

es trada ilu mina da

transforme o
impossível em
realidade

Anthero Sarmento Ferreira

es trada ilu mina da

**transforme o
impossível em
realidade**

@ 2019 Anthero Sarmiento Ferreira
Conceito editorial: Rafael Heidt Martins Trombetta
Editor: Rafael Heidt Martins Trombetta
Revisão: Augusta Ketzler
Capa e miolo: Humberto Nunes
Arte final: Cristiano Marques

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
(CIP) de acordo com ISBD**

F383e Ferreira, Anthero Sarmiento

Estrada iluminada – transforme o impossível em realidade /
Anthero Sarmiento Ferreira. – Porto Alegre, RS : Liquidbook,
2018. 224 p. ; 16cm x 23cm.

ISBN: 978-85-61797-27-0

1. Literatura brasileira 2. Autodesenvolvimento. I. Título.

2018-326

CDD 158.1
CDU 159.947

Elaborado por Odilio Hilario Moreira Junior - CRB-8/9949

Índice para catálogo sistemático:

1. Autodesenvolvimento 158.1

Autodesenvolvimento 159.947

Dedico esse livro...

Ao meu grande amigo, meu irmão, Gilson Luis da Rocha
Herdina, *in memoriam*. Saudades, irmão!

agra
deci
men
tos

Diversas pessoas foram muito importantes na jornada até a construção da **Estrada Iluminada**:

- minhas filhas, Alice e Luciana;
- meus pais, Therezinha e José Carlos;
- minhas irmãs, Maria Teresa e Virgínia;
- meus amigos, Rafael de Assis Pinto Jr., Luis Carlos Sarmento Pinto, Homero Jobim, Carlos Ferreira, Alberto Dias, José Mathias Sarmento Ferreira e Marcos Biehler;
- minha secretária, Eliete Padilha Cruz;
- minhas advogadas, Mirian Silveira, Liara Maria Zago e Marlise Kraemer Vieira;
- minha contadora, Tânia Barros dos Santos.

pró lo go

Prólogo

Este livro é uma ode à capacidade infinita de resiliência do ser humano.

É um ato de fé e amor, um incentivo à libertação do imenso potencial armazenado dentro de cada um de nós. Uma aposta nos sonhos mais loucos que cada um seja capaz de ter.

Nada é impossível! Assim fui criado. E isso quero passar como minha maior mensagem.

Existe uma ciência do sucesso acessível a todos nós. Eu sempre a usei, intuitivamente, desde muito jovem.

O fato é que podemos controlar o que pensamos e sentimos e, conseqüentemente, nossas decisões, ações e nosso destino.

Não temos que ser vítimas de circunstâncias externas; ao contrário, nós causamos essas circunstâncias.

Se quiseres saber o que determinada pessoa pensa, olhe sua vida, seus relacionamentos e o quanto essa pessoa é feliz.

Ser feliz depende exclusivamente do que, conscientemente, escolhemos pensar e sentir.

Com as descobertas cientificamente comprovadas da física quântica, de que tudo resulta em energia, tudo mesmo (até uma mesa, uma cadeira e o próprio pensamento, e que este determina a materialização), rompeu-se definitivamente a fronteira entre a ciên-

cia e outros conhecimentos até então tidos como não científicos, por não serem por ela comprovados.

É importante ressaltar que o fato de a ciência não conseguir provar algo não quer dizer que isso não exista. Maçãs sempre caíram de árvores e desde sempre o ser humano pode se machucar ao cair no chão, por conta da ação da força gravitacional. O fato de que a ciência só veio a descrevê-la através de Isaac Newton, em 1687, não quer dizer que não existisse antes.

Embora possua sólida formação em Medicina, nem por isso me privo de acreditar que existem forças e princípios no universo ainda não reconhecidos pela ciência que podemos empregar favoravelmente em nossas vidas.

Entendo que o ser humano é infinitamente lapidável e com enorme potencial de aperfeiçoamento e, para tanto, existem inúmeras técnicas. Estamos apenas no início de uma grande revolução, em que devemos aprender a nos trabalhar e evoluir como seres humanos.

Este livro é mais uma ferramenta colocada à disposição do autodesenvolvimento, que se originou de um período turbulento da minha vida, em que, muitas vezes, cheguei a crer que não conseguiria dar a volta por cima.

Pela necessidade de reconstruir minha história e me reerguer, passei a aplicar os princípios que serão descritos a seguir, e que, intuitivamente, já houvera

Prólogo

muitas vezes utilizado antes e que se encontram disponíveis dentro de nós, e que por diversos motivos, nos esquecemos.

Desejo que os princípios aqui descritos sejam úteis e transformadores, como foram para mim e que isso permita, pelo menos minimamente, que eu possa devolver o que de tão bom aprendi nesse processo.

A **Estrada Iluminada** é uma filosofia constituída de avisos luminosos, pequenos sinais que vão se acendendo, provocando visões que clareiam o entendimento da nossa jornada de desenvolvimento pessoal. É um experiência indutora de mudanças na forma de pensar, sentir e agir das pessoas, buscando a manifestação do pleno potencial de ilimitada grandeza, existente dentro de cada um de nós.

su
rio
.má

Prólogo | **08**

1 Antes do tsunami | **14**

2 Vivendo no inferno | **18**

3 Uma porta se abre | **30**

4 A mudança | **34**

5 Entendendo nosso subconsciente | **38**

6 Autoimagem | **56**

7 Objetivo definido | **66**

8 Livrando-se do drama | **76**

9 O jogo do dinheiro | **92**

10 Prosperidade | **104**

11 Emoções | **114**

12 Corpo | **128**

13 Espiritualidade | **138**

14 Leis universais | **164**

15 Mudanças | **182**

16 O despertar de nossa visão interior e exterior | **194**

17 Tudo é possível | **204**

Epílogo | **216**

Arte do poder | **222**

antes
do
tsu.
nami

1

Estava em Cleveland, nos Estados Unidos. Corria o ano de 1996. Acabara de jogar uma partida de tênis com um parceiro americano que fora indicado pela secretária da academia de ginástica da Cleveland Clinic, onde estagiava como médico neurofisiologista clínico. Após o jogo, fomos a um bar tomar algo e curtir um happy hour, enquanto o dia se esvaía no distante Estado de Ohio.

Meu parceiro possuía um carro esportivo conversível de cor branca e era muito extrovertido e alegre. Assim como eu, gostava muito de jogar tênis e foi essa paixão que levou a nos conhecermos.

Após nos acomodarmos no balcão do bar, ele me surpreendeu com a seguinte afirmação: “Tens que ler os livros do Napoleon Hill. Moras num país da América do Sul, e lá existe a possibilidade de haver uma guerra civil, e não poderás levar teus imóveis nas costas; por isso, investe teu capital em ouro!” Terminamos nosso drinque e precisei retornar para o hotel, onde a família me esperava. Nunca mais o vi.

Ao voltar para o Brasil, comprei dois livros de Napoleon Hill, mas não os li naquele momento. Mal poderia imaginar o quanto me seriam úteis no futuro.

“Tens que ler os livros do Napoleon Hill. Moras num país da América do Sul, e lá existe a possibilidade de haver uma guerra civil, e não poderás levar teus imóveis nas costas; por isso, investe teu capital em ouro!”



vivendo
no
infer
no

Salto no tempo para os anos 2001 e 2002. Minha vida está um verdadeiro inferno. Estou vivendo uma separação judicial confusa e debilitante, impossibilitado de ver minhas duas filhas, sem dinheiro algum e com muitas dívidas. Quando descobri que estava falido e não tinha mais família pensei que não haveria mais volta, minha vida tinha terminado e ser feliz era algo definitivamente impossível.

Uma forte depressão me acometeu, perdi quase 10kg, enfraquecido cheguei ao ponto de duvidar da minha capacidade de reagir e de continuar trabalhando. Do ponto de vista financeiro o desastre foi total: perdi todas as economias, o patrimônio e fiquei com dívidas enormes, as quais pareciam impagáveis na época. Do ponto de vista familiar, uma grande perda, que resultou no afastamento involuntário de duas filhas, uma de 7 e outra de 10 anos, que precisavam que eu estivesse por perto.

O desastre financeiro envolveu a perda de credibilidade e a destruição de 15 árduos anos de trabalho. Um flashback da minha vida mostra que sou um médico extremamente qualificado e bem-sucedido, especializado em fisiatria e neurofisiologia clínica, com aperfeiçoamento na Suécia e no Canadá, totalmente dedicado à minha carreira profissional assim como à minha família.

Da noite para o dia, literalmente, “puxaram o meu tapete” e meu mundo ruiu. Ocorreu uma violenta mudança, a qual colocou em risco a minha vida e as das minhas filhas, e me colocou numa tristeza e depressão extremas. Estava com 40 anos e essa foi a maior crise da minha vida. Sentia como se estivesse vivendo um filme de horror, e por mais que tentasse despertar, não conseguia; tudo era real. A situação parecia intransponível e definitiva, impossível de ser revertida.

Os números financeiros eram assustadores e minha moral estava totalmente aniquilada. Quando se leva um golpe, como o que levei, é como se fosse atingido por um soco violento que o nocauteasse. Durante três meses andei atordoado, sem rumo, sem fé e sem coragem para enfrentar a situação.

Recebi todo o apoio e carinho da minha família e dos amigos, mas a dor e a tristeza eram insuportáveis. Invariavelmente acordava de madrugada com uma angústia e tristeza profundas. Várias vezes me deparei chorando desesperançado, inclusive enquanto dirigia no trânsito da cidade ou da estrada.

Uma das coisas que fazia para amenizar meu sofrimento era dirigir. Assim, viajava 300km todos os dias. Minhas filhas e eu morávamos na casa de veraneio de minha mãe, situada a 150km de Porto Alegre, cidade onde trabalho, já que naquela época havíamos ficado até sem casa para morar. Basicamente eu tinha

de lidar com dois problemas interligados: afetivo-familiar e financeiro.

A peculiaridade de minha crise é que ela foi explosiva, ou seja, ocorreu abruptamente, destruiu minha família, minhas finanças e meu crédito. Antes dessa crise, jamais me envolvi diretamente com bancos, embora dispusesse de muito crédito junto a eles. Naquele momento devia muito e não tinha nenhum crédito. O pior é que tinha que percorrer vários bancos e ver o tamanho do rombo ao qual fora submetido. Cada uma dessas incursões provocava um sobressalto devido ao tamanho da dívida, assim piorando minha depressão e desesperança.

Esses meses do verão de 2002 foram os mais terríveis da minha vida. Estava no limite entre o querer e não querer viver. Não estava preparado para passar por isso e acho que ninguém estaria, especialmente da forma como ocorreu: abrupta e desonesta. Minha vida virou um enorme processo jurídico, assim como um ir e vir a advogados e tribunais.

Tornei-me um negociador kamikaze com bancos e financeiras de cartões de crédito. Como tudo estava perdido, coloquei minhas cartas na mesa de negociação de maneira agressiva: era pegar ou largar! Ou obtinha o desconto, prazo e benefício que solicitava, ou não haveria negociação. As pequenas vitórias nessas negociações começaram a injetar um tênue ânimo na minha espoliada alma.

**Da noite
para o dia,
literalmente,
“puxaram o
meu tapete”
e meu mundo
ruiu.**



Em que pese a orientação de muitos advogados ter sido de não pagar as dívidas e partir para uma solução jurídica na resolução desse problema, ou seja, entrar com ações revisionais para que fossem apurados seus reais valores, deduzidos os juros cobrados indevidamente, optei por procurar acertar as dívidas naquele momento. Primeiro, porque seria o mais justo, já que o dinheiro realmente havia sido tomado daquela instituição e, segundo, porque de alguma forma daria início à solução dos meus problemas financeiros.

Pareceu que essa tomada de decisão, naquele momento, foi um pequeno embrião, a semente de uma virada interna, uma reação incipiente que já buscava exteriorizar-se, e que deixava transparecer a luta que estava por vir. Foi, talvez, a manifestação inicial da força do guerreiro que reside dentro de todos nós e que, apesar da situação ainda traumática de fraqueza física, moral e espiritual, de depressão, o guerreiro bravo e corajoso estava por emergir nesta nova personalidade que viria a ser forjada em meu ser no transcorrer da luta para dar a volta por cima.

É incrível observar como temos fontes reserva de energia que nos impelem a buscar sobreviver sob quaisquer circunstâncias. O instinto de sobrevivência se manifesta nos momentos extremos de nossas vidas e nos leva a buscar saídas para crises. O maior obstá-

culo enfrentado nessa fase era minha própria mente. Ela não conseguia aceitar o ocorrido, não conseguia acreditar que fosse possível reverter a situação.

Minha alma estava entristecida, combalida, e essa tristeza era algo que tomava conta de todo meu ser, inundava minha vida de uma maneira tal que minhas forças se esgotavam. Não havia uma clareza de pensar que me permitisse enxergar a situação três meses adiante, muito menos um ano e meio ou que fosse dez anos depois, de maneira que eu pudesse dimensionar o problema em termos de cronologia, de temporalidade, de perspectiva de superação e de como estaria passado algum tempo.

Naquele instante perdi a perspectiva; via apenas o presente, a tristeza das perdas e a incerteza no futuro, a frustração por ter sido lesado, a perda da família e dos bens. Tudo isso era o meu dia a dia, algo avassalador que não me deixava dormir, não me permitia um momento de sossego e, inclusive, não deixava sequer me alimentar

Recordo que o almoço era um sorvete que empurrava à força para não ficar hipoglicêmico. O café da manhã era um copo de leite com chocolate em pó. Esses eram hábitos que eu não tinha e que foram adquiridos emergencialmente, já que aquelas eram as coisas possíveis de serem ingeridas naquele momento.

**“Tornei-me
um negociador
kamikaze”**



Estava doente de alma e de físico. Psicologicamente estava tão fraco que tinha dificuldade inclusive de pedir ajuda. É impressionante a incapacidade de podermos administrar, de uma maneira racional, esses momentos agudos de crise. Na verdade, o que se sobressai nessas horas é o instinto de nos mantermos vivos, de preservação da nossa espécie e de nossas famílias. Nesse instante devemos olhar para o lado e ver que existem filhos, crianças que precisam de nós para sobreviver.

A vida, nesse momento, perde o seu nível de “eu quero” e passa a ser o momento de viver como se o “eu” não existisse; o ego submerge nesta luta e aparece o verdadeiro “eu” do indivíduo. É uma luta subconsciente, primitiva, animal, instintiva mesmo.

Olhando de uma perspectiva diferente, agora entendo que o tempo realmente passa muito rápido e, portanto, as coisas ruins também tendem a acabar rápido. Porém, normalmente, quando se está no olho do furacão, infelizmente, raros conseguem ter esse discernimento.

Os fatos relatados até aqui se referem a janeiro e fevereiro de 2002. Durante esse período, eu e minhas filhas morávamos na casa de veraneio de meus pais. Naquele longínquo março recomeçaram as aulas, passamos a residir na casa dos meus pais em Porto Alegre, foi então que sofri o mais duro golpe: perdi a

guarda das minhas filhas. Fiquei um mês sem poder vê-las, podendo apenas lhes falar por telefone. Nesse momento, eu ficara definitivamente só e perdido. Na época, pensava que não teria forças suficientes para sobreviver ao caos que minha vida havia se tornado.

**“existem filhos,
crianças que
precisam
de nós para
sobreviver”**

uma
porta
se abre

É impressionante o poder que a vida tem de mudar nossas esperanças, perspectivas e realidades. Aos poucos não uma, mas uma série de portas começaram a se abrir. Comecei a ver uma luz no fim do túnel e a me fortalecer progressivamente. Esse processo se deu, obviamente, a passos muito lentos, quase imperceptíveis. Fui me impregnando de uma energia rejuvenescedora, refrescante e purificadora. Minha alma começava a se curar. Meu corpo iniciava a reagir, o sono se restaurava e meu apetite, aos poucos, retornava.

Iniciou-se, nesse momento, um processo de remobilização de forças, de energia e de esperança. O guerreiro que estava adormecido em mim dava fortes sinais de vida, energizando-me. Paulatinamente, a esperança de construir um futuro melhor começava a me invadir. A esperança é uma das molas mestras que nos propulsiona para frente, uma sensação energética que nos permite sonhar, ter objetivos, executá-los e nos dá energia e coragem para pôr as mãos à obra.

Com o coração mais aliviado, senti-me cuidado, importante, especial e fui recuperando minha identidade e autoestima, fortalecendo minhas crenças e valores. Percebi que precisava me reorganizar profissionalmente, que a clínica necessitava de reparos, pois, assim como a vida, estava sob o mau tempo. Comecei a retomar as rédeas da administração da clínica e notei que o quadro de pessoal estava inadequado. Contratei um novo contador, e passei a ser assessorado

por advogados especializados em cada área que apresentava problemas.

Afora a reestruturação interna de meu negócio e a substituição de funcionários, busquei incessantemente a criação de novas frentes de trabalho. Desse modo, a roda voltou a girar...

**a roda
voltou
a girar...**



