

# **INTRODUÇÃO**

## **O que é sucesso?**

"Sucesso significa, coisas diferentes para diferentes pessoas, sucesso é conseguir o que você quer, o que é diferente de ser feliz, felicidade é querer o que você conseguiu, para você ser feliz não precisa de mais nada, é só aceitar o que você tem atualmente e ser feliz com isso, mas isso não impede de almejar outras coisas na vida".

"Eu não sei ensinar alguém a ser feliz, mas bem-sucedido sim, isso é uma ciência, da mesma maneira que você aprende física, química, matemática, você pode aprender a ser bem-sucedido".

- Dr. Lair Ribeiro

Sucesso pode ser caracterizado como o quão feliz você está com as decisões que você tomou na sua vida, dentro de suas convicções

Era uma vez... um jovem que quer escalar uma montanha. Sabe que a viagem pode ser longa, e para não partir com muito peso leva consigo o mínimo indispensável. Durante a longa viagem encontra diversas dificuldades, sabendo que deve superá-las, se quiser alcançar sua meta. Para o jovem, superar as dificuldades significa aprender algo novo; assim cada vez que supera uma dificuldade, para lembrar-se do que aprendeu, coloca uma pedra na mochila.

Quando finalmente, chega ao alto da montanha, esvazia a mochila e usando as pedras recolhidas durante a difícil subida faz uma pirâmide que intitula: “A pirâmide do sucesso”.

Sucesso obtido graças à superação das dificuldades.

Sucesso é uma realização contínua, motivada por uma decisão, ou seja, se você decidir chegar lá e você se mover em direção ao seu objetivo, você está sendo uma pessoa bem-sucedida, não importa qual o tamanho ou qual seja o objetivo, toda realização progressiva de um ideal de valor é um sucesso.

o sucesso pode ser uma inibição, um bloqueio de seu aprendizado, faz você pensar que encontrou uma fórmula ou até mesmo que você tem o controle de tudo, e que jamais irá vir a ter problemas novamente.

Uma armadilha do sucesso é você acreditar que sempre irá ter sucesso.

## • **CAPÍTULO UM**

### **Sinta-se merecedor**

Você é apenas aquilo que aceita ser, esse é um dos maiores segredos, uma vez compreendido, mudará totalmente sua vida. Se você tem aceitado uma vida medíocre, de escassez, assim será sua vida, é tudo que você receberá. Durante muito tempo foi instalado em sua mente que a vida é como é, e não há nada que possa mudar.

a mudança irá vir quando dentro de você tiver o sentimento de abundância. A riqueza, a fortuna, vem para aqueles que acordam como alguém de sucesso, alguém que é merecedor de todo o bem que o universo tem a lhe proporcionar através de sua preparação para as oportunidades que lhe são dispostas.

A maioria das pessoas possui sentimentos de baixa autoestima, sem amor-próprio, conseqüentemente, não se sentem merecedora de nenhum benefício que lhe é oferecido.

Nossas crenças limitantes, são desenvolvidas ainda quando criança em nosso ambiente familiar. Se você ouvia elogios, por exemplo, "você é especial", "você é muito inteligente", existe uma grande chance que você tenha uma ótima autoestima. Caso contrario, e você não conviveu com pessoas que praticavam estes estímulos, é bem provável que sua autoestima não esteja nas melhores condições.

O que vemos e escutamos, esta diretamente ligado a o que tomamos como verdade. Esteja rodeado de pessoas que estimulam seus sonhos, seus desejos e as melhores coisas da vida. Substitua padrões de comportamentos que não estimulam o seu merecimento, por sentimentos de merecimentos, amor-próprio e autoestima.

**Era uma vez, um elefante que nasceu acorrentado e ficou preso durante anos, ate a vida adulta. Ele realmente desconhecia sua verdadeira força e capacidade. O elefante se tornou inúmeras vezes maior e mais resistente que o toco, mas por medo e insegurança, se viu preso á ele durante toda a vida.**

**Você é uma pessoa livre, que sabe da sua força e capacidade, não se prenda ao passado e nem a crenças limitantes.**

**liberte-se das correntes que te aprisionam, compreenda a magnitude do seu potencial e viva a vida pela qual você nasceu para viver.**

## • **CAPÍTULO DOIS**

### **Desenvolvimento pessoal**

O desenvolvimento pessoal é um processo de potencialização de habilidades e competências para conquistar objetivos e criar condições para uma vida bem-sucedida em todas as suas instâncias. Trata-se de uma maneira de encontrar o seu potencial máximo.

Desenvolvimento pessoal é o investimento em si mesmo, focado no aumento da capacidade e disposição, para aprender a lidar com diversas situações, concebendo a o indivíduo, uma melhor qualidade de vida, e um desempenho otimizado para realização de metas pessoais e profissionais.

Busque trabalhar seu autoconhecimento. Nessa fase é necessário uma reflexão, onde você está hoje, onde você quer ir, o que deve ser feito e por onde começar para que se atinga os objetivos esperados.

Quantas vezes você faz planos e não dá a atenção necessária para eles, o tempo logo se passou, e nada foi feito por você para que fosse realizados.

**Se pergunte se você realmente se conhece, essa questão é fundamental para potencializar seus resultados. Entenda que você precisa encontrar seu propósito de vida, faça as seguintes perguntas para você mesmo, o que me inspira a viver? O que eu penso ao acordar todos os dias? Qual legado eu quero deixar? E quando você encontrar seu propósito de vida, a vida passará a ter algum significado.**

**Crie uma visão do futuro, isso irá mudar totalmente o rumo da sua história. Saia do piloto automático e comece a viver experiências que te tiram da zona de conforto. Algumas atividades podem te ajudar a planejar sua visão de futuro, como por exemplo: você pode fazer visualizações, programas de autodesenvolvimento, atividades de escritas. Nossa visão de futuro são sonhos transformados em motivação e metas.**



Aqui vai uma metáfora: “Pegue num copo e encha-o de água. Agora pegue nele com a sua mão dominante. Pense um pouco e diga-me quanto pesa esse copo?”

Independentemente de ter aplicado ou não as instruções, pensou numa resposta: é pesado? É leve? Pesa 250 gramas? Porém, mais importante que isso é o que esse copo representa. Imagine agora, que esse copo representa aquilo que carrega consigo, os seus problemas por resolver, palavras por dizer que anda a “engolir”, noites de sono mal passadas, sentimentos negativos de frustração, culpa, medo, rejeições... E mais, imagine que esse é o copo que carrega consigo há já algum tempo....

“E agora quanto pesa este copo? E por quanto tempo mais vai conseguir carrega-lo consigo?”

O que carrega no seu copo que a “cansa e desgasta”?

Há quanto tempo carrega esse copo consigo?

Por quanto tempo mais o vai fazer?

**Se o seu copo tivesse vazio, ou simplesmente o escolhesse pousar, o que mudava para melhor na sua vida?**

**O que vai fazer ainda hoje para se libertar do copo que carrega?**

**Reflita sobre essas questões, irá ser de grande relevância para sua vida.**

**Alguns pontos valiosos que podem acelerar seu desenvolvimento pessoal: Leia livros, Trace metas e objetivos, Evite procrastinar, Execute uma tarefa de cada vez, Desenvolva seus pontos fortes, Aprenda outros idiomas, Faça cursos e treinamentos, Aprenda com os erros, Trabalhe seus pontos fracos, Aprenda a lidar com o fracasso, Aprenda com os melhores, Inspire-se em especialistas( Mas faça sua própria história), Tenha foco , Faça um Diário de agradecimento e escreva toda noite, três momentos ou acontecimentos pelos quais você foi grato durante o dia(psicologia positiva).**

- **CAPÍTULO TRÊS**

## **Educação financeira.**

Educação financeira ensina o indivíduo a, economizar e fazer melhor investimento do seu dinheiro, diminuir despesas, organizar seus gastos e também ajuda a entender as melhores ações para investir seu patrimônio.

A educação financeira pode abrir a visão de uma pessoa da maneira como ela entende o universo do dinheiro e utiliza as ferramentas disponíveis para lidar com ele.

Segundo a Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo (CNC), em janeiro de 2020 65,3% da população brasileira estava endividada.

Infelizmente não é dada a importância merecida para esse tema, uma vez que percebemos que não aprendemos sobre finanças pessoais ou até empreendedorismo nas escolas.

Existem três conceitos importantes na educação financeira, são eles: ganhar, economizar e investir.

Normalmente vamos ver pessoas que não fazem a prática destes conceitos, passam por dificuldades constantes. Provavelmente as pessoas que tem o conhecimento destes conceitos, e coloca eles em ação, são bem-sucedidas financeiramente.

Perceba que, o acúmulo de compras que está acima de suas possibilidades financeiras, conseqüentemente, vai te trazer dívidas. Por isso é importante ter controle sobre sua renda. É preciso registrar cada gasto feito, acompanhar as movimentações e assim eliminar despesas desnecessárias.

Além disso, passar o mês inteiro sem se preocupar em como vai arrumar dinheiro para quitar suas dívidas é realmente relaxante, reduzirá consideravelmente seu stress, se você nunca passou por isso, tenha certeza, é aterrorizante.

**Se você quer um dia alcançar sua independência financeira, ou até mesmo realizar aquele sonho de infância é indispensável que você tenha a educação financeira como um de seus pilares.**

- **CAPÍTULO QUATRO**

## **Reconhecer que as palavras tem poder.**

As palavras são ferramentas extremamente importantes da nossa comunicação. As palavras que jogamos no mundo condensam cada pensamento e emoção guardados em nosso interior. Através delas construímos e explicamos, descobrimos, viajamos, terminamos. Elas têm um grande poder, sendo capazes de motivar, levantar, emocionar, aproximar, decepcionar, magoar, afastar e derrubar.

Dependendo da maneira como falamos, podemos induzir alguém positivamente ou negativamente.

Por isso devemos ter cuidado com o que falamos, levando em consideração o impacto que as palavras podem causar às pessoas ao seu redor, e a si mesmo.

Com as palavras voce tem o poder de criar um relacionamento e destruí-lo de maneira incorrigível.

Devemos nos educar para enriquecer e expandir o nosso vocabulário positivamente. Quantas pessoas você conhece ou já conheceu que usam a seguinte frase, "nada na minha vida dá certo", e realmente nada dá certo para essa pessoa. Quando dizemos a alguém "não posso" ou "eu posso", deixamos bem transparentes nossas limitações.

Pense, qual estímulo você dá ao seu cérebro se você dizer a si mesmo, "eu não posso"? Exatamente, nenhum. Seu cérebro não vai fazer o mínimo esforço de gastar energia para encontrar uma solução.

Em vez disso use frases que te incentivam a pensar, por exemplo: "eu consigo fazer isso", "como eu posso fazer isso?", force seu cérebro a pensar e encontrar uma forma de conseguir romper a barreira da dificuldade, e se encha de vibrações positivas, use o poder das palavras de forma que as pessoas ao seu redor não vão sequer te reconhecer, devido a grande mudança que isso causará em sua vida.

Se você tem o hábito de dizer frases negativas, certamente atrairá para a sua vida, pessoas com este mesmo comportamento.

Aqui vai uma metáfora: Um orador fala do poder do pensamento positivo e das palavras.

Um participante levanta a mão e diz:

"Não é porque eu vou dizer felicidade, felicidade, felicidade! que me irei sentir melhor e não é porque eu vou dizer desgraça, desgraça, desgraça! que me irei sentir menos bem: não são mais que palavras. As palavras são isso mesmo, sem poder..."

O orador responde:

"Cale-se, seu idiota, é incapaz de compreender o que quer que seja!"

O participante está paralisado, ele muda de cor e prepara-se para replicar agressivamente: "Você, espécie de..."

O orador levanta a mão: "Peço que me desculpe. Eu não quero magoar. Peço que aceite as minhas sinceras desculpas."



O participante acalma-se.

Os outros participantes murmuram e há agitação na sala.

O orador intervém:

"Têm a resposta à questão que puseram: algumas palavras desencadeiam dentro de vocês raiva e cólera. Outras acalmam. Compreendem melhor o poder das palavras?"

O mais importante é que você reconheça o impacto que as palavras geram, e que não se pode dizer qualquer coisa.

## • **CAPÍTULO CINCO**

### **Planejar suas metas.**

Quando chega o final do ano, começamos a fazer novos planos para um novo ano, correto? E com eles, novos sonhos, surgem novas metas a serem alcançadas para o novo ano que esta por vir. Seja na área financeira, pessoal ou até mesmo profissional, imaginamos grandes metas concluídas.

Mas, dificilmente conquistaremos grandes realizações se não criarmos e desenvolvermos um planejamento adequado para nossas metas.

É hora de traçar e executar, planos para o seu dia, a sua semana, o seu mês, o seu ano, e para sua vida.

E então, qual a melhor maneira de desenvolver esse planejamento de metas?

A maior dificuldade das pessoas é por onde começar. É simples, defina metas grandes, porém, lembre-se sempre de manter os pés no chão, não fuja da realidade, mas, não tenha medo de definir metas grandiosas.

Uma vez definida suas metas, use a técnica, de trás para frente, por exemplo: o que é mais fácil para você, ler um livro em um mês que possua 210 páginas, ou ler 7 páginas por dia durante 30 dias? Veja que ler 7 páginas se tornou bem mais acessível.

Compreendendo esta questão, percebemos que se torna mais fácil dividir grandes metas em pequenas atividades.

Concluindo essas pequenas atividades, lhe trará uma sensação de realização e satisfação pela conquista, tornando sua grande meta ou sonho, cada vez mais visível e mais próximo.

Lembre-se, pequenas realizações, constroem grandes conquistas.

Faça uma lista com suas metas, logo após tenha sempre em mente o que deseja alcançar. Mas não se esqueça, conhecimento sem ação é inútil, então coloque em prática seus objetivos.

**Estipule um prazo para cumpri-las. O prazo não deve ser muito curto para não causar frustrações, caso não consiga cumpri-las, e nem muito longo a ponto de cair no esquecimento. O ideal é que seja o meio termo.**

**Se algum dia, você contar suas metas para alguém e essa pessoa rir, então suas metas estão no tamanho ideal. Mire na lua, porque se você não conseguir, pelo menos você alcançou as estrelas.**

**Em 1953, foi feita uma pesquisa com todos os alunos na Universidade de Harvard, e fizeram a seguinte pergunta, "O quer que você vai fazer nos próximos seis meses, no próximo ano, nos próximos 5 anos, nos próximos 10 anos, nos próximos 15 anos, nos próximos 20 anos?". A grande maioria, não tinha absolutamente nada por escrito, apenas 3% daqueles estudantes, tinham por escrito o que eles iriam fazer. Em 1973, foi feita uma avaliação com os alunos que ainda permaneciam vivos. O grupo dos 3%, valia mais do que os outros 97% em todos os aspectos, e a única diferença entre eles, era o que eles tinham por escrito.**

**Suas metas precisam ter uma data, a data precisa ser recordada com frequência. Todas as metas devem ser anotadas por escrito.**

## • **CAPÍTULO SEIS**

### **As 3 regras básicas do dinheiro**

**1- Não use o dinheiro sem tê-lo: Pessoas gastam o dinheiro que não tem, para comprar coisas que não precisam. Não tente mostrar para outras pessoas que você é rica. Sacrifique um pouco dos prazeres da vida no presente, viva um padrão de vida abaixo do seu, e tenha uma vida mais próspera no futuro, colhendo os frutos que foram plantados lá trás.**

**As pessoas gastam o dinheiro que não tem, para comprar coisas que não precisam, para impressionar pessoas que não gostam... E acham que isso é vida. - Will Smith.**

**Nunca sinta vergonha de usar a mesma roupa, de não ter um grande celular ou de ter um carro velho. Vergonha é fingir ser alguém que você não é.**

**NENHUM OBJETO material, por mais valioso ou belo que seja, NOS FAZ SENTIR AMADOS. - Dalai lama**

2- Dinheiro não é a raiz de todo o mal: Então você olha para muitas pessoas, e essas pessoas abominam todo mundo que é rico. Então elas falam, essa pessoa é rica, é ladrão, essa é rica é mentirosa, geralmente vemos muita gente associando esse tipo de coisa. O que elas não entendem é que, o dinheiro não corrompe as pessoas, a gente acha que, quando alguém é pobre e ganha muito dinheiro, o dinheiro a corrompe, mas não, quando ela ganha muito dinheiro, ela ganha poder, e quando ela ganha poder, ela faz o que de fato sempre quis fazer. Então o dinheiro potencializa quem essa pessoa já é, o dinheiro não faz ninguém se transformar em uma outra pessoa, é isso que alguns não entendem. As vezes olhamos para alguém que era tão do "bem", e então, ganha dinheiro e começa a fazer maldade, na verdade essa pessoa sempre quis fazer maldade, mas ela nunca teve o poder para fazer isso. O dinheiro te permite fazer coisas boas, por exemplo: Doar, ensinar, fazer coisas que gosta. O dinheiro potencializa quem você já é.

- Thiago Nigro

**3- Não existe enriquecimento fácil: Esquemas de "pirâmide" estão cada vez mais comum, desconfie das promessas de enriquecimento rápido.**

**Por trás de um forte esquema de marketing, algumas empresas atraem a atenção das pessoas vendendo a falsa expectativa de enriquecimento fácil, prometendo ganhos fantásticos em pouco tempo.**

**Em videos e e-mail tentadores, contam histórias emocionantes de persuasão, com relatos de pessoas que enriqueceram "da noite para o dia".**

**Veja a história de várias pessoas bem-sucedidas, por trás de todo sucesso, existe trabalho, disciplina e dedicação. Elas não chegaram lá do nada, foram anos de aprendizado e adaptação, até encontrarem a melhor forma de alcançar o seu sucesso individual.**

**Fique atento em anúncios que dizem o seguinte, "ganhe dinheiro sem sair de casa", "fique rico amanhã". Não invista seu dinheiro e tempo nessas falsas promessas. Invista em seu desenvolvimento pessoal e conhecimento.**



- **CAPÍTULO SETE**

**Se comprometer 100% a seu sucesso.**

Pense um pouco. Será que existiriam atletas, professores, cientistas, médicos, empreendedores de sucesso ou que alguém conseguiria se tornar profissional ou especialista em alguma área sem comprometimento?

Napoleon Hill, autor do livro "A Chave Mestra das Riquezas". Ele escreveu que um dos princípios do sucesso é "caminhar um quilômetro extra", ou seja, para quem almeja fazer a diferença deve ter iniciativa, coragem, autoconfiança, pois andar um "quilômetro extra" é superar todos os dias, um pouco mais de seus limites. Andar um "quilômetro extra" é entregar um trabalho superior do que aquele para o qual somos pagos, realizando as tarefas com uma atitude mental positiva.

Se comprometer a suas metas é, envolver-se nelas até que se cumpra o que foi proposto.

**Se você já sabe qual é o seu objetivo, você já deu o primeiro passo.**

**Talvez você seja uma pessoa que busca a perfeição, está sempre em busca de um plano perfeito para realmente dar início a sua jornada.**

**Lembre-se sempre desta frase, "um plano feito é melhor do que um plano perfeito." Não espere ter a ideia perfeita para começar a ir atrás de seus objetivos e comprometer-se de corpo e alma, porque enquanto você perde tempo, alguém já foi lá e fez acontecer. Quem chega primeiro sempre ganha.**

**Quando você está em busca de alcançar suas metas, dificuldades e obstáculos sempre irão existir, junto com a ansiedade, os medos e angústia. O que importa é, o quanto você está comprometido a isso? O que te faz diferente de milhares de pessoas que buscam a mesma coisa? Quando entender isso, você crescerá.**

**Todos os dias quando você achar que está no seu limite, vá e dê mais 1% de si mesmo, com certeza isso lhe tornará diferente de muitos.**

**Quero comparar o comprometimento com uma locomotiva. Pois a locomotiva é a força propulsora que vai a frente de todos os vagões. Ela é quem possui o foco necessário para guiar e manter no rumo certo cada vagão. Você deve estar se perguntando, como assim? Vou te explicar; Quando você planeja seus sonhos e objetivos eles precisam ter foco para serem conquistados. É nesta hora que você vai encontrar forças para ir em frente. Mas se você estiver realmente comprometido com seus sonhos pode ter certeza que nada ou ninguém conseguirá tirar lo do seu foco.**

**O comprometimento é algo tão poderoso que faz você se sentir motivado e determinado rumo ao objetivo. Assim como uma locomotiva que não para diante de nenhum obstáculo a menos que lhe seja dado um comando pelo maquinista. Assim como a locomotiva está a frente dos vagões, o comprometimento com seus sonhos e objetivos, sempre precisa ir a frente. Está é a sua primeira atitude de sucesso! Todas as vezes em que você reforçar seu compromisso obterá sucesso em seu objetivo e estará mais perto de conquista lo!**

## • **CAPÍTULO OITO**

### **A intuição.**

A intuição é um guia interno que nos protege, nos orienta e nos ajuda nas escolhas e nas tomadas de decisão.

Quando as conexões do seu inconsciente influenciam na sua tomada de decisão e em suas escolhas, está claro que, você está sendo guiado por ela.

Se pararmos um pouco para refletir sobre as intuições, perceberemos que a maioria de nossas decisões são tomadas quase que de modo inconsciente.

As intuições provêm das experiências armazenadas em nosso cérebro, durante toda a vida que tivemos, baseando-se em nossas conquistas e fracassos; onde se hospeda nossas emoções e nossa personalidade, onde está a nossa verdadeira essência.

A intuição é o caminho inconsciente para o mundo consciente.

A intuição é uma resposta rápida que o cérebro nos dá diante de cada dúvida que aparecem em nosso cotidiano.

Nossas decisões inconsciente estão ancoradas, intimamente, ao que somos, a nossa personalidade e aos nossos valores.

O renomado psiquiatra suíço Carl Jung já dizia que "cada um de nós tem a sabedoria e o conhecimento que necessita em seu próprio interior." Há ainda uma outra frase muito interessante atribuída a Steve Jobs que reforça essa ideia: "Tenha coragem de seguir o que o seu coração e sua intuição dizem. Eles já sabem o que você realmente deseja. Todo o resto é secundário."

Uma das coisas mais valorizada hoje em dia é a capacidade de fazer escolhas rápidas e assertivas.

Segundo os especialistas, as melhores intuições costumam aparecer em momentos nos quais estamos relaxados, naqueles instantes em que nossa mente está mais limpa e descansada. A inspiração e as boas ideias aparecem, por si só, ao anoitecer, longe do estresse e das tensões. Só é preciso ouvi-las.

- **CAPÍTULO NOVE**

## **A persistência.**

A persistência refere-se ao foco contínuo de fazer algo para alcançar seus objetivos e o sucesso desejado, independente das dificuldades que possam surgir ao longo do caminho.

Alcançar aquilo que desejamos, nem sempre é fácil, é preciso lutar contra a nossa vontade de permanecer no mesmo lugar, nós tendemos a ser preguiçosos, a economizar energia, esse é o primeiro passo. Inúmeras vezes nós deparamos com o fracasso, momento em que tudo parece estar conspirando contra, mas isso não quer dizer que devemos desistir, é justamente nessa hora que a persistência entra em jogo.

A persistência está relacionada a superação, desenvolvimento pessoal, a capacidade de aprender com as experiências e a determinação suficiente para persistir no objetivo.

**Não existem dúvidas quando é falado que, trabalho arduo supera o talento. Muito pouco servirá o talento se não houver persistência. Mas fará toda diferença se não houver talento, e sim persistência em aprender, evoluir, mudar e melhorar o desempenho para que chegue ao resultado.**

**Procure o motivo e as razões pelas quais você persegue o seu sonho. Esse será o seu combustível que o manterá caminhando, mesmo quando tudo estiver contra você.**

**"Mesmo quando tudo parece desabar, cabe a mim decidir entre rir ou chorar, ir ou ficar, desistir ou lutar."**

**- Cora Coralina**

**Segundo o pesquisador e psicólogo, Daniel Goleman, a capacidade de persistir é fundamental para se trabalhar a Inteligência Emocional, bem como a autoconsciência, o controle de impulsos, a empatia e a habilidade social. Referência no assunto, Goleman afirma que não basta ser inteligente, esperto e preparado para competir: "é preciso calma, empatia e persistência diante das frustrações para viver o amor, ser feliz e vencedor."**

Você já parou para pensar na diferença entre uma pessoa persistente e insistente? A pessoa insistente é aquela que não para, vai tentando alcançar, mas sempre da mesma maneira, querendo ter resultados diferentes, mas usando das mesmas estratégias. Já a persistente sempre continua, porém, diante do fracasso e da dificuldade, aprende e faz cada vez um pouco diferente e melhor, e assim crescendo e chegando cada vez mais próximo do objetivo.

"Energia e persistência conquistam todas as coisas"

- Benjamim Franklin.

James Dyson é um engenheiro inglês, que inventou vários aparelhos inusitados. A primeira criação dele de sucesso foi um aspirador de pó. Foram 15 anos de frustrações, perseverança, e mais de 5.000 protótipos. Finalmente James Dyson lançou o aspirador de pó Dyson DC01, usando seu próprio nome. Quase dois anos depois, era o aspirador mais vendido na Grã-Bretanha.

"A persistência é o menor caminho do êxito."

- Charles Chaplin.



**"Muita gente desiste quando acha que o mundo está contra ela, mas é nesse ponto que você tem que insistir um pouco mais e seguir forte. Eu gosto da comparação com as corridas: há momentos em que você se acha que não vai conseguir continuar, mas se você superar aquele momento das dores, você fica bem e visualiza a chegada. As soluções estão um passo adiante, basta não desistir." - James Dyson.**

**"Neste mundo não existe nenhuma tarefa impossível se existe persistência." - Provérbio Chinês.**

## • **CAPÍTULO DEZ**

### **A paciência.**

É correto afirmar que, saber esperar nos dias de hoje, é uma virtude e anda em falta, não é para todos. Desenvolver a capacidade de esperar, evitará a ansiedade e sofrimentos desnecessários, conseqüentemente aumentando a nossa serenidade e qualidade de vida.

Queremos tudo para já, com a facilidade que o mundo nós traz hoje, vários fatores influenciam para que fiquemos em um mundo vertiginoso, onde a pressa e a urgência nós domina.

Ter paciência é ter o autocontrole, é saber que não temos o controle de tudo, é entender que não se pode controlar a maneira de agir das pessoas, é reconhecer que nem todas as coisas saem como se quer e assim suportar incômodos sem alterar o próprio humor.

A pessoa paciente, tem uma visão diferente das coisas, ela consegue ver os problemas com mais clareza e a melhor solução para resolvê-los, mesmo que demore mais tempo do que o esperado.

Quando obtemos a paciência, é comum percebemos o desenvolvimento de novas virtudes, como a tolerância, o respeito aos outros e suas diferenças. Isso ocasionara uma melhor saúde mental e física.

Pessoas sem paciência desenvolvem aspectos negativos, como; "falta de persistência, falta de planejamento, dificuldade de concentração, dificuldade de esperar, entre outros." Explica Thais Barros Rocha

Na vida tudo tem um tempo, nada vem do dia para a noite, é um processo de construção, assim como a semente leva um tempo para germinar, a planta um tempo para crescer, o fruto um tempo para amadurecer.

Cada pessoa tem o seu tempo, e cada um tem suas conquistas, não pense que você está atrasado no tempo, respeite seu processo evolutivo.

**O Exercício Da Paciência:** Esta é a historia de um menino que tinha um mau caráter. Seu pai lhe deu um saco de pregos e lhe disse que cada vez que perder a paciência, ele deveria pregar um prego atrás da porta.

No primeiro dia, o menino pregou 37 pregos atrás da porta. As semanas que seguiram, a medida que ele aprendia a controlar seu gênio, pregava cada vez menos pregos atrás da porta.

Com o tempo descobriu que era mais fácil controlar seu gênio que pregar pregos atrás da porta.

Chegou o dia em que pode controlar seu caráter durante todo o dia.

Depois de informar a seu pai, este lhe sugeriu que retirasse um prego a cada dia que conseguisse controlar seu caráter. Os dias se passaram e o jovem pode finalmente anunciar a seu pai que não havia mais pregos atrás da porta.

Seu pai o pegou pela mão, o levou até a porta e lhe disse:

**– Meu filho, vejo que tens trabalhado duro, mas veja todos estes buracos na porta. Nunca mais será a mesma.**

**Cada vez que tu perdes a paciência, deixa cicatrizes exatamente como as que vê aqui. Tu podes insultar alguém e retirar o insulto, mas dependendo da maneira como fala poderá ser devastador e a cicatriz ficará para sempre. Uma ofensa verbal pode ser tão daninha como uma ofensa física.**

**Não deixe que a sua falta de paciência machuque a você e a quem você ama, lhe deixo com essa reflexão.**