paradigmas, não é apenas saber o que nos deixam saber, não é apenas, ver o que querem que a gente veja, e falar só o que é permitido, mas é correr atrás das variáveis e olhar todas as possibilidades e ver se pode surgir uma nova hipótese.

Na cabeça de um formatado, só há, o que lhe foi implantado, nada mais foi adicionado, nada mais é questionado, nada extra que a pessoa em si decide, buscar e adicionar, por exemplo, quando vamos a um

culto na igreja, o pastor ou alguém faz a leitura do texto chave da pregação, e muitos de nós só fazemos a leitura da bíblia naquele lugar que chamamos igreja.

Fora daquele lugar, por exemplo, em nossas casas, não praticamos essa leitura a fim de se aprofundar e se relacionar com o ser divino que está nas escrituras, então saiba que neste contexto, você está limitado, se você não busca conhecimentos sobre alguém que você, quer ter contacto, não há como ter contacto, sem conhecer a este ser.

Capítulo 5

ANDE HOJE E CORRA AMANHÃ.

Não precisamos ter pressa, não precisamos de matar a cabeça se as coisas não estão a ir tão bem quanto aos planos que acabamos de fazer, se as coisas não vão num ritmo tão rápido, não há problema nisto.

Eu também creio naquela passagem que diz, cada um tem a sua hora e o seu momento. Não precisamos de forçar nada, temos apenas que ir nos preparando, para estar preparados, assim que o nosso momento chegar.

Contudo, a pressa e o imediatismo podem ser um grande empecilho para chegarmos onde pretendemos, a pressa nos tira a clareza e a qualidade dos nossos movimentos, enquanto que o imediatismo nos faz buscar atalhos para chegar no nosso sucesso.

Não existem atalhos para chegar ao sucesso, o sucesso será resultado de um processo e cumprimentos de etapas, quando não cumprimos algumas etapas, acabamos por estar incompletos para enfrentar algumas batalhas ou desafios.

Os desafios que se vão apresentar no futuro, podem supostamente se apresentar, mais fortes do que parecem quando saltamos etapas. Aqui no nosso país existe a cultura de buscar forças ocultas para se tornar alguém com muito dinheiro, ou alcançar o sucesso.

Algumas dessas pessoas que vão a busca de resultado a partir de métodos místicos ou feitiço, nem sequer estão trabalhando em alguma coisa, ou fazendo alguma coisa, apenas estão a buscar esses métodos, sem se movimentar.

Estão esperando que alguma coisa caia do céu, mas deixa dizer que tanto que quem escolhe crer que a bênção pode vir de um Deus ou buscar algum tipo de força, ou feitiço, deve saber que deve haver sacrifício, esforço e trabalho árduo, de outra forma, não há de chegar a lado nenhum.

Ainda assim, uns vão primeiro, mas para quem não desiste deve, apenas, ter uma certeza, de que também há de chegar, é uma questão de **timing**, uns chegam ao primeiro milhão mais cedo, mas outros tantos chegam a seguir, uns têm o primeiro emprego mais cedo e outros depois, uns compram carro primeiro e outros um pouco depois.

Alguns conseguem abrir uma empresa e prosperar primeiro, quem sabe aos 30 anos, mas nem todos neste mesmo tempo, alguns só o conseguem aos 45 anos, cada um por algum motivo que eu não sei explicar tem o seu momento de chegar a um dado lugar.

As pessoas desenharam alguns processos ou ciclos de vida e querem que todos os sigam, mas isto não funciona bem assim, até para o casamento, cada um, casa ou forma família no seu momento.

Então não é necessário tomar algumas atitudes, em função de ver outras pessoas a fazerem determinada coisa, só temos que aprender a apreciar e a viver o nosso processo. Esperar que a nossa vez a de chegar desde que não paramos durante a caminhada.

Há um exemplo que eu aprendei, com Erico Rocha, que ele dizia, enquanto você não tem as condições favoráveis ou boas, para abrir o seu negócio e empreender ou ainda não surgiu a oportunidade, podes crer que ela há de chegar, então, debes afiar o machado, ou seja, ir se munindo das ferramentas e elementos necessários para que quando a oportunidade chegue, tu possas estar preparado para ela, busque conhecimento, aprenda novas coisas, acorde cedo, se conecte com as pessoas que estão querendo construir alguma coisa e aí quando a oportunidade chegar, tu poderás agarrar ela com as duas mãos.

Em tudo há processos e o seu tempo definido, tome em atenção, por exemplo, que existem conteúdos infantis e conteúdos para adultos, se é que você me entende, no contexto escolar, alguém que frequenta o primeiro ano do ensino médio, pode não estar preparado para receber um conteúdo do quarto ano universitário.

És o motivo de o sistema escolar, ser dividido em níveis e em função das idades, alguém de 5 anos de idade, pode não estar maduro o suficiente para receber e perceber um conteúdo que alguém de 20 anos recebe.

Quando digo para não ter pressa, isto não quer dizer que você deve ser um lento ou ficar completamente despreocupado, até porque essa preocupação, é o que nos, move, mas que você não precisa pular etapas, existem coisas que se calhar só chegarão aos seus 30 anos de idade.

E você não precisa que isto venha antes dessa fase, assim como uma menina de 5 anos não tem os seus seios bem desenvolvidos, ou uma menina de 10 anos não está apta para dar à luz a uma criança, é necessário esperarmos o nosso tempo, que ele há de chegar.

E quando ele chegar, você poderá ir a todo gás, se antes a menina de 10 anos de idade, não estava apta para gerar uma criança, agora que é uma mulher está na fase em que se encontra apta para isto, ela poderá gerar quantos filhos quiser, desde que esteja preparada.

Desde que haja o preparo mental, financeiro e a possibilidade de cuidar dessas crianças, ela pode ter até 1000 filhos se quiser, mas antes de poder alcançar essa possibilidade, foi preciso tempo, cada um no seu tempo, princípio da singularidade.

Foi necessário passar por um processo, foi preciso passar por alguma etapa, até mesmo a fase de dar à luz a uma criança, e nesse processo há outras dores, cada coisa no seu momento, com mudanças que vão surgindo dia a dia.

A mulher antes de ter a capacidade de reproduzir, teve que passar por processos, o seu corpo teve que passar por processos, por exemplo, os seios tiveram que desenvolver o suficiente para que no acto da reprodução ela pudesse amamentar uma criança, o seu filho no caso.

O seu sistema reprodutor, passou por grande processo de transformação, desde o seu aparelho reprodutor, que passou a estar preparado para receber, o órgão masculino para poder reproduzir, o corpo dela, passou a ter acesso a um ciclo, o ciclo menstrual, onde a mulher sangra e depois vem a fase fértil, em que ela está pronta, para receber a semente masculina e dar origem ao feto.

O seu momento vai chegar, enquanto não chegar, aplauda quem já lá está e se haver chance de aprender com essa pessoa, não hesita. O problema de muitos de nós, é não ter a mente de suportar o processo.

Devemos saber, que as coisas, vão acontecer passo a passo, que as coisas vão acontecer em função de um tempo, não será do nada e de forma repentina, será dia após dia, poderá ser semana após semana.

Poderá acontecer ano após ano, as pessoas que conseguiram alcançar um sucesso que achamos que foi do dia para noite, e que estiveram no top, foi fruto de trabalho, ano após ano e dia após dia.

Foi um processo de construção, não foi do nada, pensa como a obra para erguer uma casa acontece, não foi apenas acordar e ver tudo aos seus olhos acontecer, por trás a um grande sacrifício e trabalho árduo.

Nada vem do nada, e nada acontece só por acontecer, então devemos ter a mente de dar passos hoje para conseguir alcançar alguma coisa grandiosa, temos que ter a mente de trilhar os passos dessa caminhada para chegar ao final dessa jornada.

Se a nossa mente for como a de um maratonista, após o primeiro passo, caso haja alguma queda, neste processo, nós não iremos nos decepcionar, saberemos que faz parte do processo ter quedas.

Há coisas que a nós jovens deve existir, é a capacidade de saber e perceber que, no final, será possível entender que para alcançar alguma coisa grandiosa, no futuro, nós olharemos para trás e veremos que foi necessário fazer uma caminhada passo a passo.

Haverá a capacidade de olhar para trás e perceber que esse grande castelo, foi construído, bloco após bloco, cimento após cimento e só assim alguma coisa imponente e que demonstra grandiosidade, foi erguida, durante um processo de crescimento.

Olha para a formação de um ser humano no ventre da sua mãe, leva em média num cenário normal, nove meses, esses nove meses não passam do nada, ao escrever pode parecer que passa muito rápido, mas esse crescimento foi dia após dia e noite após noite, e não foi do nada.

Então não tenha dúvidas de que, é preciso obedecer a lei da sementeira, você vai ter um processo para plantar e um outro processo para colher o que nós plantamos. Nós não precisamos de ficar assustados com os processos ou em seguir cada passo em cada dia, para construir alguma coisa que realmente tenha uma base bem fundada e seja duradoura.

Voltando ao exemplo do bebê, após sair do ventre esse bebê passa por vários processos até se tornar um adulto. Entre eles, aprender a andar, e veja bem que ele começou primeiro deitado, onde começou a aprender a se mexer, passou a aprender a sentar, depois começou a ficar em pé, aqui nós chamamos fazer “tentein”.

Olha acho que adiantei aí o processo, antes você começa a engatinhar e só depois aprende a se equilibrar em pé, aí você aprende a dar os primeiros passos, nesse processo você cair e pode se machucar.

Depois você aprende a andar, e só depois de mais algum tempo você aprende a correr, isso leva algum tempo, uns mais rápidos do que os outros, mas isto levou um tempo e embora que cada um no seu tempo, foi preciso algum tempo, mas atente que cada um no seu tempo, o que eu chamo de princípio da singularidade.

Olha que perceber e ter essa mente de processo e passo a passo, olhar que as coisas são como uma escada e nós vamos subir degrau a degrau, nos prevenirá de muitos dissabores e de muitos problemas.

Hoje, por exemplo, vejo que a camada mais jovem, são que têm mais problemas ligadas ao fórum mental, não buscam por ser mais sábios e nem buscam experiência de vida, os jovens têm depressão, doenças do tipo loucura mental, cheguem em altos níveis de perda de consciência.

São os jovens que deveriam se orientar melhor, mas ao invés de servirem de suporte, são eles que estão correndo atrás do vento e no final se frustram, por falta de consciência do processo.

Os nossos jovens e eu estou incluso, devem saber que haverá uma fase em que haverá maior possibilidade de correr, após estar com as suas bases bem sólidas, um bebê, só está preparado para ingerir comidas mais líquidas, são os adultos que estão prontos para comer comida sólida.

Todos nós desde tenra idade somos ensinados e passamos por processos, mas ao longo do nosso crescimento perdemos esse lado que é muito importante. Então devemos rever este lado que ainda está dentro de nós.

Todavia, ainda que ao longo do tempo, tenhamos perdido esse senso, ele poderá voltar, desde que haja uma introspecção e passos a reconhecer, cada momento e cada instante como parte integrante de alguma coisa grandiosa que se avizinha.

O nosso processo de crescimento enquanto seres humanos é a mesma coisa, quem hoje tem 100 anos, por exemplo, ontem tinha 10 anos, e levou muito tempo para chegar lá, não foi um processo que, de alguma forma, aconteceu rápido.

Não precisa ter pressa quanto as coisas deste mundo, deixa tentar filosofar nessa parte, não precisa deixar que se turbe o seu coração quanto as coisas deste mundo e para qualquer coisa abaixo dos céus.

Tudo que está abaixo do sol e o nosso sucesso há de chegar, desde que não cheguemos a desistir ao longo do processo. Quem, por exemplo, começou a trabalhar hoje e quem já trabalha há 10 anos, existe uma grande diferença.

Para quem trabalha há 10 anos, já constituiu muitas coisas e também passou por muitas fases, existem coisas que para quem trabalha há 10 anos, não é um problema para alcançar, mas para quem começou a trabalhar agora, as coisas são bem diferentes.

Para quem começou a trabalhar há pouco tempo, se calhar almeja chegar onde quem tem 10 anos de trabalho está, ou ter o que essa pessoa tem, mas saiba que essa pessoa deve entender que será um processo, para chegar onde alguém que tem 10 anos de trabalho chegou.

Será uma jornada e nada de pressa, a pressa não irá ajudar, a pressa será seu inimigo, a pressa será inversamente proporcional ao seu crescimento. Para quem é um trabalhador de primeira viagem, vai precisar de alguns anos para conseguir alcançar algumas coisas, não será necessário ficar frustrado durante o processo, mas será necessário compreender e seguir o processo e não fique preocupado, nem se perca durante o processo, apenas seja fiel a ele e vá seguindo até cortar a meta.

Capítulo 6

NETWORK.

Nesse instante tenho o privilégio de dizer que, nesse capítulo, antes de dar a minha visão, sobre o tema, deixa recomendar a leitura do meu primeiro livro NETWORK CONECTE-SE, neste livro, falo sobre network de uma forma, mais aprofundada e de um modo mais abrangente, solicita no WhatsApp, que eu mando o link e depois você me diz o que achou do livro.

Alguns de nós, perdemos a habilidade do contacto com as pessoas, estamos a perder a força de se relacionar com o nosso semelhante, partindo do princípio, ame ao teu próximo como a ti mesmo. Hoje em dia, é muito comum e eu inúmeras vezes passo por esta situação no meu local de trabalho.

Ir a um lugar público, como no refeitório e muitas vezes eu vou para lá, ou em qualquer outro lugar de feição colectiva, e durante a refeição, mais da metade das pessoas a minha volta estão usando o celular durante a refeição, mesmo até durante o almoço familiar, as pessoas comem a mesa e estão mexendo no celular. Acima, eu falei sobre um dado ponto, deixa abrir um outro ponto, as pessoas, a tua volta, serão o reflexo do que tu vais te tornar, o ciclo das pessoas que mais andam ou convivem com você será o reflexo da pessoa que tu és. Trabalhar a tua imagem, trabalhar e melhorar o teu exterior, roupa, a forma de vestir, o teu cheiro, a tua postura, fará você atrair pessoas que têm uma energia positiva.

Muitos de nós temos pessoas que não estão alinhadas ao nosso futuro, ou ao que queremos alcançar no futuro, se as pessoas, a tua volta, só falam de ir às festas, só falam de ficar com várias mulheres, se as pessoas, a tua volta, só falam de bebidas, só conversam sobre coisas supérfluas, tu raramente, vais conseguir construir alguma coisa.

Então tu precisas rever e trabalhar o teu ciclo de amizades, rever as pessoas que mais convivem com você, para saber se realmente, elas são o tipo de pessoas que tu queres ter por perto, e se estão realmente alinhadas com a tua visão de vida, se estão alinhados com o que tu pretendes te tornar e se elas estão trabalhando para chegar onde tu pretendes chegar ou se elas, estão onde queres estar.

O nosso ciclo de contactos deve ser parte integrante do que nós temos como imagem de pessoas que têm valor a agregar, eu não posso andar com alguém que não fala sobre visão de futuro ou construção de vida, se não eu vou me afundar. Tenho que ter pessoas a minha volta que me excitam a ser uma pessoa melhor, a buscar a minha melhor versão.

Se estiveres em um meio, em que tu és a única pessoa que não tem carro, tu serás o próximo a ter, as pessoas, a tua volta, farão com que tu chegues a ter um, se estás em um meio em que todos são casados e você é o único solteiro, tu serás o próximo a casar.

Tu farás de tripa ao coração para chegar onde os outros estão e se alinhar em função do teu meio. A lista de contactos telefónicos deve estar recheada de pessoas que são úteis e que agregam algum valor na tua vida, a manutenção destes contactos pode ser até difícil, mas quando você precisar de ajuda, alguém terá essa disponibilidade.

Não aceite ter uma lista de contactos em que se tu precisares de um suporte em uma situação difícil ou resolver um assunto e as pessoas a tua volta não serem capazes de o resolver ou ajuda-lo a resolver. Nada melhor que ter uma rede de contactos a sua volta de forma uma sinergia. As pessoas devem saber lhe dar com as características de outros seres humanos e entender que, por exemplo, independentemente de outras

peças atingirem um grande sucesso, no final do dia somos todos seres humanos e são as peças que realmente importam.

Saiba cuidar do ser humano a sua volta e você vai agregar valor para as peças, a sua volta, e agregando valor aos outros, você também irá atrair peças de valor a sua volta. Se as peças a sua volta só sabem te sugar e só sabem tirar e não acrescentar, você deve rever suas amizades, se não pode se afastar a 100% delas, então saiba limitar a presença dessas peças a tua volta.

O tipo de conversa será o elemento principal que fará você distinguir peças de valor, de peças fúteis e vazias, de peças que não têm nada a oferecer, de peças que só vivem sem pensar em agregar valor aos outros, por amor a si e por amor ao seu semelhante.

Aproveite o momento em que tu tiveres alguma possibilidade ou que por algum motivo você estiver se beneficiando de um bom momento, para estender a sua rede de contactos, com peças que têm alguma influência ou vão ajudar no teu crescimento, que serão um ponto de influência, para te tornares uma pessoa melhor.

Tudo nessa terra acontecerá por intermédio das peças, até o próprio Deus quando quer abençoar os seus filhos, precisa de fazer outro ser humano agir. A relação com os outros ser humanos é muito importante, devemos trabalhar os nossos comportamentos, com habilidades que farão valorizar e demonstrar interesse genuíno por outro ser humano.

É tudo mais sobre as peças do que coisas ou qualquer outro factor, já imaginou o que seria deste mundo se você fosse o único a viver nele? O próprio ser humano é quem faz a roda girar, e se ele não existir, tudo ficará sem sentido. O que seria de nós? Como haveremos de lhe dar?

O ser humano tem dentro de si, e do seu DNA, alguma coisa que o leva a interagir, a comunicar, trocar ideias e abordar assuntos com outros seres humanos, e é possível ver que hoje em dia, os **podcasts** estão ficando mais populares, no centro disso está a interacção com outras peças. O ser humano aprende muito interagindo com outros seres humanos.

O modelo mais forte de aprendizado é por intermédio do intercâmbio de informações entre outras peças, o ser humano foi feito para se comunicar e interagir com o seu semelhante.

Estamos a regredir quanto ao processo de interacção e a quebrar um factor importante que contribuiu em muito, para o crescimento das sociedades e do próprio ser humano, fomos realmente feitos para estar em meios sociais.

Quando não trabalhamos devidamente esse aspecto, estamos a matar parte daquilo que é o nosso DNA, acho que nos falta perceber que em toda a nossa essência fomos feitos para ter peças a nossa volta. É uma grande falha quando ao invés de buscarmos nos rodear de peças que vão ajudar no nosso crescimento, nos fechamos ou só queremos ter peças a nossa volta que em nada nos vão acrescentar ou contribuir no nosso desenvolvimento.

Existem pessoas que vão te catapultar para o próximo nível e são essas pessoas que você precisa ter a tua volta, para formar uma sinergia. As pessoas são energia e nós precisamos da energia de outras pessoas para que somado a nossa, podermos nos fortalecer.

De alguma forma, você deve perceber que qualquer negócio, só desenvolve quando formamos uma equipa para unindo energias alcançar um fim, para podermos desenvolver um único projecto e atingir um só objectivo.

Vamos tocar em quatro pontos para dar aquela garra a fim de desenvolveres o teu **network**, e poderes ter uma rede de contactos que possa apoiar o teu crescimento, não falo de te tornares um sangue suga e não ter nada a oferecer.

Mas em teres pessoas a tua volta, que podes contar para aproveitar o que elas têm de melhor, para apoiares o teu próprio crescimento e, por exemplo, nós jovens precisamos de ter pessoas mais velhas e mais dotadas de conhecimento e experiência de vida, para recebermos conselhos e encontrar direcção.

Entre os pontos que vou abordar aqui, para dar uma luz e lhe dar algumas ferramentas para lhe ajudar a desenvolver a sua habilidade social e desenvolver a capacidade de ter pessoas a sua volta que lhe vão ajudar a se desenvolver, **estar em lugares onde os melhores estão, desenvolver a sua comunicação oral, a sua geografia é importante, esteja com pessoas melhores do que você.**

Onde os melhores estão

Existem lugares que as pessoas de sucesso e de valores gostam de frequentar e normalmente estão, então você pode usar esses lugares para aumentar e desenvolver a sua rede de contactos.

Por exemplo, quem vai a um ginásio pode a partir daí ... pessoas que estão frequentando o mesmo lugar e estão numa pegada de crescimento, você pode começar a conhecer essas pessoas, no início só cumprimentando essa pessoa que está do teu lado.

Ninguém sabe quem é quem, até ao momento que se cria um laço com a outra pessoa, no momento em que ela se sente bem à-vontade, para se abrir com você e falar dela.

Vá para **workshops** ou encontros de negócios na sua zona, as pessoas de sucesso e de valor, vão para lugares e eventos de alto nível ou encontros em que eles sabem que é possível achar pessoas que estão na mesma visão.

Você pode buscar se conectar com pessoas de valor, em qualquer lugar e em muitos lugares, mas será a sua conversa, caso seja uma conversa construtiva e a sua abordagem que fará você se conectar com pessoas que estão na mesma visão de crescimento e de organizar a sua vida.

Desenvolva a sua comunicação oral

Se você não tiver a aptidão de se comunicar com as pessoas, a sua volta, de forma aberta e livre você raramente vai conseguir ter conexões que vão valer a pena, desenvolva a sua capacidade de chegar em alguém que você não conhece para trocar uma ideia.

Para que você desenvolva a sua capacidade de comunicação, você precisa perder a sua timidez, chegar e fazer questões, pedir o número, tentar trocar alguma ideia, para os homens é o mesmo processo, quando tentamos conquistar alguma menina que gostamos.

Estude sobre oratória, por exemplo, para saber passar a sua ideia e aprende a falar em público, se você desenvolver bem a sua capacidade comunicativa, haverá uma maneira melhor de passar a sua ideia para quem está ao seu redor.

Sua geografia

Melhor é estar na pior casa e no melhor bairro, do que estar na melhor casa e no pior bairro, deixa eu repetir, melhor viver no melhor bairro e ter a pior casa de lá, do que ter a casa mais bonita e estar no bairro mais fraco.

Então saiba também que a posição geográfica de alguns países foi factor preponderante para o desenvolvimento desses países e para que eles viessem a se tornar uma potência, e outros, pelo mesmo motivo, não estão numa situação muito favorável.

Onde você está morando agora, vai contribuir para o seu desenvolvimento, ou para o seu retrocesso e estagnação, então escolha bem onde você vai viver, por isso, é que pessoas de sucesso, amam estar onde estão outras pessoas de sucesso, és o motivo delas viverem em condomínios.

Fazendo um link com as partes acima, as pessoas de sucesso, amam frequentar lugares onde podem encontrar mais pessoas que estão na mesma linhagem e visão, pessoas que estão a vibrar na mesma frequência.

Ande com os melhores

Se você estiver em um meio em que você sente que é o melhor do lugar, o mais forte do lugar, o mais inteligente do lugar, então você precisa ir para outro lugar, onde provavelmente você achar pessoas que farão você não se sentir o melhor do lugar.

Num lugar onde você sente que é o melhor do sítio, raramente haverá margens para você desenvolver e você deve estar num meio em que você pode agregar algum valor, e as pessoas a sua volta também.

Em um lugar em que você sente que as pessoas não lhe vão agregar valor, ou já não agregam valor, você não crescerá mais, deixarás de desenvolver. Os seus relacionamentos devem ser um ganha, ganha. Onde você tem alguma coisa a oferecer e as pessoas a sua volta também, de outro modo os seus relacionamentos são infrutíferos.

Networking

"Ninguém caminha só nem mesmo Deus" Assim canta Perola no seu grande clássico. Esse trecho nos remete a palavra Networking (a chave para abrir qualquer porta).

Nossa vida não depende só de nós e sim de outras vidas. Desde a nossa essência sempre precisamos de outras pessoas para nos mantermos vivos, não é possível sobrevivermos sozinho, você não pode ser seu professor, seu cozinheiro, seu doutor, ou o que for. E mesmo que seja, o que penso ser bem improvável, você não é a fonte disso tudo.

É necessário um grupo de empreiteiros para construir um castelo. Humanamente falando, não é possível levantar um arranjo céus sozinho. Do mesmo modo, não é possível sobrevivermos, e sobre tudo crescermos sem Network.

Para mim NETWORKING é uma rede que consiste em conexões, com o objetivo de seres alimentado enquanto alimentas. É um jogo onde ambas as partes ganham, é a fórmula matemática, onde dividimos multiplicando e não subtraindo. Logo é necessário servir para ser servido, agregar para ser agregado, alavancar para ser alavancado. Pensar desse jeito é sensato e justo, mas, não pode nos afastar de servir ou partilhar o que temos, com aqueles que precisam, o networking não pode matar a prática da caridade de modo especial com aqueles que não podem nos devolver o bem.

O poder do networking

Os estudos apontam que mais de 75% dos nossos avanços dependem do nosso networking, enquanto que a menor parte depende de nosso talento ou habilidades. Mas não é preciso trazer dados científicos, nem estudo apurado nenhum, para uma verdade tão nua e crua. Todos nós conhecemos pessoas extremamente talentosas ou com aptidões fora da média, que estão aí atirados a sorte. Enquanto que pessoas com baixo talento ou aptidões, mas com um alto nível de Networking, se destacam. Este é o grande poder do Networking!

Networking um jogo injusto?

Todos os talentosos que não têm resultados geralmente têm sempre algo em comum, andarem sozinhos, eu sei, porque eu já fui assim, até entender que não tem jeito, não tem meio termo é preciso estar acompanhado para obter bons resultados, lembre-se que ninguém caminha só, nem mesmo God.

Então neste caso o Networking é um jogo injusto não? Não, os talentosos é que são injustos com eles mesmo, eles não subiram os seus níveis de networking, por isso, pagam as consequências. Eles não entendem que o jogo é lá fora, você deve sair e entrar na quadra, ninguém vai convidar você para o jogo, você precisa de se desenvolver e vencer tudo aquilo que te impede de entrar no jogo.

Capítulo 7

QUEM ÉS?

Saber quem nós somos é de extrema importância, um dos grandes motivos é o simples facto de que, você está contigo desde o seu nascimento e estará contigo até o dia da sua morte, e saber quem és, é o mínimo a se fazer.

Imagina ter um carro com potencialidades absurdas, mas não fazer nada com ele, além de ligar e desligar.

Antes de explorarmos o mundo externo é necessário, primeiro explorar o mundo dentro de nós, pois a vida é de dentro para fora, é dentro onde estão os nossos talentos, nossas habilidades, nossos valores e nossos gostos, é dentro onde está a vida que queremos construir.

O mundo externo é repleto de caminhos e muitos desses caminhos não são para nós, mas apenas o autoconhecimento nos dará a resposta para essas questões. Por isso, vou partilhar contigo algumas formas de autoconhecimento que vão lhe ajudar a se encontrar ou conhecer.

Diálogo interno

Falar consigo mesmo não é loucura como a maioria das pessoas pensam, mas é sim uma prática que devemos cultivar se queremos nos conhecer. É importante nos aconselharmos, nos questionarmos e nos descobrirmos todos os dias. Se perguntar o porquê nos incomodamos com o que nos incomoda, o porquê fazemos o que fazemos, e outras questões parecidas com estas são os caminhos que nos levarão ao conhecimento de nossas pessoas. Eu por exemplo tiro sempre uns minutos do meu dia para refletir e responder as minhas inquietudes.

Vivência

Não tenha medo de viver, pelo contrário, tenha medo, mas bastante medo de não viver. Seja livre para se dar oportunidades e experimentar novas experiências, essa é uma das formas que te levarão a se conhecer, mais não vivas apenas por viver, esteja atento ao como você reage a essas vivências, se fazem bem ou não a você, esteja atento a cada detalhe é assim que você vai descobrindo o que é para ti e o que realmente não é.

Uma breve História sobre vivencia.

Um discípulo estava já um tempo inquieto com algumas questões dentro dele então foi ao seu mestre esclarecer as suas dúvidas. Encontrando o seu velho mestre, o jovem discípulo trouxe à tona as suas perguntas e pelo que me contaram a conversa foi a seguinte:

Discípulo: Mestre, como faço para achar a felicidade?

Mestre: Fazendo escolhas certas.

Discípulo: ...E como faço para fazer escolhas certas?

Mestre: Fazendo escolhas erradas.

Discípulo: Como faço para fazer escolhas erradas?

Mestre: Escolhendo!

Você não deve ter medo de viver por causa dos erros, nós aprendemos mais com os erros do que com os nossos acertos. Você não deve ter medo de se perder, se perder faz parte do

processo. Não tem como a vida ser perfeita, o que significa que querendo ou não sempre vamos errar em alguma coisa. Mas não perpetuar nos erros é a chave para o progresso. Use apenas as más experiências para saber o que não é para ti, ao invés de ficar parado com medo dos erros. Um medicamento por exemplo, passa por testes (experiências) para ser aprovado como um antídoto para determinada enfermidade, do mesmo jeito você precisa de experiências para saber quem és.

Auto-imagem

A auto-imagem é o reflexo que temos sobre nós. Nossa auto-imagem se reflete directamente nos nossos resultados. Uma pessoa que tem opiniões ou visões negativas de si mesmo, carrega a mesma negatividade em sua vida exterior. Isso é, se você se vê como incapaz, você vai agir como incapaz, se você se vê como fracassado, você vai agir como fracassado, do mesmo modo, se você se vê como um campeão, você agirá como um campeão. Tudo o que você acredita, você alimenta e tudo o que você alimenta você se torna.

Provérbios 23.7: "assim como você pensa na sua alma, assim você é".

E depois?

Depois vem a morte. Depois vem o fim da nossa estadia na terra, eu não tenho medo dela. Eu temo apenas uma coisa. Viver uma vida sem vida. Meu maior medo é chegar ao fim da linha e descobrir que não me conheci ou me conheci, mas não tive a coragem de mostrar ao mundo quem eu realmente era. Que não fiz brotar as sementes em mim, que não pude multiplicar os talentos que o SENHOR me confiou tudo porque não explorei a mina de ouro dentro de mim, que perde as inúmeras oportunidades que a vida me ofereceu, por não conseguir enxergar quem verdadeiramente eu sou.

Capítulo 8

NÃO TENHAS MEDO.

O medo é um "alarme" do nosso corpo, que desempenha um papel de extrema importância para a nossa sobrevivência. É um instinto que nos livra de muitos males e perigos. Logo, é normal sentirmos medo em algumas circunstâncias de nossas vidas, de modo especial, naqueles momentos em que nos sentimos com a existência ameaçada. Mas fora o medo instintivo ou natural, existe um outro medo. O medo artificial, ele é mais fictício que real, ele apenas existe em nossas mentes, a nossa luta é contra esse medo imaginário.

Origem do medo

Quando criança somos alimentados com bastante medo, pelos nossos superiores com o intuito de nos manter quietos, esse método simples e danoso usado pelos nossos pais, familiares e outras entidades programadoras é tão remoto, que foi usado na época colonial, e nos dias de hoje é usado pelo sistema com apenas um só objectivo limitar as massas.

Este medo se repercutiu tanto, que até os sistemas organizacionais já não movem tantos esforços para propagá-lo. Ele agora ganhou vida própria e está a solta a ser passada de pessoa a pessoa por meio de historinhas, ouvir dizeres na sua maioria irreais (não vividas) ou mal contadas por intermédio de pessoas comuns nos táxis, nas escolas, nas conversas de bares, nos grupos de amizades, nas redes sociais por aí fora.

O certo é que onde quer que a gente vá ou está, tem sempre alguém repleto de sementes do medo limitante que, de forma intencional ou não, planta as mesmas sementes em nossas cabeças, de modo a justificar a sua falta de resultados. Essa é uma atitude egoísta, bastante comum nos relacionamentos entre seres humanos e uma das maiores fontes da proliferação do medo artificial.

As pessoas não contam as suas verdades, poucos são corajosos o suficiente para dizer o que realmente os tem impedido e nos lugares dessas verdades eles colocam as mentiras todas carregadas de medo artificial e do mesmo modo, quem as ouve reproduz para pessoas próximas a ele e assim sucessivamente. Agora prestamos testemunhos de graça, dando ênfase a um "facto" que não vivemos, não vimos, apenas ouvimos falar.

É assim que se criaram os grandes mitos, o modelo é o mesmo e tão antigo, que verdade seja dita, é vergonhoso cairmos em tais historinhas, nos dias de hoje, onde muitas mentiras foram erradicadas com o "bum" da internet e do mesmo modo, muitas informações preciosas foram expostas, o mundo nunca teve tanta chuva de informação verídicas, e de grande valor de forma gratuita como nos dias de hoje. Posso considerar que estamos na era do conhecimento, mas as pessoas estão cada vez mais distraídas, isso me leva a pensar, que preferimos a mentira do que a verdade.

Alguns semeadores do medo:

Nós, seres humanos, somos seres programáveis, o que significa que podemos ser facilmente programados pelo nosso meio de convivência, esse processo é bastante lento e automático que não vemos ele acontecer. Para lhe provar o quanto isso é real, é só olhares para os povos de diferentes regiões, cada um tem uma forma específica de ser, falar, pensar e agir ("programação").

Intrinsecamente ligada à sua origem (sua criação, crenças, cultura e educação). O mesmo também acontece nos grupos de amizades. Pensa nos seus amigos, você verá que vocês

falam igual, se vestem igual, frequentam os mesmos sítios, ouvem as mesmas músicas, têm os mesmos problemas, os mesmos medos e a lista segue..., mas eu vou parar por aqui, porque isso para poucos é libertador, enquanto que para muitos é deprimente.

Isso acontece por causa do vosso **modus operandi** que se igualou por conta da convivência, vocês programaram uns aos outros, ou melhor, o mais forte programou o mais fraco, normalmente é assim que acontece

P's programadores

Os P's programadores são:

Pais;

Parentes;

Políticos;

Professores;

Pastores ou Padres.

Essas entidades são os nossos principais programadores. Muitas das crenças, hábitos, opiniões e sobre tudo medo, herdamos dessas personalidades. Por isso é importante pensarmos seriamente nos nossos PP's e em seus ensinamentos. Pensar se apontam para o nosso progresso ou nosso fracasso. Neste caso, é importante sabermos filtrar as coisas que ouvimos e mais do que filtrar é saber de quem vêm os tais conselhos ou sugestões.

Imagine que você decidiu ingressar para a faculdade e procura por um preparador e dois amigos se oferecem para lhe ajudar nesse quesito. O primeiro é o Pedro, nunca frequentou a faculdade e das 3 vezes que tentou não foi admitido. Enquanto que o segundo, o Délcio já licenciado com notas excepcionais e coincidentemente, no curso que deseja. Qual deles você escolheria para ser seu professor (P. Programador)?

Claro que você vai escolher aquele que tem resultados que você estima (o Délcio). Logo as opiniões devem ser avaliadas pelos resultados de quem as diz, pois geralmente quando percorremos um caminho sem êxito, temos o costume de privar os outros de fazer a mesma caminhada, passando os nossos traumas, frustrações, limitações e medo para os outros, nos esquecendo assim, que se numa prova em que 60 pessoas passaram e 30 reprovaram o problema está com as 30 que não tiveram a nível da prova e não com os 60 aptos.

Enfatizar aqui que não queremos com isso demonizar os P programadores, pelo contrário temos convicção que são personalidades muito importantes, pois ninguém se faz sozinho. Apenas queremos alertar e incentivar na busca de novos e melhores P programadores. Isso não significa, que vamos substituir nossos Pais ou Parentes. Mas sim adquirir as nossas próprias crenças, hábitos e visões. Baseada na vida que queres construir, ter as suas próprias experiências, percorrer a sua própria maratona, enfrentar os medos e correr os riscos que o seu processo exige. Afinal nossos velhos P programadores já fizeram a base que nos trouxe até aqui e se queremos ir mais longe é nosso dever agora, elevar a régua.

O medo da novidade

Use a sua imaginação e se vê agora na porta de um avião, pronto para saltar de paraquedas pela primeira vez. Ao seu lado um paraquedista que já perdeu os números de vezes que praticou este desporto. Podes ter a certeza que as configurações nos vossos cérebros correlação ao paraquedismo, não é a mesma, para ele, é só mais uma aventura e diversão, enquanto que para você é uma forma infalível de suicídio e tudo o que o seu cérebro vai fazer é arranjar inúmeras formas para travar você. É o mesmo medo que sentimos quando queremos construir uma vida nova, conhecer novas pessoas, viajar para novos lugares, enfrentar novos desafios... Nessas situações faça o seguinte: só pule, você não vai morrer!

Sociofobia

A sociofobia é definida como medo de ser julgado, analisado e rejeitado em situações de interacção social.

Eu acredito que este é um medo que a maioria de nós ainda tem e o pior, ainda alimentamos. Eu arriscaria em chutar que 90% de nossos bloqueios está diretamente ligada a sociofobia. Mas este tipo de medo, não é aquele que passa ensaiando no quarto, você deve ir ao campo de batalha, vai parecer ridículo, mas se expor ao ridículo, é o caminho para te libertares da sociofobia.

Isso porque nós sempre evitamos ao máximo a vergonha, a rejeição e o constrangimento. Essa super protecção está nos impedindo de crescer e perder diante deste medo.

Uma situação vivenciada várias vezes, se torna normal para o cérebro. O que significa que quanto mais você for passar por situações constrangedoras, menos elas te deixarão constrangido e mais experiente te tornarás. Então o que desejo para nós no fundo de meu coração é mais momentos de constrangimentos, vergonhas e rejeições até percebemos a seguinte lição:

Independentemente de tudo sempre haverá pessoas que vão estar nem aí para nós.

Isso a mim traz a clareza de que a rejeição é normal. Posso ser o mais bonito, ter o melhor produto, ter rios de dinheiro e até mesmo ser o mais fixe do planeta terra, mas haverá sempre alguém que me vai rejeitar, rejeitar o meu produto ou serviço. Apenas segue! Isso não tem nada a ver contigo e sim com as pessoas.

A cura do medo artificial

A cura do medo artificial é entender que ele é artificial. Seu cérebro não consegue distinguir um facto imaginário de um facto real, então se você pensa em abrir um negócio e fica imaginando nas impossibilidades, burocracias, na falência ou perca do capital por investir, o seu cérebro entende que aquilo é real e transmite as mesmas sensações para o seu corpo e você fica com medo e invalida essa ideia. É assim que você vem se sabotando a vida toda.

O medo artificial não consegue sobreviver a coragem, esse monstro que você criou na sua cabeça não existe, então não faz sentido continuar a alimentá-lo.

O medo artificial é um perigo para o seu crescimento e quanto mais você alimenta ele, mais você decresce. Por isso, quanto mais uma pessoa for medrosa menor será a sua evolução, porque uma pessoa com medo não vai além dos limites estabelecidos pelo seu medo.

O extraordinário é para os destemidos, para aqueles que lutam contra o medo. Você deve fazer o medo fugir, o medo é medroso, ele salta sempre pelo caminho, então vá com medo e tenha apenas medo de parar, pois tudo que você sonha está além do medo.

Capítulo 9

O FAMOSO MITO.

A maioria das pessoas vive reclamando da vida que tem. Estão sempre dispostos para mostrar o seu descontentamento perante a realidade triste e difícil que enfrentam. Palavras como esse País não ajuda, não tenho oportunidades, pena que só pobre... E um milhão de frases, já bem conhecidas, são utilizadas constantemente para justificar a falta de quem até ao momento não tem resultados desejáveis.

O comum nessas frases é que todas elas são terceirizadas. O que mostra claramente a ausência de responsabilidade e comprometimento da parte de quem as diz. A maioria das pessoas abre mão da sua própria vida, para viverem o que dá para viver. Deixam as suas vidas a mercê do destino, pensando que uma vida bem-sucedida é uma questão de sorte, bandidagem, feiticismo por aí fora (mas isso não passa de um famoso mito).

Quem decide por você?

Quando criança nossos familiares são responsáveis por nós. Pela nossa educação e até mesmo nossas escolhas, mas quando nos tornamos homens, recebemos a responsabilidade para traçar o nosso próprio caminho e construir a nossa própria vida. Aí está muita das vezes o problema, a maioria de nós não teve coragem para assumir o controle de sua própria vida, de enfrentar os seus medos e quebrar seus limites para fazer aquilo que quer e ser quem verdadeiramente é. Somos seres passivos e sem opinião própria e isso nos torna alvos fáceis do sistema e meros figurantes no filme da vida.

Onde está a vida que você planejou?

Certa vez eu vi uma Senhora a lamentar a sua triste realidade e ela dizia que não planeou viver aquele drama todo que enfrentava e nunca sonhou que a sua vida ficaria daquele jeito. E eu sei que é a realidade da maioria de nós, mas a minha pergunta é a seguinte onde está a vida que planeamos?

Se formos cavar a fundo, geralmente descobriremos que essa pergunta é retórica, por não planejarmos nem nos concentramos na vida que queremos, vivemos o que não queremos e nem planejamos.

O processo por detrás de nossos resultados

Informação ➡ Pensamento ➡ Sentimento ➡ Atitude (acção) ➡ Realidade (resultado)

Imagine que o nosso cérebro é uma terra fértil, enquanto que a informação que consumimos é a semente, a repetição ou reforço dessa informação é a água, como consequência crescerá uma árvore que no seu devido tempo dará os seus frutos (resultados).

Que frutos você colherá daqui para frente? É de extrema importância você saber essa resposta, pois não existe acaso em nada, pelo contrário, é necessário bastante disciplina para darmos os frutos desejados, pois quem não tem disciplina para caminhar o seu caminho será conduzido pelas circunstâncias e verdade seja dita, ela é uma péssima condutora.

Condição VS Decisão

Alguém conduzido pelas circunstâncias, é como uma folha levada pelo vento, pois ele vive uma vida de condição e quem vive uma vida de condição, não quebra os seus limites. Pelo contrário, vive uma vida acomodada, se conformando com as migalhas que vão aparecendo ao longo do caminho e não reagem diante das pancadas dadas pela vida, o tempo vai passando e os problemas vão ficando maiores que ele, têm sempre um vício autodestrutivo como ponto de fuga, mas isso não passa de uma utopia porque nunca conseguem fugir de suas realidades, nem calar suas almas que todos os dias clamam por algo melhor.

Na sua cabeça está repleto de historinhas e desculpas, criação do seu próprio cérebro, que funcionam como pequenos analgésicos que lhe despem do sentimento de culpa e auto-responsabilidade. Confunde sua condição de vida com sua vida, o que lhe permite facilmente se enxergar como um azarado, injustiçado ou coitado e acredita de forma cega no famoso mito. Então, na sua cabeça nem faz sentido lutar por algo melhor, uma vez que, não faz parte dos "privilegiados, sortudos ou escolhidos".

Diferente daqueles que vivem uma vida condicionada, existem aqueles que vivem uma vida de decisão (escolhas). Fazem parte desse grupo aqueles que têm mentalidade de governo, que não se deixam conduzir pelas circunstâncias, pelo contrário, apropriam-se dela para mudar as suas realidades, são inconformadas e buscam melhorar 1% todo o dia. Pois sabem que uma vida extraordinária não é fruto do acaso e pode ser conquistada por qualquer um, que esteja disposto a deixar de ser qualquer um e pagar o preço para a realização da vida que deseja.

As pessoas desse grupo têm as seguintes características:

CLAREZA DECISÃO INTENÇÃO COERÊNCIA FOCO PACIÊNCIA REPETIÇÃO PROGRESSIVA...

↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓

Saber aonde ir. Ir. Sem rodeios nem contradições. Permanecer e crescer...

A simplicidade nessas verdades é que fazem muito de nós duvidar e acreditar no famoso mito. Pois muitas das vezes queremos ouvir coisas mirabolantes que nunca passaram pela nossa cabeça, mas a verdade é que o sucesso não está nas coisas que nunca ouvimos ou pensamos e sim nas que ouvimos, pensamos, mas não praticamos. Mas não se engane, pois, as palavras simples e fácil não são sinónimas. O que significa que é necessária muita entrega e sacrifícios fora do comum para atingirmos os nossos objectivos.

Mude sua mentalidade

Partindo desta, o que devemos fazer é mudar à nossa maneira de pensar, pois nós somos guiados pelos nossos pensamentos. Como disse William James "A maior descoberta da minha geração é que o ser humano pode mudar a sua vida mudando a sua atitude mental." O nosso exterior é um reflexo do nosso interior, exactamente tudo, começa na mente (pensamento), o que significa que quando temos a escassez mental em relação a uma certa área ou esfera da

nossa vida, teremos também a mesma falta a nível exterior. Como dizem por aí, saco vazio não fica em pé!

Quais os sacos que você precisa encher?

A palavra saco, neste caso, uso como uma metáfora, para se referir as áreas de nossa vida que ainda sentimos de forma parcial ou total uma certa carência.

Agora que já sabemos que somos os responsáveis pela vida que temos, então é hora de construirmos a vida que queremos. Não sei a quantos quilômetros de distância se encontra a vida que almejamos, mas todo o percurso começa com o primeiro passo.

Qual é o seu primeiro passo?

Eu não sei qual é o primeiro passo que você deve dar, você sabe de si. Você sabe o que lhe falta, você sabe o que precisa, você sabe o que lhe bloqueia, você sabe o que lhe impede.

Apenas o que posso lhe dizer é que a estrada que nos leva para o sucesso é a mesma que nos leva para o fracasso, é uma única rota, a diferença encontra-se apenas nos sentidos e todos os que passam por ela deixam rastros ou pisaduras, que podem nos instruir. Todas as carências ou insucessos que temos e vivemos, alguém já teve, alguém já viveu e deixou a solução. Você precisa de ter a cultura de achar os antídotos para as suas dores.

Para reflectir

Sua vida é resultado das suas decisões, enquanto que sua condição de vida é apenas um facilitador ou dificultador das mesmas.

A indecisão é a decisão de quem não decide.

Quem não escolhe o que quer, recebe o que não quer!

F.MUANGO

Capítulo 10

SAÍÁ DA CAIXA.

Existe uma programação criada pelo sistema com o objectivo de nos amputar e nos colocar em uma caixa. A maioria de nós está dentro de uma caixa, aonde pensar é proibido, sonhar é ridículo e criar é uma fantasia. Desde cedo somos despidos da nossa verdadeira essência e colocados nessa caixa. Estamos todos empilhados dentro dela aplaudindo aqueles que nos mantêm lá, enquanto expulsamos e gozamos da cara de quem despertou e quer nos resgatar.

Essas palavras não são ataques a nenhum sistema religioso, político ou qualquer outro, mas apenas é um convite para cada um reflectir sobre suas prisões e quiçá se libertar e sair das caixas que estão nos impedindo de viver o melhor que o mundo e a gente pode oferecer para nós.

A maior caixa de todas.

Ignorância

Essa é das caixas mais perigosas que existe, ela é escura, mas tão escura que os prisioneiros que lá se encontram não conseguem enxergar a sua saída, muito menos ver a origem de suas pancadas. Ela é espaçosa, mas os presos que lá se encontram não sabem para aonde vão, nem onde estão, apenas sentem na pele as suas dificuldades e clamam todos os dias por soltura. Mas para sairmos desta cadeia é necessário a ajuda externa, daqueles que têm o candelabro da sabedoria, do conhecimento ou inteligência.

A ignorância custa caro, pelo simples facto de seus prisioneiros estarem com a mente vazia o que torna fácil o seu uso em prol de quem lhe mantém preso. É fácil incutir ideologias na cabeça de um ignorante, fazendo-lhe crer, defender, viver e até morrer por uma causa que ele não conhece. Que culpa ele tem? Afinal, ele é um prisioneiro que nem sabe que está preso.

As 3 principais celas da cadeia ignorância

A ignorância é uma cadeia bastante grande e repleto de celas, as suas celas de facto são incontáveis, mas aqui irei abordar algumas celas que das quais devemos sair com urgência, pois continuando nela não seremos capazes de construir a vida que almejamos, pelo contrário seremos eternos presos. Ao sair dessas celas que aqui explano, garanto que estarás cada vez mais perto de pegar a sua soltura para saíres de outras celas. Porque, na verdade a ignorância é uma caixa que saímos de forma paulatina, pelo simples facto de ser a maior cadeia, o que significa que nela se encontram todas as caixas (celas) ao qual estamos presos e precisamos sair.

Cela 1 - Ignorância espiritual

Nós somos seres espirituais e ignorar esse facto é sem dúvida um acto de estupidez. Não restam dúvidas que somos seres triuno, somos feitos de três camadas e uma delas fora o nosso corpo e alma é o nosso espírito. O comum, nessas esferas que somos parte, é que devem ser alimentadas, treinadas e cuidadas.

Um espírito bem alimentado é capaz de aguentar as doenças do corpo, a doença da alma, bem como os obstáculos que nós encontramos no nosso dia a dia. Já se perguntou aonde sai a força que nos faz perseverar em nossos sonhos, o que leva uma pessoa a aguentar anos de

derrotas e seguir em frente meio as turbulências e perdas? Não consigo encontrar a resposta a não ser um espírito bem alimentado ou forte.

Esse é o problema de nossa geração, nós não levamos tão a sério a vida espiritual, por isso, estamos todos a desistir no meio do caminho, estamos a ser derrotados por coisas tão minúsculas, tudo porque não temos um espírito bem alimentado. Não tem como vencer sem a força do espírito. O nosso espírito é a fonte de tudo, é lá onde está nossas forças, é onde está o que muitos chamam de nosso outro eu ou eu superior, aquele que é o responsável de nossos grandes sucessos.

Cela 2 – Ignorância mental

Nossa mente é o ponto intermédio entre o invisível e o visível, é por meio dela que construímos tudo o que temos hoje no mundo. As rádios, celulares, mesas, papéis, caneta, carros, arte por aí fora, foram todas extraídas e processadas de nossa mente. Eu acredito, ainda, não ter capacidade para descrever o poder da mente, mas sei que é uma máquina que faz milagres e cria coisas incríveis quando usada de forma correta. Mas para usar de forma correta devemos deixar de ser ignorantes quanto as nossas próprias mentes.

Mente servo ou mestre

Para potencializar o cérebro é necessário fazer coisas que ele "odeia", isto é, desafiá-lo. A mente ama ficar tranquilo, evitar problemas e escolher sempre o caminho mais fácil. Ela odeia tomar decisões, odeia pensamentos complexos, ele odeia gastar energia. Resumindo, ela odeia de forma fervorosa o stress. Isso me faz lembrar na época da escola, quando tinha que estudar um tema novo ou complexo. Assim que sentava para estudar sentia bastante sono, preguiça e um monte de pensamentos pairavam na minha cabeça como: ainda falta muito para prova, vou estudar depois, vou dormir só 30 minutinhos, amanhã estudo... e foi assim que tirei muitas negas kkk...

Da mesma forma é assim também que tiramos muitas negas na escola da vida. A sua mente é um filho mimado e preguiçoso que quer apenas doces e videogames e quando vem os problemas ele põe o irmão menor a sofrer (o corpo). Daí o ditado, "quando a cabeça não regula, o corpo é quem paga." Mas o certo seria você colocar esse filho a trabalhar, uma vez que ele já não é tão menino assim. Agora você é um homem e os homens carregam fardos (responsabilidades), os homens fazem o que precisa ser feito. Homens não estão nem aí para o que a mente gosta ou deixa de gostar, eles sabem que a mente é uma ferramenta e que precisa de ser usada. Você é o seu comandante, você é o seu colonizador e não o oposto. A mente está aí para a sua disposição e não você para a disposição de sua mente.

Se usares a mente de forma correcta, ele lhe trará tudo que desejas e terás uma vida abençoada e abundante, mas se você continuar a lhe mimar e fazer tudo o que ela quer, você nunca sairá desse conforto, escolherás sempre os caminhos mais fáceis, e como consequência terás uma vida miserável e infeliz. Então, se você está sendo conduzida pela sua mente, é hora de tomar o seu acento. Tire esse preguiçoso, viciado, desleixado e miserável do trono da sua mente, ele não se mostrou bom o suficiente. Você dita as regras agora.

Controlando a mente

Recuperar o controle de nossa mente, não é uma tarefa fácil e exige tempo e dedicação. Uma vez, que o seu cérebro, já se acostumou a ficar no modo automático, mas é um caminho bastante viável e possível. No nosso cérebro existem duas esferas o subconsciente e o consciente. A parte subconsciente do cérebro é o responsável pelos nossos comportamentos que por sua vez, é o responsável, pelos nossos resultados. O que significa que é aí, nessa esfera, da mente onde devemos focar, para isso, devemos criar novos hábitos, crenças, pensamentos e perpetuá-los de tal maneira até que se instalem no nosso subconsciente, tornando-se assim em hábitos automáticos.

O poder da repetição (treino)

Uma vez ouve a seguinte frase: O fácil é um difícil que foi repetido várias vezes. E eu acreditei logo, porque isso é uma verdade inegável, está óbvio, quanto um mais um ser igual a dois, mas se no caso houver objeções vou lhe convidar a fazer uma pequena viagem até sua infância. Você lembra quando era criança?

Quando começaste a tentar andar? Consegues lembrar de todas as quedas que você apanhou por tentar andar? Do esforço físico e mental que você fazia para se manter em pé, ou dar um pequeno passo? Consegues lembrar quantas vezes você repetiu, apesar das sucessivas quedas, dores ou fracassos.

Não sei se tens noção, mas começar a andar é uma das tarefas mais difíceis que você já resolveu. Começar a andar é tão difícil que se as crianças tivessem consciência muitas delas desistiriam. Mas olha para você hoje, anda, corre, salta e até dança de forma fácil e sem esforço. Afinal, o que mudou? Apenas algo mudou, você evoluiu.

A repetição fez os teus pés ficarem mais fortes, descobrir o jeito certo, ganhar equilíbrio, desenvolver força motora e mental para realização de tal tarefa. Você repetiu tanto essa prática difícil que se tornou numa prática fácil, este é o poder da repetição. Quanto mais repetires um comportamento mais enraizado ele fica, então crie uma rotina produtiva, tenha disciplina e segue, apenas segue e luta ao máximo para você ti manteres no caminho.

Derrotas vitoriosas

No processo para a conquista do controle de sua mente você sofrerá a resistência do governo antigo, você enfrentará uma guerra entre os seus hábitos antigos e os hábitos novos e você cairá. Isso porque não é fácil dar um golpe de estado a um governo forte e bem experiente, afinal, o inimigo conhece bem as suas vulnerabilidades, sua mente sabe exatamente como te corromper, ele sabe exatamente o que fará você ceder. Mas é assim que você vai ganhando o jogo sendo derrotado.

Toda vez que você for derrotado, não se zangue e nem se culpe tanto. Apenas procure entender o porquê. É assim que você vai descobrindo os ciclos, os gatilhos mentais, a influência do ambiente e todos os outros factores que lhe levarão a entender a sua configuração mental e aproveitar esses recursos importantíssimos para usar contra a mente e assim vencer a guerra. Por isso, é crucial não desistir diante das quedas nem dar um passo para trás, vá em frente.

Continue alimentando os hábitos novos que os antigos ficarão mais fracos. Não aceite perder para você mesmo. Estuda mais, se estuda mais, procure por todo o tipo de ferramentas ou recursos mais não perca para ti mesmo.

Cela 3 – Ignorância física

Nós somos o todo, não existe separação entre a mente e o físico (corpo) pelo contrário tudo faz parte do conjunto e cuidar como um todo é o correcto a se fazer.

Cuidar do corpo é o básico, não negligencie sua saúde, nossas atitudes são na verdade sementes que no tempo certo darão o seu fruto. Que frutos produzirá daqui alguns anos na esfera corpo e mente? Qual das sementes você rega todos os dias?

Aquela que te trará um corpo saudável ou o oposto disso. Você de certeza é jovem como eu, e geralmente nós jovens, não ligamos muito para a saúde, deve ser porque na sua maioria temos um grau elevado de ignorância física ou biológica ou mesmo por estarmos na flor da idade e ter um corpo forte. Mas isso é uma ilusão, pois eu estou cansado de ver jovens a decaírem e perderem sua saúde, sua força vital e mental por causa do abuso excessivo de álcool, sexo, cigarros, bem como comidas não saudáveis e poucas horas de sono.

A juventude não é a destruição da velhice

Levam 9 meses para o nascimento de um filho, um abacateiro leva de 3 a 5 anos ou mais tempo para começar a dar frutos, o feijão leva geralmente 3 meses, um curso superior tem a durabilidade de 3 a 5 anos (dependendo do curso). Resumindo, tudo na natureza tem um tempo definido para atingir o seu momento de pico. Pode levar tempo para colheres os seus resultados, mas a lei da semeadura não falha. Na hora exata todo o mundo terá o que merece, todo mundo encontrará o que tanto procurou, não teimas, no momento exato abrir-se-á a porta que tanto insistiu em bater.

Com isso, quero desmistificar o famoso mito que paira nas esquinas e ruelas desse grande mundo na tentativa de normalizar uma vida de excesso em álcool, cigarros e outros tipos de drogas ou vícios autodestrutivos. Eu e de certeza que você também, já ouviu afirmações similares a estas "Ainda o sicrano bebe e fuma bué, mas está embora em dia" ou ainda, "eu posso beber bué, mas não vou acabar tipo o velho fulano ou o tio beltrano".

Na verdade, é que todos nós temos uma vozinha dentro de nós, que nos convence sempre que conosco será diferente. Que podemos perpetuar sem viciar, podemos comer e comer sem exceder o peso; podemos beber e beber podemos fumar e fumar sem danificar a saúde física ou mental. Podemos fazer e desfazer não terá nenhum problema, afinal nós somos a exceção da regra. Mas na verdade sabemos que é uma voz mentirosa, pois não é possível colher saúde, semeando doença, do mesmo modo, que não é possível colher riqueza semeando pobreza.

Tudo que a gente faz tarde ou cedo vamos pagar, ninguém escapa das leis da natureza, o agente tempo não é corrupto, não importa o quão poderoso você seja, no momento certo receberá exatamente aquilo que acumulou.

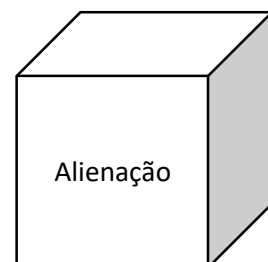
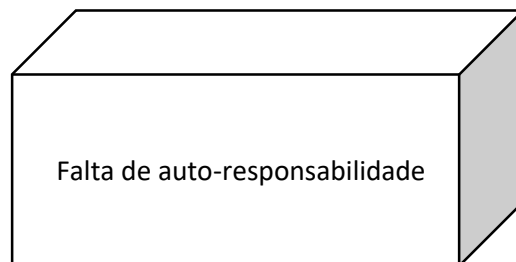
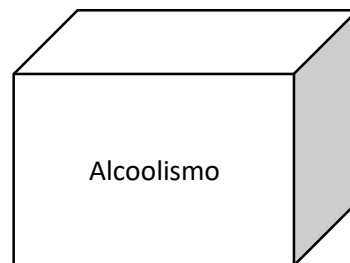
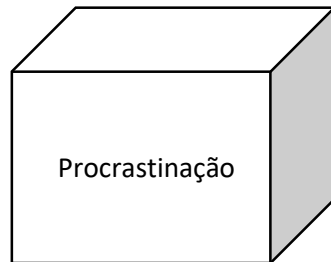
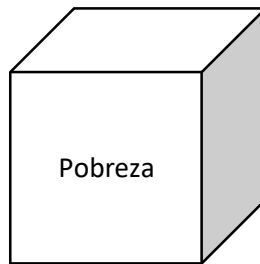
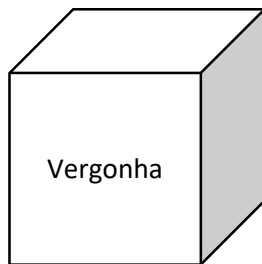
Seu corpo é um templo sagrado, você deve respeito a ele. Você não pode tratá-lo de qualquer forma, você deve se amar, você deve se valorizar. Pode parecer irrelevante para muitos, mas a verdade é que a maneira como a gente se trata define muito no como os outros vão nos tratar, até porque o

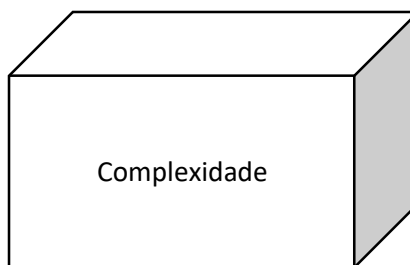
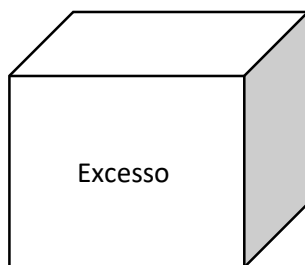
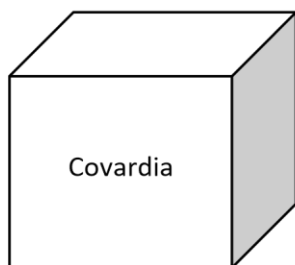
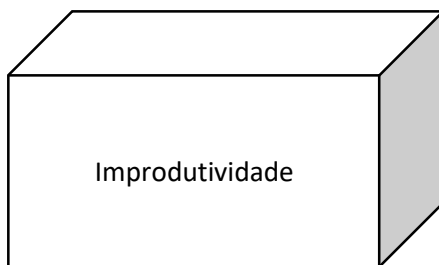
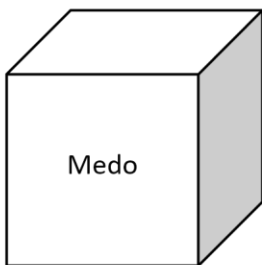
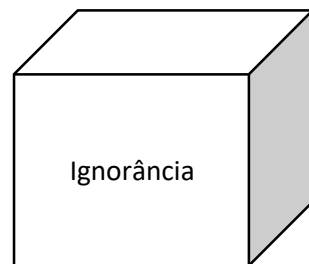
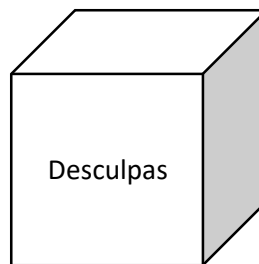
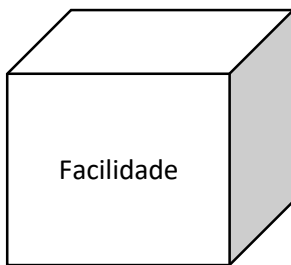
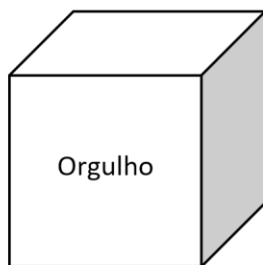
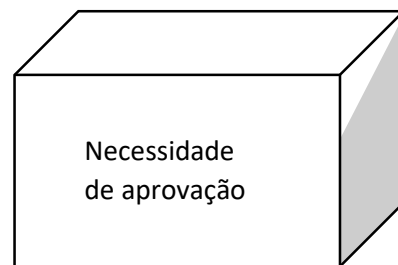
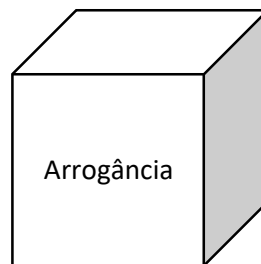
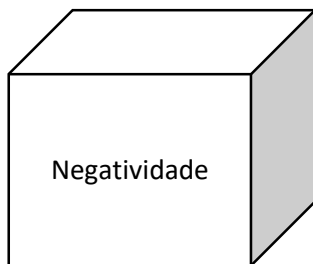
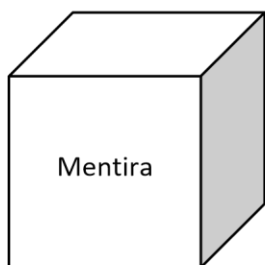
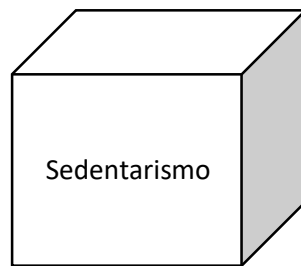
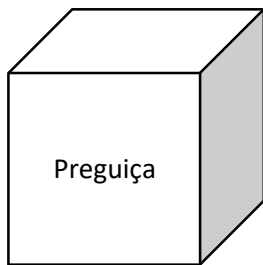
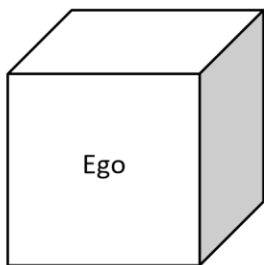
respeito parte do que a gente permite, isso é, do auto-respeito. Sem esquecer que nossos resultados estão diretamente ligados à nossa saúde espiritual, física e mental.

Cuidar da parte física não tem nada a ver com ser um gênio nessa área, mas sim com o fazer o básico bem feito. Coisas simples como cuidar da higiene, do sono, alimentar-se bem e evitar ao máximo o excesso.

Caixas que precisamos sair

Existem inúmeras caixas que nos impedem de crescer, tais como:





Mas vou falar particularmente de 5 caixas que me travaram por muito tempo e verdade seja dita, algumas delas ainda fazem parte das minhas lutas diárias, mas o bom é que quanto mais o tempo passa mais eu os afasto de minha vida.

Ambiente

Que ambiente frequenta? Está em harmonia com aquilo que és, pretendes ser ou valorizas? Se a resposta for não, penso que está na hora de saíres dessa caixa. Saia do seu bairro, do seu grupo de amigos que não estão crescendo, você pode dizer para si mesmo, eu só diferente, mas a verdade é que, você será arrastado por eles, ou nas melhores das opções o seu progresso será muito, mais muito demorado.

Nosso ambiente, impacta de forma crucial na nossa maneira de ver o mundo, isso se reflete no nosso comportamento, no nosso grau de merecimento por aí fora.

Muito de nós cresceu ou vive em um ambiente precário e de bastantes limitações. E muita das vezes ao invés de vivermos inconformados e agirmos a respeito. Abraçamos, defendemos e normalizamos a "nossa miséria" como o presente que a vida nos deu, reproduzindo assim, essa mesma mentalidade aos nossos filhos, vizinhos e amigos. Mas para quem está nesta situação, a atitude certa é sair da caixa.

Primeira saia de forma parcial, crie a cultura de ir para novos ambientes, conheça novas pessoas, vivencia outras realidades. A tua mente só precisa expandir e para isso acontecer, você deve lhe trazer novos estímulos, que ela por si só, arrastará o seu corpo. Você só precisa fazer o seu cérebro experimentar o melhor que ele mesmo, se encarregar de descartar o pior, abrindo novas janelas ou encontrando novos caminhos neurais. Isso é, lhe fazendo enxergar oportunidades ou novas possibilidades de manter o novo (o melhor) como lhe mostrarei no seguinte exemplo:

Se eu lhe pedisse para ir até a cidade de Luanda, lhe dando apenas a passagem de ida. De certeza que você me daria uma resposta negativa. Diria que não tem como, pois não tens recurso para voltar, é muito longe, é arriscado... Resumindo, o seu cérebro arranjará todas as desculpas possíveis para não ir, isso porque ele odeia o novo e odeia ainda mais desafios.

Mas se eu lhe sequestrasse e lhe abandonasse na cidade do Namibe, sem nenhum recurso para voltar. Tenho a plena certeza que você voltaria para a casa. Nesse caso, o seu cérebro, arranjará todas as possibilidades possíveis, para lhe tirar desse ambiente.

Você tem a solução para todos os seus problemas, seu ambiente de limitações lhe faz enxergar limite em tudo, mas você precisa sair dele para ver que não existe limite.

Seu ambiente de pobreza lhe faz enxergar pobreza em tudo, mas você precisa sair dele para ver que toda a pobreza carrega consigo uma grande oportunidade de riqueza.

Por estar num ambiente pior você foi estimulado a liberar o pior que há em si, mas você é bem maior que o seu ambiente.

Você deve cultivar o hábito de se questionar e não aceitar apenas tudo o que a vida lhe oferece. Uma crença deixa de ser crença quando colocada diante factos contraditórios palpáveis e óbvios sobre ao qual ela não se sustenta. Quando você começar a sair da caixa de seu ambiente medíocre e começar a enxergar pessoas mais novas que você e seus grupos de amigos e as vezes vindo de realidades piores que a sua a fazerem coisas valorosas, aí teu mundo de limites e desculpas caíra por terra e você verá que o problema não é apenas seu ambiente é você, você é que é cheio de desculpas, vaidades, medos, insegurança, vergonha, talvez o seu ambiente é o responsável por isso, mas no fim das contas a culpa é sempre nossa.

O mais inteligente da mesa

Não seja o mais inteligente da mesa. Eu ouvi essa expressão acho que tinha uns 17 ou 18 anos. Levei como nada, hoje eu sei o quanto isso faz sentido. Eu já fui o mais inteligente, mais talentoso, mais disciplinado e o mais responsável da mesa durante anos e isso tudo me tornou em apenas uma coisa, um carregador de gente. O que pode ser normal durante um curto período de tempo, quanto as pessoas do seu ambiente estão comprometidas em crescer também.

Mas quando for o oposto eu lhe adianto já o que acontecerá, você perderá seu tempo, não construirá nada e permanecerá no mesmo lugar. Se você é o mais inteligente de seu ambiente, saia dele. Minha vida mudou verdadeiramente quando me uni a pessoas bem mais inteligentes que eu. Pessoas que me despiram das minhas desculpas, que me fizeram enxergar meus bloqueios, me fizeram enxergar oportunidades no meio do caos. E o mais importante não me carregaram, apenas me mostraram o caminho e eu tive que trabalhar o dobro para tentar chegar ao nível, pois aqui ninguém para esperar ninguém, apenas para fortalecer um ao outro.

Para reflectir

Um ambiente de crescimento estimula crescimento;

Somos a média das 5 pessoas que mais convivemos;

Se você anda com 4 tolos você será o quinto;

Provérbios 13:20 "Ande com os sábios e serás sábio, mas o companheiro dos tolos acabará mal."

Vícios autodestrutivos

Todos nós temos um tipo de vício, mas aqui, não me refiro a qualquer tipo de vício, mas sim aqueles que nos destroem como pessoas. A psicologia chama de vício a todo habito desadaptativo, isso é, a todo o comportamento que ocorre de forma automática e descontrolada. É como uma música no replay ou um carro que perdeu os travões, indo numa mesma direção, com velocidades cada vez maiores.

Existe muito conteúdo publicado sobre vícios, então não vou me alongar. Mas geralmente o vício é um refúgio, uma fuga a realidade. Ela é uma doença que pode ser tratada, o problema do viciado é a não aceitação e se aceita acha que pode sair sozinho, e realmente pode, mas as possibilidades são muito baixas e em alguns casos inexistentes. Procure por ajuda, saia da caixa!

Perfeccionismo

O perfeccionismo está muito ligado ao ego, o perfeccionista se sente merecedor de algo que não dá conta, o perfeccionista não aceita a sua realidade, ele se acha a frente do tempo. Ele quer fazer algo que não existe, por isso não faz nada, ele não entende que as coisas são simples e que existem níveis.

Mente para si mesmo que falta alguma coisa para caminhar, por isso não caminha, mas no fundo o perfeccionista é um tolo, que não sabe que o que falta, encontrará no caminho. Que precisa caminhar a estrada esburacada e suja para encontrar o asfalto. Ele se acha génio, mas é um ingénuo, porque acredita no mito do tempo certo.

A riqueza do perfeccionista

O perfeccionista é um homem rico na pobreza, suas riquezas são seus projectos acumulados, alguns deles estão há tanto tempo no papel que já não faz sentido concretizá-los. Projectos esses, que lhe renderiam bilhões de dólares, euros, kwanzas, libras, etc. Só de seus talentos e habilidades, mas ele vive uma vida de pobreza e limitações, tudo porque não age, está preso na sua própria falsa perfeição.

As duas maiores dores do perfeccionista

Primeira dor: Ver seus talentos apanhando pó.

No livro de são Mateus, Jesus conta a parábola dos talentos. Na minha visão, eu enxergo o perfeccionista como aquele que não multiplicou o talento que o seu Senhor que lhe confiou. A maioria de nós acha que nossas habilidades de modo especial, nossos dons são fruto do acaso, eu não, pelo contrário. Eu acredito fortemente que fomos confiados com tais dádivas/responsabilidades para servir com a finalidade de tornarmos o mundo num lugar melhor. Por isso, é angustiante uma vida sem serviço. Enquanto estivermos presos na caixa do perfeccionismo e outras caixas que nos impedem de servir. Um monte de gente que se beneficiaria de nossos serviços estarão morrendo. Tudo porque não estamos multiplicando os talentos que nos foi confiado.

Segunda dor: Ver projectos piores que os seus sendo contemplado.

Isso é prova concreta de que o feito é melhor que o perfeito, de que independentemente das condições alguém sempre fará, isso nos mostra perfeitamente que o impedimento é apenas aquilo que está na nossa cabeça. Pois não importa a situação haverá sempre um jeito.

O mundo não vai esperar pela sua perfeição, o mundo não vai esperar enquanto arranja condições, apenas faça o melhor que poderes, que será bem melhor que nada. O negativo pode até não ser positivo, mais é melhor que o neutro. Falo por experiência própria, saia dessa caixa, você tem tudo para tirar os seus sonhos da caixa. Quem nasce grande é monstro e perfeito é Deus.

Paralisação

O sangue corre pelas veias;

Na mente correm as ideias;
Os rios correm em direção ao mar;
Os ventos correm para qualquer lugar;
O futuro corre do passado;
Todo mundo se movimentando, adivinha quem está parado?

Firmino Muango (STAR12)

Você está parado, se está, é porque estava se movimentando, não sabe por onde começar? Que tal só continuar!

A vida está no movimento, isso fica bem claro quando se pensa em morte, sabias que um dia você vai parar? Sim, você vai parar. Seu coração vai parar de bater, as células vão parar de funcionar, os braços vão parar de abraçar, os pés vão parar de dançar, os olhos vão parar de enxergar, os ouvidos vão parar de ouvir, a mente vai parar de pensar... tudo vai continuar, mas você vai parar.

Então se isso é um facto, para que parar antes do tempo? Se realmente vamos morrer, para que morrer antes da morte? Se um dia vamos todos ir para uma caixa, então não é melhor sair da caixa e viver o melhor que podemos?

Se você não faz o que quer, você está numa caixa. Você é um prisioneiro das opiniões dos outros. Você não quer se dar uma chance, você é um ingrato, você é um artista que não cria, você é um atleta que não treina, você é um aluno que não estuda, você é um escritor que não escreve, você é um doutor que não cura, você é um pai que não educa, você é um vivo que não vive. Você está desvalorizando o investimento de Deus em ti.

Não existe nada mais perigoso do que não ter nada para fazer ou estar parado, não é normal não saber para onde ir. Até o que as pessoas chamam de sorte só acontece para aqueles que estão se movendo. O preço da paralisação é muito alto, imagina o que seria do mundo se 90% das pessoas estivessem paradas?

Se mova sempre para uma direção. Sempre que acordar se faça a seguinte pergunta: Para onde estou indo, para que levantei da cama hoje. Quem está paralisado geralmente não tem objectivos, eu mesmo passei a me mover mais, quando estipulei objectivos na minha vida.

Propósito

Usei a palavra objectivo ao invés de propósito porque o conceito que a maioria das pessoas tem sobre a palavra propósito é muita das vezes um grande contribuinte para a nossa paralisação, pois temos uma ideia mística, sobre propósito que muitas das vezes, nos põe em standby, esperando que o universo nos revele qual é o nosso propósito para começarmos a nos movimentar. Mas a verdade é que o propósito pode ser estabelecido por nós mesmo.

E mesmo que a natureza reserva um propósito específico para nós, é mais fácil encontrá-lo enquanto nos movemos buscando o nosso, do que ficar parado a espera de um propósito ou vivendo em **loop** a procura dele.

Querer ser a maioria (pensamento comum)

Uma das maiores necessidades do ser humano é a necessidade de ser aceite e pertencer a um grupo social e para suprir essa necessidade muita das vezes deixamos para trás nossas ideias, nossas verdades, nossos sonhos e nosso jeito de ser. Para agradar a maioria. Pois eu sei que não é fácil ser incomum, não é fácil não fazer o que todos fazem, não viver como todos vivem, não escolher o que todos escolhem, e por esse motivo ser zombado ou ser olhado como ingênuo, eu sei bem como é, pois, já vivi e vivo em alguns momentos isso, até os dias de hoje, mas eu sei, que o comum actualmente é confundido como certo o que torna normal ser olhado como errado, estranho ou antiquado ou até arrogante quando fazes o oposto. Mas verdade é que:

A maioria é pobre;

A maioria é irresponsável;

A maioria acaba na miséria e sem saúde;

A maioria não investe;

A maioria não estuda;

A maioria não tem objectivos para curto, médio nem longo prazo;

A maioria não sabe para onde vai;

A maioria não se respeita;

A maioria vive mal;

A maioria não tem valor;

A maioria não tem princípios;

A maioria não sonha;

A maioria não pensa;

A maioria não escolhe;

A maioria é escravo.

Então o mais sensato é fazer exactamente o contrário da maioria, pois todos nós estamos repletos de exemplos para não seguir e isso é uma bênção.

Se você quer se destacar na vida, não se corrompa como o resto do mundo, não aceite ser comum. Deus te fez único! Cada um tem as suas qualidades e habilidades, não faça como a maioria, que se deixou para trás por coisas tão mesquinha e pequenas. Saía da caixa!

Para reflectir

A ignorância de ti mesmo e do mundo a sua volta é valiosa para um sistema que se beneficia da sua mão de obra por uma remuneração barata. O seu consumo excessivo, sua preguiça, seus hábitos ruins ou seus vícios autodestrutivos, sua pobreza, sua insegurança, sua falta de

atitude, sua vergonha, sua indecisão, não execução, sua distração, seus medos, suas limitações, suas más escolhas, etc. É lucro para um pequeno grupo de pessoas e prejuízo para ti mesmo.

A maior ignorância é a ignorância de ti mesmo. Pois não existe nada mais amargo e desesperador em saber, no fim da linha, que foste tudo, menos você!

Se preocupaste tanto com os erros, que apenas um você cometeu. Você não viveu!

F. Muango

Capítulo 11

**SOBE AS ESCADAS, SENDO
GRATO AOS DEGRAUS.**

Gratidão é sim uma palavra que devíamos repetir todos os dias da nossa vida. Saber agradecer é um acto de reconhecimento a Deus, a ti e ao próximo. Devemos dar sempre graças todos os santos dias de nossas vidas, por um motivo muito simples: estarmos vivos, você sabe de onde vem a vida? Sabendo ou não, pelo menos sabemos que a vida é um favor, você não paga para respirar, não paga para pensar, não paga a natureza pelos dias, com direito a comida e bebida, vestimenta, companhia... neste hotel mais que luxuoso que se chama universo.

Nós estamos num mundo onde tudo coopera para o nosso bem, apenas nós mesmo, os humanos, nos dificultamos nos prejudicamos uns aos outros tudo por poder e riqueza. Mas o universo continua a nos amar e cuidar de nós do mesmo jeito, então isso já é um motivo para agradecer.

Mas você pode pensar, mas eu estou sofrendo, então, não tenho motivos para agradecer, mas está enganado, saiba que o sofrimento é necessário e benéfico na maioria das vezes, pois o sofrimento é a manifestação de que algo está fora do lugar ou não está nos conforme. O que quer dizer, que é um convite da natureza para arrumarmos uma desordem em nossa vida. Logo é um motivo de dádiva. Agradeça!

O sofrimento faz parte do processo, ele é o antecessor de qualquer conquista. É a moeda com a qual pagamos as realizações de nossos sonhos. O sofrimento está presente no momento de parto (quando a mãe dá à luz ao seu filho amado), o sofrimento está presente nos treinos e competições dos grandes campeões, o sofrimento está presente na busca de qualquer forma de independência.

O sofrimento é o responsável pela nossa movimentação evolutiva e isso sem dúvidas é um motivo de agradecer. O que seria de nós sem o sofrimento? Se nossos sofrimentos e fracassos nos deram as melhores lições e soluções que carregamos em nossas vidas.

Ou você não sabe que foi a partir do sofrimento de percorrer longas distâncias que se criou os meios de transportes, foi a partir do sofrimento da solidão que nasceu o amor e companheirismo, foi a partir do sofrimento da falta ou atraso nas comunicações que se criou os celulares, telemóveis e outros meios de comunicação, foi a partir do sofrimento da doença que se descobriram as curas, foi através do sofrimento da guerra que se criou a paz, foi, é e sempre será através do sofrimento que eu, você e o mundo em geral está/irá evoluir.

Agradeça sempre!

Reclamação

A palavra reclamação vem do latim, no seu significado raiz quer dizer desaprovação manifestada por gritos. Este é um hábito perigoso que devemos abandonar o quanto antes, ainda hoje se for possível, pelos seguintes motivos: reclamar suga energia e nos deixa bastante pesados, reclamar adoece o corpo, a mente e o espírito, reclamar vicia, reclamar mata.

O vício da reclamação nos leva a ser pessoas negativas, pois quem reclama só se permite olhar o que está mal, carregando em si uma grande ânsia de encontrar o que tem de pior, lamentar, lamentar e lamentar, mas não resolver.

O mais perigoso neste vício é que ele é transmissível e se repercute a velocidade da luz, é só olharmos para nós mesmo. Desde muito cedo somos estimulados a olhar o que nos falta.

Estamos sempre de olhos naquilo que não temos, que não somos, que não alcançamos, não melhoramos, e como consequência achamos que temos mais motivos para reclamar, do que agradecer, mas se formos enxergar o que já somos, já temos, já alcançamos e já melhoramos veremos que temos muitos motivos para dizer “obrigado”.

Obrigado pelos degraus!

Subir as escadas agradecendo os degraus é valorizar as pequenas vitórias, é ter a sensibilidade para compreender que são as pequenas migalhas que fazem o pão, que são as pequenas partículas de átomos que formam a vida e que são as pequenas fontes que alimentam os grandes rios. Entendendo assim, que a vida é feita de coisas simples e pequenas, com o intuito de matar o nosso péssimo hábito que nos impede de avançar com o pequeno.

Quantas vezes não oferecemos um presente, não fizemos um gesto ou não demos vida a um projecto, por acharmos ser pequeno demais? Uma das grandes fontes desse comportamento são as redes sociais, pois hoje, todos nós acompanhamos uma vida de ostentação, luxúria e complexidade (na sua maioria irreal/cinematográfica) e nos apequenamos diante de tal facto, alimentando em nós a percepção que todos estão bem menos nós. Nos fazendo assim não agradecer o que temos, de enxergar os dias normais como anormais abrandando assim a nossa luta diária em busca daquilo que almejamos.

Por outra, esquecemos que aquele é um mundo virtual, que é apenas um vídeo de alguns minutos, que é apenas uma foto ou um momento que nós também podemos viver se continuamos a agradecer e abençoar tais dádivas.

Agradeça pelo que não tens.

Quando agradecemos o que queremos, mas não temos, aproximamos essas coisas para perto de nós. Tudo o que temos a nossa volta é para nós, ninguém faz as coisas para si mesmo, é como lê uma vez, "os rios não bebem a própria água, as árvores não comem os próprios frutos..."

As coisas estão aí para nós, isso é um motivo para agradecer. Tudo o que estamos atrás vão chegar até nós em pouco tempo apenas continue e agradeça sempre.

Em tudo daí graças!