

A photograph of a plant with white and yellow flowers growing from a crack in asphalt. A purple flower is also visible in the foreground. The background is a blurred asphalt surface.

Matías Sebely

O SUCESSO DO FRACASSO

FAZER E
COMPROMETER

Prefácio
Lic. Hugo Passalacqua



Matías Sebely nasceu na cidade de Leandro N. Alem, província de Misiones, em 22 de fevereiro de 1985. É advogado, solicitador e durante alguns anos empresário de uma destacada start-up em diversos fóruns e eventos.

Em 2010 foi escolhido como um dos jovens mais destacados das Misiones pela JCI (Junior Chamber International), em 2018 como Jovem Empreendedor de Misiones pela Confederação Económica das Misiones (CEM) e em 2019 como um dos Empreendedores do Ano da República Argentina.

Em 2011 tornou-se Diretor Executivo do hospital de sua cidade e, desde 2016, preside a Fundação Comida Para O Mundo, sendo a base para o desenvolvimento de um empreendimento inédito na região. Ele também fundou e dirige a marca De La Finca com sua esposa, onde eles produzem vegetais hidropônicos e alimentos saudáveis para toda a família.

Ele tem dezenas de prêmios, incluindo sua apresentação no TEDx Posadas, onde apresentou seu desenvolvimento de refeições liofilizadas chamadas "Comida por um dólar".

Espírito curioso e empreendedor. Em formação acadêmica permanente. Ele começou seu primeiro negócio com apenas 16 anos, onde já investia tempo e esforço em desenvolvimentos inovadores.

Neste terceiro livro de sua autoria, ele se concentra em mostrar a partir de seus aprendizados, erros e saberes, o caminho empreendedor em todos os momentos e lugares.

ISBN 978-987-86-5530-7



9 789878 655307

Matías Sebely.

El Éxito del Fracaso/Matías Sebely. - 1a ed. adaptada. - Leandro N. Alem : Matías Sebely, 2020.

144 p. ; 20 x 14 cm.

ISBN 978-9878-65530-7

Fecha de catalogación: 24/07/2020.

Título: El Éxito del Fracaso.

Autor: Matías Sebely.

Compaginación: René Amílcar Stevens.

Diseño de tapa: Luciana Paula Sebely.

Impresión y Servicio Editorial: Formucoch.

EDICION DEL AUTOR:

500 Ejemplares

Queda hecho el depósito que marca la Ley 11723

LEANDRO N. ALEM - MISIONES - 2020

IMPRESO EN ARGENTINA

Todos los derechos reservados. Queda prohibida la reproducción total o parcial de este libro, ni de sus imágenes, ni su incorporación a ningún sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este mecánico, electrónico, por fotocopia, grabación u otros métodos sin el permiso previo y por escrito del titular del copyright.

ISBN 978-987-86-5530-7



9 789878 655307

ÍNDICE

PRIMEIRA PARTE

COMEÇAR DE NOVO

1. Sinais	7
2. Olhando para o desafio	9
3. Eterno começo	14
4. Vida com um propósito	18
5. Viver é mudar	23
6. Luta ou aproveita?	28
7. Acredite novamente	31
8. Resiliência	38

SEGUNDA PARTE

SEM MEDO DE FRACASSAR

1. Medo	43
2. Falha de sucesso	47
3. Medo do fracasso	56
4. Falha como combustível	64
5. Parabéns, você falhou!	72

TERCEIRA PARTE

EMPREENDER, O CAMINHO

1. O caminho certo	78
2. Mais perguntas do que respostas	83
3. Ser um empreendedor	90
4. O que precisa?	94
5. O que ninguém diz	105
6. Você faz o que ama ou ama o que faz?	110

CONCLUSÕES:

DAR AO MUNDO

Minha experiência pessoal	116
---------------------------------	-----

PREFÁCIO

Felicidade, excelência, sucesso, progresso, significam uma busca constante na vida das pessoas e, mais do que objetivos a serem alcançados, representam o desejo de uma vida plena. Mas não é algo instantâneo, e entender isso em uma época de objetivos passageiros e facilmente acessíveis torna-se uma tarefa difícil.

O sucesso também não é um destino, mas um longo caminho e um longo processo de aprendizagem, no qual encontramos inúmeras eventualidades e obstáculos dos quais não gostamos, mas se aprendermos a enfrentá-los com a atitude certa, eles inevitavelmente acabam conspirando a nosso favor.

Sucesso do fracasso! É um trabalho inspirador que todos deveriam ler para tomar consciência da mensagem que nos transmitem. Este é um livro incrível para pessoas que estão no caminho do sucesso, mas no fundo têm um medo enorme do fracasso. Através de uma leitura amigável e envolvente, Matías Sebely convida-nos a percorrer este caminho de construção sem medo, compartilhando a sua própria história e a sua experiência empresarial que hoje traduz nestas palavras impressas. Tenho certeza que o leitor gostará e aprenderá com a leitura deste livro, tanto quanto eu, pois não encontrará as receitas exatas para o sucesso, mas encontrará nele pensamentos profundos e recursos que os farão mudar de direção. , para entender a realidade de uma perspectiva

diferente e transformar o fracasso em oportunidade.

Convido você a mergulhar neste livro, a se interiorizar com seu conteúdo e a descobrir sua preciosa mensagem. Tenho certeza que você encontrará nele um livro de referência constante, um guia prático que o ajudará a crescer e não sucumbir ou desistir de resultados inesperados.

Obrigado Matías por ter pensado em mim para colaborar no seu livro.

*Lic. Hugo Mario Passalacqua
Posadas, Misiones 15 de julho de 2020*

PRIMEIRA PARTE
COMEÇAR DE NOVO

1- SINAIS

Tudo o que acontece na vida tem algo a ver com isso. Tudo o que você faz na vida tem um motivo e a leitura dessas falas mostra que você aceitou o convite para se juntar a nós, para ter tempo e refletir para tentar entender que as batidas na vida não acontecem para nos fazer sofrer, mas obedecem a acontecimentos que muitas vezes não podemos controlar e agem como o cinzel do escultor que molda quem somos.

Devemos, portanto, lembrar que ninguém está sozinho nesta jornada, que todos os seres humanos estão em pé de igualdade e que, para começar a caminhar, devemos saber que corremos o risco de cair mais de uma vez no caminho ... mas vamos ver juntos como é possível levantar e recomeçar e com isso aprender que o grande segredo é justamente esse, tente novamente.

Quando a vida bate em você, duas coisas podem acontecer: você se levanta contra a vida e, portanto, perde mais, ou aprende com seus erros. Posso assegurar-lhe: não há melhor decisão do que ver os golpes da vida como lições com as quais podemos aprender. Eu garanto a você, se você levar tudo o que está acontecendo de forma construtiva, as coisas serão muito melhores para você.

O primeiro passo para começar a ver a luz não é outro senão ver o lado positivo das coisas e embora estejamos cobertos por muita escuridão que nos impede de ver as nossas mãos à

nossa frente, devemos sempre tentar ver a luz, essa luz que nos leva até o fim do túnel.

Portanto, se os solavancos da vida são algum sinal, eles estão nos mostrando que não estamos fazendo as coisas direito. Quando você parar de lutar contra a vida e fizer dela sua professora, as coisas começarão a andar muito melhor e aos poucos você poderá ver a luz na escuridão novamente.

Quando algo não muito agradável acontece na vida, pode ser porque tomamos uma decisão errada que resulta em um resultado infeliz, algo além do nosso controle. Nesse ponto, em vez de sucumbir ao desespero, você deve tentar chegar à fonte e entender por que isso aconteceu. Haverá casos em que as causas são óbvias, outros em que não, e sempre será difícil encontrar essas respostas.

De alguma forma, nesses momentos, não desista, você tem que confiar em si mesmo e acreditar firmemente que tudo está acontecendo por algum motivo. Para ter força para aprender com os erros, devemos ter confiança de que as coisas acontecem por um motivo. Tudo começa com fé, o que permite que você acredite em si mesmo. Até você ficar forte o suficiente para ver as coisas com seus próprios olhos e ver como fica cada vez mais óbvio que tudo acontece por um motivo.

2- OLHANDO PARA O DESAFIO

Os professores budistas dizem que o fracasso é uma das melhores oportunidades de aprendizado, desde que o transformemos em ensino. Agora imagine que você é um atleta de ponta e a disciplina na qual você compete é a própria vida. Nesta competição, seu teste mais difícil começa novamente. Este é o nosso desafio.

Como atletas de elite, temos que treinar para essa prova, nos prepararmos todos os dias. Precisaremos de pessoas para nos ajudar, para nos dizer o que estamos fazendo de errado e como podemos melhorar nosso desempenho. Quero ser essa pessoa para você, aquele que o ajudará a recomeçar.

Ao longo da vida, podemos questionar o caminho que tomamos por causa de situações ou momentos que nos testam. Você pode se sentir perdido e ter que encontrar seu outro caminho, na vida ou no trabalho; pode ser que você tenha encerrado um relacionamento de longo prazo ou que seus filhos tenham crescido e não estejam mais com você permanentemente e você precise ter um propósito novamente. De qualquer forma, às vezes só nos resta uma opção: recomeçar.

Já sabes o que tens que fazer ... mas saber e pôr em prática são duas coisas distintas e está aí, naquele preciso e único momento do dia que te despertas com coragem para te comprometeres uma nova maneira quando surgem dúvidas:

O que devo fazer?

Como recomendar?

Quais são os passos a seguir?

Cada situação é diferente e o que funcionou para mim pode não funcionar para você, pois todos nós trabalhamos em níveis diferentes. Porém, após muita análise, cheguei à conclusão de que existem três diretrizes gerais que todos podemos aplicar e que são essenciais quando estamos nesta fase de levantar do solo, após aquela queda difícil:

- Foco no positivo

Ser negativo nos machuca, nos afasta da possibilidade de ter muitas experiências. Não importa como os eventos acontecem; assim que chegarmos ao solo, não importa se foi por acaso, foi outra pessoa ou você. Nesse ponto, não devemos mais nos preocupar com isso, devemos ir em frente e não ficar presos.

Uma das primeiras coisas que precisamos fazer é reduzir os danos ao máximo. Se nos concentrarmos em ser negativos, o que faremos é destruir os aspectos positivos que foram deixados para trás pelas más experiências e não aprenderemos com elas.

É por isso que você deve sempre ser positivo e, assim, obterá como resultado que os fatos não são tão ruins quanto pareciam para você. Quando nos concentramos nos aspectos positivos, fechamos a porta para os fantasmas e medos do passado, sem deixá-los entrar em nossos pensamentos, e teremos forças para recomendar. É muito fácil dizer, mas certamente é muito mais complicado colocá-lo em prática. Haverá obstáculos, momentos ou pessoas que irão lembrá-lo de que você falhou e, assim, transmitir desespero. Não deixe isso acontecer.

Portanto, o que você pode aprender com o que deu

errado?: Essa falha é mais uma curva de aprendizado; em outras palavras, você pode aprender com a experiência e deve aproveitá-la ao máximo.

Haverá pessoas que irão lembrá-lo cruelmente desse fracasso; haverá também outras pessoas que ficarão felizes em apertar sua mão para ajudá-lo a levantar, que o apoiarão continuamente. Não deixe que o medo e a suspeita o impeçam de confiar nas pessoas novamente. Lembre-se daquele provérbio que diz “se você andar sozinho, irá mais rápido; se você andar acompanhado, você irá mais longe”.

- Encontre um objetivo e não se apegue a um que não lhe faça bem

É verdade que em tempos difíceis não podemos ver isso, mas todos nós temos um propósito na vida e um dos requisitos mais importantes para recomeçar é encontrar o seu próprio. Observe como é importante dedicarmos um capítulo exclusivo a ele neste livro ... mas, por enquanto, falaremos apenas brevemente sobre isso.

Nos primeiros dias após a morte de um ente querido ou depois de perder o emprego dos nossos sonhos, geralmente surge a sensação de que não há mais nada para você na vida e devo dizer-lhe que está tudo bem. ! Faz parte do processo. O que você deve evitar a todo custo é que esses pensamentos permaneçam com você por muito tempo.

Para ter sucesso em uma mudança de posição, uma boa estratégia é se confrontar, com virtudes e defeitos, sem negá-los. Todos nós temos características negativas em nossa personalidade que nos afastam da experiência de viver em paz e felicidade. Lembre-se de que estamos recomeçando e, como

acontece com qualquer nova viagem que você está fazendo, pode não ser capaz de levar todas as suas coisas com você. Imagine que você emigre para outro país e só pode levar uma mala com você. Você embala apenas o mais importante e deixa para trás seus medos, inseguranças e negatividade. Ao recomençar, você precisará fazer mudanças em sua vida e na maneira como é.

- Encha-se com novas emoções

Ao começar de novo, você deve se lembrar de que não pode fazer as coisas da mesma maneira que antes. Se você está procurando resultados diferentes, tem que fazer coisas diferentes. Certamente, este novo começo será um caminho mais difícil e você não se sentirá seguro no início, mas deve se lembrar dos resultados negativos que teve no caminho anterior.

Uma boa forma de começar é visualizar toda a trilha em pequenos trechos, quase como paradas no meio de um longo percurso. Ao tentar coisas novas é melhor ir aos poucos, comece com pequenas ações onde você possa ter mais controle sobre o resultado e quando for positivo você ganhará cada vez mais confiança e isso o ajudará. passo a passo mais perto do objetivo final.

Para concretizar uma ideia, você tem que visualizá-la como se estivesse sempre dirigindo na mesma estrada para chegar a um destino. Se formos sempre na mesma direção, teremos sempre o mesmo panorama e veremos as mesmas paisagens pela janela do carro. Eu entendo isso porque é o caminho que você conhece, é aquele que transmite confiança e que é familiar para você. Corra o risco de seguir o caminho diferente! Você não tem ideia do mundo de possibilidades que existem no mundo, para nós, apenas esperando para serem descobertas. Mudar nunca é ruim. O melhor que podemos fazer nesta vida é evoluir, mudar

para sermos melhores. Deixe a novidade surpreender você.

Precisamos buscar novas oportunidades, ser proativos, e não apenas esperar para ver o que a vida nos reserva. Da mesma forma, definir novos objetivos nos ajuda a atingir esse objetivo. Não importa se você começa com pequenos passos ou pequenos objetivos; você apenas tem que ser razoável e apresentar coisas que sejam possíveis no início, alcançáveis, é vital para ter sucesso. Se acordarmos todas as manhãs com uma pequena meta que podemos alcançar naquele dia, sentiremos que estamos recuperando aquele senso de controle que perdemos e isso nos motivará a permanecer firmes em nosso novo caminho.

3- ETERNO COMEÇO

Sempre amei muito música, sinto que pode haver uma música para cada momento da nossa vida. Encontrar essa música pode expressar e refletir uma situação pela qual estamos passando, triste, difícil, feliz, complicada ... nos diz que há pelo menos uma outra pessoa no mundo que sentiu o que estamos sentindo, passou por o mesmo e ela era corajosa e talentosa o suficiente para pegar essas emoções e transformá-las em uma música para dar ao mundo. Essa percepção me faz sentir menos sozinho e parece quase mágico para mim.

Descobri uma música de uma dupla pop chamada Tercer Cielo que fala apenas em começar do zero e em parte da letra nos permite supor que perdemos tudo da noite para o dia e temos que lutar para sobreviver, mas e se começássemos de novo, não faria diferença, pois não haveria nenhuma tempestade que pudesse nos derrubar porque o que Deus nos dá é muito especial e nada pode apagá-lo . Assim, nos lembra que a vida sempre nos testará, mas também que somos todos guerreiros que nunca se cansarão de lutar, mesmo enfrentando aflições gigantescas. Nem pobreza, nem riqueza, nem doença, nem adversidade poderiam nos derrubar. Não há dúvida de que o conceito de começar do zero da linha de partida nos enche de medo, podemos até sentir mais medo de começar do que do que nos levou até lá. O que fazemos quando perdemos tudo, quando tudo desmorona?

Além das canções que nos permitem saber que não estamos sozinhos em determinadas situações, posso assegurar-vos que não és o único que teve que recomeçar do zero mais de uma vez. Muitos empreendedores de sucesso, mais do que você pode imaginar, se encontraram nessa situação e, de alguma forma, conseguiram ter sucesso. Eles aconselham a todos nós sobre as coisas mais importantes que podemos fazer. Vamos agora examinar os aspectos que coincidem nessas afirmações.

- Tenha bons amigos por perto e procure situações semelhantes

Os humanos nascem para estar em grupos, você pode estar no topo ou no campo, mas nunca se afastar dos outros, seja pessoalmente ou virtualmente, seja qual for a situação. Estar em um grupo lhe dará segurança, e muitos estudos mostram que uma das melhores maneiras de se recuperar da depressão, controlar a ansiedade e passar por momentos difíceis é sair com os amigos. Pense em um funeral: quando você está passando por um dos momentos mais dolorosos, se você tivesse que ficar sozinho, seria muito pior do que ter entes queridos que demonstram seu carinho.

Ao ler histórias semelhantes ao que está acontecendo com você, você pode entender como outras pessoas se recuperaram de uma crise com sucesso. Você pode pensar que o que está acontecendo com você é único e que ninguém mais experimentou algo parecido. Se você procurar outros depoimentos ou grupos de apoio, verá que não é esse o caso.

- Transforme o fracasso em oportunidade

Você já pensou nessas pessoas que investem todas as suas habilidades, sua vida profissional, na companhia de outra pessoa? Eu conheço uma pessoa que trabalhou por dez anos para outra pessoa e durante esse tempo ele ajudou a expandir esse negócio duzentos por cento e da noite para o dia ele simplesmente se safou dispensada de seu trabalho. Uma perda terrível na vida dessa pessoa. Você poderia confiar em outro empregador novamente e começar do zero em outro lugar?

Essa pessoa tinha duas opções: ou se contentar com um emprego insatisfatório, colocando suas habilidades e conhecimentos em benefício de outra pessoa; ou seguir um caminho totalmente novo cheio de incertezas. Esta pessoa nunca perdeu a confiança nas suas capacidades e manteve-se positiva, decidiu tornar-se dona do seu próprio destino e começar o seu próprio negócio. Hoje ele percebe que teve que passar por uma experiência devastadora para pensar grande como nunca havia feito antes.

- Circule os obstáculos, mude de direção e volte

Quando você decidir que está pronto para voltar, não deixe ninguém ou nada atrapalhar seu caminho, mesmo se você tiver que tentar mais de um caminho para alcançar a meta.

- Descubra o porquê

Quando você perde tudo, ou se recupera ou desmorona. Todo o mal eventualmente acontecerá se escolhermos para onde ir. Precisamos reconhecer o propósito de nossa vida, a razão pela qual fazemos as coisas, e usar isso como motivação

para reconstruir o que foi destruído.

Há muitas coisas que podemos tirar dos tempos difíceis, mas nunca uma festa de consolação. Uma atitude ruim torna tudo mais difícil. Com base na experiência dos outros, nossa mente pode controlar tudo e, se tivermos um propósito específico, não haverá nada que nos motive mais do que começar de novo.

4- VIDA COM UM PROPÓSITO

Quando você não sabe para onde ir, é impossível saber qual caminho seguir. Você já sentiu que estava faltando alguma coisa em sua vida? Você não tem um caminho definido? Deixa eu te dizer uma coisa: nesse caso o problema não é ser o caminho, mas a indefinição de para onde você está indo e você se encontra como um espectador, vendo sua vida passar sem intervir; desorientado, como um turista perdido em uma cidade desconhecida.

Todos na vida precisam de um objetivo, um propósito, um destino. Depois de decidir para onde quer ir, a vida o ajudará, mostrando-lhe o caminho certo para chegar lá. Portanto, quando descobrimos o propósito da vida, damos um propósito à vida.

No que você é bom?

Todos nós somos bons em alguma coisa. Temos habilidades e habilidades únicas. Haverá situações em que você perceberá que os outros são mais habilidosos do que você. Nem todos podemos cantar e nem todos seremos bons em matemática. Nossa primeira missão será então descobrir aquilo em que somos bons e dificultar para os outros, descobrir o que nos torna originais e especiais. Todos nós nascemos dotados do que é certo e necessário para cumprir nossa missão neste mundo e, portanto, a busca de nosso propósito na vida deve ser saber em que somos bons. Para tanto, podemos nos fazer as seguintes

perguntas: Em que situações meu conhecido me pede ajuda? O que posso fazer facilmente que os outros não podem? Mas o mais importante: o que gosto e o que gosto de fazer?

O que você gostaria de fazer?

Quando você descobrir o que o faz se sentir confortável e combiná-lo com as coisas em que você é bom, descobrirá que é nesse terreno comum que nasceu sua paixão. E paixão é uma palavra com um significado enorme!

A paixão é o ingrediente mágico que dá um propósito à sua vida e o deixa satisfeito. Não há nada mais satisfatório do que fazer as coisas pelas quais você é apaixonado e, quando isso acontece, você tem a certeza de fazê-las porque quer e escolhe fazê-las, não por obrigação. Encontrar o que nos entusiasma na vida é um trabalho árduo, mas não impossível. Podemos começar perguntando a nós mesmos: o que gosto tanto de fazer para que, quando estou totalmente nisso, as horas passam sem que eu perceba, que tenho a impressão de que o tempo passa? Qual é a primeira coisa que quero fazer ao acordar?

Qual é a minha hora favorita do dia? O que sou apaixonado por ler, saber e aprender? Faça a si mesmo essas perguntas e, com sorte, nas respostas, você verá claramente quais são suas paixões.

O que você pode fazer para tornar o mundo um lugar melhor?

Acho que nós, seres humanos, temos consciência de que, positiva ou negativamente, as coisas que fazemos afetam a sociedade. Você já se perguntou como pode melhorar o seu mundo, o mundo em que vive? Se você nunca fez isso antes, você deve saber o seguinte: quando você encontra o que ama e adiciona isso a uma ação para a qual poderia tornar o mundo um

lugar melhor, você cumpriu a missão de sua vida.

No momento, você pode estar pensando em algo que, com todas as suas habilidades, as coisas que adora fazer e suas paixões, permite criar algo que beneficiaria sua comunidade e um grande número de pessoas. Nossa missão na vida não precisa ser primordial, você pode ser lembrado por pequenas coisas como ser um vizinho amigo, trabalho de caridade ou simplesmente não ser uma pessoa egoísta. É colocando seus talentos a serviço de um bem maior que você poderá dar uma grande contribuição para a humanidade.

Quanto eles pagam para você fazer isso?

Não podemos deixar de ser realistas. O mundo em que vivemos é um mundo materialista e temos que produzir dinheiro para viver. Mais frequentemente do que gostaríamos, as tarefas que realizamos no trabalho pelas quais somos pagos não acabam sendo algo que amamos fazer e não fazem parte de nossas paixões. Você gosta do trabalho pelo qual é pago? Que tarefas você executa e pelas quais recebe uma remuneração? Vale a pena fazer isso pelo dinheiro que você recebe?

Curiosamente, o mecanismo de busca mais conhecido nas redes, o Google, possui mais de quinhentos milhões de buscas relacionadas a esse tópico. As pessoas se perguntam se estão no caminho certo em sua vida profissional e tentam encontrar uma resposta; pessoas que se sentem infelizes e procuram maneiras de consertar.

Encontrar um equilíbrio entre nosso mundo espiritual e o mundo material em que vivemos é uma das tarefas mais difíceis da vida. O equilíbrio entre o que realmente queremos fazer com o que temos que fazer, os trabalhos pelos quais temos paixão

e aqueles que nos permitem sobreviver; aquelas tarefas que melhoram e motivam nossa mente e com as quais ganhamos o dinheiro que nos permite viver com conforto.

Em teoria, para encontrar nossa vocação, temos que nos certificar de que as tarefas pelas quais somos pagos são as mesmas que podemos fazer para melhorar o mundo, para cumprir nossa missão, que é o todo feito daquilo que amamos fazer e tudo mais em que somos bons na prática.

O que você pode fazer para ser pago para fazer as coisas que ama?

Em um mundo ideal, todos nós poderíamos trabalhar e ser pagos pelas coisas que amamos. Em um mundo real, esse conceito não é tão simples. Vamos pensar no nosso trabalho ideal, você sabe o que é? É quando combinamos as coisas em que somos bons com as coisas que fazemos para ser pagos. Então, sabendo disso, você já sabe qual é a sua profissão ideal? Ou, mais importante, é isso que você faz para viver? Não é fácil perseguir o que amamos, abandonar o que nos torna infelizes e perseguir nossos sonhos. O medo do fracasso e as inseguranças que sentimos são muito grandes.

No entanto, fazer aquilo que nos apaixona tem frutos incalculáveis, tanto para nós como para as pessoas que dependem de nós e que estão à nossa volta. Dedicar-nos ao que você ama nos torna mais responsáveis, trabalhando cada vez mais em nossas tarefas, garantindo o sucesso no que fazemos. O impacto positivo não afetará apenas a nós, mas também nossa sociedade, nossa família e nossos amigos.

Você não gostaria de ser um exemplo a seguir? Vamos mostrar aos seus conhecidos que é possível trabalhar em algo

que te faz feliz e ser pago para fazer o que você ama. Agora que concordamos em alguns pontos e nos perguntamos algumas questões-chave, você já deve saber o que o entusiasmo, a missão que você pode cumprir para tornar o mundo um lugar melhor; que inclinação profissional ou trabalho ideal você gostaria. Quando você visualiza isso claramente, você começa a vislumbrar qual é o seu propósito na vida. Lembre-se sempre de que isso não é uma peça. Nosso propósito na vida é viver com vontade e intenção.

Quando você já conhece o seu destino, é muito mais fácil seguir a direção que o leva até lá. Cada curva da estrada se torna uma oportunidade que o aproxima cada vez mais desse objetivo. Sempre trabalhe em direção ao seu objetivo, tomando cuidado para não afetar negativamente a vida de outras pessoas. Se você deseja influenciar outras pessoas, melhore a vida delas e a sua. Desta forma, você não só dará sentido à sua vida, mas também à vida de outras pessoas. Você pode viver em plena felicidade quando o que fazemos nos inspira todos os dias, quando descobrimos qual é a nossa missão como povo.

5- VIVER É MUDANÇA

Nem sempre temos consciência, quando tomamos uma decisão, de que isso pode condicionar nossa vida. Muitas vezes nos colocamos em situações difíceis, acabamos fazendo coisas de que não gostamos ou precisamos agir de uma forma da qual não nos orgulhamos. O que nos interessa agora não é como chegamos lá ou por que ficamos noivos. O importante é que sempre podemos mudar o que não gostamos e sair de situações que nos prejudicam. Enquanto a escolha for nossa e respondermos ao nosso livre arbítrio, seremos os donos do nosso destino.

Podemos mudar, especialmente tudo de que não gostamos em nós mesmos. Quem mais tem controle sobre nós mesmos do que nós? Cada novo amanhecer nos dá a oportunidade de tomar novas decisões e fazer mudanças em nossas vidas. Se você não está satisfeito com sua situação atual, deve se mudar para outro lugar. Existe algo em sua vida que você não gosta e que deseja mudar? Podem ser muitas coisas, algumas nem mesmo atendem a nenhuma lógica. Pode não estar em você, mas em algo externo, como o trabalho, seus amigos; pode até ser algo impossível que você acredita que não está em suas mãos mudar.

Charles Darwin, o renomado cientista por trás de *The Origin of Species* (1859), escreveu: “Não é a espécie mais forte que sobrevive, nem a mais inteligente, mas aquela que responde

melhor às mudanças.” Se há uma verdade na vida, é que nada é permanente e tudo muda. E se não mudarmos a nós mesmos primeiro, a vida nos forçará a fazer isso.

Imagine ter um relacionamento social com outra pessoa, mas com o tempo você percebe que as coisas não estão dando certo; a outra pessoa não era o que você pensava que era alguém que ela não é, ou o nível de compreensão mudou. A primeira coisa a fazer é deixar a outra pessoa saber que você não está feliz ou confortável com a situação, tendo em mente que você não pode mudar a maneira como uma pessoa é, mas que você pode mudar o que está sob seu controle.

Como você está lidando com este momento? Você tem que mudar a situação. Se você não quer mais estar com alguém, porque te faz desgostar, você tem que terminar o relacionamento, por mais difícil e doloroso que seja; Separe-se física e mentalmente dessa pessoa. Em geral, todos temos medo do novo, do que não conhecemos. A mudança cria medo em nós. Isso porque desde pequenos fomos ensinados a apenas valorizar o que temos no momento e a ser conformistas. Eles nos ensinam a ter medo do desconhecido e, portanto, a aceitar o sofrimento. Mas quando somos adultos independentes e não queremos suportar situações pelas quais não queremos passar, o que podemos fazer e como podemos remediar a situação? A primeira coisa é não se preocupar com as coisas que não podemos mudar. Já conheci pessoas que se preocupam excessivamente e outras que não se importam nem um pouco, devo dizer que os extremos são sempre ruins. Você faz parte do grupo daqueles que se preocupam demais? Nesse caso, isso é algo que você gostaria de mudar. Por experiência, sei como é tedioso se preocupar muito mais do que os outros.

A regra é esta: se as outras pessoas não se importam tanto com as coisas que o preocupam excessivamente, talvez você também não deva. Se você parar um momento e pensar sobre de onde vêm essas preocupações, certamente descobrirá que elas não são tão lógicas quanto você imagina. E não se engane, só porque você não se preocupa muito, não significa que não se preocupe. Você tem que aprender a dar a devida importância a tudo e a todas as situações. Pode ser difícil para nós fazer essa mudança, porque desde cedo fomos ensinados a não mudar as coisas, mas a enfrentá-las e lutar com elas; ou em todo caso, como quando éramos crianças, obrigamo-nos a comê-los, mesmo que não gostemos deles

Todas essas preocupações com as atitudes das outras pessoas, situações que não podemos mudar e inúmeras coisas só nos afetam de forma negativa e podem prejudicar nossa estabilidade mental e até mesmo nossa saúde física. Você já pensou se há algo que deseja mudar em sua vida? Você acha que é melhor aceitar e persistir do que tentar mudar isso? A segunda dica para fazer essa mudança é escolher a direção certa, aquela em que você se sente bem consigo mesmo; este caminho no qual você sente um equilíbrio de forças reconfortante. Se você deseja alcançar isso, certamente terá que mudar o que faz ou como faz. Para mudar os aspectos que já não nos satisfazem, é necessário primeiro libertar-se do medo da mudança e, assim, caminhar para a concretização do seu objetivo.

Se você não mudar, as mudanças chegarão a você a qualquer momento. A vida está mudando constantemente, mesmo que não percebamos. Virão mudanças que você não poderá controlar, você não terá a possibilidade de escolher as opções, elas só vêm e você tem que aceitá-las.

Você realmente quer continuar sofrendo na situação em que se encontra? A própria Bíblia reflete para nós em uma de suas passagens que “o melhor ainda está por vir”. Deixe que o desconhecido lhe sirva de impulso pois é isso que te impede, pensar que algo melhor te espera.

Não se apresse. Correr na vida nunca fez bem a ninguém. Você já está fora de sua zona de conforto; terá sido difícil para você superar esse medo, então não se afunde na dor querendo resolver tudo rapidamente. Dê a si mesmo bastante tempo para aceitar as novas mudanças.

Faça amizade com seus medos. É algo com que você vai conviver e que estará sempre presente, então é melhor aceitar. Deve-se reconhecer que o medo existe, mas sem nenhuma razão porque ele tem mais poder do que realmente tem. Você tem que ser corajoso e firme para lutar contra isso.

Aconteça o que acontecer, você tem que aceitar. Se foi sua escolha mudar, primeiro você deve se orgulhar do que fez; é melhor ser ativo do que passivo na vida. Lembre-se de ser sensato e reconhecer que toda escolha tem consequências, boas ou más, e devemos sempre aceitá-las de cabeça erguida, convencidos de que qualquer que seja o resultado ... você ousou mudar. Você teve que mudar alguma coisa em sua vida? Segui o repetido slogan que o apoia: “Mudar horizontes, mudar seu estilo de vida e ambiente, é bom para a saúde e a inteligência.”

A mente humana precisa de menos de trinta dias para gerar um novo hábito, de acordo com os mais recentes estudos na área. Acho que devemos nos dar pelo menos três semanas para adquirir um novo hábito, para mudar o que não gostamos ou para aprender uma nova habilidade. Até para tomar uma decisão

importante. Ao dar a si mesmo esse tempo, você se certifica de que sua decisão não será uma decisão precipitada. E isso se aplica se você deseja começar a praticar exercícios físicos ou a se alimentar de maneira saudável, decidir qual carreira vai estudar ou parar de fumar. Configure um desafio de cada vez para tornar seu trabalho mais fácil.

Para seguir em frente na vida e melhorar como pessoa, é importante desafiar a si mesmo se você não quiser ficar preso. Mudar as coisas de que não gostamos pode nem ser a parte mais difícil, mas continue vivendo com elas porque acreditamos que não podemos mudá-las. Mude para ser feliz.

6- LUTA OU APROVEITA?

A arte de persuadir, debater e raciocinar sobre diferentes ideias é conhecida como dialética. Heráclito de Éfeso (535 a 475 aC) foi um filósofo cujas contribuições representam o início do pensamento filosófico mais importante da Grécia antiga. Heráclito foi o pai da dialética no Ocidente e o primeiro a considerar que a contradição das coisas não as anula, mas antes as torna mais dinâmicas, mais fortes. Na vida, quando surgem situações nas quais não sabemos como agir, debatemos entre aceitar o que está acontecendo ou, pelo contrário, evitá-lo. Então, você se pergunta, se eu não quero aceitar algo, devo mudar? Como Heráclito, devemos ter em mente que aceitar as coisas não nega ou elimina nossa necessidade de mudança.

Afinal, foi Heráclito quem disse: “Não há nada permanente exceto a mudança”. Situações que nos são apresentadas como novas na vida quase sempre nos pegam de surpresa. A primeira coisa que temos que fazer é aprender a aceitá-los. Aceitação é sinônimo de reconhecimento e reconhecer algo é examinar, distinguir aquela situação ou aquela pessoa por quem ela realmente é. Como encontrar a solução para um dilema, se não sabemos o que é nem de onde vem? Se quisermos encontrar uma solução para um conflito, devemos primeiro enfrentá-lo e entendê-lo, e então podemos começar a resolvê-lo. Dito isso, podemos dizer que o mais importante é a aceitação; será o primeiro passo para a mudança.

Quando aceitamos as coisas, nós nos conformamos?

Conformidade é viver uma situação desagradável, ou seja, resignar-se a circunstâncias desconfortáveis ou difíceis. Se você se contentar com uma situação, por mais desagradável que seja, o que você faz é se machucar.

Aceitar uma situação é encontrar o equilíbrio, respeitar e adaptar-se ao meio ambiente, buscar soluções e o lado positivo do problema. É ver as coisas como elas são. Quando o aceitamos, estamos ativamente parte da situação que muitas vezes resulta em uma decisão sendo tomada que resultaria na possibilidade de mudança.

Aceitar primeiro é sempre a resposta.

Quando aceitamos, aprendemos a mudar

Aceitar é adaptar-se o melhor possível à situação que nos é apresentada.

O mais importante quando passamos por circunstâncias difíceis é aprender a lidar com isso da melhor maneira possível; mesmo em perigo, aprenda a se sentir melhor e a se sentir bem consigo mesmo, apesar das dificuldades.

Devemos ter respeito pela situação em si, pelos outros se eles foram a causa e pelas decisões que nos levaram a ela. Para aceitar, você tem que estar em paz com o passado. Não estou pedindo que perdoe nada ou ninguém, apenas que você tenha respeito. Isso apenas criará atitudes positivas em você, o que o manterá forte para lutar contra as circunstâncias.

Quando entendemos a situação, nessa perspectiva que oferece aceitação, e mesmo assim ficamos insatisfeitos, então o próximo aprendizado se manifesta: a decisão de mudar.

Tomando o mesmo exemplo de antes, com uma relação social que dá errado porque as duas pessoas são incompatíveis, se a outra pessoa já é aceita como a outra, as censuras desaparecem, não há desrespeitoso, e a outra pessoa não está tentando mudar. Quando tomamos a decisão de mudar, é porque já aceitamos a situação e percebemos que não é assim que gostaríamos de viver; e sem tentar mudar coisas sobre as quais não temos controle, nós mesmos estamos mudando o curso de nossa vida.

7- ACREDITE NOVAMENTE

Começar de novo é um trabalho árduo, começar tudo de novo! Intimamente associada a isso está nossa capacidade de acreditar em nós mesmos e nos outros. Confie em alguém que o traiu novamente, perdoe alguém que roubou tudo que você tinha, precisa apoiar alguém que abusou de sua amizade e depois o rejeitou; todas essas situações envolvem um processo mobilizador e delicado.

Por que tenho que acreditar de novo para começar de novo?

A crença é essencial em todas as áreas da sua vida. Você consegue imaginar ter forças para se levantar depois das dificuldades sem acreditar em si mesmo? Não pode acontecer, porque se acontecesse não seríamos capazes de seguir em frente, perderíamos o ânimo antes mesmo de começarmos a tentar.

Acreditar em si mesmo é outra forma de dizer que estamos confiantes. A confiança é a segurança que podemos ter sobre algo e muitas vezes a associamos à autoestima. É acreditar que somos pessoas especiais e preciosas, que temos muito a oferecer ao mundo. É sobre ter autoconfiança. Ter autoconfiança também significa acreditar que você é capaz de seguir em frente, seja qual for a situação que se apresente a você na vida. De

qualquer forma, tudo ficará bem.

“A autoconfiança é o segredo número um do sucesso”, disse Ralph Waldo Emerson.

Vou lhe dar uma fórmula que, embora não seja exclusiva ou infalível, funcionou para mim. Você deve primeiro dar o primeiro passo; segundo, dê o primeiro passo e, terceiro, repita o primeiro passo. Há momentos em que a vontade humana é frágil e embora tenhamos a oportunidade de fazer grandes coisas dentro de nós mesmos, esse início é difícil e parece que sempre precisamos de um impulso. É acreditar em nós próprios, nos nossos conhecimentos e competências, bem como ter outras pessoas a encorajar-nos a acreditar que podemos.

Nascemos com uma capacidade ilimitada de crença. Em nossa infância, quando nos perguntavam o que queríamos ser no futuro, sentíamos que nada era impossível naquela época. Também acreditávamos em fadas, monstros e magia. Então crescemos e muitos fatores começam a intervir que tornam nossas mentes mais realistas, ouvimos as pessoas ao nosso redor e a vida nos coloca em tantos problemas que deixamos de acreditar em nós mesmos. Acho que devemos voltar a ser crianças e acreditar que tudo é possível, não em fadas e monstros, mas acreditar que temos tudo dentro de nós que precisamos e fazer o que quisermos quando crianças. Afinal, magia é acreditar em você mesmo; se você pode fazer isso, você pode fazer tudo.

Auto perdão

Se foi você que realmente falhou em uma decisão ou

ofendeu outra pessoa, é possível que a essa altura você se sentisse responsável, embora normalmente todos tendamos a ser vítimas em qualquer situação, mesmo. se tivermos um pouco de culpa. Você tem que aceitar que o fracasso não faz de você uma pessoa má e isso também envolve reconhecer que se outra pessoa é a pessoa que falhou, isso também não a torna uma pessoa má.

Ninguém é perfeito, começando por você. Todos nós cometemos erros e passamos por momentos em que não estamos fazendo o nosso melhor. Percebê-lo e aceitá-lo nos ajuda nesse processo de autoperdão. Para perdoar, às vezes é necessário deixar o passado para trás. Estar ciente de nosso passado é útil até certo ponto, pois nos ajuda a lembrar o que fizemos de errado e, se tivermos aprendido a lição, nos prepara para o futuro. Mas viver no passado afasta você da realidade e da consciência do presente. É melhor deixar o passado para trás, aceitar os erros que foram cometidos, mas focar no presente, planejar o melhor que podemos fazer no futuro, para melhorar nossas vidas.

Auto aceitação

Consiste em nos aceitar, em reconhecer que somos dignos, dignos de ser amados e respeitados embora não sejamos perfeitos. É um grande passo para uma alta autoestima; acreditamos em nós mesmos, que não temos limites que nos impeçam de lutar pelo que queremos.

Não há nada mais lamentável do que não se aceitar, não aceitar seu próprio corpo, seu caráter, sua personalidade. É muito comum nos criticarmos constantemente, o que é muito

mais prejudicial do que as críticas que vêm dos outros.

Normalmente temos um conceito ruim de aceitação, pensamos que significa negar ou minimizar o que é ruim ou negativo, mas é quando cometemos erros porque como seres humanos somos cheio de falhas e imperfeições.

Auto-aceitação significa aceitar que tenho valor como pessoa apesar de minhas falhas, sem exigir perfeição de nós mesmos ou dos outros; reconhecer o que é a nossa realidade e não querer mudá-la por motivos triviais, tentando ser feliz a cada dia com o que sou e tenho.

Muitas vezes pensamos que aceitamos uma situação, mas o que realmente fazemos é chegar a um acordo com ela. Quando aceitamos uma situação, aceitamos a realidade. A renúncia nos fará sofrer, continuaremos esperando que a situação mude sem fazer nada a respeito. Quando se pensa na morte de um ente querido e sofre com isso, mesmo sentir raiva da vida, não admitir e querer mudar a situação são etapas normais do luto, mas se vira alguma coisa durável e presente em todos os momentos, pode se tornar destrutivo.

Seja pro ativo

Stephen Covey, autor do livro “Os Sete Hábitos das Pessoas Altamente Eficazes” diz sobre a pró-atividade o seguinte: “Ela nos dá a liberdade de escolher nossa resposta aos estímulos ambientais. Permite-nos responder de acordo com nossos princípios e valores. É essencialmente isso que nos torna humanos e nos permite afirmar que somos os artesãos do nosso destino”.

Com base nesse conceito, ser pró-ativo refere-se à pessoa que assume o controle dos acontecimentos ao invés de ser apenas um espectador que vê como as coisas estão acontecendo em seu ambiente. Também está relacionado à ideia de paciência, pois envolve a tomada de decisões e, para isso, é preciso fazê-lo com “cabeça fria”, analisando as alternativas ou opções, tomando decisões e agindo de forma proativa.

Diante das dificuldades da vida, pode-se ter uma atitude passiva ou ativa. É verdade que os pensamentos nublam nossas mentes sob pressão, mas se pensarmos com frieza por um tempo, perceberemos que pode haver uma ou mais alternativas para uma situação complicada em que somos um.

Autocuidados

Dizem que os olhos são o reflexo da alma, mas pessoalmente eu acrescentaria que fisicamente também somos o reflexo do nosso interior. Muitas pessoas em processos delicados ou estressantes negligenciam sua saúde física a ponto de se ameaçarem. A felicidade é algo vivido pessoalmente quando tudo está bem conosco e, sendo assim, tudo o mais tende a ficar bem. Por exemplo, quando você está feliz, sente-se mais motivado no trabalho ou na escola, gosta do que está fazendo e sua auto-estima é elevada.

Cuidar de si mesmo envolve abandonar a tristeza ou vê-la de outra perspectiva, sabendo que não será permanente e passará. Não é uma atitude egoísta querer ser bom, mas uma necessidade de seguir em frente. A seguir, listaremos algumas atividades que podemos fazer para nos sentirmos melhor, para

cuidarmos do nosso interior, bem como do nosso exterior:

1. Pratique a higiene pessoal diariamente e quando for conveniente.
2. Faça refeições adequadas e balanceadas com refeições nutritivas que nos fornecerão energia e manterão nosso corpo e mente saudáveis.
3. Passe tempo com amigos e família, fazendo atividades que clareiam nossas mentes e nos mantêm entretidos.
4. Esportes, exercícios e atividades físicas são ótimos desestressantes e antidepressivos.
5. Envolver-se em atividades ao ar livre.
6. Alimente nosso cérebro, aprenda novas habilidades e conhecimentos renovadores. Ler é uma ótima maneira de fazer isso.
7. Amplie nossos horizontes. Planejando viagens para outros lugares que não conhecemos, talvez tão perto quanto o novo museu que você não conhece em sua cidade, ou tão longe quanto outra cidade ou país, para experimentar outros ambientes e outras culturas.
8. Pratique técnicas de relaxamento e meditação.

9. Tente dormir o suficiente. Nosso corpo e mente precisam de descanso para funcionar corretamente.

Todas essas dicas destinam-se apenas a orientá-lo no processo pelo qual está passando. Ajude-se a acreditar em si mesmo e em suas habilidades novamente e mostre a si mesmo que tudo é possível.

Quando você começa a acreditar em si mesmo, coisas incríveis começam a acontecer, uma gama de possibilidades se abre diante de sua visão que você nunca pensou ser possível. Você se sente forte o suficiente para superar qualquer obstáculo em seu caminho para o sucesso.

8- RESILIÊNCIA

Em momentos de dificuldade, geralmente se resume a ter duas opções: deixar-se conquistar e sentir que falhou, ou superar e sair mais forte. A capacidade que temos de superar esses momentos de dor emocional e situações adversas e lidar com flexibilidade e recuperar de situações extremas é chamada de resiliência.

O conceito de resiliência é muito mais complicado do que apenas pensar em alguém que sai por cima depois de passar por uma situação difícil. E isso não inclui apenas um indivíduo, é uma condição que pode se referir a um grupo familiar, comunidades inteiras ou a sociedade em geral. O termo foi adotado pelas ciências sociais e pela psicologia, mas vem do latim *resilio*, que significa voltar, pular para trás, destacar, voltar. O termo foi adaptado para se referir a pessoas que, embora sofram muito com uma situação, podem superá-la sem serem afetados psicologicamente.

No campo da psicologia, podemos provar outra coisa: graças a essa qualidade, podemos não apenas enfrentar as crises, mas também sair mais fortes. As pessoas que superam as adversidades vão mais longe e usam essas situações para crescer; embora o processo leve muito tempo, esforço e comprometa as pessoas a tomar medidas frequentemente drásticas para o bem comum.

Um magnífico exemplo de uma sociedade resiliente, incluindo um país, é a cidade de Nova York e os americanos após os ataques terroristas de 11 de setembro de 2001. Em um país, milhões de pessoas que não foram diretamente afetadas tiveram que se estão tentando reconstruir suas vidas, porque após esses eventos uma atmosfera de pânico e medo geral foi criada na escala da tragédia, misturada com desconfiança e raiva. Porém, o grande impacto causado na população não diminuiu o ritmo do dia a dia e eles continuaram apesar de tantas dores.

O que significa ser uma pessoa resiliente?

Em primeiro lugar, não é algo que se transmite geneticamente, significa que não nascemos com essa característica. Na verdade, vamos aprender ao longo de nossas vidas, por meio de comportamentos e padrões de pensamento que são especificados em nossas experiências.

O oposto de ser resiliente é não ser imune a emoções negativas, como dor ou medo diante da adversidade; é, no entanto, ter essas emoções, mas também ser capaz de superar esses eventos e se ajustar às novas circunstâncias muito melhor do que muitas pessoas. Alguém que é resiliente é realista, sabe como aceitar as coisas como elas são. Eles acreditam firmemente no significado da vida. E, acima de tudo, ele tem uma capacidade inflexível e quase inalterável de querer melhorar.

Você é uma pessoa resiliente?

Acho que todos gostariam de ser resilientes. Mas, infelizmente, nem todos nós temos as habilidades que distinguem esse tipo de pessoa. Não me interpretem mal, são pessoas normais como você e eu, mas que tiveram experiências de vida

que as tornaram mais toleráveis ao lidar com situações difíceis. Lembre-se de que eles não nasceram resilientes, mas aprenderam essa habilidade.

São aspectos que podemos desenvolver e que não são exclusivos de um grupo de pessoas. Talvez alguns consigam exercitá-lo de forma mais natural, mas também pode ser aprendido, praticado e podemos integrá-lo ao nosso modo de pensar e, assim, aumentar nossa capacidade de superar as dificuldades.

Acredite em si mesmo

Diante de eventos difíceis, nosso corpo entra em um estado de estresse. A auto-estima tem um papel importante em ajudar a reduzir os níveis de estresse em nosso corpo. Torne-se uma pessoa mais confiante em suas habilidades e pontos fortes. Seja positivo e acredite que você pode superar qualquer situação que surgir.

Descubra seu objetivo

Estamos dedicando um capítulo a este tópico e espero que com a nossa ajuda você esteja mais perto de encontrar o seu, caso contrário, você já o teve. Você já sabe o quanto é importante ter um objetivo.

Esta motivação que nos permite saber o que queremos para a nossa vida desempenha um papel fundamental e ajuda-o a enfrentar uma tragédia ou um mau momento.

Relações afetuosas e de apoio

Amizade, família ou relacionamentos românticos podem criar uma atmosfera de confiança e amor e se tornar um fator essencial para ajudar as pessoas a atravessar momentos difíceis.

Diga sim para mudar

Pode ser que as mudanças gerem algum desconforto em algumas pessoas e como mencionamos antes, é normal querer evitar qualquer coisa que envolva mudanças. Mas deve ser visto como algo positivo para nós, como oportunidades de crescimento. Quem consegue ter uma visão de mudança é capaz de enfrentar as surpresas da vida com uma atitude abertamente positiva, ao contrário dos outros; essa atitude se reflete em otimismo e esperança e, no longo prazo, em termos concretos.

Por exemplo, para os japoneses não há crise de palavras, para eles esta palavra consiste em dois caracteres, o primeiro significa perigo e o segundo significa oportunidade. Eles sempre tentam buscar oportunidades em qualquer situação negativa, apesar do perigo que possa estar representado em nossa cultura, em nossos medos.

Temos que nos lembrar todos os dias que somos seres com inteligência, que podemos usá-la para encontrar soluções e alternativas para problemas, analisar situações e encontrar possibilidades.

SEGUNDA PARTE
SEM MEDO DE FRACASSAR

*Não tentar por medo de falhar
é como suicidar-se por medo de morrer.
(Anônimo)*

1- MEDO

Em outro livro anterior, que chamei de “Sem Medo de Fracasso”, comentei que todos nós sentimos medo em algum momento de nossas vidas, que o medo é uma característica do ser humano inerente ao seu comportamento e natureza. Todos nós temos medo de ser esquecidos, de perder um parceiro, medo ou fobia de animais como baratas e cobras, medo da morte, medo do futuro.

Diante da curiosidade humana diante do desconhecido, surgem os seguintes questionamentos: Qual a origem de nossos medos? Posso vencê-los? Como? Pode-se argumentar que o medo é uma emoção que se sente em um determinado momento, que se materializa e pode se manifestar em formas físicas e psicológicas como suor, nervosismo, ansiedade; ou se manifesta como dúvidas, preocupação, tristeza, dores de cabeça e, em casos extremos, hipocondria (a hipocondria geralmente aparece na idade adulta. Os sintomas incluem um medo intenso e prolongado de doença grave e preocupação de que pequenos sintomas indiquem algo sério).

Medos - do meu ponto de vista - são simples mecanismos de defesa que se ativam quando sentimos que estamos diante de um perigo que pode nos afetar, seja físico, mental ou imaginário (como na maioria das vezes).

A origem do medo pode ser estudada a partir de

diferentes abordagens. Para a psicologia, sua origem poderia estar em um estado emocional que gera todos os tipos de sensações materializadas fisicamente; para a biologia, sua origem poderia ser um alerta que se ativa diante de certos perigos, como meio de sobrevivência; socialmente, como diferentes formas pelas quais geramos uma reação às circunstâncias vividas no processo de integração na sociedade.

De acordo com muitos especialistas, o medo também pode ser visto de dois ângulos: medo de perigos reais, como um terremoto, uma doença fatal ou acidente; e medo daqueles perigos imaginários que resultam de suposições, medo de ser agredido, medo do escuro ou medo da solidão. Alguns até ousam afirmar que o medo está enraizado em nosso genoma. Embora os cientistas não tenham determinado exatamente onde está, ou mesmo se é uma afirmação verificável, mas se for verdade, alguém já teria pensado em uma maneira de modificá-la para evitar o medo circunstâncias diferentes. Afinal, quem gosta de viver com medo?

Se relacionarmos esse conceito de medo a tudo o que falamos anteriormente, veremos como essas dificuldades pelas quais passamos na vida desencadeiam o medo em nós. Medo de determinada situação, medo de se levantar, de tentar de novo, de retribuir o amor, de acreditar nas pessoas ... e de ter objetivos orientados para um futuro desconhecido. Muitas vezes nem temos consciência disso. Portanto, se nem mesmo sabemos que estamos sofrendo de um medo, é difícil pensar em superá-lo. A primeira coisa é aprender a se compreender, a chegar àquele momento em que você pode entender o que sente, a identificá-lo. Devemos nos dar a oportunidade de vivenciar essas emoções, de sermos capazes de compreendê-las e, assim, de aprender com elas e de controlá-las.

A única maneira de vencer algo é saber contra o que estamos lutando e então, como uma chama, remover todo o combustível para evitar que continue queimando; todos os nossos pensamentos e inseguranças são o combustível aqui.

O medo está presente em nossa vida por um motivo fundamental, é um instinto de sobrevivência. Se não sentíssemos absolutamente nenhum medo, nossa vida estaria em perigo o tempo todo. É o medo que avisa que algo ruim pode acontecer, antes que aconteça e, assim, nos dá tempo para evitá-lo. Se nos compararmos aos animais, eles têm um medo muito mais profundo do que nós. O medo neles pode vir a controlar sua vida e morte; embora sejam muito mais intuitivos do que nós. Quando um animal tem medo, geralmente ataca ou foge, sempre demonstrando um instinto de sobrevivência máximo.

Embora compartilhemos o mesmo instinto com os animais, a diferença entre eles e nós é que para eles o ato de sentir e reagir ao medo ocorre em um único instante, segundos, e um é a reação de o outro. Os humanos antecipam totalmente esses eventos “perigosos” que seriam a causa de nosso medo.

É aquela diferença de se preocupar com coisas que ainda não aconteceram, onde reside a maioria dos nossos problemas. Todo o tempo que investimos em nos preocupar e temer coisas que estão apenas em nossa imaginação e por estarmos cheios de emoções negativas, certamente enxergamos da maneira errada.

O medo é uma grande porta entre nós e nossos objetivos. Uma porta cuja chave, necessária para abri-la, se perdeu e nós, cegos demais pelo medo, nem sabemos onde procurá-la.

Assim como é natural ter medo do que não sabemos e

do que não podemos ver, o medo do fracasso e de ser ferido física, intelectual ou emocionalmente também é natural. Na verdade, um estudo realizado por profissionais de saúde mental mostrou que o medo é percebido como uma dor física em nosso cérebro.

Mesmo sabendo disso, gostaria de começar esta parte com uma nota positiva, mostrando vários exemplos de pessoas comuns, que apesar do fracasso foram capazes de superar seus medos para recomeçar, que puderam ver as tragédias como novas oportunidades e escolher um rumo diferente. Isso os torna pessoas extraordinárias.

1- FALHA DE SUCESSO

Essas pessoas normais como você e eu superaram as adversidades e transformaram um terrível fracasso em ação que mudou o mundo. O fracasso não é o oposto do sucesso, nem é algo que devemos evitar porque na vida vai acontecer em algum momento, você pode falhar o tempo todo. O segredo é ver isso como um pequeno inconveniente no longo caminho para nossos objetivos. Como já mencionamos, o importante é como reagimos e aprendemos com essas falhas.

Vamos analisar as histórias desses empreendedores, para que sirvam de exemplo e inspiração. Embora todas essas histórias terminem em sucesso, não estou dizendo isso como a coisa mais importante, mas sim como a forma como lidaram com a situação, como passaram por dificuldades e ainda não pararam até que eles alcançaram seu objetivo.

Jan Koum

Você já ouviu esse nome? Provavelmente não, mas o que ele criou é definitivamente algo que você usa todos os dias de sua vida. Jan Koum é um empresário e programador de origem ucraniana-americana. Aos dezesseis anos, emigrou com sua mãe e avó para Mountain View, localizada no estado da Califórnia (Estados Unidos), onde morava em um pequeno apartamento

de dois quartos que a família possuía obtidos através de um programa de assistência social. Sua mãe trabalhava como babá na época, enquanto ele era superintendente de um supermercado.

Dois anos depois de chegar aos Estados Unidos, ele se interessou por programação. E enquanto trabalhava meio período como secretário de segurança em uma empresa, ele se matriculou na San Jose State University, na Califórnia. O gigante Yahoo o contratou em 1997 como engenheiro de infraestrutura e ele trabalhou lá por quase 10 anos. Naquela época, ele se candidatou a um emprego no Facebook, mas foi recusado. Em janeiro de 2009, ele comprou um iPhone e então percebeu que a “loja de aplicativos” para telefones celulares estava prestes a gerar uma nova indústria sem precedentes. Ele se viu com dois amigos que acabaram se tornando seus sócios, e eles discutiram por horas na cozinha de um deles, sobre a ideia de um novo aplicativo. Koum escolheu o nome WhatsApp quase imediatamente porque soa muito como “What’s up?”, que em português significa “o que está acontecendo?” No seu aniversário, uma semana depois, em 24 de fevereiro de 2009, o WhatsApp Inc. foi lançado na Califórnia, Estados Unidos. O aplicativo pegou rapidamente e a empresa que havia recusado um emprego em Koum agora estava interessada nele e em seu aplicativo. O fundador do Facebook, Mark Zuckerberg, o contatou pela primeira vez em 2012, mas em fevereiro de 2014 Zuckerberg já havia oferecido um acordo para aderir ao monopólio do Facebook no WhatsApp. Dez dias depois, foi anunciada oficialmente a aquisição do WhatsApp por US \$ 19 bilhões.

Walt Disney e a Walt Disney Company (The Walt Disney Company)

É definitivamente um nome que todos conhecemos muito bem. Mas você sabe como Walt Disney construiu o maior império do entretenimento? Você sabia que um dos gênios mais criativos do século 20 foi despedido de um jornal por não ter criatividade?

Antes de dar a conhecer seu sobrenome aos quatro cantos do planeta, Walt era um homem pobre, filho de uma professora e fazendeiro de Illinois que, em busca de oportunidades, mudou-se para a cidade de Los Angeles, com apenas \$ 40 no bolso e uma mente cheia de ideias. Ele começou sua carreira em Kansas City fazendo anúncios em jornais e revistas. Com a ajuda do irmão, que trabalhava em um banco, conseguiu se posicionar em uma agência de publicidade. Nessa época, conheceu Ub Iwerks, artista local, com quem fundou seu primeiro negócio, mas por falta de trabalho faliu logo após sua criação.

Porém, os talentos desses amigos eram indiscutíveis e eles rapidamente ganharam a atenção de uma empresa maior. Foi lá que o jovem Disney descobriu a nova técnica de animação, onde uma série de imagens estáticas ganhava uma nova dimensão quando filmadas em sequência para criar a ilusão de que estavam se movendo. Anos depois, a Disney tentaria novamente fundar uma empresa, chamada Laugh-O-Gram Films, Inc. Desta vez, ele conseguiu abrir novos caminhos no negócio de animação, mas as despesas de produção ultrapassaram a receita que eles ganharam adquirida e esta empresa também não poderia prosperar. Na década de 1920, desesperado pelo sucesso cada vez menor, ele

vendeu tudo o que possuía em Kansas City e pagou uma viagem de trem para Los Angeles, Califórnia, com o objetivo de iniciar um negócio mais perto de Estrelas de cinema. Foi então que pensou em desistir da animação e se dedicar à produção de longas-metragens com atores reais. Mas em seu azar, o mundo do cinema também não sorriu para o empresário, que decidiu voltar ao mundo da animação e tentar a sorte novamente com um curta-metragem que lá produziu há muito tempo: Alice no país das maravilhas. Mais tarde, com a ajuda de Roy, irmão de Walt, como primeiro CFO e Ub Iwerks como artista principal, a empresa que conhecemos hoje como dona da Marvel Entertainment e da Disney Brothers o estúdio veria a luz do dia.

Embora ele tenha começado a ganhar respeito em Hollywood, não seria fácil a partir daí. Ele teve que passar por inúmeros problemas antes de Iwerks ter a ideia em 1928 de criar um curta de animação estrelado pelo rato mais famoso do mundo. No entanto, esta animação também não teve o sucesso esperado, mas serviu de base para a posterior criação de Steamboat Willie que foi o primeiro sucesso da história da empresa. A partir daí, o resto foi história, como dizem. O trabalho incansável de Walt Disney, Iwerks e a empresa que por décadas lutou para encontrar seu caminho em um mundo altamente competitivo onde não só criaram coisas novas, mas até então inovaram em todos os campos do cinema; enfim, deu seus tão esperados frutos e eles continuam até hoje a dar o tom no desenvolvimento histórico das experiências cinematográficas e no desenvolvimento de tecnologias inovadoras.

Carolina Herrera

Este conhecido nome no mundo da moda alcançou um faturamento de mais de 1000 milhões de dólares graças à sua marca (de acordo com The New York Times). A história dessa mulher empreendedora é o melhor exemplo de que nunca é tarde para realizar seus sonhos. Nascida em Caracas, Venezuela, ao contrário de nossos exemplos anteriores, ela pertence a uma rica família venezuelana, acostumada a festas e galas. Ela se casou aos 18 anos, mas infelizmente foi um casamento infeliz que o deixou com duas filhas e um divórcio escandaloso. Em 1969, ela se casou pela segunda vez com um aristocrata venezuelano, Reinaldo Herrera, daí seu famoso sobrenome. Eles a educaram para ficar em casa e ela estava feliz com essa existência até os 42 anos, ela de repente sentiu a necessidade de fazer algo, ela disse que era algo que ela tinha dentro, como larvas, adormecidas. Quando um repórter perguntou a ela sobre seu passado uma vez, ela perguntou se não era apenas um capricho de uma mulher desempregada. Ela respondeu: “Isso é o que eles pensavam. Eles disseram que eu ficaria entediado. E eu tenho 35 anos e nesta indústria você tem que trabalhar pelo menos 12 horas por dia. É um trabalho muito difícil ”.

A virada aconteceu quando, em 1980, ela disse a seu mentor que queria fazer estampas para tecidos. E ela respondeu: “Que chato! Por que você não faz uma coleção de moda? “ Desde então, ela se tornou uma empresária. Ela sempre enfatiza a sorte que teve por ter pessoas que a apoiaram quando decidiu continuar neste caminho. Quando se tornou designer durante a noite, sem ter frequentado nenhuma escola, nem feito estudos preliminares. Ela tem um instinto, um senso de proporção, cores

e formas que você não aprende. Moda é para agradar aos olhos e ela tem olho para moda. E neste campo de atividade, é mais importante ter ideias e instinto do que ter experiência.

Independentemente de sua condição socioeconômica, para seguir o caminho que foi criada para ser, não ter necessidade monetária. Um dia, ela acordou com um sonho, que combinava algo que ela fazia bem com algo que ela gostava muito, como moda. E apenas pessoas muito corajosas ousam dar o salto, não importa a idade que tenham ou o que seus amigos e familiares digam. Sem dúvida, ela é uma mulher inspiradora que, com tudo o que faz ou diz, dá conta de sua vontade inabalável. Mesmo que ela mesma diga: “Não é que eu seja uma pessoa difícil, mas nunca desisto.”

Ruth Handler

A história dessa mulher é tão interessante quanto motivadora. Ela foi uma das poucas mulheres em meados do século 20 a dirigir um grande negócio. Ela construiu um império conhecido como Mattel, em um mundo dominado pelos homens na década de 1960. É a história da icônica boneca Barbie, que não é exatamente rosa. Mesmo que ela revolucionasse a indústria de brinquedos nos Estados Unidos e quebrasse tabus lúdicos ao permitir que as meninas fantasiassem ser adultas graças ao novo conceito de bonecas que ela criou, Ruth Handler teve um caminho doloroso, onde seu sucesso foi ofuscado por muitas dificuldades e uma batalha difícil por causa do câncer de mama. Quer se goste mais ou menos do conceito de bonecas Barbie para diversão, ela não pode eclipsar a luta inspiradora como ser humano, empresário e grande visionário de seu criador. Os pais

de Ruth emigraram da Polônia para os Estados Unidos, onde ela nasceu em 1916 no Colorado. Ela era a mais nova de dez filhos da família Mosco. Sua mãe morreu quando ela era criança e estava aos cuidados de sua irmã recém-casada. Mas o que foi, sem dúvida, uma tragédia moldou positivamente o espírito empreendedor da menina, à medida que ela aprendeu a funcionar no negócio que a família de sua irmã possuía e abraçou suas virtudes. Casou-se com Elliot Handler em 1938, que seria seu parceiro de vida por mais de 60 anos. O casal tinha uma situação econômica precária, enquanto morava em um quarto

Ela se casou com Elliot Handler em 1938, que seria seu parceiro de vida por mais de 60 anos. O casal tinha uma situação financeira precária, pois moravam em um quarto em cima de uma lavanderia chinesa. Apesar das circunstâncias, eles ficaram entusiasmados por trabalhar na indústria de artes e artesanato, onde Elliot criou itens para presente que Ruth vendia. Com muito trabalho, eles se superaram dia após dia, até que conseguiram abrir seu primeiro negócio com outro sócio chamado Harold Mattson. Foram seus dois nomes que inspiraram Ruth para o nome da empresa de brinquedos Mattel. Antes da criação da boneca Barbie, a Mattel fazia porta-retratos e casas de boneca. Foi em uma viagem à Suíça, onde o futuro dos Handlers mudaria para sempre, quando Ruth descobriu um pequeno modelo peculiar que ela nunca tinha visto antes. Era uma figura de 27 centímetros com cabelo sedoso que era vendido como um item adulto. Seu nome era Lilli e isso a fez pensar em uma nova oportunidade de negócio. Nessa época, o casal tinha uma filha chamada Bárbara, que, como muitas garotas de sua idade, brincava de fantasiar sobre quem eles gostariam de ser adultos. Bárbara recriou jogos de vida, criou histórias para homens e mulheres que viu em

revistas e jornais, que depois transformou em personagens em seus jogos. Isso fez sua mãe perceber que havia uma deficiência na indústria de brinquedos. Como costuma acontecer com as grandes ideias, elas se tornam a solução para um problema do dia a dia do empresário que as concretiza. E também, como muitas vezes acontece com o que é novo e inovador, não é isento de obstáculos em seu desenvolvimento. Os designers da Mattel rejeitaram a ideia, sugerindo que a estética adulta das bonecas não teria sucesso. Eles se apegaram ao princípio de que as meninas sonhavam em ser mães, então tinham que permanecer no mercado seguro fazendo carrinhos de bebê, mamadeiras e bebês de plástico. Apesar da falta de confiança e das críticas, os Handlers apresentaram a nova boneca Barbie na Feira de Brinquedos de Nova York em 1959. O produto foi um sucesso.

Apesar de tudo, as coisas eram complicadas, não bastava ter uma empresa consolidada no mercado americano, choviam críticas de todos os lados por ter ousado romper com o que até então era considerado o mercado normal de brinquedos, além disso ser dona e empresária. O sucesso da criadora da Barbie serviu de base para o feminismo corporativo, e embora ser mulher envolvesse um muro em sua carreira profissional, ela nunca se intimidou nesta realidade onde até então era o homens que estavam no comando do mundo dos negócios. Três anos após o lançamento da Barbie, eles não conseguiam atender a demanda das lojas de brinquedos norte-americanas. E embora tenham conseguido se consolidar como uma das maiores empresas do setor a partir da década de 1960, a vida pessoal de Ruth apresentava sérios problemas que poderiam arruinar sua carreira profissional e encerrar sua vida. Em 1970, ela teve que se submeter a uma mastectomia após a descoberta do câncer de

mama. Mas nem a doença nem a depressão puderam interromper seu esforço criativo; pelo contrário, foi sua doença que o levou a ajudar outras mulheres. E é a constatação de que poucas pessoas sabem, mas a mais importante na vida de Ruth. Ela revelou em uma entrevista como o câncer destruiu sua autoconfiança, como sua autoimagem foi abalada, para ela o mais importante era manter sua feminilidade no mundo masculino. O criador da boneca Barbie criou as primeiras próteses mamárias para que todas as mulheres se sentissem melhor consigo mesmas, apesar do trauma da retirada de uma mama. Uma mulher corajosa que nunca cedeu, não em face das críticas ou adversidades da vida. Ela se esforça para atingir seus objetivos sempre com a cabeça erguida e agora é uma inspiração para muitas mulheres e homens empreendedores hoje.

3- MEDO DO FRACASSO

Ousaria dizer que um dos medos que mais nos limita como seres humanos é o medo do fracasso. Em nossa mente, pode ser uma força muito poderosa. O medo do fracasso também é uma das formas mais conhecidas de desencadear nossa ansiedade. O medo do fracasso é, em poucas palavras, o medo do fracasso. É algo que podemos usar a vida inteira, sem descanso.

Embora seja normal ter medos, o que realmente nos preocupa é o que esse medo gera em nosso corpo. Quando temos medo de falhar em alguma área de nossa vida, na escola ou no trabalho, em um exame ou em uma conferência, liberamos uma quantidade de estresse em nosso corpo que nos faz sentir todo tipo de emoções negativas. Isso nos impede de funcionar adequadamente e, por sua vez, nos leva a um estado de sofrimento. Acredite ou não, de acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, que é uma ferramenta diagnóstica americana, uma em cada doze crianças em idade escolar expressa medo do fracasso e, no ensino médio, também 10%-20% dos jovens. Alimenta-se de angústia social ou ansiedade generalizada, principalmente na sociedade em que vivemos hoje, que é tão globalizada e podemos ver e encontrar outra pessoa do outro lado do mundo e, portanto, nós compare com isso.

O ser humano sempre viveu em crise; mas ainda mais hoje porque vivemos em uma das sociedades mais complicadas que já existiram. O mundo de hoje redefiniu as ideias que temos sobre o sucesso e o fracasso. Passamos a julgar com severidade, a julgar a nós mesmos e aos outros, de acordo com as ideias que a sociedade tem do que é sucesso e do que é fracasso. Tornamo-nos juízes exigentes quando se trata de medir o sucesso. Quando decidimos que alguém é um vencedor, aplaudimos e invejamos. Assim como quando condenamos uma pessoa como um fracasso, nós a evitamos e sentimos pena dela. Então, o que o fracasso realmente significa? Vou te dizer o que não é: fracasso não significa que você é um fracasso, significa que você ainda não teve sucesso. Minha intenção ao mostrar a você todos esses exemplos de pessoas incríveis é que você veja o fracasso como uma oportunidade de pensar, valorizar e começar de novo. Qualquer pessoa que já conquistou algo importante, primeiro teve um caminho de fracasso, grande ou pequeno, que teve de trilhar. De acordo com o escritor Elbert Hubbard, “o maior erro que você pode cometer na vida é estar continuamente com medo de cometer um.” Nessa frase, o escritor expressa um dos maiores obstáculos que as pessoas costumam enfrentar na vida: o medo de errar. Para explicar esse conceito, temos que olhar o problema de trás para a frente. Fundamentalmente, é a perspectiva de um resultado desfavorável, de fracasso, que faz com que as pessoas parem de agir em primeiro lugar. A visão de um eventual fracasso gera emoções que condicionam a nossa vontade de enfrentar os objectivos que nos propusemos e leva a pessoa a acreditar que já não é capaz de assumir qualquer projecto, por medo da possibilidade de ‘falhou. Segundo alguns especialistas da área, o medo do fracasso é condicionado por fatores como:

1. A maneira como deduzimos e interpretamos uma situação.

É normal pensar antes de agir e na verdade é uma das coisas mais recomendadas para evitar erros, mas é possível que, movidos pelo nosso medo, façamos uma avaliação exagerada da situação, e, portanto, acabamos evitando totalmente, considerando que são muitos os riscos e que não temos como lidar com eles. Quando tudo isso pode ser apenas muito estresse nos fazendo ver tudo sobredimensionado e mais sério do que realmente é.

2. O que pensamos antes das possíveis consequências.

As mesmas condições que explicamos anteriormente, mas desta vez também se aplicam às consequências de ações que ainda não executamos. Damos um passo adiante e determinamos o possível cenário de falha, amplificando os resultados em nossa mente, sem perceber que esses pensamentos negativos predispoem a situação. É como o ditado popular “pense mal e acertará”.

3. As expectativas que temos de nós próprios com base no resultado obtido.

Acreditamos que o sucesso ou o fracasso nos definirão como pessoas. Mas lembre-se de que ter um fracasso não o torna um fracasso e, da mesma forma, ser bem-sucedido na vida não o torna necessariamente bem-sucedido em todos os outros aspectos.

Algumas pessoas insistem em definir os conceitos de fracasso e erro; mas depende muito de quem você pergunta, eles vão te dizer que significa o mesmo ou são diferentes. Não

acho que seja muito importante em particular, mas o que esses conceitos significam para nós.

Todos nós cometemos erros e tudo bem; faz parte do processo de aprendizagem, é a maneira mais eficaz de aprender com o que chamamos de tentativa e erro. Estamos simplesmente errados em aprender.

A forma como eu definiria o fracasso é errar uma segunda vez porque isso já envolve outros ingredientes, como ser ignorante ou não se importar com nossos erros. E, certamente, fracasso é perder a esperança de que você possa atingir um objetivo. Sempre acreditei que, para vencer em algum aspecto da vida, é preciso lidar com o medo do fracasso e fazê-lo com inteligência. Conheça-o intimamente, reconheça seus pontos fortes e fracos, para que ele possa usá-los e vencê-los na batalha. Por isso acredito que é importante saber o que alimenta esses medos em nós, para depois entender como podemos superá-los. Esse combustível que alimenta nosso medo pode ser complexo e diferente para todos, mas se pudéssemos agrupá-los em um só lugar, teríamos o que explicarei a seguir.

A necessidade de aprovação

Somos seres sociais por natureza e é normal termos necessidade de nos sentirmos valorizados pelos outros, principalmente pelos nossos entes queridos. Mas essa necessidade de aprovação torna-se prejudicial quando se torna viciante; quando você confia na aceitação dos outros para se sentir bem, tomar decisões ou apenas ser feliz.

A busca persistente de reconhecimento por parte dos outros não trará nenhum bem, ao contrário, pode causar-lhe muita infelicidade e sofrimento. Uma coisa é levar em consideração as opiniões e conselhos dos outros, mas quando enfatizamos demais o que eles pensam de nós e nossas ações e decisões, isso pode nos levar a um cenário em que simplesmente paramos de nos aventurar em situações que envolvem possibilidades para receber críticas negativas. A opinião de ninguém deve tirar por um segundo a possibilidade de vivenciar situações, mesmo que acabemos tendo resultados negativos. No final das contas, esses são nossos erros e falhas, e eles estão a caminho justamente para que os vivamos.

Não adapte as expectativas

As expectativas são uma espada de dois gumes que devemos aprender a dominar. Eles podem ser o incentivo de que precisamos para nos ajudar a seguir em frente, mas também podem se tornar o gatilho perfeito para a decepção pessoal. Muitas vezes não podemos deixar de criar muitas expectativas, nos obrigando a ser perfeitos, buscando a perfeição, tendo que atingir grandes objetivos e esquecendo de ser realistas, pois isso pode levar a uma decepção muito grande. Não há problema em querer alcançar as estrelas, mas tenha em mente que quanto mais alto você subir na viagem, mais íngreme será a queda se você der errado. Você tem que manter um equilíbrio saudável entre ser um pouco egoísta, querer atingir seus objetivos e ser humilde ao mesmo tempo, sabendo que temos limites e isso é bom. A humildade é a chave contra expectativas irrealistas. Permanecer humilde na vida nos impedirá de cultivar um orgulho exagerado.

A pressão que podemos exercer para atingir expectativas muito elevadas faz com que esqueçamos a importância de pequenas conquistas e pequenas vitórias, que são igualmente gratificantes.

Excesso de autocrítica e o peso da culpa

Quando cometemos erros, tendemos a procurar um culpado, mas muitas vezes esse culpado somos nós mesmos, podemos ser pessoas cruéis. O quão bravo você ficaria se alguém acidentalmente colidisse com o seu carro? Você consegue imaginar tudo o que você poderia dizer em um acesso de raiva? Agora imagine que foi sua culpa, você faria a gentileza de admitir que foi um acidente? O sentimento de culpa que podemos ter contra nós mesmos não tem proporção. Apenas focar nos erros que cometemos e nas críticas negativas que fazemos a nós mesmos gera grande insegurança e sentimentos negativos. Essas emoções nos exaurem, condicionam nossa atuação e nossa forma de encarar projetos futuros. Seja gentil consigo mesmo, ainda mais legal do que você pode ser com os outros. Estamos todos dentro de pessoas delicadas, que devem ser tratadas com respeito e consideração.

Perfeccionismo

Embora pareça um paradoxo, o perfeccionismo raramente é perfeito. Tem muito mais desvantagens do que vantagens para a saúde física e mental. Normalmente, uma pessoa perfeccionista carece de confiança e segurança; eles também podem ser rígidos em seus pensamentos e muito críticos de si mesmos. Os altos padrões de vida que eles têm significa que, quando não sabem

como lidar com isso de forma adequada, estão sujeitos a altos níveis de ansiedade e estresse.

Pode parecer que, ao adotarmos uma mentalidade perfeccionista, poderíamos alcançar mais e ter sucesso, mas muito perfeccionismo pode causar o oposto. O desejo de obter resultados perfeitos nos levará a nunca ficarmos satisfeitos com o que foi feito.

Baixa autoconfiança

A desconfiança é uma emoção negativa que leva à insegurança quanto às ações e atitudes que uma pessoa pode ter. A baixa autoconfiança predispõe as pessoas a pensamentos negativos. A falta de confiança em nossas habilidades gera a necessidade de evitar situações em vez de enfrentá-las e resolver problemas.

Foco apenas nos resultados

Nos planos de vida, as coisas realmente importantes às vezes são difíceis de identificar. Isso cria o risco de avaliar projetos com princípios inadequados. Não se trata do preço ou do que o espera no topo ao escalar uma montanha, mas das experiências e do que você aprendeu nessa escalada. Não se trata de resultados, é mais importante do que o processo. Sempre haverá mais montanhas para escalar, novos objetivos e novos desafios. Essa satisfação que se obtém ao atingir uma meta é muito mais doce quando, no processo, sofremos e choramos, quando conhecemos o sofrimento para conseguir o que mais queremos. O importante é ter guiado corretamente nossos

esforços, ter aprendido com a experiência e com o processo.

Baixa tolerância à frustração

Controlar nossas emoções é algo que podemos tentar fazer com nossas vidas e nunca ser um especialista. Pessoas com baixa tolerância à frustração são sensíveis a qualquer coisa que seja desagradável para elas. Não toleram desconforto, contratempos, obstáculos ou problemas. Qualquer pessoa em algum momento pode se tornar vítima de frustração, tudo bem e não há nada de errado, desde que tenhamos algum controle sobre essa emoção e não sucumbamos a ela. A maneira como você controla suas emoções quando as coisas não vão bem, aceitando as emoções menos agradáveis, é essencial para permanecer no projeto e não desistir nas primeiras dificuldades.

4- FALHA COMO COMBUSTÍVEL

Assim como criamos medo, também podemos combatê-lo. A solução depende de nós e só nós podemos corrigi-la. O fracasso será uma constante em nossa vida sempre que quisermos iniciar um novo projeto ou tomar uma decisão. Os empresários, em particular, devem aprender a assumir riscos e lidar com a possibilidade constante de fracasso.

Não podemos estalar os dedos e fazer com que o medo desapareça porque é uma emoção, e assim como você não pode suprimir sua personalidade ou mudar a cor de seus olhos, não podemos eliminar nossas emoções. Mas podemos superá-los, ou pelo menos aprender a lidar com eles a nosso favor. Sendo corajosos como quando éramos crianças e aos poucos deixamos de ter medo do escuro.

Existe um exercício que podemos fazer para nos ajudar a lidar com essa condição, não importa a situação que encontremos. Essa tática nos ajuda a pensar e analisar antes de agirmos, mas não da maneira que normalmente faríamos, mas com estratégias específicas que orientam nossos pensamentos para torná-los mais lógicos.

A grande maioria de nossa frustração mental vem desse medo imaginário do fracasso. Digo imaginários porque são potenciais, podem acontecer ou não; são eventos que, embora impossíveis de acontecer, continuam sendo um fator que

aumenta nossa ansiedade.

O segredo é exagerar esse medo, pensar na coisa mais trágica que pode acontecer nessa situação, o pior cenário que você pode imaginar. Depois de ter isso, tudo o que resta fazer é relaxar, acalmar o medo latente e agir.

Quando você imagina extremos e até sente o medo que sentiria, pode ver que seu medo era, na verdade, irreal e até um pouco tolo.

Por exemplo, imagine que você é alguém que está insatisfeito com seu emprego atual e há muito tempo pensa em procurar algo novo, mas continua se encorajando a se inscrever para quem procura emprego ou até mesmo se atualizar seu currículo. Você percebe que é apenas medo, disfarçado como uma desculpa como falta de tempo ou falta de força de vontade. O que você precisa fazer agora é perguntar a si mesmo algumas perguntas. (Vou responder a essas perguntas para que você possa ver o propósito do exercício).

Do que exatamente você tem medo?

Não para encontrar algo melhor do que o que já tenho.

O que há de errado em procurar um novo emprego?

Não consigo encontrar nada que eu goste.

Qual é o pior cenário?

*Encontre algo de que gosto, mas sem experiência suficiente.
Ser despedido do meu emprego atual e não ter outras opções*

Aspirar a um novo emprego não está associado ao seu

emprego atual, então você pode perdê-lo se fizer um bom trabalho até agora. Se você está confiante em si mesmo e em suas habilidades, você se candidata a opções que correspondem ao seu nível de profissão. Ao se candidatar a novos empregos, lembre-se de ser realista e não se deixe abater pelo ego. E o mais importante de tudo, qual é a outra opção? Se você quer um novo emprego e não sai procurando, o pior que pode acontecer é se você não estiver satisfeito com ele. Então ... e você ousa? Uma vez que tenhamos expressado nossos medos mais profundos em palavras, podemos começar a analisá-los ponto a ponto e isso nos ajudará a fazer planos para poder enfrentar até o pior e, dessa forma, ter um plano ação, podemos relaxar diante desse medo que nos atrapalhou. Este exercício pode ser colocado em prática sempre que você precisar tomar uma decisão difícil, pois ao verbalizar ou escrever tudo parece mais lógico e lógico. Agora vamos falar sobre uma série de dicas para ajudá-lo a lidar com o medo do fracasso e muito mais.

Planejamento e estratégia

Essas duas palavras sempre me lembram de filmes de guerra, missões e soldados. E o que é a nossa vida senão as pequenas batalhas que travamos todos os dias contra os outros, contra nós mesmos e contra os nossos medos? Como se você estivesse na linha de frente de uma batalha, devemos estar preparados para tudo. Benjamin Franklin, um dos fundadores dos Estados Unidos, disse certa vez: “Ao não planejar, você planeja falhar”. Planejar é antecipar acontecimentos, o que pode acontecer, mas também é localizar onde estamos e para onde queremos ir. Quando planejamos estrategicamente, podemos saber onde precisamos concentrar todos os nossos recursos e esforços para alcançar o que queremos. Como quando tivemos que fazer um exame na escola e você se preparou estudando alguns dias antes, você se sentiu confiante no seu conhecimento e não teve medo de fazer.

É assim que nos preparamos com antecedência, estamos prontos para tudo; e se tivermos planejado estratégias que nos ajudem em nossa missão, nos sentiremos mais seguros e confiantes de que podemos lidar com qualquer eventualidade e isso nos dará segurança suficiente para fazê-lo.

Estabeleça metas realistas e alcançáveis

Você pode imaginar tentar alcançar algo a longo prazo, sem ter pequenos objetivos ou metas ao longo do caminho? Esses pequenos passos que nos ajudam e nos deixam com a sensação de que não importa quanto tempo demore para chegar ao nosso objetivo final, estamos avançando, cada vez que damos um pequeno passo. Seria muito desanimador. Alguns sonhos e objetivos são grandes demais para não serem realizados, mas para serem abordados como uma peça; como um quebra-cabeça que exige que nos coloquemos no lugar, peça por peça, para podermos visualizar a pintura como um todo. É assim que os objetivos que estabelecemos para nós mesmos se contrapõem ao nosso objetivo final. Em uma definição mais precisa, a meta é a meta final que você deseja alcançar, enquanto o objetivo é o passo que deve ser dado para atingir a meta. O que é muito importante quando definimos metas é que elas sejam realistas. Precisamos estar cientes de nossas capacidades e adequar essas metas a eles e a quaisquer fatores externos que influenciarão nossa tentativa de atingir nosso objetivo final. Machucamos a nós mesmos desnecessariamente ao estabelecer metas que não podemos alcançar, porque, quando falhamos, ficamos inseguros sobre o que estamos fazendo. Nossa mente precisa constantemente de confirmação de que estamos no caminho certo. As metas de curto e médio prazo atendem ao objetivo de manter a “ilusão” de que precisamos para seguir em frente.

Veja o fracasso como uma oportunidade de aprender

Você certamente se perguntará por que essa declaração é tão importante e por que sempre a mencionamos. Às vezes, precisamos ouvir algo várias vezes para que nosso cérebro possa processar e começar a acreditar. Temos que aprender com nossos erros, essa é a chave. Mudando sua mentalidade e vendo os erros e falhas como uma oportunidade, eles não são mais apenas falhas e erros. Aprenda e repita: “Você aprende muito mais com os erros do que com os sucessos.” Valorize todo o conhecimento e experiência que você adquiriu e sempre use-os. É um processo no qual você pode mostrar a si mesmo que, mesmo tropeçando, tem a capacidade de se levantar e continuar andando.

Não há falha se você tentou

Você se lembra de ter ouvido essa frase em sua infância? Que não importa se perdemos, também ganhamos apenas por participar; Bem, isso tem sua razão de ser e nem tudo na vida é vencer. Igualmente célebre é tentar com todas as nossas forças. Deve ser sempre aplaudido como uma conquista diante de nossos medos, seja qual for o resultado.

Não há erros, apenas resultados

O importante é ter uma visão ampla dos resultados, os erros são as peças que o compõem. Quando eles ocorrem, devemos identificá-los, entendê-los e nunca mais cometer os mesmos erros; continue indo.

Quando o que você planejou não está dando os resultados desejados, não tome apressadamente como um fracasso, tente primeiro mudar sua estratégia, porque a que você usou não estava funcionando. E se a nova estratégia não funcionar, mude o plano.

Não diga “eu não posso”

Facundo Cabral, cantor e pensador argentino, costumava dizer: não diga “não posso” nem de brincadeira, porque o nosso inconsciente não tem sentido de humor, vai levá-lo a sério, e ele irá lembrá-lo toda vez que você tentar.

Frases como “eu não posso”, “não é minha praia” ou “eu não vou fazer isso direito” perdem em nossos pensamentos e nos predisõem, na maioria das vezes sem perceber. Pense logicamente e acima de tudo confie em si mesmo. Confie que você tem o suficiente para enfrentar todos os desafios da vida. Confie no processo e que, ao decidir experimentá-lo, encontrará todas as informações de que precisa sobre a melhor forma de o fazer. Às vezes não somos só nós, também vai ter muita gente te dando comentários negativos, te fazendo acreditar que você não é suficiente, que você não pode. Já que não podemos mudar ou decidir o que os outros dizem, nesses casos o que precisamos fazer é ir embora e ignorar; vire-se e diga: “Observe-me fazer isso.”

Não exija um resultado perfeito de si mesmo

Já falamos sobre perfeccionismo, então você já tem algum conhecimento neste ponto. Ninguém é perfeito, então não fazemos as coisas perfeitas. Estou curioso porque tendemos a esquecer este ponto importante. Ninguém é especialista em tudo e sempre haverá alguém que fará certas coisas melhor do que nós. Então, por que não tirar o peso da perfeição desde o início e apenas nos esforçar para fazer o melhor trabalho que podemos ou somos capazes de fazer? Nem tudo que vai bem é porque é perfeito.

O importante é não fazer tudo certo da primeira vez

Na vida é exatamente o contrário. Quando tentamos uma nova receita, provavelmente seremos muito melhores na segunda ou mesmo na terceira vez que a tentarmos. Não somos especialistas em nada desde o nascimento e a única maneira de melhorar é com a prática.

O importante é ter a capacidade de tentar quantas vezes forem necessárias, cuidando para que a frustração que pode nos oprimir seja mais forte do que o desejo de querer alcançá-la.

Erros e falhas são coisas sem as quais não podemos ter sucesso. As maiores conquistas da humanidade vieram apenas de erros, negligência e fracasso.

Um bom exemplo é como a bebida mais popular da história, a Coca-Cola, foi descoberta em 1886. Quando John Pemberton, um farmacêutico americano, procurava um remédio para aliviar dores de cabeça, ele estava estudando com dois ingredientes: extrato de folhas de coca e nozes. Por engano, seu assistente adicionou água com gás à mistura e nasceu a Coca Cola. Temos também como anedota a história de Thomas Edison, que fez mais de mil tentativas para criar a lâmpada que conhecemos hoje. Desde pequeno deve ter ouvido que não conseguia aprender nada; além de ser demitido de pelo menos dois empregos por improdutividade. Por um tempo, perguntaram-lhe se ele não desanimava depois de tantos fracassos e ele respondeu: “Fracassos? Não sei do que estão falando, a cada tentativa descobri um motivo pelo qual a lâmpada não está funcionando. Agora conheço mil maneiras de não fazer uma lâmpada ”.

Então, ele se tornou um dos cientistas e inventores mais importantes da história e também graças a ele temos coisas

como fonógrafo, cinematógrafo e muito mais. Se aprendermos a tirar proveito do inesperado e dominar nosso medo do fracasso, podemos iniciar qualquer projeto que pretendemos fazer e teremos habilidades de vida incríveis. que nos ajudará em qualquer situação e nos fará pessoas melhores.

5- PARABÉNS, VOCÊ FALHOU

Espero que, nesse ponto, você seja uma daquelas pessoas que não terá medo de começar ou tentar algo novo por medo de falhar, já existem muitas pessoas assim no mundo, e espero que agora você tenha conhecimento suficiente das ferramentas e dicas para ter certeza de que pode lidar com qualquer circunstância, até mesmo falhas. Conversamos muito e pensamos em ter sucesso o tempo todo. Agora aprendemos que o fracasso é importante e que sua capacidade de resistir ao fracasso ou de usá-lo em seu benefício é o que levará ao sucesso.

Então, você sabe o que acontece quando, depois de falhar, você finalmente atinge seu objetivo? O que é sucesso?

É um conceito muito relativo.

Às vezes, por mais que lutemos pelo sucesso, quando finalmente o fazemos, descobrimos que não podemos ganhar nada. Devemos então nos perguntar:

Estamos falando de um estado de espírito?

É uma recompensa?

Do nosso objetivo?

É algo único e concreto?

Tanto o fracasso quanto o sucesso são muito subjetivos.

A sociedade de hoje tem padrões gerais quando se trata desses conceitos. Quando se trata de ter sucesso na vida, isso está associado a vencer e ser reconhecido, mas nem sempre é o caso. Em nossa vida diária, ter sucesso ou vencer pode significar muitas outras coisas, dependendo de como você o vê.

Para uma pessoa, ser bem-sucedido pode significar finalmente ter comido aquele bolo de chocolate, enquanto para outra pode significar grande sucesso não tê-lo comido.

Ser promovido em seu emprego ou receber um aumento pode ser uma grande vitória, pois outra pessoa sair do mesmo emprego significaria vencer uma batalha.

Dizer que te amo ou que não te amo pode ser um triunfo para alguém. Vencer o medo de um animal, experimentar aquela fruta de que não gosta e até desistir, às vezes pode ser uma vitória.

Portanto, precisamos definir o que é sucesso e o que ele significa para nós, por que o estamos procurando e por que

precisamos dele.

De acordo com Winston Churchill, “sucesso é aprender a ir de fracasso em fracasso sem parar”. Um homem que não teve muito sucesso no início da vida, nem nos cargos que ocupou, nem academicamente; mas que ele foi uma figura transcendental durante a Segunda Guerra Mundial, graças à sua liderança. A sociedade em que vivemos e a cultura da época estabelecem um padrão muito alto para o que é considerado bem-sucedido; mas vamos começar perguntando a nós mesmos o que é sucesso para os padrões de hoje. Sucesso é sinônimo de triunfo visível para os outros, algo que pode ser aplaudido, o que deixa de lado a ideia de que também pode ser percebido como algo mais pessoal. O pensamento coletivo nos predispõe a pensar que ter sucesso é obter alto reconhecimento que nos leva a ter mais poder e influência. É por isso que pessoas de sucesso são frequentemente altamente reconhecidas e constituem um ponto de referência para muitos; alguém que gostaríamos de ser, ter a aparência e imitar. Desde pequenos somos influenciados pelo conceito de que se vencermos e formos os melhores, teremos tudo o que queremos.

Eles nos asseguram que com o sucesso não seremos apenas reconhecidos por todos, mas também pelos aplausos, influência, poder, dinheiro ... enfim, tudo que segundo a televisão, as redes sociais e nosso ambiente em geral, é por isso que temos que trabalhar para conseguir. Eles até nos dizem que, tendo

sucesso, teremos felicidade e realização espiritual. Infelizmente - ou felizmente - as coisas não acontecem assim, e as pessoas que buscam incansavelmente o sucesso para serem felizes ou acreditam que tudo vai lhes trazer essa felicidade, ficam com promessas vazias e falsas expectativas. Pode acontecer que em nossa corrida pelo sucesso, esqueçamos as coisas mais importantes, como o lindo caminho que estamos percorrendo. Ficamos tão focados na meta e nessa meta que ficamos cegos para olhar ao redor e desfrutar o que temos agora à nossa frente. Imagine dois homens adultos; cada um está sentado no jardim da casa de praia que comprou, ambos com muito trabalho e muito esforço para se aposentar na velhice. Ambos têm uma vida muito estável, uma família onde se sentem amados, consideram que realizaram os seus sonhos e são felizes. Um deles se levanta todas as manhãs e enquanto toma um café pensa em como está feliz, que tem a casa que sempre quis, que todos os seus filhos vão bem e que os netos vão bem na faculdade; você tem o seu ente querido ao seu lado e espera nunca falhar e sempre se lembrar de todas as falhas que passou para chegar lá.

O outro homem se levanta todas as manhãs e é grato por estar ao lado da pessoa que ama, ele é grato por ter filhos e netos saudáveis que vivem a vida que têm ao máximo e enquanto bebe seu café, ele admira apenas a beleza do mar e do céu que estão além de sua janela.

Quem você acha que é mais feliz? O homem que pensa

constantemente na sua alegria ou aquele que admira apenas a beleza da paisagem?

Quando pensamos que temos sucesso, inconscientemente buscamos algo maior, buscamos ser felizes; é por isso que as pessoas anseiam tanto pelo sucesso, mas é apenas uma miragem que desaparece quando você o alcança.

TERCEIRA PARTE
EMPREENDER, O CAMINHO

1- O CAMINHO CERTO

Até agora, já cobrimos muitos conceitos. Estamos em uma jornada longa e complicada tentando entender o processo pelo qual todos passam todos os dias, internamente. Aprendemos como e por que tropeçamos e as razões, ou a falta delas, de porque os eventos ocorrem. Sabemos que ninguém está isento e que o sofrimento e as consequências que isso gera em nós é algo que devemos enfrentar nesta vida. Compreendemos que a vida nos atinge e muitas vezes entramos em colapso, mas agora sabemos por quê e com quê. Portanto, agora temos a sabedoria para nos levantar. Para continuar na luta; ou se pensamos assim, direto ao ponto. Temos certeza de que precisamos de um propósito para viver, sabemos o quanto é importante e como encontrar o nosso. Sabemos a diferença entre aceitar uma situação e mudá-la, quando temos que fazer um ou outro, e também como eles dependem um do outro. Entendemos que, para mudar uma situação, devemos primeiro aceitá-la e que, para mudar qualquer aspecto, devemos primeiro mudar a nós mesmos. Já sabemos como ser resilientes na vida e como acreditar novamente. Aceitamos que o medo é permanente, mas podemos lutar e superá-lo. Que não tenhamos medo das decisões que tomamos, nem de novos negócios, porque sabemos controlar o medo do fracasso. Entendemos que o fracasso não nos torna fracassados, mas sim nos dá oportunidades de aprender e melhorar, e que coisas maravilhosas podem resultar dos erros. Sabemos o que podemos fazer para transformar nossas falhas em nossos maiores sucessos.

Também sabemos o que é sucesso e por que todos

aspiram por ele; que não é bom procurar o que todos procuram e que esta palavra e os significados que ela incorpora não podem definir a nossa felicidade. Compreendemos o que realmente é o conceito de vida; não se trata do destino, mas do caminho que percorremos para chegar lá. Então, sabendo de tudo isso, você já tem claro o que está procurando? O que você queria fazer há tanto tempo? E o mais importante, você está pronto para fazer isso?

Você pode saber exatamente qual é o seu objetivo, o que você deseja fazer; quer você queira começar do zero ou pegar um projeto esquecido, tome aquela grande decisão que você adiou ou, por fim, decida se tornar um autônomo e começar a trabalhar por conta própria.

Enfim, há algo simples de lembrar e parece tão banal que muitos tomam como uma piada e por isso não parece importante, mas se há algo fundamental é: Faça o que você ama. Se você fizer o que ama, se tornará o que deseja. No entanto, você pode estar se perguntando o que significa fazer o que você ama? É tão fácil saber do que gostamos? Não é mais fácil fazer aquilo em que somos bons? Essas perguntas podem não ser fáceis de responder, mas não são impossíveis.

Todos viemos de circunstâncias diferentes, posso ter superado a dificuldade que me incomodava e estou pronto para seguir em frente com minha vida, mas não tenho ideia do que quero fazer com isso; Como você pode saber exatamente o que quer fazer, mas não sabe como. Seja qual for a situação, você precisa ter certeza de que o que vai buscar é uma meta válida na qual investir todos os seus esforços e, claro, é algo que você ama.

Eu entendo que a ideia de ter um caminho definido é algo grande demais para ser entendido como algo concreto. Não existe um caminho correto ou o melhor caminho ... existe um caminho, o nosso; somos nós que decidimos para onde ir e em que

direção tomar, além das profundas motivações que nos movem. A direção que você tomou é a certa? Você pensa assim porque vê ao seu redor e há muitos outros caminhando com você? Tem certeza de que não é apenas o caminho para o sucesso que os padrões da empresa o convenceram de estar certo? Tenho um amigo que não fazia muitas perguntas sobre essas coisas há cerca de 10 anos. Ele escolheu a carreira que estudou por achar que era a melhor aposta para um bom emprego. Ele nem mesmo se perguntou se um emprego de 8-6 anos era o que ele queria. Ele continuou sem se questionar por muitos anos, quando muitas outras pessoas também estavam fazendo o mesmo que ele, então não havia como ele estar errado.

Ele tomou suas decisões com base em uma crença limitadora, limitada por uma sociedade que dita o que é certo e o caminho a seguir para ter sucesso em nossas vidas. Meu amigo nem tinha ideia do que o sucesso significava para ele, era também um conceito genérico que não incluía seus valores ou sua felicidade.

Demorou muitos momentos de desacordo, decepção e rebelião para aprender que as possibilidades na vida são infinitas e ele foi capaz de descobrir o que realmente queria fazer com o resto de sua vida. Hoje ele está trilhando um caminho bem diferente do que fazia antes.

O ex-presidente uruguaio José Mujica disse certa vez que “a diferença entre a vida humana e outras formas de vida é que você pode (até certo ponto) dar uma direção à sua vida. Você pode (em termos relativos) ser o autor do seu próprio caminho de vida”.

Muitos dirão que já caminharam em uma direção por muito tempo e que é tarde demais para mudar. Só posso garantir que, enquanto você estiver vivo, haverá tempo.

Você não acha que é pior chegar a uma velhice arrependida do que sair da nossa zona de conforto e tentar o que tanto queremos? Lembre-se de que nunca é tarde para começar. Eu tenho uma lista de pessoas muito famosas que você deve ter ouvido, que começaram suas carreiras de sucesso “tarde demais”: RayKroc (McDonald’s), Stan Lee (Marvel Comics), Harlands Sanders (Kentucky FriedChicken) e tantos outros.

Você é o único dono de sua vida e cabe a você decidir se vai na direção certa para atingir seus objetivos. Não é a direção certa ou errada, pois não há caminho certo absoluto, exceto aquele que é melhor para você. Descubra o que você quer fazer da sua vida, e não importa com que idade ou em que ponto da sua vida você fez essa descoberta, mas faça. Em última análise, é você quem vai gostar ou odiar esse caminho. Tudo na vida tem dois lados, como uma moeda.

Quero falar com você agora sobre o lado que não é tão brilhante. Decidir mudar de rumo não significa que esse novo caminho será brilhante e perfeito, pelo menos no começo. Quero ser honesto com você e orientá-lo em tudo o que você precisa saber antes de tomar uma decisão. Não se preocupe, minha intenção com isso não é desanimá-lo no final, mas dar-lhe todos os dados para que você possa planejar vendo a imagem como um todo. Porque conhecimento é poder, não se esqueça disso. Trilhar um novo caminho não é fácil nem rápido, principalmente se você começar do zero, porque começar tudo é complicado e exige todos os nossos esforços. Um caminho pode ser mais difícil, mas traz melhores recompensas, enquanto um caminho diferente pode ser mais fácil de trilhar, mas nunca nos traz tanta satisfação. Por exemplo, se você decidir começar seu próprio negócio e se aventurar no mundo empresarial, pode ser um lugar complicado e cheio de inseguranças. Mas você seria independente, faria algo pelo qual é apaixonado na vida (espero) e é um caminho que, com o tempo, lhe dará mais oportunidades de desenvolvimento e aprimoramento profissional do que você poderia possivelmente

obter têm em um trabalho comum. Eu entendo que um emprego permanente oferece segurança na medida em que você recebe um pagamento mensal e que pode ser mais fácil de obter; mas se você olhar para isso de uma perspectiva de crescimento pessoal, não tem nenhuma implicação de longo prazo e os benefícios que você pode obter são menores.

O mesmo princípio se aplica ao escolher qual carreira acadêmica seguir. Você pode estar com pressa com o que seus pais dizem que você deve estudar ou com sua especialidade atual. Só quero lembrar que você é aquele que vai dedicar pelo menos quatro anos de sua vida, aquele que vai investir tempo, suor e talvez lágrimas nessa meta. Estude algo que te excite, que te faça acordar todas as manhãs e ficar animado com as coisas que você vai aprender; algo em que você se vê trabalhando feliz dez anos depois, no futuro.

2- MAIS PERGUNTAS DO QUE RESPOSTAS

Às vezes, podemos não ser capazes de encontrar a solução para nossos problemas, ou as respostas que nos dão alguma clareza sobre o que está acontecendo conosco. Você já pensou que talvez não esteja encontrando as respostas certas porque não está fazendo as perguntas certas?

A pergunta certa tem um grande poder que frequentemente subestimamos. A capacidade de gerar as perguntas certas tem um grande impacto sobre nós e outras pessoas, mas não estamos acostumados com isso. O que você pensaria se eu dissesse que a maioria de nós concentra nossas vidas, pessoal e profissional, em encontrar apenas as respostas certas, em vez de fazer as perguntas certas?

Ser curioso e saber fazer boas perguntas permite-nos descobrir coisas novas. Mesmo dentro de nós, vivemos em busca de respostas para tudo, nunca nos perguntando o que realmente procuramos. Não nos perguntamos o que pedir por medo de nos expor e de não saber o que dizer, quando na verdade aprendemos mais sabendo o que perguntar do que ouvindo uma resposta.

A maioria de nós não sabe o que pedir a nós mesmos para alcançar nossos objetivos. Precisamos reconhecer que não sabemos tudo e aceitar a importância de fazer as perguntas certas para adquirir conhecimentos que não temos. Albert Einstein costumava dizer algo que se aplica a este caso: “O segredo da

vida não é dar respostas a velhas perguntas, mas fazer novas perguntas para encontrar novos caminhos. “ Então, para saber qual caminho queremos seguir, vamos fazer essas perguntas muito importantes nas quais você tem que ser honesto consigo mesmo, para saber a resposta.

1. Você está feliz por fazer o que está fazendo agora?

Esta pergunta é fácil de responder, mas muito difícil de entender. Começemos com o fato de que se você está se perguntando se é feliz ou não, é porque provavelmente não é, ou pelo menos não completamente. Quando você acorda todas as manhãs, fica animado para pensar sobre o que o dia reserva para você? Ou pelo contrário, às vezes você nem quer sair da cama? Não espero que eu ou qualquer outra pessoa sejamos robôs e pulemos da cama todas as manhãs, pronto para começar o dia; e entendo que existe preguiça e que é bom até ficar deprimido por alguns dias. Não vamos confundir esses dois últimos conceitos com o que nos faz querer viver, com tudo o que fazemos e pintamos nossas vidas com cores mais vivas.

Existe um exercício que alguns psicólogos fazem com seus pacientes, é muito simples, e gostaria de compartilhar com vocês. Você só precisa de algo em que possa escrever. Então por uma semana você vai anotar todas as atividades que você faz, não precisa ser muito complicado, mas você tem que ser muito específico ao anotar todas as suas atividades como: tomar café da manhã com leite na manhã, ida para o trabalho, comer macarrão no almoço, tomar um drink com os amigos à tarde, jantar com meu parceiro ... Essa é a idéia.

Depois de fazer isso por uma semana, você precisa atribuir uma pontuação a uma das coisas da sua lista, de 1 (o que

gostamos de fazer menos) a 5 (o que mais gostamos de fazer).

Agora, vou revelar um segredo: quase todo mundo faz atividades de 2 e 3 pontos na maior parte do dia; isto é, atividades que eles não consideram nem empolgantes nem agradáveis. Além disso, por que se beber com seus amigos é uma das coisas que você mais gosta de fazer, você não o faz com mais frequência?

Eu entendo que sempre haverá algo que não gostamos de fazer; Ninguém gosta de lavar roupa ou jogar o lixo fora, mas são coisas necessárias. Mas o que quero que você tire desse exercício é: acordamos quase todos os dias sem ter essa atividade que nos excita e nos dá energia para sair da cama. Um bom desafio que podemos tentar é tentar incluir no nosso dia pelo menos uma daquelas atividades que consideramos 5 pontos.

Quando falamos sobre coisas mais transcendentais do que nossas atividades diárias, podemos pensar que é mais complicado, mas poderíamos aplicar o mesmo conceito. Por exemplo, com seu trabalho. Você está satisfeito com o que está fazendo? Dói ter que acordar todas as manhãs para ir trabalhar? Quando falamos sobre a comida da qual dependemos para viver, as coisas ficam complicadas, especialmente quando você tem um emprego onde não é feliz.

Você prioriza o dinheiro à felicidade? Poucos diriam não a um bom salário, mas mesmo quando não é o melhor salário, aceitamos porque é necessário. Embora detestemos admitir, há alguma verdade no que ele diz que “dinheiro não compra felicidade”. Você pode ter um emprego que odeia, mas é o que paga suas contas, mesmo que o emprego pague bem, mas você trabalha tanto agora que nunca poderá desfrutar desse dinheiro.

A solução que posso oferecer é - na medida do possível - tentar encontrar o equilíbrio certo. Coloque o aluguel no mesmo nível de lucrar com seu trabalho. Tendemos a não valorizar a felicidade em nosso dia a dia, mas é tão importante que defina nosso estado de espírito, o que sentimos e como reagimos aos acontecimentos. Se você realmente tem medo de desistir de tudo, talvez possa fazer um ajuste e manter o que está fazendo, mas aplicando uma redução de tempo mesmo que isso signifique ganhar menos dinheiro no final do mês. Desta forma, você terá tempo livre para se dedicar a outras atividades que você goste e se realizar mais, sem perder tudo de uma vez.

Outra opção que exige ainda mais coragem é parar de trabalhar para os outros e se concentrar em si mesmo. Dizem que não adianta subir a escada até o fim, se você está encostado na parede errada. O que não traz calma nem serenidade à nossa vida, deve ser deixado para trás. Não há preço mais caro a pagar do que perder a paz.

Ouse fazer mais coisas que você ama na vida, você está na hora certa. Nesta sociedade que nos dá as ferramentas para sermos multifacetados, que da sala da tua casa podes aspirar a fazer muito, só com um computador; sinta-se encorajado a definir suas próprias regras de vez em quando. E se você é uma daquelas pessoas de sorte que tem um bom equilíbrio na sua vida e está feliz com o que está fazendo e está funcionando para você, não deixe ninguém dizer que seu caminho está errado, não dê ouvidos a comentários negativos ou ignore aqueles que podem dizer que você tem menos ou mais; porque deixe-me dizer que você está no caminho certo. Nossa felicidade deve ser um hábito em nossa vida e não algo que vemos como uma meta inatingível.

2. O que você está apaixonado?

Existem dois tipos de pessoas, aquelas que já têm uma paixão, interesse ou hobby, que podem ou não aumentar sua principal fonte de renda. E há outros que ainda não sabem e é terrivelmente desconfortável quando perguntam a você.

Então, o que acontece quando você não sabe do que gosta, tem paixão ou interesse? Uma maneira é explorar; pare por um momento para fazer o que muitos recomendam, pare de pensar e analisar tanto as coisas, pare de ler e investigar. Em vez de tudo isso, saí e tive experiências, cheguei perto de tudo o que você estava interessado ou amado e talvez outros já estivessem fazendo.

Faça uma lista do que você gosta de fazer, você pode colocar o que quiser. Se gosta de falar com as pessoas, vale a pena falar, ou se gosta de matemática ou ciências. Nem sempre podemos transformar as coisas que amamos em um negócio e ninguém precisa nos dizer se é certo ou errado. Podemos nem todos ser capazes de monetizar o que somos apaixonados, mas fazer o que amamos não deve ter apenas valor econômico para nós. Fazer o que amamos pela simples decisão de fazer faz bem à nossa alma e aproxima a felicidade e a nossa paz interior.

3. Onde você se vê como pessoa daqui a um ano? E em cinco anos?

Pode ser duas perguntas em uma. Eu tenho um pouco de exercício para você. Eu gostaria que você pegasse duas folhas de papel; Você também pode fazer isso em sua cabeça, mas quando colocamos nossos pensamentos por escrito, considero que eles assumem o poder.

Pegue a primeira página e feche os olhos, quero que pense no que quer fazer em um ano, exatamente 365 dias. Onde você quer estar, com quem você quer estar, o que você gostaria de ter realizado? Depois de obter essas respostas, considere que você tem apenas 12 meses para chegar lá. Agora, bem ao lado de cada uma de suas respostas, quero que você escreva uma meta que você pode alcançar de forma realista em um ano que o ajude a se aproximar de cada uma dessas metas. Sei que você acha que é tão inútil quanto essas metas que estabelecemos para nós mesmos no início de cada ano e você tem o direito de pensar assim; mas se você quiser saber como isso pode ajudá-lo, continue lendo.

As metas para cada novo ano costumam ser algo como: “Eu quero isso ou aquilo ...”, “este ano eu farei isso ...”. Quando não temos um objetivo claro em mente, é muito difícil imaginar como alcançá-lo. Quando você visualiza onde deseja estar em um determinado período de tempo, você pode definir metas para si mesmo que, ao cumpri-las, o deixará mais perto do que se propôs a fazer.

Isso é chamado de visualização criativa e é uma técnica simples que nos ajuda a superar os limites do pensamento, nos mostra os medos que temos e é uma forma de traçar um caminho em direção aos nossos objetivos, e sobretudo, ao imaginar o nosso futuro, colocamo-nos na posição de ter de enfrentar estas grandes questões que mais cedo ou mais tarde surgirão. Atletas de elite fazem isso o tempo todo, quando estão se aproximando de uma competição. Eles se imaginam tendo uma carreira imbatível, visualizam o tempo que desejam e se veem fazendo aquela rotina perfeita. Então eles vão treinar, é claro; mas são exercícios psicológicos como esses que ajudam a colocar sua mente para trabalhar para seus objetivos. Quando

you can see your objectives, it's easier to walk in the direction of them. I understand that the beginning can be expensive, because it happened to me; but, one time that you understand the value of this tool, it can be useful and powerful, it can help you to achieve many objectives in your life.

Agora vamos voltar ao exercício.

What do you think you will do on the same day, at the same time, five years from now? And I don't want your answer to be like the one you give in a job interview.

You have to be very descriptive: five years from now, who are you? Did you get married? Do you have a family, children? Do you live in another country? Did you find a job, now are you an employer? You can take a step forward, look in the mirror and tell me what you like, you feel comfortable with yourself? After imagining everything you are and do, you will have the way you will live five years from now, think about it: will the path you are walking now take you to what you want? Looking at it, five years from now? Probably, you will need to make changes here and there to adjust the direction of your way of transport so that it takes you exactly where you want, or maybe you need to get off this highway and start walking in a different direction. You don't think it would be a waste to never be able to reach everything you imagined?

3- SER UM EMPREENDEDOR

Empreendedorismo é uma palavra muito popular atualmente. Todos os dias ouvimos falar mais e mais, geralmente em referência a um novo negócio. Acho que a palavra foi considerada apenas para descrever situações econômicas e é usada apenas para definir triunfos e sucessos de natureza monetária, e não deveria ser. Empreendedorismo e ser empreendedor é algo mais no dia a dia do que você imagina, todos os dias fazemos algo na nossa vida.

Por exemplo, quando você faz uma viagem ou aventura. Essas duas atividades são, sem dúvida, mais comuns de realizar do que iniciar um negócio. Embora no final tenham o mesmo significado, na prática ambos exigem planejamento, saber administrar as coisas de forma organizada, devem ser executados e controlados; mas, mais do que tudo, exigem projeção e comprometimento do empresário. Como se costuma dizer, não existe viagem sem destino, assim como não existe negócio sem metas.

Você não precisa ter iniciado um negócio, ser um empresário de sucesso ou ser uma mulher ou homem reconhecido no mundo dos negócios para ser considerado um empresário. Ser empresário é ser uma pessoa capaz de transformar uma dificuldade ou um desafio em oportunidade. Desta forma, o conceito de empreendedorismo pode ser utilizado em qualquer circunstância ou situação desenvolvida por uma pessoa e que atenda a essas características.

É possível ter uma personalidade empreendedora que nos faça ver cada desafio como uma oportunidade de criar coisas novas; Isso implica ter um aprendizado pessoal constante e ao longo de nossa vida. Quando ser empreendedor passa a ser um sentimento que pode ser transmitido a grupos e sociedades, percebe-se como as pessoas passam a enfrentar as situações de vida de uma perspectiva mais criativa em um contexto cada vez mais mutante e globalizado.

O empreendedorismo é vivenciado a cada respiração que damos e está vinculado à nossa existência, pois todos buscamos resolver os nossos problemas e os dos outros, certo? Se o vivermos como um estilo de vida, podemos aplicá-lo a todas as atividades que fazemos todos os dias. Portanto, como o que fazemos todos os dias, o empreendedorismo pode se tornar um hábito. Se for incentivado como um bom hábito, pode desenvolver uma sociedade gradualmente empreendedora, o que pode melhorar positivamente a qualidade do crescimento humano para as pessoas dessa sociedade. Deve ser cultivada em casa ou por meio dos sistemas educacionais, mesmo que estes devam fazer parte de uma abordagem nova e mais dinâmica que favoreça iniciativas, ideias e comportamentos proativos. Mais do que um hábito, um sentimento ou um estilo de vida, ser empresário deve estar ancorado em nós como atitude. Se esta atitude foi fomentada desde muito cedo, entre os jovens, inseridos na sua formação acadêmica, as crianças e os jovens passaram a ser orientados para esta reflexão mais orgânica, para que pudessem utilizar ferramentas e instrumentos que os ajudassem a treinar como pessoas, com pensamentos inovadores e inusitados; pessoas que podem gerar mudanças positivas para o desenvolvimento econômico e social de nossas comunidades, não seria um cenário maravilhoso?

Acredito firmemente que os programas atuais são um pouco atrasados, porque não preparam os jovens para o mundo avançado e conturbado em que vivemos hoje, e que ele muda a

cada segundo. A cada dia, mais e mais pessoas, principalmente jovens, ganham destaque ao se cadastrarem nessas listas de empresários. Existem histórias de todas as cores e tamanhos, aquelas que transformaram a necessidade em uma oportunidade para si mesmas e outras que se cansaram de desenvolver negócios de outras pessoas e buscaram independência profissional, entre muitos outros casos.

O que considero mais admirável em todo este movimento de empresários são, sem dúvida, as mudanças que se iniciam e se transformam em admiráveis valores humanos. Claro que cada caso é especial e cada situação tem um caráter próprio que a torna única e diferente das outras, como tudo nesta vida, as situações negativas que isso também poderia ter causado não podem ser excluídas. Mas opto por ficar com o positivo, com a força motivacional que este movimento tem mostrado. Essa atitude que nos leva a ser melhores, a pensar fora da caixa; que prega a realização como pessoa, que incorpora força de vontade, perseverança, liderança e outros adjetivos incríveis que podem ser aplicados àqueles que se caracterizam como empreendedores.

Às vezes me pergunto se ser empresário é tão bom quanto algumas pessoas dizem, ou se é como aquelas coisas da vida que são boas demais para ser verdade. Hoje os empreendedores estão no nível de grandes figuras públicas e me faz pensar se é assim que eles pintam ou se a economia e o mercado não funcionavam antes, apenas acrescentavam falhas e desesperadamente de uma mudança.

O desejo de independência e estabilidade financeira levou muitos a pensarem em se tornar empresários. Os altos níveis de desemprego e a qualidade dos empregos existentes levaram as pessoas a criar e buscar novas formas de ganhar a vida e iniciar seus próprios projetos; passar de empregados a empregadores.

Ser empresário hoje é considerado incrível e é. Porém, como já mencionamos, a vida é uma moeda, ou seja, tem duas faces. O outro lado do movimento empreendedor são as pessoas que se lembram de estar lá muito antes de todo esse movimento ganhar popularidade e têm muito a dizer sobre ele. Por isso vou te dizer o que você precisa saber, o bom e o ruim desse caminho que muitas pessoas decidem seguir. E se você está curioso para saber quantas pessoas já conseguiram e quantas mais não precisam entrar neste barco, espero que continue lendo.

4- O QUE PRECISA?

O empreendedorismo é uma decisão que influencia diferentes aspectos da vida de uma pessoa, não apenas profissionalmente, como muitos podem pensar. Você não pode estudar para isso, não é algo em que você será um especialista porque sabe como abrir um negócio e como administrá-lo. Talvez algum conhecimento prévio que você tenha tornará tudo mais fácil para você, mas ser um empreendedor envolve muitas outras habilidades e atitudes que só se desenvolvem com a experiência.

Não posso te dizer como começar esse negócio e ter sucesso porque todo mundo que quiser se tornar um empreendedor o fará em áreas diferentes. Mas podemos discutir, compartilhar algumas reflexões e conselhos que todos podem colocar em prática para desenvolver sua capacidade empreendedora.

O que um empresário deve aprender?

Como dissemos antes, ter curso superior, mesmo que seja em administração de empresas ou negócios, não garante necessariamente o sucesso. Você pode fazer muitos cursos e ler muitos livros sobre o assunto e eles serão úteis se você enxergar isso da perspectiva de adquirir conhecimento e se dar confiança para enfrentar o desafio de abrir um negócio. Mas não importa quantas horas seu curso leve e quantas páginas você leia, não há nada que desenvolva seus conhecimentos e habilidades de

negócios melhor do que colocar suas idéias e planos em prática. Sem dúvida, o melhor curso para ser empresário.

As habilidades necessárias para realizar qualquer coisa na vida podem variar muito, dependendo do que você deseja fazer. No entanto, generalizando, podemos agrupar essas habilidades em três grandes grupos, onde incluiremos todo o conhecimento e atitudes que associamos ao sucesso do negócio.

1. Competências técnicas: o que nos ajuda a desempenhar uma determinada função e podemos aprender através da educação. O conhecimento específico que temos sobre as técnicas e ferramentas da área em que estamos entrando. Em outras palavras, se estamos começando na indústria de TI, devemos ter algum conhecimento do gerenciamento e operação de computadores.

2. Capacidade humanística: é a nossa capacidade de interagir de forma eficaz com outras pessoas, clientes, colaboradores e fornecedores que possam fazer parte da nossa empresa. Use nossas qualidades humanas e nossos valores sociais para ser capaz de se conectar com as pessoas. Ser empático e motivador, saber administrar o ponto intermediário entre ser um bom líder e um membro da equipe, como se em um equilíbrio delicado, para promover o desenvolvimento pessoal em nós e nos outros e trazê-lo ao máximo: desenvolvimento habilidades, talentos e competências que podem ser essenciais para atingir os objetivos propostos.

3. Habilidades conceituais: são aquelas relacionadas à formulação de novas ideias e conceitos. É a capacidade de compreender abstrações e apresentar soluções para problemas de forma criativa. Além disso, é a capacidade de aprender, analisar

e interpretar informações de forma lógica. São competências que permitem uma melhor relação com o nosso meio, de forma inovadora e criativa.

Embora todas essas habilidades que mencionamos tornem o caminho para o empreendedorismo mais fácil, você deve saber que a melhor ferramenta que você pode ter você já tem e é isso que nos torna únicos e criativos, além da vontade que temos para alcançar grandes coisas. Ninguém mais pensa como você, nem tem a mesma capacidade e ideias de como resolver um problema, que é o que o diferencia dos demais. Grandes empresas nascem de erros e de pessoas trabalhando para encontrar soluções para os problemas que lhes são apresentados.

Para desenvolver uma atitude empreendedora, você deve primeiro ter a determinação de querer ir o mais longe possível com suas ideias e estar determinado para que os outros acreditem em você e nos seus projetos, você deve mostrar que é uma pessoa corajosa. Todas essas habilidades, embora importantes, não devem ser um fardo para você, você não precisa saber tudo desde o primeiro dia ou mesmo antes de começar. Lembre-se, é a experiência e o que aprendemos com o tempo que é realmente valioso e nos dará tudo de que possamos precisar.

Você deve saber que cada processo de empreendedorismo é diferente e pessoal, mas em geral muitos coincidem em uma série de etapas que são vividas e são cruciais para o seu desenvolvimento. Cada uma dessas etapas é essencial para o desenvolvimento de qualquer negócio, seja ele econômico, social ou outro; também são essenciais na tomada de decisão do gestor, pois isso requer conhecimento, experiência e intuição.

Desenvolva um espírito empreendedor

Certa vez, ouvi que nunca se pode construir um negócio de sucesso pensando como um funcionário. E embora não haja nada de errado em ser um funcionário, se você quer ser um bom empresário, a primeira coisa que você precisa fazer é trabalhar na sua maneira de pensar. Quando nos acostumamos a trabalhar para outras pessoas, temos formas arraigadas de pensar e paradigmas que orientam a maneira como fazemos as coisas. Não é uma tarefa fácil mudar a maneira como fazemos as coisas, especialmente quando se trata de anos e anos de costumes, mas devemos estar preparados para sair da nossa zona de conforto e mudar essas práticas.

Algumas pessoas têm a sorte de ter essa mentalidade inata e outras são pressionadas a desenvolvê-la com base em situações que surgem ao longo da vida. Veremos a necessidade de nos expandirmos para áreas que podem não ser comuns a nós, o que exigirá que sejamos motivados e motivados outros, que tenhamos autodisciplina, trabalhemos com nossa intuição e formemos um caráter resiliente que nos permite enfrentar quaisquer dificuldades.

Para mudar essa mentalidade, você pode pensar que é como quando você tem medo de água, a única maneira de superar isso é colocar o pé em primeiro lugar, o que o ajuda a ganhar confiança e o encoraja em seguida, execute mais etapas até estar completamente coberto.

Encontre uma maneira de concretizar suas idéias, de transformar esses pensamentos em realidade, mesmo em pequena escala; o importante é se animar e começar a agir. Isso desenvolverá sua capacidade de pensar e trabalhar de maneira

diferente. Mantenha-se informado e entusiasmado. Leia e pesquise muito, agora temos muitas ferramentas e conhecimento ao alcance de nossos dedos ou ao alcance de uma busca no Google. Em qualquer caso, use todos os mecanismos à sua disposição para aprender.

Esteja motivado, participe de eventos, ouça as pessoas que alcançaram o que você deseja alcançar e que o inspiram. Ser inspirador para atingir seus objetivos é uma emoção muito poderosa que você pode usar a seu favor.

Você é o resultado de seus pensamentos transformados em ações; portanto, qualquer coisa que você possa fazer para mudar sua maneira de pensar e trabalhar terá um valor inestimável na construção de um espírito empreendedor.

Todas as ações, o que você é e o que deseja, devem estar no mesmo tom para que você possa ver os resultados que espera.

Aprenda a identificar oportunidades

Além de trabalhar em como você tomará suas decisões e com que atitude enfrentará o mundo a partir de agora, você também precisará começar a desenvolver suas habilidades para identificar oportunidades. Essa habilidade nada mais é do que ter uma sensibilidade devido às situações e a visão das coisas que a situação pode trazer para você. Para explicar melhor, podemos dizer que um empreendedor tem a capacidade de ver uma árvore enquanto ainda segura as sementes nas mãos. O problema com as oportunidades é que na maioria das vezes elas estão bem na nossa frente, mas se não estamos preparados ou não temos a capacidade de vê-las, percebemos quando é tarde demais. Por

isso é importante começar a ver o mundo com outros olhos, com uma perspectiva diferente. Isso nos dará a capacidade criativa que os empreendedores usam para transformar um problema ou a necessidade de um ambiente em uma oportunidade de construir algo novo.

Basicamente, você tem que se dar a liberdade de ser mais um sonhador, o que não é fácil, pois crescemos em um mundo onde sempre ouvimos que é preciso parar de sonhar e focar na realidade. São essas pessoas, aquelas que se atrevem a sonhar de olhos abertos, quando estão acordadas e capazes de transformar esses sonhos em algo material, os verdadeiros empresários.

Além dessa capacidade criativa, uma característica importante que nos torna não só empresários, mas também a todas as pessoas uma melhor detecção de oportunidades em nossas vidas, é a empatia. Isso, a fim de compreender as pessoas ao seu redor e as necessidades que elas podem ter, pode dar um passo à frente. Graças a isso, você pode gerar inovações que até superam as expectativas de todos. Se você é uma daquelas pessoas que precisa de ajuda para perceber o que pode estar faltando, existem algumas dicas que, quando aplicadas corretamente às situações, podem ajudar.

1. Saia da rotina.

Quando estamos presos fazendo a mesma coisa todos os dias e, portanto, expostos aos mesmos estímulos, será muito difícil para você olhar para o mundo de uma forma diferente e mais criativa. Para pensar diferente, você precisa fazer coisas diferentes todos os dias. Você pode começar com coisas que podem parecer bobas para você, como escovar os dentes com a outra mão, seguir um caminho diferente do que você faz normalmente, ousar viver com pessoas fora do seu círculo de

amigos. Mude a ordem das coisas em seu quarto, experimente novos alimentos ... e, portanto, existem milhares de maneiras de mudar o ambiente em grande detalhe. Qualquer coisa que você fizer para se sentir diferente ou para parecer diferente, essencialmente para sair da rotina, permitirá que seu cérebro crie novas conexões neurais, que o farão pensar e se sentir diferente, mais inteligente e muito mais criativo. E o ajudará a resolver os problemas e dificuldades de uma nova perspectiva.

2. Aprenda com aqueles que tentaram primeiro.

Vamos usar as experiências dos outros com sabedoria, embora seja importante viver as nossas e cometer os nossos próprios erros, não devemos ignorar tudo o que podemos aprender com as experiências dos outros, especialmente se eles estão caminhando no mesmo caminho que aspiramos seguir.

3. Nunca tome nada como garantido, sempre questione tudo.

Para ser curioso. A curiosidade que você sente acima de tudo pode se tornar sua melhor ferramenta para ideias criativas. Perguntando-se constantemente “E se ...?” “Como eu poderia fazer isso de forma diferente?” “E porque não ...? E acima de tudo, não se esqueça de fazer as perguntas certas.

4. Fique por dentro das últimas notícias e tendências.

Nosso ambiente está mudando constantemente e se não mudarmos na mesma velocidade, estaremos sendo deixados para trás. Estar ciente do que está acontecendo em seu ambiente permitirá que você esteja ciente das oportunidades disponíveis e seja um pioneiro em áreas que estão apenas começando.

5. Você se lembra dos exercícios de habilidades mentais que fizemos anteriormente? esta última dica é algo

semelhante.

É importante visualizar nossas metas e objetivos e geralmente tendemos a ser seres muito visuais. Portanto, crie uma parede de ideias, problemas e oportunidades, pode ser uma tela ou uma folha de papel onde você pode capturar, da forma mais simples e gráfica, todos os pensamentos que estão passando por sua cabeça. Quando podemos ver tudo à nossa frente ao mesmo tempo, é muito mais fácil processar. A melhor coisa sobre isso é que pode ser moldado do seu jeito, se você quiser que seja uma inspiração ou uma forma de capturar suas ideias e ajudá-lo a tomar decisões, pode ser isso você quer que seja.

A melhor coisa sobre isso é que pode ser moldado do seu jeito, se você quiser que seja uma inspiração ou uma forma de capturar suas ideias e ajudá-lo a tomar decisões, pode ser isso você quer que seja.

Tenha uma excelente equipe de trabalho

Você já ouviu falar que grandes inovações não vêm de grandes ideias, mas de grandes equipes? Bem, há alguma verdade nessa afirmação. Rodear-se de pessoas talentosas que fazem parte de sua equipe de trabalho é parte essencial desse processo empreendedor.

É aqui que você pode colocar suas habilidades humanas em prática para encontrar e identificar as pessoas que querem fazer parte dos seus sonhos, para que você possa inspirá-las e fazer com que desenvolvam suas habilidades ao máximo. Quanto mais você for um bom líder e tiver essa inteligência emocional para expressar suas ideias, mais você poderá conseguir pessoas talentosas e qualificadas para querer fazer parte da sua empresa.

Não procure apenas pessoas que sejam boas em alguma coisa. Os trabalhadores mais valiosos são aqueles com perfil multidisciplinar. Dependendo do que lhe interessa, você precisa de talentos diferentes para ajudá-lo em sua missão. A chave é que todos compartilham os mesmos valores e podem trabalhar em harmonia. Uma pessoa com valores e princípios geralmente é aquela que está disposta a ir além que faz a diferença entre um trabalho bem feito, mas aceitável, e um trabalho extraordinário. Portanto, a equipe que você vai criar deve estar unida em torno do porquê e para o que eles fazem. Você tem que alcançar as pessoas com um propósito, que sua principal motivação não seja dinheiro; se o que os motiva é a ilusão de ganhar dinheiro, certamente abandonarão o navio ao primeiro obstáculo que se apresentar. Lembre-se sempre, não se trata de quantidade, mas de qualidade. Você vai ter que colocar a paciência em prática, vai encontrar e trabalhar com muitas pessoas até que a pessoa certa apareça pelo caminho. Não tenha medo de começar sozinho ou com uma equipe muito pequena. O importante é que as pessoas em quem você confia sejam tão engajadas quanto você e, por isso, elas podem agregar valor ao desenvolvimento do negócio.

Se você se encontra na posição de ter que agir como um líder, seja um bom líder e, se não, pelo menos, seja gentil e atencioso com suas ações e atitudes. Não há nada pior do que estar em uma equipe onde você não é valorizado, eles não confiam em você e nas suas ideias. Então, não importa se sua equipe de trabalho tem uma ou cem pessoas, valoriza o talento de cada um e permite que as pessoas desenvolvam o melhor de si mesmas.

Transforme suas ideias em realidade

Especialistas na área dizem que todo mundo tem pelo menos uma ideia milionária na vida. Há quem saiba reconhecer

e trabalhar; e então há a grande maioria que nada faz a respeito. Você tem uma ideia milionária? A maioria das ideias surge e morre na mente das pessoas por vários motivos, podem ser os medos e as dúvidas que venceram o jogo, ou porque a pessoa não tinha a capacidade ou as ferramentas para agir. Muitos de nós podem ter uma grande oportunidade ou uma grande ideia, mas simplesmente não podemos fazer isso acontecer. O empreendedor deve ser um grande visionário com capacidade de transformar essas ideias em ações com potencial de entrada no mercado, como produtos e serviços.

Outra habilidade dos empreendedores que conseguem concretizar suas ideias é a capacidade de aproveitar todos os recursos à sua disposição. Mais de uma vez, você certamente se viu paralisado por tudo que acha que precisa. “Se eu tivesse ...”, “Se eu pudesse ...”, “Se eu fosse ...”. Não deixe que esse pensamento negativo o leve a adiar seus planos. O melhor momento para executar as ideias que você tem é agora; amanhã é incerto e pode ser tarde demais. Em vez de se concentrar em tudo que você não tem, ajuste seus planos para que possa continuar criando as mesmas ideias com recursos diferentes.

Saiba como gerenciar seu modelo de negócios

Existem muitas ideias excelentes e também existem empresários. É uma questão complexa, mas tudo gira em torno do fato de que existe uma grande diferença entre ter uma boa ideia ou um ótimo produto e ter um bom negócio. Se você decidir comercializar seu produto ou serviço, é preciso lembrar que se deparará com um mercado altamente competitivo e terá que se aprofundar, pois não se trata mais de tentar ter um bom produto ou uma boa ideia, mas construir uma estrutura organizacional completa com a qual você possa agregar valor, torná-la lucrativa e sustentável ao longo do tempo.

Validação do cliente

Essas são geralmente as mesmas pessoas em sua comunidade que têm as respostas para essas perguntas sobre se o seu produto é ou não valioso. A melhor maneira de saber se suas ideias podem ser bem-sucedidas é ouvir as opiniões daqueles que potencialmente se tornarão seus clientes.

Início de negócios

Tornar-se empresário tem muitas vantagens, mas também muitas responsabilidades. Quando sua ideia se concretizou e você começou a receber lucros pela prestação de seus serviços ou pela venda de seus produtos, pode-se dizer que você tem um negócio formalizado. É aqui que você precisa passar de empreendedor a empreendedor. Esta é uma etapa tediosa, na qual você terá que lidar com muitas questões administrativas e jurídicas desafiadoras. Você não precisa mais se preocupar apenas em ter ideias inovadoras e torná-las realidade, deixando seus clientes e funcionários felizes; a partir de agora, você também terá que responder às diversas organizações responsáveis pela regulação da atividade comercial em sua região.

Os primeiros anos podem ser caóticos, mas nada que valha a pena e que valha a pena é construído da noite para o dia. Todos enfrentamos desafios que nos permitem fortalecer e transformar nossas ideias em esforços dignos de admiração.

5- O QUE NINGUÉM DIZ

A verdade seja dita. Ser empresário é a profissão da moda em nossa sociedade. Ao contrário, há já algum tempo convive no mercado um grupo de empresários que afirma estar na economia há muito mais tempo do que todos estes novos empresários que viraram empresários e a partir desta posição criaram uma anti-tendência empreendedorismo.

A maneira lógica com que tento viver minha vida me diz que todas as coisas na vida têm dois lados, o bonito e o não tão brilhante. Minha política é, acima de tudo, estudá-lo de todos os pontos de vista e de todas as bordas possíveis, ainda mais se estivermos interessados em algo que pode potencialmente mudar nossas vidas. Quanto mais informações tivermos, melhor estaremos preparados para as situações que surgirem. Eu estava curioso para saber o que os membros desse grupo de pessoas tinham a dizer que de alguma forma se opunham ou não pintaram um quadro tão colorido e esperançoso do conceito de empreendedorismo. Após minha pesquisa, descobri que essa informação era muito interessante e decidi compartilhar. Só me parece que se você quer seguir o caminho do empreendedorismo, você tem que saber tudo: o bom, o ruim e o pior.

Na década de 1980, ser empreendedor era visto como uma raridade, quem ousava ser empreendedor era visto como marginalizado. O que as pessoas falaram sobre quem decidiu iniciar os seus próprios projetos não foram comentários

positivos, pelo contrário; eles não foram dispensados, mas de forma alguma foram celebrados como são hoje, quase como heróis e grandes influências.

Tudo mudou quando, em meados da década de 1980, empresas como Apple, Adobe, Oracle e Microsoft começaram a encontrar seu caminho em um mercado que até então parecia hostil para startups. E esses desajustados sociais tornaram-se mais aceitos e até invejados por algumas pessoas. Na década de 1990, o empreendedorismo revolucionou o mercado financeiro e comercial em geral; no momento eles são considerados pessoas famosas e todos, mesmo que não aceitem, aspiramos ser como essas pessoas boas que criaram algo do nada, porque os admiramos. Mas em nenhum momento pretendo desacreditar ou criticar ninguém, muito menos as pessoas que admiro, já que me considero um empresário. Também não quero falar sobre a evolução de como ser empreendedor se tornou tão interessante hoje, mas sim falar de outro ponto de vista sobre o que significa ser empreendedor; perspectiva que a mídia muitas vezes esquece. Digamos as “partes feias” da história. Assim como ser médico ou astronauta não é fácil e exige muito esforço, poderíamos aplicar o mesmo a ser empresário, atrevo-me até a dizer que, uma vez que uma pessoa não nasce astronauta, ninguém nasce para ser um empresário também

Falaremos sobre aqueles fatores que considero a parte mais difícil de ser empreendedor, o lado negro do empreendedorismo nos dias em que nos encontramos, em que ser empreendedor é admirável. Deixe-me acrescentar que em nenhum momento quero que você desanime de perseguir seus sonhos. Quero prepará-lo contando sobre as coisas difíceis e os desafios que você encontrará ao longo do caminho ao decidir iniciar seu próprio projeto.

1. A sensação de isolamento que você sente. Principalmente quando você decide começar e ainda não tem uma equipe de trabalho consolidada, ou não tem ninguém que compartilhe sua visão e entenda suas ideias. Todos estamos acostumados a fazer parte de um grupo, se você é funcionário de uma empresa, você tem seus colegas, na universidade você tem seus colegas de classe e assim, como seres humanos a gente vive pertencer a grupos, mesmo que não queiramos.

Quando você decide começar seu negócio, se tiver sorte, terá um parceiro ou colega de trabalho, mas se não for ficar basicamente sozinho, poderá sentir que a sensação de isolamento e solidão o oprime. Mesmo quando você tem uma ideia que é inovadora e não tem outros exemplos como referência para comparação, e mesmo sabendo que será algo novo para o mercado que está aplaudindo, haverá esses momentos de dúvida e vazio. Acho curioso quantas pessoas não gostam de falar sobre isso, seja por um sentimento de vergonha ou por considerarem que não se encaixa bem com a imagem que desejam passar ao mundo da personalidade de 'um empresário de sucesso. No entanto, esses sentimentos negativos que você pode estar experimentando são muito reais.

2. O que você decidir fazer pode lhe oferecer um estilo de vida e um emprego, mas não abundância financeira. É algo real e importante de entender e me parece que mais pessoas deveriam estar falando sobre isso. Ser independente no trabalho e financeiramente não significa que todos nos tornaremos Mark Zuckerberg (criador e fundador do Facebook). É sobre colocar as coisas em equilíbrio, talvez ao seguirmos nosso caminho não recebamos a mesma receita monetária por ano que trabalhar em um escritório, mas teremos a liberdade de escolher nosso

próprio horário, o liberdade criativa em tudo o que fazemos e não seríamos responsáveis por nossas decisões a ninguém. É saber o que é mais valioso para você. Muitas vezes pensamos nos empreendedores como pessoas com muito dinheiro e ousa apostar que esta é uma das razões pelas quais este negócio é tão popular hoje. A realidade é que nem sempre é esse o caso, muitos deles têm um segundo emprego e o seu projeto empresarial é mais um hobby e hobby do que a sua primeira fonte de rendimento.

3. Nada acontece durante a noite. Muitos empreendedores e proprietários de empresas afirmam que leva muito tempo, anos, para começar um negócio e outros para começar a ter lucros substanciais. Geralmente, leva muito tempo para iniciar um negócio. Até o Facebook existe e funciona há cinco anos sem nenhum lucro. O mesmo acontece com muitas empresas.

4. Você terá que lidar com pessoas que não o verão como o mocinho da história. Estar em uma posição de liderança automaticamente cria uma reação negativa em relação a você nos outros, como se desde o primeiro momento eles se sentissem inferiores apenas por causa de sua posição, mesmo que não a consideremos de forma alguma. Na gestão de uma empresa, não há dúvida de que é necessário estar atento à sua administração, e isso envolve lidar com todo o tipo de pessoas, não só funcionários, mas também fornecedores e clientes. Você será o único responsável por tomar as decisões difíceis e, em todos os aspectos, será o único responsável pelo resultado dessas decisões. Você será aquele que dará as más notícias e será o responsável por encontrar os problemas a serem resolvidos. Gerenciar esse fardo humano e fazer da maneira certa dá muito trabalho e algumas pessoas não serão capazes de fazer isso naturalmente. Mas é um fator chave que você deve levar em

consideração ao começar. Apesar de tudo isso, tenha você ou não consciência de sua existência, existe uma realidade maior e que se você ama o que faz e ama ser seu próprio patrão ou ser independente, não desista. pessoa ou qualquer coisa te incomoda. No teu caminho. Ser empreendedor em qualquer ramo é em si algo incrível e merece aplausos, pois a palavra é sinônimo de coragem, ousadia e nem todos têm coragem suficiente. E é ainda melhor quando você faz um bem maior para sua comunidade e seu país com seu projeto. Lembre-se, nem tudo será rosado.

6- VOCÊ FAZ O QUE VOCÊ AMA OU VOCÊ AMA O QUE FAZ?

Você deve ter lido o título do capítulo com surpresa. Não, não fiquei louco, nem quero invalidar nada que compartilhei com você até este ponto. E embora você provavelmente esteja muito confuso e se perguntando onde estou indo com tudo isso, quero usar este capítulo para dizer, por estranho que pareça, por que você não pode ganhar a vida dedicando-se a o que você ama e o que te excita. Muitas e muitas pessoas estão nesse processo pessoal de descoberta, nessa encruzilhada onde você não sabe que direção tomar sua vida, seu futuro profissional e tudo o mais que você fizer. Além de buscar uma forma de ter harmonia entre o que você faz pelo seu trabalho e o que você realmente gosta de fazer. Por acaso isso soa familiar para você?: “Estabelecer-se para trabalhar para alguém, em um trabalho de segunda a sexta, quarenta horas por semana, que você não aguenta e só faz porque você não tem outra escolha. Espere sair. do trabalho para fazer as coisas de que realmente gosta, ou espere o fim de semana ou as férias, duas semanas por ano. Peço-lhe para imagine que, apesar da enorme carga emocional e da decisão incrivelmente difícil, você desiste desse emprego e começa a viver por um tempo recebendo o seguro-desemprego. Você decide que esse período de carência que você tem, você vai ‘costumava pensar no que você vai fazer da sua vida, mas ainda se sente pressionado porque a mesada que recebe não vai durar para a sua vida, então a sua situação é mais ou menos urgente.

Agora você tem que ficar imaginando, você não gosta da sua situação de trabalho e isso te causa uma ansiedade terrível. Mas a ideia de trabalhar em seu antigo emprego era tão opressora que começou a afetá-lo até mesmo fisicamente, quando você teve uma verificação de realidade e percebeu que uma renda fixa não era mais intensa o suficiente para continuar em um trabalho que não estava realmente funcionando para você ou para sua vida. Embora a situação, imaginária ou não, seja bastante dolorosa, ela tem um bom histórico. Isso te fez mudar a maneira como você via sua situação, foi um alerta. Essa percepção de que dinheiro não é tudo fez com que você desejasse mudar seu caminho, pense no que você pode fazer agora, no que você pode ser bom e destaque o que você pode fazer e o que você realmente gosta. É quando você também percebe que é uma mentira que você pode ganhar dinheiro com um hobby. A crença de que você não pode ganhar a vida fazendo o que ama é extremamente poderosa e compartilhada por muitas pessoas. Muitos querem abrir um negócio para que possam se concentrar no que realmente amam fazer ou encontrar um emprego que eles realmente amam, mas quando você pergunta o que eles querem fazer, eles não podem dar uma resposta clara porque eles não sabem quais são suas paixões, nem seus talentos. Em vez disso, quando você pergunta a essas mesmas pessoas o que elas realmente gostam de fazer, elas sabem exatamente o que as faz gostar do que estão fazendo, mas não as levam a sério, como uma opção. Se você se perguntar a mesma coisa, tenho certeza que descobrirá que mesmo você, em algum momento, descartou suas paixões e hobbies como pensamentos impossíveis e não os levou em consideração porque não são ideias sérias, formais ou algo a que você possa se dedicar. A verdade é que você está certo, isso o surpreende? Ninguém te paga só porque gosta de

fazer algo, ninguém te paga para ir ao cinema, ver TV ou passear com os amigos.

Aqui temos que analisar a situação. Vamos tocar em um ponto que não havia tocado até agora e este é um exemplo muito interessante de empreendedores ganhando a vida, fazendo o que amam. Existem centenas, senão milhares, senão milhões de pessoas que ganham a vida. Alguns estão se saindo muito bem, por meio de seus canais no YouTube ou plataformas de mídia social, fazendo vídeos de suas vidas, compartilhando receitas de comida, rotinas de exercícios ou apenas cantando. Você vai pensar sobre isso e se perguntar: eles estão sendo pagos apenas para fazer as coisas que amam? Bom ... e a verdade é que essa explosão de gente se dedicando a trabalhar nas redes sociais é tão grande que poderíamos fazer um livro inteiramente dedicado a isso. Mas, em essência, sim, eles gostam do que fazem, claro, e também os pagam por isso. Mas não vamos nos desviar do que é importante. Eles não apenas os pagam por isso, mas eles ganham dinheiro porque conseguem melhorar a si mesmos ou contribuir para a vida de outras pessoas. Isso é o que é realmente importante e você deve sempre se lembrar disso: é que eles agregam valor à vida dos outros.

Ousei pegar o exemplo de pessoas que ganham dinheiro fazendo vídeos e compartilhando-os em uma plataforma como o YouTube, porque me parece a maneira mais fácil de explicar esse conceito tão complicado. Quando você ajuda as pessoas a melhorarem suas vidas, ser mais felizes, resolver problemas, mesmo que faça isso por meio de um vídeo no YouTube, você está ajudando e divertindo a vida dessas pessoas. Vamos encarar: quantos de nós ainda não pesquisamos a receita daquele prato

que você tanto quer cozinhar em um vídeo do YouTube? Agora que sabemos o que está por trás da simples coisa de ‘faça o que você ama’, podemos começar a pensar sobre isso desde o início. Se você realmente quer encontrar um jeito de ganhar a vida se dedicando ao que você ama, além de ter a confiança de que pode e de que realmente é possível, a primeira coisa a fazer é mudar o seu jeito de ser, mudar sua maneira de pensar e continuar a se concentrar mais no que você tem, no que você pode oferecer e contribuir para o resto das pessoas.

As empresas que se concentram apenas em atender às necessidades de uma pessoa, ou delas mesmas, geralmente não funcionam. No momento em que começar a pensar no que pode oferecer para tornar este mundo um lugar melhor, você encontrará as opções e oportunidades que sempre buscou. Para que um negócio funcione, ele deve estar voltado para o que nossos clientes desejam ou precisam e, a partir daí, oferecer soluções para esses problemas. Voltando ao panorama que imaginávamos antes, agora que você entende que aquilo a que se quer se dedicar deve se concentrar principalmente em fazer com que os outros beneficiem ainda mais e depois combiná-lo com o que você é apaixonado, o panorama faz não parece mais tão escuro. Você pode ir trabalhar sem ter que ver isso como um fardo ou uma obrigação, você pode até ficar animado ao pensar nisso. Ir para o trabalho terá um novo significado. O que quer que você tenha que trabalhar - e eu garanto que será muito porque começar algo nunca é fácil - será mais viável se você gostar do que faz e especialmente quando perceber que tudo o que faz é para o benefício dos outros e do seu.

Dessa forma, quando você pensa em monetizar sua

paixão, não parece mais um sonho tão louco. Dedicar-se ao que você tanto ama é o que realmente lhe dará vida. Afinal, desistir de sonhar é certamente lamentável.

CONCLUSÕES
DÊ AO MUNDO

MINHA EXPERIÊNCIA PESSOAL

Existem coisas acontecendo na vida que mudam seu curso. É quase engraçado, quando você finalmente tem certeza de que tem todas as respostas que está procurando e sabe tudo o que você precisa saber, chega a hora em que todas as perguntas mudam.

Você se lembra que conversamos sobre aquelas questões que eram mais importantes do que as respostas? Você já ouviu alguma dessas perguntas de mudança de vida? Isso aconteceu comigo uma vez, há alguns anos. Era uma daquelas perguntas complicadas que te deixava sem palavras, sem saber o que responder. Não necessariamente porque você não sabe como ou o que responder, mais porque a resposta o envergonha e não porque você tem algo a ver diretamente com o motivo da resposta, mas simplesmente porque seus valores como pessoa o envergonham da situação.

O que você está fazendo nesses tempos? Quando você percebe a realidade de todos os problemas ao nosso redor. Problemas, que não são seus e dos quais você provavelmente não tinha ideia até então. Talvez a sua vida esteja indo bem, tudo no aspecto familiar esteja em ordem, você é apaixonado pelo trabalho, está onde quer estar. Acho que a vida pouco se preocupa com tudo isso, quando as coisas devem acontecer, elas acontecem. Esses problemas podem não ser seus e você pode não os ter. Mas o que acontece quando está em suas mãos dar uma solução? Você ignora a situação e segue em frente com sua vida? O que acontece com as consequências desta decisão? Podemos

ser ignorantes uma vez, mas quando temos o conhecimento de que não há como voltar atrás, você não pode fechar os olhos.

Então você vai ignorar isso?

Alguns anos atrás um amigo me fez uma pergunta que me incomodou

Como é que os porcos comem melhor que os humanos?

Um amigo aqui, de Misiones, se aproximou de mim um dia e me disse que estava assistindo a um documentário sobre a América e a África, e viu que várias pessoas morriam por causa de fome nesses lugares. Ele me disse que ficou muito magoado ao saber que as pessoas estavam morrendo de fome, quando no final do dia ele teve que se desfazer de produtos que não podia vender (porque não podia vender ou porque não tinha a logística necessária para comercializar os produtos ou simplesmente não existe o mercado necessário). Esses produtos que ele não consegue vender durante o dia, ele acaba jogando-os como comida para os porcos; em outras palavras, os porcos acabam se alimentando melhor do que muitas pessoas ao redor do mundo. É um pensamento triste e até doloroso. Não podia ignorar algo assim, algo que estava acontecendo tão perto de mim, em minha própria comunidade. A partir daquele momento começamos a pensar e imaginar o que poderíamos fazer com esses produtos, e como também poderíamos fazer para que de Leandro N. Alem mandássemos comida para o resto do mundo. É uma daquelas situações em que pensamos em ajudar os outros e tentar encontrar algo que ofereça uma solução positiva para muito mais pessoas sem pensar primeiro em nós mesmos, encontramos um propósito. Lá descobrimos uma técnica, encontrar uma forma de pegar esses alimentos e enviá-los para o resto do mundo, por meio de um

processo chamado liofilização. É um procedimento muito comum usado para armazenar vacinas e muitos outros medicamentos. Encontramos uma maneira de aplicar esse conceito para que possamos armazenar esses alimentos, e não apenas alimentos, mas também refeições inteiras. Simplificando, o que se faz é desidratar os alimentos a frio e a vácuo, preservando todos os seus nutrientes por até vinte anos, bastando apenas adicionar água para consumo. O mundo está cada vez mais injusto, há cada vez mais desigualdades, mais pessoas que têm cada vez menos têm mais. É uma realidade e é que no mundo de hoje existem mais de 7.700 milhões de pessoas, e 15% dessas pessoas não comem hoje, nem comem amanhã, nem depois. Isso equivale a 850 milhões de pessoas em todo o mundo que passam fome todos os dias. E esse desejo de não comer é uma tragédia. Mas nem tudo está ruim, o mundo está produzindo comida suficiente para alimentar todas essas pessoas. Só na Argentina, produzimos quatro vezes mais alimentos do que o necessário. É, humildemente, a história de como sem planejá-la, com uma oportunidade que se apresentou quase de repente e sem procurá-la, meu sócio e eu nos tornamos empresários. Foi assim que decidimos criar “Food for a dollar” com a ideia de um triplo impacto. Em primeiro lugar, as pessoas não morrem de fome e, quando comem um prato de comida, recebem vitaminas e são alimentadas. Em segundo lugar, agregar valor aos produtores que, como meu amigo, desperdiçaram produtos. Finalmente, para gerar uma verdadeira força de trabalho e também para empregar a comunidade. Você deve estar se perguntando por que o nome é usado, porque nós o usamos porque é um valor universal que é usado em todo o mundo, mas também para que se saiba que por um dólar uma pessoa pode ser alimentado; e, finalmente, para que quando a pessoa comer essa comida, saiba que ninguém pagou mais de um dólar por ela. Somos um projeto social único no país, mas

com a ideia e a esperança de que possa ser reproduzido em diferentes partes da Argentina e do mundo. Isso é algo de que estamos extremamente orgulhosos. Hoje todos temos formas de contribuir, todos somos bons em alguma coisa, todos podemos causar um impacto, todos temos um potencial com o qual podemos gerar coisas maravilhosas. Então, voltando à pergunta do início, você já ouviu uma pergunta que o deixou desconfortável? E a isso quero acrescentar outro:

O que você fez com essa pergunta?