

Autor dos Best Sellers "Antimedo" e "O Destruar da Inteligência Emocional"

PABLO MARÇAL

SANGUE

SUOR

LÁGRIMAS

FOFURA

# O PIOR ANO DA SUA VIDA

O DESTRAVAR DE UMA DÉCADA

# O PIOR ANO DA SUA VIDA

O DESTRAVAR DE UMA DÉCADA

Pablo Marçal

Edição 1  
Volume 1

Autor: Pablo Marçal | @pablomarcal1

Revisão: Alvina Boldori | @alvinaboldori1

Mariana Coelho | @mariicoelhos

Priscilla Carvalho | @carvalhopriiscilla

Diagramação: Priscilla Carvalho | @carvalhopriiscilla

Desing capa: Flávio Anibal | @flavioanibal

**TODOS OS DIREITOS RESERVADOS** - É proibida a reprodução total ou parcial, deste material, de qualquer forma ou por qualquer meio. A violação dos direitos de autor (Lei nº 9610/98) é crime estabelecido pelo artigo 184 do Código Penal Brasileiro.

Detentor dos direitos autorais: Pablo Marçal

# Sumário

Esqueça o extraordinário e viva o simples. Você sabe viver o simples? .....	14
O poder da escrita. Escrever é ter a alma sendo exposta. ....	24
Quais são seus alvos? Quem não sabe para onde vai não vai a lugar nenhum. ....	32
O que te impede? Solte a corrente invisível que te prende a lugar nenhum. ....	38
Aprenda a fazer tarefas assertivas. Fazer tarefa é fazer acontecer. ....	46
Se você perde tempo cuidando da vida dos outros, não sobra tempo para cuidar de você. ....	54
Novos Hábitos. Para começar algo novo, é preciso deixar algo velho para trás. ....	62
Autogoverno. Você sabe quem é que manda? .....	70
Drivers Mentais. Suas crenças limitam seus resultados.....	78
A maior viagem da sua vida. Para ir para fora, você precisa ir para dentro de si mesmo. ....	88
Como ativar a Ira. Não se ponha o sol sobre a sua ira.....	96
A Lei da Associação Não ande com quem você não seria. ....	110
Modelagem. Não é copiar, é codificar. ....	118

Compra de Sementes. A vida é plantio, escolha as sementes com sabedoria. ....	126
Ative a sua Imaginação. Desperte sua criança interior. ....	136
Ferramentas Eficazes. Sua mente é uma ferramenta destinada a servir-lhe. ....	144
Metas e Indicadores. Não coloque teto nos seus sonhos, coloque chão. ....	152
Passa isso adiante. Não segure a bênção que está sob você.....	160
Você está disposto a dar tudo por você? Jesus escolheu viver dentro de você, cuide da casa Dele. ....	168

# DEDICATÓRIA

Este livro quero dedicar a todas as pessoas que já tiveram momentos de fraquezas e insucessos. E eu aprendi que isso não vai doer pra sempre, por isso quero te dizer que o seu sucesso será a soma dos seus fracassos.

## PREFÁCIO

**O** pior ano da sua vida te levará sempre aos seus melhores anos.

Eu quero lhe falar algo muito importante: se você continuar até o fim deste livro, fizer todas as tarefas e mergulhar profundamente no que eu estou lhe falando, **VOCÊ VAI TOCAR O TERROR NA SUA VIDA**. Tudo isso aqui, eu já tenho comprovado com os resultados da minha própria vida e, por isso, que tenho indicado para as pessoas do mundo inteiro que se conectam a mim.

Quando eu falo em “tocar o terror”, uso essa expressão de maneira positiva, tá? E isso significa que vai dominá-la e, literalmente, vai começar a cuidar da sua vida. Então, nessas horas em que nós estaremos juntos, eu espero que você leia isso repetidas vezes se precisar.

**Eu vou lhe mostrar que o determinante será o tamanho de sua sede e de sua fome pelo sucesso e pelas vitórias da sua própria vida.**

A quantidade de vezes e a velocidade com que vai ler demonstrará muita coisa. Se você for só uma pessoa mais ou menos, talvez, você leve um mês para ler este livro; se for uma pessoa um pouco fora da curva, possivelmente, levará uma semana; mas, se estiver “grilado” e com uma indignação dentro de você, a ponto de explodir, pode ser que leia este livro em menos de uma semana.

Quantas vezes você já assistiu a Netflix, começou uma série e foi embora? Certamente, várias vezes, não é mesmo? Acredito até que teve aquelas séries que você viu todos os capítulos praticamente em dois ou três dias. Então, por que com esse livro você não faz isso?

**Aqui está o segredo: não se trata apenas de ler o que eu tenho para falar, eu vou ativar algumas coisas em você porque esta obra aqui não é motivacional, ela é ATIVACIONAL, mas você vai precisar fazer as TAREFAS.**

Você vai ter que ler outros livros também, não tem como fazer os resumos para você, e, por mais que eu fizesse, você não iria absorver nada. Não adianta alguém vir e lhe dar o resumo de coisas que você não vai absorver para transformar em atos. **Este livro é para colocar você no modo AÇÃO.**

Este vai ser o pior ano da sua vida. **Não é no dia 1º de janeiro que o pior ano vai começar, ele começa hoje. Já que você escolheu isso, vamos começar nossa jornada para O PIOR ANO DA SUA VIDA. CAI PARA DENTRO!** Vamos fazer de uma forma que você nunca fez. Você está pronto para isso?

A maior parte das pessoas ficam com esperança em quem elas estão ouvindo ou lendo. Elas leem meus livros, ouvem minhas palestras e criam esperanças em mim. **Deixe eu lhe falar uma coisa? A esperança não sou eu, A ESPERANÇA É VOCÊ! E VOCÊ PRECISA TOMAR VERGONHA NA SUA CARA.**



Não fica “magoadinho” comigo, porque todos os que ficam aborrecidos são pessoas que não cuidam de suas próprias vidas. Por isso: você precisa começar a **A CUIDAR DA SUA VIDA**.

Se você continuar comigo até o final e fizer suas tarefas, você vai experimentar o pior ano. O problema é que você vai deslanchar o resto da sua vida, e este vai ser o ano em que você vai investir e destravar uma década em apenas 365 dias. **PRESTE ATENÇÃO!**

No primeiro capítulo, você vai prestar bem atenção no que eu vou dizer sobre **LARGAR A VIDA EXTRAORDINÁRIA**. Quando eu falo “largar”, isso envolve muito perfeccionismo, mas segura que eu vou chegar lá. Você tem alguma dúvida? Vamos estar juntos. Eu sei que 85% dos resultados dependem das pessoas com quem eu me conecto e tem um capítulo que fala sobre isso também.

Você está preparado?

**SEJA BEM-VINDO E VAMOS PARA O PIOR ANO DA SUA VIDA!**

*Pablo Marçal*



## INTRODUÇÃO

**C**omo dizia Einstein: "Querer resultados diferentes fazendo as mesmas coisas é uma insanidade".

Chega de lamentar-se pela vida, pelas pessoas e por qualquer outra coisa que possa ser externa a você. Então, comece seu pior ano hoje. E, é claro, você pode me perguntar "Pablo, por que o pior? Você está querendo rogar uma praga na minha vida?" **ÓBVIO QUE NÃO! Então será o pior porque, antes de ter o melhor, eu preciso ter o pior. Só isso!**

Podemos comparar essa situação com quando você compra uma fazenda: no início, ela é cheia de mato, e é preciso transformá-la em uma lavoura, criar condições de pastos para gados, construir uma casa para a habitação.

E, para isso, o que você precisa fazer? SIM, você precisa gastar dinheiro, colocar maquinário, ter pessoas para trabalhar e, ainda, investir tempo, sangue e suor. Só assim conseguirá formar o pasto, a lavoura e todas as benfeitorias que você considera

necessária para começar o seu plantio. **A terra precisa ser mexida, ser preparada para produzir.** Não sei se você sabe disso, mas não é só chegar e plantar de qualquer jeito.

Por isso, você precisa ter o pior ano em tudo o que você deseja iniciar em sua vida. **Esse é o ano que eu chamo de “Guerra” ou seja, quando você entra para a batalha, você faz com todas as suas forças e com suas melhores armas.**

Depois, quando ela termina **VENCE, e VOCÊ DESFRUTA DA PAZ.**

Sim, a paz existe, mas ela só vem depois da guerra.

**A sua vida hoje é um reflexo das guerras que você não está lutando,** daquelas que você está procrastinando ou, até mesmo, daquelas que nem reconhece que precisa começar. Vamos parar de “nhé né né”. No primeiro capítulo, vou falar sobre abandonar o extraordinário e espero que você esteja vivo até lá.



**"EU NÃO TENHO UMA VIDA  
EXTRAORDINÁRIA!"**



# CAPÍTULO 1

**E**squeça o extraordinário e viva o simples.  
Você sabe viver o simples?

Que bom que você chegou até aqui! Imagino, então, que você não tenha desistido. Algumas pessoas já desistiram antes mesmo de começarem, mas é assim mesmo, “muitos são chamados, mas poucos são os escolhidos”, e eu já estou acostumado com isso. **O importante é que não posso falar isso de você, pois você está aqui. Bora cair para dentro. Parabéns!**

Agora, nós vamos mergulhar no mundo da simplicidade: **este capítulo será sobre abandonar o extraordinário.** Algumas pessoas quando me encontram, falam: “Eu queria ter uma vida extraordinária como a sua”, **e foi exatamente por isso que decidi lhe ensinar como ativar a sua missão na vida e viver o seu propósito.**

**EU NÃO TENHO UMA VIDA EXTRAORDINÁRIA!**

Preste Atenção: **O extraordinário é a ótica de alguém que não vive uma vida boa. Sabe aquelas pessoas que veem a grama do vizinho sempre mais verde?**

Então, elas olham para as pessoas que estão tendo resultados na vida e pensam assim: “Uauuuu! Como esses caras são cabulosos, como isso é maravilhoso, como eles são extraordinários”, mas a verdade é que, sob essa ótica de vislumbre, há uma única coisa que elas conseguem ver: o resultado. Elas não dão créditos ao empenho, às renúncias e ao duro suor derramado que eu e essas pessoas tivemos para que essas coisas acontecessem.

Ao avaliar a situação sob a ótica do esforço, você vai perceber que não existe passe de mágicas. **Se você não repetir o simples todos os dias, não vai entender nunca o extraordinário.** Mas, tem que ser todos os dias. Uma das coisas que mais travam a vida de muitas pessoas é a falsificação da perfeição.

Você sabe o que é a falsificação da perfeição? É o mal do século, chamado “perfeccionismo”. **Todo ser que é perfeccionista não consegue avançar na vida.**

Vivemos em uma era de conquistas e triunfos apresentados pelas mídias sociais, em que o grau de comparação é até doentio, e esse nível desenfreado de comparações se tornou “totalmente normal”. E, como as conquistas de milhares de pessoas estão em evidência, se tornou fácil começar a acreditar que você precisa ser perfeito para ter sucesso nessa cultura mega competitiva de hoje.

Se você caiu nessa sintonia de que a perfeição é um pré-requisito para o sucesso, saiba que não está só: **o perfeccionismo está, atualmente, em constante crescimento, e isso é uma grande perda.** Com estudos mostrando saltos significativos de tendências perfeccionistas, a sociedade está valorizando cada vez mais a perfeição.

Isso, erroneamente, significa que quem é perfeito vai desempenhar um trabalho melhor, mas **“perfeição” e “produtividade” não andam juntas. A verdade é que o perfeccionismo é, na realidade, um inimigo da produtividade.**

Sim, isso quer dizer que sua atitude perfeccionista, cheia de picuinhas e cheia de "mi mi mi", está dificultando as coisas e, em vez de ajudá-lo, está distanciando você daquilo que veio fazer nesta terra.

Em outras palavras, se você está inserido em uma cultura que exige perfeição, a tendência é que você comece a exigir a perfeição de si mesmo e dos outros, como um efeito cadeia. E, é lógico, esse padrão nunca será alcançado, pois é irrealista e insustentável e, cada vez mais, esse buraco fica mais profundo.

A sensação de não estar satisfeito consigo mesmo pode minar a autoestima e transformar-se em autossabotagem. Isso sem falar que a não realização pode gerar fortes frustrações, sentimentos de angústia, de falhas, de estresse e **um mal ainda imensurável que o perfeccionismo pode desencadear é o medo de falhar em público.**

As pessoas com alto grau de perfeccionismo têm um olhar crítico para si mesmo, e, muitas vezes, não avançam, com medo de que os outros julguem o seu desempenho.

Eu vou lhe falar o remédio, são três pílulas para curar o perfeccionismo:

- **Primeira: fazer**
- **Segunda: corrigir**
- **Terceira: adaptar**

Se você ficar criando um plano ideal para fazer todas as coisas, você nunca vai fazer. Você geralmente fala assim: “Vou fazer



uma festa de aniversário e chamar o melhor maestro do Brasil para tocar piano”, mas claro, você vai querer um piano Holland, de quarenta mil reais; você vai quer o Carlos Martins, um dos melhores pianistas. Entretanto, você não arruma nem o Holland nem o Carlos. E, então, o que acontece? A festa nunca ocorre e deixa de existir, **porque você não tem o plano, o sonho ou, até mesmo, os dias ideais, e a sua vida continua passando despercebida durante anos e anos.**

Vamos lá, comece com coisas simples. Chame o seu amigo que toca, pegue um Yamaha e bote a festa para funcionar. **É melhor feito do que perfeito, então faça agora.** Só não deixe de fazer.

Realmente não importa o que ou quem vai tocar, o que interessa é a festa. Não seja levado pela circunstância, crie as condições para se divertir e não importa o que aconteça: **FAÇA A FESTA!**

Você vai usar uma metodologia nova de quebrar essa sua cara! Claro que vai ser resistente no começo, mas vai esquecer o extraordinário, **colocar em prática o simples e tomar essas pílulas todos os dias. As três, uma de cada vez. Primeiro, faça, corrija e, depois, adapte. Só isso!** Se você repetir sempre esse processo, aonde você vai parar?

WOW, na verdade você não vai parar!

Eu era perfeccionista e não sabia que era um defeito. Então, eu tinha orgulho de falar: “Eu sou perfeccionista!”.

Só que perfeccionismo não tem nada a ver com qualidade. Qualidade tem a ver com excelência. **O perfeccionismo é a falsificação luciferiana da perfeição. Você é uma pessoa igual a mim, logo, você erra, ou seja, você não é perfeito.**

Pode esquecer esse pensamento de que é perfeito, pois errar faz parte do processo, e é este que vai fazer com que você aprenda viver na excelência.

Pelos registros antropológicos, históricos e cosmológicos que a gente tem, só uma pessoa foi perfeita em seus caminhos: JESUS. Como só Ele foi perfeito, Ele, sim, pode falar do que é perfeito, você não!

**PRESTE ATENÇÃO!** Não fique criando o plano ideal para começar, comece com a condição que você tem agora, porque depois, você vai só repetir o processo e ver que dar um passo foi melhor do que todo tempo que já passou. **FAÇA, CORRIJA E ADAPTE. SÃO SÓ ESSES TRÊS PASSOS.** O que você vai viver nos próximos anos?

**Este vai ser o ano da simplicidade. Você vai ser o homem do campo, vai semear!**

Este livro que você está lendo é o comprar sementes a cada passo que você dá. Não jogue nenhuma delas no asfalto, se não você não produz nada. Você é a terra fértil! **Não feche seu coração quando eu bater mais forte em você, isso só é necessário para que você ouça de uma forma diferente para que algo mude internamente.**

No final, vamos sair como amigos. Talvez você não esteja gostando de mim ainda, mas eu lhe garanto algo: a partir do momento em que você abrir seu coração e deixar a semente bater na terra, você vai ver o fruto.

**Você será uma árvore que produzirá grandes e importantes frutos.**

Como diz no livro de Hebreus: Motivo de tristeza na hora, só que produz fruto de justiça para quem o exerce. Algumas repreensões são necessárias, então, comece a só enxergar a minha

boa fé em fazer você avançar na vida, porque é isso que eu tenho feito com as pessoas. **ESSE É MEU CHAMADO DE VIDA, só para você saber!**

Você está se conectando com uma pessoa que nasceu para ativar outras pessoas. Eu vou ajudá-lo, fique tranquilo, **só faça as tarefas**, porque, se você não fizer, nem adianta continuar sua leitura, pode parar por aqui.

**O próximo ano não começa em janeiro, o próximo ano começa hoje, é só você contar 52 semanas a partir de agora.** Pare com esse negócio de começar a dieta esperando dia primeiro, esperando o mês começar, esperando o ano começar.

### **TUDO O QUE VOCÊ FOR FAZER FAÇA AGORA!**

Quando você adia, simplesmente perde tempo, e isso não voltará mais. Quanto tempo você já perdeu adiando as coisas na sua vida?

Eu vou falar um capítulo inteiro só sobre como regular o cérebro no agora. Para você, que tem dúvida: no final do capítulo, vai ter uma tarefa, e você vai fazê-la. Você vai parar sua leitura um pouco e fazer a tarefa. **EU RECOMENDO QUE VOCÊ FAÇA TODAS AS TAREFAS.**

Agora, uma pergunta: você está pronto? Você precisa estar pronto para viver o simples. **Você sabe por que este vai ser o pior ano da sua vida? Porque é o início.** Isso não é uma maldade, porque o investimento que você faz quando vai abrir uma empresa é terrível. **Você tem que dar tudo o que tem, e a empresa tem que sobreviver e comer do dinheiro do seu bolso. É O PIOR ANO DELA.**

Isso não é uma aula empresarial, mas eu vou lhe explicar resumindo em 5 etapas:

1. a data de uma empresa é o dia em que você a abre;
2. breakeven, o dia em que ela para de sugar o seu dinheiro;
3. o dia em que você pega de volta seu retorno é o PayBack, que é quando você recebe o investimento que fez;
4. é o dia em que você põe um CEO;
5. finalmente, o dia em que você vende a empresa.

## **VOCÊ “PIRA” QUE A VIDA É DESSE JEITO?**

Há o dia em que você nasce, o dia em que você gera um ponto de equilíbrio e o dia em que você para de ter que trabalhar e ficar louco. O PayBack é o dia que você recebe de volta todo dinheiro que você investiu. Colocar um CEO é o dia a partir do qual você tem pessoas para delegar todas as coisas, e, assim, consegue viver em paz.

**E o último dia é o dia em que você vende o negócio, ou seja, o dia em que você morre, o dia em que você vai passar desta fase para outra.**

Note que o processo é igual para empresa e pessoas.

E por que você vai deixar o extraordinário de lado? **Eu nunca vi ninguém fazer nada extraordinário, eu vi apenas pessoas que acreditam em certas coisas e entregam tudo o que têm, e, portanto repetem aquilo que elas conseguem.**

Por exemplo, no ano de 2018, eu fui preletor em mais de 300 palestras. Eu investi muitas horas nisso. Isso sem contar as lives, porque, se eu for contá-las, dá muito mais que 300 horas. E no que resulta? Resulta que quem está de fora enxerga o extraordinário em mim por conta de resultado financeiro por conta de amizades, influência e tudo mais.

Na verdade, não tem nada de extraordinário nisso, o que tem é um foco bruto e abrupto em fazer as coisas, e esse foco é

só simplicidade. Eu estou lhe garantindo e quero que você guarde isso:

**NÃO VIVA O EXTRAORDINÁRIO, PORQUE ELE NÃO EXISTE. VIVA O SIMPLES!**

**O ano não se inicia em primeiro de janeiro, o ano se inicia agora.** Vai ser o pior de todos, mas vou lhe assegurar algo: como você vai investir, vai mergulhar nisso, e vai chegar um capítulo em que vou falar só sobre mentores, sobre livros, e, na boa? Sirva-se à vontade. **MAS ISSO DEPENDE SÓ DA SUA SEDE E DA SUA FOME!**

Como você já chegou até aqui, a possibilidade de chegar até o fim é gigantesca, não pare. **NÃO PARE!** Não tenha preguiça de fazer tarefas, seu drive sobre tarefas deve estar errado. Confie no que eu estou lhe falando! Isso funciona 100%! Funcionou comigo e com as pessoas que se conectaram a mim: esqueça o extraordinário e viva o simples a partir de agora. **ESTAMOS JUNTOS. BORA PARA A TAREFA!**

## TAREFA

1. Direcione a sua vida para um Alvo e anote abaixo.

---

---

---

---

---

---

2. Esqueça o Extraordinário e Viva o Simples. Escreva 3 situações por onde você vai começar?

---

---

---

---

---

---

---



**"EXISTEM TERRENOS QUE SÃO  
SEUS, MAS VOCÊ FICA ATRAPA-  
LHANDO O APARECIMENTO DO SEU  
NOME NA ESCRITURA."**



## CAPÍTULO 2

**O** poder da escrita. Escrever é ter a alma sendo exposta.

**Você fez a tarefa? Vamos parar tudo aqui.** Se não tiver feito, não continue a leitura. Pare de ser apenas ouvinte e leitor, seja praticante, porque, se você não praticar, será a mesma coisa que nada.

**Se você apenas ler meu livro, vai absorver 5% de tudo que ler. Se você anotar, 15%, mas, se você praticar a tarefa, não dará para mensurar o quanto você irá assimilar, se é 1.000%, 100.000%, não sei.** Isso depende apenas das atividades que você fizer.

**As suas tarefas estão intimamente ligadas com os seus drivers e com a forma com que você enxerga as coisas no mundo.** Então, são elas que vão definir sua taxa de sucesso. Você sabia que tem como medir a taxa de sucesso? Ela é definida



pela fome e sede que você tem em fazer tarefas, e se estas forem assertivas então, meu Deus do céu!

Vamos lá, neste capítulo, vamos falar do **poder da escrita**. Você sabia que tem um poder violento na escrita? É interessante isso, mas, afinal o que é a escrita? Nada mais que trazer à existência aquilo que já existe.

Eu vou lhe falar algo que pode parecer patético, mas, tudo bem, eu posso me passar por patético até você aprender: existem escrituras que são suas, mas não têm seu nome registrado nelas no cartório. Sabe por quê? Porque você não entende de escrita.

Existe uma coisa que se chama: **BÍBLIA SAGRADA, AS ESCRITURAS**. Lá, tem oito mil promessas para você, mas você não as usa, por quê? Porque não gosta? Porque é ignorante? Então você fala: “Está vendo, você está me ofendendo?” Fica em paz, só fica ofendido quem merece ouvir isso. Os outros, aqueles que não merecem, não ficam aborrecidos porque não carregam pessoas.

Depois, você assiste no YouTube um vídeo que se chama: **Não perdoe as pessoas**. É um vídeo bom para você assistir, está no meu canal. Vou deixar o link no final do capítulo.

É o seguinte, se aprender a escrever, você vai mudar a sua realidade. Por que Deus deixou a Bíblia escrita? Porque é uma lógica. **Interessante que, antes de existir a escrita, já existia a Bíblia**. A Bíblia era transmitida por uma tradição oral, isto é, as pessoas falavam umas para as outras. Depois é que houve invenção da escrita, a imprensa, a impressão e tudo mais.

O cara que imprimiu a Bíblia foi King James. “Pablo, você fala muito desses assuntos!”, é porque eu sou Teólogo e espero ajudá-lo com isso. Se você não gostar, não tem problema nenhum, é só você continuar lendo e tirar aquilo que faz sentido para você.

Qual é a parada? A parada é a seguinte: se você escrever seus alvos, você vai ter um salto com altitude de **EU VOU CONSEGUIR**. Primeiro tem que escrever e, se for assertivo então, já era.

Mas como funciona isso? Vamos voltar para o antes de escrever. Funciona assim: **Tudo está em sua mente, então você não pode gastar sua mente com preocupação, que é a má gestão da sua imaginação, e tudo começa na sua imaginação.**

O que você faz? Onde você estiver agora, você vai fazer isso aqui: pegue a sua mão direita e coloque na testa, apertando-a. O que você está fazendo? Você está tirando coisas do seu cérebro, da sua imaginação. Então, tire, e sua mão se torna uma folha de papel.

Quando eu tiro essa folha, o primeiro passo é escrever. **ESCREVA!** Depois que você escrever, vem o segundo passo: falar. **COMECE A FALAR!** E, então, vem o terceiro passo, que é **VISUALIZAR!** A maior parte das pessoas com quem me conectei que queriam alcançar alguma coisa não tinham nada por escrito, mas falavam: “Tem tudo na minha cabeça!”. **NÃO EXISTE ESSE NEGÓCIO**, você precisa botar para fora, usar a lógica do mundo, fazer existir. A escrita é o primeiro passo.

O quarto passo é **VERBALIZAR**. Você sabe de que jeito Deus fez o mundo e todas as coisas? Só com a boca! Verbalizando. Está escrito assim, lá em Gênesis 1: Deus disse haja luz e houve luz. Eu sei que algumas pessoas pensam assim: “Lá vem ele de novo com assunto de Deus... Sim, porque você é imagem e semelhança Dele!

Você tem que aprender uma coisa: se você escrever e verbalizar, vai ser poderoso, portanto, **ABRA A BOCA E FALE**. Isso também é mandar ordem frequencial para o cosmos. Daí você fala: “Está vendo, você é místico!” Não sou, não, cosmologia é uma coisa do bem, você tem que estudar, parar de ser ignorante.

Esse é o seu problema. Anote aí: **“IGNORÂNCIA É A DISTÂNCIA EM QUILOMETROS QUE TENHO DE ALGO QUE NÃO SEI E DE QUE NÃO GOSTO”**. Isso é ignorância, fica em paz.

Vamos lá, depois de tirar as ideias da mente (mão na testa), o que você faz? Escreve. Depois de escrever, **FALE** (mão na boca)! Depois de falar? **VISUALIZE** (mão nos olhos)! Depois de visualizar, o que você vai fazer? **VOCE FAZ** (mão recebendo)! Realização.

Anote os passos:

1. **Escrever**; 2. **Falar**; 3. **Visualizar**; 4. **Fazer**.

Sabe qual o seu problema? Você quer realizar sem cumprir esses passos, e isso não existe. Você precisa escrever, usar o poder da escrita. **EXISTEM TERRENOS QUE SÃO SEUS, MAS VOCÊ FICA ATRAPALHANDO O APARECIMENTO DO SEU NOME NA ESCRITURA**. A Escritura dá poder, e, por isso, a escrita tem poder. A Bíblia e os livros têm poder, porque são escritos.

**Eu escrevi um livro chamado “Antimedio”**. Fiz o lançamento na Europa e logo se esgotou. Em uma hora em que você estiver pronto para ler e quiser aprender com isso, você vai sacar uma coisa: esse livro é fruto de uma tarefa, você acredita? Eu li dois livros, Mais esperto que o diabo (Napoleon Hill) e Antifrágil (Nassim Taleb), e os dois estão na lista da sua tarefa de leitura, não precisa se apavorar não.

Eu pensei “vou fazer uma palestra”, escrevi-a e pensei: “Ninguém vai nessa palestra, não tem cabimento! Quem vai falar que tem medo?” Quase joguei fora a palestra, mas pensei melhor e falei: Quer saber? Bora! Caí para dentro, e foram as palestras mais lotadas que já dei até hoje.

**Você quer ver se você está bom mesmo para dar palestra?** Falando igual um bom goiano aqui, que eu sou: “Bão” mesmo?

Quer saber? **Quando tem gente até sentada no chão, então o negócio está muito bom.** E, com o fruto da minha indignação, falei: **Vou escrever um livro!**

De tanto repetir essa palestra e ver muitas pessoas mudando de vida, decidi escrever o livro, que ficou muito bom, recomendo que você leia. Ele é um exemplo do poder da escrita, era um negócio que estava guardado em outros lugares, onde criei um neologismo e formei um nome original: “Antimedoo”.

A parada é a seguinte: no final do capítulo, vão ter as tarefas. Eu preciso que você faça, na verdade, eu não, quem precisa é você, porque eu já fiz as minhas tarefas hoje. Você vai escrever as coisas de que você precisa.

### **E PRECISA ESCREVER TUDO AQUILO QUE VOCÊ QUER QUE ACONTEÇA.**

No próximo capítulo, vamos falar muito sobre apontar a sua vida para um alvo, que é a coisa que você precisa entender. Vou lhe ensinar uma ferramenta poderosa, principalmente uma que eu uso. Eu faço treinamentos para grandes empresas, times de futebol, empresários, artistas, e vou lhe falar uma coisa: **por que isso funciona? Porque se resume a perguntas e tarefas.**

Mas, aí você me pergunta: “Pablo, isso é um livro de coaching?” Longe de ser um livro de coaching, mas você está pegando um treinador multidisciplinar que pode ajudá-lo em todas as áreas da sua vida. Eu vou lhe mostrar como funciona.

A parada é a seguinte: você vai fazer as tarefas que estão ao final do capítulo, pois elas têm todas as instruções para você.

Bora ter o pior ano que você já teve na vida, porque vai ser só uma vez neste ano. Vamos com tudo!

## TAREFA

### 1. Passos para a Realização Humana:

Passo 1: Escrever.

Passo 2: Falar.

Passo 3: Visualizar.

Passo 4: Fazer.

Faça uma lista de 5 situações/coisas que você deseja que aconteçam em sua vida. A partir do momento em que você escrever, comece a falar, visualizar e fazer. Elabore ao menos uma ação para cada situação que você escreveu.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Transborde na vida de 2 pessoas o que você aprendeu nesse capítulo. E descreva abaixo como foi essa experiência.

---

---

---

---

---

---

3. Assista o vídeo "Não perdoe as pessoas":  
<https://www.youtube.com/watch?v=ctuGrUbl7CU>.



**"SE VOCÊ NÃO TIVER UM ALVO,  
VOCÊ FICARÁ FRÁGIL O TEMPO  
INTEIRO."**



## CAPÍTULO 3

**Q**uais são seus alvos? Quem não sabe para onde vai não vai a lugar nenhum.

Seja bem-vindo a mais um capítulo. Este é especial, sabe por quê? Porque vamos aprender a construir alvos. Uma pessoa que não tem alvo faz o que dá vida? Nada!

Tem uma música bonita que fala assim: “Deixa a vida me levar, vida leva eu...”, e é **como se você pulasse em um rio que o levasse de qualquer jeito**. Dessa forma, uma hora você vai arrumar uma galhada ou vai dar uma afundada. Cuidado com esse estilo de vida.

No filme *Alice no país das maravilhas*, Alice pergunta assim:

- Qual caminho eu posso tomar?
- Para onde você vai? — o gato perguntou.



— Não sei. — ela disse.

O gato então respondeu:

— Para quem não sabe aonde vai, qualquer caminho serve.

Este é o caminho que você tem pego: qualquer um. Qualquer pessoa que se conecta com você é aceita, e tudo que acontece você está aceitando. **TUDO ISSO PORQUE VOCÊ NÃO TEM UM ALVO.**

O que é ter um alvo? Toda vez que eu falo de alvo, porque é nele em que devemos focar. Vou dar um exemplo do atirador esportivo, **o alvo é qualquer ponto que se procura para acertar com um tiro.**

Acho que vocês já viram isso, mas qual é o objetivo? Atirar no meio. Então, quando eu tenho um alvo, há várias coisas ao redor, mas eu preciso ser certeiro. O alvo precisa ser específico. Se você for um atirador, não serve para você bater no aro do lado de fora ou no intermediário. Você quer atirar onde interessa, no alvo, exatamente no meio do alvo.

Vamos lá! Eu preciso ajudá-lo com isso, porque ninguém que eu vi sabe construir um alvo: **O ALVO PRECISA SER ESPECÍFICO, POIS, SE NÃO FOR, NÃO TEM ALVO.**

O que é esse específico? Se alguém falar: “eu quero me formar na faculdade”, isso não é um alvo, porque não há especificação de faculdade, nem curso, nem nada. Para ser alvo, você tem que ser específico. Exemplo: Eu quero me formar em Direito, na Federal de São Paulo até “x” data.

**AGORA EU TENHO UM ALVO.**

Então, eu preciso que todas as minhas energias convirjam para passar no vestibular até “y” data para entregar esse curso até “x” data. Isso, sim, é um alvo! Por que as pessoas não fazem o que precisa ser feito? Porque elas não têm um alvo. Lembre-se

da frase da Alice: “Para quem não sabe aonde quer ir, qualquer caminho serve”.

**Para mim, qualquer caminho não serve, e, para você, agora, também não.** Por isso, este vai ser o pior ano da sua vida: porque ela lhe interessa. E eu vou lhe dar um conselho:

**VÁ CUIDAR DA SUA VIDA**, porque ela é muito importante, não só para você, como também para Quem a criou.

Você precisa tomar vergonha no meio dessa cara e colocar alvos de verdade, não esses alvos de mentira, essas coisas esquisitas que você tem aí. Você precisa parar com esse negócio de “Quero comprar um carro!” Que é o carro? Qual ano? Para quê? Qual cor? De quem? Quando? Meu Deus do céu!

**O alvo precisa ser DESTRINCHADO**, precisa ser quebrado, mas para que isso serve? Para entender o tamanho dele e ir fazendo ele por etapas. Precisa haver um funil do alvo, aquele lugar onde o atirador quer chegar e bater, só isso.

## **O ALVO É ESPECÍFICO.**

Na tarefa deste capítulo, você vai escrever doze alvos de vida. Nós vamos seguir aqui na sequência trabalhando apenas um, mas quero que você já deixe doze em stand-by. Eu, por exemplo, tenho quarenta alvos de vida, e, dos quarenta, eu já realizei oito.

Tenho 32 anos de idade e posso lhe falar: a melhor coisa que tem é quando você realiza um alvo. Não estou falando de tarefa não, tarefa já fiz mais de dez mil, muito mais. Isso é diferente, tarefa é uma coisa, rotina é outra e projetos são outra.

O que você precisa aprender? Você tem que ter um alvo maior. Por exemplo, vou lhe falar **o meu primeiro alvo: agradecer a Deus**. Não vou esconder de vocês, pois estou ensinando sobre alvos.

Como é agradar? Você acha que tem que fazer Ele se sentir bem? Não! Agradar é apenas fazer aquilo que Ele mandou fazer, e eu estou fazendo isso muito bem. Se você entender, vai ter vários alvos. **Se você quiser ter um alvo, você vai precisar ESCREVÊ-LO!**

Você vai usar o aprendizado anterior, aquele da escrita e vai começar a escrever seu alvo. Exemplo: “Quero comprar uma fazenda de 10.000 alqueires”. **Se você não entende de alvo, sua vida vai ser desperdiçada.** Lá na Palavra, é dito que nossa vida é um vapor, passa tão rápido que você nem vê.

Tem uma coisa para a qual eu quero chamar sua atenção, **A VIDA É UMA AVENTURA, E EU NUNCA VI NINGUÉM SAIR DELA A NÃO SER MORTO.** Então, já que você vai morrer, entregue tudo que você tem logo e resolva isso. Você vai morrer mesmo, põe toda ficha que você puder.

Novamente você me pergunta: “Pablo, por que eu preciso construir um alvo?” Porque, **se você não tiver um alvo, você ficará frágil o tempo inteiro.** Tem uma frase poderosa do Henry Ford que diz: “Obstáculos são coisas terríveis que eu invento quando eu tiro o olho do alvo.” Tem uns dez anos que essa frase bate no meu coração com força, e eu dei uma adaptada nela, mas, resumindo é o seguinte: **“Obstáculo é o que eu invento quando tiro o olho do alvo.”**

É disso que você precisa se lembrar. Você está cheio de obstáculos, não está? É porque você tirou o olho do alvo. Você tem que ter um alvo no seu casamento, um alvo com seus filhos, com seus negócios, na sua vida espiritual, **EM TODAS AS ÁREAS!**

## **VOCÊ TEM UM ALVO?**

Nós vamos finalizar este capítulo, e você vai fazer a tarefa. Enquanto estiver lendo, não vá fazer outra coisa e depois fazer

a tarefa. Já engate e faça na hora, foi por isso que eu coloquei capítulos curtos. Menos conversa e mais ação, ok.? Espero que você esteja gostando.

Este é o pior ano da sua vida e ele **JÁ COMEÇOU**. Segura a onda que você vai ver, vai destravar uma década na sua vida. Estamos juntos!

**TAREFA**

1. Pré-Requisitos para um alvo realizável específico: Faça com que seu objetivo seja claro.

- Mensurável: Meça seu progresso
- Alcançável: Faça com que as coisas sejam possíveis
- Realista: Trace metas que são realizáveis
- Tenha Prazo: Determine uma linha de chegada

Escreva agora seus 12 alvos de vida seguindo os pré-requisitos acima.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**"O MAIOR PROBLEMA DO MUNDO  
SOU EU."**



## CAPÍTULO 4

**O** que te impede? Solte a corrente invisível que te prende a lugar nenhum.

Bora lá? Este capítulo é para mexer com você, está pronto? Se você for “mimizento”, pule ele. Estou o autorizando, pode pular. Se você é “vitimista”, autocomiserativo, se não gosta de ouvir coisas pesadas, você vai fazer um favor para você: pule este capítulo.

Você está lendo o livro do pior ano da sua vida, e sabe o que você vai fazer? Vai ficar aí e vai aguentar a porrada, você está pronto ou não? Este capítulo é sobre aquilo que tem impedido você. Fale assim: **EU ESTOU ME IMPEDINDO!**

**VOCÊ É O MAIOR PROBLEMA QUE EXISTE NA SUA VIDA.**

Você vai ganhar uma coisa: **AUTORRESPONSABILIDADE.**

Isso significa que tudo que diz respeito a minha pessoa é problema meu, sacou? O que está impedindo você? Há fatores externos e internos, e os dois têm tudo a ver com você.

**Fatores internos são a forma como você se enxerga.** Se você tiver problema com a autoimagem, não adianta, você nunca vai se ver da forma correta. Você tem crise de identidade e, por isso, você precisa ligar a seta e mudar a direção. **A direção correta é para dentro**, e qualquer pessoa que não viveu essa experiência de mergulhar em si tem problema com a autoimagem.

**Fatores externos estão relacionados ao lugar do qual você veio, isto é, a sua e a minha família, nossos pais, ou outras coisas.** Mas, na verdade, nada disso tem a ver. Todas as coisas são problemas seu.

Você, que está lendo, você, principalmente: o problema é só seu. Você quer mudar essa realidade? Então você vai repetir assim:

### **O MAIOR PROBLEMA DO MUNDO SOU EU.**

Vou contar uma história do pão de queijo. Certa vez, eu estava dando treinamento na empresa, e pedi para um cara, que era um preguiçoso, ir assar pão de queijo. Em Provérbios é dito: **"Como vinagre para os dentes e fumaça para os olhos, assim é o preguiçoso para aqueles que o supervisionam"**.

Eu fico rindo quando me lembro disso, porque, quando você pede algo para alguém assim, a pessoa já sai resmungando. Só sei que, após meia hora, nada de pão de queijo. Então, eu fui ver o que estava acontecendo. Eu perguntei:

- Cadê o pão de queijo, jovem?
- Ah as bandejas de assar o pão de queijo estão trancadas.
- ele disse.

— E?

— Agora tem que esperar a pessoa que está com a chave voltar.

— Não, queridão — disse eu —  **você nasceu para resolver problemas**, de onde você tirou isso? Vamos lá resolver isso.

Fui lá com ele, e sabe o que aconteceu? Fui ensinar a ele como resolver. Já olhei uma tampa de alumínio, fui desenroscando, virei a tampa de cabeça para baixo para assar o pão de queijo. E ele falando:

— Não! Vai estragar a tampa da panela.

— Já que você bloqueou uma ação minha, faça você a sua!  
— respondi-lhe.

— Não, não tem como, tem que esperar!

Daí, eu olhei para cima e tinha um telhado com telhas de barro. Então, pensei assim:

— **Peixe na telha... pão de queijo na telha. Bora assar pão de queijo na telha.**

— Ah, mais vai ficar com gosto de telha!

— Você bloqueou duas ações minhas, o que você vai fazer agora? — respondi.

— Ah! Você é chato demais, vou pegar meu dinheiro e vou à padaria comprar esse pão de queijo.

— Você não vai gastar recurso com isso, nem tempo, nem deslocamento, nem financeiro. Eu já sei a solução, mas eu quero ouvir de você. **Qual é a solução?**

Sabe o que ele fez? NADA! Eu falei para ele:

— Você vai atravessar esta rua, bater no portão da frente. Vai sair uma senhorinha, e você vai pedir para ela um tabuleiro. Ela vai lhe dar.

Pronto! É engraçado demais, passaram-se uns 5 minutos,



e ele voltou com o tabuleiro, rindo com aquele sorriso velho e amarelo. Ele conseguiu assar o pão de queijo e acabou a história.

O que você aprende com isso?

**Todo impedimento que você tem não tem nada a ver com os outros, TEM A VER COM VOCÊ!**

Sabe aqueles problemas de matemática, aqueles que fazem você pensar que você é burro? Você não é burro não, você só não estuda.

O problema não está na folha, o problema está na sua maturidade, no seu grau de percepção. **Em vez de ficar assistindo televisão, você devia estar estudando para destravar sua mente.** O problema nunca esteve na folha, o problema sempre esteve em você.

Quais são os impedimentos? Tem uma tarefa aqui embaixo, e você vai listar dez impedimentos. Lembra-se de que, no capítulo anterior, que pedi para que você colocasse os doze alvos?

Iremos seguir uma frente para desenvolver pelo menos um alvo para você aprender. Não tente desenvolver os doze de uma vez, o certo é um de cada vez. Mas agora eu quero dez coisas que o impedem de seguir em frente. Eu vou lhe dar uma dica, bora lá?

A primeira que você vai falar é falta de oportunidade, estou errado? Vou desmanchar um monte de coisas na sua cabeça.

**NÃO FALTA OPORTUNIDADE, FALTA ATITUDE.**

Se você acha que oportunidade é um impedimento, então você coloca. Mas como se vence isso? Com atitudes e se conectando com pessoas.

Beleza, mais um exemplo, preguiça, procrastinação... O que

é que está acontecendo na sua vida? que você precisa de 10? Você vai listar 10 coisas que estão o impedindo, e eu lhe garanto que todos esses impedimentos só você pode resolver. TUDO.

“Ah! Mas eu tenho uma briga com meu pai.” É porque você não o honra. Você precisa pedir perdão e aceitá-lo do jeito que ele é. “Mas ele está errado!” Mesmo assim, você vai aceitá-lo do jeito que ele é.

Você vai aprender uma coisa que se chama “mapa de mundo”. Se você não entrar na realidade da pessoa, você vai gastar sua energia todinha, vai gastar um ano de vida com gente que não devia desgastá-lo. Aceite seu pai e sua mãe do jeito que eles são.

Um dia, em uma palestra, uma menina veio me rebater. Eu falei que o problema era com a mãe dela, e ela não achou mal, porque a mãe era chata. Eu falei assim:

— Sua mãe vai mudar?

— Não! — ela disse.

— E você? — perguntei.

— Nesse assunto, eu também não vou mudar. — ela respondeu.

### **ENTÃO, CADA UM TEM A VIDA QUE MERECE. PRONTO!**

O que o impede? **Se for algo interno, você resolve com a autoimagem; se for externo, você resolve com compaixão pelas pessoas**, para você não as ficar culpando, porque a culpa inteira é sua. A culpa no que tange à sua pessoa é só sua.

Culpa não é uma coisa que eu carrego sobre a minha cabeça, é algo que eu coloco debaixo dos meus pés.

Anote isto: **A CULPA É UM FARDÃO, SE FICAR EM SUA**

## **CABEÇA, AGORA, SE FICAR DEBAIXO DOS SEUS PÉS, VIRA MOLA.**

Pablo, pelo amor de Deus, do que você está falando? Todas as pessoas que sentem culpa, um dos maiores impedimentos que eu já vi, não se dão conta de sair do lugar.

**Não se sinta culpada ou culpado por não ter conseguido fazer algo**, por estar parado na vida, por não conseguir fazer a tarefa anterior, pegue isso e transforme em ação. Comece a ranger os dentes e fale: Vamos para dentro! Vamos cair para cima!

**Entenda algo: se você não souber o que o impede, você não vai conseguir produzir tarefas.** Vai ter um capítulo que vai lhe ensinar como fazer a tarefa assertiva. Contudo, se você não estiver com a lista, você não vai saber o que fazer.

Toda hora alguém chega em mim e fala: “Mestre, que tarefa eu faço?” Que tarefa o quê? Você precisa ter o impedimento!

A forma de fazer a tarefa, que é sequência disso daqui, é você descobrir a matéria-prima. A tarefa é a construção. Aprenda isso. **O IMPEDIMENTO É O MATERIAL DE CONSTRUÇÃO, E A TAREFA É A CONSTRUÇÃO.**

Para construir algo, vamos assentar um tijolo, colocar uma viga, fazer a pata, pôr o telhado, pintar. O fazer depende da matéria-prima, que é o quê? É o impedimento.

Então, pare agora, não precisa de delonga, vou lhe recomendar: **toda vez que ler o capítulo, não saia do lugar para fazer a tarefa depois. FAÇA AGORA, porque estamos em flow, eu e você.**

Você vai listar dez impedimentos. Não vá para o próximo capítulo sem fazer a tarefa, não adianta. Para com esse papo, sem querer zerar o jogo com atalhos e “manias”. Não faça isso,

não. Faça a tarefinha, nem que você volte amanhã para continuar sua leitura. Este livro é seu, e você pode fazer quantas vezes você quiser.

Não saia atropelando tudo, não. Não adianta ser só leitor e ouvinte, porque isso não resolve nada, tem que ser praticante.

Prepare-se para os próximos capítulos. Primeiro você faz esse, depois, você mexe com os outros. **VÁ CUIDAR DA SUA VIDA!** Este ano que começou é o pior ano da sua vida, mas só vai sê-lo uma vez na vida.

<b>TAREFA</b>
---------------

1. Liste quais são as 10 maiores coisas que o impedem hoje de realizar aquilo que precisa ser feito.

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Considerando os impedimentos acima, pontue de 0 a 10 o que causa maior impacto na sua vida, do maior para o menor.

---

---

---

---

---



**"AS MELHORES TAREFAS QUE  
EXISTEM SÃO AS QUE EU CRIO PARA  
MIM."**



## CAPÍTULO 5

**A**prenda a fazer tarefas assertivas. Fazer tarefa é fazer acontecer.

E aí? Espero que você tenha gostado do que você leu até aqui. **Espero que você esteja fazendo as tarefas também, e, se você não estiver, minha querida pessoa amada, NÃO AVANCE.**

Não venha com “nhe nhe nhe” de que já sabe o que eu vou falar, simplesmente NÃO AVANCE. Se você não as fez, o que você vai fazer? Você vai voltar a vai FAZÊ-LAS! Inclusive, o capítulo de agora é sobre TAREFA. Eu vou lembrá-lo do presidente mais poderoso dos EUA, você sabe o nome dele? Abraham Lincoln.

Abraham Lincoln era lenhador e um homem muito simples. Por isso que foi marcada a trajetória dele na presidência dos EUA. Certa vez, ele disse: “Se me derem 2 horas para cortar uma árvore com machado, eu vou gastar 1h50m amolando o machado, e 10

minutos eu vou usar para cortar a árvore".

A maioria das pessoas faz o quê? Pega o machado, não entendendo nada de machados, e vai para cima da árvore para cortar.

Tem um outro segredo sobre essa ferramenta: se você for cortar uma árvore e tiver muitos galhos em volta, e acredite nisso, porque eu já cortei árvores com machado, bater neles vai tirar o fio do machado, olha que louco!

Uma vez, quando contei ao caseiro de nossa fazenda a história do Abraham Lincoln, ele ficou encabulado, até virou a cabeça e disse assim:

— **Quer dizer que, de duas horas, ele ia gastar quase tudo para amolar e ia cortar em dez minutos?**

— **Sim!**

— **Esse Abraham Lincoln nunca viu uma Aroeira.**

**Sabe o que você precisa tirar de tudo isso? Que amolar é você pegar uma pedra bruta e lapidá-la para chegar ao ponto de jóia.** As tarefas são jóias, e você precisa transformá-las nisso, porque no momento, elas são só pedras, minérios perdidos onde muitos não conseguem nem enxergar beleza. **Por que você tem treta com tarefa?** Vou lhe contar!

Sua treta com tarefas começou lá na escola, quando você queria ver TV Colosso. Sim ou não? Era a TV Colosso na sua época (risos). **Na hora de ir embora, a professora falava: TAREFA PARA CASA!, e você pensava que esse trem não era de Deus, ia para sua casa com um fardo em sua cabeça.** Chegava na sua casa, almoçava, queria dormir e brincar o dia todo, mas o que sua mãe fazia? **FAZIA VOCÊ FAZER TAREFA! Ê, vidão!**

Faça um teste hoje! Esta é uma tarefa para você, anota aí:

Pergunte para os seus filhos, para os seus sobrinhos ou para alguma criança na rua: Por que você faz tarefa? Se você não tem filho nem sobrinho, arruma um, na verdade, arrume vários, tenha muitos filhos. Mas depois falamos sobre isso.

**Você vai procurar essa pessoa, perguntar o por quê que ela faz tarefa e vai entender porque você não estava indo para frente ATÉ HOJE! Porque você já entrou no pior ano da sua vida e as coisas vão deslanchar.**

As pessoas, as crianças, principalmente, fazem as tarefas por obrigação. As respostas que você vai ouvir vão ser: “porque meu professor mandou”, “porque eu não passo de ano”, “porque, se não, vou passar vergonha”, “porque, se não fizer, terei que fazer uma atividade extra”.

**Se você não amar tarefa, não tiver uma resposta boa, um drive mental positivo em relação a isso, você não vai progredir na vida.** E você, que não sabe o que é drive mental, fica em paz, vamos ter uma aula só para explicar isso. “Pablo, qual é o seu drive mental?” Primeiro você: qual drive?

Tarefa é trabalho? A etimologia da palavra “tarefa” diz sobre o tanto de trabalho que é empregado a alguém. Sabe quais são as melhores tarefas que existem? São aquelas em que você se impõe! Anote isto aí: **“AS MELHORES TAREFAS QUE EXISTEM SÃO AS QUE EU CRIO PARA MIM”**.

Se os outros estão lhe passando muitas tarefas, tem algo de errado com você. Você precisa criar suas tarefas, porque estas precisam fazer sentido para você. **As tarefas são respostas dos impedimentos, são a construção de uma casa, enquanto o impedimento é o material, a matéria-prima da casa.**

Eu tenho um monte de impedimentos, uma carreta de tijolos



por exemplo, e o que eu faço então? Construo a casa. Uma tarefa com os tijolos é fazer muro, mas tudo depende do alvo.

Qual é o seu alvo? É construir uma casa? O que é?

Então, preste bem atenção nisto: **se você tiver um tempo, gaste a maior parte dele, invista em amolar o machado. Contudo, a tarefa é importante, ela é diferente de projeto e de rotina.**

Vamos lá! Tem tarefa, projeto e rotina.

**Rotina é escovar os dentes, ir para escola, almoçar, e isso não tem nada a ver com tarefa.**

**Projeto envolve sempre duas ou mais pessoas, podendo ser de média e/ou alta complexidade.**

**Tarefa, geralmente, envolve uma pessoa e pode ter alta, média ou baixa complexidade.**

Vou lhe dar um exemplo: ir à Disney é uma tarefa, uma rotina ou um projeto para você? Você provavelmente deve ser do Brasil ou de alguma cidade que não tenha Disney. Se você não for das três cidades que têm esse parque para ir, então é um projeto. No entanto, se você mora a poucos minutos da Disney, ir até lá, para você, será uma tarefa. Mas, se você trabalha na Disney, então para você, chegar lá será uma rotina.

**O que é tarefa? Na tarefa, eu preciso colocar prioridade, meu grau de engajamento e comprometimento em uma escala de 0 a 10. Segunda coisa: eu preciso colocar a data. NÃO FAÇA TAREFA SEM UMA DATA FINAL!**

Muitas situações com as quais me deparei ao longo da minha vida foram pessoas que querem fazer tarefas, mas não colocam datas. Assim nunca vai funcionar.

“Pablo, quais são as datas de começar ou de terminar a tarefa?” Sempre coloque uma data de término e nunca faça a tarefa no dia de terminá-la. Comece sempre a fazê-la antes. O dia de entregar é o dia de terminar a tarefa e não de começar a fazer a tarefa.

Lembra-se do Feudalismo? Tema daquele trabalho de história que você fez na 6ª série, talvez alguns tenham feito na 5ª série. Seu professor o passou em Fevereiro para entregar em Maio. Você não levou esse tempo todinho para fazer, e, provavelmente, fez em maio, na parte da manhã, porque você estudava à tarde, foi terrível.

**Por que você deixa as coisas para última hora? Porque você não põe data.** Quando o professor passou aquilo, e eles deveriam ter ensinado isso para nós o que tinha que ser feito, precisávamos só colocar data. Então, se passou em Fevereiro, colocasse lá: no dia 1º de Março vou entregar tal coisa, mas, quando não têm data, as coisas não existem.

**Neste começo de livro, o objetivo foi apontar a sua vida para um alvo.** Eu lhe mostrei sobre deixar o extraordinário e viver o simples, achar os impedimentos e ter tarefas assertivas. **Mas, o que é tarefa assertiva? É focar em um alvo e gastar menos energia com coisas inúteis. Foque no ALVO!**

Vamos lá, antes de irmos para o próximo capítulo, você precisa ter autorresponsabilidade e concluir as tarefas. Faça as que eu lhe passei agora, mas não avance sem fazê-las, porque, se não, é tudo balela.

**CONHECER O SABER E NÃO FAZER É O MESMO QUE NÃO SABER.**

Preste bem atenção: desde que você iniciou este livro, se você realmente está vivendo e se você quer mudar sua vida radicalmente, você vai ter que mergulhar no seu pior ano, que é o ano

de investimento. É quando você vai formar os pastos, vai formar seu cérebro e vai reprogramar todas as coisas.

Fico feliz de você estar aqui, porque meu objetivo de vida é ajudar pessoas e destravar mentes. Espero que você conclua as tarefas, se não, você não é bem-vindo aqui.

Não vai adiantar nada, você vai ser só um leitor, e **SÓ LEITURA NÃO MUDA ABSOLUTAMENTE NADA!**

Então, faça todas as tarefas, veja a revisão, veja se você fez tudo. Vá colocando tudo em seu caderno, porque agora nos encontramos no próximo capítulo.

## TAREFA

1. No capítulo passado, você listou 10 coisas que o impedem de realizar o que precisa ser feito.

Coloque cada impedimento em um campo da planilha e preencha com a tarefa para eliminar cada impedimento, inclua o grau de prioridade numa escala de 0 a 10, e a data de término.

IMPEDIMENTO	TAREFA	PRIORIDADE	DATA FINAL
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			

2. Pergunte para uma criança o por quê ela faz tarefa. E você constatará que a resposta, na grande maioria dos casos, será por obrigação.



**"QUANDO VOCÊ SE SENTE MENOS  
DO QUE É E TEM PROBLEMAS DE  
AUTOIMAGEM, VOCÊ NÃO CUIDA  
DA SUA VIDA."**



## CAPÍTULO 6

**S**e você perde tempo cuidando da vida dos outros, não sobra tempo para cuidar de você.

E aí, como estão as suas tarefas? Você tem feito? Espero que sim! Este é um capítulo que vai te proporcionar uma leitura violenta. Sabe por que? **Ensino você A CUIDAR DA SUA VIDA!**

Por que você tem que aprender a cuidar da sua vida? Porque quem não cuida da própria vida está cuidando da vida de alguém, e, por isso, vai ter alguém cuidando da sua vida.

**Esta é a geração mais trouxa da história humanidade, pois ninguém cuida da própria vida.** Daqueles que começaram a cuidar, MEU DEUS!, as pessoas estão em volta, perturbadas!

Você já cuida da sua vida? Vamos fazer um teste: **Você sabe dizer “não” para as pessoas? Não sabe? Então, você não da conta de cuidar da SUA VIDA.**

Você está com uma pessoa, e acabam o conteúdo da conversa. Vocês começam então a falar dos outros. Você tem esse comportamento? Isso é fofoca, viu? **FALAR BEM OU MAL DE ALGUÉM QUE NÃO ESTÁ PRESENTE É FOFOCA!** Quando você precisa falar de alguém que não está presente, é porque acabou o seu conteúdo e o da pessoa que está com você.

**CUIDADO! ISTO TAMBÉM É NÃO CUIDAR DA PRÓPRIA VIDA.**

**Quando você depende da necessidade de aprovação dos outros, ISSO É NÃO CUIDAR DA PRÓPRIA VIDA.**

**Quando você vive fazendo favor EM EXCESSO para todo mundo e não faz as suas principais tarefas, aquelas que fazem sentido para você, ISSO TAMBÉM É NÃO CUIDAR DA PRÓPRIA VIDA.**

Você quer aprender? Balança a cabeça assim: SIMMMMM!

É engraçado que uma vez, eu vi numa pesquisa que 50% dos telespectadores do Jornal Nacional respondem o “BOA NOITE” do William Bonner. Então, quando eu lhe fizer uma pergunta, entra na vibe, entra no flow comigo, porque eu estou em flow com você.

Eu fiz isso aqui para você como se você estivesse na minha frente. A alegria que tem em meu coração será a mesma se você ler esse livro cem vezes. Vou ter o mesmo flow com você, porque eu sei que **algo vai mudar dentro de você se você fizer suas tarefas.**

**AS TAREFAS SÃO O SEGREDO!** Espero que você faça todas e se concentre nelas, ok? Vamos lá: o que é cuidar da própria vida?

Deus não tinha feito o homem para o trabalho. Depois de criar todas as coisas, Ele criou o homem. **Por que Deus não criou**

**o homem antes? Porque, se não, o homem daria opinião, e Deus não gosta de opinião. Então, o que Ele fez? Criou TUDO primeiro, depois ele falou: “Agora vou fazer alguém à minha imagem e semelhança”.**

Depois de fazer o homem no sexto dia, veio o sétimo, o dia do descanso. Então Adão falou: “Hoje eu quero trabalhar!” E sabe o que aconteceu? Deus deixou. Deu o livre arbítrio para o homem, e, naquela hora, o homem o usou, decidindo ir embora do Jardim do Éden para a Fazenda Querubim.

**Se Deus quisesse que você fosse trabalhador, Ele teria feito homem na fazenda Querubim, não no Jardim do Éden, que significa “jardim de delícias”.**

O que é aprender a cuidar da própria vida, então? **É parar de ficar dentro de um aquário e ir para oceano, LIVRE!**

Quem está no oceano vai para onde quiser, faz o quer da vida. Eu vou lhe falar uma coisa que eu aprendi com santo Agostinho, o maior católico, o maior teólogo do mundo, ele falou assim:

**“AME A DEUS E FAÇA O QUE TU QUERES!”**

Essa lei é muito poderosa! Sabe o que é cuidar da sua vida?

- É não depender de aprovação dos outros;
- É não viver achando que você está acusado com fardo ou com culpa;
- É não viver gastando sua energia com coisas que não fazem sentido;
- É não ficar andando com gente que está colocando você para baixo.

**VOCÊ TEM QUE APRENDER ISSO!**



“Pablo, meu pai e minha mãe são assim.” Honre seu pai e sua mãe, pois eles **NÃO SÃO PESSOAS DAS QUAIS VOCÊ IRÁ SE DESCONECTAR!** Você ouviu o que eu falei? **Cuidar da própria vida envolve quatro coisas**, inclusive fiz até uma pulseira pela qual tenho um carinho enorme e sempre uso. Pintou bobeira, eu puxo e “PLECK”, JÁ ERA!

Há quatro coisas na pulseira, e esses quatro ícones significam:

- **CONECTAR-SE À NOVAS PESSOAS;**
- **FAZER PERGUNTAS;**
- **FAZER TAREFAS;**
- **AMAR.**

Tem uma regra de três nisso para você anotar: Networking.

- Conecte-se a três novas pessoas por semana;
- Faça três perguntas para você, para Deus e para a pessoa que está a sua frente;
- E não viva nenhum dia sem realizar pelo menos três novas tarefas.
- Por último, o amor próprio. Como é o amor? O amor é acessar a FONTE. Dela, vem um amor do Criador. Ele inunda você, que se sente amado. Dessa forma, você SE AMA, e o transbordar já faz o resto: faz você AMAR OUTRAS PESSOAS.

**NÃO DÊ O QUE VOCÊ NÃO TEM.** Você tem que aprender isso.

Esse rio vai fluir dentro de você, e é só você deixar descer. Não o segure, porque isso não é seu.

Por que você tem que cuidar da sua vida? No próximo capítulo, você vai descobrir como ativar sua ira, e também vai ter um capítulo para o qual quero chamar sua atenção desde agora, chamado “Como ativar sua ira para você sair do lugar”. Para isso,

você precisa aprender a cuidar da sua vida, mas só o faz quem se ama. Sabia disso?

**Quando você se sente menos do que é e tem problemas de autoimagem, você não cuida da sua vida.** Você quer cuidar da vida dos outros e aceita o tempo inteiro que cuidem da sua vida. Você quer uma dica? **VÁ CUIDAR DA SUA VIDA!**

Parece agressivo quando você ouve pela primeira vez, mas, se você não gosta de ouvir, é porque realmente você tem problema com isso. Você não está cuidando ou está se importando demais com a opinião dos outros.

### **O QUE É CUIDAR DE FATO? É SE AMAR!**

O que faz sentido para você agora? Você vai fazer uma lista de coisas que fazem sentido para você. **Mas, por que você não têm feito sentido? Porque você está se sacrificando por situações ridículas que não são suas.** POR FAVOR, **VÁ CUIDAR DA SUA VIDA!**

Sabe qual é primeiro passo para cuidar da sua vida? **Desconecte-se da aprovação dos outros.**

**Esse é o primeiro passo para cuidar da sua vida. Em vez de seguir pessoas que mandam e ditam coisas para você, siga o Mestre, o Criador do Céu e da Terra.** Assim, entenderá o que Ele está mandando você fazer.

“Mas, Pablo isso é rebeldia!” Não é!

As pessoas querem manipular umas as outras, e não é de maldade, esse é o problema. Vou lhe explicar. Em um capítulo, eu expliquei para você:

- **Não aceite nada;**

- **Questione tudo;**
- **Faça diferente.**

Se você aprender isso, você está cuidando da sua vida. Se você aplicar isso, então, meu Deus!, você não sabe o nível de gestão que você vai ter na sua vida.

**O que está faltando para você é GESTÃO DA PRÓPRIA VIDA!** Se você a fizer, as doze áreas da sua vida vão explodir. Sobre as doze áreas eu vou falar em um outro capítulo. E essas doze áreas só funcionam se você fizer gestão da sua vida.

Então, repita comigo, respirando bem fundo:

**EU ESTOU PRONTO PARA FAZER A GESTÃO DA MINHA VIDA.**

Esse cargo não é de ninguém, não coloque gente que não entende sobre você para fazer isso. **O MAIOR ESPECIALISTA SOBRE VOCÊ É VOCÊ MESMO!**

## TAREFA

1. Faça uma lista de coisas que você faz e que geram resultados para você.

---

---

---

---

---

2. Faça também uma lista de coisas que você faz que, além de não fazerem sentido, não geram resultados a você. Para aquilo

que não gera resultado positivo para você, estabeleça uma ação a fim de resolver isso. Daquilo que não for realmente necessário, **DESCONECTE-SE.**

---

---

---

---

---



**"SE VOCÊ É UMA PESSOA QUE ANDA  
NA REGRA, DIFICILMENTE VAI TER  
UM HÁBITO."**



## CAPÍTULO 7

**N**ovos Hábitos. Para começar algo novo, é preciso deixar algo velho para trás.

Sabe do que vamos falar agora? Sobre como criar novos hábitos! Essa criação de novos hábitos é o que diferencia um ser humano de um animal, isto é, o que diferencia um porco de um homem é a capacidade de gerar ou de abandonar hábitos.

**HÁBITOS SÃO ATOS REPETIDAMENTE DISCIPLINADOS.**

Depois de certo período, o que acontece? Seu ato é instalado como hábito. Então, **eu preciso repeti-lo de forma disciplinar. Depois dessa disciplina inicial, não precisamos mais dela, pois o hábito já se INSTALOU.**

É assim, vou lhe explicar: você precisa aprender como “parir” esse hábito. Vamos pensar no ato sexual, porque você gosta disso, eu também gosto, porque isso é bom demais.

O hábito precisa ser fecundado primeiro, e aquela emoção inicial de fazer alguma coisa é o ato sexual. Depois disso, o sêmen passa para o útero e vai acontecendo o que você já sabe: algumas pessoas “abortam” o hábito ainda pequeno, um feto.

Por que elas fazem isso? Porque elas não conseguem esperar o neném nascer!

Então, você tem que nutrir, cuidar, fazer carinho, esperar nove meses, ou seja, **cada hábito tem um tempo**. Por exemplo, na gestação do burro, a mãe fica quatorze meses com ele na barriga, o ser humano, nove. Cada um tem seu “time” para ser “parido”, para vir ao mundo.

**E o que as pessoas mais fazem? Elas querem que as coisas simplesmente aconteçam do NADA** e já saia um neném chorando. Não é assim. Você vai cuidar e, depois, o neném vai nascer. Tem como soltar um neném assim? Não tem. Primeiro, você tem que dar de mamar, depois papinha, depois picanha e então você solta para o mundo.

O que é um hábito verdadeiro? É quando o neném está solto.

**O hábito verdadeiro é um neném que já anda e que faz tudo. Ele já cresceu, virou um menino, depois um adolescente e agora é um adulto. É nessa hora que o hábito é hábito mesmo. Existe um processo para isso.**

Você fala: “Gostei desse exemplo, é o mesmo exemplo da semente, do espermatozóide e do sêmen.” Preste atenção! “Sêmen” significa “semente”, você acredita? É a mesma coisa! Tudo tem seu tempo e sua ocasião, seu “time” de resposta está intimamente ligado à espécie.

**O QUE SÃO HÁBITOS? SÃO CICLOS REPETIDOS PARA DISCIPLINAR ATOS QUE VIRAM HÁBITOS.**

Os hábitos não precisam mais de disciplina. O que você precisa aprender? Precisa aprender que existe uma diferença entre princípio e regra. **Se você é uma pessoa que anda na regra, dificilmente vai ter um hábito.** Se você instala um princípio, rapidamente isso vira um hábito.

Existem três tipos de hábitos e, para cada tipo de hábito, temos três datas diferentes. São eles: os hábitos simples, os medianos e os complexos.

**Para o hábito simples ser transformado, você precisa de sete dias.** Por exemplo, em sete dias você muda seu hábito de tomar café com açúcar.

Uma dica: para você que quer investir no seu pior ano, CORTE O AÇÚCAR! O açúcar está deixando seu corpo horrível, pois não tem resultado nem malhando.

**Para o hábito mediano, são necessários vinte e um dias.** Por exemplo, a pessoa sempre se empolga no começo da caminhada, mas, se ela não vencer esses vinte e um dias, ela não vai dar conta nem de caminhar, nem de ir à academia.

**Para hábitos complexos, são necessários quarenta dias, porque hábitos complexos precisam ser validados todos os dias.** Que hábitos são esses? Parar de fazer fofoca, de consumir cocaína, pornografia, entre outros. Essas são coisas que precisam ser validadas diariamente. Deu para entender?

**Contudo, a maior parte dos hábitos precisa de sessenta e seis dias para gerar autoridade.** Lembra-se da autoridade que falei lá atrás?

O hábito precisa ter uma validação de autoridade, saber que realmente você o está praticando. O seu cérebro o conhece, ele sabe que você fala as coisas e não as cumpre, e isso gera uma



briga. No entanto, se você vence essa barreira, consegue validar essa autoridade, e então já era. É só ficar voltando nos ciclos pelos quais você passa, e essa data de validação é ultrapassada com sucesso.

**Se você investir nos hábitos, sua vida vai ser TRANSFORMADA.**

Agora, você vai começar a anotar uma coisa para a sua tarefa. Quero que você escolha sete hábitos antigos para você abandonar e sete hábitos novos para você adquirir. O que vai acontecer? Vai dar quatorze hábitos de diferença.

Não coloque hábitos conectados, por exemplo, abandonar o refrigerante e beber água. Coloque coisas que não têm conexão. No fim, haverão quatorze coisas novas acontecendo. **O ABANDONO E A INSTALAÇÃO DE ALGO NOVO.**

Em um dia desses, eu estava ministrando o método IP na Alemanha e me perguntaram quantos hábitos eu havia mudado nos últimos anos. Fui contar e deu mais de cinquenta. Cortei açúcar, cortei pornografia, cortei televisão, comecei a ir à academia todos os dias, cortei fofoca, entre outros.

**Imagina quanta coisa você tem que cortar para ganhar energia e canalizá-la em seu propósito de vida?**

Sabe o que vai acontecer? Vai ser dolorido este ano. **Todo ano você faz muitos planos e não realiza nenhum. Todo ano você quer malhar e não malha. Sabe por quê? Porque você põe regra!**

Está aí o segredo: Regra x princípio.

Por que o livro de Salomão nunca passa? Já se passaram milênios, e o livro continua atual. Por quê? Porque ele não é um

livro de regras, é um livro de princípios.

Nesse livro não tem “Vá fazer medicina!”, mas tem “Aquele que é diligente vai prosperar com o trabalho das suas mãos.” É diferente, isso é um princípio. Também está escrito que, se você amar a sabedoria, vai ter riqueza e honra, e isso não é uma regra, é princípio.

### **PRINCÍPIO É PILAR, ENQUANTO REGRA É TELHADO.**

Não ponha telhado sem ter pilar, sem ter construção. Você ouviu o que eu falei? Se você não entendeu, releia, pois é muito importante entender a diferença entre regra e princípio.

Vamos pensar aqui: você está bebendo refrigerante? Se você não abandonar esse tipo de coisa, sabe o que vai acontecer? Você vai se matar antes da hora, e o seu agora sempre estará comprometido, pois você vai estar gastando energia com algo que não era para você estar gastando. Você entendeu?

### **Não gaste energia com coisa que não é do seu propósito.**

Eu sei que vai ser chato no começo, e eu me lembro do quanto eu fiquei chato, mas quem vai achá-lo chato é só quem não sabe se libertar, então fica em paz, sacou?

Tem um hábito desencadeador que eu quero lhe passar, e eu faço há quatro anos: BANHO NATURAL. Eu moro em Goiás, e as pessoas daqui são frescas também, elas falam: “Meu Deus! Não tenho coragem!” Quando eu vou para São Paulo e para Alemanha, os alunos falam a mesma coisa. Na Suíça, lá, sim, a água é gelada, no resto do mundo não é não.

As pessoas gostam de dar desculpa em todos os lugares! Pode ser em Goiás, São Paulo, Alemanha, Suíça, mas vou lhe contar uma coisa: EU SOU AQUELE QUE PAROU DE DAR

## DESCULPAS.

**Sabe o que é uma desculpa? Anote aí: DESCULPA É UMA MENTIRA “GOURMET” que eu tento dar para os outros, mas isso NÃO COLA COM NINGUÉM, nem comigo! Então por que você fica fazendo isso?**

Chega de história triste! Qual a sua “desculpinha”? PARE COM ISSO! Está aí uma tarefa para você. **Não vai ser o pior ano da sua vida? ENTÃO, VÁ PARA A ÁGUA NORMAL, NATURAL!**

Você é fresco? Se você não for, você vai. É para ser o pior ano da vida ou não? Tem quatro anos que eu não ligo o chuveiro. Houve apenas duas vezes que tive contato com a água quente, que foi num resort chamado Pousada do Rio Quente, onde a água é NATURALMENTE quente.

Eu não tomo banho com água quente, sabe por quê? Além da água natural ter treze benefícios, isso faz parte da minha rotina, do meu boot cerebral diário. Eu ensino isso no método IP, e já lhe digo: caia para dentro e faça!

**LARGA DE SER FRESCO. Você quer mudar seus hábitos? Você quer ser diferente de um porco? Mude seus hábitos! Você bebe muita cerveja? Beba menos! Você fala da vida dos outros? Pare de falar! Você mexe com pornografia? Pare!**

**Tem coisas que são muito boas e você precisa só diminuir a frequência; tem coisas que precisam ser cortadas.** A maioria dos vícios que você vai abandonar é de coisas que você tem que cortar e não diminuir.

**Se você não tem liderança sobre a bebida, corte-a. Pronto e acabou.**

**Faça o seguinte: leia as recomendações e faça as tarefas,**

**que têm as instruções todinhas, cole-as em sua geladeira, e o “pau vai quebrar”. Fechou?**

Espero que você tenha gostado deste capítulo. Imagino que você só vai gostar se tiver resultados, mas você só vai ter resultados se fizer as TAREFAS! Este é o pior ano da sua vida, então vá cuidar dela, porque você não vai ter outro deste, e você vai sentir falta dele.

## TAREFA

1. Insira abaixo 7 hábitos que você precisa abandonar.

---

---

---

---

---

---

---

2. Insira novos hábitos para serem repetidos durante os períodos abaixo, de acordo com a complexidade de cada hábito.

- Hábitos simples (repetir durante 7 dias)

---

- Hábitos medianos (repetir durante 21 dias)

---

- Hábitos complexos (repetir durante 40 dias)

---



**"VOCÊ PERDE O AUTOGOVERNO  
REAGINDO DA MESMA FORMA QUE  
UMA CRIANÇA PEQUENA AGE."**



## CAPÍTULO 8

### **A**utogoverno. Você sabe quem é que manda?

E aí, como você está? Está fazendo suas tarefas? Que bom que você está fazendo, se não vai adiantar absolutamente NADA. Este capítulo é sobre AUTOGOVERNO.

Você sabe qual o maior ato de liderança que existe no mundo? O de liderar a si mesmo. Esse é o maior ato de liderança do mundo! Você está pronto para conhecer o autogoverno?

**Autogovernar-se é conhecer a si mesmo, governar o seu próprio corpo.**

Todos os dias, eu levo e busco meus filhos na escola e, em certo dia, na hora de ir embora, meu filho começou uma brincadeira, balançava a cabeça e gritava: “AHHHH!!!” Essas

“maluquices” de criança, sabe?

É muito legal que criança sabe fazer isso muito bem. Só sei que, com isso, ele parou de me ouvir. Tentei chamá-lo, mas ele perdeu a audição. Perdeu também o contato visual, porque estava com a cabeça para cima, com tudo isso, ele perdeu o norte. E o que aconteceu? Ele caiu em uma mureta, pranchou as costas no chão.

**Você perde o autogoverno reagindo da mesma forma que uma criança pequena age.** Quando você para de ouvir, para de enxergar, perde o norte. Na perda de norte, você perde o rumo, seus resultados e alguns perdem até a própria vida. O que você tem que aprender com autogoverno?

**Autogoverno é o controle sobre si mesmo.**

Lá em Provérbios, está escrito: **“Melhor é o homem que governa seu espírito do que o que toma uma cidade”**. Significa que o homem que governa a si próprio é mais valente que aquele que toma uma cidade, ou seja, um país em guerra no contexto de Provérbios.

Você sabe por que existem os líderes? Este livro não é de liderança, é só para abrir a sua mente: **SÓ EXISTE LÍDER PORQUE VOCÊ NÃO FAZ O QUE PRECISA SER FEITO.**

Então, você precisa de alguém para mandar em você. Você precisa disso? Você já não aprendeu? **APRENDA A CUIDAR DA SUA VIDA!** Você não precisa disso!

**Por que autogoverno? Porque, se não, você não vai ter disciplina.**

Você acabou de aprender sobre hábitos, e como você não sabia como gerá-los, eu vou lhe mostrar o que vem antes deles. Mas por que aprender o que vem antes e depois? Porque,

primeiro, você ouve uma coisa comum para depois destravar o que não é comum. Vamos lá, o autogoverno é autodisciplina que gera FORÇA DE VONTADE.

**AUTOGOVERNO = AUTODISCIPLINA = FORÇA DE VONTADE.**

Quais são as três coisas que quebram a força de vontade?

- **As coisas que você fala;**
- **As coisas que você come;**
- **Os impulsos sexuais.**

Como você está com essas três coisas? **Comer é tanto com o alimento que você coloca na boca, quanto com o que passa pelos seus olhos e ouvidos.**

Você se alimenta com todos os seus canais. Está ouvindo coisas baixo demais? Lá na Palavra fala que as más conversações corrompem os bons costumes. Sua boca é um alimento também, porque quando você fala algo, que também é um canal, seu ouvido também ouve. CUIDADO, VIU?!

**NÃO SEJA VOCÊ QUE FALE MAL DE VOCÊ NEM DOS OUTROS!**

Então são três coisas para aumentar sua força de vontade, que é autodisciplina, e as coisas que você fala contam em dobro, tá?

**Porque, além de você falar e afetar os outros, afeta seu cérebro de volta, porque você tem um feedback.** O ouvido é um feedback. As coisas que você come, come pela boca, ouvido e olhos.

Agora vou falar um pouco sobre os impulsos sexuais para



você entender. Os impulsos sexuais são a parte hidráulica, sua água no corpo. Quando você ouve a primeira vez em uma conversa a palavra “sexo”, você já pensa em genitália, que é o órgão sexual. Sexo, no entanto, não é o órgão, não é a fricção de vagina e pênis, isso é só a torneira do sistema hidráulico.

Seu cérebro é uma caixa d’água, e essa água vai sendo irrigada para o corpo. Quando você sabe canalizar seus impulsos sexuais, você é uma pessoa com energia diferente, com um brilho no olhar diferente, e, por consequência, as pessoas o acham interessante.

**Quando você gasta energia com pornografia, quando gasta com infidelidade ou com coisas que não tenham nada a ver, SUA ENERGIA CAI, VAI LÁ PARA O CHÃO. VOCÊ VIRA UM LIXO!**

Por que o autogoverno? Por que estou falando sobre isso? Porque, se você não se controlar, você vai fazer “doidura”! Não está bom na sua casa, alguém no serviço é “melhor”, e você quer ficar com essa pessoa. Você está doido?

“Pablo, você é a favor de que cada pessoa case com apenas uma pessoa?” Para que casar com duas? Você não dá conta nem de uma pessoa! **Você não tem inteligência emocional para gerir um relacionamento com duas pessoas, apenas com uma.** Cada um com um.

“Mas eu não acredito nisso que você está falando.” Se você não acredita, escreva seu livro, e eu vou lê-lo para ver se faz algum sentido. Está dando resultado? Na realidade, está dando um resultado satisfatório? Se tiver, me conta!

**Vou falar uma coisa para você: eu sou homem de uma mulher só.** Só namorei uma, casei só com uma e só transei com uma mulher na minha vida inteira. Sabe o que eu espero? Que

isso continue pelo resto da minha vida.

Por quê? Porque ninguém tem esse tanto de energia para gastar com os outros.

“Por que você está falando isso, Pablo?” Porque, se eu controlar as coisas que saem da minha boca, se eu controlar as coisas que estou comendo e se eu controlar meus impulsos, EU VIRO O JASPION! Você quer virar o Jaspion?

Eu falei que ia ser o pior ano da sua vida, né? Sei que não são todos que já transaram com vinte, mas, vocês que sim, o que ganharam com isso? Vocês ganharam um monte de laço de alma.

### **O AUTOGOVERNO É VOCÊ NÃO ANDAR INDUZIDO PELA TORNEIRA DO SISTEMA HIDRÁULICO.**

“Não dou conta, eu preciso fazer!” Então, canaliza essa energia! Canalizar que jeito? Canalizar de forma correta seus pensamentos para você virar uma pessoa brilhante na fala e em outras coisas que você for fazer.

**Gaste a energia desses impulsos para você escrever, dar boas palestras, se conectar em reuniões, ser promovido, abrir sua empresa.**

Energia vazada é aquela drenada em coisas que não têm ABSOLUTAMENTE NADA A VER. Você está entendendo o que eu estou falando? Autogoverno é o ato de liderar a si mesmo.

Lembra-se do que lhe falei do ato que desencadeia dor? Que eu tomo banho na água natural? Que a água fria ou gelada, depende do lugar? Só o autogoverno que faz você fazer isso. SÓ O AUTOGOVERNO.

**AUTOGOVERNO VAI SER, NO FINAL DAS CONTAS, A AUTODISCIPLINA, QUE GERA FORÇA DE VONTADE.**

Então, vai ter uma tarefa aqui para você medir a pontuação, o que está impactando sua vida e o que você pode fazer para resolver isso.

## **AUTOGOVERNO É GOVERNAR A SI MESMO! VOCÊ ESTÁ PRONTO PARA ISSO?**

Este, sim, é o pior ano, por que o pior ano? Porque você vai gastar muita energia para mudar. Vai ser o PIOR ANO DE TODOS, só que você vai ver os que vão vir depois desse, fique em paz. Continue fazendo as tarefas.

Os capítulos são curtos porque não precisa de “blá blá blá”, não precisa de gordura, nós vamos direto ao ponto, e é isso que interessa.

### **TAREFA**

#### **Autogoverno - Autodisciplina - Força de vontade**

Três coisas que quebram a sua força de vontade:

- As coisas que você fala;
- As coisas que você come;
- Os seus impulsos sexuais.

1. Para instaurar um novo hábito, você precisa, primeiramente, aprender a dominar sua força de vontade. Por isso, pontue, de 0 a 10, cada uma das áreas e produza uma tarefa para melhorar sua nota em cada área.

a) Coisas que você fala: \_\_\_\_\_  
Tarefa: \_\_\_\_\_

b) Coisas que você come: \_\_\_\_\_  
Tarefa: \_\_\_\_\_

c) Impulsos sexuais: \_\_\_\_\_  
Tarefa: \_\_\_\_\_

2. Descreva abaixo o que você entendeu sobre autogoverno e transborde na vida de pelo menos 1 pessoa.

---

---

---

---

---



**"O SUCESSO É A SOMA DOS SEUS  
FRACASSOS."**



## CAPÍTULO 9

### **D**rivers Mentais. Suas crenças limitam seus resultados.

Agora, nós vamos falar de como mudar a sua mentalidade, os drivers mentais. Você sabe o que são drivers mentais? Anote: drivers mentais são as respostas imediatas do cérebro. Vai ter uma tarefa ao final deste capítulo, anote-a e repita isso todos os dias.

**Eu vou compartilhar cinco drivers mentais com você, que, como eu disse, são respostas imediatas.** Mas, antes, vou lhe contar uma história. Se eu tenho uma impressora HP e eu tenho que instalar ela com um CD, tem que ser com o CD próprio dela. Se eu usar outro CD, vai funcionar? NÃO!

Isto é, você quer ser rico, mas tem o driver da pobreza e da improdutividade. O que vai acontecer? NADA! Você entendeu o que eu falei? Absolutamente nada vai acontecer.

Então, está aqui uma dica poderosa: pare de colocar driver para ter um resultado que não tem nada a ver com ele.

**DRIVER ERRADO PRODUZ RESULTADO ERRADO!**

Eu vou soltar cinco drivers aqui e quero que você anote para você ir fazendo e relembrar depois.

**O primeiro driver, é o mais poderoso que eu uso, e é: EU NUNCA PERCO EM ALGO. OU EU VOU GANHAR OU VOU APRENDER!**

Se a sua vontade de aprender for maior que a de ganhar, você vai vencer na vida. Qual driver você vai anotar? EU NUNCA PERCO: OU É GANHAR OU É APRENDER.

**O que significa isso? Que eu estou em constante aprendizado.**

Por exemplo, você emprestou um dinheiro, R\$10.000,00, e a pessoa não lhe pagou, você perdeu os dez mil? Claro que não! Você aprendeu a não ser otário, a não emprestar dinheiro, porque você não é banco. Você era otário, aprendeu a não ser, e está tudo resolvido, só lhe custou dez mil reais, mas você aprendeu. Sacou?

**Segundo driver mental, anote aí:**

**QUEM É BOM EM DESCULPA NÃO É BOM EM MAIS NADA!**

O que é esse drive mental? É uma resposta pronta que VOCÊ CRIOU, ninguém mais criou para você. Quando eu falo “criou”, significa que alguém já deve ter falado antes, mas você colocou dentro de você. Sacou?

Em relação à tarefa, se você tiver um driver que é considerar

tarefa trabalhosa, nojenta e uma obrigação, você deve estar com um monte de tarefa acumulada por aí.

O que eu fiz com as tarefas? Eu troquei as experiências. Guarde isto:

### **PARA MUDAR OS DRIVERS, EU PRECISO TROCAR AS EXPERIÊNCIAS.**

Então, o que eu quero? TROCAR EXPERIÊNCIA. É só isso que precisamos fazer. Então, eu tenho uma experiência nova e vou mudar meu driver.

**Você, que é menina e namorou um canalha, instalou um driver: Homem é canalha.**

Vai acontecer o quê? Todo homem que você ver na sua frente vai ser um canalha. Se você tiver namorado, é canalha; bebê de colo é canalha; vovô no caixão é canalha; todo ser masculino vai ser um canalha, mas é tudo culpa do seu driver mental errado em relação a homem.

**Você, que teve problema com seu pai: sugiro que você resolva o mais rápido possível, porque, se não, você não prospera.**

Uma das coisas que mais faço no método IP é o desbloqueio emocional, e a maioria das pessoas tem problema com quem? Papai e mamãe.

**Terceiro driver mental** sobre o qual eu quero lhe falar:

**DECISÃO É IGUAL A DESTINO! POR QUÊ? PORQUE, SE VOCÊ NÃO DECIDIU, NÃO MUDA NADA!**

“Vou mudar e espero a oportunidade...” Eu vou lhe falar uma



coisa: **eu não estou nem aí para oportunidade, porque eu a crio!** Oportunidade é atraída pela atitude, sacou?

**Anote mais um driver: “O FEITO É MELHOR QUE O PERFEITO!”**

Meu Deus! Essa frase mudou a minha vida. É uma frase que eu adotei como driver, e repito TODOS OS DIAS, porque o perfeccionismo é um defeito, eu já falei isso em um capítulo anterior.

**Preste bem atenção no último:** esses cinco que estou lhe passando são só para abrir sua vida nisso, você vai pesquisar e construir mais.

Vai ter uma tarefa para você construir pelo menos doze drivers. Se você não fizer, não vai para frente. Então, por exemplo, um que eu gosto de usar é: **VOCÊ É PIOR DO QUE AS PESSOAS PODEM IMAGINAR.**

Por que esse driver? Eu sempre falo: “Eu sou pior do que as pessoas imaginam!”, porque assim, não fico botando banca em ninguém.

Não tenho problema com ego, não tenho ninguém que fica em cima de mim, não preciso disso. Então, quando alguém fala: “Pablo, estou decepcionada com você.”, eu falo: “Só isso? Imagina se você soubesse de tudo!”.

Isso começou quando eu descobri um autor que se chama Charles Spurgeon, ele falava essa frase. Certo dia chegou uma multa na minha casa, e eu pensei: **“Por que achar ruim receber uma multa em casa? Se eu recebesse todas que eu mereço ia ser pior. Então, eu sou pior do que essa multa acha que eu sou. Obrigado por vir só essa.”** Sacou?

Eu vou lhe dar mais um de bônus: **PRECISO ERRAR**

## **MUITO, MAS NUNCA NAS MESMAS COISAS.**

Se você continuar a pensar do jeito que você nasceu, com um mindset fixo (mind é mente, e set é configuração, ou seja, configuração de mente), você não vai cuidar da própria vida.

**Você vai ficar pensando igual a um monte de gente já pensou, sem questionar, aceitando tudo e fazendo tudo igual.** Eu não tenho nada contra a sua família, nem contra a minha, lembrando.

Lembre-se de que eu vou reforçar isto: este ano será difícil **PORQUE VAI SER O PIOR ANO DA SUA VIDA.**

**Vai ser o ano em que você vai perder dinheiro? Não. Você vai aprender! Vai ser o ano em que você vai investir tudo o que você tem: seu suor, seu sangue, sua gordura, seu tempo.**

Vai ser um ano formidável, você vai sentir falta dele, mas vai ser o ano que vai destravar o resto da sua vida, pode ficar tranquilo. O resto, não, será uma nova vida que você não conhecia.

O que são esses drivers para você aprender? Jesus os usava. Em Mateus 4, quando Jesus é tentado no deserto, o diabo usa a Bíblia contra Jesus, e Ele nem conversa, só usa os drivers.

— **Você não está com fome? Coma este pão. — diz o diabo.**

— **Nem só de pão viverá o homem, mas toda Palavra que vem da boca de Deus. — responde-lhe Jesus.**

**Isso é driver mental, ou seja, não preocupa.**

Eu tive um um driver certa vez quando bati meu carro, foi na verdade, uma arrastada que eu dei em uma pilastra.

A primeira coisa que eu falo quando eu gero um prejuízo para mim mesmo é: **“TODAS AS COISAS COOPERAM PARA O BEM DAQUELES QUE AMAM A DEUS E SÃO CHAMADOS EM BUSCA DO SEU PROPÓSITO.”**

Então, tudo coopera, não tem nada fora do lugar. É alguma atenção que preciso ter. CUIDADO! Se você tem um driver errado, vai produzir um resultado errado.

Por exemplo, o fracasso. **O SUCESSO É A SOMA DOS SEUS FRACASSOS.**

“Pablo, por que esses drivers?” Quando alguém falar uma palavra-chave, em um texto ou em um contexto, na hora, o seu cérebro vai se posicionar e vai falar:

— Não, isso é isso, isso e isso. — Claro, se você tiver os drivers certos.

Em uma outra vez que o diabo voltou a Jesus, disse:

— Jesus, pule daqui, seus anjos deram ordem a seu respeito. (Usando a própria palavra).

— Não tentará o Senhor teu Deus. — Jesus respondeu.

Então, outra vez, o diabo pensou, mas Jesus não cai, né? No final, ele mostrou todos os reinos do mundo e disse:

— Se você se render a mim, me adorar, eu vou lhe dar os reinados, lhe dar tudo no mundo.

— Somente a Deus adorarás e prestarás culto. — replicou Jesus.

Ou seja, a resposta dele não precisa nem de argumento. Você, homem, você, mulher, veja o que acham:

Os homens, desde pequenos, por conta de instinto, são

doutrinados a ficarem apaixonados quando veem qualquer mulher. Alguns pais fizeram uma “hiperestimulação” nas crianças, e, por isso, muitos homens são desgovernados no assunto. Simplesmente, o papai não conseguiu ensinar os drivers certos.

**Está aqui um driver para você: quando você olhar para uma mulher, pense na palavra exata: RESPEITO.** Mulher não é carne de açougue, não é nada disso.

Eu o entendo, você mexeu muito com pornografia. Pelo menos 70% de chance de você, que está lendo, ter mexido, ou ainda estar mexendo com isso. Eu sugiro que você pare, porque, se não, você vai gastar toda a energia que deveria ser gasta em seu propósito de vida. Este é o pior ano, vá cortar essas coisas!

Você está gostando do livro? Se sim, é porque está tendo resultado, se não, às vezes, é porque você fica focando em mim. **VÁ CUIDAR DA SUA VIDA,** preciso que você dê resultado, eu não... **VOCÊ QUE PRECISA.**

Para mim, é muito bom, mas é muito melhor para você que você dê resultado, tá bom? E eu quero lhe falar algo: **ESTE É O ANO EM QUE VOCÊ VAI REVOLUCIONAR.**

**Uma nova vida, que você nem conhece, virá.**

## TAREFA

### **Drivers Mentais: Resposta imediata do seu cérebro.**

Instale os drivers corretos para que seu cérebro dê as melhores respostas imediatas. Começaremos com alguns drivers que são meus, e desejo que você crie pelo menos 12 drivers seus.

### **INSTALAÇÃO DE DRIVERS MENTAIS**

- Eu nunca perco: ou ganho ou aprendo.
- Quem é bom em desculpa não é bom em mais nada.
- Decisão muda destino.
- Feito é melhor que o perfeito.
- Você é pior do que as pessoas podem imaginar.
- Preciso errar muito, mas nunca nas mesmas coisas.

Quais são os seus?

01. \_\_\_\_\_
02. \_\_\_\_\_
03. \_\_\_\_\_
04. \_\_\_\_\_
05. \_\_\_\_\_
06. \_\_\_\_\_
07. \_\_\_\_\_
08. \_\_\_\_\_
09. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_
11. \_\_\_\_\_
12. \_\_\_\_\_

2. Utilizando como exemplo o driver "preciso errar muito, mas nunca nas mesmas coisas", descreva abaixo o que você já aprendeu com os seus 2 maiores erros.

---

---

---

---

---

---

---

---



**"VOCÊ NÃO DÁ CONTA DE FUGIR DE  
SI MESMO!"**



## CAPÍTULO 10

**A maior viagem da sua vida. Para ir para fora, você precisa ir para dentro de si mesmo.**

E aí? Está fazendo as tarefas, né? Vamos para a maior viagem da sua vida. Essa viagem é para dentro de quem? De você mesmo!

As pessoas gastam muita energia para ter coisas. Vou lhe ensinar uma relação: ser, fazer e ter. **A nossa sociedade valoriza pessoas que têm algo, mas você não precisa ter as coisas, você precisa de SER.**

Vou lhe explicar rapidamente o que é o TER. Não precisa mais ficar jogando na Mega-Sena, porque não funciona. Você não é multimilionário, não está fazendo tarefa de multimilionário, mas está na sorte, querendo se tornar multimilionário. Ninguém se torna um assim.



Então você fala: “Torna-se sim, todo mês eu vejo gente ganhando e se tornando multimilionário.” Faça uma pesquisa: 99,9% das pessoas que ganharam hoje não têm mais nada, e a maior parte delas está pior do que quando entraram na vida de multimilionário. Por quê? Porque eles querem TER antes de SER e FAZER.

Por favor, pense que coisa horrível é uma fruta no vento, no ar. Pare para pensar na idiotice que eu vou lhe falar: pensa em uma fruta que nunca foi semente. Não foi plantada, não cresceu, mas está tudo certo, ela é sozinha, “alone”. NÃO FUNCIONA! NUNCA FUNCIONOU NEM VAI FUNCIONAR!

**A semente é o quê? A semente é o SER. O plantar é o FAZER. E o fruto é o TER.**

**QUE VIAGEM É ESSA? É A VIAGEM MAIS PODEROSA: PARA DENTRO DE VOCÊ!**

Você tem que se lembrar de que o seu corpo é um carro, a sua alma é o piloto, e o espírito é a estrada. **A estrada é seu propósito, seu espírito; o piloto é sua alma, com a sua mente, e o corpo é seu carro; seu cérebro é o motor desse carro.**

Por favor, entenda: você precisa fazer um mergulho para dentro de você e, quanto mais você se encontrar, mais pessoas você vai achar.

A prosperidade não é de fora para dentro, mas de dentro para fora. Do seu interior, fluirão rios de águas vivas. Se esses rios fluírem, o que vai acontecer? Os peixes vão subir, daí já era! Você que vive em fuga o tempo inteiro: a vida é só fuga, você só quer fugir o tempo inteiro. “Pablo, eu quero ir lá para a China.” Pode ir! Chegando lá, vai ter uma pessoa esperando com a plaquinha com o seu nome, e essa pessoa é você.

## **VOCÊ NÃO DÁ CONTA DE FUGIR DE SI MESMO!**

Algumas pessoas gostam de falar: “Eu não gosto de gente!” Por que então você não cria uma existência só sua? Pelo menos uma galáxia, se você der conta. Você a cria, e, quando chegar lá, tire um selfie, e eu vou lhe mostrar onde está o problema do mundo: VOCÊ! Segure a bomba aí!

Você já se sentiu perdido na vida? Sabe por que você se sente perdido? Problema de identidade. Você pode estar em Bangkok, Hong Kong, ou em qualquer lugar que você nunca tenha ido, **você nunca fica perdido se você sabe quem você é.**

Você sabe que tem um senso cognitivo de fazer perguntas, de correr atrás, de resolver. Você tem o racional, a sabedoria, **POR QUE VOCÊ FICA PERDIDO? PORQUE VOCÊ NÃO SE CONHECE!** Sabe esses medos que você fica carregando? É porque você não se conhece.

## **VOCÊ QUER REALMENTE SE CONHECER? MERGULHE PARA DENTRO DE VOCÊ!**

Interessante que havia umas sexólogas que falavam nos programas do Serginho Groisman, e eram interessantes as perguntas que elas recebiam porque evidenciavam a necessidade de descobrir algo apenas no nível do corpo.

## **VOCÊ PRECISA MERGULHAR NO SEU CORPO, NA SUA ALMA E NO SEU ESPÍRITO.**

No método IP, tem umas ferramentas que eu uso para mostrar para a pessoa que ela não sabe nem do corpo dela. Um exemplo: tem um morador dentro do seu olho que se chama Demodex. É um ácaro de oito pernas que fica nos seus olhos, nariz e ouvidos. Como assim? Sabe quando você pisca várias vezes e fica “rajadinho”? Então, é o Demodex, parece até nome de remédio, né?!

Você sabe qual o seu olho bom de atirar? Se é o direito ou o esquerdo? Tem como você fazer o teste. Faça assim: você vai fazer um triângulo com as mãos, olhando para o espelho ou para um ponto fixo. Feche um olho de cada vez, olhando para dentro do triângulo. Com o olho que você conseguir ver dentro do triângulo é o seu olho de atirar. O meu é o direito. Quando você descobrir o seu, não atire com o outro.

Por que o autoconhecimento? Porque, **quanto mais você se conhece, mais você vai conhecer a Deus.** Tem gente que vai falar: “EU NÃO CONCORDO!” Entenda: você não é imagem e semelhança Dele? Jesus não escolheu morar dentro de você? Qual é a treta?

“Pablo, eu não acredito em Jesus!” Então desconsidere, faça o que você quiser com essa informação. **PRESTA ATENÇÃO: Se o criador do Céu e da Terra resolveu morar dentro de você, quem você acha que é para não ser alguém na vida?**

Mude essas crenças e comece, e eu paro de falar: **VÁ CUIDAR DA SUA VIDA!**

Você vai parar de fugir, porque a vida é uma completa aventura, e todos sabem qual o final da aventura: a morte! Ninguém escapa do paletó de madeira. Os mais rebeldes morrem afogados, com uma quedinha de avião, ou some ali no Triângulo das Bermudas, mas 99,99% vai encarar o quê? O paletozinho de madeira!

Já que você sabe que esse é seu propósito, você não vai afobar com o final dele e vai curtir o quê? O **TRAJETO**, o destino é o trajeto!

Eu adoro viajar de carro, porque eu quero conhecer os lugares, e isso faz muito sentido para mim. Tem gente que fica agoniado porque o trajeto é sempre ruim, e chega ao destino já acabado. A volta é mais triste ainda. Mas, para mim, tudo que

acontece é trajeto. Quando eu estou indo para algum lugar, por exemplo, Bahia, o trajeto para mim é um fenômeno. Eu adoro ver as histórias, ver as cidades, e, quando chega, ainda não é o destino. Continua sendo o trajeto porque eu descubro uma coisa nova a cada dia, e na hora de voltar, é a mesma coisa, tudo é o trajeto.

## **O TRAJETO É O AGORA!**

Quanto mais você se conhecer, mais você vai querer viver no agora, porque faz muito sentido. Então, do que precisamos aprender para fechar este módulo: a tarefa que você vai fazer — cinco coisas que você precisa descobrir e que você não sabia.

## **CINCO COISAS QUE VOCÊ PRECISA SABER QUE VOCÊ NÃO SABIA.**

O que você vai fazer? Escreva assim: **“Eu preciso descobrir de onde eu vim”**. Por exemplo: cadê sua árvore genealógica, você sabe? Cadê as pessoas de quem você veio? Você conhece o perfil delas? Você sabe seu perfil psicológico? Tem um teste de graça, vou deixar o link na tarefa. Você vai fazer um teste de cinco minutos, ler o relatório e pirar.

## **VOCÊ TEM QUE DESCOBRIR COISAS AO SEU RESPEITO.**

Outra coisa boa é o Disc. O que você faz com o Disc? Essa é uma ferramenta de autoconhecimento, hoje, avaliada como a melhor ferramenta de análise comportamental do mundo. Já fiz duas vezes e vou lhe falar: O nível de assertividade é de 99%. **VOCÊ PRECISA SE CONHECER!**

Não avance sem fazer esta tarefa: descubra o seu perfil, o seu temperamento — se você é fleumático, colérico, melancólico ou sanguíneo — pois, você precisa saber quem você é.

A primeira coisa que temos que ativar é o SER. Depois, nós vamos FAZER, que é o que você está fazendo neste livro. Depois vamos começar o TER, que é o fruto lá na ponta da árvore. Tá bom?

Espero estar o ajudando, mas não tem mágica, quem faz a verdadeira ajuda É VOCÊ!

Vamos para o próximo capítulo, mas não saia daí sem fazer a tarefa. Se não fizer a tarefa, não avança.

## TAREFA

1. Descubra de onde você veio: Analise sua árvore genealógica. Pesquise sobre sua origem familiar.
2. Descubra o seu perfil psicológico no site:  
[www.inspiira.org](http://www.inspiira.org)
3. Faça o Teste Disc no site:  
[www.propositomaior.com.br/teste-disc-online/](http://www.propositomaior.com.br/teste-disc-online/)





**"A IRA VEM QUANDO OS  
SEUS VALORES ESTÃO SENDO  
ATACADOS."**



## CAPÍTULO 11

### **C**omo ativar a Ira. Não se ponha o sol sobre a sua ira.

Eu não acredito que você chegou até aqui. Se chegou, é porque você está fazendo as tarefas e você vai vencer! Se será em 2019, 2020, 2040, eu não sei, mas espero que você decida hoje a ter O PIOR ANO DA SUA VIDA.

**É o ano de investimento.** Vale lembrar de uma história: quando você comprou a fazenda que era só mato, você teve que desmatar, pôr maquinário e gente trabalhando.

Deixa eu lhe falar: **o primeiro ano é só derramando dinheiro, suor, gordura, sangue, tempo e lágrima.** Sempre se lembre dessas coisas.

Este vai ser o pior ano porque você vai investir tudo. Não sei se você sente a mesma coisa que eu porque eu sou um homem



do campo, mas, depois, meu amigo, **quando toda semente estiver no chão, você vai se sentar na porteira, na cerca, e vai rir com a sua família, porque você vai ver aquele campo todo frutificando.**

Não sei se você já passou por isso ou se você já plantou, mas é a melhor coisa da vida. **Anote uma tarefa: Plantar alguma coisa.**

Quando você vir essa coisa crescendo e dando fruto, você vai pirar. Eu sugiro que você pegue a sua família e vá plantar morango, que é “rapidão”, sabia? Dependendo da qualidade dele, em até sessenta ou setenta dias já tem morango.

Se você está querendo mais rapidez vá plantar feijão, que também é rápido demais. Do dia para a noite começar a brotar, vai ser muito bom para você. Mas, este capítulo agora é sobre ativar a ira.

“Pablo, para que ira?” Ira não é nível de ressentimento, viu? Ira é um defeito, filho de uma mesma qualidade que é a mansidão, calma! Existe virtude e defeito, e eles são feitos da mesma matéria.

Na Bíblia, está escrito assim: **"Irai-vos, mas não pequeis. Não se ponha o sol sobre a sua ira".**

Vamos tratar de um cara que é modelo para nós, mesmo que não seja o seu Mestre. Ele é o meu mentor, e nós podemos trocar uma ideia sobre Ele: Jesus.

O que Cristo fez? Jesus era manso, e na Bíblia fala: Os mansos herdarão os Reinos dos Céus. **Mas, por que Jesus explodia?** O homem que é pura sabedoria. O homem que não tem pecado. O homem manso. **Ele foi à porta do Templo, estavam todos os cambistas lá.**

Sabe o que o homem fez? Revirou tudo de cabeça para baixo, e, no final, ele fala: **O zelo pela sua casa me consome.**

**A ira vem quando os seus valores estão sendo atacados.** Caia para cima! Pedro, que é discípulo de Jesus, estando cheio de questões, chegou a Jesus e falou:

— **Senhor nós não vamos aceitar você morrer não.**

— **Arreda-te daqui Satanás, para trás de mim.** — respondeu-lhe Jesus.

Por que Jesus falou isso? Por que ele não fez só uma pergunta? **PORQUE EXISTEM SITUAÇÕES EM QUE VOCÊ TEM QUE IR PARA CIMA!**

Estavam os fariseus presentes, e Jesus sempre os tratava bem, mas chegou um momento em que não teve cabimento, o que Ele fez? Ele disse:

— **Raça de víboras!**

Preste bem atenção no que eu estou lhe falando: a Ira não vai impulsionar você para baixo, **A IRA VAI JOGÁ-LO PARA FRENTE! IRA É AÇÃO!**

O que o joga para frente é ação. Não confunda ira com raiva, um nível de ressentimento que o afunda como a mágoa e o ódio.

**Sabe o que é mágoa? É a má água que fica no seu cérebro, você não a deixa fluir, você não a libera, então vira um esgoto, pode virar dengue e mais um monte de coisas e, a cada dia que passa, você pira.**

Lembre-se do versículo, por mais que você não acredite na Bíblia, pois, se é um versículo, é uma promessa:

IRAI-VOS, MAS NÃO PEQUEIS. NÃO SE PONHA O SOL SOBRE A SUA IRA.

Então você pode se irar, só não pode pecar. Por isso Jesus fala: **“Perdoe os outros 490 vezes em um dia, porque tudo que você tem que resolver é hoje”**.

Você não manjou isso ainda? Não fique acumulando ira para outro dia, você está errado! Existem coisas que devem fazer você explodir agora.

O que você tem que explodir agora? Harriet Tubman falou uma frase que mexe comigo: “Libertei mil escravos. Poderia ter libertado mais mil se soubessem que eram escravos.”

### A PERGUNTA É: **VOCÊ SABE QUE É ESCRAVO?**

Se você souber, você vai ativar uma Ira, porque todo ser que é livre não quer saber de escravidão, ele só quer ir embora. Na história judaica, há o ano do jubileu, o ano em que o escravo pode ir embora, mas, pasmem, é o ano em que o escravo quer ficar, porque, na hora em que ele está livre, ele não construiu nada.

Ele não pode fazê-lo tampouco, só pode trabalhar para o seu senhor, então ele não tem nem para onde ir e decide ficar. Quando ele decide ficar, sua orelha é perfurada como símbolo de decisão. Na hora de furar a orelha falavam: “Não tem mais volta, não tem mais jubileu, você vai ser escravo para sempre, você aceita?” E eles diziam “ACEITO!”.

**Você é louco! Foi para a liberdade que Cristo chamou você, então vai ficar louco nessa até que dia? Ative essa ira! Existe um leão dentro de você para ser acionado, mas algumas pessoas não entendem isso.**

Há um treinamento que eu aplico, chamado Master Coach,

Atomic Brain, e, lá, quebramos uma madeira com a espessura de 2.5cm, bem grossa.

Tem gente que já foi em outros treinamentos e fala que a madeira era mais fina, mas eu não estou aqui para ver você fazer gracinha, **EU QUERO QUE VOCÊ EXPLODA SUA IRA PARA VOCÊ APRENDER.**

No treinamento, as pessoas rachavam a madeira como se fosse papel, mas as pessoas que não se iravam pareciam estar batendo palma ou tocando na mão de outra pessoa. A madeira não quebrava!

Teve uma menina que bateu quatro vezes, mas **não adianta fingir a ira, não funciona, tem que ser uma explosão que vem de dentro.**

Quando vem um Tsunami, tem como a praia segurar? Não tem, porque é a ira do mar. Quando vem a ira do vento, tem casa que aguenta? Os EUA que o diga. Em Nova Orleans, veio chuva, tempestade misturada com ventania e acabou com a cidade. O vento tem ira, a água tem ira, a terra tem ira, que é o terremoto, e só você que não tem! Você vai mudar de vida quando? Você está com “raivinha”? **RAIVA NÃO É IRA.**

**A ira vai impulsioná-lo para frente.** Você está me entendendo? Se a água tem ira, se o vento tem ira, se a terra, a chuva, tudo tem ira, por que você não tem a sua? Por que você não dá nenhuma resposta nunca? Ative a sua ira, se não você vai ficar preso nessa correntinha de elefante, que, desde pequenininho, não servia para segurá-lo, mas você acreditava que sim.

## **ATÉ QUANDO SUAS CRENÇAS VÃO IMPEDI-LO?**

Você quer romper na vida? Este é o capítulo em que vamos quebrar o pau, e eu já o coloquei agora para que você possa

ativar a ira e sair do lugar. **Se lhe faltar alguma coisinha todo dia para viver, ative a ira. E saia do lugar.**

Todos os dias eu tomo banho na água fria, isso já tem quatro anos. Sabe o que acho? Acho pouco. Em São Paulo, é mais gelado que em Goiânia, onde eu morava; na Suíça e na Alemanha, é mais gelado que em São Paulo, mas tanto faz para mim.

Eu já determinei uma coisa: **não é o lugar que vai me fazer vencer.** Eu nasci para isso, então qualquer lugar eu estou dentro.

Em você está faltando uma “irazinha”? Aprenda a explodi-la. Vou ajudá-lo na prática. Você, que não entende desse sentimento, pegue algum sentimento ruim e coloque-o para fora, mas, depois, desconecte-o, porque ele tem toxinas, o.k.?

No método IP, eu peço uma pessoa para me empurrar, mas, até hoje, ninguém me empurrou. O que é empurrar? É colocar as duas mãos no meu peito e colocar pressão. Já teve caras de 160kg que não deram conta nem de mexer no meu peito.

Tem uma Ira aqui dentro, e, quando eu olho para a pessoa e sei ativar, eu arrasto qualquer homem. Pode por um gorila, quem você quiser. **EU VOU CHUMBAR ESSA PESSOA NA PAREDE. FAÇO ISSO DIRETO.**

O Felipe Fernandes, que é um trainee nosso da Alemanha, tentou fazer isso comigo na casa dele. Minha esposa estava presente e ficou tão desnorreada que quis sair correndo, porque foi feia a briga. Ele é bem mais forte que eu fisicamente e veio com muita força, mas sabe o que aconteceu? Ele deslocou o ombro, coitado.

**No dia em que você ativar essa Ira, ninguém mais vai colocar pressão em você.**

Qual é a tarefa agora? Eu quero cinco coisas do que você precisa para ativar sua Ira e sair do lugar: esses assuntos que nunca acabam, essas pendências judiciais, assuntos financeiros nos quais você fica enrolado, falando para o povo que você não tem dinheiro para pagar e negociando. Não fica deixando isso de lado, vá com Ira, fale que você é honesto e VAI PRA CIMA!

Se não, você vai ficar dando bobeira na vida. Você está fazendo as tarefas, né? Este é o final de só mais um capítulo, e você precisa fazer as tarefas para continuar avançando.

Eu vou lhe dar uma dica: os capítulos são pequenos de propósito, então leia-os e não levante enquanto não fizer as tarefas. Essa é uma dica boa, hein!

Segure a onda porque o pau vai quebrar ainda.

## TAREFA

1. Perdoe alguém que você ainda carrega com você e descreva essa experiência aqui.

---

---

---

2. Ira é uma indignação que o leva a produzir uma ação. Aprenda a separar IRA de RAIVA e foque nisso. Separe 5 coisas nas quais você precisa ativar a IRA para sair do lugar.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_



**"SEJA SIMPLES, MAS NÃO SEJA  
SIMPLÓRIO."**



## CAPÍTULO 12

### **F**ast Action (Ações Rápidas). Veja, sinta, pense e faça.

Fez a tarefa da ira? O pau já quebrou? Tem gente com raiva de você, né? Normal, você vai crescer em maturidade e as pessoas também.

Este capítulo agora é sobre FAST ACTION. O que é isso? Ação rápida. Para de “nhé néh néh”, de ficar achando que você deve elaborar um projeto maravilhoso. **Se você é perfeccionista, você não vai conseguir sair do lugar, vai ter que largar o perfeccionismo, porque só consegue fazer uma ação rápida quem não é perfeccionista, quem não é centralizador.** Ainda, se você não souber delegar, vai ficar tudo nas suas costas.

**O que é Fast Action? Ouça alguma coisa e faça uma ação rápida.** Tem uma expressão que se chama VF. Grandes grupos corporativos usam isso, e é fenomenal na gestão do tempo



e produtividade. **VF: VER E FAZER.**

Tem gente que vê algo e quer anotar para depois fazer, tem coisas que você pode delegar ou fazer imediatamente, coisa simples, entende?

**Então, você tem um pano para você limpar sua mesa, que está suja. Em vez de você esperar alguém para fazer isso, você pode simplesmente pegar você mesmo e fazer, o pano já está ali mesmo, vá lá e limpe. Pronto!**

“Pablo, mas eu não sou o cara que limpa”. É isso que você não entendeu: principalmente na Brasil Telecom, onde eu fui executivo, haviam pessoas que ficavam meia hora esperando a equipe da limpeza.

Teve um dia em que eu fiquei revoltado com isso, porque muita coisa não sai do lugar por conta de burocracia. Isso é coisa de país comunista, viu? Se você gosta do comunismo, eu não vou bater boca com você não, mas tudo é burocrático. **Sua vida é burocrática? Se sim, você não vai para frente.**

Você não vai conseguir ter o pior ano da sua vida, aquele ano em que você vai mergulhar e plantar tudo, por quê? Porque não quer fazer nada, só quer anotar. **Para de só anotar e comece a agir.**

Este livro que você está lendo veio de um curso. Troquei uma ideia com o Diorge, aqui de São Paulo, e depois de quinze minutos, já tínhamos o mapa mental das matérias. Depois de meia hora, falamos: Vamos gravar um curso!

Aquele foi um curso gravado sem cortes, porque eu não tenho perfeccionismo, e você tem que aprender isso. Alguém falou que tinha que vir uma câmera dos EUA, mas deixa eu lhe falar uma coisa: foi apenas com o celular mesmo, apesar de o

celular ser um recurso bacana para fazer isso. O que tem demais é uma luzinha e um microfone. Depois do curso pronto, eu só escrevi o livro. Simples!

Tem uma cliente minha poderosa para dar aula, e eu falo para ela: “Vá fazer curso online”, e sabe o que ela fez? O planejamento do curso ia durar um mês, dois meses, mas, no outro dia, ela já estava fazendo o negócio.

E vai vender muito mais que o meu, você acredita? Muito mais curso que o meu. Por quê? Porque o povo quer ouvir dela a arte que ela faz. Ela mexe com chocolate. É simples, viu? O que você tem ou sabe que você pode ensinar para alguém?

**Tem coisa que você faz, que não tem como você ficar calado.**

As pessoas precisam dessa sua expertise. Não precisa ter ciúmes daquilo que você acha que sabe. Uma coisa que você precisa instalar sobre **Fast Action é a simplicidade. Quer vencer na vida? Seja simples, mas não seja simplório.**

Vou explicar a diferença: **simples é você estar com uma camisa arrumadinha, não importando a marca que ela é. Simplório é você estar com uma camisa toda amassada, rasgada e desarrumada.** Não tem nada a ver uma coisa com a outra. O simplório você deixa de lado para viver o simples.

Deixe de ser complexo. Existe o complexo, o simplório e o simples, E É ESTE QUE VOCÊ DEVE VIVER! Toda vez que você me ler, vai fazer uma ação rápida. Você tem todas as ferramentas para produzir suas próprias tarefas. Rápido. Vem uma pessoa na cabeça? Vira tarefa.

Certa vez, eu almocei com um Coach, e, até aquela data, ele era o segundo Coach mais caro do Centro-Oeste. No almoço,

foi super legal porque conversamos por 28 minutos, e eu tirei 18 tarefas.

Eu almocei com Wunderlist, uma ferramenta que eu vou explicar para vocês no último capítulo. Começamos a conversar, e eu fui anotando no Wunderlist. Cara,  **você não tem noção do que é ação rápida! Cura qualquer perfeccionista e faz você mudar de rota.**

Eu ia comprar uma sala comercial no Vaca Brava, que é o cartão postal da minha cidade. Já estava tudo acertado, faltava só assinar, prontinho. A sala era um brinco, 50m<sup>2</sup>. Sabe o que aconteceu? Em uma conversa que eu tive com ele, ele soltou assim para mim: “O lugar em que você vai nunca pode ser menor que sua empresa, sempre tem que ser maior”.

Fui fazer tarefa na hora. Tirei fotos da cidade toda, de tudo o que vinha na minha cabeça. O aluguel aqui é R\$20.000,00, mas não interessa! Eu sou um fazedor de tarefa e estava fazendo um curso com ele.

Saímos para conversar e, depois, fui rodar a minha cidade. Coloquei na minha cabeça: **“Eu vou destravar! Não vou ficar com medinho, com ‘nhenhene’ não. Eu vou locar o prédio mais caro que tiver na cidade para levar a minha empresa”** .

Sabe o que aconteceu? Só depois de expandir eu consegui vir para onde estou hoje, em um valor que não faz o mínimo sentido. São 800m<sup>2</sup>, com auditório, com várias coisas. Sabe o que aconteceu? Tem um ano que estou aqui, e eu não aguento mais este lugar, porque o negócio está maior que o prédio. Vamos partir para terceira fase. Você sabe o que é isso? Ação rápida.

Para de ficar contando história, de vir com desculpa. Continue marchando e você vai crescer, mas só se tiver o pior ano. **O pior ano não é do mal. Vai ter suor, sangue, gordura e lágrima,**

**além de muito tempo investido para que todas essas coisas desçam na Terra para subir de forma frutífera.** Você está pronto para isso? Qual tarefa rápida você pode fazer agora? Eu não vou lhe falar, você vai fazer!

## TAREFA

Definitivamente, pare de ser complexo. Viva o simples. Abandone a prolixidade e a enrolação. Quais ações **VOCÊ** pode desenvolver agora? Pare de depender de mim.

1. Liste 10 fast action que você pode desenvolver rapidamente para realizar o que é necessário para seu crescimento.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_

2. Use sua rede social para transbordar sobre o que é uma ação rápida e descreva como foi essa experiência.

---

---

---

---



**"QUANDO TODO MUNDO QUE FALA  
QUE O NEGÓCIO NÃO É BOM, É POR-  
QUE NÃO ENTENDE."**



## CAPÍTULO 13

### **A** Lei da Associação Não ande com quem você não seria.

E aí, está fazendo as tarefas? Você deve estar me achando chato, né? Não adianta, tarefa é a única coisa que funciona. **Se você tiver um saco de sementes e uma Terra, não adianta fazer um curso para aprender a plantar. Você precisa pegar e fazer, nem que pegue um punhado de semente e jogue de qualquer jeito na Terra.**

“AH! Mas daí eu vou perder um monte de semente...” Pronto! Você aprendeu que perde sementes se plantar de qualquer jeito. Aí, sim, você vai aprender como abrir a cova, ou a cava, colocar as suas sementes, tampar bonitinho. Uma dica: Quando for plantar milho, plante de dois em dois, cruze o milho.

Resumindo: Abra, coloque e tape, mas, antes, prepara a Terra. **Por que você vai ficar só aprendendo se você não**

**vai plantar semente?** Repita comigo de qualquer lugar que você estiver no Planeta Terra ou no Espaço:

## **EU VOU PLANTAR AS SEMENTES QUE ESTOU PEGANDO AQUI!**

Você comprou ou ganhou este livro, mas ainda que tenha ganhado, alguém o comprou, porque eu decidi em meu coração que não vou dar nada de graça para ninguém. Até pelas palestras, que são de graça, e pelos vídeos do YouTube, eu tenho um retorno. Até nos vídeos que você assiste de “graça” você precisou investir algo, **porque, se for de graça, não tem semente SUA no negócio.**

O aprendizado precisa ser construído, e, para isso acontecer, você precisa fazer parte. Você gasta energia para pegar a semente de mim, algo que estou lhe dando, aliás, dando não, vendendo. E o que você precisa fazer? Simplesmente aprender a fazer. **É SÓ ISSO QUE VOCÊ TEM QUE FAZER: FAZER!**

Neste livro todinho, se você fizer menos de 80 tarefas, tem um negócio errado com você. Depois, não venha falar que não funciona, você que não funciona porque não faz tarefa. Como é o pior ano da sua vida, tenho certeza de que você vai parar com “vitimismo” e com autocomiseração e vai começar a fazer. Então, eu vou bater na mesma tecla o tempo todo: **VOCÊ PRECISA FAZER TAREFA.** Isso se você quiser ter o pior ano da sua vida, né? **Se não quiser, fique em paz, VOCÊ É LIVRE.**

Este capítulo fala da Lei da Associação. **Com o que você vai se associar?**

É o seguinte: **você é um fazendeiro, e, se você mexe com fazenda, você vai se associar com pessoas que fazem racha de carro? Não! Você vai associar com fazendeiros.** Este livro não é para fazendeiros, mas todos nós somos do campo, feitos

de carbono da Terra e você tem que aprender coisas sobre você.

Então, se você é um fazendeiro e entende de finanças, a primeira coisa que você vai fazer é associar-se a uma cooperativa. Aqui, no estado de Goiás, tem a COMIGO, não sei qual tem no seu estado. Com essa cooperativa, você consegue comprar milho mais barato, semente, tudo mais barato. Você tem que estar envolvido nos meios em que se compra gado mais barato, então, vá aos leilões e associe-se a essas pessoas.

Eu conheço vários leiloeiros, por que eu sei disso? Porque são nos leilões que você consegue comprar mais barato. Então, por que você não vai se associar com um povo desses? Tem que associar, sim. Você fala que não é bom, mas não é bom porque você não entende.

### **QUANDO TODO MUNDO QUE FALA QUE O NEGÓCIO NÃO É BOM, É PORQUE NÃO ENTENDE.**

É igual a campanha presidencial: quando alguém está falando mal de um candidato e você pergunta o que a pessoa estudou dele, a resposta vai ser sempre a mesma: NADA!

**A primeira coisa que você tem que saber sobre Networking, é sobre o que vamos falar agora, que é a Lei da Associação: você é a média das cinco pessoas com quem você convive.**

O que você vai fazer? Colocar o nome das pessoas com quem você mais convive, dar uma nota para cada uma delas, de 0 a 10, e, depois, tirar a média dessas notas. Você pegará o resultado da soma das notas que você deu e dividir por 5. O resultado que der é a média dessas cinco pessoas e, logo, a sua nota.

**A sua pontuação não é a que você dá, não é a que você acha, mas é a média das pessoas com quem VOCÊ ESTÁ CONVIVENDO. Aprenda isso!**



Se você é a média das pessoas com quem convive, o que você vai fazer? Abandonar as pessoas com média baixa? Não, você vai investir nelas. Se elas não quiserem, deixe-as seguir o rio, que continua com o fluxo sempre para baixo.

Já viu rio subindo montanha? Você nunca viu e nunca vai ver, porque quebra a ordem natural das coisas. Então, se a pessoa não quer subir o rio como um peixe, ela vai descer.

Pode ficar “de boa”, relaxa! Fale assim: **EU SOU A MÉDIA DAS CINCO PESSOAS COM QUEM EU CONVIVO.**

Isso é chamado Lei da Associação: a média das pessoas que você convive. Não tem mais o que falar disso, acabou, é só isso.

Agora você vai fazer outra tarefa. Agora que você já descobriu sua média, coloque pessoas com quem você queira andar. Coloque dez para sobrar pelo menos três. Uma das coisas que tem na pulseira que eu uso é **conectar-se com novas pessoas**, associar-se. **Se você aprender essa arte, vai ter 85% dos seus resultados garantidos, porque 85% dos seus resultados dependem das pessoas com quem você se conecta.**

Todos os negócios em que eu já entrei tinham alguém, nunca fiz nada sozinho. Uma hora era meu sogro, outra hora um amigo, depois outro amigo, um conhecido. Sempre tinha gente conectando. Para finalizar este capítulo, quero lhe falar da importância do Master Mind: onde houver dois ou mais, tem a terceira mente.

Aprendi isso com Napoleon Hill, amigo do Andrew Carnegie, o homem mais rico do último século, e o segundo homem mais rico da história da humanidade. Andrew Carnegie é o gigante de aço. **Mas eu chamo essa união de mentes de Atomic Brain, ou seja, onde os cérebros se chocam e produzem idéias.**

Por volta de 1906, Andrew Carnegie tinha quatrocentos bilhões de dólares. Hoje, Jeff Bezos, o homem mais rico do mundo, tem um quarto disso. Daqui uns dias, ele irá passar o Andrew Carnegie, porque a tecnologia é um negócio muito louco, e ele está subindo muito.

Andrew Carnegie ficou rico descobrindo a forma de produzir o alumínio. Aproximadamente 8% do Planeta é alumínio, e ele descobriu uma forma de pegar a bauxita e desconectar. O alumínio é muito envolvido com o oxigênio, ninguém sabia como resolver essa “treta”, e o cara começou a tirar alumínio do chão. Foi um “quebra pau” violento que fez ele se tornar o segundo homem mais rico do mundo.

Outros dois caras de Atomic Brain muito massa são o Tolkien e o Staples Lewis. Tolkien foi quem criou e escreveu os livros da saga O Senhor dos Anéis, e Staples Lewis foi quem escreveu a saga As Crônicas de Nárnia. Eles se encontravam todos os dias na Confraria. Tem as pessoas do Atomic Brain, e **você tem que se conectar com gente de alto nível, aquele tipo de gente que não o suga, mas que só tem a oferecer.**

Você vai em um Atomic Brain ofertar as coisas que você tem, e as pessoas que estão se conectando só têm coisas para OFERTAR. Isso é muito violento.

Você vai pirar quando você começar a ter gente assim em volta. Eu tenho contato com poucas pessoas assim, mas **eu me conecto porque é uma forma de servir.** É só um banquete, não é ninguém querendo sugar sua alma, **as pessoas se conectam para isso, servir e ofertar.**

Anote uma tarefa: de hoje em diante, seu ano começa hoje, neste pior ano, você tem 52 semanas e **você vai tentar se conectar com UMA PESSOA NOVA POR DIA, mas para apurar mesmo, É UMA POR SEMANA,** aquela que vingar sabe? **Vingou**

**o contato com uma, em um ano, você vai se conectar com 52 pessoas novas e poderosas para CRIAR UMA AMIZADE.**

Não é aquele super amigo que você leva para casa, é aquela conexão que vai fazer você mudar seus resultados. Lembra que você é a média das cinco pessoas que estão a sua volta?

**Conectando-se com pessoas de altas médias, a sua média irá subir, e seu resultado é garantido.** E, assim como um rio que flui rapidamente, você vai se conectar com outras pessoas e formará um ciclo. Seu ciclo.

Por isso, vá fazer suas tarefas, estamos juntos até depois do fim.

**TAREFA**

1. Com quais pessoas você precisa se associar em relação ao seu negócio? Liste abaixo.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Liste abaixo as 5 pessoas com quem você mais convive e coloque as notas de cada uma. Descubra a sua média. Não abandone quem tem média baixa, deixe essas pessoas livres e elas descerão o rio.

---

---

---

---

---

---

3. Conecte-se a pelo menos a uma pessoa por semana.



**"MODELAGEM É TER O COMPORTA-  
MENTO MENTAL DE UMA PESSOA  
DE SUCESSO."**



## CAPÍTULO 14

### **M**odelagem. Não é copiar, é codificar.

Você já ouviu falar de modelagem? Não aquela de roupa, em que você faz o molde e, a partir dela, faz outra peça, não é cópia.

#### **MODELAGEM É CODIFICAR O COMPORTAMENTO DE ALGUÉM.**

Existem várias formas de modelagem. **A principal é você enxergar a forma com que alguém faz algo. A segunda forma é você se conectar e começar a fazer igual para ter os mesmos sentimentos. A terceira é você sair da sua forma de fazer, da outra forma da pessoa fazer e criar uma terceira via.**

Não interessa qual forma você vai usar, interessa o seguinte:

Eu, Pablo Marçal, sou a fórmula de no mínimo, 200 pessoas com as quais eu já me conectei. Aí está o maior segredo.

Depois que eu descobri que 85% dos resultados, meus e seus, dependem das pessoas com quem nos conectamos, eu te falo uma coisa: **VOCÊ TEM QUE APRENDER A MODELAR!**

**Como se modela alguém? Primeiro você vai fazer uma tarefa, uma lista de 21 pessoas para você modelar, e, dessas 21 pessoas, você vai escolher uma palavra-chave relacionada ao que você quer modelar dela.**

Por exemplo: Uma dessas pessoas é muito boa com casamento, será alguém referencial em matrimônio para você modelar. Então vem o macete: você irá colocar uma data limite para você modelar, porque, se não, você vai ficar tão maravilhado com aquela pessoa querendo virar o servo dela.

**SE VOCÊ NÃO TIVER DATA, VOCÊ VAI QUERER AMAR ESSA PESSOA E SERVIR A ELA COM SUA VIDA.**

Eu já percebi isso em várias pessoas que se conectaram a mim: queriam me entregar suas próprias vidas, queriam me servir. Eu falo “VAZA!”.

Uma dica: se você quiser me modelar, pode ficar à vontade, estamos juntos, mas coloque uma data, se não, vira admiração. E qual problema em admirar? Anote aí:

**ADMIRAÇÃO É UM VALE QUE DISTANCIA VOCÊ DO SEU ESTADO DESEJADO.**

Para de admirar as pessoas, coloque-as como inspiradoras para que você possa modelar até X data. Acabou, passou! Por exemplo: uma coisa muito pesada que acontece na vida das pessoas é quando elas têm um líder religioso e só ouvem essa

pessoa a vida inteira: Você sempre vai ser pior que ele.

Mas, pode acreditar, se o seu líder é muito bom, ele modela diversas pessoas, então ele nunca será ruim, é por isso que ele é líder.

Por conta disso você precisa abandonar seu líder? Claro que não! Você tem que servir, dentro da capacidade de gestão, liderança e submissão. Lembrando que **temos dois tipos de submissão, a absoluta e a relativa, em que a absoluta é somente a Deus, e a relativa somente aos homens.**

Você tem que aprender uma coisa: **se você ficar modelando somente uma pessoa a vida inteira, você vai sempre babar para ela e nunca vai fazer nada por você.** Aí está o segredo: **NÃO MODELE UMA PESSOA.**

“Pablo, e Jesus?” **Jesus você pode modelar adoidado,** mas, pasmem, Ele disse assim: **“Vocês farão obras maiores que as que eu faço.”** Quando eu falo Jesus, é Jesus terreno, que passou pouco tempo na Terra. A verdade é a seguinte, você não pode se conectar apenas com uma pessoa na Terra, a não ser Jesus, que nunca falhou. **Tente modelá-Lo até você ficar perfeito, e, quando você conseguir, vai para o próximo.**

**Modelar é uma técnica. Quando eu ouço e vejo alguém, eu observo o comportamento e vou descobrir o código-fonte que essa pessoa usa para eu simplesmente usar isso em minha vida.**

Quem inventou a modelagem, princípio de PNL, foi o Richard Bandler. Junto com uma equipe, fizeram um grupo de estudo multifacetado para descobrir o que é isso.

**Então, modelagem é ter o comportamento mental de uma pessoa de sucesso.** O que você vai fazer? Você vai primeiro trazer a realidade dela para você, não é copiar. Se um pobre quer copiar o modelo de um rico não dá certo, mas eu sou o exemplo



de um pobre que modelou os ricos e ficou rico.

**Como você modela? Você vai colocando os comportamentos devagar, os códigos-fontes, igual na internet.** Sabe quando você clica com o botão direito e aparece a opção “exibir código-fonte”?, então, lá está os detalhes que você precisa trabalhar. Quem você quer modelar?

Tem uma pessoa especial aqui na empresa que tudo que você pede para ela fazer, ela dá conta de fazer. Um dia, nós a orientamos a adquirir um controle do portão, para não ficar tocando a campainha. Sozinha, ela comprou o controle, estudou na internet, pegou o outro controle e o codificou. Meu Deus do céu, eu pirei! Uma pessoa que, há um minuto, não sabia de nada, tomou atitude e codificou o controle.

**Essa história não vai morrer nunca, porque ela fez um processo de modelagem.** E qual é a modelagem? Pegar o código de um controle e colocar no outro. Ela me contou como fez, e eu pirei.

As pessoas são assim também. Não sei se você sabe, mas esta história vai lhe deixar com o cabelo em pé: ninguém no mundo consegue construir um mouse. Foi feito um estudo que diz que, se alguém fosse tentar construir da sua própria cabeça, levaria 300 anos.

Não tem como, você precisaria estudar tudo sobre minério, perfuração, nanorrobótica, robótica, refinaria, software, hardware sozinho para, depois, você construir o negócio. São centenas de pessoas envolvidas para construir um único mouse. O que nós fazemos? Modelamos os comportamentos uns dos outros, aprendemos e aplicamos na indústria. Isso garante um avanço tecnológico rápido para resolver as coisas.

Tem uma tarefa para você: você vai pôr 21 pessoas na lista, uma você vai modelar a forma de vestir, a outra a forma de

conversar, etc. **Coloque a data limite para não começar a virar admirador da pessoa.** Corte admiração da sua vida, pois admiração é um vale.

## **NÃO TENHA ADMIRAÇÃO PELOS OUTROS.**

“AH, mas ele é minha inspiração...” Então, fechou! Só põe data para acabar, se não, você vai ficar babando ele até que dia? Vaze!

Este capítulo é sobre MODELAGEM, você precisa aprender a pegar o código, exemplo: O seu controle remoto abre seu portão, da sua casa, outro controle que chegar não vai abrir. Tem um cara que trabalha comigo, o Leniel, cujo controle abre 3 portas. Um botão é para o da casa, outro é para o alarme, o outro é para a empresa.

Meu Deus! Como dá conta de fazer isso? Tem como, é só preciso carregar códigos, **MODELAGEM SÃO CÓDIGOS.** É só isso, comece a descobrir.

**Você quer saber um código meu? É só me perguntar, os códigos são abertos.** Algumas pessoas não deixam o código-fonte aberto, deixam fechado igual ao do Windows. Por que o Linux é um sucesso? Porque qualquer programador que entenda abre o código-fonte, edita-o e faz o que quer. O meu código fonte como pessoa eu resolvi, não vou mantê-lo fechado, não é segredo, não é secreto!

**Se você quiser modelar, é só fazer uma pergunta:** “Pablo como que eu modelo, me ensina na prática?” Faça uma pergunta!

Exemplo: “De onde você tira essa coragem?” A pessoa vai contar aonde foi, você adapta a sua história e sempre pratica uma tarefa! A tarefa deste capítulo é importante, e ele está encerrado, mas não vá para o próximo sem antes ter feito as tarefas.

## TAREFA

1. Anote abaixo 7 pessoas para você modelar, coloque a palavra-chave que você precisa modelar dela e a data final da modelagem.

<b>Nome da Pessoa</b>	<b>Palavra-chave</b>	<b>Data Final</b>

2. Transborde sobre o que você entendeu de modelagem para 2 pessoas.





**“SE VOCÊ QUER AVANÇAR NA VIDA  
COMPRE MUITAS SEMENTES,  
COMPRE  
UM ARMAZÉM, REVENDA AS  
SEMENTES.”**



## CAPÍTULO 15

### **C**ompra de Sementes. A vida é plantio, escolha as sementes com sabedoria.

Aqui é onde vamos comprar o armamento para ir para Guerra. Tem como ir para Guerra sem armas? Tem como ir para o campo sem semente? Não tem! **O que é a semente? É a sabedoria!**

Você quer ter um salto quântico? Você precisa comprar semente. Não me venha com “pãodurice”, não compre sementes baratas, porque elas não se reproduzem, nem dão frutos de acordo com a sua espécie. **Toda semente se reproduz de acordo com a sua espécie!**

Eu vou lhe falar de algumas sementes, mas, antes, eu vou lhe falar uma coisa: **se você não estiver disposto a dar saltos quânticos, você sempre será uma pessoa mediana, e vai continuar sendo mediana a vida inteira.** Este tem que ser o pior ano da sua vida, e o seu ano não começa em 1º de janeiro, ele já

começou quando você iniciou este livro.

Falando em livros, vamos dar um exemplo: existem três níveis na leitura, o simples, o mediano e o hard, em qual você está? Se você quer ser simples, leia 12 livros por ano, um livro por mês. Se você quer ser mediano, leia 25 livros por ano. **Mas, se você quer ter o pior ano da sua vida, seja HARD e leia 53 livros por ano, que é um livro a mais que o número de semanas que tem no ano.**

Esse nível hard é para alguns, outros ficam dando risada. Se você é uma pessoa que não se casou, e é “jovem”, dá até para ler mais. Um ser humano que está disposto a investir, em dez anos irá ler 520 livros. **Em todas as palestras que eu vou, ninguém lê nada, pois não tem essa prática, e todos convivem com pessoas que também não têm essa prática.**

Quantas vezes você foi a um bar e ouviu alguém dizendo “Nossa, eu li o livro Utopia, de Thomas More...” Nunca! Netflix, por exemplo: você está afundando sua vida lá, pois lá só tem 40 bons filmes, assista-os e, depois, cancele sua assinatura.

Nada contra a Netflix, é uma benção, mas todo mundo que assiste não lê nenhum livro. Eu faço esse desafio nas minhas palestras, e não adianta, as pessoas vivem afundadas nisso. Você quer semente mesmo?

## **A TERRA É VOCÊ! SEMENTES SÃO IDEIAS.**

**Todas as boas sementes vão se reproduzir, e a energia de troca, que é o dinheiro, vai voltar para o dono das sementes.** Não sei se você sabe, mas, se você encarar por cinco anos uma pecuária, vai ser bem sucedido depois de muitos anos. Pecuária é cuidar de gado. Para quem não sabe, gado não é apenas boi, é todo animal de pastagem, ovelha é gado também.

Se você pegar uma lavoura, em uma terra muito fértil, há muita diferença se comparada aos cinco anos de pecuária. Por quê? Porque é desproporcional em seu crescimento. Já o gado não, pois ele tem muita coisa operacional, e a lavoura tem mais tecnologia. **Se você experimentar uma lavoura poderosa no primeiro ano, no segundo, até o quinto ano, qualquer pobre vira rico.** Na pecuária não, pois é mais lento o processo. O interessante é que, apesar de a pecuária precisar dos animais, que são os ativos, e dar muito mais trabalho, a lavoura, por sua vez, pode acabar do nada.

O risco é proporcional, ter lavoura é mais arriscado do que criar gado, porque um sol a mais pode acabar com tudo, já na pecuária não, por isso que ela dá mais dinheiro. Eu moro em um estado que tem muitos recursos disso, e uma coisa eu aprendi foi: **Se tiver semente boa em terra ruim, vai dar errado. Se tiver semente ruim em terra boa, vai dar errado. Se tiver semente boa em terra boa e não souber plantar, vai dar errado, vai secar a semente. Se não tiver na época certa de plantio, vai dar errado também.**

O que eu estou lhe falando então? Este é o pior ano da sua vida, então, você tem que programar. Vou deixar uma tarefa para você fazer. No final deste capítulo, vai ter uma lista com mais de 100 livros para você, e você vai escolher 53 desses livros para você ler e colocar um prazo para cada livro.

“Pablo, e se eu não terminar o livro dentro do prazo?” Comece o outro, se não você vai ficar em um e vai ler no máximo dois livros no ano.

**Quer uma dica? Coloque um livro por semana. Se passou a semana e você não terminou, esqueça o livro e você comece o outro.** “Ah! Eu não posso terminar o livro antigo?” Pode, mesmo que encavale dois livros, mas você vai tocar os outros, assim você vai ter autorresponsabilidade. Sacou?



E se você largar os livros que não deu conta de terminar no prazo, vai ver livro após livro deixado de lado e dar conta o tanto que  **você está sendo incompetente na sua vida e vai fazer algo a respeito.**

Nesse processo de livros, filmes, documentários, reuniões, tudo o que você quiser, faça tudo. Mas, tudo que você tiver envolvido vá comprar sementes.

Por que você comprou esse livro? Porque eu tenho um saco de sementes, a cada página eu estou te dando, só que se você não fizer as tarefas estará jogando as sementes no asfalto.

**Semente dá fruto no asfalto?** Uma vez em Rio Verde, Goiás, uma terra de plantação pesada de lavoura, um biólogo falou algo interessante para mim:

- Esse papo de falar que semente não dá no asfalto é conversa, porque tem semente que dá no asfalto, tem umas ervas daninha que pegam até no asfalto. Aí eu pirei! É muito bom sempre estar trocando energia e aprendendo.

**SE FOR UMA SEMENTE “DO BEM” NÃO PEGA NO ASFALTO, MAS SE FOR UMA SEMENTE “DO MAL” PEGA!**

Interessante né? Por que o mal pega em tudo? Porque a terra foi condenada. Mas esse é assunto para outro livro. O que você precisa para fechar esse capítulo? **Você quer dar saltos quânticos? Precisa da semente chamada sabedoria.**

**Se você quer avançar na vida compre muitas sementes, compre um armazém, revenda as sementes. Aprenda isso, plante e também revenda, tem muita gente querendo suas sementes e você não pode segurá-las senão você para de abençoar as pessoas.**

Faça as tarefas, escolha seus livros e cumpra os prazos. Esse será seu pior ano, porém será só dessa vez, você vai sentir falta disso.

## TAREFA

1. Aqui abaixo tem uma lista com mais de 100 livros que eu estou indicando. Escolha 53 deles para ler em um ano. Coloque prazo para cada um.

1. Bíblia
2. Antimedio - Pablo Marçal
3. O Destruir da Inteligência Emocional - Pablo Marçal
4. Saia Do Caixão - Pablo Marçal
5. A Destruição Do Marxismo Cultural - Pablo Marçal
6. Vá Cuidar da Sua Vida - Pablo Marçal
7. A Bíblia Que Você Não Leu - Pablo Marçal
8. Lavagem Cerebral - Pablo Marçal
9. A Chave Mestra Do Universo - Pablo Marçal
10. Admirável Mundo Novo - Adouls Huxley
11. Mais Esperto Que O Diabo - Napoleon Hill
12. Salomão, O Homem Mais Rico Que Já Existiu - Steven K. Scott
13. Saber Vender É Da Natureza Humana - Daniel H. Pink;
14. Quem Pensa Enriquece - Napoleon Hill
15. Quem Mexeu No Meu Queijo - Spencer Johnson
16. Pare De Reclamar E Concentre-Se Nas Coisas Boas - Will Bowen
17. Pai Rico - Escola De Negócios - Rich Dad
18. Os Segredos Da Mente Milionária - T. Harv Eker
19. O Poder Do Subconsciente - Joseph Murphy

20. O Homem Mais Rico Da Babilônia - George S. Clason
21. O Homem E Aquilo Que Ele Pensa - James Allen
22. O Código Da Inteligência - Augusto Cury
23. Psicologia Positiva - Napoleon Hill
24. Inteligência Multifocal - Augusto Cury
25. A Única Coisa - Gary Keller
26. O Poder Do Agora - Eckhart Tolle
27. Mindset - Atitude Mental Para O Sucesso - Carol S. Dweck
28. O Seu Perfeito Você - Caroline Leag
29. O Cérebro Com Foco E Disciplina - Renato Alves
30. Mulher Rica - Kim Kiyosaki
31. Mente Rica - Edson Oliveira
32. Porque Fazemos O Que Fazemos? - Mario Sergio Cortella
33. Desperte O Milionário Que Há Em Você - Carlos Wizard Martins
34. Desperte O Seu Gigante Interior - Tony Robbins
35. Como Parar De Procrastinar - Luiz Felipe Carvalho
36. Como Fazer Amigos E Influenciar Pessoas - Dale Carnegie
37. Ative Seu Cérebro - Carol Leaf
38. Como Falar Em Público E Encantar Pessoas - Dale Carnegie
39. Como Convencer Alguém Em 90 Segundos - Nicholas Boothman
40. Autorresponsabilidade - Paulo Vieira
41. As 48 Leis Do Poder - Robert Greene
42. A Arte De Argumentar Antonio - Suarez Abreu
43. 13 Coisas Que As Pessoas Mentalmente Fortes Não Fazem - Amy Morin
44. 7 Hábitos Das Pessoas Altamente Eficazes - Stephen R.

45. Pai Rico Pai Pobre - Robert Kyosaki
46. Casais Inteligentes Enriquecem Juntos - Gustavo Cerbasi
47. A Lei Do Triunfo - Napoleon Hill
48. Tempos Liquidos - Zygmunt Bauman
49. Modernidade Liquida - Zygmunt Bauman
50. Amor Liquido - Zygmunt Bauman
51. O Poder Do Hábito Charles Duhigg
52. Como Evitar Preocupações E Começar A Viver - Dale Carnegie
53. A Raiz Da Rejeição - Joyce Meyer
54. 12 Dias Para Atualizar Sua Vida - Tiago Brunet
55. Como Se Libertar Das Relações Tóxicas - Bernard Stamateas
56. A Chave Mestra Das Riquezas - Napoleon Hill
57. Atitude Mental Positiva - Napoleon Hill
58. O Poder Sem Limites - Tony Robbins
59. As Armas Da Persuasão - Robert Cialdini
60. O Poder Da Ação - Paulo Vieira
61. Seja Foda - Caio Carneiro
62. Trabalhe 4 Horas Por Semana - Timohy Ferriss
63. Me Poupe! - Nathalia Arcuri
64. O Jeito Havard De Ser Feliz - Shaw Achor
65. O Investidor Inteligente - Charles Duhigg
66. Seja Disruptivo - Jay Samit
67. Pega A Visão - Rick Chesther
68. A Coragem De Ser Imperfeito - Brené Brown
69. A Sutil Arte De Ligar O Foda-Se - Mark Manson
70. 12 Regras Para A Vida - Jordan B. Peterson
71. Ansiedade - Augusto Cury
72. Ansiedade 3 - Ciúme - Augusto Cury
73. Atenção Plena - Mark Williams E Danny Penman

74. Inteligencia Emocional - Daniel Goleman
75. Foco - Daniel Goleman
76. Ansiedade 2 - Autocontrole - Augusto Cury
77. Gestao Da Emoção - Augusto Cury
78. A Arte Da Guerra -Sun Tzu Ikigai Ken Mogi
79. O Ciclo Da Autossabotagem - Stanley Rosner
80. Inteligencia Positiva - Shirzad Chamine
81. As Sete Leis Espirituais Do Sucesso - Deepak Chopra
82. Super Cérebro - Deepak Chopra
83. Frequencia Vibracional - Penney Peirce
84. O Maior Poder Do Mundo - Tiago Brunet
85. Dinheiro É Emocional - Tiago Brunet
86. Mapas Mentais - Tony Buzan
87. Emoções Inteligentes -Tiago Brunet
88. Pais Inteligentes Formam Sucessores, Não Herdeiros - Augusto Cury
89. Criando Meninos - Steve Biddulph
90. O Poder Dos Quietos - Susan Cain
91. A Arte De Ler Mentos - Henrix Fexeus
92. O Corpo Fala - Pierre Weil
93. As Cinco Linguagens Do Amor - Gary Chapman
94. Quem Ama Educa - Içami Tiba
95. Sem Medo De Vencer - Roberto Shinyashiki
96. Mantenha Seu Cérebro Vivo - Lawrence C.; Katz E Manning Rubin
97. As 16 Leis Do Sucesso - Napoleon Hill;
98. Simplifique Sua Vida - Wener Tiki Kustenmacher E Lothar J. Seiwert
99. A Escolha É Sua - John Maxwell
100. Cure Pensamentos Toxicos - Sandra Ingerman
101. Os Segredos Da Longevidade - Maoshing Ni
102. A Mágica De Pensar Grande - David J. Schwartz

103.	Efeito Gatilho - Marshall Goldsmith
104.	Todos Comunicam, Poucos Se Conectam - John Maxwell
105.	A Atitude Vencedora - John Maxwell
106.	Oportunidades Exponenciais - Peter H. Diamandis
107.	Sabedoria Bíblica - C.H. Spurgeon
108.	12 Semanas Para Mudar Sua Vida - Augusto Cury
109.	20 Regras De Ouro Para Educar Filhos E Alunos - Augusto Cury



**“CRIATIVIDADE É O ESTADO  
NATURAL  
DO SEU CÉREBRO.”**



## CAPÍTULO 16

### **A** tive a sua Imaginação. Desperte sua criança interior.

Você chegou até aqui, esse é seu pior ano e agora vou te ensinar como ativar a sua imaginação. Sua imaginação está sendo usada o tempo inteiro, se você não está fazendo nada, ela está sendo usada por outra pessoa, algum amigo que está montando nas suas costas, só sei que **se você está deixando a sua vida pode ficar em paz, que alguém está fazendo isso por você.**

Já ouviu aquela expressão: “Mente vazia oficina para o diabo”. Não está na Bíblia não, foi Sócrates que inventou essa expressão, porque de fato sua mente é uma fábrica e se você deixar ela vazia, alguém vai usar.

**Quando você não pensa nos seus sonhos, alguém vai te pagar, e muito pouco ainda, para você realizar o sonho dos outros.**



Sabe por que você parou de imaginar? Porque quando você era criança seus pais falavam para você parar de fazer tanta pergunta, que suas perguntas eram “idiotas” e você começou a pensar que fazer pergunta é algo ruim. Sendo que era a melhor coisa que você tinha, pois você estava crescendo em sabedoria.

Como que ativa essa imaginação? É simples, segundo a sociedade brasileira de inteligência **quase 90% do que eu me preocupo não vai dar em ABSOLUTAMENTE NADA.** Você acha que compensa passar o dia inteiro preocupando com coisas que não vão dar em nada? Gastar energia com isso tudo? Claro que não!

O que você vai fazer? Você vai acordar cedo, colocar a mão na cintura, a posição da mulher maravilha, posição de super-herói e vai erguer a cabeça e mentalizar tudo o que você quer no dia. O inventor da mulher maravilha foi William Marston e ele também inventou o Disc.

Tudo aquilo que está gastando sua energia negativamente constrói uma imagem positiva, por exemplo, você nunca conseguiu vender dez contratos, o que você faz? Seja ridículo.

Tem um vídeo meu no Youtube que chama: Seja ridículo e se liberte, recomendo você assistir. Então, se você cair para dentro de você, vai ativar uma coisa que se chama: **IMAGINAÇÃO.**

## **CRIATIVIDADE É O ESTADO NATURAL DO SEU CÉREBRO.**

Já perguntei para muitas pessoas cristãs, elas gostam de falar de fé, eu falo, como é que é a fé? **Fé é o firme e o fundamento das coisas que se espera e a convicção das coisas que não se vê. Mas, como que usa a fé? A fé se usa com a imaginação, é só imaginar que acontece.**

Lá em provérbios fala: **“O que a sua alma deseja você se torna.” O que a sua mente produz já é seu.**

## **MINHA MENTE PRECISA CHEGAR ANTES DO MEU CORPO.**

Uma dica para sua mente ficar clarificada todos os dias é logo pela manhã, quando você acordar você vai fazer o “boot cerebral”.

Quando você liga um celular, por exemplo, a primeira coisa que aparece nele é a sua marca, se for da Apple, será uma maçã que nada mais é que a SUA IDENTIDADE, como se o celular prestasse reverência ao seu criador Steve Jobs nesse caso. Depois ele irá rodar todos os processos virtuais, que trazendo para o nosso caso são os processos mentais, então só depois que estiver tudo funcionando é que ele vai ativar o hardware, ou seja, o corpo, que vem por último em todas as hipóteses.

**O “boot cerebral” é forma de você acordar da cama e não sair correndo ou lento como um zumbi sem direção. Respire ao levantar-se, faça o boot da sua mente, primeiro conecte-se ao Criador, depois roda a fórmula da gratidão e depois o seu corpo.**

Seu corpo precisa malhar todo dia e tomar banho natural todo dia, eu faço isso há dois anos e não faz mais diferença a água quente, mesmo que esteja em outro país, como já aconteceu na Suíça e na Alemanha.

Seu cérebro tem na parte mesolímbica que precisa de recompensa. **Por que você precisa ativar sua imaginação? Porque você precisa já visualizar a sua recompensa.** Você quer realmente cuidar da sua vida? Quer ter o seu pior ano? Então bora!

**Eu sei que seu cérebro fica com medo, porque ele odeia**

**problema.**

Uma prova é que toda vez que eu falo que vai ser o pior ano da sua vida, alguns pensam: Será que eu vou ter malária? Claro que não! Não é disso que estou falando, estou falando de **SUOR, SANGUE, LÁGRIMA E GORDURA.**

**Tudo é líquido, vai ter que perder o líquido. Isso tudo está pesando em você.** A principal moeda que você tem é desgastar-se, e você vai chorar, **a lágrima é porque vai ter muita pressão.**

**Você vai dar o sangue porque vai ser por algo que você acredita, a sua gordura vai ser porque você vai fazer muito exercício físico,** vai ser bom para você. **O suor vai ser porque simplesmente você vai começar a mudar a sua imagem.**

**Perdeu suor, gordura, lágrima e sangue, significa renovação.** Você vai entregar isso.

Certa vez em um treinamento do Atomic Brain, brincaram comigo porque o negócio foi tão atemporal que eu até descasquei de tanto ficar no sol, tinha imaginado que ficaria duas horas no máximo naquele lugar e ficamos mais de sete horas lá. E foi uma das poucas vezes na vida que perdi a noção de tempo.

Brincaram comigo que eu era cobra, que estava trocando de pele, e eu fui estudar. Todo réptil troca de pele, e estudando um pouco mais descobri que todo ser humano também troca de pele, não troca ela inteira igual da cobra, mas troca. **Você precisa renovar, o seu corpo tem célula morta que vai descendo todos os dias.**

**Ativa a sua imaginação, qual recompensa você quer? O que você quer com esse livro? AH, EU QUERO TER O PIOR ANO DA MINHA VIDA!**

Não, não é isso que você quer, **você quer ter a melhor fase da sua vida, só que para isso acontecer você tem que investir. Tem como investir R\$0 e ganhar R\$1.000.000 em uma aplicação financeira? Não! Você tem que investir todo seu capital, e qual é seu capital? Sangue, lágrimas, gordura e suor.**

Nesse capítulo eu quero que você ative a sua imaginação, ative quem você é. Tem a tarefa do capítulo de modelagem, já começa a imaginar quem você quer ser, você não tem ideia do poder da imaginação.

### **A MINHA MENTE PRECISA CHEGAR ANTES DO MEU CORPO.**

O que é a preocupação? É o que gasta a imaginação, é a má utilização da sua imaginação. **A PREOCUPAÇÃO É A MÁ UTILIZAÇÃO DA SUA IMAGINAÇÃO.** Ao invés de viver preocupado, pega o boot cerebral de manhã e constrói uma imagem poderosa, uma cena que já resolve esse problema.

Isso é poderoso, funciona 100% com as pessoas que usam, não tem essa de que não vai funcionar, só funciona para quem usa. **Você quer mesmo ativar a sua imaginação? Pare de falar mal de você, para de usar sua boca para te diminuir, não deixe seu ouvido ouvir NADA de ruim ao seu respeito.**

Chegando ao final de mais um capítulo, e eu quero ação, não avance e nem saia correndo sem terminar as tarefas. Você vai fazer uma lista de coisas que você tem se preocupado, e nessa lista de preocupação como você vai construir uma história nova para você. Como ressignificar isso para você desconectar sua alma disso. Fechou?

**TAREFA**

1. Assista ao vídeo no meu canal do YouTube: SEJA RIDÍCULO.

2. Estabeleça uma recompensa para conseguir passar pelo pior ano da sua vida.

---

---

---

---

---

3. Comece a imaginar onde você deseja chegar e os alvos que você deseja estabelecer.

---

---

---

---

---

4. Faça uma lista de coisas com as quais você tem se preocupado e com isso, jogado fora a sua energia.

---

---

---

---

---

---

---





**“O SEU CÉREBRO É A MAIOR FERRA-  
MENTA DO MUNDO.”**



## CAPÍTULO 17

### **F**erramentas Eficazes. Sua mente é uma ferramenta destinada a servir-lhe.

Bem-vindo a mais um capítulo do livro O PIOR ANO DA SUA VIDA. Espero que você não tenha se agarrado a essa expressão, porque ela tem que bater dentro de você apenas para você se manter agarrado nesse ano que começou quando você decidiu ter seu pior ano.

Vamos falar de ferramentas, eu gosto de falar delas, porém tem situações que você não precisa de ferramentas, mas eu vou falar as que você precisa. Dessa forma, você vai se organizar e não será mais bagunçado como você foi sua vida inteira. Fechou?

Uma das coisas que eu gosto de ministrar em minhas formações e também no Método IP, é a de pedir para as pessoas olharem para o chão, e quando elas olham eu pergunto se aquele piso é possível retirar do chão com as suas próprias mãos, sem



ferramentas? E todos respondem que não. Na verdade, até dá, só que seria um trabalho muito complexo e poucas pessoas conseguiram fazê-lo.

Para você arrancar o piso de maneira rápida e eficaz você precisa da ferramenta certa. O martelo só vai fazer você passar raiva nessa situação. Você precisa de marreta e uma talhadeira, você vai retirar todo o rejunte em volta e depois irá batendo devagar até soltar o piso.

Para que servem as ferramentas? Tem gente que gosta de anotar tudo em papel, em post-it, você vai anotar e grudar em algum lugar, daí passa alguém arranca ele e já era. Que ferramenta é essa? Ah Pablo, mas eu gosto de post-it, então você vai e baixa o post-it virtual e coloca na tela do seu computador, assim não tem como ninguém arrancar.

**A dica é a seguinte: pare de ter várias ferramentas para fazer a mesma coisa.** Eu vou te passar algumas ferramentas eficazes.

- **WUNDERLIST:** a primeira ferramenta é o Wunderlist, é onde você tem tudo conectado. Você evita falar com sua equipe pelo WhatsApp porque você fala por ele, consegue anexar fotos, por subtarefas, delegar tarefas, mostrar a foto de quem quer, aparece quando finalizam as tarefas, é pancada. Uma ferramenta super eficaz. É gratuita, eles tem até a opção paga, eu desconheço quem precise utilizar essa versão. Essa ferramenta permite você colocar todas as suas tarefas bancárias, ações, rotinas, projetos, novas ideias, tudo você coloca lá. É um negócio poderosíssimo para você, comece a usar hoje.
- **GRUPO DE IDEIAS DO WHATSAPP:** Você que gosta de WhatsApp, cria um grupo só com você. Mas como assim? Você cria um grupo e adiciona um amigo curioso, e depois retira esse amigo, vai ficar só você no grupo,

esse será o seu grupo de ideias, porque sempre que tiver uma ideia, você vai e grava um áudio ou escreve e deixa salvo no grupo, assim você não deixa passar nada. Você vai usar o VF que já aprendeu, que é ver e fazer, captura aquela ideia, já resolve na hora, anota, programa e faz a tarefa.

- **MAPA MENTAL:** a terceira ferramenta é o mapa mental, uma das melhores formas de estudar e estruturar todas as coisas. Aprendi essa ferramenta na faculdade de Direito em 2005, eu pegava livros de códigos de processos e transformava em uma folha. Eu amo fazer isso. Tudo que você quiser mostrar para mim de projeto, eu consigo fazer em uma única folha. É violento, porque em uma folha você consegue colocar as palavras-chave e tira toda gordura do texto.
- **AGENDA GOOGLE:** não coloque tarefas nessa agenda, coloque apenas eventos, as tarefas você deixa no Wunderlist, porque aí fica tudo concentrado e delegado. Tenha em cada ferramenta sua limitação, mas escolha uma delas para cada coisa, nunca use mais de uma ferramenta para anotar a mesma situação. Na agenda do Google você irá anotar as reuniões, eventos, treinamentos, compromissos que você vai se envolver. Assim você terá uma visão ampla de todos seus compromissos, sejam diários, semanais mensais ou anuais.

### **Sabe qual a melhor ferramenta do mundo? SEU CÉREBRO!**

Tem como você usá-lo em alto potencial, é só não gastar energias com coisas inúteis, porque quando acabar a internet você precisará dele, quando acabar a energia você precisará dele, quando acabar o recurso tecnológico, você precisará dele.

O cérebro que inventou tudo isso, por isso **nunca se apoie por completo em ferramentas.**

Você que tem dificuldade com contas matemáticas, sugiro que você quebre essa barreira na sua cabeça para você ser bom em conta. **No mundo dos negócios se você souber fazer contas rápidas, você mostra uma habilidade que ninguém te passa para trás.**

Então, você tem que saber, não fique com essas crenças limitantes de usar apenas a calculadora que você fica frágil. As ferramentas servem para otimizar o tempo, ao invés de eu ficar um ano fazendo e anotando em mil coisas e esquecendo toda hora, eu vou condensar todas as minhas informações, todo o conteúdo em uma única ferramenta.

**"Pablo, de todas qual a melhor ferramenta que você tem?" Aquela que eu uso para apresentar os resultados.**

Eu adoro ver as pessoas apresentando resultados, muitas vezes nem elas acreditam o tanto que fizeram. Então anota aí, **apresentação de resultados é a melhor ferramenta.** No final desse capítulo terá a tarefa que você vai aplicar em você, mensalmente. Eu nunca vi uma empresa que aplicou doze vezes essa ferramenta de resultados e não mudou completamente. Porque daí você deixa de desculpinha, não tem mais "eu acho", são fatos e dados.

Por exemplo, na apresentação de resultados, vendeu pouco por causa de não sei o que. Não existe isso, tem que trazer os números, não me interessam as letras, tem que trazer os números. **RESULTADO SEMPRE É NÚMERO**, só para você saber.

Para que as ferramentas então? Para você explodir e otimizar sua energia e o seu tempo.

- **ZEROPAPER:** a última ferramenta que vou te passar é o zeropaper, você já ouviu falar? É uma ferramenta de gestão financeira, e meu Deus! Posso te falar? É a melhor que eu já vi. Têm outras também, mas eu estou indicando as que eu uso. Comece a usar uma ferramenta de controle financeiro para que você não se perca nesse tumulto de desorganização.

Segundo a consultoria americana, 10% do tempo de uma pessoa que é bagunçada é jogado no lixo. **Em 100 anos você joga no lixo 10 anos. Imagina você perder 10 anos só porque você tem que ficar refazendo as coisas?**

Vamos para ação. Logo abaixo você terá as suas tarefas, não vá para o próximo capítulo sem terminá-las.

## TAREFA

1. Baixe no seu celular e no seu computador a ferramenta: WUNDERLIST: <https://www.wunderlist.com/pt/>
2. Crie um grupo só com você no WhatsApp.
3. Pesquise e aprenda sobre MAPA MENTAL, e utilize essa ferramenta.
4. Coloque seus eventos no GOOGLE agenda.

5. Utilize-se da ferramenta abaixo de apresentação de resultados.

<b>AÇÕES REALIZADAS</b>	<b>PONTOS FORTES</b>
<b>RESULTADOS (DADOS)</b>	<b>PONTOS FRACOS</b>

6. Utilize-se da ferramenta financeira: ZeroPaper





**“SE A META FOR TETO, QUANDO  
VOCÊ ESTIVER CHEGANDO PERTO,  
VOCÊ PARA DE PRODUZIR.”**



## CAPÍTULO 18

### **M**etas e Indicadores. Não coloque teto nos seus sonhos, coloque chão.

Antes de começar vou fazer aquela pergunta que você adora ou odeia. Está fazendo as tarefas? Qual é seu drive mental de tarefa? Se for obrigação você não está fazendo, mas se for diversão, você está tocando o terror. O drive é a primeira coisa que vem na mente, qual é o seu? Se for ruim, você não está fazendo, e se não estiver fecha esse livro agora, porque não vai adiantar nada isso daqui.

Esse capítulo é sobre metas e indicadores, e o que são eles? Anota aí para você não aprender errado:

#### **META NÃO É TETO, META É PISO.**

O que significa isso? Não coloque um alvo só para você encostar a cabeça, meta é sempre nos pés. Fale em voz alta:



**"META É SEMPRE DEBAIXO DOS MEUS PÉS". Ou seja, é sempre piso. Assim você nunca para.**

**Se a meta for teto, quando você estiver chegando perto, você para de produzir.**

O que é indicador? Indicador é o nome desse alvo, por exemplo, vamos falar de um indicador dentro da sua empresa, absenteísmo é um indicador, ou seja, é a forma de medir as faltas dos funcionários.

Qual é a meta? Ter zero falta. Eu duvido que uma empresa que tenha mais de 30 funcionários tenha essa meta, mas dependendo da política da empresa pode até acontecer. O normal é a meta ser de 4% de faltas no total de presenças.

Outro exemplo, eu tenho uma meta de ler 52 livros. E qual é a forma de medir isso? Através do cálculo. Ou eu coloco o cálculo de palavras, que acho que não precisa, ou de páginas. Meu indicador hoje está batendo que eu levo em média 5,8 dias para ler um livro.

Se você quiser calcular algo por volumetria, meça por página, você também pode jogar no Excel, tem várias maneiras para calcular isso.

Você precisa de apresentação de resultados, você precisa de uma coisa chamada farol, o farol na apresentação de resultados mostra os últimos três meses ou a quantidade de meses que você quiser colocar, eu sugiro que você sempre mostre na apresentação de resultados, o indicativo dos últimos três meses no farol.

**Quais são os indicadores? Posso pegar indicador de produtividade, de aderência, de absenteísmo, de conversão de vendas, de lucratividade, de despesa, de prejuízo, não sei qual indicador você quer.**

Você está falando de empresa? Não, estou falando de pessoas, e uma empresa nada mais é que a junção de muitas pessoas. **Um lugar com várias pessoas precisa ter disposição, expertise, talento, pois empresa é sempre a soma de vários talentos.**

No final do capítulo vou deixar uma tarefa para você fazer cinco indicadores que você vai acompanhar. Por exemplo, indicador de produtividade. **Quantas horas você está acordado por dia? Anota e calcula.**

Tem uma ferramenta extra que eu dou para quem faz mentoria comigo, é a ferramenta de performance diária, são quinze coisas que você tem que fazer todos os dias e você dá as notas. Pasmem, fiz isso em um grupo de mentoria com mais de 80 empresários, e apenas cinco desses conseguiram manter em dez dias a média nove. Pensa na loucura, pouca gente, nem 10% dos empresários.

**Tem aquele texto que fala: “Muitos são chamados e poucos são os escolhidos”. Você é escolhido?** Tenha o pior ano da sua vida. Bora tocar o terror na terra!

Tem uma coisa na administração que o Peter Drucker ensina que é a ferramenta SMART, para ver se a meta que você está querendo colocar é tangível e se tem lógica. O SMART é uma sigla em inglês, que significa específico, mensurável, atingível, relevante e temporal, ou seja, senão tiver essas coisas, esquece que você não vai bater sua meta.

**Por que metas e indicadores? Se você ficar olhando de qualquer jeito as coisas, elas vão ser bagunçadas. Como que a gente corta isso? Com metas e indicadores. Eles servem para você não gastar mais energia que o necessário.**

Escreva os indicadores, os nomes dos indicadores e como

batê-los, e coloque a meta. A meta é o piso, e lembre-se, não ponha teto hein! META É SEMPRE DEBAIXO DOS SEUS PÉS.

Por que nas últimas 520 semanas eu venho batendo todos os meus resultados? Porque eu sei como funciona. Eu sei quem eu sou, não tenho medinho. E como você faz? Você cria os indicadores que você quer seguir.

Só não fica falando: Ah, eu quero ser feliz! Porque você não sabe nem medir o que é ser feliz! Então, se não tem como medir não existe esse indicador, meu Deus!

Quando falam isso, eu espremo a pessoa até ela falar o indicador verdadeiro, que é ficar mais tempo em casa com os filhos, por exemplo. Qual seria uma meta para isso? Estabelecer duas horas por dia com eles.

Sacou a diferença? Se você não souber disso não adianta. **Para você ter uma meta você precisa do indicador.**

Tem uma ferramenta para você usar que é o termômetro. Você que tem só uma renda, ou duas, ou três, cria um termômetro de receita de renda.

Receita e renda são a mesma coisa. Agora o que você precisa criar é a renda múltipla, então o que você faz? Você vai colocar o indicador que é a receita múltipla, e você pode chamar isso de super meta, ou milagre. Milagre é bom demais, daí você mira nele.

**Nunca espere um milagre, mas ele sempre vai funcionar.**

Eu sou um milagre e você também é. Não sei se você sabe, mas a chance de você ser fecundado, é um em quatrocentos trilhões. Tem um vídeo de uma cientista de Harvard que fala isso, ou seja, um entre quatrocentos trilhões você nasceu, não tinha

chance nenhuma e agora você tem.

Você vai ter o seu pior ano, então tem que criar esses indicadores e essas metas.

**Que dia que você vai atingir seu primeiro milhão de reais? Eu sei que a maior parte da população ainda não alcançou isso. Você tem que pôr data, senão você nunca vai alcançar.** E a cada dia que passa, um milhão de reais deixa de ser dinheiro.

Há não sei quantos anos, no Big Brother, falava-se em um milhão e o povo pirava, hoje já não é mais esse tanto de dinheiro não, e mesmo assim você ainda não ganhou. A culpa é de quem? Do dinheiro que desvalorizou ou sua?

**O dinheiro está desvalorizando para ver se você dá conta de pegar ele.** Você não pega, porque você não tem indicador e não tem meta. O que você vai fazer agora? Seja para sua empresa, sua casa, sua família, seus filhos, todos precisam de indicadores e metas.

Não posso te contar agora, mas no futuro quando você aprender isso você vai abandonar as metas, mas deixa esse assunto para depois. Ainda estamos só começando, esse é o seu pior ano e o pau vai quebrar.

<b>TAREFA</b>
---------------

1. Faça 5 indicadores que você precisa acompanhar diariamente.

<b>INDICADORES</b>	<b>META</b>	<b>SUPER META</b>	<b>MILAGRE</b>
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

2. Pesquise e aplique a ferramenta SMART.

<b>ESPECÍFICO</b>	<b>MENSURÁVEL</b>	<b>ATINGÍVEL</b>	<b>RELEVANTE</b>	<b>TEMPORAL</b>





**"NÃO PASSE REDE NO RIO, OS PEI-  
XES VÃO SUBIR."**



## CAPÍTULO 19

**P**asse isso adiante. Não segure a benção que está sob você.

Estamos chegando ao fim desse livro, esse é o penúltimo capítulo, e eu preciso te contar um segredo: você precisa passar adiante tudo isso. **Eu nunca vi ninguém explodir sem passar adiante.** Tem uma expressão em inglês que chama “Handover”, que significa passar o bastão.

**O que é passar o bastão? É fazer as pessoas entenderem que estão em uma corrida de revezamento, onde eu corro o mais rápido que eu posso até entregar o bastão, isso é Handover.**

Um governo quando vai assumir, cria um governo de transição, e o governo anterior começa a passar todas as pastas, o Handover.



**O que é passar adiante? Você aprendeu muita coisa legal aqui certo? Se você não comentar sobre isso, se você não fizer essas coisas, se você não ensinar outras pessoas, a sua taxa de retenção será pequena.**

O que é essa taxa de retenção? Se você fala que ouviu uma coisa, em poucas horas, uma média de 72 horas, você irá perder tudo que você ouviu. Na verdade, você nunca perde, ou você ganha ou você aprende, e você vai aprender a não gastar energia da forma que você estava gastando.

**PASSAR ADIANTE aumenta em 80% a taxa de retenção das coisas que eu sei.**

Um dia uma pessoa falou assim para mim:

- Não ensina tudo que você sabe para as pessoas, você vai ficar comum. E eu pensei assim:

- Se eu ficar calado vou ficar é um trouxa.

É lógico que eu me ferro direto em negociações, com amigos, os caras fazem os meus cursos, pegam todos os códigos, pegam os meus macetes e sabem dominar tudo também. Aí eu tenho que ir lá, voltar, chorar, gastar uma lágrima, suor para descobrir coisas novas.

Só que eu só fiquei fera desse jeito porque eu contei para os outros. **Todo cara que não abre a boca, que não fala nada para os outros ele não é nada. Se você não passar para frente o que você aprende não vai virar absolutamente nada.**

Agora pensa o rio, ele sempre nasce na montanha, os mais altos nascem, daí eles vão descendo e se conectando a outras nascentes. Rio não sobe montanha, rio só desce, então por que não passar isso adiante?

Se você não passar isso adiante você vai ficar fazendo represa, e represa não se sustenta. Quando você corta a saída da represa, ela vai fechar a entrada, não terá peixe pulando, então você vai ficar só com o que você tem e ficará mais limitado ainda.

**As crenças são represas, que antes eram rios.**

Ouvi dizer uma vez que o lugar onde pessoas aterram rios, dá alagamentos. É interessante essa afirmação, porque os rios eles querem correr lá, mas você quer insistir em aterrar o rio ou fazer uma represa. Você acha que isso vai funcionar?

Isso nunca funcionou. Se você for egoísta, você não vai ter o pior ano da sua vida. Se você quiser criar uma represa, você não vai botar o terror na terra.

**Não estou falando para você dar o que você não tem, estou falando para você deixar a água do rio fluir e você só entregar. Não passe rede no rio, os peixes vão subir. O peixe é a prosperidade.**

Estava usando uma camiseta agora pouco, que um amigo que produziu e mexeu comigo, estava estampada com peixes subindo como se fosse uma seta para cima e com a seguinte frase: **“Let The River Flow”, que significa “Deixe O Rio Fluir”**. Esse negócio de deixar o rio fluir vai fazer você deslizar na vida.

**Tem dois jeitos, tem como você viver e tem como você sobreviver, o viver é o deslizando sob a face das águas, o arrastar é o sobreviver.** Se você não passar adiante, você não vai nem arrastar no rio, você vai pelas beiradas batendo a bunda no cascalho, tudo isso só porque não passou adiante, porque você acha que tudo é seu.

**A verdade é que realmente tudo é seu, quando você entender do transbordo e que se encher dessas coisas irá**

**fazer com que outras pessoas tenham, você nunca mais vai segurar as águas.**

Não sei se você sabe, mas o Egito já foi o país mais rico do mundo, e tudo era em volta do Rio Nilo, tudo. Aquela cobra gigantesca no meio do deserto, todo mundo era apaixonado. O Egito já foi os Estados Unidos do mundo de hoje. Algumas vezes você pode ver algum vídeo de pessoas passando fome, sede, por faltar água na terra deles. **Quando não tem água, as pessoas deixam de comer carne, porque os animais vão até o rio beber água, o rio é o lugar de alimento, de prosperidade, de amizade, de relacionamento. Por isso passe adiante.**

Agora uma pergunta: **Quem é você?** Imagina se as gerações anteriores não tivessem passado tudo o que elas aprenderam? Toda tecnologia que você tem hoje? Imagina só! Como você seria?

Sabe o que é engraçado, é que teve uma ruptura na história, a geração egípcia construiu aquelas pirâmides sem engenheiro, sem guindaste, sem nada. E parece que o povo desaprendeu. Mas, pior que o Egito é a história bíblica na terra de Shinar, quando Nimrod falou que ia construir a torre de Babel.

Alguns falam que é só um folclore, não é não. Já foi comprovado cientificamente que já teve a torre, e a torre tinha uma projeção de alcançar, pela matéria que eles estavam usando, até 3.000 km de altura. A torre atingiu uma altura de 2.4 mil km, imagina a fundação desses caras, o que eles não fizeram?

Eu sei que deve ter custado um milhão de trabalhadores para fazer isso. A vida de muitos. Os caras deram conta de fazer, mas devem ter silenciado essa geração, e parado de aprender a edificação. Lá naquele lugar foi onde Deus criou a confusão na língua de todos.

Por que eu estou falando isso? Porque se você passar adiante, já era.

**"Pablo, eu vou ter que dar palestra?" Não, você tem que fazer Atomic Brain, mentorias, participar de reuniões, dar palestras também, participar de grupos da sua igreja, se você não vai a uma igreja precisa começar a ir, isso vai ser bom para você, porque sempre você vai passar adiante esse poder. Se você ficar sempre calado, vai ser sempre acanhado.**

Se envolva nas coisas, faça tudo o que você puder, comece a se mostrar. Tem gente que fala que não gosta de aparecer, eu digo: VÁ TRABALHAR NA RÁDIO! Lá ninguém vai te ver, vai só te ouvir. Entenda uma coisa, se esse é o ano e você está pronto, pare com o "nhenhenhe" e mergulha nisso. O que você pode fazer?

**Você está lendo esse livro e está adquirindo conhecimento, se tiver fazendo as tarefas, então simplesmente você vai ter sabedoria, porque só tem sabedoria quem faz. Mas o que interessa é repetir e compartilhar sem parar.**

Quando você faz isso, você tem domínio. Você tem domínio em que?

Faça uma tarefa agora que dividi em três classes:

- **na área do conhecimento**, você escreve algo que você é bom, mas não faz nada a respeito;
- **na área da sabedoria**, o que você é bom de fazer, aquilo que você pensa: Nossa nisso aqui eu sou bom!
- **e no domínio**, você coloca o que você é realmente bom.

Vou contar o resultado para você, tá? Você vai falar que conhece sete coisas, faz três e em uma você é bom.

**VÁ CUIDAR DA SUA VIDA, FAÇA AS TAREFAS.**

## TAREFA

1. Faça Handover (Passar o bastão). Ensine a outras pessoas aquilo que você aprendeu com esse curso.

2. Preencha a tabela abaixo:

<b>O QUE VOCÊ CONHECE E NÃO FAZ NADA?</b>	<b>O QUE VOCÊ É BOM EM FAZER?</b>	<b>O QUE VOCÊ DOMINA?</b>





**“PARA VOCÊ VER QUE A VIDA É  
SIMPLES.”**



## CAPÍTULO 20

**V**ocê está disposto a dar tudo por você? Jesus escolheu viver dentro de você, cuide da casa Dele.

Chegamos ao último capítulo do pior ano da sua vida, e eu quero saber se você está fazendo as tarefas. Pode me chamar de chato, o que for, mas as tarefas são as coisas que funcionam. Saber de alguma coisa e não fazer é o mesmo que não saber.

Então, você tem que saber de algo, fazer e dominar. Foi o que eu falei no capítulo anterior, que você ia saber fazer sete coisas, ia realmente fazer três e iria dominar apenas uma. O que você vai fazer agora? Lembra-se da tarefa de hábitos? Você tem mudado seus hábitos? Se não mudou é porque você é fresco, viti-mista, autocomiserável, põe a culpa nos outros, não tem autorresponsabilidade e ainda fica achando que não vai vencer na vida.

**Com todo respeito: VÁ SE LASCAR NA VIDA!**



Você está pronto para isso? Agora é a hora da agressão. **Esse não é um livro gourmet, mais uma tentativa para você ficar de “nhenhenhe”, É A HORA DE MUDAR DE VIDA.**

Como que muda de vida? Vai ter mais uma tarefa ao final do capítulo, e quero que você revise seus hábitos. Eu quero lembrar quatro coisas para você:

### **Sangue | Suor | Lágrima | Gordura**

**VOCÊ ESTÁ QUEIMANDO GORDURA TODO DIA?** Comer gordura é muito bom, mas melhor que comer é queimar. **SEU SANGUE, você está envolvido com a sua vida nisso?** A sua vida está envolvida a serviço da sua vida? **SEU SUOR está esforçando?** Não tem como, nunca vi esse negócio de plantar coisa sem suar. **LÁGRIMAS, você está chegando ao ponto de chorar?** De falar: Ah, eu não aguento mais! **Se você não tiver nesse ponto você não começou o ano ainda.**

**Talvez, você possa começar agora. As pessoas gostam de se conectar a mim e perguntar se vão mudar de vida. Eu falo que não sei, porque não sei se elas fazem tarefa.**

Eu por exemplo, quando preciso faltar a minha aula de inglês, além de fazer a tarefa da aula que perdi para compensar ainda faço as quatro próximas, para não ficar de “nhenhenhe”.

É como se tivesse fazendo um pagamento extra, um depósito para que eu não volte atrás. O que eu quero te falar com isso, você chegou até aqui, e eu vou te dar a principal tarefa, você está pronto? A principal tarefa é rever esse livro todinho, e refazer todas as tarefas. Porque eu sei que teve um monte de tarefa meia boca que você fez.

Esse é um livro pequeno e rápido, eu no seu lugar teria feito esse livro e todas as tarefas em um dia, e aí eu iria chamar a minha própria atenção e iria voltar e ficar refazendo todas as tarefas.

Adquiriu conhecimento? Uau, você é sábio! Não, não é, você é só inteligente.

**Quando você começa a praticar você se torna sábio.** Começou a dominar? Aí é o Jaspion ou Changeman. Eu não sei quem é você hoje, você sabe?

Teve um cara, o nome dele é Fabrício, que falou assim para mim: Eu quero ser igual você! E eu falei para ele: O mundo não precisa de dois Pablos, ele precisa de um Pablo pleno e de você, um Fabrício pleno.

**O mundo não precisa de duas pessoas repetidas, Deus não chamou para ninguém copiar ninguém.**

**Como é ter o pior ano da vida? É mergulhar com todas as suas forças nesse rio, jogar tudo que você tem, e dar todos os seus líquidos, absolutamente tudo, ou seja, A SUA VIDA.**

Daí você fala: A minha vida eu já entreguei para Jesus. Ninguém está vendendo a alma para o diabo aqui. **A parada é simplesmente você acreditar em você. Deixar um pouco de lado as companhias que estão te atrapalhando, comprar armamento, que são as sementes para você plantar e mudar seus hábitos.**

Eu te contei todo o bê-á-bá, cada capítulo desse livro é um diamante. Eu quis que o livro fosse simplificado **PARA VOCÊ VER QUE A VIDA É SIMPLES.**

Aprende isso: **A MINHA VIDA É SIMPLES, PORÉM DIFÍCIL.**

**Simples porque qualquer “Mané” da conta de fazer, mas é difícil porque tem que fazer todos os dias.**

Você fez todas as tarefas? Se fez, não tem como, o negócio

vai quebrar o pau. Fique chato e adote a sua nova hashtag, #chatao.

Esse novo ano que começou é o ano da chatice, porque um monte de gente vai ficar revoltado com você. Use a pulseira com as principais coisas, se não tem pulseira faça uma tatuagem ou o que você quiser, só não esqueça as quatro principais coisas:

- **SE CONECTAR A NOVAS PESSOAS;**
- **FAZER PERGUNTAS;**
- **FAZER AS TAREFAS;**
- **SE AMAR.**

Amar a Deus, sentir-se amado e transbordar para que outras pessoas se sintam amadas por você. Por que tudo isso? Porque dessa vez vai.

Você vai voltar rever os capítulos e as tarefas, e aquelas que ficaram “meia boca” você irá refazer. Quando chegar nesse capítulo de novo, refaça novamente, isso é para você gerar domínio, a cada leitura você terá novos starts.

Esse é o pior ano, e eu te garanto, se for o pior ano, aquele que você vai matar a roça e plantar tudo, não tem como não prosperar.

**SE ESSE FOR O PIOR ANO DA SUA VIDA, VOCÊ VAI PROSPERAR.**

Porque eu sei do que estou falando, e todas as pessoas que fizeram isso funcionaram. **Se você se conectar as bases certas e aos valores certos, conectar-se a Fonte, que é o Criador, não tem como falhar. Conecte-se a você, e deixe as águas fluírem que os rios vão subir.**

Você entendeu como funciona? Tem algum milagre, ato

ilusório, falsa promessa, alguma mágica? Não!

**É SÓ VOCÊ FAZER A TAREFA, MEU DEUS DO CÉU!**

Eu vou encerrar esse livro, e ao invés de você chorar, engata no primeiro capítulo e começa tudo de novo.

**Jesus veio fazer uma tarefa aqui na Terra, morrer na cruz, e um dia ele suou gota de sangue, e ele falou assim: "Pai, se possível, afasta de mim esse cálice".**

Ele não falou assim: "Senhor tem como você fazer as tarefas por mim, eu não dou conta. Não estou querendo". **Foi interessante que Ele foi obediente a Deus, e Deus respondeu algo para ele? Não! Aí Ele pegou e fez mesmo assim.** Sacou?

Quando Deus não falar para você "não faz", você vai lá e termina o que você começou.

Vai tomar banho na água gelada, vai parar com esses chocolatinhos, vai parar com essa fofoca, pornografia, com esse tanto de coisa que está te matando.

Faz o que falei no capítulo dos alvos rápidos. Abandone os antigos e instale novos. Deixe para trás e não volte. Mude sua mentalidade e tudo o que você precisar para cair para dentro. **JÁ É!**

Eu sou Pablo Marçal, e eu escrevi esse livro para você **TOCAR O TERROR NA TERRA.**

Encerro esse livro agradecendo você pela confiança, quero pedir diante de Deus que você consiga, porque não tem milagre nenhum. Deus é o Deus do impossível, só que você que faz o impossível, Ele não faz. Ele te deu a liberalidade e o livre arbítrio de fazer o que você quiser.

Você quer ter mesmo o pior ano da sua vida?

Então prepara, porque você vai ficar sem graça com a colheita que você vai ter ao final desse ano. **BORA, PARA O PIOR ANO DA SUA VIDA! Porque vai ser só dessa vez!**

## TAREFA

1. Volte ao início e RELEIA o livro, juntamente refaça todas as tarefas.

**Obrigado por chegar até aqui, estamos juntos até depois do fim!**











A sua transformação vai acontecer quando você abandonar o que já está funcionando, é isso mesmo, você entendeu muito bem, deverá abandonar o que já está funcionando e investir todos os seus recursos na guerra. Inclusive os seus recursos naturais: suas lágrimas, seu suor, seu sangue e a sua gordura! Será que você dá conta de largar essa vida mediana, encarar as dificuldades e trocar todas as suas desculpas por decisões?

O pior ano da sua vida é exatamente isso, onde você durante um ano viverá de forma intencional como em uma verdadeira guerra, para destravar uma década de prosperidade.

Toda guerra antecede a paz, a recompensa e o desfrute.

Então, o que você está esperando? Caia para dentro e comece hoje a investir em algo que não pode mais ser adiado: a sua vida!



**PLATAFORMA**