

DESPERTE SUA
PROSPERIDADE

**A
RIQUEZA
COMEÇA
NA
MENTE**



**JOSÉ
CAVALCANTE
MAIA**

Desperte sua prosperidade – A riqueza começa na mente
José B. Cavalcante de O. Maia

Desperte a sua prosperidade

A RIQUEZA COMEÇA NA MENTE

JOSÉ B. CAVALCANTE DE O. MAIA

VIVA FORA DA CAIXA

Direitos reservados – proibido reproduzir e distribuir sem prévia autorização do autor.

SUMÁRIO

[MINHA HISTÓRIA](#)

[INTRODUÇÃO](#)

[CAP. 1 – POR QUE VOCÊ QUER TER MAIS DINHEIRO?](#)

[CAP. 2 - CRENÇAS FINANCEIRAS QUE BOICOTAM A PROSPERIDADE](#)

[CAP. 3 – SAIBA QUEM É VOCÊ](#)

[CAP. 04 – O CICLO DA LIBERDADE FINANCEIRA](#)

[CAP. 05 – O PODER DA GRATIDÃO](#)

[CAP. 5.1 – DIÁRIO DA GRATIDÃO](#)

[CAP. 06 – COMO DESENVOLVER O MINDSET MILIONÁRIO](#)

[CAP. 07 – O CICLO DA PROSPERIDADE E DA ABUNDÂNCIA](#)

[CAP. 08 – PROPÓSITO](#)

[CAP. 09 – PONTE AO FUTURO E O QUADRO DOS SONHOS](#)

[CAP. 10 – VIVA FORA DA CAIXA](#)

[SOBRE O AUTOR E OUTRAS OUBRAS](#)

[REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS](#)

MINHA HISTÓRIA

Para falar como surgiu o meu desejo ardente de fazer o que eu faço com tanto amor e dedicação pelo desenvolvimento integral das pessoas, eu preciso explicar as minhas origens e falar para você que a minha história, assim como de tantas outras pessoas também foi marcada por altos e baixos. Eu tive meus momentos de perda, de dor, de crescimento, de alegrias e de grandes transformações até que o meu propósito ficasse claro na minha mente e no meu coração.

Praticamente eu nasci dentro de uma ótica, em 1977 meus pais já eram comerciantes e conduziam uma pequena ótica na cidade de Lages, no interior de Santa Catarina, lembro de passar os primeiros anos da minha vida lá dentro brincando e correndo entre os espaços apertados das mesas de atendimento. O interessante foi que na vida adulta percebi que desde menino eu já respirava esse ar de empreendedorismo, é como se isso já corresse nas minhas veias desde cedo.

Logo nos primeiros anos de vida começaram a surgir os problemas, quando eu tinha 6 para sete anos, minha mãe sofreu um AVC que paralisou totalmente o lado direito do corpo dela, ela perdeu os movimentos, perdeu a fala e praticamente estava condenada a passar o resto da vida daquela forma, isso aconteceu quando ela tinha uns trinta e poucos anos, agora você imagina como eu fiquei e como minha irmã que na época tinha quatro anos ficou.

Literalmente, eu e minha irmã perdemos nosso chão, enquanto a nossa mãe fazia um tratamento em Porto Alegre eu e minha irmã moramos com nossos tios, não sei por quanto tempo foi isso, mas sei que nessa época algumas marcas profundas começaram a se instalar no meu sistema de crenças. Com a mãe de volta à nossa casa, as coisas não melhoraram porque o meu pai estava sempre muito ausente, envolvido nas coisas dele, e desde pequeno aprendi que seria preciso me virar sozinho, desenvolvi centenas de brincadeiras imaginárias e passava meus momentos em casa envolvido em criar brincadeiras novas, hoje

eu vejo que a minha criatividade foi desenvolvida por uma necessidade intrínseca que começou naquela época e essas brincadeiras me sustentavam após a escola e nos finais de semana. Por falar em escola... meu rendimento caia ano após ano.

Tanto a solidão de crescer sozinho, com a mãe em uma recuperação contínua, porém demorada, quanto a ausência do pai naquele período, apesar de que ele nunca deixou faltar nada - materialmente falando - mas a ausência em momentos aparentemente banais continuaram a reforçar e a instalar mais crenças negativas que viriam a se manifestar com força na adolescência, uma época bastante conturbada para mim.

Aos vinte anos entrei na Faculdade de Turismo e Hotelaria em Camboriú, no litoral de Santa Catarina, a minha ideia era de morar o mais longe possível da situação que eu estava vivendo, escolhi essa faculdade porque pensava em morar numa pousada no Nordeste e pagar a faculdade sempre foi um sacrifício, fiz inúmeros bicos, desde ser músico tocando na noite, barmen, estágio em hotel, agência de turismo, fui garçom, e não teve nada de errado nisso, tenho muito orgulho de ter passado por experiências difíceis, isso me ajudou a me tornar antifrágil.

Na véspera de me formar, acredite, eu estava infeliz porque descobri que não era o que eu queria. Retornei para Lages e comecei a trabalhar na ótica do meu pai, dentro de mim estava um vazio e sobre mim estava pairando uma sombra, e vivia carregado de crenças limitantes sobre prosperidade financeira, felicidade nos relacionamentos, eu me sentia sem rumo, sem ambição e sem saber o que faria da minha vida.

Certo dia vi uma propaganda de um curso de uma outra faculdade me chamou a atenção, Optometria, na cidade de Canoinhas no norte de Santa Catarina, logo na primeira semana entendi que parte do meu propósito era fazer as pessoas enxergarem melhor. Aí comecei a exercer a profissão após formado, mas a inquietude dentro de mim persistia e compreendi que para ter um sucesso

verdadeiro, autêntico e na proporção que realmente eu merecia, comecei a buscar me desenvolver na vida pessoal, fiz dezenas de cursos sobre terapias holísticas, buscando sempre em primeiro lugar, melhorar algo em mim. Após ter uma bagagem de várias cursos e anos em atividades ajudando outras pessoas, comecei a ensinar outras pessoas a mudarem suas próprias vidas através dos cursos que eu ministrava.

Nesse meio tempo escrevi o meu primeiro livro sobre espiritualidade, era 2010, minha esposa estava grávida, morávamos de aluguel num apartamento pequeno, estávamos pagando o financiamento do carro e a nossa grana era curta mesmo. Só que o chamado em publicar aquele livro estava ficando muito forte dentro de mim e fui fazer um orçamento na gráfica para saber quanto iria custar imprimir mil unidades. O valor ficou exatos R\$ 5000,00, acredite, esse montante era exatamente tudo o que tínhamos guardado na poupança. Perguntei para minha esposa o que ela achava, lembro bem até hoje das palavras da Renata: “Se essa é a sua missão, vai lá e faz”.

Respaldado pela minha esposa, mandei imprimir as 1000 unidades, até então estava tudo bem, só que no dia em que os livros chegaram e as 20 caixas preencheram uma parede inteira do nosso apartamento, as fichas começaram a cair, eu me perguntava que loucura eu tinha feito? Ninguém me conhecia, era um autor anônimo, sem editora e zero networking. Aí tive um insight, por ser uma obra espiritualista, primeiro entrei em contato com centros espíritas e espiritualistas desde Porto Alegre até Belém do Pará, fazendo a proposta de que eu assumira todos os riscos, pagaria o envio e deixaria de forma consignada e o local de venda ficaria com 30% do valor. Para os locais de venda e as livrarias que eu enviei era 100% lucro, era só expor o livro e esperar vender.

Para dar um upgrade nas vendas eu comecei a me convidar para fazer palestras, literalmente, eu me convidava, me apresentava como autor e perguntava sobre qual assunto que eles queriam que eu abordasse. Não que eu soubesse de tudo, mas essa estratégia abria mais portas para mim e me

obrigava a me superar a todo instante. Um ano após os livros impressos, eu já tinha vendido quase todos e aqueles cinco mil reais tinham virado doze mil reais.

E o que isso me ensinou? Que quando nós acreditamos num propósito e arregaçamos as mangas e vamos fazer o que tem que ser feito, o sucesso e a vitória são inevitáveis, essa experiência me fez provar para mim mesmo que eu era capaz de seguir meus sonhos e também de superar as crenças limitantes que poderiam ter acabado com a minha vida.

Anos depois eu senti que algo precisava ser mudado, mas não era algo que dependia dos outros, eu precisava mudar algo em mim, foi então que eu conheci “acidentalmente” o Coaching e me maravilhei, entendi que era a oportunidade perfeita que me faltava para virar a chave mais importante da minha vida, literalmente, parar de tratar o meu passado e começar a cuidar do meu presente para ter um futuro melhor, vivendo o meu grande propósito – transformar o mundo num lugar melhor de viver – melhorando a vida de outras pessoas integralmente, mente, corpo e espírito.

Como faz parte da minha essência curiosa, possuo uma vontade imensa de aprender sempre mais e a todo instante, estou sempre atento às oportunidades de crescimento pessoal que surgem e em muitas ocasiões fui estudar com os maiores especialistas da área, rodei o Brasil e cheguei a fazer uma formação muito especial com o norte americano – Timothy Gallwey, considerado o pai do Coaching moderno, de lá para cá muitas experiências engrandecedoras aconteceram na minha vida e vou compartilhar todo o meu conhecimento de vida pessoal e de vivência no Coaching assim como todas as grandes lições que aprendi com os maiores mestres do desenvolvimento humano e ajudar você a dominar essa metodologia transformadora, que eleva a vida das pessoas para os níveis mais altos de qualidade de vida e de alta performance profissional e pessoal.

Vou ajudar você a superar as crenças que podem estar boicotando os seus relacionamentos amorosos, a sua vida profissional e impedindo que você

Desperte sua prosperidade – A riqueza começa na mente
José B. Cavalcante de O. Maia

tenha a prosperidade financeira que realmente merece e fazer com que você vivencie a sua melhor versão, despertando todo o seu poder pessoal para viver a vida dos seus sonhos.

INTRODUÇÃO

Ser uma pessoa próspera vai muito além de apenas conhecer caminhos para um investimento mais rentável, ou de simplesmente aprender a gastar menos e poupar um dinheiro aqui e outro ali... a chave está em saber como usar os caminhos neurologicamente corretos para atingir a prosperidade de forma consistente e duradoura através de uma mudança profunda na forma de lidar com o dinheiro e todas as situações que envolvem as formas de aumentar seus ganhos – você pode sempre mais – a questão é que tudo isso envolve saber fazer as escolhas certas nos assuntos relacionados à sua própria vida financeira.

Para que essas escolhas sejam assertivas e que você tenha os melhores resultados no que se refere à saúde financeira, os condicionamentos mentais de escassez, fracasso, mediocridade financeira, baixa autoestima, escolhas erradas que são baseadas no impulso e orientadas por crenças autossabotadoras - entre outros fatores que foram programados na mente das pessoas - precisam de uma nova versão, ou seja, precisam ser reprogramados para aceitar a prosperidade, aumentar os rendimentos e manter o crescimento financeiro contínuo para atingir o patamar da riqueza e da liberdade financeira que muitos almejam e que poucos conseguem.

Uma das lições que eu sempre abordo nos meus atendimentos individuais e nos treinamentos que aplico, é que todo mundo tem pleno potencial de desenvolver a clareza e as habilidades para entrar na rota da prosperidade através do desenvolvimento do mindset e dos princípios da riqueza.

Talvez você já tenha lido diversos livros, ou feito alguns cursos sobre investimentos em ações na bolsa de valores, aprendido como enriquecer investindo em imóveis, numa dessas você já viu inúmeros vídeos sobre as Criptomoedas – Bitcoins e outras moedas, investimentos em Tesouro Direto, CDB, CDI e outras tantas modalidades que o mercado financeiro oferece. Funciona? Claro que sim. A questão principal consiste em desenvolver o seu mindset de forma objetiva, consistente, com estratégias e um método comprovado, consiste em uma

poderosa ferramenta para programar uma mentalidade de riqueza que você verdadeiramente merece.

Diz para mim, o que aconteceu após ter aprendido diversas formas de ganhar mais dinheiro? Talvez você já esteja iniciando o ciclo de ouro da liberdade financeira, no entanto, para a maioria das pessoas isso não mudou praticamente em nada a vida financeira delas, no começo é tudo muito empolgante e parece até que a riqueza chegará de vez na vida dessas pessoas, infelizmente, com o passar do tempo o comodismo aparece, o foco já está muito difuso e quase perdeu o sentido, isso tira as pessoas da rota da riqueza por acharem que é difícil demais, ou que demora muito tempo e que isso não é para elas, e as pessoas acabam procrastinando mais um sonho, o sonho da liberdade financeira.

Nesses casos boa parte das pessoas deixam de ter lucro ou simplesmente não aumentaram em nada os seus rendimentos porque não fizeram nada de diferente, continuaram executando exatamente as mesmas coisas, de braços cruzados na frente da televisão e esperando que dessa forma ficariam ricas. Não acontece assim, e alguns até mesmo amarguram prejuízos financeiros por pura displicência em manter o propósito de melhorar a saúde financeira.

Quer saber o motivo?

Tudo se resume ao modelo financeiro que existe no subconsciente de cada um de nós e na disposição de cada pessoa fazer o que tem que ser feito para ter ganhos futuros, o condicionamento mental de escassez limita a visão de riqueza futura e o foco se concentra apenas nos prazeres imediatos, para a imensa maioria das pessoas é assim que a mente financeira funciona, a cada novo dia novas desculpas são criadas e a estagnação financeira continua e na medida em que o tempo passa, a frustração gerada pela escassez financeira aumenta vertiginosamente.

Se a sua mente não estiver programada para receber, manter e multiplicar o dinheiro, certamente todos os seus esforços serão em vão. O ponto inicial que facilita o processo de enriquecimento financeiro começa na programação correta da mente, do autoconhecimento, envolve mudanças de hábitos e saber onde o dinheiro pode ser mais valorizado, e se a sua mentalidade não estiver programada para o sucesso, você terá outras duas opções de programação, a neutra, onde nada acontece, literalmente, tudo que ganha você perde e vive apenas para pagar as contas, ou da mentalidade de fracasso, onde todos os esforços não trazem nenhum efeito positivo na vida financeira e ainda por cima acarretam perdas constantes que reforçam a mentalidade de fracasso.

Por isso que neste e-book, nos cursos que ministro e nos atendimentos que eu faço, o principal investimento é na sua programação mental, para desbloquear os potenciais de prosperidade que existem dentro de você, esse é o passo fundamental que vai trazer resultados positivos e duradouros na sua vida financeira.

Ao aplicar em si as ferramentas que eu proponho aqui, você estará vivenciando o início de uma jornada verdadeiramente enriquecedora e terá o conhecimento necessário para iniciar a sua jornada da prosperidade. Porque tudo começa quando entendemos as raízes do sucesso, da mediocridade e do fracasso financeiro, esse conhecimento serve como um gatilho ativador para o seu processo de mudança nessa área da sua vida. Juntos vamos investigar que os condicionamentos mentais têm seu início lá na infância e são inseridos na mente de diversas formas e ficam gravadas profundamente, e mesmo assim, seguem atuando na vida adulta, determinando o modo de pensar, agir e aceitar as situações relacionadas à riqueza e em como lidar de forma correta com o dinheiro.

Vamos explorar técnicas e ferramentas capazes de trazer à tona essas crenças negativas sobre dinheiro e superar uma a uma, com atividades simples, profundas e aos poucos vamos organizar a sua vida financeira, preparando a sua mentalidade para a abundância que você realmente merece.

Você vai despertar o seu potencial de prosperidade através do seu poder de reflexão, e essas reflexões profundas, geram transformações internas que por consequência geram movimentos ou tomadas de decisões mais assertivas na sua vida financeira e você vai se dar o direito de abrir as portas da prosperidade financeira definitivamente na sua vida, fazendo o que gosta e sendo muito bem remunerado por isso. Quer algo melhor?

Antes de iniciarmos tenho uma pergunta muito importante para fazer:

Você quer ter uma vida medíocre ou você quer ter uma vida verdadeiramente rica em todos os sentidos?

Entenda como vida medíocre uma vida mediana, sabe aquela velha e popular frase “tendo um dinheirinho para pagar as contas está bom”, ou aquele pensamento do tipo “ter uma casa e um carro é meu sonho”. O sonho da casa própria ou de ter o carro do ano é algo comum para a grande massa brasileira, mas nem sempre faz sentido, porque se os seus sonhos metas e objetivos forem apenas isso, sinto muito lhe informar mas isso é muito pouco e você vai entrar na faixa dos sonhos medíocres. Porque isso é o básico que todas as pessoas devem ter. Não me entenda mal, eu respeito as pessoas que veem na casa e no carro próprio o sonho da vida, mas eu posso garantir que você pode ter muito mais.

Minha intenção não é menosprezar as conquistas das classes mais baixas, mas sim, mostrar caminhos neurologicamente corretos para você conquistar tudo o que você merece. Vou demonstrar como você pode mudar o seu mindset - a sua mentalidade - e vou preparar sua mente para pensar, sentir e agir em relação a ter mais prosperidade, e gradativamente, sua liberdade financeira vai aumentando. Isso não é uma promessa ou algo mágico, porque através da reprogramação do condicionamento mental de crenças limitantes, e de uma mudança profunda nos hábitos de consumo, vou ensinar você a criar mecanismos e recursos internos que vão liberar o seu potencial de riqueza para

fazer o dinheiro trabalhar por você e não apenas você ficar se matando pelo dinheiro.

Antes de continuar, reflita e me responda o seguinte: Você acredita que pode ser uma pessoa rica, verdadeiramente bem de vida? Não pense apenas em ter uma casa e o carro do ano, como disse anteriormente, isso é o básico. Quero saber se você verdadeiramente acredita na possibilidade de se tornar uma pessoa rica?

Se sim, você está no caminho certo, por isso continue comigo e vou lhe ajudar a configurar a sua mentalidade para pensar, agir e propiciar que você tenha uma nova visão sobre si mesmo e sua forma de lidar com dinheiro e se tornar uma pessoa criadora de riqueza.

Agora se sua resposta foi um NÃO, isso revela que dentro de você existe incongruências, um lado seu pode até querer prosperar em todas as áreas da sua vida, mas dentro de você existe outro lado que está boicotando seu poder de riqueza. Isso é um condicionamento mental, e é verdadeiro. Por que você acha que a maioria das pessoas estão abaixo das suas verdadeiras possibilidades de riqueza?

Porque não acreditam em seus próprios potenciais, essas pessoas não se consideram merecedoras de ter riqueza, acham que é pecado, ou que não nasceram para serem ricas, e até mesmo tem medo da riqueza, medo de se perderem na vida ou pensam que riqueza é somente para quem nasceu em berço de ouro.

Eu garanto para você que a riqueza não faz ninguém se perder na vida, porque a riqueza revela quem nós verdadeiramente somos, uma pessoa mau caráter, vai ser mau caráter tanto na pobreza quanto na riqueza, uma pessoa bondosa justa e caridosa, vai ser assim na riqueza e também na pobreza, se você é uma pessoa que gosta de ajudar os outros, imagine o quanto você

poderia ajudar sendo uma pessoa rica. Faz sentido isso? Se faz sentido continua acompanhando meu raciocínio.

Talvez você fale que as pessoas pobres, são pobres porque não tiveram chances nenhuma na vida. Isso não é verdade, todos temos chances de vencer na vida, não importa o meio em que nascemos, é apenas uma questão de escolha, de livre-arbítrio, e principalmente de autorresponsabilidade.

Temos aqui no nosso país diversos exemplos de pessoas que nasceram quase que na pobreza absoluta ou passaram por terríveis desertos financeiros e se tornaram grandes empreendedores, pessoas como Carlos Wizard, Sandro Rodrigues, Silvio Santos, Cris Arcangeli, Robson Chiba... enfim são inúmeros exemplos vitoriosos que existe aqui no Brasil, todos esses grandes mestres do empreendedorismo possuem características em comum que os ajudaram a ser verdadeiros milionários, vencedores na vida e ter a prosperidade que realmente merecem. Isso é uma prova viva que todos somos capazes de prosperar, indiferentemente à dificuldade a qual estamos vivendo. Concorda com isso?

Nós vamos navegar agora por águas profundas, você precisará assumir o controle do navio da sua vida e ser o comandante da sua própria mente. Você vai precisar de recursos internos que talvez você nem saiba que possui. Não se preocupe, seus potenciais latentes virão à tona na hora certa, porque a cada passo eu vou apresentar um exercício de mudança de mindset e assim a sua mentalidade empreendedora/investidora e de riqueza vai ganhando musculatura para ajudar você a concluir essa viagem.

Por mais simples que possa parecer, vai ser de grande importância a sua dedicação e força de vontade. Posso garantir para você que faremos essa jornada juntos e por mais revolto que possa parecer o mar que iremos atravessar, lembre-se sempre que você está assumindo o controle do navio que representa a sua vida, sair da zona da mediocridade é uma questão de postura mental e hábitos neurologicamente corretos.

Os seus rendimentos crescem na medida em que você cresce, em outras palavras, o seu sucesso financeiro está intimamente ligado ao seu desenvolvimento pessoal. Esse é um fato comprovado, basta fazer uma lista das pessoas mais ricas do mundo, analisar os seus feitos, suas conquistas e perceber que nenhuma delas ficou parada no tempo vendo a vida passar, muitos inclusive, possuem os seus próprios grupos de Mastermind, isso quer dizer que regularmente eles se reúnem com pessoas também de grande poder intelectual, financeiro e emocional e nesses encontros um ensina ao outro como continuar evoluindo em uma determinada área, seja estratégia de negócios, espiritualmente ou desenvolvendo inteligência emocional e nós podemos ter o nosso próprio grupo de Mastermind, por que não?

Entende onde quero chegar? As pessoas de sucesso buscam constantemente o aperfeiçoamento pessoal e ao compartilhar com um grupo do mesmo nível de pessoas com mentalidade próspera, um instiga o outro a crescer um pouco mais, refletindo na vida como um todo de forma positiva e todos crescem juntos.

A busca constante de desenvolvimento pessoal vai influenciar diretamente no seu modelo de dinheiro, a maioria das pessoas não possuem capacidade interna para conquistar, multiplicar e manter rendimentos financeiros crescentes. Para deixar bem claro essa ideia de mindset financeiro estar associado ao desenvolvimento pessoal, peço que me permita contar uma história verídica.

Quando eu ainda era um estudante da faculdade de Optometria um colega contou a história de um cortador de cana que morava na cidade dele, no interior do Estado de São Paulo, esse homem havia ganhado na loteria um valor aproximado de 16 milhões de Reais. Imagina, um cortador de cana acostumado a ganhar meio salário mínimo por mês, trabalhando de sol a sol todos os dias e de repente surge uma bolada de dinheiro na frente, o que você acha que aconteceu?

Comprou casa nova e nela morou por um tempo, vendeu por menos que tinha pago, comprou outra casa mais cara e maior ainda, teve diversos carros, chegou a ter meia dúzia dos modelos mais modernos da época, festas e mais festas, e em poucos anos advinha? Ele estava comprando óculos a prazo na ótica desse meu amigo. Moral da história, sem mudar o condicionamento mental interno, você pode ficar milionário da noite para o dia e do dia para a noite ter perdido tudo. Diferente de uma pessoa que enriquece pelo próprio esforço e na medida que desenvolve outras habilidades, tende a aumentar, multiplicar e manter o crescimento financeiro.

Um dos fundamentos da riqueza consiste em mudar as crenças lá na origem, sabe aquele ditado de cortar o mal pela raiz? É isso mesmo, de nada adianta ganhar uma fortuna de uma hora para outra se as raízes mais profundas são regadas com crenças de não merecimento, de pobreza, avareza e até mesmo de contradições contra pessoas ricas. Talvez você seja uma pessoa descrente, daquelas que precisa ver para crer, não há nada de errado nisso, talvez seja essa descrença que deixa você na exata situação financeira que se encontra, talvez você seja uma pessoa bem-sucedida, mas isso ainda o impede de elevar sua vida para o nível seguinte.

Todo mundo sabe que para acendermos uma lâmpada precisamos de eletricidade, mas ninguém nunca viu a eletricidade propriamente dita, sabemos que ela existe, assim como o oxigênio que é elemento fundamental para a nossa vida. Uma das coisas mais importantes que você deve compreender é que não vivemos exclusivamente no plano físico, somos seres mais complexos, vivemos em quatro quadrantes. O plano físico, o plano mental, o emocional e o espiritual, e a harmonia entre esses quatro quadrantes formam a nossa totalidade como seres integrais, existe energia circulando nesses planos e a reprogramação dos nossos condicionamentos de determinam nossa vida, envolve o alinhamento de todos eles para que possamos entrar na perfeita congruência da prosperidade financeira.

Dinheiro é resultado, riqueza é resultado, saúde é resultado, doença é resultado, o seu peso é resultado, vivemos em um mundo de causa e efeito. A falta de dinheiro é um efeito, e onde está a causa? Tenha sempre em mente que o seu mundo exterior é o reflexo do seu mundo interior. A fórmula dos resultados é muito simples: Pensamentos levam à sentimentos. Sentimentos conduzem a ações e ações produzem resultados. E os resultados são frutos das nossas escolhas, daquilo que decidimos pensar, sentir e fazer. Simples assim e com o modelo mental financeiro essa fórmula é visivelmente detectada. Faça uma breve autoavaliação sobre si mesmo e o que as seus pensamentos, sentimentos e ações têm produzido de positivo na sua vida financeira.

As respostas que você procura estão todas dentro da sua mente, para desbloquear todo o seu potencial de conhecimentos vou usar toda a minha experiência com desenvolvimento humano, mentoria Coaching, Programação Neurolinguística, inteligência emocional e ajudar você a descobrir os melhores caminhos neurologicamente corretos que existem na sua mente.

O primeiro passo que é necessário está muito acima do simples “querer”, é importante que você “deseje” conquistar a vida dos seus sonhos, esse é o primeiro movimento rumo à sua independência financeira e a se tornar a sua melhor versão rumo à liberdade financeira.

CAPÍTULO 01

POR QUE VOCÊ QUER TER MAIS DINHEIRO?

Eu posso garantir para você que a grande maioria das pessoas quer ganhar mais dinheiro, não importa se você ganha cem mil reais por ano ou se ganha um milhão de reais. Todos querem aumentar seus rendimentos e acredito que você faça parte do grande grupo. No entanto, são poucas as pessoas que vão conseguir superar a linha mediana da riqueza, concorda? Isso ocorre por vários motivos, algumas pessoas não se sentem capazes de sair da área de conforto, optam por não arriscar sua estabilidade financeira e fazer as mudanças necessárias para desenvolver mais a própria riqueza, isso está muito relacionado à classe média, onde - conforto - é a palavra mais almejada e a condição mais desejada é de permanecer em uma região confortável.

Nada de errado nisso, no entanto, a região de conforto tem limites e a riqueza vive fora da área de conforto, não importa o que você faça da vida hoje, vamos supor que sua renda mensal seja de dez mil reais, para alguns é muito para outros é pouco, tudo vai depender do mindset e da forma como cada um lida com o dinheiro ou a quantia que almeja receber.

A questão consiste no fato de que para você receber uma quantia maior do que você já recebe é preciso sair da área de conforto, pensar fora da caixa e você precisa fazer alguma coisa diferente do que está acostumado (a) e condicionado desde que nasceu, aqui eu vou ensinar você a usar ferramentas para desbloquear os caminhos neurais da prosperidade e vou demonstrar como você pode usar sabiamente o seu dinheiro, separando de forma inteligente a quantia necessária para suprir todas as suas necessidades diárias e ainda separar um dinheiro para investir e multiplicar seus ganhos.

Outras formas de multiplicar os rendimentos além de fazer sobrar dinheiro para investir é aumentar o seus recebimentos, parece óbvio, mas por que isso não acontece assim tão facilmente? Porque é preciso sair da bolha que a maioria das pessoas prefere viver, crescer exige esforço sim, você pode receber mais

dinheiro também se você aumentar a sua carteira de clientes ou através de uma promoção (só recebe promoção quem se destaca e para isso é preciso inovar) ou buscar uma renda extra, e isso também requer uma entrega maior da pessoa, seja atuando em uma segunda profissão, que pode requerer alguns sacrifícios como trabalhar nos finais de semana ou fazer um terceiro período durante a semana, de qualquer forma, o rendimento só vai aumentar se alguma coisa extra for feita além do conforto habitual.

E o que acontece com aquelas pessoas que são esforçadas, trabalham 10 a 14 horas por dia, pessoas que sempre buscam inventar novidades, fazer inovações, pessoas que literalmente, correm atrás dos seus sonhos e no fim, nada dá certo?

A resposta é simples, porém, com um fundo complexo. Nesse caso as crenças limitantes que atuam de forma oculta estão sempre boicotando a vida dessas pessoas. Sei de casos de especialistas em investimentos que são excelentes para os outros e péssimos para si mesmos. Motivo?

Não se sentem merecedores de ter riqueza. Da mesma forma conheço pessoas que tem ideias inovadoras e não tem medo de tentar fazer diferente para ganhar mais dinheiro e no fim do mês estão no vermelho. Motivo? Acreditam que todo dinheiro deve vir suado através de um sacrifício enorme, acreditam que tudo é difícil e que isso é o normal. Acreditam que sempre estão errando em alguma coisa e que o dinheiro não foi feito para parar na mão delas, por isso nada dá certo. Como eu disse antes, a resposta é simples, mas possui um enredo complexo que fica navegando nos recônditos ocultos da mente humana.

Posso dizer e afirmar categoricamente que os condicionamentos mentais estão entre os principais fatores determinantes do sucesso e é exatamente nesse ponto que eu vou abordar através de perguntas poderosas que geram uma reflexão profunda e essa reflexão produz uma transformação interna e essa

transformação, por menor que seja, conduz a um movimento e todo movimento assertivo só tem um destino – alcançar o objetivo financeiro almejado.

Agora eu tenho algumas perguntas importantes para fazer para você, como a minha intenção é conduzir você ao seu sucesso financeiro em primeiro lugar, porque acredito que este esteja dentro dos seus planos, estou errado? Caso a sua resposta seja algo tipo – não me importo com dinheiro ou não estou aqui somente pelo dinheiro – está tudo certo, a questão é que para você poder evoluir financeiramente você precisa estar resolvido consigo mesmo.

Ter dinheiro não é errado. Vou adiantar um assunto que abordarei mais adiante que é o seguinte, quanto mais dinheiro você possui mais pessoas ao seu redor ou ao redor do mundo você pode ajudar, simples assim. Combinado? Vamos às perguntas para iniciar o seu processo de enriquecimento.

Se você apenas ler, quase que não terá efeito, você precisa ir escrevendo, sentindo palavra por palavra, coloque sua emoção em cada resposta, assim o seu subconsciente para compreendendo a importância de cada resposta e te ajudando a encontrar a melhor solução. Combinado?

- 1) O que você realmente espera do dinheiro? Escreva isso, coloque no papel tudo o que você almeja do dinheiro. É importante escrever, isso vai reforçar no seu cérebro os seus motivos e é uma das formas mais eficientes de programarmos a sua mente rumo à prosperidade, por isso escreva, o que você realmente espera do dinheiro?
- 2) O que você está buscando para a sua vida e que, se tivesse mais dinheiro, seria capaz de realizar, coloque no papel.
- 3) Ao ter mais dinheiro, o que você espera disso?
- 4) Quais as experiências e quais as sensações que você NÃO tem hoje, mas que seria capaz de vivenciar se tivesse mais dinheiro na sua conta bancária?

5) O que levaria você a abrir mão de todo seu dinheiro? Qual seria o maior motivo que faria você abrir mão do seu dinheiro nessa vida?

Respondeu todas as perguntas? Maravilhoso. Agora reveja a resposta que você colocou na última pergunta. Caso você não tenha dado o devido valor à essa questão, concentre-se nela com carinho, pense, analise, sinta a sua resposta. Qual experiência ou sensação levaria você a abrir mão do seu dinheiro?

O que você escreveu nessa resposta é o que vai guiar você na sua jornada de enriquecimento, para alguns é a família, para outras pessoas é um sentimento pessoal. Tenha em mente que isso pelo qual você abandonaria todo o seu dinheiro é o motivo pelo qual você vai enriquecer. Isto está ligado a uma parte importante do seu propósito de vida.

Se você ainda não tem certeza do seu propósito, provavelmente, você vai precisar ter isso bem definido na sua mente e no seu coração, o seu propósito é o motivo pelo qual você acorda todos os dias, é a força propulsora da sua vida.

Talvez você esteja em uma fase de transição, pessoal e/ou profissional, não se cobre demasiadamente por isso, essa mudança vai ocorrer naturalmente e você terá mais assertividade e irá com mais força ao encontro do seu propósito. Tenha muito claro que a prosperidade material e a autorrealização não são inimigos mortais e muito menos você deve considerar que o dinheiro atrasa a sua evolução espiritual.

Se queremos manifestar uma vida de prosperidade, harmonia, paz, e propagar isso para todo o mundo, devemos em primeiro lugar, eliminar da nossa mente as inúmeras crenças limitantes que sabotam a prosperidade, não se preocupe, mais adiante vou estar ajudando você a modificar esses pensamentos de limitações financeiras. Por hora é importante saber de forma clara, o real motivo pelo qual você quer ter mais dinheiro.

CAPÍTULO 02

CRENÇAS FINANCEIRAS QUE BOICOTAM A PROSPERIDADE

O sistema de crenças representa uma das estruturas internas mais importantes do comportamento humano. Quando acreditamos de verdade em algo, nos comportamos de maneira correspondente com essa crença. Um ponto específico do nosso sistema de crenças que merece atenção é quando acreditamos que algo é possível, e quando acreditamos que não é possível atingir o resultado almejado, essa crença específica do possível ou do impossível se torna uma profecia autorrealizável e acreditar nessas possibilidades vale para qualquer área da vida, relacionamentos, saúde, felicidade, espiritualidade, e na prosperidade financeira, que é a área onde vamos aprofundar o assunto.

O fato é que todas as crenças são aprendidas na infância através daquilo que nós ouvimos, presenciamos e observamos através das ações e comportamentos dos pais, sejam eles biológicos ou do coração, professores, parentes, vizinhos ou até mesmo aprendido em programas televisivos, e hoje em dia inclui os conteúdos da internet como canais de influência e formação de crenças, positivas ou negativas.

Todas essas fontes de modelagem têm um papel decisivo no nosso estilo de lidarmos com o dinheiro e isso reflete na nossa forma em que estamos transmitindo aos nossos filhos o jeito que eles terão no futuro de agir em todas as áreas da vida. É um ciclo, que pode ser tanto benéfico quanto maligno, não se sinta culpado, essa herança nós não pedimos, nos foi ensinado da forma que nossos pais, educadores ou criadores sabiam na época, cabe a nós, que agora estamos conhecendo esse assunto, eliminar de vez esse ciclo de autossabotagem e transmitirmos para as gerações futuras, através do nosso exemplo, palavras, sentimentos e ações uma nova forma de se portar diante das situações da vida e isso vai refletir, certamente, em um mundo melhor de se viver.

Tendemos a modelar aquilo que vivenciamos com frequência na infância, pesquisas comprovam que crianças que sofreram maus tratos na infância, ao chegarem na vida adulta, tendem a repetir inconscientemente, as experiências desagradáveis que receberam na infância.

Estudos mostram que mulheres que foram espancadas pelas suas mães tendem a ser mais agressivas com seus filhos, inconscientemente repetem os padrões de comportamento que aprenderam, sem perceber modelam o exemplo que receberam quando crianças. E na questão sobre dinheiro, você acredita que seria diferente? Engana-se se você pensa que o comportamento financeiro que presenciamos não teria influencia alguma na forma como agimos na vida adulta, novamente se revela que repetimos inconscientemente aquilo que nos foi ensinado de diversas formas inconscientes como os exemplos de comportamento, atitudes, frases limitantes e modo de agir.

O adulto de hoje é em muitos aspectos, uma incorporação dos modelos de adultos aos quais vivenciou durante a infância. O adulto de hoje se apoia nas características de pessoas importantes do passado e demonstra isso através de suas crenças e comportamentos.

Vamos fazer um teste rápido. Pense e responda (escreva) com toda a sua sinceridade, isso só vai fazer bem a você. Responda:

Tem alguma coisa que você está tentando mudar em si mesmo há muito tempo e não tem obtido sucesso?

Provavelmente a sua resposta envolve uma crença limitante derivada de algo que você aprendeu com alguém no seu passado. Fez sentido?

Para deixar mais claro a origem das crenças, imagine o nascimento de uma criança, nessa época ainda não existiam crenças na mente do bebê, apenas chegam informações diárias e pela falta de discernimento, tudo o que é apresentado, de certa forma, é assimilado como uma verdade absoluta. Ao

nascer a criança não possui crenças, é como uma tela em branco que dia após dia vai sendo inserido um novo detalhe, uma nova informação, simplesmente aceitando tudo como certo e verídico.

Não há filtros que determinem o que é certo e o que é errado. Até os sete anos de idade, o sistema de crenças é sedimentado, ainda está sob forte influência, principalmente da mãe, a partir dos sete aos quatorze anos de idade o sistema de crenças entra na sua fase de fechamento ou de impressão dos próprios valores sobre o que percebe da vida, nessa fase a influência do pai é mais significativa.

Quero deixar bem claro que esse conhecimento sobre a influência tanto do pai quanto da mãe em diferentes épocas da vida, não exime a participação de ambos em todos os momentos, e que isso não sirva como pretexto para transferir a responsabilidade para a outra pessoa, combinado?

A partir dos quatorze anos as informações que chegam ainda continuam formando o sistema de crenças, no entanto com menos intensidade, com exceção das pessoas que respiram programas violentos todos os dias e notícias trágicas diariamente, repetindo o padrão de comportamento, sentimento (medo, ansiedade que essas matérias causam),isso é um retroalimentação constante das crenças limitantes que já vinham desde a infância.

Em resumo, toda a informação que nós recebemos quando criança, e que principalmente, estão acompanhadas de um forte impacto emocional, se tornam verdades pela falta de filtro seletor na infância e a repetição dos exemplos e comportamentos de pessoas e do ambiente transformam essa verdade adquirida em uma convicção, que ao ser fortalecida por novos estímulos repetitivos se torna uma crença, podendo ser positiva ou negativa, dependendo do que é apresentado constantemente.

Hoje em dia há evidências científicas que comprovam que a qualidade da nossa vida financeira está muito pouco relacionada com informações e

conhecimentos em finanças e investimentos. Todo o sucesso e fracasso financeiro é fruto de uma escolha, seja essa escolha acertada ou completamente equivocada, e o que movimenta as pessoas a tomarem suas decisões é o condicionamento mental decorrente de crenças e das programações internas. Essa programação mental é registrada nos nossos neurônios em forma de sinapses neurais, ou conexões neurais, que se formam a partir das experiências sensoriais que aconteceram na infância.

Ressalto que tudo o que vimos, ouvimos e sentimos, agregados a um forte impacto emocional fica registrado em um nível mais profundo e muito mais enraizado do que se fosse algum acontecimento aleatório e sem importância. É justamente esse aprendizado que fica internalizado na mente subconsciente e que condiciona as tomadas de decisões feitas pela mente consciente.

A nossa mentalidade de riqueza já estava sendo programada desde quando éramos crianças. A qualidade dessa programação se torna cada vez mais evidente na medida em que crescemos e começamos a fazer as escolhas que determinarão se vamos multiplicar nosso dinheiro ou não, se vamos poupar ou não, se seremos gastadores compulsivos ou pessoas avarentas, e finalmente se seremos ricos ou pobres.

Isso não quer dizer que se você nasceu e cresceu em um ambiente carregado de informações negativas sobre dinheiro e exemplos devastadores que limitam a prosperidade, não necessariamente você estará com seu destino contado e fadado a seguir exatamente os mesmos passos dos seus antepassados. É importante que você se sinta merecedor, se você está aqui, agora, tendo a oportunidade de se libertar de algumas amarras que impedem o seu crescimento financeiro, não considere isso um acaso, considere um merecimento que você está tendo e o mérito de ter chegado até aqui é todo seu.

O primeiro passo é identificar em você quais são as crenças limitantes relacionadas às finanças que você deve eliminar, esse é um passo muito importante que você vai dar rumo à sua liberdade financeira. Vou demonstrar

uma lista enorme de crenças limitantes relacionadas à dinheiro e na medida que você for se identificando com algumas das frases que você acredita fazerem parte, de alguma forma, do seu jeito de viver a vida, de se comportar, agir, pensar e falar ou que você ouviu uma ou diversas vezes alguém dizer na sua infância ou adolescência, você vai anotando, combinado? A princípio não se prenda no grau de intensidade de cada uma dessas crenças, apenas busque identificar em si mesmo o que pode estar influenciando negativamente o seu crescimento financeiro.

LISTA DE CRENÇAS FINANCEIRAS NEGATIVAS

1. Quando uma coisa dá errado ela vai dar errado mesmo.
2. Dinheiro não presta.
3. Dinheiro é sujo.
4. Os ricos são desonestos.
5. Para ficar rico só roubando.
6. Dinheiro não dá em árvores.
7. Estou sempre endividado.
8. Mal dá para pagar as contas.
9. Na minha profissão tem que lutar para sobreviver.
10. Não está fácil para ninguém.
11. Não sei cobrar pelos meus serviços ou produtos.
12. Eu não mereço coisas novas.
13. Eu não mereço coisas boas.
14. Só os desonestos possuem dinheiro.
15. Para ter dinheiro, tenho que matar um leão por dia.
16. De grão em grão a galinha enche o papo.
17. Dinheiro só corre para o mar.
18. Dinheiro só vem com muito trabalho duro,
19. Não dá para poupar, nunca sobra nada.
20. O que eu ganho mal paga as contas.
21. Ter carro é igual família, só dá despesa.

22. Sou batalhador. Sou guerreiro, luto todos os dias para sobreviver.
23. Nunca vou conseguir dinheiro o suficiente.
24. Investir é para ricos.
25. Viagem para o exterior é só para os ricos.
26. Não tenho dinheiro para nada.
27. Para ganhar dinheiro só jogando na loteria.
28. Eu não mereço sucesso.
29. Não nasci para ser chefe.
30. Não nasci para ser dono de uma empresa.
31. É melhor dar do que receber.
32. Sem trabalho duro não vai para frente.
33. Nasci pobre vou morrer pobre.
34. Meu destino é esse, meu pai era assim, minha mãe era assim...
35. O problema é a crise.
36. O problema é a corrupção, por isso está tão difícil conseguir qualquer coisa.
37. Qualquer emprego serve, dando para pagar as contas.
38. Dinheiro não traz felicidade.
39. Não é possível viver do que se ama.
40. Os ricos são gananciosos.
41. Pessoa rica é egoísta.
42. Dinheiro é sujo.
43. Não sou dono de banco.
44. Só enriquece quem rouba.
45. Dinheiro não é importante.
46. As melhores oportunidades só aparecem para quem já tem dinheiro.
47. O dinheiro é a raiz de todo o mal.
48. Os ricos não vão para o céu.
49. É pecado ser rico.
50. Dinheiro não dá felicidade.
51. A felicidade não é deste mundo.

Uau, essa etapa de identificação de crenças é incrível, e talvez você possa ter se lembrado até mesmo de outras frases que você ouvia quando criança, eu mesmo lembrei de algumas que meu pai falava, dizia ele: “não tenho dinheiro para isso”, “você sabe o quanto custa o seu colégio?” “não sou dono da Celesc” (empresa que fornece luz em Santa Catarina), adorei ter lembrado isso agora, porque no próximo passo, vamos juntos eliminar as crenças relacionadas à nossa vida financeira que ainda insistem em visitar a nossa mente.

Nessa etapa você vai fazer uma lista com todas as crenças que mais influenciam negativamente a sua vida financeira atualmente, avalie de 0 a 10 o quanto cada crença tem impactado negativamente a sua vida financeira, essa é um forma de você medir a força de cada uma, a nota 10 quer dizer que a crença realmente é muito forte na sua vida, se você der uma nota 5, essa crença tem poder e influência média na sua tomada de decisão financeira... nota zero essa crença não exerce influência alguma.

Não importa se você selecionou, uma, dez ou trinta frases, apenas faça essa lista em uma folha de papel à parte. O próximo passo é avaliar as crenças escolhidas, uma a uma, dando a devida nota e pensando, analisando e sentindo o tamanho do prejuízo que isso tem causado na sua vida.

Por exemplo, se você selecionou a frase “dinheiro não dá felicidade”, escreva como tem sido a sua vida até hoje, ter acreditado que isso era verdade. Sua vida financeira tem sido sofrida? Tem que ralar muito para ter as coisas que você deseja? Seu trabalho não remunera o quanto você merece? Pense em cada consequência que essa crença tem causado na sua vida e escreva, deixe os sentimentos virem, se você sentir raiva, está tudo bem, se sentir desânimo, sensação de fracasso, está tudo bem também, essa é a hora de deixar a sujeira dessa programação mental, à qual você não tem culpa nenhuma vir à tona.

Após fazer esse exercício com todas as frases que você selecionou, você deve se colocar no papel de piloto do avião da sua própria vida, assumindo o controle de quem você verdadeiramente é, e, de quem você se compromete a

ser daqui para frente, agora é a hora de ressignificar cada uma das crenças negativas que já fizeram parte da sua programação mental.

Ressignificar significa dar uma nova definição, busque a intenção positiva por trás de cada frase, voltando ao exemplo que “dinheiro não cai do céu”. Essa crença deve ser redefinida por uma frase que traga motivação para você, que encha seu peito de vontade de se levantar de onde você se encontra e dar um passo adiante, você pode ressignificar essa frase com algo mais ou menos parecido com “Eu tenho todo potencial do mundo para receber dinheiro”, ou “se dinheiro não cai do céu é porque ele nasce em tudo que eu toco”, entende? Tem que ser algo com um valor profundo para você. Por isso recomendo que esse exercício seja feito em um local onde você não vai ser interrompido (a), coloque uma música de meditação se preferir.

Faça e refaça quantas vezes você sentir que é necessário e ao final desse exercício. Repita em voz alta cada novo significado que você criou e reavalie o poder de cada crença, talvez você tenha se dado a nota 7 para a frase “dinheiro não cai do céu” antes de ressignificar, olhe essa frase e sinta que nota você dá para essa crença após a redefinição, talvez seja uma nota 4, entende? Você pode fazer e refazer esse exercício até reduzir e eliminar por completo a força de cada uma dessas crenças irracionais que têm limitado a sua vida financeira.

Para fecharmos definitivamente esse momento de reflexão, eu acredito que muitas mágoas e ressentimentos, e até mesmo acusações possam ter surgido em sua mente e em seu coração. Por isso é importante dar continuidade em um outro exercício muito importante para a sua liberdade financeira e emocional. É preciso que agora você trabalhe o PERDÃO, sim, de que adianta ter liberdade financeira se você se encontra aprisionado pelas amarras da raiva, da vingança, do ódio ou de qualquer tipo de ressentimento com as pessoas que incutiram crenças na sua programação mental quando você era criança.

Saiba que a crítica, o medo, o ressentimento e a sensação de culpa são aprendidos na infância e isso reflete no comportamento da vida adulta, eu tenho

certeza que você já sabe que de nada adianta ficar procurando os culpados, sendo que a única pessoa que pode comandar o avião da sua vida é você mesmo, a libertação através do perdão é o combustível para fazer o seu avião decolar com segurança.

Talvez você esteja se perguntando: quem devo perdoar? Eu diria que todas as pessoas que de alguma forma causaram sofrimentos na sua vida. Sim. Porque quem está sofrendo agora? Você ou eles? Qual a única pessoa que você verdadeiramente exerce algum controle, você ou eles? Quem merece ser feliz? Ambos. Eu diria que a pessoa mais importante na sua vida deve ser você mesmo! Mas como assim? E os meus filhos? Olha, se você não tiver amor por si mesmo, qual o exemplo que você vai dar para os seus filhos? Lembra? Somos condicionados pelo que vemos, ouvimos e sentimos quando criança. Esse é um bom motivo para você mudar o modo como se enxerga e age consigo mesmo?

Perdão significa assumir a responsabilidade pelo modo como você se sente e como você se apresenta para o mundo, perdão é recuperar a sua força interior e assumir o comando do seu destino, perdão é a paz interior que dinheiro no mundo compra. Perdão é sentir-se livre das pessoas que um dia fizeram mal para você. Perdão trás benefícios para você e não para quem um dia magoou e fez mal para você.

Perdão está intimamente ligado à sua cura e não às pessoas que fizeram mal a você. Perdão precisa de treino e ajuda a desenvolver autocontrole emocional e melhora saúde física e mental. Perdão é se tornar herói de si mesmo e deixar de ser vítima do mundo. Perdão é escolha e o resultado reflete diretamente na sua vida e na vida das pessoas que você ama e que estão ao seu redor. Convenci? Vamos praticar o perdão.

Escreva uma carta de perdão, honesta, com compaixão e repleta de gratidão para os seus pais, ou para as pessoas que criaram você. Encontre a intensão positiva por trás de cada ato deles, mesmo que tenham causado muito mal a você, pense em quanto isso pode ter tornado você uma pessoa melhor,

Desperte sua prosperidade – A riqueza começa na mente
José B. Cavalcante de O. Maia

mesmo que seja de agora em diante, já consciente que você é capaz de vencer, que você é imparável e que você é um ser humano repleto de potenciais infinitos e que pode conquistar a vida dos seus sonhos e a vida que você verdadeiramente merece.

Refleta sobre os padrões negativos que você aprendeu e que repetiu consigo mesmo, em seus relacionamentos amorosos, na sua vida pessoal, suas finanças e com seus filhos.

A mesmo tempo que você perdoa, você reavalia a sua vida, seu modo de ser e se compromete em ser a sua melhor versão daqui para frente, e isso só acontece quando reconhecemos os nossos erros, agradecemos quem nos ensinou, mesmo que tenha sido da pior maneira e nos libertamos para viver a vida que todos merecem, repleta de saúde, amor, dinheiro e conquistas em todas as áreas da vida. Escreva pelo menos quarenta linhas, não precisa entregar essa carta, lembre-se que esta carta é para a sua libertação, esta carta do perdão é para você despertar o seu poder interior.

CAPÍTULO 03

SAIBA QUEM VOCÊ É

Quem é você? Como você se definiria agora, neste exato momento? Peço que sem pensar muito em como você se apresentaria a mim ou a uma plateia, escreva sua apresentação, rapidamente responda:

Quem é você? Escreva resumidamente em uma folha ou caderno:

Eu não sei o que você respondeu, talvez tenha escrito que você é um excelente profissional, um bom vendedor, nutricionista, um médico, um advogado de sucesso, dona de casa, um técnico em contabilidade, uma professora de faculdade ou maternal. Pode ser que você tenha escrito que está desempregado, que é uma secretária executiva, que é estudante ou até mesmo você pode ter escrito que é o Fulano de Tal da Empresa X123Z. Uma coisa preciso deixar bem clara para você e é importante que você mantenha bem definido na sua mente os papéis que você exerce na sua vida.

Na verdade, você não é sua profissão. Você não é o que você faz. Muitas pessoas incorporam o papel profissional tão profundamente que acabam se esquecendo que são muito mais do que isso. Somos muito mais do que nossas profissões, por trás de todo profissional existem virtudes, qualidades, potenciais latentes, valores e posturas que nos diferenciam dos demais seres humanos, por isso que somos únicos.

Nem sempre é assim, muitas vezes o profissional cansado e estressado chega em casa e continua carregando consigo uma grande carga tóxica de estresse e descontrole emocional, entra em casa bravo, mal-humorado, brigando consigo mesmo para não explodir, no entanto, no primeiro gatilho mental, descarrega sua metralhadora de palavras mortíferas nos filhos, na esposa, no marido ou contra si mesmo, abusando do álcool, do fumo ou das drogas para ter breves instantes de fuga da realidade.

No dia seguinte, o ciclo recomeça, porque além do conflito interior entre o papel profissional e o papel pessoal, a falta de autorresponsabilidade por tudo o

que acontece ao seu redor o impede de ver a vida com bons olhos e coloca-se sempre numa posição de vítima do mundo.

A boa notícia é que você é muito mais do que sua profissão, porque ser é muito diferente do que fazer, sua profissão é o que você faz e não o que você é. Quando fazer um *curriculum vitae*, que é algo imprescindível para obter um cargo, evidentemente você colocará os cursos que você fez, a sua formação estudantil, seu cargo atual ou os anteriores, até aí tudo bem, porque você estará sendo selecionado por sua competência, mas seus valores, ou seja, o que você é, também podem estar em destaque no currículo da sua vida.

Já ouviu aquelas famosas frases?

“Você sabe com quem está falando? Eu sou Fulano de tal, sobrinho de tal pessoa. Você sabe quem eu sou? Sou XXX” (geralmente uma profissão onde a pessoa tem algum tipo de poder).

Pessoas que agem assim, realmente não sabem quem são, usam o papel da profissão, ou seja, o que elas fazem, para se identificar para a sociedade e até mesmo para ter o respeito dentro da própria casa. A falta de conhecimento da própria identidade pode desequilibrar outras áreas importantes na vida. Por isso esse capítulo é dedicado à definição da sua identidade.

Um dos pressupostos fundamentais do Coaching é identificar o seu estado atual, ou seja, proporcionar a reflexão necessária para que você saiba aonde está neste momento e a partir deste ponto você possa fazer sua jornada até o estado que deseja atingir. Literalmente, através da sua mobilidade, da sua evolução e dos ganhos que você vai tendo sessão após sessão. Para isso tem alguns exercícios importantes que você precisa fazer. Pegue papel e caneta.

É importante ter muito claro na sua mente e no seu coração três pilares fundamentais da sua própria identidade.

Ser: Quem é você?

Fazer: O que você faz?

Ter: o que você possui:

Primeiro trabalhe o seu “SER”, aprofunde-se em si mesmo e descubra quem é você. Peço que escreva com mais profundidade desta vez e depois compare as respostas. Defina-se como ser humano, retratando suas convicções mais profundas, quais os sentimentos mais fortes que habitam em você? O que deixa você feliz e o que entristece seus dias? Como é o seu comportamento diário diante das situações da vida?

Agora que você já definiu quem você é, peço que escreva em outra folha o seu “FAZER”, o que você faz? Peço para que se permita ir além do cargo, da profissão ou da formação acadêmica, permita-se encontrar o bem que você proporciona a outras pessoas através do exercício da sua profissão. Qual a qualidade do seu trabalho?

Qual a transformação que você impacta na vida das outras pessoas através dos seus serviços ou produtos? Não importa se o seu cargo for o mais simples da sua organização ou se você faz parte do alto escalão executivo. Apenas liste em uma folha de papel os benefícios que o exercício da sua profissão proporciona positivamente na vida das outras pessoas.

Qual a qualidade dos locais que você frequenta? O que as suas ações causam de impacto positivo ou negativo na sua família? Se você morresse hoje, que falta você faria ao mundo e para as pessoas queridas por você? Pense, reflita e coloque no papel os seus sentimentos sobre o que você está fazendo nesse mundo. Qual a transformação positiva que você provoca nas pessoas?

Tendo claro em sua mente quem você é, assim como diferenciando do que você faz. Para concluir essa fase de reconhecimento da própria identidade, peço que reflita sobre o seu “TER”, O que você tem? Refiro-me a valores financeiros, bens ativos, investimentos, ações, aplicações, enfim, aos valores monetários. Onde você mora? Como você se veste? Possui reservas financeiras?

É de suma importância que você também não confunda o que você tem com quem você é. Recentemente tivemos alguns casos de políticos e de

peças milionárias sendo presas aqui no nosso país, porque em algum momento acharam que por possuírem altíssima soma de dinheiro e bens valiosos, estariam acima da lei e poderiam usufruir dos benefícios da impunidade vigente no Brasil. Pessoas assim, esquecem de quem elas são, esquecem dos valores que todos nós temos, trocam o ser e o fazer pelo ter.

Não tenho absolutamente nada contra possuir dinheiro, não quero que você me entenda mal, refiro-me ao fato de inverter a ordem da própria identidade, porque antes de ter uma fortuna, devemos ter claro em nossas mentes e nas nossas ações, quem nós somos, nossos valores e princípios, depois saber reconhecer a importância daquilo que nós fazemos e os benefícios que geramos para outras pessoas e por consequência, aprender a ter, a sentir-se merecedor de usufruir de forma digna aquilo que conquistamos, por isso, peço novamente que em algum outro papel, você liste os seus bens.

Se ao final você achar que não possui nada, ou não tem muito, espero que este exercício sirva de motivação para o seu despertar para o merecimento de ser possuidor de bens materiais. No outro lado da ponte, se ao final você identificar que possui muito mais do que de fato precisa, espero que este exercício o motive a refletir sobre compartilhar sua abundância de forma inteligente com entidades sérias que trabalham em prol de outras pessoas.

Imagine um triângulo, onde a base é formada pelo SER, no meio está o FAZER e no topo da pirâmide está o TER. Quando você se posiciona firmemente nas bases sólidas do SER, conhecendo a si mesmo, se posicionando de forma congruente entre suas palavras, pensamentos e ações, você abre caminhos neurológicos congruentes e se prepara para executar com maestria o seu FAZER, despertando o seu potencial para conquistar o topo da pirâmide, o TER. E para que o TER seja de prosperidade duradoura, a base tem que ser sólida, como todo arranha-céu, se as bases não forem erguidas sobre uma base forte, não tem como parar de pé.

Para intensificar as bases sólidas do SER é preciso ter muito claro os seus valores pessoais, não falo de dinheiro, mas sim de caráter, virtudes e qualidades interiores que todos nós temos. Os valores pessoais é o que vão fazer com que

suas escolhas sejam mais assertivas e a construção da sua riqueza seja contínua e de plena prosperidade. Após ter escrito identidade, e definido os papéis do SER, FAZER e TER, chegou a hora de colocar no papel os valores que compõem a sua vida, não me refiro aos valores financeiros, mas sim, aos seus bens morais, a sua base de sustentação perante as mais diversas situações da vida. Seus valores compõem o seu caráter e também fazem parte de como as outras pessoas veem você.

Para uma pessoa que não sabe ou não definiu claramente os próprios valores, qualquer coisa serve, qualquer relacionamento serve, qualquer salário serve, qualquer emprego serve, qualquer estilo de vida serve.

Para uma família que não sabe ou ainda não definiu os seus valores, qualquer clima familiar serve, harmonioso ou extremante conturbado ou problemático, qualquer vício serve.

Para uma empresa que não sabe ou não definiu os seus valores, qualquer cliente serve, seja um bom pagador ou mal pagador, qualquer tipo de negociação serve, pode ser uma proposta lícita ou ilícita.

Esse exercício agora de escrever sobre seus valores não tem relação com aquelas plaquinhas que vemos na parede em muitos ambientes de trabalho, essa tarefa é uma internalização dos seus princípios mais importantes e que norteiam as suas atitudes diante das situações da vida. Compreende a relevância de determinar com clareza, coerência e verdadeira congruência com seus atos, palavras e ações?

Seus valores refletem diretamente sobre os seus atos. E se ao final deste exercício, você identificar que não possui tantos valores como imaginava, não se preocupe, porque você já está no caminho de desenvolver seu potencial pleno. Escreva em um papel os seus valores.

Como você se sentiu ao finalizar esses exercícios? Compartilhe comigo ou com pessoas de sua confiança essa experiência. Responda.

1. Como você se via antes dessa atividade?

2. Como você se enxerga agora?
3. A sua identidade tornou-se mais relevante para você?

Estamos fechando essa etapa de identificação dos papéis e dos valores que norteiam as ações pessoais e profissionais. Desta vez, além da sua tarefa de melhoria contínua que eu espero que você tenha se dado, eu vou deixar aqui outra tarefa que considero fundamental para o seu processo de criação de prosperidade, indiferente de qual seu o seu objetivo essa tarefa pode parecer um tanto dolorosa a princípio, porém, eu garanto que a saúde do seu dinheiro vai agradecer muito quando você tiver concluído a tarefa que vou pedir para você fazer.

Para despertar o poder do desejo é crucial que você conheça pontos fundamentais que vão ajudar você nesse processo de independência financeira. Antes de tudo você precisa estar ciente do seu estado atual, sim, dos seus rendimentos atuais.

Faça uma lista com todos os seus ganhos. Sua folha de pagamento, e quaisquer outros tipos de rendimentos passivos que você tem, seja através de aluguéis que você recebe, royalties de livros, cursos online que você produz ou é afiliado, rendimentos de investimentos financeiros como ações, Criptomoedas, dólares, Tesouro Direto ou investimentos que geram rentabilidade.

Feito isso você saberá o quanto de dinheiro que entra na sua conta. Se muito do que eu falei é novidade para você não se preocupe, aos poucos vamos abordando esses assuntos e outras formas de você incrementar os seus ganhos.

Agora você precisa fazer uma lista dos seus gastos. Sim, listar todas as suas despesas, seja com escola de filhos, aluguel que você paga, alimentação, gás, luz, transporte... enfim, liste tudo que você tem gastado o seu dinheiro. E isso vale também se você tiver seu negócio próprio, isso literalmente vai estimular a sua educação financeira, compreender um pouco mais sobre fluxo de caixa vai ser fundamental para a saúde do seu negócio. Combinado? Vamos recapitular rapidamente.

Você vai fazer duas listas, uma delas você vai incluir todos os rendimentos que você ganha mensalmente, desde seu salário a qualquer outra fonte de entrada de dinheiro líquido, ou seja, já com os impostos descontados. E na outra lista você vai colocar todas as suas despesas, incluindo o lanche, o cigarro e o cafezinho diário. Isso pode ser que seja dolorido no começo, mas se você quiser ser uma pessoa saudável financeiramente e viver a prosperidade que você verdadeiramente merece, vai ser preciso encarar de frente essas duas listas. Vai doer, mas quem disse que seria fácil?

Aí você vai saber se suas contas estão no azul ou no vermelho, a matemática depois disso é simples, primeiro você terá que por as contas em ordem, pagar todos os seus compromissos e dívidas antes de começar a investir e fazer o dinheiro trabalhar por você, quitar seus compromissos tem um poder enorme, um deles é a liberdade mental para você conquistar seus sonhos, outro motivo é que você usufruiu de um produto ou serviço que outra pessoa forneceu, então por justiça e responsabilidade você deve quitar suas dívidas antes de dar os próximos passos. Combinado?

Outro ponto importante é saber o que você precisa cortar para fazer seu dinheiro render mais, vamos supor que todas as semanas você costuma pedir comida em casa, ou comer fora, ou gasta um rio de dinheiro em supérfluos, ao fazer a sua lista de gastos, se você realmente quiser, você vai facilmente enxergar aonde seu dinheiro está sendo jogado fora, não estou falando que você deve viver uma vida de privações até ter sua liberdade financeira, mas sim, refiro-me ao fato de usar com inteligência o seu dinheiro.

Feito esse levantamento, você terá o conhecimento das coisas que você precisa cortar, ou aumentar para começar sua jornada rumo à independência financeira. A maturidade financeira ocorre quando o ser humano começa a entender para que serve o dinheiro e aí começa a querer tê-lo. Apenas querer não é o suficiente é preciso reprogramar a sua mente e seu estado de espírito para sentir o desejo de verdadeiramente ter mais dinheiro, é preciso planejar os

meios de aumentar o rendimento, e a ciência de que nenhum plano é à prova do fracasso, no meio do empreendedorismo, o fracasso é uma constante. Você sabia que o fracasso é o que separa os fortes dos fracos?

No primeiro sinal de fracasso, os fracos desistem, se apavoram e preferem voltar ou nem sair da área de conforto, agora, os fortes, veem nas crises e nos fracassos uma oportunidade de investir, os grandes personagens que obtêm sucesso na vida, em algum momento usaram seu fracasso pessoal ou profissional como uma alavanca para engrenar suas vidas. Tenha em mente sempre o seguinte. A dor ensina, o fracasso ensina e somente as pessoas que conseguem ver a positividade nas piores situações e aprender com isso, são as pessoas que conseguem conquistar o sucesso nas coisas que fazem.

Não basta simplesmente pagar as contas e investir em ações ou Criptomoedas para ter independência financeira, com certeza esse é um dos caminhos, mas a verdadeira jornada é interna, começa na sua mente, uma mudança de conceitos e crenças é fundamental para que sua liberdade financeira seja duradoura. Vamos começar por alguns passos simples e fundamentais.

Agora tire o tempo necessário para listar todas as suas fontes de entradas de dinheiro e as suas despesas. Primeiro contabilize seus rendimentos fixos, sua folha salarial e outros rendimentos e na outra lista anote primeiro os seus custos fixos, aqueles que você tem obrigações mensais e invariáveis como escola, aluguel, curso, alimentação, transporte... boa tarefa e vai pensando como você vai fazer para entrar em contato comigo e me dizer como foi realizar essa tarefa de Coaching, combinado? Lembre-se o seu maior comprometimento é com você mesmo!

TAREFA – LISTAR ENTRADAS E SAÍDAS DE DINHEIRO

ENTRADAS DE DINHEIRO	SAÍDAS DE DINHEIRO
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6.	6.
7.	7.
8.	8.
9.	9.
10.	10.
11.	11.
12.	12.
13.	13.
14.	14.
15.	15.
16.	16.
17.	17.
18.	18.
19.	19.
20.	20.

CAPÍTULO 04

O CICLO DA LIBERDADE FINANCEIRA

Até agora nós abordamos temas específicos que são muito importantes na jornada de enriquecimento de todos que aceitam o desafio de pensar e agir fora da caixa, destacando-se do comum e fazendo mudanças importantes de hábitos e passando por transformações internas robustas, nem sempre indolores, se o seu comprometimento consigo for verdadeiramente sincero neste momento, eu quero registrar aqui os meus parabéns e trazer mais informações que são peças-chave no seu processo de criação de prosperidade.

Espero que você tenha se dedicado a preencher a tarefa anterior, listar as suas entradas e saídas de dinheiro. Como você se sentiu ao fazer aquele exercício? Aproveita e compartilha comigo como está sendo a sua experiência até agora. Combinado?

Na tarefa anterior que você elencou a sua receita e a sua despesa em uma lista, eu garanto que você teve algum estalo na sua mente, talvez um sinal de alerta, talvez um aviso de que algo está completamente errado na sua vida financeira ou até mesmo, você teve a certeza de que está no caminho certo. O passo seguinte que vamos dar hoje é em direção ao aprofundamento do destino dos seus rendimentos, essa é uma fórmula de enriquecimento, que se você fizer com dedicação e compromisso, vai trazer resultados reais para a sua vida financeira.

Logo no início deste curso você determinou uma meta, certo? Eu não sei se a sua meta é de curto, médio, ou longo prazo, também não sei se é um valor audacioso ou uma meta conservadora. A questão é que podemos determinar outras sub-metas para irmos atingindo e tendo pequenas vitórias durante o processo de enriquecimento.

Lembre-se de que estamos falando de metas financeiras, combinado? Por isso é interessante você separar as metas de curtíssimo, curto, médio, longo, ou

longuíssimo prazo. Um dos motivos de você fazer isso é poder sentir o sabor das pequenas vitórias e o outro motivo é o fato de você poder visualizar todos os seus sonhos, e objetivos em ordem cronológica, isso gera um senso cerebral de organização e vai ajudar você a manter o foco e se concentrar no mais importante. Foco onde realmente interessa e esse mapa mental vai servir de bússola dos sonhos.

Antes de passar a receita para o direcionamento ideal dos seus rendimentos entenda que metas de curtíssimo prazo são aqueles objetivos mais imediatos, como por exemplo, uma viagem no próximo final de semana. Uma meta de curto prazo é algo e até dois anos, de médio prazo entre dois e cinco anos, quando você pensa em metas de longo prazo é planejado para acontecer daqui a cinco a dez anos e metas de longuíssimo prazo são planejamentos feitos hoje para serem usufruídos daqui a mais de dez anos.

Talvez nesse momento você esteja pensando: “pra que fazer um planejamento para daqui a dez ou quinze anos?”, eis alguns dos motivos para você pensar nisso. Primeiro, a nossa vida está cada vez mais prolongada, e como você quer chegar aos 50, 60, 70 anos de vida... com dinheiro sobrando, fruto do seu planejamento de hoje ou você quer se aposentar e ficar rezando para a Previdência não quebrar? Outro motivo, se você investir agora em seu futuro o tempo vai passar... se você não investir... vai passar também. Entendeu o motivo de estabelecermos metas de curto, médio e longo prazo hoje mesmo?

Vou ensinar uma fórmula que vai ajudar você a melhorar a sua organização financeira, talvez você não tenha esse conhecimento e pode ser que a vida financeira esteja precisando de uma bússola, talvez o dinheiro esteja escoando entre as mãos e sendo direcionado para a boca do lixo.

Por isso, agora é hora de pegar papel e caneta para fazer um planejamento de como você vai gastar seu dinheiro? O filósofo grego Aristóteles falava que “nós somos o que fazemos repetidamente. Portanto, excelência não é um ato, mas um hábito”.

Assim como um atleta olímpico que treina todos os dias para atingir a alta performance o hábito de saber direcionar a fração certa de dinheiro e para o destino certo, fortalece nossos músculos emocionais para o sucesso financeiro. Há três pontos internos que podemos reprogramar para atingir a excelência financeira: identidade, capacidade e merecimento financeiro.

Vamos juntos fazer o seguinte exercício, volta lá na sua lista de rendimentos que você fez como tarefa de Coaching, e anote o quanto de dinheiro que você utiliza em cada uma das seguintes áreas:

- 1) Para **investir**? Quanto do seu dinheiro você destina para investimentos? Qual a porcentagem?
- 2) Para se **divertir**? Quanto do seu dinheiro você usa na sua diversão?
- 3) Quanto do seu dinheiro está destinado para **despesas de longo prazo**? Nessa conta inclua financiamentos de carro, casa.
- 4) Qual o valor que você utiliza para o seu **desenvolvimento pessoal**?
- 5) Quanto que você **doa**?
- 6) E para **viver**? Qual a quantidade de dinheiro que você usa para manter o seu padrão de vida?

Ok, feito esse levantamento de como você distribui o seu dinheiro, agora avalie a forma como os maiores especialistas no assunto recomendam que usemos nosso dinheiro para podermos conquistar a sonhada liberdade financeira.

Para viver, você deve destinar 50% do seu rendimento. Eu posso garantir para você que não é nenhum sacrifício, mas sim, um meio eficiente de organizar ainda mais as suas finanças e manter o foco com consistência no objetivo de

viver a vida dos seus sonhos, antes que você me questione, deixe-me explicar que viver não é só pagar contas e comprar comida, a nossa vida não consiste somente nisso. Se você considera essencial para sua vida fazer pilates, inclua nesse percentual o gasto com academia, yoga ou outra atividade importante na sua vida. Detalhe, esses valores são coisas que você gasta com você! Coisas suas.

Reserve 10% para liberdade financeira, esses valores nunca serão gastos, serve para você viver de rendimentos no futuro, quando você se aposentar você passará a viver desse rendimento, não como sua fonte principal, mas fará parte de um montante que vai deixar você seguro (a). Pense além da Previdência Social, pense e aja fora da caixa e da média das pessoas. O objetivo de você destinar rigorosamente esse valor ou mais, é para que você tenha a sua própria galinha dos ovos dourados, que no futuro gere renda passiva, sabe aquele dinheiro que entra na conta sem precisar se esforçar muito? Esse é considerado a renda passiva.

Não esquece de continuar evoluindo, separe 10% para desenvolvimento pessoal, a explicação disso é muito simples, na medida em que você se desenvolve, sua mente se expande e novas ideias e realizações que tragam retorno financeiro tendem a acontecer com mais normalidade.

10% para despesas de longo prazo, pode incluir financiamento, escola dos filhos, enfim, toda despesa que seja contínua. Eu não estou dizendo para você comprar uma televisão 4k parcelado em 36 meses com juros astronômicos, nesse caso, reflita e considere esperar um pouco mais, junte dinheiro, compre à vista e ganhe desconto. Isso é pensar e agir com clareza, vencendo o prazer imediato do consumo e desenvolvendo sua mentalidade de riqueza em todas as coisas que você faz. Pense grande, que tal usar esse percentual para fazer uma viagem ao redor do mundo?

Não esqueça de curtir a vida, use 10% para diversão. Sim somos seres integrais e holísticos e temos o direito de nos divertirmos, fazendo coisas que amamos fazer, imagine nossa vida numa balança, tudo o que um lado faz afeta o outro, e os prazeres da vida não podem ser sacrificados exclusivamente

Direitos reservados – proibido reproduzir e distribuir sem prévia autorização do autor.

pensando na vida futura, mas muita calma nessa hora, não é para colocar toda a sua energia financeira apenas em diversão, combinado? Detalhe. Esse valor é para ser usado todo mês sem remorso. Caso sobre um pouco, use esse dinheiro em outra área.

Então, até agora seria 50% do seu rendimento destinado para viver, 10% para investir, 10% para se divertir, 10% para despesas de longo prazo e 10% para seu desenvolvimento pessoal, certo? Somando deu 90% da sua renda. E o 10% restante, faz o que?

Se você se sente confortável em fazer doação. Inclua essa porcentagem na sua conta. Talvez você fale que mal vai dar para fechar o mês e ainda assim tem que doar? A lei da abundância começa na mente das pessoas, se você doa uma porcentagem do que recebe, automaticamente você envia uma mensagem para o seu cérebro e começa a condicioná-lo de que na sua vida não tem escassez, porque você tem de sobra e pode até ajudar outras pessoas doando seu dinheiro. Essa é uma opção, outra forma de você desenvolver o mindset de abundância é doando o seu tempo, sim, tempo é dinheiro hoje em dia.

O negócio é você fazer com amor, seja doando dinheiro ou seu tempo. Eu optei por doar um percentual dos cursos que vendo para instituições de caridade e dedico parte do meu tempo atendendo algumas pessoas com processos completos de Coaching de forma 100% gratuita. Isso faz bem para mim e certamente eu estou ajudando outra pessoa a se transformar e mudar o mundo à volta dela. O bem nunca deve parar e temos que fazer esse círculo virtuoso se expandir o máximo possível.

Talvez você ainda esteja questionando que o financiamento da casa, o consórcio, a escola do filho, os eletrônicos... já consomem essa quantia ou uma parcela maior. Primeiro passo é você reavaliar o que de fato é importante na sua vida. O dono do banco adora receber os juros enormes que você paga, tenha isso em mente sempre antes de fazer algum negócio.

Ajuste o que for preciso ajustar para enquadrar a sua vida em um novo padrão se preciso for. Caso você já esteja no limite e não tem mais o que cortar,
Direitos reservados – proibido reproduzir e distribuir sem prévia autorização do autor.

é preciso aumentar o lucro, encontrar outras fórmulas de fazer entrar mais dinheiro na sua conta de forma lícita e honesta. Ser criativo também ajuda na hora de economizar, por exemplo, ter bolsa de estudos na faculdade, pense a respeito.

É comum que a nossa mente pense em mil e uma desculpas e fique forçando a manter tudo como está, paralisado na área de conforto, onde pagar as contas já está bom o suficiente, mas eu tenho certeza de que não é para isso que você está aqui. Por isso desenvolvi uma ferramenta de Coaching que eu considero bem instigante para fortalecer mais profundamente esse conceito de organizar a vida financeira, tornar isso um hábito e fazer com que a pessoa entenda que todo o valor destinado para cada uma dessas áreas específicas é algo poderoso na mente, ajuda a superar crenças e a instalar pensamentos mais positivos sobre si mesmo e sobre a vida, assim como desenvolver uma mentalidade e ações que possam refletir abundância e riqueza.

IMPORTANTE:

Essa não é uma regra fixa e você pode destinar a quantia que se sentir mais confortável para cada uma das áreas que eu citei, o fato é que você tenha claro na sua mente que cada uma das ações sugeridas são como uma bússola que vai orientar você nos momentos de lidar com seu dinheiro.

Espero que ao final dessas reflexões você possa estar mais consciente do seu verdadeiro potencial e mesmo que as coisas possam parecer distantes demais da sua realidade, a minha intenção positiva é fazer com que você pense, sinta e aja cada vez mais fora da caixa. A abundância financeira existe ao nosso redor, para alcançá-la é preciso mudar as crenças e os condicionamentos internos, desenvolver hábitos de riqueza e estabelecer definitivamente o mindset de prosperidade.

CAPÍTULO 05

O PODER DA GRATIDÃO

Segundo pesquisas realizadas pelo psicólogo social Robert A. Emmons, da Universidade da Califórnia, pessoas que comunicam gratidão possuem emoções positivas como felicidades, alegria, entusiasmo, amor e sua pesquisa indica que as pessoas que internalizam a prática da gratidão ficam imunes aos sentimentos negativos como inveja, ganância, ressentimentos e até mesmo depressão. Seus dados revelam que uma pessoa grata consegue lidar com o estresse diário com maior grau de eficácia, se tornando mais resiliente aos traumas e quando se machuca fisicamente a recuperação é mais rápida.

A gratidão é um remédio natural que expressa seu poder extraordinário nas pessoas ajudando-as a superarem as dificuldades e a ter mais disposição e ânimo para conquistarem aquilo que almejam. Na obra *The Psychology of Gratitude*, os pesquisadores Emmons e Michael McCullough dizem que a gratidão tem um valor enorme na ativação do potencial e da performance das pessoas, como também é impossível ser uma pessoa verdadeiramente feliz, sem ter desenvolvido o sentimento da gratidão.

Robert Emmons desenvolveu uma pesquisa que avaliava o quanto a prática da gratidão impactava no bem-estar psicológico e físico das pessoas. Eles deram três tarefas aos participantes da pesquisa que foram divididos em três grupos. Um grupo de pessoas foi incentivado a sentir gratidão, outro grupo foi incentivado a se sentir negativo e a reclamar da vida, e o terceiro grupo foi mantido neutro.

A pesquisa consistia em disponibilizar um diário onde os participantes descreviam em uma única frase cinco acontecimentos da semana anterior. O primeiro grupo, aquele que foi incentivado a sintonizar na gratidão deveria registrar os fatos aos quais eram gratos. O segundo grupo, aquele das pessoas instigadas a reclamar e a focar no lado negativo das coisas deveriam escrever cinco fatos que as aborreceram e por fim o terceiro grupo, o neutro, apenas

escreveria cinco circunstâncias. Essa experiência teria uma duração de 10 semanas. Vou resumir os resultados, para você ter uma ideia, as pessoas que ficaram no grupo da gratidão eram 25% mais felizes que as outras, além de apresentarem menos sintomas de doenças físicas e mais disposição para realizar atividades físicas. Pessoas gratas são muito mais prósperas em todas as áreas da vida e esse tem sido um fator determinante no sucesso das pessoas.

É importante destacar que gratidão não pode ser confundida com educação, por exemplo, você vai a uma loja compra algo e agradece ao vendedor, isso é educação, a gratidão é sentida, vivenciada dentro do peito, é algo que se manifesta de tal forma que quase se torna tangível. Existem algumas pessoas que não conseguem demonstrar ou sentir de fato o poder da gratidão porque podem estar com um excessivo sentimento de inferioridade, pessoas que se sentem assim tendem a achar que todo mundo a sua volta é melhor, ou que tem algo de mais valor à oferecer e por mais que essa pessoa receba ajuda ela é incapaz de perceber o valor real daquilo que recebeu.

Pessoas que se consideram autossuficientes a ponto de deixar transparecer a arrogância temem parecer frágeis ao se sentirem gratas, assim como as pessoas que possuem um autoimagem distorcida, que são narcisistas, não possuem a capacidade real de revelar gratidão porque ao aceitar a ajuda de outro, imaginam que sua imagem projetada pode ser abalada. Outro sentimento que é destruidor da gratidão é a mágoa e os ressentimentos, pessoas que colocam suas dores em primeiro lugar, além de se posicionarem no papel de vítimas, preferem se queixar da vida a agradecer o que lhes aconteceu e disso tirar as melhores lições.

Há ainda aquelas pessoas que possuem dificuldade de mostrar seus sentimentos, esses dizem obrigado da boca para fora, por educação, mas não deixam a gratidão se manifestar integralmente porque não sabem dar o seu amor e muito menos receber o amor dos outros. Outros sentimentos que interferem no processo da verdadeira gratidão é a inveja e a comparação, nesse caso a pessoa nunca será feliz, porque está sempre se comparando com outro, à casa

do outro, a esposa ou o marido da outra pessoa, o salário do outro, e esquece que nesse mundo nós só podemos nos comparar conosco, sendo um pouquinho melhor dia após dia. Simples assim.

Por favor, também não confunda gratidão com sorrisos e simpatia, lembre-se a gratidão que tem poder é sentida internamente. A gratidão verdadeira é capaz de proporcionar harmonia interna, libertação de conflitos e saúde emocional. Compreenda que quando eu falo em gratidão também não me refiro ao sentimento honesto de querer retribuir de alguma forma as coisas boas que estão acontecendo na sua vida. A verdadeira gratidão vai além da visão superficial daquilo que imaginamos, é algo mais profundo e sutil.

Durante toda nossa vida teremos momentos de sucesso e outros momentos de fracasso, perdas, incertezas, e é nessa hora que devemos para, refletir e agradecer pelos erros, porque é nos erros que temos a oportunidade de corrigir o caminho, melhorar a si mesmo, entender melhor o sentido da vida, erguer a cabeça e continuar me frente, é no fracasso que valorizamos as pequenas vitórias e automaticamente, quando nos sentimos gratos, nos tornamos mais felizes e ao sermos mais felizes nos fortalecemos e o sucesso nos nossos empreendimentos, pessoais e profissionais se tornam mais evidentes.

O professor Paul J. Mills, do curso de Medicina da Universidade da Califórnia fez uma pesquisa durante dois meses com 186 homens e mulheres que apresentavam insuficiência cardíaca, fazendo com que eles realizassem exercícios diários de gratidão, independente se eles acreditavam nisso ou não. O resultado após dois meses de prática da gratidão revelou que quem tem o hábito de agradecer tem melhor humor, dorme melhor, são pessoas mais eficazes para resolver problemas e possuem menos probabilidades de desenvolver inflamações. O que você me diz da ideia de começar a ser grato pelas coisas que acontecem na sua vida?

A partir do momento em que você se conscientiza de que pensamentos, geram sentimentos, sentimentos levam à ação e ação conduz a resultados, eu pergunto para você: O quanto você acredita que vale apenas investir melhorar a qualidade dos pensamentos? O quanto um pensamento positivo impacta na vida das pessoas e o quanto isso representa em se tratando de sentimentos? Simples coloca de um lado a alegria e do outro a tristeza, qual desses dois sentimentos vão conduzir a uma ação mais assertiva? Uma pessoa que age com alegria ou uma pessoa que age com tristeza?

Acredito que você saiba essa resposta, e para que as pessoas tenham mais motivos para serem felizes e por consequência terem uma qualidade de vida melhor é preciso partir do agradecimento? Concorda? Mesmo que você possa estar um tanto descrente do que estou falando agora, eu convido você a participar de um **desafio de 30 dias de gratidão**.

Esse desafio tem o objetivo de revelar a importância de sermos gratos, não somente pelo fato de que esse sentimento nos conecta com a prosperidade, mas sim pelo fato de que uma pessoa grata tende a ter uma vida mais saudável em todas as áreas, e pela lei da atração, quando um sentimento ou pensamento sintoniza em uma determinada faixa vibratória, tende a atrair seu semelhante, alegria atrai alegria e tristeza atrai tristeza, sentimento de prosperidade atrai prosperidade e sentimento de escassez atrai escassez, e está tudo certo, a questão é de qual lado você quer estar, ao lado das pessoas gratas e mais propensas a terem sucesso em todas as áreas da vida ou ao lado das pessoas que se contentam com o que sobra da vida e ficam apenas no mundo dos sonhos, vendo a vida passar e deixando todo o potencial interno ficar amortecido enquanto ficam de braços cruzados.

Simples assim, eu convido você a fazer esse exercício com toda a profundidade que você merece.

Esse desafio consiste em você escrever em um diário da gratidão durante trinta dias, a cada dia antes de dormir, você vai ler um texto para elevar a sua

vibração onde abordo vários temas comuns da nossa vida, mas de tão comuns, esquecemos de parar e agradecer pela importância desses eventos cotidianos.

A cada dia, antes de dormir, você lê uma página do diário e escreve 10 coisas que aconteceram no seu dia e pelas quais você é grato. Pode ser a mais simples situação ao problema mais complexo que possa ter surgido. Esse exercício contínuo vai fortalecer os caminhos neurais do seu cérebro, fazendo com que você veja a vida de forma mais positiva e lembre-se que pensamentos levam à sentimentos que conduzem a ações e as ações são o que nos conduzem aos resultados que desejamos. Por isso, seja positivo, aprenda com erros, corrija, persista e com força, foco, fé e sentimento de gratidão, você vai conquistar tudo o que deseja. Eu acredito em você.

IMPORTANTE:

Recomendo que faça o desafio de 30 dias de gratidão e ao mesmo tempo continue lendo e fazendo os exercícios que eu proponho aqui neste e-book, isso vai intensificar ainda mais o seu processo de transformação de mindset.

DIÁRIO DA GRATIDÃO

Desafio de 30 dias

DIA 1 – VIDA

Agradecer pela vida em si parece o óbvio do óbvio, por que então isso não é feito com frequência? É através da vida que nós manifestamos os nossos dons e talentos, é vivendo que construímos o nosso caráter e as nossas relações afetivas. É através da vida que compreendemos quem realmente somos e escolhemos como queremos viver pelo resto dos nossos dias.

Agradecer pela vida não significa exclusivamente agradecer ao estilo de vida que levamos, seja de abundância ou de escassez, o ato da gratidão pela vida gera uma conexão interna, a partir do momento em que agradecemos pela vida em si, as condições ao nosso redor tendem a melhorar, o que antes parecia impossível de conquistar, através da gratidão, se torna mais viável, isso significa que a sua verdadeira essência começa a se manifestar e fazendo com que sua vida se expanda e entre em congruência com as manifestações do universo, a Lei da Atração passa a atuar, atraindo para a sua vida o verdadeiro milagre da felicidade.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 2 – SAÚDE

O que é mais comum de acontecer? Agradecer a saúde após ter tomado um susto e ter ido parar no pronto-socorro ou no hospital? Após um infarto, uma cirurgia ou uma dor terrível? Por que será que as pessoas só valorizam a saúde quando estão de fato precisando estar saudáveis?

E por que as pessoas não agradecem a saúde quando estão vivendo a plenitude dos seus dias, tendo forças para fazer atividades que gostam, tendo equilíbrio mental para trabalhar, elaborar seus planos ou simplesmente quando estão bem consigo mesmas?

Quando foi a última vez que você agradeceu pela sua saúde? Sem saúde, nenhum dos seus sonhos pode ser realizado integralmente, você pode até conquistar o sonhado apartamento à beira-mar, e será que sem saúde é possível usufruir os maravilhosos dias de verão de frente para o mar? Entende? Sem saúde todo e qualquer sonho é incompleto. Mesmo que você esteja doente nesse exato instante, agradeça pela cura que já existe em você, agradecer fortalece seu sistema imunológico.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 3 – FAMÍLIA

O quanto a família é importante na sua vida? Existe duas situações que você deve se sentir grato pela sua família, uma delas é quando vocês se entendem muito bem, quando há respeito e apoio mútuo. Nesse caso, o agradecimento fortalece ainda mais o relacionamento familiar. A gratidão gera vínculos mais fortes entre as pessoas, mesmo se os seus laços não forem sanguíneos, a gratidão une e cria uma compreensão maior sobre si mesmo e sobre o seu lugar dentro da família.

A segunda situação pela qual você deve agradecer a sua família, deve ser mesmo que você não tenha a melhor relação do mundo com um parente próximo, não importa quem seja, nesse caso, a gratidão vai libertar você para poder viver a sua vida em harmonia, se você ficar remoendo mágoas e ressentimentos, isso vai aumentar a sua frustração, fato, e esse sentimento vai ficar indo e vindo na sua mente durante a sua vida inteira, atrapalhando as suas conquistas. Treine o agradecimento pela sua família, exercite esse poder interior que há dentro de você e colha os benefícios de ser grato.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 4 – PAIS

Muitos dos adultos frustrados de hoje tiveram graves problemas com seus pais, não importa o que aconteceu, certamente, você quando era criança não teve culpa alguma, os adultos fazem suas escolhas. Por melhor ou por pior que tenham sido seus pais, a gratidão a eles é importantíssimo, primeiro, pelo fato de terem gerado a sua vida. Mesmo que depois você tenha passado bons ou maus bocados, eu explico. Se você teve pais maravilhosos que deram o melhor para você e ensinaram tudo que sabiam, agradeça, isso ajudou a formar o seu caráter.

Se você teve ou tem pais ausentes, agressivos, abusivos, imaturos e desprovidos de qualidades morais e outros problemas, eu sei que é dolorido, mas eles também ajudaram a formar o seu caráter. Um exemplo, se seu pai era ausente, provavelmente você aprendeu a se tornar um pai presente na vida dos seus filhos, se você não aprendeu isso, agradeça por estar lendo esse livro agora e desde já entenda que tudo o que você passou na vida serviu para moldar o seu caráter, não acredite que “pau que nasce torto morre torto”, a gratidão tem o poder de consertar tudo.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 5 – FILHOS

Todo mundo é filho de alguém, primeiro agradeça a si mesmo por ser filho, não importa como foram seus pais na sua criação, agradeça por ser filho e ter uma vida, certo?

Se você tem filhos, agradeça-os por existirem na sua vida, fale isso para eles todos os dias, eles entendem e se sentem bem com isso. Se seus filhos forem biológicos ou do coração, agradeça-os com toda sua intensidade. A sua gratidão vai ajudar a moldar o comportamento e o caráter deles e certamente eles serão adultos melhores.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 6 – RELACIONAMENTO AMOROSO

O ser humano nasceu para estar junto com outros seres humanos, o relacionamento amoroso é saudável. Não aceite uma vida abaixo da média, não aceite ser menosprezado no seu relacionamento, não aceite ser menos do que você merece, não aceite ter menos amor do que você merece. Primeiro passo, agradeça pela força do seu amor-próprio. Segundo, agradeça pelo amor que existe em você.

Se você está vivendo o relacionamento amoroso dos seus sonhos, agradeça por isso, com certeza os laços de amor serão fortalecidos, se você está sozinho (a), agradeça pela sua atual situação e descubra o que esse momento da sua vida tem para ensinar a você?

Se você está em um relacionamento ruim, agradeça o que essa condição está ensinando e que você precisa mudar, não espere que a outra pessoa mude. A pessoa mais importante do seu mundo é você mesmo (a)! Ame-se e agradeça por entender o seu próprio valor. A gratidão vai dar a força necessária para você fazer as mudanças que precisam ser feitas.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 7 – TRABALHO

Você costuma reclamar de ir ao trabalho na segunda-feira? E se você não tivesse trabalho? Como seria a sua vida? Você reclama que ganha pouco? E se não ganhasse nada? Como seria?

Agradecer ao trabalho e à remuneração que você recebe não é sinal de conformismo, é uma oportunidade de internalizar as suas forças e direcionar para locais onde você seja mais valorizado profissionalmente e melhor remunerado. Agradecer ao trabalho, mesmo que seja um emprego temporário é valorizar as suas pequenas conquistas, isso vai fortalecer você para enfrentar novos desafios.

Se você estiver desempregado (a) agradeça o trabalho certo que já está chegando até você, descruze os braços e agradeça cada currículo que você entrega, agradeça a cada entrevista de emprego que você faz, agradeça a cada nova oportunidade de mostrar o seu valor.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 8 – DINHEIRO

Como você tem tratado o seu dinheiro? Como você organiza a sua carteira? Está cheia de recibo e anotações? Seu dinheiro está amassado? Jogado de qualquer jeito e misturado com recibos de supermercado, preso com borrachinhas? O modo como você cuida da sua carteira é um reflexo de como você cuida do seu dinheiro. É uma representação da forma pela qual você demonstra apreço por ele e gratidão por possuir ou por não possuir a quantidade que você considera justa para você.

Seu salário é o suficiente? Agradeça. Seu salário é pouco? Agradeça por receber e se esforce e se desenvolva para receber mais. Seu dinheiro é sofrido para entrar na sua carteira? Agradeça e reconheça o seu esforço, reclame menos e aja diferente para que o dinheiro entre com mais facilidade na sua vida.

Agradeça pelo dinheiro que você tem e pelo bom uso que você faz dele todos os dias.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 9 – CRIATIVIDADE

Você se considera uma pessoa criativa? Se sim, agradeça por ter ideias diferentes para criar, recriar, mudar e reinventar coisas, situações e encontrar saídas para os seus problemas. Se você não se considera uma pessoa criativa, você tem dois motivos para agradecer, o primeiro é identificar o seu estágio atual de criatividade, agradecer por você ter um enorme potencial para ser desenvolvido e se tornar uma pessoa criativa.

O segundo motivo é para você se lembrar de agradecer a criatividade das outras pessoas, pois elas criam, recriam e reinventam muitas utilidades que usamos no nosso dia a dia. Graças a criatividade podemos usufruir de inúmeras facilidades, conforto e desenvolver soluções incríveis para os mais variados problemas.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 10 – DESAFIOS

Cada um de nós tem o desafio que merece e devemos ver sempre o lado positivo de cada um desses momentos, ao olharmos para um desafio pensando o que precisaremos aprender para superar o desafio, já é um bom motivo para agradecer. Nós crescemos diante dos desafios.

Às vezes o medo dificulta a jornada, mas o agradecimento e uma visão positiva, muda completamente o sentimento, e mesmo com medo, a pessoa segue adiante, pois sabe que por trás de cada desafio existe um prêmio intrínseco, sentido apenas pelas pessoas que ousam sair da área de conforto e superar de frente o que tiver que ser vencido. Agradeça pelos desafios diários, pois são eles que fortalecem os seus músculos, o seu cérebro e a sua vida.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 11 – AMOR PRÓPRIO

O amor próprio é uma energia interna que impulsiona a pessoa às melhores coisas da vida, não deve ser confundido com arrogância, o amor próprio é a força interior que mostra aos outros como você quer ser tratado(a) seja em um relacionamento amoroso, dentro de casa na sua família ou numa relação profissional.

O amor próprio junto com a atitude diária da gratidão, ajudam a prevenir depressão. Aumentam a sua autoestima e fortalecem seu caráter. Ame-se mais, agradeça mais e sua vida será a vida dos seus sonhos.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.
- 16.
- 17.
- 18.
- 19.
- 20.

DIA 12 – ESPIRITUALIDADE

Para algumas pessoas, espiritualidade significa pertencer a alguma religião, para outras significa estar de bem consigo mesmas. Até mesmo, pode ser que você tenha outra compreensão de espiritualidade, talvez você chame de universo, energia cósmica, ou simplesmente diga que é o invisível, e até mesmo você pode dizer que não existe. Em todos os casos, está tudo certo. A questão é você saber que espiritualidade pode ser a sua própria força de vontade para vencer na vida, simples assim, pode ser algo que de alguma forma motiva você a seguir adiante e a não desistir de ter a vida que você merece, com abundância em todas as áreas.

Partindo desse princípio, em que a espiritualidade possa significar qualquer força interna ou externa que atua positivamente na sua vida, reflita se você tem parado para agradecer esse impulso que você tem recebido diariamente na sua vida e às vezes sequer nota que tem um poder dentro de você fazendo com que muitas coisas deem certo na sua vida. Que tal agradecer a isso?

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 13 – INTELIGÊNCIA

Todo mundo possui capacidade de fazer coisas extraordinárias, essa possibilidade se manifesta através do uso da inteligência, que é a nossa forma de montar o quebra-cabeça da vida que a todo instante insiste em colocar uma nova pecinha diante de nós. Todo desafio, por menor ou por mais difícil que seja, requer que usemos nossos atributos cognitivos para encontrar a melhor solução. Essa é a inteligência entrando em ação para resolver o problema.

Alguma vez na vida você já parou para agradecer a sua inteligência ou é mais fácil perceber o quanto você tem se queixado sobre sua capacidade de resolver situações de forma assertiva e correta? Faz sentido agradecer a sua inteligência? Certamente faz, sem a manifestação da inteligência, o nosso mundo seria completamente caótico.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 14 – PROFESSORES

Todos em algum momento da vida tivemos professores, possam eles ter sido severos, amigáveis, relapsos ou exigentes. De toda forma, eles ajudam a moldar o nosso ser de forma integral, são os professores que muitas vezes desempenham o papel que seria dos pais, são os professores que em muitos casos demonstram o afeto que falta na vida dos seus alunos. São os professores as pessoas responsáveis pela tarefa de ensinar e de estimular o pensamento das crianças para se tornarem adultos melhores.

Em algum momento da sua vida você já agradeceu algum professor? Qual foi o professor que marcou positivamente na sua vida? Você o agradeceu? Mesmo que seja apenas em pensamento, se conecte com o professor (a) que você admira e o agradeça, pense também naquele que por algum motivo você não gostava, o que ele ou ela pode ter deixado de positivo para sua vida?

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 15 – COLEGAS DE TRABALHO

Geralmente passamos oito horas do nosso dia em companhia de colegas de trabalho, alguns são fáceis de lidar, outros nem tanto, todos possuem algumas características as quais admiramos ou repelimos. Como você gostaria que fosse o seu ambiente de trabalho? Tenho certeza de que você disse que teria que ser o melhor possível. Certo, e como fazer isso acontecer?

Ao agradecer os colegas de trabalho, você estará emitindo vibrações sutis e profundas a cada um deles, e mesmo que quase imperceptível, eles vão receber, e o melhor disso, você vai se sentir bem. A energia positiva da gratidão é contagiante! Experimente.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 16 – EMPRESÁRIOS

Se você é empresário (a) ou trabalha para um, certamente são pessoas que merecem receber as boas energias da gratidão, pelo simples fato de que pelo seus esforços diários, sobrevivendo às dificuldades de empreender no Brasil, dia a dia, eles se esforçam para manter a empresa funcionando, gerando empregos, renda e impactando na vida dos seus consumidores através do serviço ou produto que oferecem.

Se você é empresário você exatamente o que estou falando, por isso faça uma gratidão a si mesmo e aos outros empresários, mesmos os seus concorrentes, sem eles a economia do nosso país entraria em declínio. Se você não é empresário, coloque-se no lugar de um, talvez isso o estimule a abrir a sua própria empresa ou talvez isso o estimule a valorizar ainda mais o local que você trabalha ou pretende trabalhar.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 17 – NATUREZA

O que estamos fazendo com o nosso mundo? Mesmo que você diga que não destrói a natureza, avalie seus atos, você coloca os pequenos papeis na lixeira ou joga no chão? Deixa a luz acesa? Separa seu lixo? Joga resto de cigarro no chão? Gestos simples que se todos fizessem impactaria na nossa mãe natureza.

A natureza é a vida do nosso planeta, faça a seguinte analogia, uma pessoa que fuma, joga todos os dias poluentes dentro do seu próprio corpo, certo? Sim. Compare com a poluição dos carros, ônibus, a poluição jogada nos mares, rios, os desmatamentos e as queimadas... isso ao redor do mundo. O quanto estamos tirando de vida do nosso planeta todos os dias. E mesmo com tantas agressões dos humanos, a mãe natureza sobrevive e resiste. Até quando? Vamos agir para melhorar essa situação e agradecer pela natureza que nos rodeia.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 18 – ANIMAIS

Temos uma fauna maravilhosa que permanece livre nas nossas florestas, mares e rios, infelizmente alguns estão em situação de perigo eminente, à beira da extinção. Temos respeitados devidamente os animais? Eles funcionam como fatores determinantes no equilíbrio da vida, se um deles some do planeta, pode ter certeza que algum desequilíbrio é gerado.

E o que falar dos pets? Eles têm recebido o devido amor e valor dos seus donos? Ou são seres descartados porque não visão de uns, não possuem sentimento? E aqueles animais que dão sua vida para alimentar os humanos? São valorizados na hora de serem servidos à mesa? A gratidão pelos animais envolve um sentimento muito amplo, todos eles desempenham de alguma forma, um papel importante para o equilíbrio da vida em si no nosso planeta.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 19 – ALIMENTOS

O que você tem ingerido todos os dias? Alimentos industrializados ou naturais? Suas escolhas alimentares influenciam diretamente na sua saúde e bem-estar. Agradecer aos alimentos que sustentam a nossa vida é algo que poucos lembram, talvez em feriados religiosos algumas pessoas param para agradecer aos alimentos. Que tal fazer disso um hábito diário?

O ato de parar para refletir e agradecer aos alimentos pode levar a outro hábito, o de refletirmos sobre a qualidade e a quantidade do que estamos ingerindo, faz sentido refletir sobre isso e compreender que os alimentos além de serem fontes de prazer, são fontes vitais de nutrientes que fornecera força necessária para a manutenção do nosso corpo e conseqüentemente a nossa saúde?

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 20 – AMIGOS

Não nascemos para sermos solitários, mesmo quando vivíamos nas cavernas esboçávamos o sentimento de comunidade. Somos a média das cinco pessoas com as quais mais convivemos, por isso é importante saber que qualidade de amigos é muito mais importante do que quantidade. Escolha os amigos certos, aqueles que contribuem de alguma forma para o seu crescimento, e faça o mesmo como retribuição, fortaleça suas amizades ao proporcionar o crescimento de todos.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 21 – SOL

No seu dia a dia, você só agradeça o sol quando vai à praia? Ou após uma semana inteira de chuva? O poder do sol vai muito mais além do que propiciar dias prazerosos de calor e diversão.

Além de contribuir para a fotossíntese das plantas, a exposição ao sol é a principal forma de produção de vitamina D pelo corpo humano - que é uma vitamina essencial de várias maneiras ao corpo – e ajuda a prevenir a formação de doenças pois contribui para regular e fortalecer a imunidade.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 22 – ÁGUA

Falar sobre os benefícios que a água proporciona é importante para fortalecer o senso de gratidão pelo líquido mais importante para a nossa sobrevivência. Simples assim, sem ela nosso corpo definharia, as plantas morreriam, os nossos alimentos não seriam colhidos, sem água a indústria morre, sem água a manifestação da vida seria impossível e qualquer esfera imaginável.

O nosso corpo é formado em sua maioria por água, mais um nobre motivo para desenvolvermos a gratidão pelo líquido mais precioso do planeta.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 23 – DORMIR

Dormir na medida certa, nem de menos nem e excesso é imprescindível para quem quer uma vida de alta performance física e mental. Durante o sono, o corpo diminui a produção de cortisol e adrenalina, ajudando a diminuir o estresse. Um sono adequado ajuda a controlar o apetite, melhorar o humor, ativar a memória, estimular o raciocínio, rejuvenescer a pele, para as crianças ajuda no crescimento, entre tantos outros benefícios que você pessoalmente deve perceber quando tem uma boa noite de sono.

E quantas vezes você já agradeceu pelo fato de dormir? Talvez se você tem filhos pequenos, você esteja nessa fase de agradecimento quando consegue dormir. Eu entendo, quando minha filha era bebê, cada hora de sono era um momento de plena gratidão. O corpo e a mente agradecem.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 24 – ACORDAR

Como você acorda na segunda-feira? Motivado ou já reclamando que tem que levantar para ir estudar ou ao trabalho? Se você pensa assim, vou dar um motivo bem forte para você passar a agradecer cada dia que você acordar, e se você morrer? E não acordar mais nesse planeta? Nessa mesma vida? Como vai ser? Por isso aproveite cada manhã em que seus olhos abrirem e agradeça por mais uma oportunidade de demonstrar o seu valor, de poder conquistar os seus sonhos, de ajudar outras pessoas e de simplesmente, viver.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 25 – VITÓRIAS

Uau, imagina aquele dia em que você atingiu um objetivo, mesmo que pequeno, pode ter sido o dia em que você tirou sua carteira de motorista, ou passou no vestibular, foi aprovado num concurso, achou dinheiro na rua, recebeu um prêmio no trabalho, se formou na faculdade... como você se sentiu? Certamente você comemorou, lembre de algum momento de vitória, não necessariamente precisa ser algo gigantesco tipo escalar o Monte Everest, tente recordar das pequenas vitórias, até mesmo aquelas que você não pôde por algum motivo, saborear como deveria, aproveite esse momento e agradeça às memórias das suas pequenas conquistas e internalize isso para daqui para frente agradecer todo e qualquer tipo de vitória que acontecer na sua vida.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 26 – DERROTAS

Quantas vezes algo que você sonhava não deu certo? Quantos nãoos você já recebeu na sua vida? Pode ter sido numa vaga para emprego, pode ter sido um relacionamento amoroso que não deu certo, pode ter sido uma viagem dos pesadelos onde tudo deu errado, e até mesmo pode ter sido algo mais grave como um assalto, um sequestro... enfim. Você chegou a cogitar a ideia de agradecer às suas derrotas?

A grande sacada de agradecer às derrotas é porque o ensinamento que elas transmitem é sempre intenso, e é uma forma de aprendermos a não repetir o mesmo erro e nos dedicarmos a fazer melhor na próxima tentativa.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 27 – FORÇA/FÉ/FOCO

Desistir dos seus sonhos é uma opção na sua vida? Quantas vezes você já abriu mão de ser feliz em virtude de outra pessoa ou alguma coisa? Faz sentido avaliar a sua força interior? A sua fé em si mesmo e o quanto de foco você coloca nas suas atividades?

Força, fé e foco, são um combustível para o sucesso em todas as áreas da sua vida, e são completamente de graça, o único preço que essas virtudes cobram é a consistência. Use esses três elementos que já existem dentro de você ao seu favor e acrescente nitroglicerina, jogue a gratidão na sua vida e dispare rumo aos seus sonhos.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 28 – HONRAR A PRÓPRIA HISTÓRIA

Você tem valorizado a sua origem, não importa se você vem de uma família humilde ou com recursos. Me refiro à sua própria história, suas dores, seus amores, suas vitórias, suas derrotas, seus dias bons e aqueles que não foram tão bons assim... você já parou para agradecer tudo o que você fez para chegar até aqui?

Refleta sobre os caminhos que a vida foi mostrando para você durante toda a sua trajetória, certamente você errou, aprendeu, viveu, deu muitas gargalhadas como também deve ter chorado em muitos obstáculos que surgiram. Valorize a sua história, isso é bom para você. Agradeça cada passo que você deu até chegar aqui, nesta página e neste exato momento.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 29 – SER COMO SOU FISICAMENTE

Quando você se olha no espelho, como você se vê? Você enxerga uma pessoa feliz e satisfeita com seu próprio corpo? Você busca formas mirabolantes de transformar o seu corpo, talvez em uma pessoa que nem seja você? Eu acredito que acima de tudo o nosso corpo deve ser visto como um templo sagrado, e a nossa consciência é o guardião desse templo, selecionando o que é colocado para dentro, seja através de alimentos, pensamentos e sentimentos. Tudo o que aceitamos de negativo em nossa mente, corpo e espírito vai modificar o reflexo daquilo que enxergamos diante do espelho.

Para mudar essa imagem, agradeça diante do espelho pelo que você está enxergando no dia de hoje.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

DIA 30 – SER GRATO

Fico feliz que você tenha chegado até este momento, no seu trigésimo dia, certamente você vai encontrar ou já deve ter encontrado outras centenas de coisas, pessoas e sentimentos para agradecer, por isso, o dia de hoje é dedicado a agradecer à pessoa grata que você tem se transformado, avalie como você era lá no seu primeiro dia de exercício e sinta como você está hoje.

Daqui para frente a tarefa de buscar sempre a intenção positiva de tudo o que acontece na sua vida e agradecer pelo aprendizado, tanto dos bons como dos maus acontecimentos é uma escolha sua, por isso, tenha em mente que a sua principal intenção nessa vida deve ser viver em plenitude e felicidade. Agradecer a tudo o que acontece na nossa vida é uma ferramenta poderosa, grátis e libertadora. Que está ao alcance de um simples OBRIGADO.

Escreva 10 motivos pelos quais você agradece o dia de hoje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

CAPÍTULO 06

COMO DESENVOLVER O MINDSET MILIONÁRIO

Se a sua ideia nessa vida é ter prosperidade e viver em abundância financeira, isso só será possível se você internalizar três conceitos, o primeiro é acreditar que alguma coisa na sua vida tem que mudar, sem ficar postergando para amanhã o que precisa ser feito, literalmente, você tem que acreditar que algo tem que mudar. Depois de acreditar que algo tem que mudar você precisa internalizar com mais profundidade o conceito de que você mesmo tem que mudar, você é a fonte da mudança, e isso é fato.

E por fim, o terceiro conceito se refere ao fato de que você tem que acreditar que pode mudar. E isso é muito importante no seu processo de conquistas financeiras ou pessoais.

Eliminar as crenças limitantes é fundamental para a vitória em seu processo de crescimento financeiro, livre as crenças você poderá tomar decisões mais assertivas e congruentes com seu desejo de enriquecer. Outra atitude necessária é o desenvolvimento de um novo condicionamento mental sobre finanças, dinheiro, investimento e prosperidade.

O condicionamento é uma maneira de garantir que uma mudança criada e por você seja consistente e persista a longo prazo. O modo mais simples de promover essa mudança é através da repetição. Seja através de uma declaração de prosperidade, de compromisso consigo mesmo, mudar hábitos que aprisionam a mente na escassez ou no medo do fracasso é de suma importância nesse processo.

Fazer dos novos hábitos positivos algo que envolva emoção e repetidas vezes, vai abrir uma trilha neural, e cada vez que você focar no seu objetivo vai estar reforçando esse caminho, facilitando que o seu cérebro encontre com facilidade o caminho da prosperidade cada vez que você se deparar diante de uma situação que possa acarretar algum prejuízo, literalmente, você estará

dando uma opção positiva para que o seu cérebro possa recorrer na hora em que houver necessidade de fazer uma escolha.

Após identificar a mentalidade de escassez, de pobreza ou de falta. Comece a sair dessa área de vibração cerebral, recondicione com frases positivas, emoções positivas, ideias positivas e repita isso com intensidade. Utilize a Lei do Reforço, que se refere ao fato de que qualquer padrão de emoção ou comportamento que seja reforçado de um modo contínuo se tornará uma reação automática e condicionada. Qualquer coisa que deixamos de condicionar com o passar do tempo se enfraquece e acaba se dissipando.

Faz sentido para você retomar o diário da gratidão e persistir? Isso vai ajudar a você a condicionar a sua mente nas vibrações e benefícios positivos da gratidão. Entenda que para atingir qualquer objetivo é preciso em primeiro lugar querer atingir, depois saber como fazer e por fim, se dar a chance de conseguir.

Para desenvolver uma mentalidade milionária é preciso usar ferramentas neurologicamente corretas que auxiliam no desenvolvimento congruente desse tipo de mindset. Uma ferramenta muito eficaz é a modelagem, essa técnica consiste em repetir as formas de pensar, sentir e agir de pessoas que admiramos e que já conquistaram aquilo que almejamos.

Não confunda com inveja, são sentimentos muito diferentes, modelar alguém de sucesso que admiramos é buscar no outro a inspiração para que possamos reproduzir os passos que ele trilhou. A modelagem deve ser feita de forma consciente. No entanto, saliento que nós já fazemos isso de forma inconsciente, repetindo padrões que aprendemos na infância, vendo o modo de agir, pensar e se comportar dos adultos que fizeram parte da nossa infância, e no caso dessa modelagem inconsciente que aconteceu durante a nossa infância, a influencia pode ter sido positiva ou negativa.

Diferentemente do estilo de modelagem que sugiro para você fazer agora, o objetivo de modelar e criar em si mesmo novas impressões é desenvolver a

capacidade de fazer escolhas mais suscetíveis a darem certo, baseadas em caminhos que outro já percorreu.

Quero deixar bem claro que modelar o jeito de alguém não é copiar, vou deixar um exemplo, vamos supor que você seja uma pessoa extremamente tímida e que queira vencer a timidez através da modelagem de uma pessoa que tem grande desenvoltura, como o Silvio Santos, nesse caso se você resolver jogar aviõezinhos feitos com nota de cem reais para a plateia pode padecer meio estranho concorda? Cada um tem o seu jeito particular.

A modelagem envolve a observação e o mapeamento dos processos comprovadamente de sucesso que formam a base das pessoas de desempenho extraordinário. Pode até parecer um pouco difícil compreender esse conceito da modelagem, mas no fundo é tudo muito simples, ao identificar uma pessoa exemplar e bem sucedida na área que você pretende se dedicar, você precisa mapear os comportamentos, pensamentos, sentimentos e crenças dessa pessoa que estejam correlacionados aos resultados que você pretende atingir.

Para isso basta repetir as mesmas estratégias da pessoa que será modelada, ao escolher alguém certifique-se que os resultados que você almeja para sua vida são extraordinários, você não precisa modelar alguém por inteiro e ser o novo Silvio Santos, você precisa apenas modelar o perfil comportamental que o levou a ter sucesso nessa área.

Que tal começar a modelar alguém que inspira você agora mesmo?
Liste o nome de três pessoas e escreva ao lado de cada nome as principais conquistas delas, os resultados extraordinários que elas obtiveram e que você também almeja ter.

Desperte sua prosperidade – A riqueza começa na mente
José B. Cavalcante de O. Maia

Pessoa 1.

Conquista:

Pessoa 2.

Conquista:

Pessoa 3.

Conquista:

Para que a modelagem aconteça com os melhores resultados possíveis, você precisa desenvolver a capacidade e a humildade de aprender e ser capaz de reconhecer que existem pessoas muito à frente de você e que você possui plena capacidade de aprender com grandes mestres. Depois você precisa deixar as suas experiências pessoais e profissionais de lado e se conectar com essa pessoa, sentir o que ela sente, pensar como ela e se visualizar como ela.

CAPÍTULO 07

O CICLO DA PROSPERIDADE E DA ABUNDÂNCIA

É muito comum hoje em dia as pessoas confundirem prosperidade com riqueza e ostentação, essa confusão pode estar acontecendo porque as pessoas acham que somente serão prósperas se conquistarem uma riqueza enorme, veem as coisas materiais como o objetivo final, assim como esbanjar carros de luxo, viagens internacionais, comer em restaurantes luxuosos, relógios caríssimos, festas em iates, enfim, gostam de ostentar e consideram-se ricos porque usufruem de alguns privilégios e dos seus ganhos.

Nada de errado com isso, o fato é que a prosperidade é muito mais que isso, é um estado de espírito também, uma pessoa próspera mesmo tendo uma fortuna ela é resolvida consigo mesmo, está em paz de espírito, não precisa provar nada para ninguém, quer uma prova disso?

Pesquise que são as pessoas mais prósperas do Brasil ou do mundo, veja se eles ficam postando fotinhos no Instagram com seus bens e dinheiro? Dificilmente você vai encontrar isso, não porque eles têm medo de serem sequestrados ou algo assim, as pessoas prósperas estão focadas em levar os seus negócios cada vez mais para o próximo nível, porque elas sabem que a prosperidade delas está intimamente relacionada com o impacto positivo que seus negócios causam na vida das pessoas. Faz sentido?

Compara um jovem que fica ostentando um carrão de luxo, sentado no capô de uma Lamborghini, olha o que essa pessoa posta nas redes sociais. Isso não é prosperidade. Prosperidade é transformar a vida das pessoas e ser remunerado por isso. O verdadeiro rico, aquela pessoa próspera, pode sim ter todos os luxos do mundo, mas repare, eles mantêm a simplicidade na forma de viver.

A prosperidade é um estado de harmonia que todos nós procuramos, é uma estabilidade emocional contínua e duradoura, está relacionado em

estarmos constantemente em desenvolvimento e evoluindo nas diversas áreas da nossa vida, prosperidade significa abundância em todas as áreas da vida. O ciclo da prosperidade nas do ato de doar e receber.

Quando eu me refiro em doar, me refiro à capacidade do ser humano de se conectar a outro ser humano e ser capaz de doar, servir, desapegar, criar juntos, ensinar, aprender e se estar literalmente, atuando com sua essência, aquilo que nós temos de melhor.

O outro requisito da prosperidade é o receber, que nada mais é do que um movimento energético, é estarmos abertos às oportunidades, pessoas e valores que se apresentam todos os dias na nossa vida. Receber é estar aberto ao fluxo de abundância do universo, é possuir uma mentalidade de positividade, é honrarmos a nossa história e estarmos em congruência para servir através da transformação positiva que o nosso propósito de vida causa nas outras pessoas e estarmos nos sentindo merecedores de ter prosperidade plena na nossa vida.

A prosperidade se manifesta em quatro etapas, a primeira delas é o autoconhecimento, que envolve o senso de autoaceitação, autorrealização e o desenvolvimento de harmonia emocional. Quanto mais uma pessoa se desenvolve maior é o potencial interno que a conduzirá à verdadeira prosperidade. Uma pessoa enriquece na medida em que se desenvolve.

Ao promover a aceitação de si mesmo, é se conectar com a própria essência, é se libertar de sentimentos de culpas, crenças limitantes, e sentimentos de inferioridade. A autoaceitação é um sentimento poderoso, é a sensação de liberdade, ninguém é igual a ninguém, cada um de nós possui uma peculiaridade, um jeito, um gosto, e a sociedade muitas vezes é dura demais com as pessoas que optam por caminhos diferentes, e isso gera grandes conflitos internos, que trazem frustração, depressão, tristeza e falta de vontade de ser verdadeiramente feliz.

Se você se aceitar, você se conecta com sua história, sua essência é sua jornada fica mais leve e seu caminho para a prosperidade se torna mais visível.

Ser próspero ou ficar estagnado se deve à forma como as pessoas se veem e como acreditam e aceitam as crenças que lhes foram impostas, se você acreditar que dinheiro não vai proporcionar felicidade para você, é isso que terá, talvez nem seja tão feliz assim, porque o dinheiro ajuda a realizar os sonhos, seja uma viagem ao exterior, sua casa dos sonhos, e até mesmo com dinheiro você terá condições de ajudar outras pessoas a mudarem de vida também.

O outro pilar da prosperidade é o planejamento, levando em consideração que você é uma pessoa que se sente merecedora de prosperidade e de receber tudo o que a sua mente contextualizar e que você está disposta a conquistar seus sonhos e objetivos, o planejamento é a capacidade de sonhar acordado e tomando as decisões mais coerentes e assertivas para concretizar seus sonhos na vida real.

Nem sempre um sonho acontece em curto prazo, e é nesse ponto que um bom planejamento faz toda a diferença, é a organização mental, colocada no papel de forma que você possa visualizar, e fazer os ajustes necessários no meio do caminho. No entanto, de nada adianta estar tudo bonitinho no papel se você de fato, não estiver comprometido com seu planejamento, porque planejar sem se comprometer e sem agir, é continuar vivendo apenas no mundo dos sonhos.

Como já adiantei, o terceiro pilar é a ação. Agir é colocar em movimento o seu objetivo, focar suas energias e esforços onde o resultado vai deixar você mais próximo dos seus objetivos. Esse é um dos principais pontos positivos de um processo de Coaching, é trazer o melhor do coachee à tona, elaborar o plano e por em ação. Lembre-se, de nada adianta ficar mentalizando as coisas de braços cruzados.

O quarto pilar da prosperidade é a gratidão. Quer ser verdadeiramente próspero? Seja grato. A gratidão é um poder extraordinário e o hábito de

agradecer diariamente desperta o nosso melhor e nos conecta com o melhor das outras pessoas e oportunidades que surgem na nossa frente. Eu espero que você já esteja praticando todos os dias o seu diário da gratidão. Se não estiver, começa agora mesmo, a gratidão transforma, liberta e nos conecta com a prosperidade. Quer mais algum motivo para começar a agradecer todos os dias?

Ao agradecer você estará vivenciando o quarto pilar do ciclo da prosperidade. Lembre-se sempre de ter em mente que prosperidade é estar em harmonia e ter sucesso em todas as áreas da sua vida pessoal, emocional, intelectual, profissional e espiritual.

Agora você vai conhecer e praticar o seu autoprocesso de coaching com uma ferramenta muito especial, chamada Roda da Abundância, que consiste em colocar as suas habilidades para movimentar a riqueza na sua vida. A velocidade da prosperidade varia de acordo com a velocidade e integridade que você faz girar a sua Roda da Abundância.

Cada quadrante dessa ferramenta de Coaching corresponde a uma atitude, que são: declarar, solicitar, arriscar e agradecer. Ao praticar de forma contínua, novos caminhos neurologicamente corretos serão formados e fortalecidos e isso vai facilitar a sua conexão com as oportunidades que o universo for apresentando na sua vida.

Para declarar alguma coisa, primeiro a pessoa precisa ter autoridade para isso. Use a autoridade que você tem sobre a sua própria vida para criar a sua própria realidade. Você pode usar afirmações poderosas que vão respaldar as suas atitudes durante a sua jornada da prosperidade. Comece declarando o que você deseja e que isso seja congruente com sua missão de vida, declare em voz alta e anote em um papel.

Solicitar é fundamental, como esperamos receber algo de alguém se nós não dizemos o que queremos, faz sentido? Por isso tenha sempre clareza das coisas que você quer para sua vida. Após saber o que querer é a fase do planejar

e de acreditar que é possível. Peça, sonhe, a fita métrica está dentro de cada um, sonhar pequeno e sonhar grande dá o mesmo trabalho.

O quadrante que se refere a arriscar diz respeito a desenvolver a coragem necessária para fazer com integridade o que precisa ser feito. Arriscar é ousar ir mais além dia após dia, é fazer diferente, é buscar resultados diferentes, é sair da área de conforto. Arriscar nos coloca um passo mais próximo de conquistarmos a prosperidade merecida. É a hora de agir e confiar que o universo também estará trabalhando para você conquistar o que deseja.

Por fim, temos o quadrante da gratidão, sem gratidão a vida se torna estéril e você pode plantar tudo que desejar, mas se não for uma pessoa grata, não vai colher o que deseja. Não importa se você vai alcançar seus objetivos como da maneira que planejou, a questão é agradecer mesmo aos pequenos imprevistos, porque no fundo, mesmo os contratemplos possuem algo para ensinar.

CAPÍTULO 08

PROPÓSITO

Estar consciente do seu propósito é sinônimo de consciência do seu serviço, porque o propósito nada mais é do que a atividade que você está prestando em benefício da humanidade. Ao despertar para esse conhecimento o ser humano tende a ver o seu trabalho com outros olhos, e o que mais passa a importar é o tamanho do impacto positivo na vida das pessoas, ou seus consumidores, sobre coisas que você faz.

Quando falo em propósito de vida, pode ser até mesmo que você se sinta pressionado ou tenso porque talvez ainda não esteja vivendo o seu propósito de vida ou se preferir, sua missão de vida. Essa consciência leva um tempo mesmo, é o processo natural de amadurecimento do ser humano, por vezes é preciso estar realizando algo tedioso ou que não gere nenhum prazer para que através dessa dor, a pessoa possa se mexer e exercer alguma atividade pela qual sente prazer e que seja remunerada por isso. O amadurecimento do ser ocorre através das experiências cotidianas da vida que às vezes nos conduz para determinadas situações e encontros que servirão para o despertar na hora certa.

Encontrar o propósito de vida é algo que envolve o desenvolvimento dos potenciais pessoais de cada um, todos temos que passar por esse período de preparação, o interessante é que algumas das habilidades que vamos usar em nosso propósito somente aparecem quando descobrimos o que viemos exercer aqui na Terra, tudo isso faz parte da perfeita sincronia que envolve o nosso grau de desenvolvimento, isso me leva à reflexão de que enriquecemos na medida em que nos desenvolvemos, faz sentido? E se for para ser bem remunerado fazendo o que se ama, faz mais sentido ainda não é mesmo?

Enquanto você ainda não tiver certeza do seu propósito, talvez você precise continuar trabalhando e fazendo o que está fazendo nesse momento atual da sua vida, para atender as suas necessidades e ir fortalecendo os músculos das emoções e da vontade para poder ir migrando gradativamente

para uma vida com propósito. Não importa o que você esteja fazendo, mas sim, como você está fazendo, o que vale no seu processo de amadurecimento pessoal e na busca pelo seu propósito é que nesse exato momento da sua vida você esteja se dedicando a fazer o seu melhor, onde quer que seja.

Certa vez alguém estava se queixando que no dia seguinte teria que ir trabalhar, sabe a famosa segunda-feira? Pois é, ouvi as outras pessoas entrarem na mesma vibração de que no dia seguinte teriam que ir ao trabalho, seus semblantes ficaram tensos, o sorriso já não era tão contagiante e aí sem nem pensar eu disse: “que bom que amanhã é segunda-feira, porque o que eu farei amanhã vai me deixar um passo mais próximo dos meus sonhos”. Eu fiquei chocado após dizer isso, porque na hora me dei conta de que essa crença da segunda-feira é uma verbalização da satisfação ou da insatisfação que as pessoas sentem em relação ao seu trabalho. Confesso, fiquei muito feliz e orgulho de ter causado um impacto naquela conversa e principalmente por deixar evidente que estou vivendo o propósito da minha vida.

Para ajudar você a se conectar com seu propósito de vida, escreva as respostas, lembre-se, tire um tempo para se conectar consigo mesmo e se dedicar ao seu processo evolutivo.

1. Fale-me sobre 3 ou 4 coisas que você considera ser prioridade em sua vida, o que isso representa para você?
2. Quais são os seus maiores talentos?
3. Como você se sente quando está colocando os seus talentos a serviço de outra pessoa?
4. Faz sentido usar as suas melhores habilidades e as que você mais gosta e se destaca para transformar a vida de outras pessoas?

5. Quais são os seus objetivos pessoais?
6. Quais são seus objetivos pessoais e profissionais para os próximos 30 dias?
7. Quais são seus objetivos pessoais e profissionais para os próximos 90 dias?
8. Quais são seus objetivos pessoais e profissionais para o próximo ano?
9. Quais são seus objetivos pessoais e profissionais para o resto da sua vida?
10. Quais são os seus objetivos financeiros para os próximos 6 meses?
11. Quais são os seus objetivos financeiros para os próximos 12 meses?
12. Quais são os seus objetivos financeiros para os próximos 5 e 10 anos?
13. E para o longo da sua vida, quais são os seus objetivos financeiros?
14. Agora me responda... seu propósito pessoal está em harmonia com seu propósito profissional?
15. Se seu propósito pessoal está em harmonia com seu trabalho hoje, o que mais você poderia fazer para viver mais intensamente seu propósito de vida?
16. Se o seu propósito pessoal NÃO está em harmonia com o seu trabalho atual, o que você pode fazer para harmonizar essa área da sua vida?
17. O que me diz de escrever no papel a sua missão de vida? Coloque os seus sentimentos na ponta do lápis, escreva com seu coração, faça como se fosse uma carta para você mesmo, de propósito e principalmente, com propósito.

Desperte sua prosperidade – A riqueza começa na mente
José B. Cavalcante de O. Maia

Falar de propósito me faz lembrar de que estamos aqui nesse planeta para servir, e esse é o grau máximo da evolução humana, precisamos despertar o maior número de pessoas para essa realidade, além do mais, servir com propósito é sinônimo de paz de espírito, prosperidade e felicidade em todas as áreas da vida.

CAPÍTULO 9

PONTE AO FUTURO E O QUADRO DOS SONHOS

A ponte ao futuro é uma ferramenta de Programação Neurolinguística desenvolvida por Robert Dilts, e essa técnica simples e muito interessante faz com que a pessoa se associe a uma situação futura, na qual uma pista externa vai provocar uma determinada reação interna ou um comportamento específico.

É uma forma de criar novos caminhos neurais e ao fazer o cérebro experimentar uma situação futura, mesmo que imaginativa (lembre-se que o cérebro não distingue a imaginação da realidade) esse comportamento e as escolhas neurologicamente mais assertivas estarão disponíveis e armazenadas na memória para utilização na medida em que a pessoa coloca em prática o seu planejamento da vida real.

Vou descrever o passo a passo que utilizo em uma sessão de mudança comportamental e de mindset para sua melhor compreensão. Imagine-se sendo o meu cliente nesse momento, se preferir, escreva em uma folha de papel as suas respostas. Concentre-se conectando consigo mesmo, conecte-se com seus sonhos. Deixe-os aflorarem em seu peito, sinta seus sonhos como que se você pudesse tocá-los nesse instante.

PONTE AO FUTURO

1. O que você deseja conquistar?
2. Quais os benefícios de atingir esse objetivo?
3. Especifique de forma positiva, foque sua atenção nas coisas que você quer e deixe de lado aquilo que você não quer.
4. As ações para atingir esse objetivo podem ser iniciadas por você?

5. Todas as ações podem ser controladas por você?
6. Você consegue dividir em micro-metas? Ou é uma ação macro, um contexto único?
7. Como você saberá que atingiu esse objetivo?
8. Detalhe as suas sensações, o que você vê?
9. O que você ouve quando atinge seu objetivo? Quais cheiros você consegue sentir?
10. E no seu corpo, o que você está sentindo? Qual parte do seu corpo você sente? Se preferir pode fechar os olhos e se conectar por alguns instantes com todas as sensações que você vai sentir quando conquistar o seu objetivo.
11. Onde está acontecendo a realização desse sonho?
12. Quando que está acontecendo?
13. Com quem você está compartilhando essa vitória?
14. Quais as consequências positivas de ter atingido esse objetivo?
15. Quais as consequências negativas de ter atingido esse objetivo?
16. Quais são os recursos necessários para atingir esse objetivo?
17. Está precisando tomar alguma atitude diferente? Qual?
18. Precisa se abastecer de mais conteúdo? Qual curso seria o ideal para trazer as informações que você precisa?
19. Tem outras pessoas participando do seu planejamento? O que elas fazem ou poderiam fazer para você atingir seus sonhos?
20. Quanto de dinheiro vai ser preciso?

21. Há mais alguma maneira de atingir esse objetivo? Pense, detalhe no papel essa outra forma.
22. Quanto tempo vai ser preciso? Seis meses? Um ano? Cinco anos?
23. Imagine-se entrando no futuro e tendo atingido plenamente seu objetivo. Olhe para trás e examine os passos necessários que você deu para atingir o seu objetivo?
24. Como você estava se sentindo e o que você havia feito 1 semana antes de atingir seu objetivo?
25. Duas semanas antes? O que você estava fazendo? Quem estava ajudando você? Qual era a função de cada um nesse planejamento?
26. Um mês antes? O que estava na pauta do seu planejamento?
27. Agora vem vindo lá daquele futuro onde você se viu conquistando o seu objetivo e anota os detalhes do seu planejamento passo a passo até retornar ao dia de hoje.
28. E agora aqui no Presente, como foi a sua experiência? Quais os seus insights? E qual a tarefa que você se daria?

Eu gosto bastante dessa experiência, certa vez fiz uma ponte ao futuro com uma colega de curso onde nos vimos trabalhando juntos, passou uns 2 ou 3 anos começamos a fazer uma parceria. O interessante é criar no cérebro soluções para possíveis problemas muitas vezes poderiam ser imprevisíveis, e desta forma o nosso cérebro se organiza previamente para encontrar as melhores escolhas para o nosso sucesso.

Após essa sessão eu vou deixar uma tarefa muito especial para você, eu peço que você dedique um tempo para essa atividade. Quando fizemos lá na minha casa, estávamos todos juntos, minha esposa, eu e nossa filha. Literalmente, para construirmos juntos o nosso QUADRO DOS SONHOS ou

MURAL DA VIDA EXTRAORDINÁRIA, que consiste em literalmente, fazermos um quadro ou mural com imagens da vida que queremos ter. Pelo simples fato de reforçar essa ideia visualmente para que se instale com a repetição no subconsciente e se torne uma crença positiva.

No nosso caso, tem a cidade que queremos morar, o grau de sucesso que queremos atingir, a família unida e com saúde e as conquistas que almejamos. Sugiro que envolva outras pessoas da sua família ou se seu objetivo for profissional, que você chame as pessoas envolvidas no projeto profissional para construir juntos.

Você não é obrigado a acreditar, agora você não deixar de fazer algo que vai conectar a sua mente ao seu objetivo, porque ao passar todos os dias diante do seu mural da vida extraordinária, visualizar, sentir, trazer à tona as crenças positivas e as emoções verdadeiramente felizes que essas conquistas vão gerar no seu corpo e na sua mente, eu garanto para você que ao acordar todos os dias e se conectar com o seu quadro dos sonhos, a sua energia será automaticamente renovada, coloque suas emoções nessa construção, alinhe as fotos com seu propósito de vida, visualize-se fazendo o que ama, com quem você ama e tendo uma vida próspera.

Fazer disso um hábito diário vai fortalecer os seus caminhos neurais e sempre que surgir oportunidades de crescimento, seja pessoal ou profissional, o seu subconsciente vai trabalhar ao seu favor, mesmo que você não perceba de imediato, mas no fim, as peças do quebra cabeça vão se encaixando, seja através de alguém que recomendou seus serviços, ou de outra pessoas que te contratou, ou de uma oportunidade de aprender algo novo que vai mudar a sua forma de ver a vida, ou até mesmo, através de um e-book como este, que pode servir como gatilho mental para iniciar a sua jornada de prosperidade. Diz para mim... como eu vou ficar sabendo que você fez o seu mural de vida extraordinária? Envia uma foto no meu whatsapp ou comenta á nas minhas redes sociais? Aí você estará verdadeiramente comprometido com seu processo de enriquecimento, combinado?

CAPÍTULO 10 **VIVA FORA DA CAIXA**

Viver fora da caixa é uma questão de escolha e na verdade, é ter uma vida acima da média. Se nós queremos verdadeiramente nos sentirmos felizes de forma integral em todas as áreas da nossa vida, o primeiro ponto é aceitar que isso é possível. Não estou dizendo que é fácil, mas é possível, tudo parte do princípio que precisamos mudar de dentro para fora, mudar a nossa forma de lidar com a alimentação, entender que todos os alimentos que ingerimos vão ter uma consequência, alguns vão gerar gorduras localizadas, outros vão entupir nossas veias e na outra ponta, tem as opções saudáveis que vão nos dar energia, bem-estar e prolongar a nossa vida, prevenindo doenças e até mesmo, nos trazendo curas.

Uma vida fora da caixa é cuidar dos nossos sentimentos, ter consciência de que quando guardamos raiva, ódio, ressentimento e mágoas, somos os maiores prejudicados, nosso corpo sente as dores da alma, e essas dores quando armazenadas por muito tempo além de causarem doenças psicossomáticas, trazem amargor à alma, a pessoa se torna sombria, sem perspectivas de uma vida maravilhosa. Viver fora da caixa é entender que somos frutos do que pensamos e sentimos, e se os pensamentos e sentimentos negativos nos afetam, por que se prender a eles? Se podemos ter uma vida alegre, saudável e cheia de vigor, energia, amor e prosperidade.

Falando em prosperidade... **você nasceu para prosperar financeiramente**, esteja você em que situação financeira estiver, não importa, se está afundada em dívidas ou não, tudo na vida tem um motivo, e um deles é despertar a sua força interior para superar essa dificuldade, aprendendo que a riqueza começa na mente, quando você muda a sua forma de lidar com o dinheiro, superando crenças que fazem você usar seu dinheiro de forma errada, você desperta seu potencial e passa a usar seu dinheiro com inteligência, fazendo, além de tudo, sobrar para ter a vida que você sonhou.

Se você pensa que ter dinheiro para pagar as contas já está bom... eu te digo... isso é pouco, você merece mais, porque você é um ser humano holístico

Direitos reservados – proibido reproduzir e distribuir sem prévia autorização do autor.

que tem direito ao lazer, à um salário digno, a ter os bens que deseja sem se endividar, e fazer sobrar para investir no seu futuro.

Por falar em futuro, de nada adianta sonhar com um futuro maravilhoso se você não está vivendo o seu propósito de vida no momento presente, **propósito de vida é estar fazendo o que você gosta**, seja o que for... e estar recebendo por isso. A maioria esmagadora das pessoas trabalham por qualquer salário para pagar as contas, nada de errado nisso, mas a vida é mais que isso, você pode mais que isso, você pode e deve acessar o ciclo da prosperidade plena através do teu propósito de vida, fazendo o que amo e sendo paga por isso, sabe... chegar na segunda-feira e falar com honra e amor que você está indo para o trabalho com orgulho porque lá... você está realizando a sua missão de vida, e não importa o que você esteja fazendo, a sua missão de vida, certamente estará impactando na vida de outras pessoas e tornando o nosso mundo um lugar melhor de viver.

Viver fora da caixa é tudo isso, inclusive, ser bem resolvido e resolvida na vida amorosa, é se sentir valorizada no relacionamento, é ir além do amar e ser amado, porque casamentos de fachada não enchem o coração de amor, são apenas vitrines para a sociedade... e eu pergunto... até que ponto vale a pena ir viver infeliz em prol das aparências. E o amor vai além disso... mesmo que sua opção seja ficar só... pelo motivo que for, se for de coração e se você se sentir, verdadeiramente bem com isso, nada de errado, agora se for apenas um meio de se proteger... você precisa se sentir merecedor (a) do amor, e isso é possível sim, essa **VIDA FORA DA CAIXA** é possível sim.

E por viver uma vida fora da caixa - acima da média – e por verdadeiramente acreditar que TODAS as pessoas também podem e devem ter uma vida dos sonhos, eu desenvolvi um **programa 100% online** para ensinar como você pode melhorar a sua vida, através da mudança de mindset, mudando hábitos nocivos, transformando pensamentos e sentimentos dolorosos em

perdão, amor e gratidão, te mostrando o caminho que eu percorri para encontrar o meu propósito e como você também pode fazer isso.

Assim como eu acredito, e entendo que a riqueza começa na mente, através de uma reprogramação de centenas de crenças limitantes que acabam com as chances de fazer o dinheiro se multiplicar... se eu pude, você também pode!

Esse programa chama-se [VIVA FORA DA CAIXA](#), mas esse programa **não é** para qualquer pessoa. Somente aceitarei na turma, pessoas que estão verdadeiramente comprometidas a transformarem suas vidas.

PARA QUEM É?

⇒ Para pessoas que estão dispostas a **melhorar sua vida amorosa**, tendo mais amor próprio e que estão dispostas a superar as mágoas e ressentimentos que armazenam dentro do coração.

⇒ Para pessoas que querem reprogramar sua mentalidade de riqueza para **ter mais prosperidade**.

⇒ Para pessoas que querem uma **vida com propósito**, trabalhando com o que gostam e recebendo \$\$\$ por isso. Trabalhando com propósito, de propósito.

⇒ Para pessoas que estão dispostas a mudar hábitos nocivos e promover mudanças alimentares para **melhorar a qualidade de vida** para ter mais energia e disposição.

POR QUE FAZER?

⇒ Se você sente que tem alguma coisa errada na sua vida, seja no seu relacionamento amoroso, na sua vida profissional, vida financeira, na sua relação com o seu próprio corpo... esse curso **é para você!**

É CARO? QUANTO CUSTA?

⇒ Eu acredito que o valor vai estar acessível à maioria das pessoas, principalmente àqueles que não mais querem levar uma vida sem propósito, com escassez financeira, solidão amorosa, hábitos alimentares nocivos, pensamentos negativos e sentimentos de mágoa, ressentimentos que devastam a qualidade de vida de qualquer pessoa.

COMO FUNCIONA O CURSO

⇒ O curso é 100% online e você pode fazer na sua casa, no seu ritmo, assistindo as vídeo-aulas quantas vezes quiser, pode baixar os exercícios de autotransformação para aplicar no seu dia-a-dia.

[INSCREVA-SE E GARANTA SUA VAGA NA PRÓXIMA TURMA](#)

VAGAS LIMITADAS (isso mesmo, apesar de ser um programa online, eu tenho o maior cuidado de acompanhar cada um dos meus alunos e eventualmente fazemos aulas especiais ao vivo e online e as salas virtuais possuem certas limitações)

Cadastre-se agora e garanta sua vaga na próxima turma. Clique no [link](#) ou acesse:

www.vivaforadacaixa.com.br

SOBRE O AUTOR E OUTRAS OBRAS



José B. Cavalcante de O. Maia é uma pessoa apaixonada pela arte do desenvolvimento humano, autor, coach, pai da Laura e é altamente comprometido com seu propósito de vida - a transformação positiva das pessoas. Em 2018 criou a Elleva – Desenvolvimento Pessoal e Profissional com o intuito de transformar o nosso mundo em um lugar melhor de viver, ajudando pessoas a desenvolverem os seus potenciais ao máximo e ajudando-as a encontrarem os seus propósitos de vidas e a viverem a vida dos sonhos. Hoje atua como Treinador Comportamental.

Certificações: The Inner Game of Life com Tim Gallwey – Tigis – USA, The Inner Game Fundamentals & Tools– Tigis – USA, The Inner Game Train the trainer, - Tigis – USA, Mentor Talks – Mentoria Estratégica – Creative Learning Institute, Método CIS – Inteligência Emocional – com PHD Paulo Vieira, Creative Coaching – CLI - com Renato Ricci, Extensão em Coaching – Faculdade Monteiro Lobato Leader Coach – Behavioral Coaching Institute, Professional & Self Coaching – International Association of Coaching, Coach Profissional – Ser Coach – IBC, Fórmula de Lançamento – Marketing Digital com Érico Rocha, Bacharel em Optometria – Universidade do Contestado, Bacharel em Turismo e Hotelaria – Univali.

CONTATOS

Instagram: [@josecavalcantemaia](https://www.instagram.com/josecavalcantemaia)

Facebook: [@josecavalcantemaia](https://www.facebook.com/josecavalcantemaia)

contato@ellevavoce.com.br

OUTRAS OBRAS

José Cavalcante Maia Iniciou sua produção literária na área da autoajuda e espiritualidade lançando títulos impressos e e-books que já venderam em mais de 20 países, e hoje ampliou sua missão de vida para outras áreas, no intuito de chegar a um maior número de pessoas e de alguma forma, fazer com que reflitam e movimentem-se rumo à um estilo de pensar, sentir e agir com mais prosperidade em todas as áreas da vida.

Conheça e adquira as outras obras.

[Desperte seu Poder Pessoal: e tenha a vida dos seus sonhos \(Master Coaching Livro 1\)](#)

[O Novo Líder Coach: O Poder da Autotransformação](#)

[O Despertar da Consciência](#)

[Essências da Alma: Florais Health \(O despertar da consciência Livro 3\)](#)

[Todos os sinais \(Sinais dos Tempos\)](#)

[Em dois mundos:](#)

[Minha vida além da minha vida](#)

[Médicos da Alma](#)

[Herança de preto-velho: INSPIRADO POR PAI JOÃO](#)

[O Despertar \(Sinais dos Tempos Livro 2\)](#)

[Coração de preto-velho \(PAI JOÃO Livro 1\)](#)

[Cartas do além](#)

Desperte sua prosperidade – A riqueza começa na mente
José B. Cavalcante de O. Maia

CARTAS DO ALÉM: vários espíritos - livro 2

Um novo amanhã (Sinais dos Tempos Livro 1)

Pai João: Coletânea (PAI JOÃO "box completo")

Essência de preto-velho (PAI JOÃO Livro 2)

A Redenção (Sinais dos Tempos Livro 3)

Lições de Deus: pelo espírito Anastácio

Dias de amor e glória

Terapia Renascentista e Regressão de Vidas Passadas (O DESPERTAR DA
CONSCIÊNCIA Livro 2)

Essencialmente Amor: Psicoterapia Reencarnacionista

Inspira-te

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ACHOR, S. **O jeito Harvard de ser feliz**. São Paulo, Saraiva, 2012.
- ARCURI, N. **Me poupe, 10 passos para nunca mais faltar dinheiro no seu bolso**. Rio de Janeiro, GMT, 2018
- BABA, Sri Prem, **Propósito, a coragem de ser quem somos**. Rio de Janeiro: Sextante, 2016.
- COVEY, S. **Os sete hábitos das pessoas altamente eficazes**. Rio de Janeiro: Best Seller.
- COVEY, S. **O oitavo hábito, da eficácia à grandeza**. Rio de Janeiro: Best Seller.
- CUDDY, A. **O poder da presença**. Rio de Janeiro: Sextante, 2016
- DILTS, R. **Crenças – caminhos para a saúde e o bem-estar**. São Paulo: Summus, 1993.
- EKER, T.H. **Os segredos da mente milionária**. Rio de Janeiro: Sextante, 2006.
- GALLWEY, T. **O Jogo Interior do Tênis, o guia clássico para o lado mental da excelência do desempenho**. São Paulo: SportBook, 2017
- GOLEMAN, D. **Foco: a atenção e seu papel fundamental para o sucesso**. Rio de Janeiro: Objetiva. 2013.
- HILL, N. **Quem pensa enriquece**. São Paulo: Fundamento, 2011.
- LUZ, M. **Coach da gratidão financeira**. São Paulo: DVS, 2018.
- MAIA, J. **O novo líder coach – o poder da autotransformação** – editora Independente, Lages, 2017
- MAIA J.- **Alquimia da Prosperidade** – Editora Independente – Lages, 2015.
- Maia, J., **Desperte seu poder pessoal** – Editora Independente, Lages, 2019.
- MARQUES, J. **Leader coach – coaching como filosofia de vida**. Goiânia: IBC, 2016
- RICCI, R. **Mentoria estratégica, conceitos & práticas**. São Paulo: New Book, 2016.
- ROBBINS, T. **Poder sem limites**. Rio de Janeiro: Best Seller, 2017

Desperte sua prosperidade – A riqueza começa na mente
José B. Cavalcante de O. Maia

ROBBINS, T. **Desperte o seu gigante interior**. Rio de Janeiro: Best Seller, 2017.

TAYLOR, J. **A cientista que curou o próprio cérebro**. Rio de Janeiro. Ediouro, 2008

VIERA, P. **O poder da ação**, São Paulo. Gente, 2015.

VIERA, P. **Fator de enriquecimento**, São Paulo. Gente, 2016.

VIERA, P. **Poder da alta performance**, São Paulo. Gente, 2017.