

# **101 insights de sabedoria para seu dia a dia**

*Guia prático para uma vida extraordinária*

Gabriel Madureira

Dedico este livro àquele que é rei na terra, luz no mundo, todo poderoso, imagem e semelhança do Criador e livre para realizar seus desejos. Sim, estou falando de VOCÊ.

## ***Introdução***

Neste livro, apresento soluções de sabedoria por meio do autoconhecimento, da inteligência emocional e da espiritualidade para situações e problemas do dia a dia. Com perspectivas inteligentes e técnicas fáceis de serem aplicadas, você será convidado a despertar sua autoconsciência crítica. Esse não é um livro de autoajuda, muito menos motivacional, melhor que isso, é um guia prático completo, que colocará a realidade diante de você, “desengessando” suas ideias e trazendo clareza aos seus pensamentos para fazê-lo crescer como pessoa, adquirir maturidade espiritual, emocional e, por fim, encontrar as respostas que você procura. Tenho certeza de que o conteúdo disponível nesse livro vai fazê-lo refletir muito sobre sua vida, principalmente sobre quem você é, sobre suas atitudes perante você e o mundo, sobre o caminho da sua vida, sobre os resultados obtidos, sobre o porquê de você sentir o que sente e agir como age e, sobre o porquê de certas situações e circunstâncias estarem acontecendo da forma que estão acontecendo. Outra coisa que esse guia lhe proporcionará é um relacionamento íntimo com o Criador, prepare-se para se sentir amado por Ele como nunca. A cada *insight* que você ler é bem provável que alguns paradigmas sejam confrontados e você fique um tanto atordoado, talvez confuso, ou talvez faça tanto sentido que você tenha a sensação instantânea de liberdade e leveza. O que posso garantir é que uma mudança positiva acontecerá em você.

Você terá a seu dispor cento e uma chave que vão abrir as portas da sua mente para que a paz de espírito, a liberdade e a felicidade possam entrar, e junto delas trazer uma vida de constante prosperidade e abundância, seja em qualquer área da sua vida para qualquer coisa que você queira.

Posso afirmar isso com convicção, pois todos os insights presentes nesse livro foram construídos a partir de minhas experiências, ou seja, não são meras teorias, foram vivenciados na prática.

Mas, antes de pensar que sou só mais um charlatão prometendo-lhe uma vida perfeita, quero deixar bem claro que isso não existe. Independentemente do que você

queira mudar, você terá muitas batalhas internas e dolorosas antes de vencer a guerra e, depois de vencida você terá que ser forte para permanecer firme na vitória. Os sentimentos aprisionadores e destrutivos como o medo e as preocupações sempre sondarão as comportas da sua mente, doidos para entrar e fazê-lo escravo e perdedor. O que prometo é sabedoria para mandar esses sentimentos para longe quando eles baterem na porta.

Sendo assim, a alegria, o entusiasmo, a autoconfiança, a mansidão, o discernimento, a gratidão, a força de vontade, a plenitude e a riqueza se tornarão parte da sua rotina.

O que está em suas mãos é um guia prático! Você pode (e deve) aplicá-lo em sua vida.

Mas, antes de começar a leitura, para que você extraia o máximo desse conteúdo e seja capaz de aplicá-lo, quero lhe fazer um pedido: peço que leia cada palavra desse livro com seu coração aberto, leia com HUMILDADE. Sem um coração humilde, ou seja, sem uma mente aberta e disposta a novas ideias e aprendizados, não há possibilidades de mudança. Creio que você decidiu ler esse livro porque deseja mudanças e, se realmente é isso que você quer, a única regra é: leia com humildade! Isso fará toda a diferença.

***Os 101 insights***

## 1. Insight do primeiro desejo

*Antes de você querer qualquer coisa, queira ser você.*

Somente sendo você, poderá ter o que é seu! Se sua energia estiver em **ter** coisas, sem se importar em **ser** quem você é, na sua essência, o que você terá não será realmente seu. É como se você estivesse pegando emprestado e ainda pagando parcelas caras por isso. Parcelas que são pagas com insatisfação, sensação de vazio, angústia, tristeza, inquietação, vícios e solidão.

Toda conquista que não foi realizada pela sua essência, jamais será completa. Você sempre terá aquela sensação de que está faltando algo.

Quantas pessoas são realizadas profissionalmente, mas tomam antidepressivos? Quantas têm muito dinheiro, mas se sentem infelizes? Quantas pessoas estão rodeadas de outras, mas se sentem sozinhas?

Isso acontece porque essas pessoas não realizaram seus desejos baseados em seu propósito na Terra. E só é capaz de viver seu propósito quem antes ativa sua identidade.

Para ativar sua identidade você precisa se transformar. Transformar-se dói e por esse motivo as pessoas fogem dessa etapa. Só que sem essa etapa não se descobre o propósito, que é justamente o que tem o poder de tornar uma pessoa realmente plena, feliz e realizada.

Acredito que tudo o que você quer reserva o desejo de ser feliz, portanto, sabendo que o único caminho para a felicidade plena é ativar sua identidade e, posteriormente viver seu propósito, seu primeiro desejo deve ser o de **ser** quem você realmente é. Entenda que para ser feliz você não precisa ter coisa alguma, só precisa ser.

Será que hoje você busca ter coisas para camuflar a infelicidade de não ser quem realmente você é?

## 2. Insight do criador/copiador

*O que o impede de ser quem você é?*

O que você precisa entender é que **você é um criador e não um copiador**. As pessoas copiam os pensamentos e ideias das outras, pois isso requer quase que nenhum esforço, somos preguiçosos por natureza, o cérebro sempre vai procurar um meio de gastar menos energia para garantir a sobrevivência. Mas, isso a médio/longo prazo é destrutivo, porque com o tempo os “copiadores” vão se moldando segundo os pensamentos dos “criadores” e vão deixando cada vez mais de lado a capacidade de criar suas próprias ideias.

Com isso, a realidade que essas pessoas gostariam de viver se torna impossível, pois a causa da realidade que vivem vem de outras mentes e não de si. Os copiadores são, nada mais nada menos que meros alienados. Quando alguém é alienado, vive de circunstâncias e não de decisões. Não é capaz de pensar por si e, conseqüentemente, de viver a realidade que deseja no seu mais íntimo ser.

O resultado disso é uma sensação de prisão e infelicidade, a vida se torna algo sem sentido e sem emoção.

Será que é assim que você se sente? Será que você pensa por si, tem suas próprias ideias e opiniões ou inconscientemente é um alienado? Será que a mídia televisiva, rádios, jornais ou redes sociais estão influenciando seus pensamentos? Será que seus familiares e amigos próximos moldam a forma como você pensa?

Pergunte-se: Sou feliz? Minha vida tem sentido? Quando foi a última vez que senti um frio na barriga? Sinto-me livre? Faço o que amo? Sinto-me grato pela vida?

Responder a essas questões vai ajudá-lo a identificar se você é um criador da sua própria vida ou um copiador da vida dos outros.

Se pelo menos uma de suas respostas para essas perguntas desagradá-lo, decida mudar! A única maneira de fazer isso é vencendo a preguiça através da força de vontade. Use a força de vontade para treinar sua mente a **criar** a realidade que você deseja, a partir de seus próprios pensamentos. Ative sua identidade!

### **3. Insight da genética divina**

Quando uma ideia inovadora surge em sua mente, significa que sua essência está mostrando um caminho para você fazer a diferença no mundo, ou seja, é Deus querendo ajudar a humanidade através de você. Mas, como assim? Onde Deus entra nisso?

Pensa comigo: quem o GEROU foi sua mãe, certo? Mas, quem o CRIOU foi Deus, Ele criou aquilo que mora dentro de você, a sua essência. Por exemplo, para criar um projeto você precisa usar sua energia e se sua energia está no projeto, consequentemente, você também está. Então, se sua essência foi criada através do poder de Deus, Ele está dentro de você, é como um pai que transfere a genética ao filho. E se você tem a mesma genética de Deus, você também tem poder para fazer as mesmas coisas que Ele.

Jesus comprova isso nessa passagem da palavra: “Na verdade, na verdade vos digo que aquele que crê em mim também fará as obras que eu faço, e as fará maiores do que estas, porque eu vou para meu Pai.” (João 14:12).

Basta você acreditar, pois se você crer que é filho de Deus fará obras extraordinárias. É claro que a fé sem ação não valerá de nada, mas ela é o ponto inicial. Muitas pessoas acreditam nisso, mas tem medo de agir e, por isso, o máximo que conseguem é colher resultados medíocres. As pessoas que realizam grandes coisas creem e age, esse é o segredo.

**Crer sem agir não o levará a lugar algum, da mesma forma que se você não crer também não agirá.**

Você treinaria musculação se não acreditasse que ela promove aumento de massa muscular? Se você unir sua fé às suas ações, fará obras maiores do que você possa imaginar.

### **4. Insight do propósito de vida**

*Os pontos chaves para você encontrar seu propósito de vida.*

- **Sair do papel de “copiador” e assumir o papel de “criador”.** Isso eu explico no segundo insight.
- **Ativar sua identidade.** Você conseguirá isso através da força de vontade para se manter no papel de criador e; com coragem, humildade e verdade para identificar, aceitar e enfrentar seus erros, suas falhas e seus pontos fracos. Somente dessa forma poderá iniciar o processo de transformação do seu ser. **Você só é capaz de fazer o que nasceu para fazer se antes você ser quem nasceu para ser.**
- **Ouçã a sua voz.** Após ativar sua identidade você deve prestar muita atenção ao que ela clama dentro de você, àquilo que faz seu coração arder, que não sai da sua mente, àquela inclinação natural que quando você menos percebe está pesquisando, estudando ou fazendo. É extremamente importante que você não negligencie a voz da sua identidade, confie nela, pois ela vai colocá-lo no caminho certo.
- **Persista na voz.** Continue sua jornada com verdade, humildade e coragem, sempre buscando crescer e mantenha seus ouvidos atentos a sua voz interna, independentemente do que acontecer. Essa é uma das partes mais difíceis, que a maioria das pessoas não suporta, pois o processo de transformação é doloroso: você será criticado pelas pessoas que mais ama, vai se sentir sozinho, cansado, desanimado e o medo vai sondá-lo, mas não desista, mantenha-se firme, você estará somente a um passo de colher os frutos dos seus esforços e começar a viver seu propósito com abundância. Quando digo abundância não me refiro somente ao dinheiro, mas também a abundância de paz de espírito, plenitude, felicidade, amor, entusiasmo, mansidão, gratidão, alegria, liberdade e por aí vai...

Resumirei os passos para ir do “zero” ao encontro do seu propósito para ficar mais fácil de você guardá-los na mente:

- 1) Saia do papel de copiador e assuma o papel de criador
- 2) Ative sua identidade
- 3) Ouça a sua voz
- 4) Persista na voz

## 5. Insight da procrastinação

*O melhor remédio contra a procrastinação é o propósito de vida.*

Onde há propósito, há felicidade.

Onde há felicidade, há ânimo.

Onde há ânimo, há ação.

Onde há ação, há resultado.

Uma pessoa infeliz inevitavelmente será dominada pela procrastinação, pela preguiça e pelo desânimo.

Não estou dizendo que a procrastinação será 100% exterminada, até porque isso faz parte do ser humano, porém quando há um propósito de vida claro e definido, com planos e metas estabelecidos, você é capaz de facilmente vencer a procrastinação, com o sentimento de felicidade e bom ânimo que o propósito lhe proporcionará. Assim, tal propósito o permite controlar a procrastinação e não o contrário.

Mas, por que o propósito traz felicidade? Você já viu um peixe no mar infeliz? Você já viu um pássaro voando livremente infeliz? Sabe por que você nunca verá? Porque eles estão fazendo o que nasceram para fazer, ou seja, vivem o seu propósito. Experimente tirar um peixe da água e ele morrerá. Prenda um pássaro selvagem numa gaiola e ele ficará deprimido. Será que é assim que você se sente? Morto e deprimido? **Uma vida sem propósito não é vida, é morte (em vida).**

## 6. Insight da felicidade

Quantas vezes você já ouviu a seguinte frase: “Não devo mostrar minha felicidade a ninguém, quem não sabe não a rouba”. Percebe o nível de escassez dessa afirmação?

Quando você pensa dessa maneira de forma alguma você está se protegendo, até porque a felicidade verdadeira vem de dentro e ninguém é capaz de roubá-la. Na verdade, você está sendo mesquinho e egoísta. A felicidade é o que as pessoas mais buscam na vida e se você a adquiriu não seria justo compartilhá-la com o próximo? Se você se julga feliz, mas tem esse pensamento escasso, sinto lhe dizer, você não é feliz. **Quem é feliz de verdade ama doar sua felicidade ao próximo:** “Há maior felicidade em dar do que em receber” (Atos 20:35).

Não tenha medo de transbordar felicidade perto dos que te rodeiam, contagie quem estiver próximo com essa riqueza imensurável, despenda-se do pensamento escasso e mude para o de abundância e, em troca receba ainda mais do Universo.

## **7. Insight da preocupação**

Preocupações são como carcereiras da sua mente, quando você vive preocupado nada prospera na sua vida. O incrível é que 98% das pessoas do mundo são prisioneiras de preocupações constantes, e quando tais preocupações aparecem, trazem junto de si sentimentos de angústia, tristeza, dor, ansiedade, medo e até mesmo doenças psicossomáticas.

Uso uma técnica infalível para eliminar preocupações. Essa técnica mudou meu estado de espírito de uma forma incrível e rápida, abrindo espaço para bênçãos na minha vida. É bem simples, basta você usar sua mente para pensar com calma naquilo que as preocupações não o deixam fazer. Então vamos lá... Sempre que alguma preocupação bater na porta da sua mente pense o seguinte: a cada vez que você se preocupa, é um pedaço da sua vida que você mata, pois deixa de viver seu momento presente. É no presente que a vida acontece. Até quando você vai matar sua vida? É isso que você quer?

Essa é a primeira consciência que você deve tomar, pensar assim já o ajudará a vencer algumas preocupações. Caso alguma preocupação ainda permaneça diga a si mesmo o seguinte: essa preocupação está sendo criada por mim, a partir de um medo relacionado a uma situação futura ou que não está sob meu controle, ou seja, se é futura ela NÃO EXISTE e se não está sob meu controle ela NÃO ME PERTENCE.

Se quiser ir além, pode continuar: para criar algo preciso de tempo e energia, certo? Faz sentido eu gastar meu precioso tempo e minha preciosa energia para criar algo que vai me deixar mal? Que vai tirar minha paz? Faz sentido eu ficar mal por uma coisa que NÃO EXISTE e que NÃO ME PERTENCE?

Pronto! Quando você toma essa consciência, aquela preocupação que estava consumindo-o desaparece e um peso gigante sai do seu coração, então, você estará preparado para decidir confiar no melhor e usar seu tempo e sua energia para criar coisas benéficas que alavancarão sua vida. Mas, vai um alerta: você precisa ter constância nessa técnica para ela ser eficiente, **a constância o permitirá mudar o padrão da sua mente, criando o hábito de não se escravizar com qualquer tipo de preocupação**, tornando-o livre para viver sua vida.

## 8. Insight do medo

Tenho certeza de que você possui algum medo, afinal, sentir medo faz parte da natureza humana. Porém, o medo se manifesta de duas maneiras:

### 1) *De forma normal e natural*

Esse é o medo instintivo, aquele que vai te PROTEGER. Se você não sentisse esse medo certamente estaria morto, pois tomaria ações imprudentes, como saltar de um penhasco ou nadar num mar cheio de tubarões.

### 2) *De forma anormal e aprisionadora*

Esse é o medo que age como uma resistência, impedindo-o de prosperar em determinadas áreas da sua vida. Esse medo tira sua autoridade de viver como Rei na Terra e o torna ESCRAVO da mesma. Alguns exemplos desse tipo de medo são: medo de falar em público, medo de morrer, medo de ficar pobre, medo do que os outros vão pensar sobre você, medo de ficar doente, medo de ficar sozinho, medo de não ser amado e por aí vai... Considerando os dois tipos de medo, a questão é: como você se sente? Protegido ou aprisionado? Perceba que há uma grande diferença entre se sentir protegido ou aprisionado. **Estar protegido é ter segurança com liberdade e estar**

**aprisionado significa ser escravo, sem garantia de proteção**, pelo contrário, muitas vezes é humilhado e maltratado.

Vou lhe perguntar mais uma vez: como você se sente? Livre e seguro ou escravizado e humilhado? Independentemente da sua resposta, aí vai o insight para você: **Aja!**

Aja e o medo normal irá protegê-lo.

Aja e o medo anormal morrerá e o libertará.

**A única forma de vencer o medo anormal é com AÇÕES DE ENFRENTAMENTO.**

## **9. Insight do positivismo**

Começarei este insight com uma frase que talvez o deixe confuso: **O positivismo o torna uma pessoa fraca.**

Sim, foi exatamente isso que você leu. O positivismo o torna uma pessoa fraca, incapaz e vítima. Você deve estar pensando “como assim, ser positivo não é bom? Não vai me ajudar a crescer e realizar meus objetivos?”. Claro que vai! Pensar positivo o levará a lugares altos. Mas espere, vou lhe explicar o sentido da frase acima.

Quantas vezes você conversou com alguém que demonstrava ser uma pessoa muito positiva, mas ao contar sobre sua vida sempre havia alguma tragédia, algum imprevisto, algum problema, era um desastre pior que outro? Se você se esforçar um pouco vai lembrar que algumas frases típicas dessa pessoa eram: “Estou com tal problema, mas Deus vai resolver”; “Se Deus quiser, tudo vai dar certo”; “É só pensar positivo que as coisas vão melhorar”.

Aí você encontra essa pessoa depois de um tempo e a vida dela está do mesmo jeito, senão pior. Sabe por que isso acontece? Porque essa pessoa transfere toda a sua responsabilidade para Deus ou para outras pessoas e com isso perde o controle da sua própria vida. Ela passa a viver de circunstâncias e não de decisões.

Essa pessoa age dessa forma porque lá no fundo ela tem uma imagem distorcida de si, não tem autoconfiança, nem autoestima e muito menos amor-próprio, com isso não se sente capaz de tomar as rédeas da sua vida.

**Pensar positivo vai ajudá-lo se você tiver CORAGEM para viver a vida!**

Entenda que antes de dar certo, muitas coisas darão errado! O sucesso é construído de fracassos temporários.

**Jamais se esconda atrás do positivismo para disfarçar sua falta de coragem.**

A maioria das pessoas se esconde, por isso, são poucas as que obtêm resultados extraordinários e vivem em constante crescimento. Assim, a questão é: Será que você é esse tipo de pessoa? Se sim, agora você sabe do que precisa para mudar isso.

## **10. Insight da empolgação**

Já percebeu que toda pessoa empolgada nunca termina o que se propõe a fazer? Será que alguma vez na sua vida você já sofreu das consequências da empolgação? Para trazer luz à sua mente vou relembrar algumas situações comuns.

Será que você já se empolgou para começar a treinar numa academia ou para iniciar uma dieta e desistiu no meio do caminho? Será que você já comprou o convite de uma festa, mas depois se arrependeu? Será que você se empolgou com um novo projeto, mas desistiu no primeiro problema? Situações como essa só acontecem na presença da empolgação. Sabe por quê?

**Porque a empolgação tira o poder do raciocínio lógico. Ela é especialista em iludir pessoas.**

Geralmente ela vem acompanhada de impulsividade e/ou inconstância. E isso só leva a um destino: desistência. Se você quer ter sucesso em qualquer objetivo que seja, você precisará tomar decisões consistentes. Preste muita atenção para que suas decisões não estejam alicerçadas na empolgação. Consistência é o nome do jogo! **Afinal, mais vale um desmotivado constante do que um empolgado impulsivo.**

## 11. Insight da perfeição

*A busca pela perfeição é um ato de ignorância. É uma simples perda de tempo.*

A perfeição é inalcançável, pois até o último dia de vida é possível aprender algo novo ou aprimorar alguma capacidade. **A vida não é sobre o quão perfeito você é, mas, sim, sobre o quanto você cresce.** A busca incessante pela perfeição só causa angústia, sofrimento e frustração. Por isso, seu foco deve estar em ser melhor e não em ser perfeito.

Você se torna mais próximo de ser perfeito quando aceita a imperfeição, quando decide deixar o orgulho de lado e com humildade assume o papel de eterno aprendiz. A partir disso, cada dia de sua vida se torna espetacular. O fato de saber que você está em constante aprendizado, evolução e crescimento o faz uma pessoa muito mais motivada e entusiasmada. A ideia de poder acordar cada dia sendo uma pessoa melhor, de poder fazer coisas melhores e de ter coisas melhores traz sentido à vida. O simples fato de estar vivo o torna uma pessoa grata e feliz.

## 12. Insight do ser/fazer/ter

**Aquilo que você tem é totalmente proporcional àquilo que você é.** Por isso, antes de trabalhar para TER, trabalhe para SER. Quanto melhor você É, melhores coisas você FAZ e, conseqüentemente, melhores coisas você passa a TER.

Cuidado para não inverter essa ordem, a conta nunca vai fechar e você só irá se desgastar e se frustrar. Preste atenção na sua vida, será que você tem colocado seus esforços em TER coisas melhores ou em SER alguém melhor?

Talvez você não esteja sendo valorizado no seu trabalho, não esteja conseguindo aumentar sua renda, não esteja conseguindo um trabalho melhor ou conquistar bens materiais melhores, porque você é pequeno demais para suportar isso.

Quer um exemplo? Se você ganhasse um milhão de reais agora, o que faria com esse dinheiro? Será que você seria capaz de administrar essa grana? Será que você saberia investir da forma correta? Será que você conseguiria multiplicar esse dinheiro? E se você fosse promovido como líder de uma grande equipe, saberia gerenciá-la?

Mantenha sempre seu foco em SER alguém melhor. Como diria o bilionário Warren Buffett, um dos maiores investidores do mundo: “Você é seu maior ativo”.

Busque o conhecimento, ele não virá atrás de você. **Deus dá quantidade para quem tem capacidade.** Lembre-se sempre disso.

### **13. Insight do julgamento**

**Aquilo que você julga no outro, na verdade é o que também está em você.** A comprovação disso está na famosa frase: "Não julguem, para que vocês não sejam julgados. Pois da mesma forma que julgarem, vocês serão julgados; e a medida que usarem, também será usada para medir vocês" (MT 7:1-2).

Por ser uma frase bem conhecida, muitas pessoas negligenciam a sabedoria contida nela. Eu mesmo a negligenciei. Até que um dia me cansei de enxergar o mundo com “maus olhos”, isso não me fazia bem, me sentia preso, angustiado e amargurado. Então, resolvi curar meu interior e curando-o revigorei minha realidade externa.

**O mundo exterior simplesmente reflete aquilo que está dentro de você.** Preste atenção em como você se sente em relação a sua realidade externa, isso inclui seus relacionamentos, seu trabalho, enfim, sua rotina no geral. Se você identificar algum sentimento negativo, por mais escondido que ele esteja (e geralmente está), tome a decisão de se curar!

Você conseguirá se curar sendo HUMILDE e VERDADEIRO para reconhecer suas fraquezas e CORAJOSO para enfrentá-las até que elas sejam vencidas.

No início será doloroso, pois seu ego brigará com todas as forças para não cair e você terá que ser mais forte que ele, mas, depois de um tempo você perceberá que uma sensação de liberdade, paz de espírito e gratidão tomará posse do seu ser.

## 14. Insight da admiração

**Aquilo que você admira no outro também é parte do seu ser.** Tenho certeza de que você já se pegou admirando as qualidades de alguém e pensou: “Nossa, que incrível isso”; “Eu gostaria de ser assim”. Sempre que você estiver numa situação dessa, fique atento: é um sinal do seu eu mais profundo lhe mostrando que aquilo pelo qual você sentiu admiração é algo que está presente em você.

O problema é que as pessoas nem sabem que aquilo que elas admiram já está dentro delas. Isso acontece por conta das influências externas que, ao passar dos anos, vão distorcendo sua verdadeira identidade.

Esse insight mexeu muito comigo, quando entendi isso, ficou claro onde deveriam estar minhas ações para reativar aquilo que já estava em mim. Agora que você também sabe disso, quais são as qualidades que você admira nas pessoas que gostaria de reativar em você? Seja o que for, aja para despertar essas qualidades! Você pode agir usando a modelagem.

O que seria modelar? Você pegará aquilo que admirou no outro e usará em você, porém da sua maneira. Cuidado, modelar não é copiar. Assim, quanto mais você agir, mais íntimo da sua essência você ficará.

## 15. Insight da reciprocidade

**Esperar por reciprocidade é dar um tiro no pé.** Quando você espera por reciprocidade, inconscientemente, você está deixando o ego tomar a sua frente.

**A reciprocidade não se cobra, ela é natural.** E só acontece quando as pessoas sentem que nossas ações refletem quem somos verdadeiramente em nossa essência.

**Ninguém vai ser recíproco para com as ações de alguém que não é capaz de expressar o íntimo do seu ser.** A reciprocidade plena só é possível na presença da verdade. Dessa forma, tudo que foge da presença da verdade pode ser identificado pela

intuição, que nada mais é do que um presente divino que nos leva sempre na direção da vida abundante.

Por isso, quando as pessoas são falsas percebemos intuitivamente e, onde há falsidade jamais haverá reciprocidade; pelo contrário, haverá apenas uma troca de interesses para alimentar o ego de cada um.

Que tipo de pessoa você é para o próximo? Será que você oferece as qualidades da sua essência sem esperar algo em troca ou tem feito coisas que talvez nem lhe agrade só para receber amor, carinho, reconhecimento, atenção ou respeito?

## **16. Insight do poder interior**

**Antes de acreditar em qualquer coisa, acredite no seu poder.** O seu poder mora dentro de você, na sua mente. Ele é sua capacidade de criação. O incrível é que esse poder é ilimitado, você pode criar o que quiser. As únicas coisas que você precisa para ativá-lo são a fé e a confiança.

Tenha fé em você, confie em você, pare de jogar a responsabilidade para Deus, ele irá ajudá-lo somente se enxergar a fé e a confiança dentro de você.

E aí vai um insight poderoso para você guardar com carinho na sua mente: **ter fé e confiar em você é o mesmo que ter fé e confiar em Deus**, pois Deus mora dentro de ti, na sua mente, onde está todo o seu poder. Aquilo que você cria dentro da sua mente é o que Deus usará para ajudá-lo. Portanto, escolha criar bons sentimentos.

Se você criar sentimentos ruins, como o medo ou a dúvida, Deus não poderá fazer nada a seu favor e, sinto dizer que você contribuirá com o lado oposto do criador divino. Por fim, seu poder pode tanto destruí-lo quando o edificar, use-o a seu favor! Crie pensamentos construtivos.

## **17. Insight da paz**

“Deixo-lhes a paz; a paz lhes dou. Não a dou como o mundo a dá” (João 14:27). Essa passagem deixa claro que a paz é dada por Deus e que ela é plena, é, portanto, a famosa paz de espírito. Tudo que é do espírito é pleno. Sem paz de espírito é impossível se sentir pleno.

Para ter paz é preciso cumprir as leis espirituais. Você só se tornará merecedor da paz espiritual se cumprir as leis. Isso se comprova em Salmos 119:165: “Os que amam a tua lei desfrutam a paz, e não há o que os façam tropeçar”. Mas, como cumprir as leis de Deus?

Para você ser capaz de cumprir uma lei estabelecida pela sociedade você precisa confiar em quem estabeleceu a lei, para finalmente acreditar nelas e, posteriormente, obedecê-las. Você obedeceria a alguém em quem não confia? Com as leis de Deus funciona da mesma forma, a base do cumprimento de suas leis é: confiar nEle, acreditar em suas leis, para então obedecê-las.

Quando você obedece a Deus, automaticamente, faz a vontade dEle. Lembre-se que a vontade de Deus é que tenhamos uma vida feliz, próspera e abundante, os planos dEle para nossa vida são maiores que os nossos.

“Porque sou eu que conheço os planos que tenho para vós, diz o Senhor, planos de fazê-los prosperar e não de causar dano, planos de dar a vocês esperança e um futuro” (Jeremias 29:11). Portanto, se você cumprir as leis de Deus, além de conquistar a paz de espírito, caminhará para uma vida extraordinária.

Onde você busca sua paz? Está dando certo? Você se sente pleno? Você está caminhando para uma vida de realizações e prosperidade ou permanece estagnado?

Se qualquer situação desagradável é capaz de tirar sua paz, infelizmente você não a tem e, provavelmente, você está confundindo-a com a calma. A calma é passageira, a paz é permanente e independe do que acontece externamente a você, pois ela mora no seu espírito e é dada por Deus. O que Deus lhe dá somente Ele pode tirar e fará isso se você deixar de cumprir as leis divinas.

## **18. Insight da leveza**

**A vida é leve. Tudo que foge da leveza é resistência e tudo que resiste uma hora cansa.** Quantas vezes você já resistiu a alguma situação que, no fundo, sabia que não lhe fazia bem? Em situações como essa é inevitável ouvir uma voz, que vem de dentro, dizendo: “Por que você está fazendo isso?”, “Pare de insistir nisso”, “Chega!”.

Sempre ouvimos essa voz com mais força quando chegamos a um ponto crucial de determinada área da nossa vida, geralmente essa voz surge com mais frequência quando estamos próximos de tomar uma decisão.

Na verdade, quando chegamos a esse ponto, a decisão já foi tomada. Sempre que há uma dúvida, inconscientemente, já temos a melhor resposta e essa voz aparece para confirmar esse fato, na tentativa de nos guiar para o melhor caminho. A voz é a intuição.

Porém, medos e inseguranças nos cegam diante das resistências, ao ponto de preferirmos sofrer a tomar uma decisão. Com isso, a vida vai se tornando cada vez mais pesada, até que chega uma hora em que ela trava. Parece que mais nada flui, sentimos-nos presos, fica impossível caminhar rumo ao crescimento.

Quantas vezes você já insistiu em permanecer num trabalho, no qual se sentia infeliz? Quantas vezes você insistiu em permanecer num relacionamento que não fazia mais sentido? Quantas vezes você insistiu em manter amizades que lhe faziam mal? O que você ganhou com isso? Aposto que sentiu como se estivesse carregando uma pedra gigante nas costas.

Se você já superou seus medos e inseguranças criando coragem para tomar decisões, desejo que este insight sirva para lembrá-lo a continuar com essa atitude, mas se você permanece na resistência escolha dar atenção a sua voz e tome uma decisão. Não se permita ser escravo de seus medos e inseguranças, não aceite viver na resistência, você nasceu para viver uma vida leve!

**A prosperidade e abundância só são possíveis na presença da leveza.**

Se você deseja viver uma vida leve e em constante crescimento, decida-se a ouvir sua voz interna, confie nela e pague o preço da leveza com coragem para vencer seus medos e inseguranças. Desvencilhe-se de suas pedras. Acredite em mim, valerá muito a pena!

## 19. Insight do esforço maior

“Contemplai as aves do céu: não semeiam, não colhem, nem armazenam em celeiros; contudo, vosso Pai celestial as sustenta. Não tendes vós muito mais valor do que as aves?” (MT 6:26).

Essa frase dita por Jesus teve um impacto muito grande na minha vida, fez-me entender como minha fé era pequena e o quão errada era a minha forma de viver.

Decidi, então, fazer o que Jesus falou: passei a contemplar as aves do céu. Observei como elas voavam livres, leves e felizes. Não enxergava preocupação, pois elas simplesmente fazem o que nasceram para fazer: **voar**. E assim como Jesus disse reparei que tudo que elas precisavam estava ao seu dispor, como por exemplo as árvores para seus ninhos, para descansarem e para protegê-las das tempestades, as frutas para se alimentarem, os rios para se hidratarem. E tudo estava lá, sem elas fazerem esforço algum tinham tudo isso abundantemente.

Então pensei comigo que se Deus dá tudo abundantemente às aves sem elas precisarem correr atrás de nada, por que eu, que sou filho dEle, tenho que me esforçar muito para ter pouco? Essa conta não fecha e comecei a me perguntar: “o que estou fazendo de errado?”.

Depois de refletir muito sobre isso cheguei a uma conclusão: eu estava vivendo pelo esforço e não pela confiança. **O segredo da abundância é a confiança no Senhor.** E o que seria confiar no Senhor? Seria viver como os pássaros: livre, leve e despreocupado.

Quando tomei a decisão de viver dessa maneira meu jogo mudou completamente. Coisas que antes eu ralava para conquistar começaram a cair no meu colo de forma fácil e espontânea. Dinheiro inesperado, oportunidades de trabalho inesperadas, pessoas incríveis, sem contar a paz de espírito, felicidade e gratidão que tomaram conta do meu ser. Realmente senti que o Universo estava ao meu favor.

Isso aconteceu por um simples fato: decidi confiar nas palavras de Jesus. Talvez você, assim como eu fui um dia, seja uma pessoa que vive pelo esforço e não pela confiança e esteja vivendo uma vida tomada por tensão, cansaço e preocupações. Talvez você até esteja colhendo os frutos de seus esforços, mas não tem a sensação de leveza, de liberdade e de felicidade.

Não estou dizendo que você não deve se esforçar, até porque Deus ajuda quem age, o que quero dizer é que  **você não deve colocar seu esforço maior em correr atrás das coisas, coloque na fé e na confiança de que tudo está ao seu favor.** Fazendo isso seus esforços se potencializarão. Una-os a uma fé inabalável que a abundância será inevitável em sua vida.

Acredite, vivi isso na pele! Quando você toma essa consciência e decide pôr em prática, as coisas mudam rápido, você chegará a pensar: “será que mereço tudo isso?”. Mas, sim, você merece. Porque pagou o preço da abundância com a confiança no Senhor. Se fosse tão fácil adquirir essa confiança todo mundo teria uma vida abundante. Isso é para poucos! Não perca mais o seu precioso tempo correndo que nem louco atrás das necessidades da vida, decida confiar no Senhor e fazer o que precisa ser feito de forma leve e feliz, assim tudo virá até você.

## **20. Insight do confiar**

Este insight é uma continuação do anterior. Você deve estar se perguntando: “mas, como faço para conseguir confiar plenamente no Senhor?”.

Leia com atenção que aí vai a resposta:

**Vivendo o agora!** Coloque seu foco no momento presente. Esse é o único momento em que você, assim como as aves (do insight anterior), consegue viver com leveza e liberdade.

Chamo o presente de “zona do acontecimento”, porque é nele que tudo acontece. Somente no presente você consegue construir seu merecimento para receber o melhor do Universo. Já percebeu que apenas quando vivemos o agora somos capazes de observar com clareza o quão lindo é o mundo em que vivemos, como também sentir

essa beleza. É aí que você percebe o quão privilegiado é, simplesmente pelo fato de estar vivo, então o sentimento de gratidão toma conta de ti.

Não é isso que acontece quando nossa mente está no passado ou no futuro. E por que temos a tendência de mantermos a mente em estados de espírito desfavoráveis à vida abundante? Porque deixamos que medos e preocupações tomem conta de nós.

Quando você vive o agora esquece os medos e preocupações e simplesmente vive, assim, é capaz de se conectar com o Criador. Essa é a única forma de demonstrar confiança nEle. **Confiar no Senhor é viver o presente.**

## **21. Insight do correr atrás**

*Não corra atrás dos seus sonhos, trabalhe para atraí-los até você.*

Correr atrás dos seus sonhos só fará você perder tempo, o qual você deveria usar para trabalhar com inteligência e constância até estreitar a distância entre vocês. Quem gasta energia correndo atrás fica sem nenhuma para, de fato, fazer o que é preciso ser feito. Correr atrás é desgastante, repare como você fica quando corre atrás de alguém.

A própria expressão “correr atrás” faz seu cérebro entender que é algo difícil. Mude a expressão “correr atrás” para “trabalhar duro”, assim, você se colocará como responsável, aumentando seu poder pessoal e, conseqüentemente, facilitando sua conquista.

Põe na sua cabeça que **você não nasceu para correr atrás de nada, nasceu para atrair tudo.**

## **22. Insight do merecimento**

**Cada um tem aquilo que merece.** Essa frase pode parecer um tanto incisiva, mas é a pura realidade. O Universo nunca erra, suas leis são perfeitas e se tem uma

coisa que Ele preza é a justiça. Acredite, você jamais receberá do Universo algo que não mereça, a vida que você vive e as coisas que possui hoje, são seus méritos.

A questão é: você está feliz com os acontecimentos e com o rumo atual da sua vida? Você acredita que merece? Se não as merece, por que está acontecendo?

A resposta é simples, coisas que você acredita que não merece acontecem em sua vida porque você as tolera. Quando você tolera situações desagradáveis, está dizendo ao Universo: “é isso que eu mereço.” E se é isso que você, inconscientemente, acredita que merece é o que o Universo lhe dará.

Qual situação desagradável você vem tolerando? O que as pessoas mais fazem é se vitimizar pelas circunstâncias, mas não enxergam que o poder está nas mãos delas, a decisão de não tolerar é delas.

Uma frase que guardo comigo por ser a responsável de abrir espaço para o merecimento das boas coisas na minha vida é: **não tolere menos do que você acredita que merece.** Guarde essa frase com carinho em sua mente. Quando começar a praticá-la, verá que o pouco ou o medíocre não farão mais sentido para você e é aí que você estará dizendo para o Universo: “eu mereço o melhor!”.

## 23. Insight da periodização inteligente

Este insight ajudou muito a otimizar minha performance no processo de desenvolvimento pessoal. Sou muito determinado, quando decido fazer algo, dou o meu máximo. Sempre tive a crença de que para realizar um objetivo eu precisaria dar o meu melhor e, de certa forma, isso faz sentido. Porém, o **“máximo” costuma pregar peças em quem o utiliza massivamente.**

Eu mesmo fui vítima do “máximo” e demorei um tempo para enxergar a peça que ele estava me pregando. Demorei graças à crença de esforço máximo que mencionei acima, eu acreditava que tinha que dar o meu melhor a todo momento, mas tinham dias que não conseguia, o cansaço me dominava e junto dele havia os sentimentos de desânimo, tristeza e incapacidade, com isso, minha performance caía, sentia-me um fracassado. Já aconteceu isso com você?

Como sempre, nós temos uma voz interna que nos orienta ao melhor caminho, é a voz da consciência ou voz da identidade, mais conhecida como intuição. Essa voz falava: “Gabriel, descansa”. Falou-me por vários e vários momentos, mas como eu tinha a crença de esforço máximo enraizada, negligenciava-a. Minha crença estava conflitando com a realidade externa e isso estava me fazendo muito mal.

Quando percebi que estava no ápice do cansaço e minha performance já estava totalmente comprometida, resolvi enfrentar a crença e fazer o que a voz estava me dizendo. Fiquei totalmente afastado dos livros, dos estudos e das redes sociais por dois dias e procurei fazer coisas que me davam prazer. Dito e feito! Voltei às atividades totalmente renovado e mais inspirado, minha criatividade estava aflorada, resumindo, minha performance voltou melhor do que no início.

Da minha experiência, pode-se concluir duas lições:

- 1) **Jamais negligencie sua intuição** (vou retomar esse ponto, constantemente, nos próximos insights).
- 2) **Para tudo na vida se deve ter uma periodização inteligente.**

Mas, o que seria uma periodização inteligente? Da mesma forma que atletas profissionais precisam periodizar seu treinamento para evitar lesões, fadiga excessiva e para manter performance máxima com eficiência, nós também precisamos periodizar o treinamento da nossa mente. A mente é como uma máquina.

Quando uma máquina trabalha em potência máxima por determinado tempo, se não realizar a manutenção, a máquina perderá o rendimento. Assim, a mente humana funciona da mesma forma, precisamos realizar a sua manutenção. Então, quando sentir que está no limite, não insista, desacelere seus pensamentos, cobre-se menos e viva com leveza. Suas metas lhe agradecerão por isso.

## **24. Insight do autojulgamento**

*O autojulgamento é a pior arma contra o amor-próprio.*

Quando criamos um ambiente interno de julgamento constante, torna-se impossível mantermos uma relação harmônica com nós mesmos. **O autojulgamento nos transforma em carcereiros da nossa própria prisão.**

Se você prestar atenção perceberá que desde as coisas mais simples do cotidiano até as mais complexas da vida, estamos o tempo todo fadados a nos autojulgar. “Eu não deveria ter feito isso”; “Eu poderia ter feito diferente” “Eu sou fraco”; “Eu sou burro”; “Eu não consigo”. Você costuma se dizer essas frases? Se você diz ser uma pessoa que sente amor-próprio, mas vive dizendo essas frases para si, sinto lhe dizer, mas você não se ama verdadeiramente.

Entenda que **todas as atitudes e ações realizadas por você são condizentes com a pessoa que você é.**

Você fez porque era, simplesmente, o que você tinha a capacidade de fazer naquele momento. Quando você entende isso as coisas ficam muito mais leves, você passa a aceitar quem você é e, **somente quando você se aceita, é capaz de se amar.** Nesse sentido, quando você se ama também é capaz de amar o próximo.

É impossível amar o próximo sem antes amar a si. Você só conquistará o amor-próprio na ausência do autojulgamento. **Não há amor na presença do julgamento.** A frase que comprova isso é: “Ame o próximo como a si mesmo” (MT 22:39). Por isso, troque o julgamento pela aceitação. Quando você realiza essa troca, também começará a aceitar o próximo, deixando de julgá-lo. Tanto o seu relacionamento consigo, quanto com o próximo, se tornarão prósperos e saudáveis.

**Aceite quem você é, mas busque sempre ser alguém melhor.** Essas são as melhores formas de demonstrar amor-próprio.

## **25. Insight da pessoa boa**

Quantas pessoas boas você conhece que vivem na miséria, na pobreza e na escassez? Pessoas que fazem de tudo para agradar ao próximo, mas sua vida nunca prospera? Já se perguntou por que isso acontece? Talvez você seja uma pessoa boa.

Quando uma pessoa se preocupa muito em ser boa para o próximo, na verdade o que ela deseja é a possibilidade de curar o sentimento de invalidez que sente de si, sua motivação real não é fazer o bem pelo simples ato de fazer o bem, mas, sim, para saciar seu próprio ego.

Essa pessoa não tem coragem de olhar para dentro de si com verdade e fazer o que precisa ser feito para curar o mal pela raiz, ela se ilude nessa busca descontrolada de fazer o bem tentando curar o mal pela copa da árvore. Isso jamais funcionará. O que essa pessoa colherá agindo dessa forma é uma falsa sensação de reconhecimento e amor, porque no fundo ela continuará se sentindo inútil e desvalorizada.

**Aquilo que fazemos ao próximo com intenção de promover o próprio bem-estar é egoísmo.** Você acha mesmo que num mundo onde há tanta abundância disponível o Universo a disponibilizará a quem é egoísta? **Somente os abundantes de coração terão acesso à toda abundância disponível.**

Será que você olha com verdade para dentro de si? Será que você é egoísta sem perceber? A maioria das pessoas boas não percebe que age de maneira egoísta. Talvez você seja essa pessoa boa e agora entende o porquê você pratica o bem e não recebe o mesmo.

Se esse é o seu caso, decida olhar para si com VERDADE, peça ajuda a Deus, Ele o conhece mais do que você mesmo e sabe de toda a sua verdade. Ele o ajudará a curar o mal pela raiz e com isso você abrirá as portas da abundância para sua vida. Olhar com verdade para si dói, mas liberta. Confie em mim, vale muito a pena passar por esse processo.

## **26. Insight da ajuda**

Este insight foi um dos que mais me ajudou no processo de desenvolvimento pessoal. Depois que adquiri consciência dele, tudo na minha vida mudou bruscamente. Então, preste muito atenção, lá vai o insight: **exatamente tudo que te acontece é para te ajudar.**

Quando digo tudo, é tudo, até mesmo as situações negativas. Deus é amor e prova a todo momento que te ama, colocando situações desafiadoras na sua vida. Ele faz isso simplesmente para que você possa aprender e evoluir a partir do aprendizado. Deus quer vê-lo gigante!

**Tudo acontece para que você aprenda e possa evoluir.** Ter consciência disso me faz sentir amado por Deus como eu nunca havia sentido e minha relação com Ele se tornou íntima. **Quando você entende que tudo que acontece é para seu crescimento a gratidão se transforma em rotina.**

Comecei a viver um novo estilo de vida, alicerçado na gratidão e junto dela vieram a plenitude, a alegria, o bem-estar, a paz, o entusiasmo e a liberdade. Posso afirmar que isso sim é uma vida abundante, isso sim é ser rico.

Se hoje você é estressado, amargurado, insatisfeito, reclamão e ingrato é porque, sem sombra de dúvidas, você ainda não possui essa consciência, isto é, não enxergou que cada situação que acontece contigo carrega uma oportunidade de aprendizado e, conseqüentemente, de crescimento.

Olha que incrível descobrir que a cada dia de sua vida você tem oportunidades de se tornar maior. Comece a pensar dessa maneira, saia do papel de vítima reclamona e decida enxergar as diferentes ajudas que estão disponíveis para você. Só dessa forma você crescerá para suportar uma vida maior. Posso garantir que sua vida mudará muito.

## **27. Insight do pedir**

"Peçam, e será dado; busquem, e encontrarão; batam, e a porta será aberta. Pois tudo o que pede recebe; o que busca encontra; e àquele que bate, a porta será aberta" (MT 7:7-8). Essa passagem da palavra quebra o paradigma: "Agradeça mais e peça menos".

As pessoas têm o costume de enxergar o pedido como algo inconveniente ou egocêntrico, essa é uma ideia totalmente equivocada. Observe o que está escrito na passagem: "Peçam, e será dado (...)". Se será dado, então, por que não pedir? Deus se agrada com nossos pedidos. Sabe por quê? Porque, isso demonstra fé Nele.

Você pediria dinheiro a um mendigo? Claro que não, porque não acredita que ele tenha para lhe dar. Só pedimos algo a alguém se soubermos que esse alguém nos dará. Mude o paradigma de “agradeça mais e peça menos” para: **Agradeça mais e PEÇA MAIS.** Não tenha receio de pedir! Confie na palavra.

Esse receio vem do seu ego que o faz acreditar que pedindo mais você será arrogante, egocêntrico e egoísta, então você não pede para não se sentir dessa forma. Na verdade, você se tornará exatamente assim se não pedir. Pedir é sinal de humildade. Peça ajuda, peça orientação, peça auxílio, peça sabedoria, peça o que quiser, pois será dado. Acredite!

## **28. Insight do enxergar**

Pegando o gancho do insight anterior, compartilharei agora um dos insights que mais abriram minha mente e me ajudaram a prosperar.

Agora que você já sabe que deve pedir sem medo é de extrema importância que fique atento a uma palavra: ENXERGAR. Se lembra que tudo o que pedir será dado? Então, inevitavelmente, seu pedido virá até você.

A questão é que o Universo trabalha de forma não convencional. Mas, como assim? Quando pedir algo, isso não cairá do céu em seu colo, como por exemplo, quando você pede 50 reais para um amigo e ele te dá na mesma hora. **O Universo sempre realizará seu pedido, não lhe dando diretamente aquilo que você pediu, mas, sim, criando oportunidades para que VOCÊ aja e o receba.**

Quando você entende a forma que o Universo trabalha, tudo muda, porque você começa a prestar atenção em tudo que acontece ao seu redor, sempre procurando uma oportunidade para estreitar seu caminho até seu desejo. Você passa a usar uma habilidade que a maioria das pessoas não usa: enxergar com os olhos da mente. Enxergando com os olhos da mente você será capaz de agir assertivamente para receber o que pediu.

Esse insight é poderosíssimo, teria sucesso maior do que realizar os seus desejos? A ajuda sempre virá, os sinais sempre aparecem, o segredo é prestar atenção para ser capaz de enxergá-los.

## 29. Insight do detalhe

Seguindo o insight anterior, você leu que prestar atenção é essencial para enxergar as oportunidades que o universo lhe oferece, mas a questão é: prestar atenção no que?

A palavra-chave é: **detalhes!** Sua atenção deve estar neles. **Os detalhes são quem formam o todo.** Por exemplo, uma pintura é feita do acúmulo de pequenos detalhes; um ser humano é feito de detalhes; o término de um relacionamento acontece pela negligência de detalhes; uma demissão pode ocorrer pela omissão de detalhes. Tudo é construído ou destruído a partir de detalhes. Sabendo-se disso, se você enxergar os detalhes, conseguirá identificar como um problema nasce e como ele pode ser resolvido. Tem noção do poder que há nisso?

Se você começar a colocar sua atenção nos detalhes da vida, além de facilitar o caminho para realizar seus desejos, você se tornará mestre em resolver problemas, tanto os seus, quanto os dos outros e, só tem um caminho para quem tem essa capacidade: a prosperidade. As pessoas mais bem sucedidas, as que realizam seus desejos e prosperam tanto pessoal, quanto financeiramente, são as que possuem tal capacidade.

Você presta atenção nos detalhes de cada situação imposta pela vida? Às vezes, focamos tanto em procurar respostas em algo extraordinário que a visão embaça para as respostas mostradas nos detalhes. Você quer encurtar o caminho para seus desejos? Foque nos detalhes. Você quer resolver seus problemas? Foque nos detalhes. Você quer prosperar ajudando pessoas? Foque nos detalhes.

Parece clichê, mas é incrível como as pessoas não prestam atenção nos detalhes. O simples fato de negligenciar as minúcias da vida, tornam-na tensa, complicada e com isso, acabamos nos enchendo de medos e preocupações, a vida trava. Quer viver uma vida mais leve e próspera? Preste atenção aos detalhes.

### 30. Insight do desejo profundo

Mostrei no insight 27 que você não deve ter medo de pedir, que Deus se agrada com pedidos e está disposto a ajudá-lo, Ele te quer feliz, pois te ama. Porém, há uma condição para que seus desejos sejam realizados, eles devem ser verdadeiros. Não adianta tentar escondê-los de Deus, por mais “perversos”, “bobos” ou “impossíveis” que sejam, Deus já os conhece. Sabe por quê? Porque Ele mora dentro de você.

Deus sabe de coisas que nem você sabe sobre si. Qual o sentido de você omitir seus desejos mais profundos se é impossível escondê-los? Até quando você os negligenciará? Até quando ficará pedindo coisas superficiais? Essa é mais uma armadilha do ego querendo fazê-lo pagar de bom samaritano. Chega de ser um mentiroso com “eguinho” inflado!

Peça com verdade, peça com transparência, peça com vontade, peça com fé, **não tenha medo de pedir o que está no fundo de seu coração, Deus já sabe o que tem lá.** Você daria algo para alguém sabendo que a pessoa não pediu o que realmente desejava? Deus também não fará isso! Então, peça com verdade, confie no Senhor e Ele moverá tudo a seu favor.

“Deleita-te no Senhor, confiar Nele, e Ele fará tudo que seu coração deseja” (SL 37:4).

### 31. Insight da verdade

*Você jamais conseguirá ser verdadeiro com alguém sem antes ser verdadeiro consigo.*

Quantos casos você já ouviu sobre relacionamentos que acabaram porque depois de um tempo a pessoa “mostrou quem realmente ela era”? Esse é apenas um dos inúmeros exemplos que explicam o estrago que gera a falta de verdade.

**Entenda que toda reciprocidade, amor, perdão, carinho, respeito, reconhecimento e valorização que você espera, mas não recebe, está nas omissões e mentiras que você conta para si mesmo.** Enquanto você não encarar com verdade seus defeitos, falhas, pontos fracos, valores, desejos profundos e quem realmente você é, todos os sentimentos bons pelos quais você anseia serão barrados pelo muro da mentira que você criou. Somente passará por esse muro os sentimentos mentirosos que vão te iludir por determinado tempo.

Assim, a conta é simples: **aquilo que você tem é aquilo que você dá e, o que você dá é aquilo que recebe.** Se você está carregado de mentiras, será mentira que você dará e, conseqüentemente, mentira que receberá.

Todo mentiroso é medroso. O medo de olhar para si com verdade gera uma vida de mentiras. A coragem é íntima da verdade. Então, para mudar uma vida de mentiras a única coisa que funcionará é ativar a coragem que está adormecida dentro de você e encarar o seu eu profundo com verdade!

**Apenas na presença da verdade sua vida prosperará.**

### **32. Insight da inveja**

*Por trás de toda inveja existe um desejo não realizado.*

A inveja é um dos sentimentos mais disfuncionais do ser humano, ela vai contra toda a naturalidade da vida. Num mundo ideal, as pessoas se alegrariam com a conquista de seu próximo, mas no mundo real não é bem assim que acontece.

A inveja é como uma grande bolha que o envolve e que impede a prosperidade de chegar até você. Só que o mais importante do que saber o que a inveja causa, é saber o porquê ela está sendo manifestada. Somente assim você conseguirá eliminá-la de sua vida.

Sabendo-se que a inveja surge pelo seu desejo não realizado, mas que outra pessoa o realizou, a questão é: por que você não realizou seu desejo? **Saiba que um desejo só não se realiza por causa da autossabotagem.** E toda autossabotagem é

criada por algum tipo de medo. Procrastinação, preguiça, acomodação e perfeccionismo são alguns dos principais sabotadores dos seus desejos, pois eles não permitem que você realize o que deveria: agir. E todos esses sabotadores são criados por algum medo.

Muitas das vezes esses medos são inconscientes e você não entende o porquê não consegue agir para realizar o que deseja. Com isso, fica dando desculpinhas. Então, vai aí o insight para você eliminar a inveja da sua vida:

Olhe para a pessoa que conquistou o que você gostaria de ter conquistado e preste atenção no que ela fez para conseguir, a diferença entre você e ela estará nessa atitude observada e, então, o que ela fez e você não, é a resposta dos seus medos. Quando você identificar quais são os seus medos, basta modelar as ações dessa pessoa e você também conquistará.

Dessa forma, você perceberá que a inveja que sentia, transformar-se-á em gratidão e que o erro estava em você o tempo todo.

### **33. Insight do invejado**

No insight anterior tratamos sobre a inveja, aquela que é criada por você. Neste insight vou lhe ensinar como proceder com a inveja alheia.

Você é uma pessoa muito invejada? Quando você sente que está sendo invejado, qual sua atitude? Muitas pessoas permitem ser encarceradas pela inveja alheia, mal sabem elas que a inveja alheia é uma grande aliada. Quem souber usá-la ao seu favor se sentirá leve, feliz e grato. **A inveja alheia é um medidor de progresso!**

Tem coisa melhor que saber que você está prosperando? Quando as pessoas veem a árvore grande e forte que você está se tornando elas se sentem “atacadas”, pois ainda são pequenos brotos. Você está conseguindo o que elas mais queriam: crescer.

Não se diminua perante a inveja alheia, sinta-se feliz, agradeça e continue crescendo, sem medo de mostrar suas conquistas. **Todo crescimento deve ser compartilhado.** Pessoas sábias verão suas conquistas como inspiração, pense nessas

peças, na contribuição que você dará para com o crescimento delas. Não se importe com os invejosos, deixe que “se matem” entre eles.

Pensar dessa forma não permitirá que a inveja alheia encarcere suas conquistas, você será capaz de viver seu crescimento sem a falsa “culpa”, que os invejosos lhe impõem e, com isso, curtirá o seu progresso da melhor maneira.

### **34. Insight da morte**

O que o mundo perderia se você morresse hoje? Essa pergunta nos faz refletir mais sobre a vida do que a própria morte. Vou refazer a pergunta: **o que você faz na vida que torna o mundo um lugar melhor?** Essa simples questão o fará pensar em suas atitudes e o ajudará a encontrar um sentido para sua vida.

Será que você usa todo seu conhecimento para contribuir com um mundo melhor? Será que busca mais conhecimento para poder agregar valor ao mundo? Será que você usa seu conhecimento para pensar somente no seu crescimento pessoal? E se você usa seu conhecimento para crescer sozinho, qual o sentido? Isso lhe faz bem?

Por que não contribuir mais para o mundo? O que te impede de fazer isso? Depois que você morrer, o que restará de ti? As pessoas conseguirão se beneficiar de um legado deixado por você? Ou você simplesmente desaparecerá como poeira?

Você quer que a essência de uma vida plena, vivida intensamente, seja lembrada e repassada a outras pessoas para ajudá-las ou você não se importa com isso? Será que faz mais sentido temer a morte ou temer o fato de não viver sua melhor versão? **Porque se você não busca sua melhor versão, na verdade, você já está morto.**

Esse insight é intrínseco, resolvi deixar essas perguntas para que você mesmo tire suas próprias conclusões. Tenho certeza de que o mínimo que vai acontecer após suas reflexões é a mudança das suas atitudes perante a sua vida.

### **35. Insight do permita-se**

Quantas vezes você deixou de comprar algo de melhor qualidade por ser mais caro? Quantas vezes você deixou de ir a bons restaurantes pelo preço? Quantas vezes você teve pensamentos de grandeza, conquistas e realizações, mas logo os dispersou dizendo a si “não viaja”.

**Entenda que você jamais merecerá a abundância se não se permitir, ao menos, experimentar o mínimo do próximo nível.** Quando você deixa de ofertar qualidade a si, está mostrando ao Universo que é isso que você merece e, portanto, é isso que acaba recebendo em troca.

Trate-se com carinho, procure o melhor para si, desde as pequenas coisas do dia a dia até os momentos de lazer e trabalho. Não estou dizendo para você sair gastando todo seu dinheiro desenfreadamente, mas se permita fazer algo que nunca fez, ao menos uma vez por mês ou a cada quarenta e cinco dias para não comprometer suas finanças. Ao invés de comprar sempre a mesma cerveja/vinho, ir sempre ao mesmo restaurante, viajar sempre para o mesmo lugar, comprar sempre as mesmas comidas ou os mesmos produtos de beleza, permita-se experimentar a sensação de estar num próximo nível.

**Troque o “medo de ficar sem” por coragem para ter o melhor.** Quando fizer isso, você sairá da mentalidade de escassez e irá para a de abundância. Assim, a sensação de merecimento elevará e você estará apto para receber o melhor.

Use esse insight na sua vida, planeje-se para aplicá-lo. Você perceberá que em pouco tempo não se contentará mais com o medíocre e, então, todas as suas ações conscientes e inconscientes serão a favor de uma vida abundante.

### **36. Insight da atração**

Você percebeu que quando pensa muito em algo você atrai? Por exemplo, quando você quer comprar um carro você pesquisa tudo sobre ele e sua mente fica focada em conquistá-lo, assim, ao sair de casa você não para de ver o modelo do carro desejado na rua. Outra situação é quando você tem muito medo de ficar doente, por

conta do seu trabalho, então, seus pensamentos focam em não adoecer e no fim você adoece.

Isso acontece porque você alinha seus pensamentos ao desejo (no caso do carro) e ao medo (no caso da doença) e, quando você une os pensamentos e os sentimentos a uma frequência repetida, você acaba os atraindo de forma materializada.

Esse é um dos nossos incríveis poderes, nada mais nada menos que a lei universal da atração. Entenda que você atrai coisas vinte e quatro horas por dia, pois a todo momento você pensa e sente, até mesmo quando dorme. Imagina o impacto que isso tem na sua vida e os benefícios que você colherá se souber usar esse poder a seu favor!

O problema é que a maioria das pessoas não sabe usar esse poder da forma adequada. Pelos exemplos que mencionei, ficou claro que tanto o desejo quanto o medo são ATRATIVOS e é exatamente esse ponto que quero que você entenda.

Lá vai o insight: sabendo-se que o desejo e o medo unidos a pensamentos repetidos (ou dominantes) são ATRATIVOS, **não seria mais inteligente você focar no desejo e na esperança ao invés de colocar seu foco em temer o que não quer?**

Tenha consciência disso, comece aplicar na sua vida e estará pronto para receber bênçãos do Universo. Funciona para mim e tenho certeza de que funcionará para você. Mas, a questão é: como fazer para mudar o foco para o lado certo? A resposta é simples: mude seus pensamentos, pois deles nascem os sentimentos e, assim como você aprendeu é a união dos dois que atraem tudo até você. Fuja do pensamento negativo e corra para o positivo, tenha força de vontade, treine até mudar seu padrão de pensamento, afinal, a decisão é sua! Não é fácil, mas vale muito a pena.

### **37. Insight da decisão**

Sem sombra de dúvidas a decisão é a capacidade mais poderosa que o homem possui. E não é à toa, pois foi Deus quem a criou quando nos deu o livre arbítrio. Somos

os únicos seres da natureza que têm o poder de decidir, o restante age por instinto. A cada segundo da nossa vida tomamos decisões.

Quando surge algum pensamento negativo você decide continuar alimentando-os ou trocá-los por positivos, assim como você decide se vai estudar ou não, se vai acordar mais cedo ou mais tarde, até mesmo não fazer nada é uma decisão. Esses foram alguns míseros exemplos de decisões que tomamos diariamente.

Guarde esta frase: **sua vida é resultado das decisões que você toma.** Acredito que não seja novidade para você, mas é necessário entrar nesse pensamento para que você compreenda o insight poderosíssimo que vem a seguir.

Muito se fala da decisão em si, mas pouco se fala de onde ela surge. Então, lá vai o insight: toda decisão é uma ação, toda ação é fruto de um sentimento e todo sentimento é fruto de um pensamento. Ou seja, a decisão nasce na mente e é conduzida por sentimentos até se tornar ação. **Logo, se sua vida é resultado das decisões que você toma, também é resultado daquilo que você pensa.**

Era exatamente isso que Jesus quis que entendêssemos quando disse: “Acima de tudo, guarda seu coração (mente), pois dele depende toda a sua vida” (PV 4:23). Decida-se pensar positivamente, assim serão gerados sentimentos positivos e conseqüentemente ações e resultados positivos. O poder está em suas mãos.

### **38. Insight da não ajuda**

*Não queira ajudar se a pessoa não lhe pedir ajuda.*

Essa foi uma lição valiosa que me ajudou muito a melhorar meus relacionamentos interpessoais. Sempre gostei de ajudar as pessoas, não para alimentar meu ego, mas, sim, porque isso fazia parte do meu ser. No entanto, comecei a perceber que boa parte dessas pessoas (geralmente as mais próximas) não recebiam minha ajuda com gratidão, sentia um ranço da parte delas em relação a mim, era como se eu estivesse as ferindo e não as ajudando. Eu entregava uma solução na cara da pessoa, mas ela dava um jeito de se vitimizar, contando mentirinhas para justificar seus erros e

ainda me atacava com críticas e julgamentos. Tenho certeza de que você também já passou (ou passa) por isso.

Por ainda não ter inteligência emocional, eu ficava muito chateado com essa situação, acreditando que eu era quem estava errado. E posso te dizer uma coisa? Eu estava! Quando evolui emocionalmente descobri que **na verdade quem me atacava não eram as pessoas, era o ego dessas pessoas.**

Qualquer um, em sua essência, está disposto a receber ajuda e a reconhecer com gratidão. Porém, o ego a cega com orgulho e soberba. E o resultado disso são os “ataques”.

**Não vale a pena “lutar” contra uma pessoa cega pelo ego.** Não se desgaste emocionalmente tentando ajudar um ego inflado. É perda de tempo e energia. A única pessoa que pode desarmar um ego inflado é a dona dele. A não ser que essa pessoa vença seu ego com humildade para lhe pedir ajuda, deixa-a resolver seus problemas sozinha. Acredite, essa também é uma forma de amar.

### **39. Insight do “céu” e “inferno”**

Primeiramente quero alertá-lo que este insight lhe parecerá totalmente contraintuitivo e que muito provavelmente virará uma chave na sua mente.

Se você tem a imagem de um Diabo com chifres, de cara feia e um tridente, que mora nas profundezas do inferno tomado pelo fogo, sinto em lhe dizer, as influências externas conseguiram fazer o que queriam: aliená-lo. Esse Diabo não existe! Ele foi criado pelos religiosos apenas para lhe colocar medo, para que você andasse na linha, só que na verdade você se tornou escravo desse medo. Digo o mesmo sobre a imagem de um Deus velho, de cabelos brancos, envolto em nuvens e sentado num trono. Assim como Deus não habita o céu, o Diabo não habita o inferno. Céu e inferno são palavras elucidativas, ambos habitam sua mente: enquanto o céu é representado pela positividade, o inferno é pela negatividade. **O “céu” e o “inferno” vivem dentro de você e são manifestados de acordo com a forma que você utiliza sua mente.**

Sabendo disso, a forma como você utiliza sua mente te faz você viver no céu ou no inferno? Por que você acha que Deus sabe de todas as coisas sobre você e o Diabo usa as armadilhas mais traiçoeiras para aprisioná-lo? Como eles podem trabalhar de forma tão eficaz? Porque eles estão dentro de você! Você mesmo fornece tudo que precisam. Porém, não é possível servir aos dois, para servir um você precisa deixar de servir o outro.

Jesus explica nessa passagem da palavra: "Ninguém pode servir a dois senhores; pois odiará um e amará o outro, ou se dedicará a um e desprezará o outro" (MT 6:24). Jesus estava se referindo a Deus e ao Diabo, ou seja, à positividade e à negatividade. Assim, se Deus é a positividade e o Diabo é a negatividade e ambos moram na sua mente, qual é a forma servi-los?

Você serve a Deus quando possui uma mentalidade positiva, emitindo pensamentos construtivos e, conseqüentemente, despertando bons sentimentos, como o amor e a fé. Com essa atitude você viverá no céu. Quando você permanece com uma mentalidade negativa, você emitirá pensamentos destrutivos, despertando sentimentos ruins, como o medo, o ódio e, assim, você estará vivendo no inferno, servindo ao Diabo.

**Entenda que o Universo é você. O que você busca já está dentro de você.**

#### **40. Insight da “armadilha favorita do Diabo”**

No insight anterior você descobriu que o Diabo habita dentro de você, na sua mente, e tem poder quando você permite que a negatividade tome posse. Sabendo disso, fica claro porque ele é tão certo em suas armadilhas contra nós, já que ele possui acesso aos nossos gostos e desejos mais profundos e sabe exatamente quais são nossos pontos fracos.

Manter uma mentalidade positiva é a única maneira de se blindar contra ele. Porém, se fosse fácil adquirir essa mentalidade o mundo estaria livre de todo mal. Existe uma coisa que nos fortalece contra o mal e nos favorece a mantermos uma mente blindada: o propósito de vida. **Quando você tem um propósito de vida claro e definido e segue, massivamente, um plano de ação para realizá-lo, as chances de**

**ser persuadido pelo Diabo são praticamente nulas.** O propósito lhe dá clareza para realizar suas ações, direção para caminhar, proteção para seguir e força para resistir às tentações.

**O propósito é o pior inimigo do Diabo** e como ele sabe disso, faz de tudo para cairmos na pior armadilha: o prazer imediato. Essa é sua armadilha favorita. Assim, como ele sabe quais são suas fraquezas, gostos e desejos, utiliza-se gatilhos para te distrair do seu propósito com prazeres imediatos.

Sabe aquele tempo que você perde ficando horas nas redes sociais mesmo sabendo que deveria estar fazendo outra coisa naquele momento? Está aí um gatilho. **Toda pessoa que não vive um propósito é escrava do Diabo, ou seja, vive de prazeres imediatos.** O propósito está relacionado com a visão a longo prazo, que é totalmente o oposto do imediatismo.

Será que você vive seu propósito? Ou será que deixa a vida “a Deus dará”? Ou melhor, “ao Diabo dará”? Será que você é uma pessoa que tem visão clara e definida de longo prazo ou vive de prazeres imediatos? A coisa mais importante na vida é fazer o que você nasceu para fazer. Dentre bilhões de pessoas no mundo, somente você poderá fazer isso.

## **41. Insight da comparação**

*O mundo é feito de comparações. Tudo é comparação.*

Nos negócios você se compara com o concorrente, na vida pessoal você se compara às conquistas alheias, no relacionamento você se compara ao casal perfeito, nos esportes os atletas são comparados, nas redes sociais você se compara com os seus amigos ou com pessoas que admira/odeia. Enfim, o mundo é regido pela comparação.

Existem dois tipos de comparações: a construtiva e a destrutiva. A primeira é necessária para que você tenha parâmetros e possa crescer, geralmente, ela surge acompanhada da admiração e motivação. Já a segunda serve para afundá-lo em tristeza, desmotivação e desânimo e, geralmente, surge acompanhada da inveja. Qual tipo de comparação você aplica na sua vida?

É só você prestar atenção nos frutos colhidos: você se sente motivado ou tomado pela inveja ao se comparar? A comparação construtiva é íntima da humildade, já a destrutiva do ego inflado, ou seja, o orgulho propriamente dito. O orgulho distorce a percepção verdadeira da sua autoimagem, afasta-o da sua essência, da realidade e o aprisiona numa ilusão. Você pode até conquistar grandes coisas, mas o orgulho dará um jeito de tirar tudo de você. Será que você é uma pessoa humilde ou orgulhosa?

Refleta sobre essas questões e descubra que tipo de pessoa você é, alinhe sua percepção à realidade e abra caminho para grandes conquistas usando a comparação de maneira adequada.

## **42. Insight do elogio**

**Despreze elogios.** Essa frase pode parecer contraintuitiva, mas, acredite, desprezar os elogios é uma atitude sábia. Jesus foi o maior sábio que pisou na Terra e nunca se importou com elogios. Sabe por quê? Porque Ele tinha total clareza de quem Ele era e do que era capaz de fazer.

Pessoas que valorizam os elogios não têm uma imagem definida de si. Pensa comigo: se você sabe exatamente quem você é e do que é capaz, não importa o quanto o elogiarem, isso não fará diferença alguma para você (também serve para a crítica).

**O elogio é o alimento preferido do ego e o pior inimigo do seu crescimento.** Cuidado para não cair na armadilha do elogio. **Foque em ser melhor e não em ser reconhecido.** Isso lhe trará abundância de leveza para sua vida.

## **43. Insight da natureza**

**A natureza não tolera a inércia.** É só parar por um instante para perceber que tudo na natureza está em constante mudança, aquilo que não está crescendo está morrendo. Absolutamente nada na natureza está parado.

Fomos criados da natureza (ou se preferir, de Deus), logo, somos parte dela em vida e ao morrer é para ela que voltamos.

Se você observar, a natureza é extremamente rica, próspera e abundante. Os animais, as árvores, os céus, a terra e as águas têm tudo o que precisam. Mas, espera aí: se tudo que faz parte da natureza possui recursos de forma abundante, por que nós, seres humanos, que também fazemos parte dela, vivemos na escassez? Essa conta não fecha!

Tenho essa resposta na ponta da língua, provavelmente você nunca ouviu/viu isso, então preste atenção nas próximas palavras, pois elas virarão uma chave gigantesca na sua mente: nós somos os únicos seres vivos que temos o poder de livre escolha, que é o famoso livre arbítrio, então diferentemente dos outros seres, nós temos a opção de escolher viver de acordo (ou não) com a lei Universal da natureza, que é a lei do movimento.

A maioria das pessoas, mais precisamente 98% delas, está travada por medos, dúvidas, inseguranças, preguiça, procrastinação, ansiedade, depressão e ego inflado. Com isso, elas não conseguem cumprir a lei do movimento e quando não se cumpre uma lei não é possível ser merecedor dos benefícios que ela proporciona, por isso que ao invés das pessoas se tornarem reis na terra, acabam se tornando escravas.

“Deus os abençoou e lhes disse: "Sejam férteis e multipliquem-se! Encham e subjuguem a terra! Dominem sobre os peixes do mar, sobre as aves do céu e sobre todos os animais que se movem pela terra" (GN 1:28). Perceba nessa passagem da palavra como o próprio Deus nos deixou claro o direito de governar sobre todas as riquezas da natureza.

**Entenda que a prosperidade e a abundância são naturais e já são suas por direito, você só não as recebe por resistir à lei Universal.**

Enquanto você não decidir se desvencilhar de tudo que o trava e começar a se movimentar, mesmo que seja com passos pequenos, a prosperidade e abundância fugirão de ti. Não permita que isso ocorra, busque o que é seu! Abandone a resistência. **A mudança só acontece na presença do movimento.**

#### **44. Insight do abraço**

**Abrace seus sentimentos ruins.** Não os rejeite ou aceite, abrace-os. Quando você rejeita alguém acha que está se livrando dessa pessoa, mas quando deita a cabeça no travesseiro é exatamente essa pessoa que vem assombrá-lo. A rejeição não o liberta, pelo contrário, o aprisiona. Já quando você aceita alguém, isso não significa que você entrou em um consenso, você pode simplesmente aceitar essa pessoa e não aceitar as atitudes dela, então no primeiro deslize vocês entrarão em atrito. Somente aceitar dificulta a convivência.

**Para se relacionar saudavelmente com qualquer pessoa você precisa abraçá-la.** Abraçar alguém é entender que ele cometerá erros, o deixará mal e, mesmo assim, você optará pela convivência, sem críticas ou julgamentos. Quando faz isso, você simplesmente aprende a conviver com aquela pessoa e a partir daí o relacionamento começa a prosperar.

Nossos sentimentos funcionam exatamente dessa forma. Somos seres imperfeitos e é inevitável que sentimentos ruins apareçam diante de nós. Encare esses sentimentos como pessoas, quando algum deles aparecer, você já sabe que se rejeitá-lo ficará prisioneiro e se o aceitar chegará um momento que a convivência ficará insuportável, então escolha abraçá-lo. Essa é a única forma de se sentir em paz.

Pessoas que rejeitam seus sentimentos ruins colhem o estresse e a ansiedade. As que os aceitam colhem a depressão. E as que os abraçam colhem a paz.

Como você se sente? Estressado, ansioso, depressivo ou em paz? Bom, agora você já sabe o que fazer.

## **45. Insight da maneira**

As pessoas podem ter o mesmo tipo de trabalho e fazer as mesmas coisas, mas por que uns se destacam e outros não? Uns são reconhecidos e outros não? Uns enriquecem e outros não? A resposta não está no trabalho que eles exercem, mas sim na maneira como realizam. **A maneira como você realiza algo é o que o torna único. Ser único é ser você mesmo.**

Qual a diferença entre as pessoas que prosperam das que não prosperam? As primeiras confirmam sua unicidade sendo elas mesmas, já as segundas jogam essa riqueza no lixo copiando outras pessoas. Quando assumimos nossa unicidade sendo nós mesmos, fazendo as coisas à nossa maneira nos tornamos impactantes. E ser impactante é algo raro, por isso que esse tipo de pessoa prospera.

Se eu lhe perguntasse agora: quem é você? Quais são suas habilidades? Quais são seus pontos fracos? Você teria as respostas na ponta da língua? A maioria não sabe quem é, não tem noção do valor de unicidade que elas possuem.

**Ser impactante é ser único e para ser impactante você precisa ser você.** Assim, se você sente que é uma pessoa sem impacto para o mundo ou, como alguns dizem, sente-se um “peso no mundo”, isso ocorre simplesmente pelo fato de você não se conhecer. Você precisa ativar a unicidade que mora em você ativando sua identidade.

Olhe para dentro de si com coragem, verdade e humildade, mergulhe num processo de autoconhecimento, enfrente seus fantasmas, questione seus traumas, duvide de seus medos e crenças, decida ter uma relação íntima consigo. Não aceite mais viver na sombra de outras pessoas. Mostre sua verdadeira face, torne o mundo um lugar melhor através do seu impacto. **Quanto mais pessoas você impactar com o trabalho de sua essência, mais você prosperará.**

## **46. Insight do eu sou bom**

Afirmar para si que é bom, pode ser um grande perigo, pois sua mente pode criar um cenário hostil, incitando a comparação e o julgamento e, o tornará escravo da aprovação alheia. Além disso, o ego embutido nessa afirmação não nos permite trabalhar mais para que realmente fiquemos bons, afinal, segundo ele, já somos.

Tome muito cuidado com essa armadilha do ego. Não estou dizendo para você se achar ruim, **só preste atenção se suas afirmações vêm da autoconfiança controlada ou de um ego inflado.** É muito fácil se confundir, o ego tem a habilidade gigantesca de distorcer nossa realidade.

Será que as suas afirmações vêm da autoconfiança controlada ou do ego inflado? Para descobrir é fácil: os resultados que você colhe são positivos ou negativos? Você vive em constante crescimento ou está estagnado? Você atrai ou afasta as pessoas? Você tem uma relação de paz ou de inquietação consigo?

Responda as questões com verdade e descobrirá quem está governando: o ego ou você.

## **47. Insight do preciso ter/tenho que fazer**

Preciso ganhar mais dinheiro... Preciso ter esse carro... Tenho que fazer este trabalho... Tenho que acordar mais cedo...

Quantas vezes dizemos ou pensamos em frases como essas ao longo do nosso dia? É quase que um ato inconsciente de tanto que nos expressamos dessa maneira. E sabe o que isso gera? Pendências! E quando você tem pendências como se sente? Ansioso! Torna-se impossível relaxar. **Toda pendência gera ansiedade.**

Observe como seu pensamento fica acelerado quando você pensa em alguma pendência. Isso é destrutivo! Entenda que você não precisa ter, você não tem que fazer, você repete isso por um simples motivo: por não ter uma visão clara e definida, com um plano de ação e metas estabelecidas dos seus objetivos. Com isso, você fica totalmente sem rumo, como um cego no tiroteio, e dependendo das circunstâncias e não do seu poder pessoal. Além de despertar a ansiedade, isso também gera dúvidas, insegurança, medo e sabotadores que o distrairão como a procrastinação e, sendo assim, sua vida trava. E tudo o que você precisa fazer não acontece, porque você não faz nada para que aconteça.

Pega este insight: **o que você precisa ter é uma visão clara e definida do que quer unida a metas estabelecidas; já o que você precisa fazer é trabalhar massivamente para alcançar suas metas. Somente isso.**

Sendo assim, toda vez que os sabotadores baterem na porta da sua mente, você saberá exatamente quais devem ser suas ações e eles serão vencidos.

**Viver uma vida sem planejamento é o mesmo que viajar para um lugar que você não conhece sem GPS.**

#### **48. Insight do problema**

Todos nós temos problemas, faz parte da vida, mas na maioria das vezes eles se tornam grandes por não os aceitamos. Problemas que provavelmente eram pequenos, mas que por culpa da nossa negligência ou rejeição, acabaram se tornando gigantes assustadores. **Um problema só pode ser resolvido se você aceitar que o tem.**

Será que hoje você tem algum problema, seja ele, emocional, financeiro, espiritual, profissional, conjugal ou familiar que se tornou um gigante? Sinto lhe dizer que se isso é realidade na sua vida a culpa é 100% sua. E o que nos faz negligenciar nossos problemas? Orgulho!

Querer passar a imagem de uma pessoa perfeita que tem uma vida perfeita, que é forte, guerreira, batalhadora e autossuficiente, é simplesmente resultado de um orgulho disfuncional. **Todo problema nasce do orgulho.**

Negócios vão à falência por orgulho, pessoas se afundam em dívidas por orgulho, relacionamentos acabam por orgulho, famílias são destruídas por orgulho. É impossível você resolver um problema na presença do orgulho, pois ele o cega para a aceitação.

**O orgulho não permite a aceitação.** Pois, a aceitação de um problema só pode ser ativada com a humildade. **Pessoas humildes não deixam pequenos problemas se tornarem gigantes.** Se você tem algum problema gigante presente na sua vida é porque lhe falta humildade.

Humildade não é dom, é escolha. Então, escolha ser humilde, busque ajuda e vença seus gigantes.

#### **49. Insight da amizade íntima com Jesus**

Quem é que não gostaria de ser amigo íntimo de Jesus? Já pensou em ter intimidade com o homem mais sábio do universo? Imagina o quanto cresceríamos por estar perto dele. Apesar de parecer algo difícil, ser amigo íntimo de Jesus é muito fácil.

Pense em um amigo íntimo que você tem. Pense em como é a relação de vocês e por quais motivos vocês se tornaram tão próximos. Você perceberá que um amigo íntimo se importa com quem você é e não com o que você tem. Um amigo íntimo sabe ouvir e não se preocupa em contar suas vantagens. Ele não se importa em ser paparicado, valoriza sua presença. Então, é simples: para se tornar amigo íntimo de Jesus, aja exatamente dessa maneira.

- 1) Ame-o por quem Ele é
- 2) Ouça-o com atenção
- 3) Valorize Sua presença dentro de você honrando-o e obedecendo-o.

Lembre-se que Jesus é dono de toda riqueza, tanto material e emocional quanto espiritual. O que acha que Ele faria com essa riqueza se você fosse Seu amigo íntimo e a pedisse? Não é à toa que Ele diz: “(...) eu vim para que tenham vida e a tenham em abundância” (JO 10:10).

**Não perca mais tempo buscando amizades vazias, o melhor amigo que você pode ter está de braços abertos para recebê-lo.** E não o julgará ou criticará, apenas o acolherá do jeito que você é.

## **50. Insight do obedecer**

**Obedecer é: ouvir e agir.** Quando entendi isso comecei a colher os frutos da obediência.

Volte a sua época de infância: quando obedecia aos seus pais, ou seja, quando os ouvia e fazia o que eles mandavam você era recompensado. Podia demorar um tempo para essa recompensa chegar, mas ela acontecia. Ilustrei esse exemplo para que você entenda que, apesar de ser extremamente importante, não é sobre a obediência aos pais que quero lhe escrever, mas sim sobre a obediência a Deus.

Quando tomei consciência de que obedecer era ouvir e agir, passei a pedir a Deus que me fizesse ouvi-lo, isso fez uma diferença monstruosa na minha vida, afinal, se eu não ouvir como é que vou agir? E se eu não agir, como é que vou obedecer? E se eu não obedecer, como é que receberei minha recompensa?

Esse, sem dúvidas foi o melhor pedido que já fiz a Deus, pois sendo capaz de ouvi-lo, sou capaz de agir da forma certa e os resultados, ou seja, as recompensas que conquisto são extraordinárias. Para que você não fique curioso vou lhe contar algumas das recompensas que conquistei: paz de espírito, felicidade plena, um estilo de vida com gratidão, fui liberto de medos e preocupações que me atormentavam durante muito tempo, autoconfiança, entusiasmo, mais dinheiro (começou a surgir de fontes que eu nem imaginava), maior reconhecimento profissional, relacionamento familiar mais saudável e amizades construtivas.

Quantas pessoas você conhece que possui tudo o que listei acima? Provavelmente só as que obedecem a Deus. Isso se confirma na palavra: “Quem dera eles tivessem sempre no coração esta disposição para temer-me e para obedecer a todos os meus mandamentos. Assim tudo iria bem com eles e com seus descendentes para sempre!” (DT 5:29). **Acima de todos os seus pedidos para Deus, coloque o de ser capaz de ouvi-lo.** Garanto-lhe de olhos fechados que será a melhor coisa que você pedirá.

A questão é: como fazer para ouvir a Deus? Como Ele fala comigo? Essa resposta estará te aguarda no próximo insight.

## **51. Insight da voz de Deus**

Para criarmos um projeto temos que colocar nossa energia nele, por exemplo, para escrever este livro estou usando minha energia em cada palavra, ou seja, se minha energia está aqui, eu também estou. Com Deus funciona da mesma forma, para criar todo o universo e todos os seres vivos, Deus usou sua energia e se a energia Dele está no universo, Ele está em nós. Ou seja, Deus está em tudo e em todos, Ele mora dentro e fora de nós e é assim que Ele fala conosco, usa o nosso exterior através de sinais e pessoas, bem como o nosso interior através da nossa intuição.

O problema é que com a correria acabamos vivendo num piloto automático e tapando os ouvidos para voz de Deus. Com isso, nos sentimos como filhos desolados, perdidos, amargurados, atacamos Deus dizendo que ele não está nem aí para nós, que não nos ama e colocamos a culpa das coisas ruins que acontecem Nele.

Deus nunca se cala, o tempo todo está dando respostas às nossas perguntas, o tempo todo está de braços abertos para nos ajudar, afinal Deus é amor, Ele nos ama. Você acha que um pai que ama seu filho o deixaria na mão?

**A única coisa que precisamos fazer para ouvir a voz de Deus é prestar atenção.** O engraçado é que a única coisa que não fazemos durante nossos dias é prestar atenção, estamos sempre com a mente dispersa, talvez pensando em coisas do passado, os com preocupações futuras, menos vivendo o momento presente. **Para ser capaz de ouvir com clareza a voz de Deus você precisa estar no presente.** Pois, o presente é o único tempo em que você pode agir. Lembra que obedecer é ouvir e agir?

Se você não estiver no presente não será capaz de ouvir nem agir segundo a vontade de Deus, ou seja, não obedecerá. E como você sabe, **sem obediência não há recompensa.** Talvez você não esteja recebendo as recompensas que gostaria simplesmente pelo fato de não estar vivendo no presente. Mas, quer dizer que só vou conquistar meus objetivos se ouvir a voz de Deus? Não, você até os conquista da sua maneira, porém a recompensa não será plena. Sempre faltará algo, talvez você ganhe muito dinheiro, mas não terá paz; talvez você seja reconhecido socialmente, mas sua família estará destruída; talvez você faça muitos amigos, mas a relação com seus pais seja totalmente fria e talvez suas conquistas não permaneçam por muito tempo.

Releia o versículo do insight anterior, ele diz exatamente o que acontecerá com quem obedecer ao Senhor e prova o que acabei de dizer. Peça a Deus para te tornar capaz de ouvi-lo e Ele acalmará sua mente para que você possa estar no presente e prestar atenção em sua voz. Isso funcionou de forma extraordinária para mim e como somos iguais, temos a mesma energia criadora dentro de nós, tenho certeza de que também funcionará para você.

## **52. Insight do desfrute**

Quantas pessoas você conhece que vivem totalmente mergulhadas em suas metas e acabam deixando outras coisas importantes de lado? É comum ouvirmos casos de esposas reclamarem que seus maridos só pensam em trabalho, filhos que sofrem com a ausência dos pais ou pessoas que dizem estar tão atarefadas que não conseguem cuidar da sua saúde.

De que adianta conquistar seus objetivos profissionais se sua família está destruída? De que adianta ter muito dinheiro se você gasta boa parte dele comprando remédios? De que adianta ser reconhecido pela sociedade se seu filho não o reconhece? Pessoas assim jamais experimentarão o sabor adocicado da felicidade plena, porque sua vida nunca será completa. Essas pessoas aprenderam a se planejar de forma adequada, a trabalhar com eficiência, bater metas, liderar, mas não aprenderam o mais simples: desfrutar da vida. Elas só sabem viver por ações planejadas.

Desfrutar é viver por ações não planejadas, é simplesmente apreciar a vida e o momento. **Uma vida completa é feita de ações planejadas e não planejadas, ou seja, de propósito e desfrute.**

Será que você é uma pessoa que vive só de propósito e esquece de desfrutar ou vive somente de desfrutar e deixa o propósito de lado? Se você mantém equilíbrio entre essas duas extremidades, parabéns, você está entre as raras pessoas do mundo que são plenamente felizes. Mas, se não, entenda que a única maneira de viver uma vida leve e feliz é com propósito e desfrute em equilíbrio.

Um dia de desfrute tem o poder de recarregá-lo de vários dias desgastantes. Quando entender isso e começar a aplicar com sabedoria em sua vida, um peso gigante vai sair das suas costas e seu desempenho melhorará muito. Se o desfrute não fosse tão importante, Deus não o teria usado após ter criado o mundo: “No sétimo dia Deus já havia concluído a obra que realizara, e nesse dia descansou” (GN 2:2).

### **53. Insight da tranquilidade**

Sem tranquilidade você não conecta sua fé à realização, ou seja, à sua visão de futuro. Imagine que a fé é seu ponto de partida e a visão de futuro é o ponto de chegada.

Entre esses dois pontos há um vale e a única forma de você alcançar seu ponto de chegada é atravessando esse vale. Porém, você está a uma altura de dois mil metros e não tem como atravessar, então você percebe que só existe uma maneira de conseguir chegar ao seu destino: construindo uma ponte.

Sabe aquela história de “você vai com o pé que Deus coloca o chão”? É exatamente o que deve fazer. Mas, cuidado, você não dará passos com imprudência, impulsividade ou imediatismo, se fizer isso com certeza cairá da ponte, você precisa caminhar com tranquilidade.

**A tranquilidade é a ponte para sua bênção.** Onde há tranquilidade há fluidez. Perceba em seu dia a dia que quando você está tranquilo as coisas fluem, seu dia fica leve, é muito diferente de quando você está inquieto, ansioso ou nervoso.

Por que você acha que boa parte, na verdade a maioria, não chega ao ponto de chegada? Porque elas vivem do jejum da fé e com isso são dominadas pelo medo. Por isso, o medo é exatamente o oposto do que você precisa para caminhar tranquilo, assim, o que realmente necessita é uma fé inabalável.

A fé inabalável é que cria a ferramenta necessária para caminhar pela ponte com tranquilidade: a confiança. Com medo não há fé, sem fé não há confiança e sem confiança não há tranquilidade. Você ficaria tranquilo se soubesse que o piloto do avião que você está embarcado não é 100% confiável?

Na passagem da palavra que está em MT 14:29-30, aconteceu o mesmo com Pedro quando estava caminhando sobre as águas do mar: ele se apavorou, perdeu a fé, foi-se embora também a confiança, a tranquilidade e com isso, afundou-se. Mas, como criar uma fé inabalável? Com o ponto de chegada bem claro e definido, ou seja, com visão de futuro.

Percebe como inconscientemente um ponto está diretamente ligado ao outro? **Você precisa de visão clara para ter fé inabalável e, precisa da fé inabalável para chegar a sua visão.** Quando entender isso, descobrirá que a ponte já está construída, então se torna fácil caminhar com tranquilidade, pois agora você a vê. Se você não consegue ver a ponte significa que a sua fé e a sua visão não estão fortes o suficiente para interconectá-la. Assim, você não consegue ter confiança e tranquilidade para decidir caminhar.

A questão é: qual é o medo que está te impedindo de interconectar sua ponte? Qual é o medo que está destruindo sua tranquilidade? Enquanto você não decidir vencê-lo jamais chegará do outro lado.

Até quando você será a plateia da conquista dos outros? Tome uma atitude para se libertar de uma vez por todas do seu ponto de partida.

## **54. Insight dos 3Is**

No insight anterior utilizei a parábola da ponte para exemplificar o processo da nossa vida. Neste insight vou contar as três coisas que me fizeram cair da ponte.

Depois que enxerguei determinadas coisas minha vida melhorou muito, desde o nível emocional até o nível financeiro. Mas, antes de enxergá-las eu caí, a ponte era alta, me machuquei muito, no entanto quando eu estava no fundo do vale, assim como fez com o discípulo Pedro quando ele estava afundando, Jesus estendeu sua mão para mim. Isso me fez recomeçar meu processo, porém, agora com consciência das coisas que me destruíram e aqui estou escrevendo este livro para ajudá-lo a se manter firme em cima da ponte.

Você deve estar olhando para o título desse insight e se perguntando: por que 3Is? Os três “Is” representam as três coisas que me fizeram cair da ponte, que são: impulsividade, imprudência e imediatismo. Essas três palavrinhas que começam com a letra “i” são as piores vilãs de quem está caminhando sobre a ponte. Elas nos cegam totalmente para ter sucesso em qualquer empreendimento em nossa vida. Elas são o oposto do que precisamos para permanecermos firmes sobre a ponte, que é tranquilidade, cautela e visão.

E sabe quem gerencia essas três atitudes vilãs? O ego! Um ego disfuncional distorce totalmente a realidade dos fatos, fazendo com que achemos que somos super-heróis; trazendo a autoconfiança descontrolada e a autossuficiência, ele nos prende num mundo de ilusões, no qual somos o personagem principal que realiza tudo facilmente e por estarmos nesse mundo somos capazes de ouvir apenas o nosso próprio ego, logo,

deixamos escapar conselhos dos que nos amam, que estão vindo de fora a realidade e querem nos ajudar.

Fique muito atento ao que dizem aqueles que te amam. Não cometa o erro de negligenciar os conselhos. Não estou dizendo para você fazer tudo que eles falam, mas para atentar-se. **Quando estamos prestes a cair da ponte, Deus usa pessoas ou situações para nos ajudar**, mas se estamos cegos pelo ego não somos capazes de enxergar a ajuda.

É extremamente importante que você se atente a esse ponto para que não caia da ponte e retarde sua vitória. Fuja dos 3Is com tranquilidade, cautela e foco na visão. Fazendo isso você impedirá o ego de cegá-lo e poupará tempo de sua vida.

## **55. Insight da realidade**

Quantas pessoas nesse mundo vivem uma realidade que não suportam, não gostam do seu trabalho, não moram na casa que gostariam, não ganham o quanto gostariam ou não tem o corpo que gostariam. É tanta insatisfação que a única coisa que elas fazem é reclamar, murmurar e se vitimizar.

A realidade que você vive hoje lhe agrada? Como você a encara? Será que você é como a maioria que vive reclamando?

Observe o que Jesus disse na seguinte passagem da palavra: “(...) Neste mundo vocês terão aflições; contudo, tenham ânimo! Eu venci o mundo” (JO 16:33). O mundo que Jesus menciona é a realidade. Ele deixa explícito que em nossa realidade teremos aflições, mas diz para as encararmos com bom ânimo. Veja só, o homem que venceu a realidade mais cruel da história nos aconselhando a ter bom ânimo. Percebe como não faz sentido viver insatisfeito, reclamando da sua realidade? Você só ganha amargura, rancor, tristeza e inveja agindo dessa forma. Siga o exemplo de Jesus, Ele venceu a realidade cruel.

**Mesmo que você não viva a realidade que gostaria é essa que você tem para viver hoje, então viva com bom ânimo, faça dela a melhor possível.** Até quando viverá seus dias reclamando de tudo? Quando você menos perceber já se passaram anos

e você ainda continua preso à mesma realidade, porque se preocupou mais em reclamar do que em agir para transformá-la. Dê um basta nas reclamações, confie no conselho de Jesus, decida-se viver com entusiasmo, será a partir daí que sua realidade se transformará.

## **56. Insight da escassez**

Às vezes acontecem imprevistos no dia a dia e falamos da seguinte maneira: “Nossa, vou ter que gastar com isso!”. Muitas das vezes são imprevistos com coisas que utilizamos frequentemente. Assim, por “não querer gastar com isso” acabamos aceitando conviver com determinada situação sem resolver o problema. Por exemplo, o som do carro quebra, aí você vai deixando daquele jeito por meses por não querer gastar, pode ser uma coisa simples como manter uma escova de dentes velha só para não gastar com outra. O engraçado é que você gasta o mesmo dinheiro com coisas desnecessárias. Resumindo, deixamos de gastar com o que realmente importa para gastar com futilidades. Fazendo isso somos capazes de atrair somente uma coisa: escassez!

**Não gaste o necessário com futilidades. Isso é como assinar um contrato com a escassez.** Tenho certeza de que você já deixou de se presentear com o melhor que podia, porque ficou com medo de gastar e ficar sem.

Será que você tem esse tipo de atitude? Como você poderá exigir abundância se a forma como se trata é escassa? Você valorizaria alguém assim? Será que há algo escasso na sua vida hoje? Talvez escassez de amor, carinho, perdão, paz, dinheiro?

**A escassez que você recebe é proporcional à que você se dá.** Você é a única pessoa que conviverá contigo até o último dia da sua vida, não seria inteligente tratar-se com carinho? Tome essa decisão e verá como sua vida rapidamente dará um *up*.

## **57. Insight do desligue-se**

Para qualquer coisa que você queira na vida, aprenda esta lição: desligue-se do externo. **Quanto mais desligado do externo, mais ligado você fica ao seu interior e é aí que sua vida anda.** Há momentos na vida que a única saída para resolver os problemas ou tomar uma decisão é se desligar do barulho externo do mundo.

Quantas vezes você estava nas redes sociais e ouviu uma voz dizendo “sai daí”, ou estava assistindo tv e ouviu “porque você está assistindo isso?”, ou estava num lugar rodeado de pessoas e ouviu “você precisa de um tempo sozinho”. Entenda que você não é capaz de resolver problemas ou tomar decisões sábias na presença de barulho.

Sempre que precisar você terá um “sussurro interno” disposto a orientá-lo, mas para ouvi-lo com clareza você precisa estar em silêncio. O problema é que o silêncio nos assusta, pois é na presença dele que somos capazes de refletir sobre nosso caráter e nossas atitudes que, muitas das vezes não nos agrada, então preferimos jogar tudo para debaixo do tapete, anestesiando-se com barulho externo.

O externo não sabe o que tem dentro de você, por isso parece ser um lugar de conforto, mas na verdade é um lugar de mentira e ilusão. Dentro de ti mora a verdade e com ela o desconforto de ter que encarar a realidade, mas é só na presença desse desconforto que você cresce. Enquanto focar no barulho externo jamais crescerá. Você vai continuar vivendo uma vida medíocre.

**Para ter uma vida extraordinária você precisa crescer e para crescer seu foco deve estar no sussurro desconfortante do seu interior.**

## **58. Insight da intuição**

Como você leu no insight anterior, é desligar-se do barulho externo e ouvir seu “sussurro interno” (quase sempre desconfortante) que fará com que você resolva seus problemas e tome sábias decisões.

Nessa altura do campeonato você já sabe que esse sussurro é a sua intuição. Como disse no início do livro, ela estará presente em vários insights. Faço questão disso porque sei que a intuição é a coisa mais importante de nossas vidas. E por que ela é a

mais importante? Porque é a voz de Deus. **Deus nunca falhou e se a intuição é guiada por Ele, ela também nunca falhará.**

A passagem que comprova isso está em JÓ 38:36 quando Deus responde a Jó dizendo: “Quem foi que deu intuição ao coração e entendimento à mente? A voz de Deus é a coisa mais poderosa que existe, foi através dela que Ele criou o universo extraordinário. “E Deus disse haja e houve luz” (GN 1:3).

Concorda que ouvindo a voz você também será capaz de criar coisas extraordinárias na sua vida? Por isso jamais negligencie sua intuição! Mas, como saber se a voz que ouve é realmente a intuição ou é criada por você?

Geralmente a intuição surge como um relâmpago, ela fala em tom de autoridade, com certeza, clareza e objetividade. Já as vozes criadas são tagarelas, confusas, que geram dúvidas, incertezas, indecisões e medos. Agora que você sabe, siga o exemplo do próprio Deus decidindo criar uma vida extraordinária ouvindo sua intuição, ela é seu maior poder.

## **59. Insight da perspectiva**

**O que determina sua realidade não é o mundo, mas sim a maneira como você enxerga as coisas do mundo.** Não existe bom ou ruim, certo ou errado, gordo ou magro, feio ou bonito, rico ou pobre. Isso depende da SUA perspectiva. O mundo será sempre o mundo. Por exemplo, para um assassino seu ato de homicídio pode ser considerado certo, mas para quem vê de fora foi errado. Para alguém, treinar sete vezes na semana pode ser bom, para outro pode ser ruim. Para uns uma pessoa pode ser considerada bonita, para outros feia. Para você se alguém bater no seu carro será um desastre, para outro pode ser uma oportunidade de testar seu emocional.

Entende como tudo é perspectiva? O seu certo pode ser o errado do outro. Por isso não faz sentido julgar. Jesus já sabia disso, por isso disse: “Aquele que não tem pecado que atire a primeira pedra” (João 8:7).

**Deixe que cada um seja seu próprio juiz!** Nós não sabemos o que passa dentro de cada pessoa, o que ela passou na vida, então não temos o direito de julgar, mesmo

que suas atitudes sejam promíscuas perante a lei dos homens. Você só é capaz de amar o próximo verdadeiramente quando enxerga por essa perspectiva. Quando você entender e aplicar isso, seu foco estará nas suas próprias atitudes e você viverá muito mais leve.

## **60. Insight do estilo de vida AAA**

No meu processo de desenvolvimento pessoal juntei todo o conhecimento que eu possuía até o momento com experiências vividas por mim e criei o estilo de vida AAA. Criei-o para facilitar a fixação do que eu deveria fazer e analogicamente o nome AAA acabou se encaixando com o resultado que o estilo de vida proporciona a quem o aplica, ele literalmente leva a uma vida nível A, começando de uma mentalidade próspera, passando por um emocional controlado, fortalecimento espiritual até os ganhos financeiros.

O que significa AAA? São os três pilares necessários para construir um estilo de vida poderoso.

- O primeiro A, significa **ATENÇÃO PLENA**. Atenção é o que você precisa para ser capaz de enxergar as lições que Deus coloca no seu caminho, para estar atento você precisa estar no agora, ou seja, viver o presente.
- O segundo A, é o **APRENDIZADO**. Enxergando a lição você capta o conhecimento e o transforma em aprendizado.
- O terceiro A representa **APLICAÇÃO**, para tornar o aprendizado adquirido em sabedoria você deve aplicá-lo no seu dia a dia.

Esse estilo de vida o coloca no papel de eterno aprendiz, elimina as chances de seu ego o iludir, promove um crescimento exponencial do seu ser e o leva na direção da riqueza mais importante: a sabedoria.

“A sabedoria é a coisa principal; adquire, pois, a sabedoria, emprega tudo o que possuis na aquisição de entendimento” (Provérbios 4:7).

Aquilo que você não tem está escondido atrás do que você não sabe. Comece a viver nesse estilo e verá as coisas que você quer surgir na sua frente.

## 61. Insight do desacelera

Quantos dias da sua vida você deixou de desfrutar porque seus pensamentos estavam tão acelerados que você nem viu o que estava acontecendo ao seu redor? Se você refletir sobre isso vai perceber o quão idiota foi, por ter jogado no lixo o tempo precioso de sua vida. **Quanto mais tempo você joga no lixo mais sua vida trava.**

Nossa mente é como uma lâmpada, quando aceleramos nossos pensamentos com ansiedade e preocupações é como se desligássemos a lâmpada, quando focamos nossos pensamentos baseados na fé, confiança e gratidão, é como se acendêssemos a lâmpada. Ou seja, ou estamos na escuridão ou estamos na luz. Percebe que quem liga ou desliga o interruptor é você mesmo?

O que se pode concluir com isso é que quando você está com pensamentos acelerados você está na escuridão, nela você não sabe o que tem pela frente, isso gera medo, insegurança, dúvidas e, se você está tomado por esses sentimentos, o que acontece? Você trava! E mesmo que decida dar um passo, estará na escuridão total e se sentirá perdido. Já ao pensar baseado na fé, confiança e tranquilidade você está na luz, nela você enxerga perfeitamente o objetivo à sua frente e os obstáculos do caminho, podendo traçar uma estratégia para alcançá-lo com segurança.

De que forma você usa o interruptor da sua mente? Esta passagem da palavra diz exatamente o que você precisa para sair da escuridão e ter um caminho iluminado: “Não estejais ansiosos por coisa alguma; antes seus pedidos sejam em tudo conhecidos diante de Deus pela oração e súplica, com gratidão. E a paz de Deus, que excede todo o entendimento, guardará os vossos corações e os vossos pensamentos em Cristo Jesus. Quanto ao mais, irmãos, tudo o que é verdadeiro, tudo o que é honesto, tudo o que é justo, tudo o que é puro, tudo o que é amável, tudo o que é de boa fama, se há alguma virtude, e se há algum louvor, nisso pensai” (Filipenses 4:6-8).

Perceba pela passagem que para desacelerar seus pensamentos é preciso confiar em Deus. **Pedir e agradecer é confiar.** Assim, você terá paz e somente na presença da paz realizará o que diz no último versículo, isto é, terá pensamentos edificantes.

Funciona como um ciclo, quando você se prende a esse ciclo edificante sua vida começa a prosperar constantemente. Desacelere seus pensamentos confiando em Deus. Você verá que a paz que tomará conta de você nenhum dinheiro no mundo consegue pagar.

## **62. Insight do conformismo**

O pior inimigo da sua vida é o conformismo. **Quem está conformado está morto.** Essa pessoa fez a única coisa que poderia afirmá-la com uma fracassada: desistir. Quando você desiste, acabou. Qual é o sentido de estar vivo? Por que ser feliz? Por que agradecer? Por que amar? São esses tipos de perguntas que faz quando está conformado. Não seja um conformado amargurado. Fuja disso! Sua vida é um presente divino e foi dada para ser vivida da forma mais magnífica possível.

**A faísca que você precisa para acender a chama do seu sucesso é a inconformidade.** Ser inconformado é não se moldar à forma de algo. Não se molde a nenhuma situação desagradável na vida, não seja escravo do conformismo. Não permita isso! Tome coragem para se colocar no papel de aprendiz com humildade e verdade, lute, batalhe e não desista! Depois que aprender, aja! Fazendo isso você pode mudar qualquer situação. Não seja mais um zumbi ambulante no mundo, escolha o caminho da vida. Você é um guerreiro valente.

## **63. Insight da gratidão**

**A gratidão dentro do conformismo é uma falsa gratidão.** Pessoas conformadas são desistentes, medrosas e fracas, você já viu alguém com essas características ser feliz? Então, como elas poderão ser gratas verdadeiramente, se não são felizes? Felicidade e gratidão andam juntas.

A verdadeira gratidão acontece quando você é capaz de enxergar as provações da vida, enfrentando-as, vencendo-as e percebendo que está evoluindo como ser

humano. Como você já sabe, só é feliz quem vive o propósito e esse é o único caminho que o leva para ele.

Pessoas conformadas não enxergam dessa forma, vivem como vítimas reclamadas e insatisfeitas; vivem de condições e não de decisões. Se você está conformado com a vida não adianta ficar enchendo o mundo de agradecimentos falsos e ainda esperar que ele o retribua, isso é a mesma coisa que falar com a parede. Use o tempo que perde fazendo isso para criar a coragem de viver com humildade e aprendizado eterno.

## **64. Insight do simples aprendiz**

“Não sou melhor que ninguém, sou apenas um simples aprendiz que busca ser melhor que si a cada dia. Talvez por isso, pessoas criem a falsa ilusão de que sou melhor do que elas.”

Repeti (e ainda repito) essa frase mentalmente para mim todos os dias, ela coloca o pior inimigo do meu crescimento debaixo dos meus pés: o ego! E é lá que ele deve estar. Eu o controlo e não o contrário. Mas, por que estou contando isso para você? Porque na sua jornada de desenvolvimento pessoal, você encontrará armadilhas traiçoeiras e todas elas serão criadas por ti, quer dizer, pelo seu ego.

O ego é especialista em iludir e é te prendendo na ilusão que ele passa a controlá-lo. A ilusão é tão “linda” que você nem percebe que está sendo controlado. Só vai perceber quando estiver no fundo do poço. Muitas pessoas dizem que o fundo do poço é um lugar horrível e, apesar de na época eu pensar igual, hoje eu discordo, pois é lá que você tem a oportunidade de “afogar” seu pior inimigo. Talvez você esteja no fundo do poço em alguma área da sua vida hoje (ou em todas as áreas); se não está no fundo, tenho certeza de que pelo menos alguma situação está o deixando com o corpo debaixo da terra.

Eu vou te ensinar qual é a única maneira de sair do fundo ou do meio de qualquer poço e ela é bem simples: cresça! Concorde que você só não sai de um poço

porque é pequeno para alcançar a borda? Então cresça para alcançá-la. **E a única forma de crescer é aprendendo.**

O ego te coloca na posição de dono da razão e o impede de ser um aprendiz. Ele faz com que você tente escalar o poço pela parede, criando a ilusão de que você chegará ao topo. Isso se chama autossuficiência. **Todo autossuficiente quando está perto do topo, cai.**

Será que você se esforça, mas sente que nunca sai do poço? Ou se sai, percebe que cai novamente? Será que você se esforça da forma adequada? Você busca crescer ou vive reclamando da situação? Será que você é autossuficiente e nem percebe?

Reflita sobre essas questões, porém você deve refletir com a única ferramenta que pode libertá-lo do poço. Que ferramenta é essa? A resposta estará no próximo insight.

## **65. Insight do ego**

Como você viu no insight anterior, o ego distorce a realidade e o aprisiona numa ilusão. A ilusão é uma mentira. Quando você vive na mentira fica impossível usar uma ferramenta importantíssima que você precisa para prosperar (crescer): a verdade. **A verdade é a ferramenta que lhe permite pensar por si, com clareza.**

Quantas vezes você já quis ter clareza para resolver alguma situação e não conseguiu? Imagina ter clareza para resolver qualquer situação na sua vida? Saiba que isso é possível, mas somente na ausência do ego inflado, com a presença da realidade que a verdade traz.

“E conhecerão a verdade, e a verdade os libertará” (João 8:32). **Quanto mais rápido você adotar a verdade, mais rápido prosperará.** Enquanto estiver cego devido à ilusão causada pelo ego você continuará tentando, em vão, escalar as paredes do poço. A verdade é a pior inimiga do ego, use-a para adquirir clareza e sair de situações ruins ou problemas, não pare de crescer.

Apenas se atente para uma coisa: a verdade geralmente dói, se sua verdade estiver sendo confortante, há grandes chances de ser mais uma armadilha do ego.

## **66. Insight do mesmo ciclo**

Você já sentiu que estava vivendo o mesmo ciclo em determinada área da sua vida? Talvez você esteja passando por isso neste exato momento. Isso é sinônimo de uma vida travada. A culpa disso é um dos frutos mais podres do ego: a arrogância. Ela é como um tampão para seus ouvidos e uma faixa para seus olhos.

Muitas vezes estamos vivendo uma situação que traz, implicitamente, consigo uma lição para aprendermos com os erros, ou seja, temos a oportunidade de romper um ciclo, mas por estarmos cegos e surdos não somos capazes de identificá-la.

Se você não identificar um erro jamais poderá corrigi-lo. **Enquanto você não corrigir o erro viverá o mesmo ciclo na área em que ele estiver presente.**

Será que há algum ciclo se repetindo na sua vida? Se isso está acontecendo é porque você ainda não aprendeu a lição para essa situação, está cego e surdo devido à arrogância. Quem vive pela arrogância não aceita estar errado e nem ser contrariado.

Será que você assume seus erros? Saiba que não basta apenas os assumir, você precisa estar disposto a corrigir. Assumir sem corrigir também é ser arrogante. Para romper o ciclo é preciso escolher a humildade, ela é a chave que destranca a porta do aprendizado e o leva a um novo ciclo.

A questão é: onde fica essa porta? Você descobrirá no próximo insight.

## **67. Insight da chave**

Seu coração é como uma casa e, como toda casa, ele tem uma porta. Essa porta tem uma chave que só você sabe onde ela está guardada. É essa chave que lhe permite abrir a porta para aquele que vai guiá-lo até seu propósito: Deus.

Porém, essa porta, assim como qualquer outra, também tem uma fechadura. O homem mais sábio do mundo conhecia essa história e por isso, através do seu próprio exemplo de vida nos ensinou a usar essa chave. Ele queria que descobríssemos o segredo para realizar coisas grandiosas, afinal, ele realizou a maior missão que já existiu: salvar a humanidade. Jesus sabia que o segredo para realizar coisas “impossíveis” era deixar que Deus entrasse em seu coração e que a única forma de conseguir isso era dando a chave a Ele.

Mas, qual foi o exemplo de Jesus? Mesmo sendo o todo poderoso, Ele não deixou que a arrogância, o orgulho e a soberba trancassem seu coração, Ele se humilhou se fazendo homem. Jesus queria mostrar que: **a HUMILDADE é a chave da porta de seu coração.**

Como você leu no insight anterior, a humildade é que permite abrir as portas para o aprendizado e quem nos ensina é Deus. Ele é o professor da vida, sem humildade não temos o direito de sermos seu aluno, bloqueamos o processo de ensino/aprendizado. Deus não entra num coração trancado pela arrogância, soberba e orgulho, que nada mais são do que frutos de um ego disfuncional.

O que você tem feito com essa chave? Será que você deu a Deus ou ela está escondida debaixo dessas trancas? Se você quer viver o que nasceu para viver e realizar grandes feitos, siga o exemplo de Jesus, use a chave da humildade para abrir a porta para Deus. **Uma vida em que Deus não habita não é vida, é morte.**

## **68. Insight da sociedade perfeita**

Sabe quando você está naquela situação que precisa dar uma alavancada na sua vida, mas ideias não surgem, você não sabe a quem pedir ajuda, sente-se inseguro, desmotivado, sozinho e angustiado? De duas uma: ou você acaba se conformando e desiste ou acaba procurando ajuda no lugar errado. E o resultado disso é a frustração. É horrível se sentir frustrado, né? Cada vez que você se frustra, é tempo, dinheiro e energia que você perde. Mas, como evitar perdas tão importantes como essas? É só você tomar a atitude certa! Para isso, você precisa de sabedoria e esse é justamente o motivo de eu escrever este insight.

A sabedoria que você precisa começa a partir desta passagem da palavra: “Se vós estiverdes em mim, e as minhas palavras estiverem em vós, pedireis tudo o que quiserdes, e vos será feito. Nisto é glorificado meu Pai, que deis muito fruto; e assim sereis meus discípulos” (João 15:7,8). O que Jesus quis dizer com: “se vós estiverdes em mim, e as minhas palavras em vós”? Ele deixa implícito o significado de SOCIEDADE.

Quando você está associado a alguém é como se fossem um só. E quando é necessário se reerguer o que você procura? Pessoas para ajudá-lo, ou seja, pessoas a quem se associar. E Jesus continua dizendo: o que pedirmos nos será dado e daremos muitos frutos. O que isso significa? Zero frustração! A frustração é o sentimento que surge quando não conseguimos o que queremos e a frase afirma o oposto, que é a realização. Não significa que você não terá dificuldades, mas que realizará seu desejo.

Percebe como é muito mais fácil do que você imagina? Ao invés de se desgastar procurando ajuda fora, é só olhar para dentro de si, o seu sócio mais poderoso só está esperando você procurá-lo. **A primeira sociedade que você deve fazer na sua vida é com o Criador.** Esse sócio nunca vai te trair, enganar ou roubar, pelo contrário, Ele só o fará crescer. Ele trará paz, confiança, sabedoria e tranquilidade para seus empreendimentos. A partir daí você será guiado. Lembre-se do que você já leu no insight 51, Deus nos guia através da nossa intuição, de sinais, situações e pessoas. É nisso que você deve prestar atenção para a sociedade funcionar.

Deus lhe dará as ideias e você entrará com as ações para materializar as ideias, sem suas ações nada acontecerá. A sociedade funciona basicamente assim: Deus é a estrutura e você é o acabamento, Deus é o músico e você é o instrumento. Essa é a sociedade perfeita, é assim que temos que trabalhar.

Não importa o seu nível atual de realização, talvez você seja realizado profissionalmente, mas ainda é escravo de suas emoções (não sei, é só um exemplo). O que quero dizer é que **com a sociedade perfeita você deixará de lutar para ter muito e passará a ter tudo da maneira mais incrível possível.**

## **69. Insight do coração ansioso**

## *Deus não age num coração ansioso.*

Onde há ansiedade, há preocupação e onde há preocupação, há medo. O medo é o oposto da fé que você precisa para Deus agir na sua vida. O medo é como se fosse a raiz de uma árvore, dele surgem todos os sentimentos aprisionadores, como a preocupação, ansiedade, dúvidas, insegurança etc.

**Para Deus agir na sua vida você precisa lançar fora todo medo.** Em João 4:18 Jesus nos ensina como o medo é eliminado: “No amor não há medo; ao contrário o perfeito amor expulsa o medo, porque o medo supõe castigo. Aquele que tem medo não está aperfeiçoado no amor”. Essa passagem revela dois insights:

- 1) Sabendo-se que Deus é amor e quem tem medo não está aperfeiçoado no amor, então, quem possui medo não pode ter a ação perfeita de Deus em sua vida. Isso comprova o que já disse no começo do insight.
- 2) Sabendo-se que o amor perfeito (amor de Deus) é que expulsa todo o medo, então, reconhecer e aceitar o amor Dele é que fará com que sejamos libertos do medo.

Mas, como reconhecer e aceitar o amor de Deus? Aí vai um insight poderosíssimo: olhe para você, sinta a vida que flui dentro de você, observe o mundo maravilhoso ao seu redor, ele foi criado para você, para reinar sobre ele e viver com plenitude, então, preste atenção em cada detalhe, sinta-se parte desse universo, para ter nascido você teve que vencer mais de 300 bilhões na corrida do útero, tem noção da grandeza disso? Tem noção do quão vitorioso você é? Você foi o escolhido. Dentre tantos, Deus quis você. Acha mesmo que agora que está vivo Ele o abandonará? Ele mesmo promete que jamais fará isso: “(...) E eu estarei sempre com vocês, até o fim dos tempos” (MT 28:20). Não esqueça que Deus mora dentro de você.

Traga essa noção para dentro do seu coração e quando fizer isso apenas um sentimento lhe tomará posse: a gratidão! **Reconhecer o amor de Deus é ser grato.**

Eu sei que seus compromissos e responsabilidades o deixam agitado, mas calma, não há nada mais importante que o amor de Deus, dele surgem todas as bênçãos que você procura na agitação do dia a dia. Separe um momento do seu dia para prestar atenção em tudo que você tem, reconhecendo o amor de Deus presente na sua vida, essa

é a gratidão que Deus espera de você e ela é poderosa, pois alegra o coração Dele. Se Ele é amor imagina o que faria se estivesse feliz com você? Mas, para isso dar certo você precisa de um coração calmo. Acalme seu coração!

## 70. Insight da melhor escolha

Separei este insight pensando nas consequências que você colherá com a aplicação da sabedoria contida no que leu até agora. Não quero que você se sinta confuso como me senti quando comecei a prosperar e tive que lidar com certas situações. Essa é uma situação inevitável quando você começa a evoluir, por isso se você não souber conduzir da forma adequada, vai sofrer. Está aqui alguém que sofreu, mas aprendeu a lição para lhe poupar disso. Então vamos lá!

Quando você começa a prosperar mental e emocionalmente, estar com pessoas que antes te fazia bem passa a não fazer mais, você não vê mais sentido em estar junto dessas pessoas e isso é totalmente normal, pois você deixou de ser um pardal e se tornou uma águia, aves da mesma plumagem voam juntas. Até aí tudo bem, o problema é que essas pessoas geralmente são as mais próximas, são as que têm um maior peso emocional sobre ti, são sua família e seus amigos. Na maioria das vezes essas pessoas não acompanham sua transformação e é aí que começa o desafio.

As ideias não batem, os assuntos não batem, o estilo de vida não bate, é como se vocês fossem dois ímãs virados com o mesmo polo, fica impossível uma conexão. Quando chegar nesse ponto você vai se questionar de duas formas: “Poxa, mas antes era tão diferente, era tão bom conviver com essas pessoas, eu devo estar errado” ou “Eu cresci, essas pessoas são imaturas ainda, vou focar em mim e me afastar”. Ou seja, ou você se condena colocando o erro em si ou se vale da indiferença colocando o erro no outro.

Essa situação acontece na vida de todos que estão prosperando, enxergue-a como uma oportunidade de aprendizado e evolução ainda maior. Superar essas barreiras o levará a um nível acima de maturidade, afinal, **quem sabe lidar com os familiares e amigos, sabe lidar com qualquer tipo de pessoa.** Comece cuidando de si, depois da sua casa, dos seus amigos, até fazer a diferença no mundo. O autojulgamento e a

indiferença são exatamente o que você não precisa. Isso é simplesmente travar seu crescimento.

Mas, então qual é a forma adequada de agir nesse caso? Vou lhe dizer o que eu fiz e que deu muito certo: pensei “Se Jesus estivesse passando por isso, como Ele agiria?”. Bom, Jesus é amor, certo? Então, Ele amaria. E dentro do amor está a tolerância, o respeito, o perdão, a empatia, a verdade... Concluindo, deve englobar todos esses sentimentos agindo com amor.

É tão simples, né? E de tão simples não conseguimos enxergar. Não importa se os ímãs estão virados para o mesmo polo, ame! Amar não é dom é escolha. Escolha amar até que os polos se atraiam novamente.

Entenda que cada pessoa está no seu momento e que um dia você também foi um pardal. Respeite o tempo de cada um e acolha com amor, fazendo isso você as ajudará direta e indiretamente a se tornarem águias como você, então vocês voltarão a voar juntos e em harmonia.

Guarde essa frase: **o fato de você tratar um “pardal” com amor não significa que você voltará a voar com ele, significa que você é merecedor de ter se tornado uma águia.**

## **71. Insight dos testes**

*Cada decisão carrega testes consigo.*

Quando você decide terminar um relacionamento, logo em seguida surgem várias situações para que você volte. Quando você decide mudar de emprego, surge algo que você não estava esperando. Ou mesmo quando você decide começar a academia, surgem situações que o faz desanimar. Esses são apenas alguns exemplos, o que quero que você entenda é que sempre que tomar uma decisão, logo em seguida, aparecerá testes. Essa é a forma que o Universo trabalha para ter certeza de que você realmente merece o que está do outro lado de sua decisão e serve para te preparar para o que está por vir.

Sempre que tomar uma decisão, prepare-se, os testes virão. Quanto maior for sua decisão, mais difíceis serão os testes. **Tomar uma decisão muitas vezes é difícil, mas conviver com as consequências dela é mais difícil ainda.**

Como você fazia para passar nos testes da escola? Estudava. Para passar nos testes da vida, antes mesmo de tomar uma decisão, você deve fazer o mesmo, estude, analise, planeje-se, prepare-se com inteligência. Dessa forma, você será capaz de conviver com as consequências de suas decisões e será resiliente ao seguir em frente. Não faça nada sem planejamento. **Toda decisão deve ser precedida de um propósito.** Se houver propósito, nenhum teste será capaz de barrá-lo.

A questão é: será que você está preparado para os testes de suas decisões?

## **72. Insight da pressa**

Quantas vezes a pressa governou seu dia? Pressa para concluir um projeto, pressa para fazer seu treino, pressa para visitar a família, pressa para tomar banho, pressa para ler um livro, pressa para conhecer o amor da sua vida, pressa para ganhar dinheiro...

Para que tanta pressa? Se você acha que ter pressa vai fazê-lo ter mais proveito da vida, você está bem enganado, na verdade, você só perde agindo assim. E perde coisas muito valiosas como, tempo de qualidade, sabedoria e energia. Já percebeu que quando você passa um dia apressado você tem a sensação de que seu dia foi cansativo e improdutivo? Ao invés de você se energizar com as tarefas do seu dia, você acaba sendo sugado, é como se você não tivesse vivido aquele dia. Se você não se atentar, isso vira uma bola de neve e a cada dia você acorda se sentindo mais sugado e cansado. E quando você está sem energia, a tendência de você procrastinar é maior, aí você acaba se atrasando e o que acontece? Pressa! **Você não tem pressa porque se atrasa, você se atrasa porque tem pressa, entendeu?**

Mas, há uma maneira de viver no tempo certo aproveitando o melhor da vida. Lá vai o insight: lembra daquela famosa frase “a pressa é inimiga da perfeição”? É a mais pura verdade! A perfeição está no amor, se você tem pressa não consegue fazer nada

com amor. **O amor é o que lhe permite fazer as coisas no tempo certo**, permite extrair o máximo do momento, desperta a criatividade, eleva seu astral, ativa sua melhor performance. Quando você faz as coisas com amor, a gratificação vem.

Quer colher frutos incríveis do seu projeto? Faça-o com amor. Quer colher os resultados positivos de seus treinos diários? Faça-os com amor. Quer ganhar mais dinheiro? Trabalhe com amor. Quer encontrar o amor da sua vida? Ame-se. Quer extrair o máximo de conhecimento de um livro? Leia-o com amor.

Lembre-se que o amor é perfeito, ele é feito de tudo e só alguém que tem tudo pode ser perfeito (Deus), portanto, ele engloba todos os sentimentos. Sendo assim, você tem os benefícios dos sentimentos positivos que fazem parte do amor, como: entusiasmo, alegria, determinação, motivação, disciplina, persistência, paz etc. Por isso, quando você coloca amor em algo ninguém lhe segura.

Se você se sente com baixo astral, sem criatividade, desmotivado, sem energia ou estressado, é provável que você esteja colocado pressa no lugar do amor. Abandone a pressa, faça cada tarefa do seu dia com amor, mesmo que seja extremamente simples, assim, verá o que é viver de verdade. Tudo fluirá a seu favor. A melhor forma de viver a vida é com amor, revigore-se com ele a cada dia.

### **73. Insight das emoções**

Se você tem a possibilidade de sentir emoção é porque ela tem um papel fundamental em diferentes situações. Mesmo que essa emoção seja considerada ruim, se você mudar sua perspectiva conseguirá extrair uma lição positiva dela. Por exemplo, você sentiu inveja, ao invés de deixar esse sentimento te consumir, basta questionar, “por que estou sentindo isso?”, analise com verdade.

As pessoas focam muito na consequência que um sentimento gera, mas não procuram saber a causa deles. **Se você não procurar entender como suas emoções funcionam, virará escravo delas.** Será como uma marionete. Para que isso não aconteça guarde estas três palavras em sua mente: duvide, questione, analise. Dessa forma, você assume o controle.

Lembre-se que suas emoções regem suas decisões e as decisões definem seu destino. Portanto, se tem uma habilidade que você **PRECISA** desenvolver é a inteligência emocional. Ela é a base para uma vida próspera, abundante e feliz. Posso lhe dizer com total convicção: o que mudou meu jogo foi a inteligência emocional.

Você só precisa se atentar a um ponto chave: ser inteligente emocionalmente não é negligenciar sentimentos, fazer isso é como jogar a sujeira para debaixo do tapete, **ser inteligente emocionalmente é saber identificar e entender suas emoções, recrutá-las de forma correta, no momento ou circunstância correta e na intensidade correta.** O mal das pessoas é trocar isso. Sentem inveja quando é para sentir admiração, sentem ingratidão quando é para sentir gratidão, ficam eufóricas quando é para estarem calmas ou lentas quando é para agir. O mal das pessoas está na ignorância emocional.

Será que você usa suas emoções com inteligência? Você se sente livre ou governado por elas? Suas decisões têm o levado para uma vida melhor? Seja verdadeiro consigo.

Saiba que 98% da população mundial é escrava de suas emoções, imagina quantos benefícios teria se aprender a governá-las. **A virada de jogo da sua vida começa quando você decide governar suas emoções.**

## **74. Insight dos 3Ps**

Este insight está relacionado com o que você terá pela frente, durante toda a sua vida: pessoas. Fomos feitos para nos conectar a pessoas, sem elas não chegamos muito longe, precisamos um do outro para nos impulsionar em nossos empreendimentos. Jesus, que foi o maior líder na Terra sabia disso, por isso, teve seus discípulos. Porém, da mesma forma que as pessoas nos impulsionam elas também podem nos afundar e é exatamente nesse ponto que quero sua atenção. Na sua jornada de crescimento pessoal, você se deparará com diversas pessoas e é aí que entra um ponto crucial: como você gerenciará essas pessoas na sua vida.

Você pode aplicar todos os insights já lidos até o momento, mas se não se atentar ao que vou lhe escrever agora, há grandes chances de você se afundar, acredite:

**não adianta apenas gerenciar a si para crescer exponencialmente, você precisa gerenciar seus relacionamentos.**

Eu só descobri isso quando senti que meu crescimento estava travado, foi então que percebi que as pessoas com quem convivia estavam me travando. Por permitir isso, não abria espaço para pessoas impulsionadoras se conectarem a mim. No fundo eu já sabia a fonte do problema, mas por dó, por serem boas pessoas, permitia essa situação e eu era quem acabava mal. **A dó é o pior sentimento que você pode oferecer a alguém, troque-a pela compaixão.** Você está ou já passou por uma situação como essa?

Sabendo disso, comecei observar os comportamentos dessas pessoas que me travavam e vi que todas elas seguiam um padrão inconsciente de comunicação. Com isso, criei a teoria dos 3Ps. Essa teoria me ajudou muito a identificar quando uma pessoa tinha o potencial de me afundar, com isso eu pude gerenciar qualquer relacionamento, agindo de forma adequada, sendo assim, protegendo e impulsionando meu crescimento. Mas, por que 3Ps? Os “Ps” são os três padrões: pessimismo, passado e pessoas. **Fuja de pessoas pessimistas, que só falam de passado e de pessoas.**

Perceba em seus amigos, familiares, colegas de trabalho ou novas pessoas que surgem em sua vida, eles têm esses padrões? Esse é o padrão das pessoas medíocres. Acredito que você não esteja lendo esse livro por desejar ser medíocre, certo? Sempre que você se conectar a alguém, lembre-se dos 3Ps, você se tornará capaz de filtrar e selecionar cada relacionamento e com isso sua vida crescerá exponencialmente.

Agora que você sabe como proceder, fica uma questão: será que você não tem sido uma pessoa “3P”? Reflita sobre seus pensamentos, será que eles vivem no passado? Será que você só fala de passado? Será que você fala dos outros? O que sai da sua boca são palavras edificantes ou negativas?

## **75. Insight da melhor ajuda**

Você leu no insight 38 que não vale a pena tentar ajudar quem não pediu ajuda, pois você ajudará o ego da pessoa e o ego não aceita ajuda, ele é autossuficiente. Isso causa conflitos. Mas, o que quero lhe dizer neste insight é que existe um tipo de ajuda,

na verdade a melhor ajuda, que se pode oferecer a alguém sem que pareça ser ajuda. Olhe só que ótimo, você não correrá o risco de lutar contra o ego da pessoa, não se passará por chato e ainda fortalecerá seu relacionamento. Mas, como?

Você vai ajudar a pessoa a usar o que ela tem de mais precioso, que é a mente, ou seja, ajudará ela a pensar. **A maioria não sabe gerenciar seus pensamentos, com isso se tornam escravas de si.** Por isso, você as ajudará a pensar com clareza, oferecendo a ferramenta para se libertarem: a sugestão.

Pessoas prisioneiras não são capazes de usar a sugestão, seus pensamentos estão engessados num ciclo vicioso. A sugestão é a ferramenta que quebra o ciclo, pois as fazem refletir. Seu papel como alguém que busca desenvolvimento pessoal é oferecer essa ferramenta aos que estiverem ao seu redor. **A sugestão só pode existir quando há tolerância.** A tolerância o permitirá enxergar as atitudes da pessoa com empatia e, assim, ser capaz de sugerir algo construtivo, afinal, empatia nada mais é do que se colocar no lugar do outro e se você é capaz disso, suas sugestões serão muito poderosas.

Na ajuda por sugestão você não critica ou julga, mas tolera e é empático. É um tipo de ajuda que aniquila qualquer chance da mágoa, ressentimento, rancor, ódio ou raiva virem à tona. Pelo contrário, ela estimula a admiração e a gratidão, impulsionando tanto o ajudado quanto o ajudante, logo, fortalece a relação. Era exatamente o que Jesus fazia, sua tolerância e empatia eram firmes e com isso ele conseguia fazer as pessoas pensarem com sugestões poderosas. **Jamais ordene, apenas sugira.**

Agindo dessa forma você atrairá cada vez mais pessoas para perto de ti, podendo criar conexões poderosas que alavancarão sua vida. Tome cuidado para que sua sugestão esteja sempre alicerçada na tolerância e empatia, a ajuda deve ter a intenção de beneficiar o próximo e não a si, afinal, existe uma linha tênue entre persuasão e manipulação.

Como você age com as pessoas que o cercam? Dá ordens e critica? Ou sugere? Fortalece ou enfraquece seus relacionamentos? Cria mais conexões? Ou fica cada vez mais só?

No próximo insight vou lhe mostrar a melhor forma de sugestão que existe, fica ligado!

## 76. Insight do exemplo

Como diz na famosa frase: a palavra convence, o exemplo arrasta. Com sugestões a partir das palavras você consegue ajudar, mas ainda encontrará pessoas com a mente tão engessada que não se darão o trabalho de refletir sobre suas sugestões.

A única maneira de vencer qualquer objeção nesse sentido é através do exemplo. **O exemplo é a melhor sugestão que existe** e por incrível que pareça você não precisa dizer uma palavra sequer para se beneficiar de seu grande poder. Jesus disse a seguinte frase: “Tomem sobre vocês o meu jugo e aprendam de mim, pois sou manso e humilde de coração, e vocês encontrarão descanso para as suas almas” (MT 11:29). **Porém, você apenas conseguirá ajudar pelo exemplo, se você for o exemplo.**

Repare no que Jesus disse: “sou manso e humilde de coração”. Ele era o exemplo, portanto quem o rodeava era transformado. Por isso, **antes de ajudar alguém, primeiro ajude a si.** Foque em você, nas suas lições, no seu aprendizado, no seu crescimento, fazendo isso as pessoas verão a mudança em você, verão seus resultados e, conseqüentemente, decidirão mudar.

Será que você é digno de ser um exemplo, assim como Jesus era? Como está seu coração?

## 77. Insight do enfrente

Pegando o gancho do insight anterior, quero lhe dizer outra situação comum que você se deparará com frequência quando começar a se desenvolver. Boa parte das pessoas que cruzam seu caminho são vítimas. Vítimas de suas próprias fraquezas, vítimas do medo de encarar a si com verdade, vítimas da ilusão proporcionada pelo ego. Com isso, farão um “Show social” para chamar a atenção. Vítimas são controladoras e manipuladoras e não sabem conviver com a solidão de si. Elas fazem de tudo para levá-lo junto delas para a prisão mental que vivem.

Jamais permita ser controlado por uma vítima, ela tem o dom de fazer você se sentir mal por algo que não fez. Ela é tão vazia que se bobear te faz sentir vazio também. Para você não se sentir assim, acaba fazendo o que não gostaria só para agradá-la. Quando você chega a esse ponto, a vítima conseguiu o que ela queria: manipulá-lo.

Ser manipulado é desagradar a si para agradar o outro. **Jamais desagrada a si para agradar alguém.** Isso não é egoísmo, é amor-próprio. Não tenha dó das historinhas contadas, isso o tornará prisioneiro. As vítimas só querem te usar numa tentativa inútil para preencher seu vazio interno, não aceite ser objeto de manipulação. Proteja sua liberdade enfrentando-as com toda a verdade de seu ser. Mantenha-se firme, não permita que as ilusões das vítimas façam com que você traia a si mesmo. Seja fiel a sua essência.

Como você se porta perante esse tipo de pessoa? Será que você é fiel a si? Ou apequena sua essência para agradar os outros? Será que você se sente preso a alguma pessoa? Se sente escravo dela? Manipulado por ela? Será que você sente sua identidade abalada quando está diante dessa pessoa? Até quando vai baixar a cabeça?

Você só será livre e conseguirá se proteger se enfrentar a vítima com a mais profunda verdade do seu ser, deixando que sua essência fale e aja por você. Troque o sentimento aprisionador de dó pela autoconfiança libertadora. Não tenha medo de agir dessa forma, pois, **é melhor estar só e livre, do que preso e rodeado por vítimas sofredoras.**

## **78. Insight do canalizar**

Neste insight vou te mostrar uma forma poderosa de impulsionar seu crescimento.

Uma das formas de crescer é superando os medos e como você já sabe, só é possível vencer algum medo a partir da ação de enfrentamento. Sempre que vencer um medo terá uma sensação de capacidade e empoderamento, o que criará uma energia forte que acumulará dentro de você. É aí que mora a armadilha. O ego adora esse

ambiente de “sucesso” e fará de tudo para te iludir no que se refere à sua vitória, fazendo-o tomar atitudes impulsivas, imprudentes e egocêntricas. Se você não tiver inteligência emocional para identificá-lo, acabará se rendendo a ele e acabará usando sua energia acumulada para se distrair ao invés de crescer.

**Uma energia nunca é desperdiçada, ela vai para onde você a canalizar.** Por isso, quando acontecer esse tipo de situação na sua jornada, você precisará saber canalizar sua energia da forma adequada. Seria um crime você canalizar a energia que criou lutando contra um medo em algo que não trará retorno. Quando identificar essa energia pulsante em você, não se permita ser iludido pelas emoções impostas pelo ego, canalize-a para algo que te faça bem, que potencialize sua gratidão e felicidade ou para resolver um problema que te atormenta. Essa energia é como uma recompensa, ela pode trazer soluções para questões cruciais em sua vida se canalizada com sabedoria.

Imagina se a cada pequena vitória você usasse a energia acumulada para potencializar sua gratidão e sua felicidade e, então, resolver problemas pendentes? Onde você iria parar? O crescimento seria exponencial! Portanto, são dois os pontos que você deve se atentar para prosperar e potencializar sua prosperidade: **lutar contra seus medos com ações de enfrentamento e canalizar a energia acumulada da forma adequada.** Se seguir esse insight, não há ser humano na terra que conseguirá impedi-lo de crescer.

## **79. Insight do impressionar/contribuir**

Você deve ter percebido que nos últimos insights não falo mais com alguém que está começando sua jornada do zero, mas sim, com alguém que já iniciou a jornada da prosperidade e está apresentando resultados. Tenho certeza de que, se está aplicando o conteúdo lido até aqui, você já é esta pessoa.

Quando você começar a dar frutos, sejam emocionais, espirituais ou materiais, se sentirá mais forte e capacitado naturalmente, o que é bom, porém, é nessa hora que o ego entra em cena. Se não o colocar no devido lugar com a humildade e a verdade que fizeram você chegar aonde chegou, ele o destruirá. Nesse momento, uma linha tênue divide a contribuição do seu propósito com o impressionismo do seu ego. **O ego faz**

**com que a contribuição do seu propósito seja distorcida pela necessidade de impressionar as pessoas.** A tendência é que abandone as atitudes que o levaram aos resultados e passe a viver por uma necessidade de aprovação.

Será que hoje você vive pela contribuição humilde de seu propósito ou pela aprovação dele? Uma forma de identificar sua situação é perguntando: sinto-me livre e feliz fazendo o que escolhi? Ou me sinto preso e ansioso?

Caso perceba que essas questões estão desalinhadas, resgate a humildade do seu eu mais profundo e aja com verdade para reverter essa situação antes que ela destrua seus planos. **Foque sempre em contribuir e jamais em impressionar.**

## **80. Insight do próximo passo**

É de extrema importância que você tenha uma visão de futuro e trace um plano de ação para realizá-la, como você já viu em insights anteriores, alguém só pode ser verdadeiramente feliz se vive seu propósito. Lembra do insight 53, no qual falei sobre a caminhada pela ponte? Que você precisa de tranquilidade para ser capaz de dar seus passos com firmeza? Lá eu expliquei como proceder, como caminhar do seu ponto de partida ao ponto de chegada. Agora, estou escrevendo este insight para alertá-lo de uma situação que, sem dúvidas, acontecerá com você nesse processo enquanto estiver progredindo.

A cada passo firme dado sua visão ficará mais próxima, a euforia virá à tona e se não tomar cuidado, cairá da ponte. Por isso, é extremamente importante que você tenha a visão maior fixada em sua mente, para que saiba seu percurso, mas durante seus passos você deve se concentrar na visão física, ou seja, em literalmente manter os olhos no próximo passo, com muita atenção. **Mantenha o foco no próximo passo e não no resultado.** Com isso, você extinguirá qualquer possibilidade da euforia o persuadir e chegará do outro lado da ponte.

Sabe aquela frase: de grão em grão a galinha enche o papo? É exatamente assim que você procederá. Um passo de cada vez com tranquilidade e concentração. Será que você já foi vítima da euforia em algum projeto de sua vida? Como está o

andamento de seus projetos? Você se concentra em cada passo ou seu foco está no resultado?

Quando você cai na armadilha da euforia, o resultado é uma queda ou um retrocesso e se você não tiver resiliência para lidar com isso, vai se desmotivar podendo até desistir de seu objetivo. Além do mais, quando você é escravo da euforia, você não consegue dar seu melhor em cada passo necessário, pois seu foco está no resultado e não na preparação, o que torna o seu trabalho medíocre. Os medíocres não chegam a lugares altos!

Parece uma coisa simples, mas, acredite, **muitas pessoas desistem de seus objetivos por não saberem gerenciar a euforia de seu progresso.** Agora que você sabe, não será mais um no time delas.

## **81. Insight da criatividade**

Sabe quando você tenta buscar novas ideias, tenta criar algo, tenta se reinventar, mas parece que sua mente está travada? Você se pergunta, onde foi parar minha criatividade? Entenda que quanto mais você força uma pessoa a trabalhar, mais tensão ela cria e com isso fica incapaz de trabalhar de forma extraordinária. A nossa mente funciona da mesma forma, quanto mais a forçamos a pensar, mais tensa ela fica e com isso, bloqueia a capacidade da criatividade. Quanto você está tenso, alguma coisa flui?

Temos o costume de tratar nossa mente como escrava, carregando-a de “lixo mental” e a fazendo trabalhar incansavelmente. Há pessoas que sofrem de insônia justamente por não descansar a mente. **É na leveza dos pensamentos que a criatividade surge.** Nossa mente deve ser nossa amiga, devemos cultivá-la como se fosse um jardim, regando-a com pensamentos edificantes, pois somente assim conseguiremos extrair seu máximo potencial. **A criatividade é o fruto de uma relação amigável com a mente.**

Quanto você investe nessa relação? Não espere ter uma mente brilhante, criativa e livre se não cultivar uma relação com ela. Lembre-se que uma das leis universais é: aquilo que você dá é aquilo que você recebe. O que você dá à sua mente?

## **82. Insight do comodismo**

O comodismo é diferente do conformismo lido no insight 62. O primeiro o impede de crescer e vai “matando” aos poucos, no segundo você já está “morto”. **O comodismo é o câncer do seu crescimento.** Lembre-se de que você faz parte da natureza e tudo nela está em constante movimento, assim como uma planta que cresce ou morre, se você se acomodar a crescer, morrerá.

Os acomodados são como pessoas normais que a cada dia vão se deteriorando até virarem zumbis conformados. Jamais se acomode. A tendência é que ao começar a crescer e a conquistar seus objetivos você vire refém do comodismo, o ego irá sussurrar em seu ouvido: você já conquistou o que queria, para que continuar se esforçando? Muitos grandes deixam de se tornar gigantes justamente por dar atenção a esse sussurro persuasivo. Não caia nessa armadilha. **Você é o agricultor de sua própria vida, mantenha-se vivo, regando-se com novos aprendizados.** Aprender é crescer e crescer é estar em movimento. Tenha sede de conhecimento, a ignorância mata.

Tem alguma área da sua vida em que sente que está morrendo? Talvez seu casamento, seu relacionamento familiar ou área profissional. Se está morrendo é porque você deixou de aprender, deixou de se aprimorar e se acomodou. Talvez você dê atenção ao sussurro de seu ego. Atente-se a isso!

## **83. Insight do questionador**

Você percebeu que durante os insights eu faço várias perguntas? Não passou pela sua cabeça o porquê de tantas perguntas? A resposta é óbvia: para refletir. Sim, esse é um dos meus objetivos, mas tem outro objetivo intrínseco que provavelmente

você não percebeu (e que é muito mais importante): eu quero resgatar a criança que mora dentro de você.

Repare que as crianças são questionadoras. Elas vivem perguntando o “porquê”, o “para que” e o “como” de tudo. Crianças são aprendizes por natureza e são as respostas de seus questionamentos que contribuem para moldar seu caráter. Veja o que Jesus diz sobre os que são como crianças: “Deixem vir a mim as crianças e não as impeçam; pois o Reino dos céus pertence aos que são semelhantes a elas” (MT 19:14). O reino dos céus mencionado por Jesus, é o ambiente mental de paz, felicidade, plenitude, prosperidade e abundância. Como você já sabe, o céu está na sua mente. Ele continua dizendo que esse “ambiente mental celestial” é pertencente aos semelhantes às crianças. Então, pense: sabendo que crianças são questionadoras, qual é a maneira mais próxima de se tornar semelhante a elas? Questionando!

**Se você quer pertencer ao “reino dos céus” você deve ser um eterno questionador.** Não permita que as circunstâncias externas lhe imponham conformidade e comodidade, não permita que elas o impeçam de ser um questionador, um humilde aprendiz, uma criança. Quando você questiona, você abre um gatilho para pensar sozinho, o que te permite viver com ideias e opiniões próprias e traz liberdade para ti.

**Sem questionamento não há liberdade.** Resgate o questionador aprendiz que mora dentro de você, resgate sua criança, questione, saia desse cárcere!

## **84. Insight da reclamação**

Eu sei que acontecem muitas situações que nos desagradam, a maioria delas nem estão sob nosso controle, mas a tendência é reclamarmos. Você precisa eliminar a reclamação de uma vez por todas, **a cada vez que você reclama é como se assinasse um contrato com a escassez.** Lembre-se do insight 26: tudo que acontece é para nossa ajuda, Deus coloca situações em nossa vida para que possamos crescer. Então, não faz sentido reclamar de algo que é para nosso crescimento. Reclamar é ser ingrato. Você ajudaria um filho ingrato? Deus também não fará isso.

Reclamar é um estilo de vida e um estilo de vida só pode ser mudado se for trocado por outro. Funciona da mesma forma com os hábitos, todo hábito é um padrão que foi gerado a partir de comportamentos repetidos constantemente e, a única forma de abortar um hábito é substituindo.

Para trocar o estilo de vida de reclamação, você precisará treinar muito, de forma repetida e constante até o padrão ser mudado. Vou ensiná-lo a mudar o padrão de escassez da reclamação a partir de uma técnica que usei e deu certo.

A primeira coisa que você precisa fazer é substituir o tempo (jogado no lixo) de reclamação, por um tempo para observar os ensinamentos intrínsecos de cada situação. Assim, será capaz de ser grato. **A gratidão é o antídoto para a reclamação e a porta para a abundância.** Ela também é um estilo de vida, você só conseguirá treiná-la se for capaz de enxergar tudo como uma oportunidade de crescimento. Viver um estilo de vida de gratidão o fará crescer constante e exponencialmente. Então, ter a consciência de que tudo é para seu crescimento e de que reclamar é o mesmo que jogar seu tempo precioso no lixo, fará você pensar duas vezes antes de reclamar de qualquer situação.

A segunda coisa que você deve fazer é se afastar de pessoas que fazem da reclamação um estilo de vida. Aves da mesma plumagem voam juntas, se você permitir estar rodeado de pessoas reclamonas, inevitavelmente se tornará uma delas. Reclamar fará você: perder tempo; atrair escassez; atrair sentimentos ruins; estagnar seu crescimento; impedir conexões com pessoas edificantes, afinal, ninguém quer estar perto de alguém que só reclama.

Qual estilo de vida você vive? O que você atrai? O que você sente? Que tipo de pessoas te rodeiam?

Responda as questões com a mais profunda verdade de seu ser e entenderá o caminho de sua vida, descobrindo os porquês que você se pergunta.

## **85. Insight da contribuição**

Prosperidade e abundância. Tenho certeza de que essas são duas coisas que o atraem, afinal, quem não gostaria de ter uma vida próspera e abundante?

Prosperar significa crescer e você já sabe que a melhor forma de crescer é aprendendo. Porém, **o fato de você crescer como pessoa, não quer dizer que você terá abundância em sua vida.** Quantas pessoas você conhece que cresceram, tanto pessoal quanto profissionalmente, mas que não tem uma vida abundante? Se possui dinheiro, falta paz; se possui reconhecimento social, falta reconhecimento familiar. É muito aqui e pouco ali. Uma vida abundante é uma vida onde todas as áreas estão em perfeita harmonia. Parece impossível viver assim, né? Mas, foi exatamente para ter essa vida que nascemos. Poucos são os que conseguem, porque poucos são os que acreditam.

Será que você acredita em uma vida assim? Por que algumas pessoas que crescem não abundam? Porque elas não se preocupam em cumprir com a regra universal da abundância: a contribuição. Elas só pensam no seu próprio crescimento, só pensam em se tornar melhores para si. É como se fosse uma árvore que cresce, mas não dá frutos. Se você apenas crescer, até dará sombra a quem estiver precisando, mas eles morrerão de fome. Você é uma árvore frutífera, seus frutos serão a contribuição para o mundo, serão o alimento para quem estiver com fome.

Será que seu crescimento dá espaço para a contribuição? Contribuir é pensar com humanidade, pensar no todo, servir, é ter um propósito de vida. **Crescer sem contribuir é como tentar encher uma jarra furada, você nunca será preenchido.**

Não caia na armadilha do crescimento egoísta, use tudo o que te fez crescer para contribuir com o mundo. É exatamente isso que estou fazendo ao escrever esse livro. O que poderia compartilhar para tornar o mundo um lugar melhor? Quais foram seus aprendizados? Suas superações? Sua história de vitória? Pare, pense, reflita, tenho certeza de que você tem muita coisa boa a oferecer.

Chegou a hora de contribuir, não importa se você ainda se sente pequeno, faça o que está ao seu alcance. Preencha-se.

## **86. Insight do equilíbrio**

“(…) Portanto, sejam astutos como as serpentes e sem malícia como as pombas” (MT 10:16). Essa frase dita por Jesus pode ser resumida em uma palavra: equilíbrio. Ele sabia que em nossa jornada da vida teríamos momentos em que precisaríamos irrigar nossos olhos com o colírio do oportunismo e momentos em que deveríamos nos embriagar de justiça.

O grande problema é que as pessoas, por estarem perdidas em sua própria identidade, cegas e surdas pelo ego e engessadas pelas influências externas, não são capazes de gerir um equilíbrio saudável, vivem ou como “serpentes” ou como “pombos”, ou seja, são escravas do extremismo. Não seja uma pessoa de extremos. **Saber equilibrar a vida é o que mantém a sanidade.**

Eu já fui um louco extremista, era como o pombo, na minha cabeça achava que se eu fosse astuto, oportunista, visionário ou proativo eu estaria sendo egoísta e desonesto. É como se eu estivesse passando os outros para trás, então passei a viver como um “justo samaritano”, procurava ser o mais honesto possível, sempre visando ajudar e agradar os outros, o que acabava vedando meus olhos para oportunidades que poderiam impulsionar minha vida. Isso me fazia sofrer muito, porque eu via essas oportunidades passarem diante de mim, era só eu estender o braço e agarrá-las para transformar minha realidade, mas a ignorância em não conhecer o verdadeiro equilíbrio que Jesus ensina, fez-me perder todas elas. Com isso vivi como um altruísta do próximo, mas ladrão de mim mesmo. Percebe a falta de equilíbrio que há nisso?

Você já deixou de agarrar oportunidades incríveis porque pensou mais no outro do que em si? Por que achou que estaria sendo egoísta ou mesquinho? Ou por que ficou com medo de ser julgado como oportunista?

Não adianta você orar para Deus pedindo oportunidades, se quando elas surgem, por medo de manchar sua imagem, de desagradar pessoas ou de viver uma nova história, você não as agarra. Por outro lado, existem pessoas que baseiam suas ações na astúcia da serpente, onde só conseguem ver seu próprio umbigo, essas pessoas desconhecem a empatia, pisam no próximo sem ao menos notá-los, estão entorpecidas com uma ambição disfuncional e coroadas pela comparação destrutiva

que, provavelmente, são frutos do medo de ficar para trás. Com isso, elas são capazes de conquistar muitas coisas, inclusive a solidão, amargura e tormento espiritual.

Você já agiu dessa forma? Será que hoje você sofre com a loucura do extremismo ou se deleita na sanidade do equilíbrio? Já se perguntou por que é tão difícil manter o equilíbrio? Porque, assim como um equilibrista precisa de foco, disciplina, força de vontade e muito treino para se manter de pé numa corda bamba, você também precisa do mesmo para manter suas emoções, atitudes, comportamentos e ações equilibradas. **As pessoas não querem treinar, querem o resultado que o treino proporciona.** Não seja mais um medíocre nesse time, treine até ter discernimento para viver de forma equilibrada, para ser altruísta de si e do próximo, e colha os melhores frutos que a vida pode te dar.

## **87. Insight dos influenciadores**

Este insight é uma técnica, usei-a para vencer uma das armadilhas do crescimento: os influenciadores. Vivemos na era digital, é raro encontrar alguém que não esteja presente ao menos nas redes sociais. As redes sociais são excelentes fontes para colher informações e adquirir conhecimento, mas, também são nelas que estão as pessoas que você segue e seus influenciadores. Geralmente são deles que você extrai conhecimento, são deles que você pega insights, ideias, sugestões, enfim, assim como diz o nome, seus influenciadores o influenciam. Isso é bom, essas pessoas vão te ajudar a alavancar seu crescimento, porém é preciso tomar muito cuidado. Se você se acostumar a se alimentar do conhecimento alheio, vai acabar se viciando e, com isso, deixará de produzir seu próprio conhecimento. É como alguém que toma hormônios: depois de um tempo, o corpo se acostuma a receber esses hormônios de forma exógena e para de produzir os hormônios endógenos.

Por que estou escrevendo isso? Porque não quero que você caia nessa armadilha. Eu caí, fui seduzido com o conhecimento de meus influenciadores e acabei ficando viciado. Sem perceber, deixei de usar minha mente para criar minhas próprias reflexões e ideias, me tornei escravo do conhecimento alheio. Ao invés de aproveitar os momentos de tranquilidade para refletir sobre minha vida, meu dia, minhas atitudes

e comportamentos, para criar meus próprios métodos, técnicas e ideias, corria para o celular para acompanhar o que os influenciadores estavam falando. Com o tempo fui sentindo que isso estava me fazendo mal, sentia uma necessidade de ter minhas próprias reflexões, é aquela história do “sussurro”, lembra? Minha intuição me falava “isso não tá legal”. Então decidi me abster de acompanhar todos os influenciadores, até mesmo amigos e familiares, eu simplesmente sumi das redes sociais por uma semana. E como sempre, a intuição não falhou, foi a melhor coisa que fiz!

Nessa semana aproveitei para observar o mundo ao meu redor, prestei mais atenção nos meus pensamentos, mergulhei na autoconsciência e dialoguei comigo. O tempo livre, que antes eu passava me inundando de informações, usei para desfrutar da minha presença. Isso me levou a descobrir um novo Eu, descobri novos gostos, novas habilidades e inclinações, elaborei reflexões que nunca achei que seria capaz de elaborar, liberei uma autoconfiança e um empoderamento surpreendente, senti uma sensação de independência e liberdade como nunca. Cresci mais nesses sete dias do que em meses. Além disso, depois que fiquei os sete dias sem acompanhar nenhum influenciador, percebi quais faziam sentido continuar seguindo e quais só acrescentavam “lixo” na minha mente. Isso me permitiu filtrar as informações que eu consumia, potencializando meu aprendizado para o que realmente fazia sentido para mim. Percebe os incríveis benefícios dessa simples técnica? Podem parecer apenas sete dias, mas são sete dias de imersão, sem influência alguma interferindo. Qual foi a última vez que você imergiu em si? Muitas pessoas nunca o fizeram.

**Nem sempre se alimentar significa se nutrir.** A maioria das pessoas busca somente se alimentar de conhecimento alheio, mas deixam de se nutrir com momentos de imersão em si. Talvez você esteja viciado no conhecimento alheio e nem percebeu, talvez sua mente já esteja preguiçosa, seu crescimento estagnou e você não sabe o motivo.

Se você ainda não passou, com certeza passará por essa situação e se quiser continuar crescendo, evoluindo, precisará se desligar das influências externas e fazer amizade com a solidão, precisará de períodos de “auto imersão”. Se você sente que está estagnado em seu crescimento, talvez o que falta é você se tornar seu próprio influenciador. É você olhar mais para dentro. Talvez você precise de um tempo para criar suas próprias teorias, suas próprias ideias e refletir sem influências de

pensamento. Talvez esteja na hora de você depositar menos credibilidade nos outros e mais em você, de prestar mais atenção no sussurro de sua mente do que nas palavras do próximo, de confiar mais em si, de perder o medo de dar alguns passos sozinho. Que tal usar a técnica dos sete dias? Algo me diz que você se surpreenderá com um novo Eu que surgirá de você.

## 88. Insight do platô

Este insight é uma extensão do insight anterior. A questão agora não é de quem você consome o conteúdo, mas sim, da quantidade que consome.

Como se não bastasse informações que recebemos durante o dia, no trabalho, nos relacionamentos, na faculdade, em casa, ainda temos um universo de informações digitais disponíveis na palma de nossa mão, ou seja, somos como uma ilha cercada por um oceano infinito de informações. Aí é que mora o problema, se não soubermos controlar a maré, seremos engolidos. **Controlar e filtrar informações é fundamental para manter o progresso do aprendizado.** Sem isso você sofrerá do mal da obesidade mental. O que seria isso?

Você permite tanta informação entrar na sua mente que não dá tempo de transformá-la em conhecimento e posteriormente em sabedoria, essas informações vão se acumulando, deixando-o pesado, até chegar ao ponto de você travar. Para uma informação se tornar sabedoria ela precisa de um processo de maturação, esse processo é o platô.

No platô, você vai se abster de novas informações e focar no que já tem, é o período em que você vai pôr em prática as informações adquiridas e treiná-las até elas enraizarem na sua personalidade. As pessoas fogem de platôs, pois tem a falsa crença de que se entrarem num platô deixarão de evoluir, porém é justamente no platô que acontece a evolução. **Não há como adquirir sabedoria sem os períodos de maturação, sem platôs.**

Para aprender a escrever, não foi de uma hora para outra, você precisou de tempo, esforço e dedicação, ou seja, você precisou maturar seu conhecimento até a escrita enraizar em você, você precisou de um platô.

Será que você é o tipo de pessoa que vive se enchendo de informações? Será que você se preocupa muito em estar sempre descobrindo coisas novas? Está sempre querendo mais e mais? Se sim, já se perguntou por que você faz isso? Qual foi a última vez que você separou, durante um tempo considerável, para imergir em um determinado assunto? Desprenda-se da ilusão de que você precisa estar o tempo todo atrás de informações, alie-se aos platôs, eles são a ponte entre a informação e a tão cobiçada sabedoria. Você precisa de platôs para amadurecer.

## **89. Insight do fertilizante**

Crescer é difícil, eu sei, é horrível se jogar para debaixo da terra, você fica sozinho no escuro, sente-se perdido, até que chega uma hora que a única saída para essa situação é se esforçar ao máximo para quebrar a casca que o limita de brotar, crescer, ver a luz do sol e se tornar uma árvore forte. **Não se preocupe, toda grande árvore já esteve debaixo da terra um dia.**

Há pessoas que têm tanto medo desse processo de “germinação” que passam a vida toda vivendo como sementes. O processo dói mesmo, não tenha medo, viva esse momento intensamente, não se importe com o que os outros vão falar, não queira pagar de durão, não tenha medo e nem vergonha de chorar. **Cada lágrima que sai dos seus olhos é como um fertilizante para seu crescimento.**

Como uma semente germinará, para brotar e crescer até virar uma grande árvore que possa dar sombra e frutos para quem estiver ao seu redor, se ela não for regada? Regue-se com suas lágrimas, não engula o choro, quanto mais fizer isso, mais seco e sem vida você ficará. Chorar é sinal de força, não de fraqueza.

Essa passagem da palavra comprova o que estou dizendo: “Aqueles que semeiam com lágrimas, com cantos de alegria colherão” (Salmos 126:5). Você rega

seu crescimento? Ou acha que chorar é besteira? Chorar é tão, ou mais, importante do que desfrutar. **Chorar o coloca no processo, traz força e abre espaço para soluções.**

“O Senhor está perto dos que têm o coração quebrantado e salva os de espírito abatido” (Salmos 34:18). Deus sempre estará perto de você se ao olhá-lo enxergar um coração humilde e quebrantado. Não permita que a arrogância de seu ego te impeça de se hidratar com a humildade de suas lágrimas e colha uma vida de prosperidade e abundância sob a segurança de ter Deus perto de você.

## **90. Insight do dia ruim**

“Se vocês amarem aqueles que os amam, que recompensa vocês receberão? Até os publicanos fazem isso!” (MT 5:46). Qual ensinamento Jesus quis passar ao dizer isso? Amar quem nos ama é fácil, isso qualquer um pode fazer, mas e amar quem não nos ama? É aí que mora o problema. Essa frase diz respeito à atitude que devemos tomar diante das pessoas, mas ela também pode ser usada no dia a dia e é isso que vou explicar neste insight.

Da mesma forma que amar quem nos ama é fácil, estar feliz quando sua vida vai bem também é. Mas, e quando você está em um dia ruim? Como você o encara? Como você reage às situações? Você consegue permanecer feliz? **São nos dias ruins que sua verdadeira face é mostrada.** Por trás de todo dia ruim tem duas coisas: uma cruz ou uma oportunidade de crescimento. Tudo depende de como você enxerga.

A maioria das pessoas, por não ter inteligência emocional, cai na armadilha do dia ruim, vendem sua felicidade, entusiasmo e paz para comprar a cruz do estresse que as situações do dia ruim impõem. Você faz isso?

**Ame dias ruins! Eles são como provas que o Universo aplica para testar seu crescimento.** Ao enxergá-los dessa forma, passará a vivê-los com gratidão. Vai até gostar deles porque terá a oportunidade de saber em que nível está seu progresso.

Ao se deparar com um dia ruim sua versão reclamona, pessimista e ingrata vai querer vir à tona, ao invés de se render a ela, leve-a para dar uma volta, chame-a para dançar. Ensine-a a viver com entusiasmo, alegria e gratidão, a ser resiliente e

empática, mostre-a quem comanda a dança. Somente assim você passará na prova e abrirá caminho para continuar prosperando.

## 91. Insight da culpa

A culpa é um sentimento pesado, quem é fraco emocionalmente não suporta esse peso e por isso tenta transferi-lo a você. Para ser capaz de suportar o peso da culpa, uma pessoa precisa ser forte emocionalmente, ter “musculatura” emocional, essas pessoas além de suportar a culpa, transformam-na em combustível para crescer. O problema é que o mundo está cheio de pessoas fracas, no sentido emocional, pessoas que estão o tempo todo procurando uma vítima para transferir a culpa e se encontram outra que também é fraca, conseguirá transferi-la.

Mas, por que estou escrevendo este insight? Porque como se já não bastasse a culpa que você carrega pelos seus atos, inevitavelmente, em sua jornada, você se deparará com pessoas transferidoras de culpa e se você não souber lidar com elas, bloqueará seu processo de crescimento. Quero protegê-lo dessa situação, para que você continue num processo constante de desenvolvimento. **Uma pessoa que se sente culpada perde o controle da sua vida e deixa de caminhar na direção do progresso.**

Vou lhe ensinar duas maneiras de lidar com os “efeitos colaterais” da culpa:

- 1) Não aceite a culpa que os outros tentarem transferir a você. Não se deixe enganar, pois essas pessoas são especialistas em nos persuadir.
- 2) Se a culpa realmente for sua, não se condene, se fizer isso dará poder para a culpa te controlar, perdoe-se e perdoe quem estiver envolvido, assim você se libertará do peso, assuma a responsabilidade, abrace sua culpa e foque no que precisa ser feito para reverter o processo. Remoer-se só alimentará o poder da culpa.

Agindo dessa maneira você estimulará o desenvolvimento da sua musculatura emocional para ser resiliente com a culpa (se for sua) e para se blindar da culpa que

não lhe pertence. Nenhuma culpa será mais um peso para você e não irá te atrasar na sua jornada.

## 92. Insight do sofrimento

**A área que você mais sofre na vida é onde você será usado para contribuir.** Isso pode parecer contraintuitivo, mas é real. Se alguma área da vida está ruim é porque falta competência para gerenciá-la. Portanto, basta você mudar sua perspectiva para descobrir que **por trás do sofrimento de uma área ruim, existe uma oportunidade para se tornar competente.** A única maneira de se tornar competente é treinando. Vou explicar melhor isso contando um pedacinho da minha história.

Passei por isso na minha vida. Minha área emocional era péssima, era escravo da depressão, da ansiedade, do negativismo, cheguei ao limite, no fundo do poço, até que chegou um ponto em que não dava mais para eu viver assim, então decidi estudar sobre inteligência emocional para transformar minha situação. Comecei totalmente do zero, não sabia nada, pois nunca tinha me importado com minhas emoções, mas aos poucos fui pegando gosto pelo assunto, li cada vez mais livros, participei de cursos e apliquei os conhecimentos na minha vida, até que os resultados foram aparecendo. Quando percebi, já estava a um ano estudando massivamente o assunto, minha área emocional que antes estava destruída, se fortaleceu e se equilibrou, posso dizer que nesse momento me vi livre emocionalmente. Assim, isso começou a refletir no mundo externo e as pessoas ao meu redor, ao perceberem minha mudança, começaram a me pedir ajuda. Hoje, estou aqui escrevendo esse livro, podendo ajudar muito mais.

Quem diria que em apenas um ano, alguém que era totalmente despreparado se tornou referência. Por isso repito que a área de sua vida de maior sofrimento é a que você pode usar para contribuir com o próximo. Porém, para isso acontecer antes de reclamar ou jogar a toalha é preciso enxergar a oportunidade que está por trás do sofrimento, caso contrário você continuará sendo escravo dessa situação. **Enxergar a oportunidade ajudará a quebrar esse ciclo de sofrimento.**

O segundo passo é descobrir quais são as ferramentas necessárias para transformar o sofrimento em contentamento. Isso permitirá que suas ações sejam

assertivas, mantendo-o motivado, e evitará gasto desnecessário de energia, que poderia contribuir para você se desanimar e desistir.

O terceiro passo é agir massivamente com constância e disciplina. Não adianta você treinar de vez em quando, você já viu um atleta de ponta treinar de vez em quando? É sobre sua vida, sobre a transformação, seja prudente! Você pode transformar qualquer área de sua vida, desde que: reconheça que algo precisa ser feito, saiba o que precisa ser feito e treine massivamente.

### **93. Insight da intimidade**

Já reparou que quando você tem uma relação íntima com alguém se sente tão à vontade que não precisa ficar o tempo todo puxando conversa, pelo contrário, somente o silêncio da presença basta. É só você pensar no relacionamento com seu cônjuge ou com seus pais e irmãos, garanto que há momentos em que vocês estão juntos, sem dizer uma palavra e mesmo assim se sentem à vontade.

No relacionamento com Deus funciona da mesma forma. **A intimidade com Deus faz com que você fale menos e sinta mais.** Você passará a sentir confiança, amor e temor. E é isso que Deus quer de você, sentimentos verdadeiros por Ele, afinal, é seu coração que Ele vê. O que está em seu coração basta para Deus e é exatamente por isso que Ele valoriza mais o que você sente por Ele do que diz a Ele.

Você valorizaria mais o que alguém sente por você ou o que diz para você? Agora pense quando você está com alguém que não tem intimidade, perceba que você não consegue ficar em silêncio se sentindo à vontade, geralmente você irá puxar algum assunto ou fazer algo para prender a atenção da pessoa, sempre para manter um clima agradável e deixar tanto você quanto ela mais à vontade. Muitas vezes, isso chega a ser desgastante. **A falta de intimidade é desgastante, pois te força a fazer e dizer coisas só para manter um clima agradável.** Será que você desgasta sua relação com Deus enchendo seus ouvidos de “abobrinhas” só para manter um clima agradável entre vocês?

É claro que falar é importante, porém na presença da intimidade o abstrato deixa de ser dito para dar lugar ao essencial. Deus valoriza a essência e não o abstrato. **Mais vale uma palavra essencial do que mil palavras abstratas.**

O que você diz a Deus? Você o enche com palavras abstratas e superficiais ou deixa que seu coração diga o essencial? Saiba que falar com Deus sem o peso das emoções é o mesmo que falar com a parede. **A intimidade com Deus começa pelo seu coração.** Sinta mais, deixe que a naturalidade dos sentimentos no seu coração fale o essencial, desgaste-se menos e desfrute dos benefícios dessa relação maravilhosa.

#### **94. Insight da perplexidade**

Por que você ficaria perplexo com a atitude de alguém se era uma atitude esperada? Porque no fundo, você não acreditava plenamente nisso. Quantas vezes na sua vida você se deparou com uma situação em que você disse “eu não acredito nisso”. Qual foi o sentimento desse momento? Perplexidade. Concorde que se você fica perplexo com algo é porque você não esperava por esse algo? Afinal, se você já espera, o único sentimento possível é a fé.

Com Deus funciona da mesma forma, não faz sentido você pedir coisas a Ele e depois ficar ansioso e perplexo com a possibilidade da realização de seu pedido. Isso demonstra pouca fé. Pessoas de pouca fé não conquistam grandes coisas. A fé inabalável traz consigo a confiança e a tranquilidade e são exatamente elas que Deus quer ver em você para mover tudo a seu favor. **Portanto, não fique perplexo com o que Deus faz em sua vida, receba-as com naturalidade, afinal, o poder de Deus é natural.** Isso o ajudará a engrandecer e fortalecer sua fé. Muitas pessoas se preocupam em fortalecer seus músculos, mas poucas são as que fazem o mesmo com a fé. Por isso que são poucas as que realizam seus desejos. Esteja no time dos realizadores, da fé inabalável e não dos perplexos de pouca fé. **A naturalidade é a chave.**

#### **95. Insight da repetência**

Você gosta de estar perto de alguém que repete tudo o que fala? Ninguém gosta, é chato e desgastante. Então, por que Deus gostaria? Quando alguém repete uma história para você, qual sua reação? Você nem presta atenção. Então, por que Deus prestaria? Você costuma repetir muito suas orações, seus pedidos, enfim, suas palavras a Deus? E se você repete, já se perguntou por que age assim?

Toda pessoa que repete com frequência o que fala, é porque não tem plena confiança que o outro está ouvindo, realmente a está ouvindo. Por isso, ela tem essa necessidade neurótica de reafirmar suas palavras. Será que a repetência de suas palavras a Deus surge de um desejo ardente, afinal, quando você quer muito uma coisa, você persiste, ou é uma forma de camuflar sua falta de confiança? Já refletiu sobre isso?

**Se repetir orações fizesse Deus realizar desejos, as pessoas que rezam “Pai nosso” e “Ave Maria” estariam com a vida feita**, mas o que se enxerga nessas pessoas é aflição, medos, ansiedade e angústia. Deus não é burro e nem surdo, você não precisa ficar repetindo coisas a Ele. Como você leu no insight 93, mais vale uma palavra essencial do que mil palavras abstratas. **A não ser que você sinta do fundo de seu coração que deve repetir algo a Deus, não repita.** Entregue suas palavras a Ele com convicção, com confiança, faça o que estiver ao seu alcance e deixe o resto por conta dEle. Fazendo isso você se livrará da ansiedade, da aflição e da angústia de sua espera e passará a viver em paz e cada vez realizará mais.

## **96. Insight do parâmetro**

Sabe aquela história de “Ah, não estou nem aí para o que os outros pensam sobre mim”? É a maior furada, isso não é você falando, é seu ego! Já caí nessa armadilha do ego achando que como me viam não importava, o importante era como eu me via. É claro que, a forma como nos vemos tem um peso gigantesco nos resultados da nossa vida, porém, muitas vezes nosso ego mascara nossa verdadeira autoimagem, nos impedindo de enxergar nossos comportamentos e atitudes de forma clara. Quem está de fora não tem essa “máscara do ego”, portanto, consegue nos enxergar por uma perspectiva real. Por isso, é extremamente importante termos a

noção da imagem que as pessoas têm de nós. A não ser que você seja uma pessoa extremamente evoluída, ao ponto de conseguir identificar as ilusões que o ego impõe na imagem que você tem de si, você precisará de pessoas para ajudá-lo. Isso não quer dizer que você vai acatar a qualquer coisa que falarem, mas permitirá ter um parâmetro para identificar se quem você pensa que é está coerente com quem você, de fato, é.

**Saber a imagem que você passa não muda quem você é, mas lhe dá parâmetros para saber quem você está sendo,** ajuda-o a policiar seus comportamentos e atitudes. Quantas pessoas vivem nessa ilusão, acham que estão se munindo de amor-próprio, de autoconfiança, mas estão sendo orgulhosas sem perceberem. Sabe o que pessoas assim ganham? Solidão. Ninguém quer estar perto de alguém orgulhoso.

Será que hoje você tem uma autoimagem forte, mas não entende o porquê vive sozinho? Não entende o porquê as pessoas não se conectam a você? Ou quando acontece uma conexão, logo ela é interrompida? Será que seu amor-próprio e sua autoconfiança são meras ilusões de um orgulho latente?

Mas, por que a imagem que passamos às pessoas é tão importante quanto a que temos de nós? Porque é através dessa imagem que as pessoas se conectam a nós. É através de conexões que podemos conhecer pessoas extraordinárias, que podem nos levar a fechar grandes negócios, começar um relacionamento incrível, fazer novas amizades, conhecer lugares diferentes, enfim, todo ser humano precisa de conexões, precisa de pessoas. Portanto, não tenha medo nem vergonha de perguntar às pessoas como elas o veem. Faça isso com o máximo de pessoas possíveis, peça-as para serem sinceras. Preste atenção no que mais dizem enxergar em você, provavelmente aí estará sua maior qualidade ou seu maior defeito e, aquilo que não fizer sentido algum você descarta. Com isso, você conseguirá alinhar sua imagem interna com a externa, favorecendo conexões e, conseqüentemente, impulsionando sua vida.

## **97. Insight do alimento**

Dependendo do alimento que você ingere seu corpo produzirá mais anticorpos, aumentando sua imunidade. Os urubus, quando sentem que suas crias estão sendo ameaçadas, sabendo que as carniças possuem um cheiro insuportável, vomitam para que as presas se afastem delas. O que se pode concluir com isso? **É daquilo que você se alimenta que surge a sua proteção.**

Esse livro foi escrito na pior fase da COVID-19, momento em que pessoas estão totalmente expostas a informações e notícias (alimentos) negativas, o que gera um grande impacto emocional e, conseqüentemente, por estarem abaladas emocionalmente descontam na alimentação.

Será que o que você consome te protege? Ou você se sente vulnerável? Para ter uma vida saudável e protegida é preciso se atentar não somente aos alimentos do corpo, mas, também aos da alma, deve haver equilíbrio entre essas áreas, pois uma depende da outra. Sem esse equilíbrio suas obras não serão sustentáveis, nenhum grande feito será possível, pois sem proteção nenhum império fica de pé.

Comece a se olhar como uma fortaleza, cada informação que entra na sua mente e cada alimento que entra no seu corpo são como pedras que serão usadas para construir sua fortaleza, porém se essas pedras estiverem rachadas ou se forem fracas, a fortaleza não ficará firme. Por isso, é extremamente importante que você possa construir uma fortaleza cada vez mais forte e protegida, ou seja, que você selecione as pedras: escolha bem seus alimentos.

Do que você alimenta seu corpo e a sua alma? Será que esses alimentos são edificantes ou estão te levando à beira do desmoronamento? Preste atenção aos sentimentos que estão sendo gerados com aquilo que consome, por aí você terá noção se seu consumo está contribuindo ou não para uma fortaleza forte e protegida.

Selecionar seus alimentos é o que te fará cumprir o que diz essa passagem da palavra: “Mil poderão cair ao seu lado; dez mil, à sua direita, mas nada o atingirá” (SL 91:7).

## **98. Insight da transformação**

**Uma borboleta jamais voltará a ser lagarta.** Foi com essa frase que consegui superar uma situação que me deixava confuso e me fazia mal. Como sei que você também se transformará após ler e aplicar os insights desse livro, colocarei essa situação neste insight para evitar que você caia numa armadilha.

Quando estamos no processo de crescimento, somos como uma lagarta, fracos e vulneráveis, e temos que nos esforçar muito para nos alimentar até nos tornarmos preparados para o momento da transformação. Depois que passamos pela transformação, nos tornamos borboletas que agora não mais rastejam, voam, não são vulneráveis, se movimentam com agilidade. São exatamente por esses motivos que não faz sentido para uma borboleta agir como a lagarta. Se ela tentar fazer o que fazia quando era uma lagarta não estará sendo ela. Mas, por que contei essa história? Por que é exatamente assim que você se sentirá quando se transformar em uma borboleta, a vida de lagarta que você tinha não fará mais sentido, as ideias, atitudes, ações, lugares e companhias de lagarta não lhe agradarão mais, pois agora você é uma borboleta, é um novo ser.

Eu sofri muito com essa situação, porque eu tinha me tornado uma borboleta, mas as pessoas que conviviam comigo ainda eram lagartas e mantinham as atitudes, ideias e conversas de lagartas, com isso, por mais que eu tentasse, não conseguia me encaixar nesse “habitat” e acabava me condenando, me sentia um chato, insuportável, o que me destruía por dentro.

**Até que descobri que me condenar era o mesmo que me prender numa gaiola.** Todo o esforço que fiz para me transformar seria em vão se eu me mantivesse preso. Então lá vai o insight: quando você passar por essa situação, jamais se condene, aceite sua nova condição. Não tenha medo de deixar seu antigo e limitado habitat, de viver como uma borboleta, você é livre para voar. Mesmo que seja difícil encontrar outras borboletas para voarem juntas a ti, não olhe para trás, **é melhor voar sozinho por um tempo do que voltar a se rastejar com as lagartas.** É exatamente isso que diz essa passagem da palavra: “Nunca me assentei na assembléia dos zombadores, nem me regoziquei; por causa da tua mão me assentei solitário; pois me encheste de indignação” (Jeremias 15:17).

O que você deve fazer é usar sua experiência de transformação para ajudar outras lagartas a se tornarem borboletas. Assumir sua nova forma é contribuir com um

mundo melhor. O mundo precisa de você. Desapegue-se do passado, olhe para frente e viva sua melhor versão. Tenha certeza de que o mundo retribuirá seu esforço.

## **99. Insight dos semelhantes**

Uma rosa, por mais bela que seja, não se compara à beleza de um buquê. **Uma simples flor se torna mais bela quando rodeada por suas semelhantes.** Em nossa vida funciona da mesma forma, fomos feitos para nos conectar aos nossos semelhantes. Repare que quando você está conectado a pessoas com o mesmo propósito, sua melhor versão é ativada, o mais belo do seu ser vem à tona, isso faz com que você atinja seu potencial máximo e impulsione seus empreendimentos.

Entenda que **não basta apenas estar rodeado de pessoas, elas precisam ser semelhantes a você.** Você jamais viverá uma vida bela e extraordinária se não estiver junto aos seus semelhantes. Como disse no insight anterior, de nada adianta você ter se tornado uma borboleta, mas estar rodeado por lagartas. Os resultados que você espera só realizarão quando você entender o princípio da semelhança. Esse princípio é tão importante que aparece várias vezes na palavra: “Não se deixem enganar: “as más companhias corrompem os bons costumes” (1 Coríntios 15:33); “Não tenhas inveja dos homens malignos, nem desejes estar com eles” (Provérbios 24:1). Portanto, tenha em mente que é impossível desfrutar da mais bela versão unida a uma vida repleta de resultados extraordinários se você não estiver com seus semelhantes, caso contrário, o máximo que você colherá é uma vida medíocre. Acredito que não seja o que quer.

Que tipo de pessoas o rodeia? Que tipo de pessoas você procura para se relacionar? Essas pessoas estão condizentes com o propósito de sua vida?

Responda essas questões com sinceridade e descobrirá o porquê dos seus resultados e da vida que vive.

## **100. Insight da provisão**

*Se Deus deu a ordem, Ele dará a provisão.*

Lembro-me como se fosse ontem quando pedi a Deus alguma ideia para que eu pudesse contribuir com o mundo, sentia a necessidade de compartilhar o conhecimento que adquiria durante o meu processo de desenvolvimento pessoal. Quase que imediatamente após pedir, ouvi sua voz dizendo: escreva um livro. No insight 51 você aprendeu como ouvir e identificar a voz de Deus, caso ainda tenha dúvida sobre isso, volte até lá.

Sempre que Deus nos ordena algo, a tendência é questionarmos, a primeira palavra que vem à nossa mente é “como?”. Somente com o tempo, adquirindo maturidade espiritual, que conseguimos acatar as ordens de Deus sem questionamento, com o tempo vamos aprendendo a confiar cada vez mais nEle. Quando eu o questionei perguntando como, Ele me respondeu: “não se preocupe com absolutamente nada”. Essa frase foi tão espontânea e clara que fiquei perplexo, não tinha como não confiar. Então, fui fazendo o que precisava para que o livro tomasse vida, sempre pedindo orientação a Deus, e aí está ele, em suas mãos.

Portanto, quando Deus lhe der uma ordem, não perca seu tempo questionando, muito menos se preocupando, Ele já o viu no futuro, sabe o melhor caminho. Tudo que você precisar para cumprir a ordem vinda dEle, você terá. Apenas se concentre em fazer o necessário e caso não saiba como agir, peça e Ele lhe mostrará.

Você tem alguma necessidade latejante dentro de você? Algo que não sai da sua mente? Que queima seu coração? Que vem do mais profundo da sua essência? Certamente é dessa necessidade que surgirá algum projeto ou oportunidade que alavancará sua vida, então, não a negligencie. Se você ignorar, deixará de viver uma história extraordinária. Da mesma forma que Deus me ajudou, Ele também o ajudará, afinal, Deus é amor e no amor não existem diferenças. Peça orientação a Ele, obedeça a sua voz, decida confiar e não se preocupe com absolutamente nada, apenas esteja pronto para viver o extraordinário.

## **101. Insight da obra**

*Não se apaixone pelas suas obras, ame-as.*

Quando iniciamos um projeto temos a tendência de nos apaixonar por ele, isso é um erro gravíssimo, pois a paixão está intimamente relacionada com a ilusão. Quando você está apaixonado por alguém, repare como você fecha os olhos para os defeitos da pessoa, geralmente pessoas de fora tentam alertá-lo, mas você está cego e não consegue enxergar ou se enxerga os negligência. Fuja da paixão, apaixonar-se por seus projetos deixará você cego, o impedirá de identificar os defeitos, os pontos a melhorar, fará você tomar atitudes precipitadas e assim será impossível otimizá-lo para conquistar o resultado desejado.

Quer trabalhar num projeto da melhor forma possível? **Troque a ilusão da paixão pela realidade do amor!** Ame seus projetos. O amor não é cego, pelo contrário, ele enxerga os defeitos, as falhas e, mesmo assim, decide dar o seu máximo para realizar seu objetivo da melhor forma. A realidade do amor fará com que você trabalhe os pontos certos, sem pressa, com calma e de maneira racional para tornar seus projetos bem-sucedidos. Só foi possível eu terminar esse livro, porque o escrevi com amor. Mas, como não ser iludido pela paixão?

A melhor maneira é “desinflar” seu ego. Encare seu projeto apenas como um projeto, não o supervalorize, não acredite que ele é melhor do que outros, analise-o como alguém que observa de fora, esteja aberto a críticas e, faça-o pelo impacto que ele pode causar nas pessoas e não pelo reconhecimento que poderá gerar. Dessa forma, você colocará seu ego no lugar e abrirá espaço para trabalhar na realidade.

Você já se frustrou com seus projetos? Independentemente da sua resposta, agora você sabe o segredo para torná-los bem-sucedidos.

## *Agradecimentos*

Agradeço a Deus, pois graças a Ele, pude viver as experiências que me proporcionaram criar todos os insights desse livro. Sem seus ensinamentos, suas repreensões, sua guia, seus conselhos, sua proteção, seu cuidado, enfim, sem o seu amor, nenhuma palavra dessa obra teria sido escrita.



### ***Sobre o autor***

Gabriel é um escritor (futuro best-seller), nascido na cidade de Amparo, interior de São Paulo, que acredita em uma vida livre e abundante e que nasceu para reinar sobre a Terra, bem como desfrutar do melhor que ela pode oferecer. Seu objetivo é ajudar as pessoas oferecendo todo seu conhecimento para que elas despertem o seu máximo potencial e possam viver uma vida extraordinária.

## *Siga Gabriel nas redes sociais*

- [Canal do YouTube](#)
- [Instagram](#)