

Resenha
DAVID CORREIA DA SILVA – CICLO 3

LIVRO - A coragem de ser imperfeito de Bene Brown.

Ao lermos a obra de Bene Brown nos deparamos com uma autora que procura sempre procura exaltar que é muito mais importante “Ser do que Saber”. Pois isso fara com que nossas vulnerabilidades se tornem forças e através das nossas imperfeições que conseguiremos nos tornar o que desejamos.

Logo ao início do livro a autora mostra através de pesquisas como as músicas num geral cada vez mais tem se tornado “narcisista” e fica claro como que isso pode ser aplicado para tudo na vida num geral pois temos focado cada vez mais no “eu” e “meu” ao invés do “nos” e “nosso”.

E a autora mostra também a importância de uma comunicação não violenta nos dias de hoje para que conseguirmos curar essa narcisismo que está se instaurando na nossa sociedade.

A autora traz o conceito de escassez no âmbito psicológico e como ela atua em três tópicos que são:

- Vergonha;
- Comparação;
- Desmotivação.

Além de amplificar e fazer com que pensássemos a respeito de cada um desses tópicos. Ela mostra que o oposto de vivermos a escassez não é cultivar o excesso. Essa parte da teoria da autoria se relaciona com a teoria do antifragil, do autor Nassim Nicholas Taleb.

A qual ele ensina a não ceder a grandes pressões e saber prosperar com elas.

A autora também põe abaixo os mitos em relação a vulnerabilidade sendo primeiro que a vulnerabilidade é uma fraqueza e um dos principais argumentos que ela utiliza é que se não formos vulneráveis ao amor nunca seremos amados. Além de mostrar que achar que se garante sozinho, expor sua vida e que não ser uma pessoa vulnerável na realidade é uma fraqueza ao invés de força como muito dizem.

A autora também desmistifica a cultura da vergonha em relação a culpa e mostra através de questionamentos e provocações como se identificar e como tratar cada uma delas. Já se encaminhando ao final do livro ela traz como devemos trabalhar as mudanças e falta de motivação com provocação que nos fazem refletir se estamos vivendo de fato como o que acreditamos e pregamos além de fazer um paralelo entre virtudes praticadas e desejadas a qual chama de “lacuna de valores”. E mostra todos os malefícios que a vergonha trás para nossa vida.

Além de mostrar um “manual”, diga-se de passagem, sobre como criarmos nossos filhos e como desenvolve-los para que a vergonha não seja um problema na vida deles. O livro como um todo mostra muito como devemos abrir mão de pré-conceitos que só nos prendem e nos limitam.