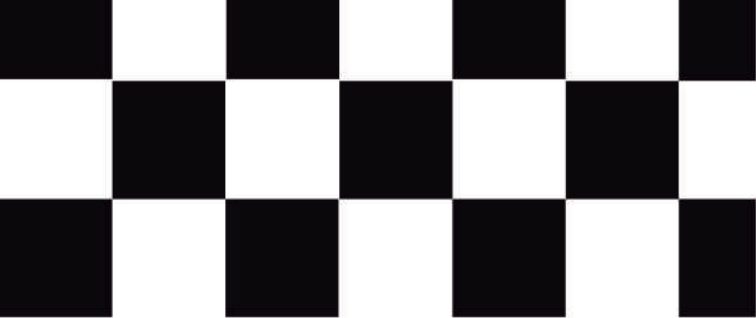


PABLO MARÇAL

CORRIDA DA VIDA

**NÃO É SOBRE O PÓDIO, É SOBRE
ATRAVESSAR A LINHA DE CHEGADA**





**SUA VIDA
É UMA
CORRIDA
ÚNICA,
NÃO
HAVERÁ
OUTRA**



Licenciado para:

***CORRIDA
DA VIDA*** 

PABLO MARÇAL

CORRIDA DA VIDA

**NÃO É SOBRE O PÓDIO, É SOBRE
ATRAVESSAR A LINHA DE CHEGADA**


PLATAFORMA
EDITORIA

© 2023 Pablo Marçal

EDITORA PLATAFORMA
Barueri – SP – Brasil
falecom@editoraplataforma.com.br
www.editoraplataforma.com.br

1ª edição – Janeiro de 2023

A reprodução parcial ou total desta obra, por qualquer meio,
somente será permitida com a autorização por escrito da editora.
(Lei nº 9.610, de 19/02/1998)

Impresso no Brasil – *Printed in Brazil*

PUBLISHER Elisangela Freitas

EDITOR Cristian Fernandes

COORDENAÇÃO EDITORIAL Luana Rocha e Thaíse Lima

PREPARAÇÃO Carol Cardoso

REVISÃO Lucy Nabote

CAPA Samuel Barboza

DIAGRAMAÇÃO Edson Bittencourt e Samuel Barboza

ARTE-FINAL Deborah Figueira

CATALOGAÇÃO ELABORADA NA EDITORA

M663c

Marçal, Pablo

Corrida da vida : não é sobre o pódio, é sobre
atravessar a linha de chegada / Pablo Marçal. – 1. ed. – Barueri,
SP : Plataforma, 2023.

152 p. ; 23 cm.

ISBN 978-65-84702-05-9

1. Autoconhecimento. 2. Ativação. 3. Mente – mudança.

I. Título.

CDD: 158.1

Licenciado para:

***Na metáfora da corrida da vida,
seu corpo é o carro e seu cérebro
é o motor; sua alma é o piloto e o
espírito é a estrada que aponta
para o seu propósito.***

Sumário

| | |
|---|-----|
| Introdução..... | 9 |
| 1 - A corrida da vida..... | 15 |
| 2 - O carro, o piloto e a estrada..... | 27 |
| 3 - O combustível..... | 43 |
| 4 - Curvas e traçadas da vida..... | 55 |
| 5 - Troféu x coroa..... | 67 |
| 6 - Acelerador de resultados..... | 77 |
| 7 - Como montar uma equipe 'monstra' | 87 |
| 8 - Códigos que aprendi com Ayrton Senna..... | 103 |
| 9 - A invisibilidade do último..... | 113 |
| 10 - O parafuso "maldito" | 121 |
| 11 - <i>Box e pit stop</i> | 129 |
| 12 - Aerodinâmica e vácuo..... | 137 |
| 13 - A linha de chegada..... | 145 |

Introdução

Quem é você na corrida da vida?

Um carro parado no box ou aquele que lidera sua posição?

Sua primeira grande corrida foi pela vida, e você foi o vencedor entre todos os espermatozóides. A probabilidade que você tinha de ganhar era 1 em 400 trilhões, e mesmo assim você venceu. Você, eu e todas as pessoas que habitam a Terra vencemos e nascemos com uma missão: **sermos pilotos da corrida mais alucinante de todas, a corrida da vida.** O problema é que nem todos vão cruzar a linha de chegada.

A maioria das pessoas vai passar a vida achando que é um carro de passeio, quando, na verdade, são os carros de corrida mais potentes que existem. É como se alguém falasse ao Ayrton Senna: “Não pilote, você não nasceu para isso!” Imagine o desperdício de talento que seria. Só que esse é você: o piloto da máquina mais avançada de todas, com a capacidade de correr a 360 km/h, ultrapassar todos os adversários e cruzar a linha de chegada, entretanto, em razão de medos, bloqueios e crenças, não consegue passar de 20 km/h. Mas, é impressionante o que uma pessoa é capaz de realizar quando ela não sabe o que é o impossível.

Experimente ensinar algo para uma criança sem dizer a ela que é difícil ou impossível, e se surpreenda com a facilidade e simplicidade com a qual ela vai testar até encontrar uma forma de alcançar o resultado; enquanto você desiste antes de começar, ou tenta uma ou duas vezes e por não ter o resultado que gostaria, acredita ser incapaz.

A analogia da corrida é assustadora e você precisa dominar esses códigos o quanto antes. Depois que entendi sobre a corrida da vida, percebi que precisava transbordar isso o mais rápido possível para as pessoas, porque 98% delas estão configuradas para permanecer no piloto automático. Veja como funciona a vida no automático: você corre na pista de corrida errada (fora do seu propósito), carregando um peso que não precisa (pessoas, falta de perdão e bloqueios), com o combustível errado (não cuidando do seu corpo e não sabendo converter e canalizar energia) e a configuração errada (mentalidade limitante). Como uma pessoa assim prospera e vence na vida? É simples: não vence e desanima nas primeiras voltas.

Agora pare e reflita: Você tem clareza quanto ao seu propósito? Está na pista certa ou ainda se sente perdido? Você possui algum mapa que o oriente a trilhar o caminho correto? Outra pergunta que você precisa responder: quais os pesos em excesso você está carregando? E como se livrar deles? Tem usado um bom combustível? E sua configuração, está atualizada? Chegou a hora de ajustar a rota para viver a sua melhor jornada.

Sua vida é uma só corrida, não haverá outra. E você a está levando na brincadeira. Talvez você não saiba, mas

eu sou piloto profissional. A primeira vez que me visualizei pilotando foi durante uma corrida da Porsche. Eu assisti à largada e pensei: “Não conheço nada sobre corridas, preciso destravar isso”. Agora, após algumas horas de “voo” nessa modalidade, já subi algumas vezes no pódio e tenho minha própria categoria.

Muitas pessoas questionam o porquê entro nessas loucuras; e minha resposta sempre é a mesma: “Para pegar os códigos”. Foi assim com a aviação, com o salto de paraquedas e agora com a corrida.

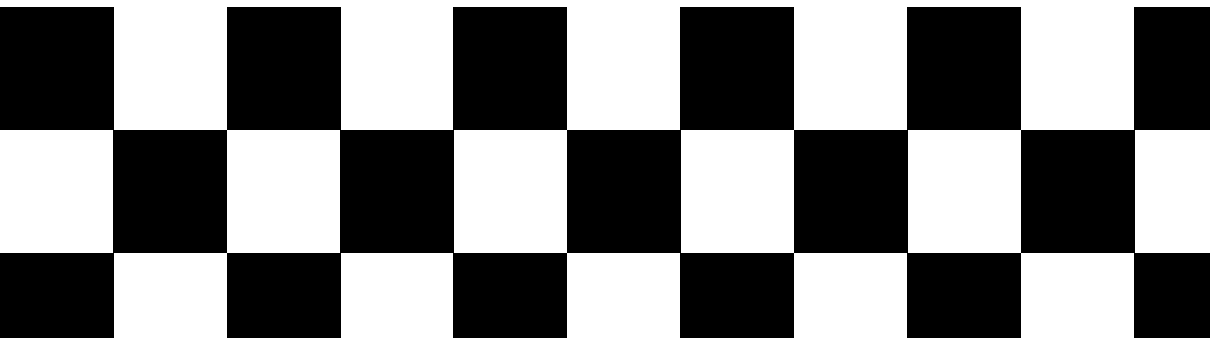
Aprenda, desde já, a primeira lição deste livro: **quem não governa é governado**. Eu decidi me tornar uma máquina de governo porque foi para isso que vim à Terra. Ao longo deste livro, você vai entender sua posição na corrida mais importante de todas e dominar na pista. Não aceito você ficar de fora ou desistir, por pior que você seja como piloto, ainda é possível pegar os macetes, treinar e correr.

Na metáfora da corrida da vida, seu corpo é o carro; seu cérebro é o motor; sua alma é o piloto e o seu espírito é a estrada que aponta para o seu propósito. O início e o final dessa estrada é Deus, ou seja, trata-se de um circuito: viemos dele e voltamos para Ele. Quando você entender isso de verdade, vai governar e se tornar imparável, um verdadeiro carro de corrida. A pergunta que faço é: Você está pronto para dar partida?

**NA CORRIDA
MAIS ALUCINANTE
DE TODAS,
VENCER NÃO É
SOMENTE SUBIR
AO PÓDIO,
MAS ATRAVESSAR
A LINHA DE
CHEGADA.**

Capítulo 1

A CORRIDA MAIS ALUCINANTE DE TODAS



A vida é uma corrida que passa muito rápido. Esta analogia entre corrida e vida é uma das minhas preferidas, porque me faz acordar e entender o quanto meu tempo aqui na Terra é limitado.

Guarde esse número: 1.052.200 horas (um milhão cinquenta e duas mil e duzentas horas). Esse é nosso prazo máximo de vida, algo em torno de 120 anos (pode variar para menos). É assustador saber disso, não é? Mas eu preciso abrir seus olhos para que você desperte e assuma sua posição na corrida da vida, o quanto antes.

Em uma corrida, você percorre entre doze e quinze curvas em média, cada uma com duração aproximada de um segundo. Parece um tempo insignificante, mas somados, esses doze segundos definem se você vencerá ou não. No universo da corrida, um segundo é quase uma vida. Para uma pessoa que está se afogando, por exemplo, um segundo muda tudo. Quando você entende o valor que o tempo tem, você não o gasta com pessoas, ideias e coisas que não fazem sentido, porque sabe que só há uma vida, e quanto mais você se distrair, mais longe ficará de governar sobre todas as coisas.

**No universo da corrida,
um segundo é quase uma vida.**

Mas o que é *governar sobre todas as coisas*? Quando uso essa expressão, estou me referindo ao que está escrito em Gênesis 1:26. Deus nos deu a Terra para governar, e se você não assumir esse papel, você será governado por pessoas, ideologias e por muitos achismos.

A primeira coisa que você precisa entender sobre governo é o **autogoverno**. Em poucas palavras, ter autogoverno é liderar a si mesmo. A pessoa que tem autogoverno aprende a lidar com suas emoções, pensamentos, impulsos e motivações. Ela assume o controle da própria vida e não culpa os outros pelas coisas que acontecem com ela. “Quem governa sobre si é maior que aquele que conquista uma cidade.” (Provérbios 16:32)

Algumas pessoas acreditam que o autogoverno é medido pelo tamanho da conta bancária de alguém, porém não é assim que funciona, pois **a riqueza não é apenas sobre o quanto de dinheiro você tem no banco**, e sim acerca da capacidade de governar todas as áreas da sua vida. Há pessoas endinheiradas, mas que são pobres em outros aspectos e setores da vida. Avancam em um ponto e estacionam em outro. Ter o autogoverno é assumir, de fato, a liderança em todos os aspectos, e avançar em crescer em todas as áreas, ou seja, ainda que algumas áreas da vida sejam melhores do que outras, você não para de aprender e crescer o tempo todo, aumentando assim o seu nível de capacidade, cuja responsabilidade é apenas sua.

Portanto, o grande objetivo dessa corrida é cruzar a linha de chegada. E por mais que o governo seja individu-

al, em que você lidera a si mesmo, preciso alertá-lo sobre algo: nenhum piloto vence corridas sozinho.

Na corrida mais alucinante de todas, vencer não é somente subir ao pódio, mas atravessar a linha de chegada, e antes que você repudie essa afirmação e deixe de aprender, vou explicar a razão. Primeiro, aos simplórios, os quais não ligam se não vencem, porque acreditam que “o que vale é competir”, a esses digo que: se você competir apenas por competir, irá se desgastar por nada. O intuito principal deve ser aprender. Se você não aprende vai continuar no mesmo erro e isso o impede de sair do lugar, por isso, sugiro que deixe de levar a vida acreditando que de qualquer jeito está bom, pois quem tem autogoverno faz o seu melhor e cresce a cada dia.

Já aos competidores que almejam o pódio “custe o que custar”, faço um alerta: não gaste sua vida o desejando, pois ao viver assim, muitos perderam sua saúde, suas famílias e não viram seus filhos crescerem. Você já parou para pensar no motivo de o pódio ter normalmente entre três e cinco vagas, apenas? É simples: **o pódio não é para todo mundo**. Alguns capítulos à frente vou explicar mais a fundo essa questão, mas o que você precisa entender agora é: mais importante que o pódio é desfrutar no processo e cruzar a linha de chegada. Por que desfrutar no processo? Porque é no caminho que você vai aprender, fazer *networking* e captar diferentes códigos. Estar no pódio é bom, mas dura poucos segundos. Já o aprendizado e o desfrute podem ser constantes.

Há algo muito importante que você precisa saber: estar na pista não significa que você está na corrida de fato, pois é possível que esteja pesado demais para sair do lugar, ou perdido, então é preciso saber estar na pista do jeito que funciona, bem alinhado com os seus objetivos e na direção certa do lugar em que você quer chegar, por isso sugiro que você faça um combinado comigo e diga para si mesmo: **"Eu não vou conviver mais com nada que me tire dessa corrida, ou que me faça parar!"**

Desde que me tornei piloto, percebi o quão fraco e devagar eu era em outras áreas da minha vida, mesmo prosperando. Por quê? Por conta dos pesos que ainda carregava e por muitas vezes achar que minha fase já era o suficiente. Entenda algo: é muito perigoso parar na vida. Todos os dias você precisa desenvolver uma satisfação positiva, isto é, ser grato pela fase atual, mas buscar a próxima, porque **o que trouxe você até aqui, não o levará ao próximo nível.**

Na corrida da vida, não existe estabilidade, porque quando você pensa que está avançando, um parafuso solto pode mudar tudo. Isso quer dizer que você precisa sempre estar ajustando seu carro. Estamos o tempo todo em movimento, ou você avança ou você retrocede. Então vou sugerir que você cheque a sua vida; você precisa checar onde seu carro está desalinhado; se você está na pista e na direção que vai conduzir-lhe ao seu objetivo; se sua mente está configurada para avançar nessa direção e na velocidade necessária.

Seu momento atual pode ser incrível, mas há algo muito melhor o esperando, e você só vai experimentar se continuar em movimento, pois, ou você avança, ou você estagna. Por isso, o tempo inteiro você precisa correr em outras pistas e treinar coisas novas, para gerar novas trilhas neurais e aumentar seu mapa de mundo, seu repertório. Trace novos caminhos e conheça novas pessoas, porque elas lhe darão novas ideias, e assim você terá novas ações e alcançará novos resultados.

Um código poderoso sobre a corrida da vida para torná-la, de fato, alucinante é: **treine a vida que você quer ter**. Você precisa configurar sua mente antes de acessar os ambientes que deseja estar, as pessoas com quem deseja se conectar, e a prosperidade da qual deseja desfrutar. Imagine você entrar em uma reunião com as pessoas mais ricas do mundo. Como você se comportaria? Já pensou nisso? Treinar a vida que você quer ter vai levá-lo mais longe com mais velocidade. Quando eu ainda não era próspero e ministrava treinamentos sobre prosperidade, muitas vezes eu me sentia uma fraude, porque falava de algo que ainda não tinha experimentado. Hoje eu entendo que eu estava treinando para a vida próspera e abundante da qual desfruto hoje.

De forma metafórica, poderíamos dizer que um piloto de corrida age da mesma forma, pois ele treina diariamente, em diferentes condições, considerando todas as adversidades que podem surgir na pista, como problemas técnicos e climáticos. Por isso, assumo o autogoverno e coloque pressão em si mesmo para treinar

diariamente a vida que você quer ter. Você quer ser um grande empresário? Treine. Quer ser um ótimo pai? Treine. Treine para o pior cenário possível, mas sempre esperando o melhor.

Para treinar sua vida, é necessário que você tome uma decisão: continuar vivendo no modo automático, ou assumir o governo da sua vida e torná-la a corrida mais alucinante de todas. Para isso, anote um código poderoso que vai ajudá-lo a romper com o medo: a vida é uma aventura da qual ninguém sairá vivo! Todos nós vamos deixar esse carro, que é o nosso corpo aqui na Terra, e ir para a Eternidade. Então, por que viver com medo? Por que ser sempre tão limitado? Para que continuar agindo como um carro de passeio, sendo que você nasceu para ser o carro de corrida mais potente de todos?

Quase 98% da população mundial é assolada pelo medo e é liderada pelos outros 2%, que são os destemidos, que governam a Terra, pois entenderam sobre a corrida da vida. De que lado dessa porcentagem você está?

**A vida é uma aventura
da qual ninguém sairá vivo!**

Tarefas

1 – Liste todas as áreas da sua vida (econômico-financeira, emocional, física, espiritual, social, intelectual e profissional) e verifique se você está governando cada uma delas ou não. Se não, anote o nome de quem está fazendo isso em seu lugar e e quais tomadas de decisão você terá para mudar esse cenário.

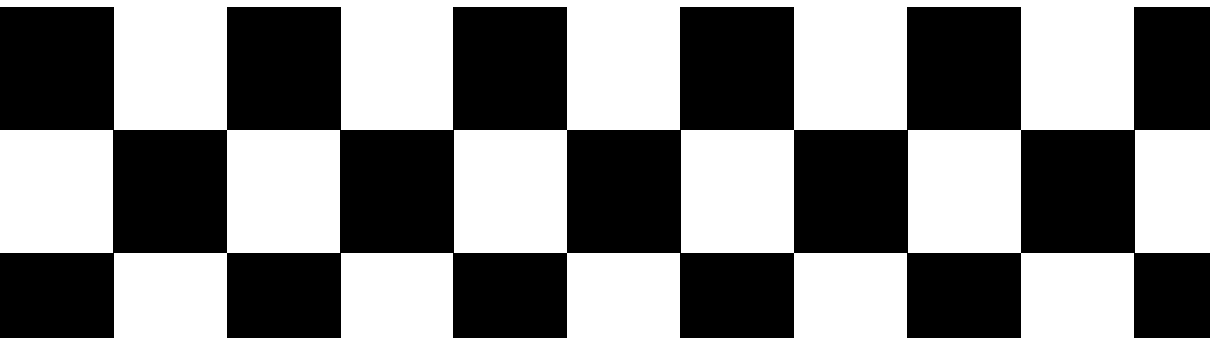
2 – Você tem treinado a vida que deseja viver? Registre no espaço três ações que você terá, ainda esta semana, para alcançar esse objetivo.

**SEU CORPO
É O CARRO;
SUA ALMA,
O PILOTO; E
SEU ESPÍRITO,
A ESTRADA.**

Capítulo 2

Licenciado para:

O CARRO, O PILOTO E A ESTRADA



Na corrida da vida, seu corpo é o carro; sua alma, o piloto; e seu espírito, a estrada. Uma coisa importante que você precisa aprender é: **quem governa nas esferas corpo, alma e espírito, governa sobre todas as coisas.**

Muitos cuidam do corpo, treinam regularmente, contratam profissionais para darem uma assistência técnica; outros se submetem a cirurgias plásticas em busca de um corpo perfeito, correm maratonas, fazem dietas; mas, às vezes, se esquecem do cuidado da alma e do espírito. Você também é assim?

Conheço pessoas que se dedicam muito no cuidado da alma, se empenham em lidar melhor com as emoções, no entanto, desconhecem a função do espírito e não trabalham o lado espiritual da vida.

Por fim, não são poucas as que lidam muito bem com o espiritual, vão à igreja, procuram conhecer a Deus, mas são pessoas que apresentam grande distúrbio alimentar.

O carro (o corpo) precisa de um piloto (a alma), a qual possui a *expertise* da vida para fazer as manobras corretas e se manter sempre em movimento. E o que um carro e um piloto precisam? De uma estrada (espírito); o espírito é como uma estrada iluminada, que traz clareza nas tomadas de decisão.

E agora eu pergunto: “Como está seu carro? E sua alma? Como piloto, quão saudável e pronta ela está para

entrar na corrida? E seu espírito? Ele está vivo aí dentro de você, a ponto de ter voz ativa e o direcionar à pista que realmente importa? Sua estrada está cheia de buracos, ou está bem cuidada?”. Corpo, alma, e espírito, todos precisam estar integrados na mesma proporção de cuidado. Nenhuma parte é mais importante do que a outra. A seguir você verá como cada um tem sua função separadamente, mas que, ao final, integram-se em uma harmonia perfeita.

O CARRO (CORPO)

Seu corpo é o **carro** da corrida da vida, e é também o mais difícil de governar, porque, diferentemente da alma e do espírito, o corpo foi criado aqui na Terra e possui muitos impulsos. O corpo precisa de uma alma forte que governe sobre a mente, que tem seu papel fundamental sobre o corpo. Só que, quando a mente não governa, o cérebro assume o controle e dá comandos a todo o corpo. Isso é bom? Não. Porque ele é um economizador de recursos, ele evita tomar decisões e sair da zona de conforto para não gastar energia.

Seu cérebro é muito esperto. Ele sempre vai querer “proteger” você. Se algo parecer ameaçador, mesmo que seja uma simples atividade diferente da rotina, ele, logo, aciona a luz de alerta, e nessa hora, vai querer “economizar” esforço e o “proteger” de aderir a esse “algo novo”. Quando uma pessoa passa por algum trauma, por exemplo, o cérebro cria uma resistência, evitando que uma situação semelhante se repita.

O que estou explicando é o seguinte: se você não treinar a sua mente para que ela se submeta a uma alma forte, que governe sobre o corpo, isso vai fazer você gastar mais energia e diminuir sua velocidade.

Em uma competição esportiva, por exemplo, se o atleta não ajustar o corpo com técnicas que o auxiliem a ganhar velocidade, ele vai gastar energia, força e tempo mais do que os outros atletas.

Isso significa que o corpo precisa exercer sua função na mais alta *performance* possível, uma vez que é ele quem precisa ter condicionamento físico para percorrer a pista; é o corpo que sente os impactos e a agressividade na corrida. Uma das formas de governar seu corpo é por meio do **jejum**, e, ao contrário do que muitos pensam, jejuar não é simplesmente ficar sem comer. Mais do que isso, é uma ferramenta espiritual que demonstra a vontade do ser e a força do espírito, além de deixar seu corpo limpo de certas toxinas alimentares, preparando-o para receber alimentos saudáveis, e então, fortalecê-lo para o combate.

O PILOTO (ALMA)

Sua alma, o **piloto** dessa corrida, clama por viver coisas que seus olhos ainda não viram; ela tem sede de governar e acessar tudo aquilo que o diabo tenta esconder. Sua alma suporta coisas grandes, mas durante a vida, a pessoa vai escutando que “isso não é para você”; ou “isso é perigoso” e “nunca ninguém fez isso antes”. E então, o indivíduo vai se adaptando a essas frases negativas em

seu meio social, e acaba se conformando com o que dizem a seu respeito e qual lugar deve frequentar.

O que define sua alma não é o que dizem a você, muito menos por suas posses, mesmo que você tenha muita riqueza, pois, caso você perca suas posses, a força da sua alma o fará conquistar tudo novamente, ou até mais.

A alma é potente e valiosa. É por isso que você pode muito mais do que imagina. Talvez você ainda esteja em uma zona de conformismo achando que não mereça uma situação melhor, ou ainda esteja pensando que os outros são melhores que você, por isso merecem estar na frente.

E pode até ser que você ainda esteja na arquibancada com medo de ir para a pista da corrida da vida, mas a corrida já começou, e ninguém poderá dirigir o carro que é seu.

Essa corrida é emocionante, saia da arquibancada, se ainda estiver nela, ainda dá tempo.

Sua alma é um aglutinado de energia e assim como seu espírito, foi gerada na eternidade. A alma e a mente trabalham tão bem juntas, que você também pode chamar a alma de “mente”. Um corpo sem alma é apenas um cadáver, pois perde sua energia vital. Quantas pessoas, mesmo que estejam vivas, parecem não desfrutar do melhor da vida? São pessoas apáticas, frias, vazias, sem muita energia em comparação aquelas que urgem por viver excepcional dos seus dias!

O que você precisa para sair da inércia de uma vez por todas? O primeiro ponto é ter humildade para reconhecer onde você está hoje, e se permitir aprender com quem

está à frente. **Porque, quem aprende sem parar é campeão em tudo que quiser.** Você é capaz de governar sua mente, sua casa, seus negócios. Só irá precisar modelar e entrar na frequência certa – esse é um assunto do qual irei tratar mais adiante.

A alma é o piloto, e como piloto, você precisa entender todo o funcionamento do carro e como este irá se comportar na pista. Domine seu corpo pela renovação da sua mente, para que você desfrute de tudo o que é bom, perfeito e agradável dentro da pista de corrida da sua vida.

ESTRADA (ESPÍRITO)

Por fim, temos a **estrada**, seu espírito. Essa estrada está conectada à Fonte, que é o Caminho, a Verdade e a Vida. O espírito é a proa, que mostra a direção para a alma governar o corpo. O apóstolo Paulo escreveu em Gálatas 5:17: “Porque a carne milita contra o espírito, e o espírito, contra a carne, porque são opostos entre si; para que não façais o que, porventura, seja do vosso querer”.

Por que isso acontece? Porque, em vez de o piloto assumir as rédeas dessa corrida, ele permite que o carro, em piloto automático, o conduza por outro caminho. Na verdade, o piloto automático nem deveria estar ligado. Ele está fazendo um papel que é seu, e o problema é que o piloto automático nem sempre vai estar atento e consciente ao que é verdadeiramente importante. E isso vai fazer você entrar em caminhos tortuosos, esburacados, e até pior, caminhos que o afastarão

de seu propósito, tornando essa luta de alma e espírito latente e intensa.

A estrada existe e você não pode fugir dela; ela é o espírito, por isso, você precisa cuidar melhor daquilo que irá lhe conduzir ao seu destino final. A linha de chegada só existe para quem termina a corrida, para isso a pista não pode ser ignorada.

É o espírito que o conduzirá ao final, portanto, cuide de seu espírito, tão bem quanto você deve cuidar da sua alma e do seu corpo. Os três não são independentes um do outro, pelo contrário, o melhor de cada um é quando trabalham em conjunto, exercendo, plenamente, suas peculiares funções.

Existem três pesos que atrapalham a corrida de ser executada de maneira eficaz. São eles: **peessoas, ideias e ambientes**. E por incrível que pareça, cada peso está distribuído nas três categorias: um peso para o piloto, um peso para a alma e um peso para o espírito. Se você está pesado, vai ser mais difícil medir a frequência certa e se sentir livre para nortear os próximos passos. Há pessoas que estão, literalmente, sentindo-se pesadas no corpo, na alma e no espírito. Vamos entender mais a fundo sobre isso.

PESO DO CARRO (PESSOAS)

Fato curioso sobre os carros de corrida: eles não foram feitos para serem confortáveis e carregar peso. Quando me tornei piloto profissional, aprendi que preciso tirar todo o peso desnecessário do carro, porque atrapalha a corrida e pode me deixar mais lento. Então, um grande

problema é o **peso das pessoas**. Seja honesto: **quantas pessoas você precisa liberar da sua vida?** Não perdoar, por exemplo, impede o fluir das águas, trava sua prosperidade e gera um grande peso sobre você. Você tem noção de que muitas vezes o novo não chega por existir um bloqueio? Se não perdoar alguém que o feriu emocionalmente, é como se você colocasse uma pedra no meio do fluxo de um rio.

O perdão não é sobre o outro, somente. O perdão é, primeiramente, sobre você. Deus é a fonte das águas e nos deixou um poderoso princípio sobre o perdão. Está em Mateus 6 e diz que se você não perdoar aquele que o ofendeu, Deus, igualmente, não irá perdôá-lo. Ou seja, se você não perdoar, carregará um peso que não é seu.

Outro peso relacionado é a decepção e a mágoa. Elas fazem você carregar as pessoas em seu coração. Você precisa liberá-las e soltar os pesos que o impedem de ser livre. Eu costumo dizer que a minha energia é para prosperar. E não vou ficar utilizando da minha energia em coisas que não vão acrescentar em nada.

Por isso, **não crie expectativas, perdoe as pessoas e ressignifique os eventos negativos que aconteceram com você. As pessoas nunca deixarão de errar. Você também erra!**

E quando as pessoas criticarem você, acione esse código: “Ainda bem que essas pessoas não me conhecem de verdade. **Eu sou pior do que elas imaginam!**”. Então, quem você vai tirar do seu carro hoje e liberar peso? Lembrando que, quando você libera alguém, você também se libera junto.

PESO DO PILOTO (IDEIAS)

Há um fator que atrapalha o desempenho do piloto: as reservas mentais. Elas fazem você julgar as circunstâncias com base em suas experiências, principalmente as negativas. Se as pessoas não agem conforme suas reservas, você fica decepcionado. Cuidado com o que sua mente pensa acerca dos outros.

Outro ponto de peso do piloto são as ideias. Algumas delas pesam em sua mente porque você não dá conta de executá-las. Ideias são sementes que só frutificam quando morrem, por isso, **você precisa matar suas ideias**. E como fazer isso? Tenha ação ou as compartilhe com quem poderá ajudar na execução delas.

Você não precisa fazer tudo sozinho. Eu não sei se você já conheceu uma pessoa perfeccionista, mas quem é assim, precisa ceder um pouco para se concentrar no que realmente precisa ser feito, e delegar tarefas a outras pessoas. Nem tudo precisa ser do nosso jeito.

Uma ideia que fica apenas na sua cabeça é uma frequência morta. Mas tão importante do que saber isso, é identificar qual ideia (ou ideias) realmente você deve investir. Não pense mal das pessoas e não acumule ideias em você. Se você tem vivido assim, quer dizer que está levando carga mental maior que o ideal. Se livre desse peso mental, o quanto antes.

PESO NA ESTRADA (AMBIENTES)

Outro peso: ambientes. Muita gente subestima a influência do ambiente, mas ela é real. Grande parte dos re-

sultados que você ainda não alcançou se deve às pessoas com quem você ainda não se conectou e aos ambientes que não frequentou. **Ambientes também podem ser considerados como pistas de corrida.** Eles carregam energia e moldam sua forma de agir.

Certa vez fui correr em Curitiba e o autódromo de lá tem muitas curvas à direita. Por conta disso, uma roda da direita ficou aberta. Uma pessoa que não entende de corrida pode pensar que o problema está no carro, mas não: é a configuração da pista. O carro precisa ser alinhado para cada tipo de pista, ou seja, **você precisa estar conectado ao seu espírito, que é a estrada, para ser direcionado ao ambiente que o levará ao destino final da corrida.**

Outra coisa que notei foi que a mesma pista muda de acordo com o momento; se está mais frio ou mais quente; ou se chove ou se apenas chuveia. Toda essa alteração na atmosfera gera uma mudança na energia do ambiente. É preciso saber como está a pista para poder saber como você pode tirar o melhor proveito dela e fazer uma boa corrida.

No seu trabalho terá uma configuração; em casa, outra; perto de pessoas com frequência baixa, outra, e por aí vai. Não é questão de mudar seu caráter, mas entender que cada ambiente carrega uma energia e uma frequência, as quais podem ser boas ou ruins, por isso, o espírito precisa estar em total desempenho para o conduzir a ambientes que o energizam para pegar velocidade e seguir a corrida, e evitar, ao máximo, o peso que um ambiente negativo pode trazer.

Pode parecer besteira, mas até mesmo pessoas que não têm nenhuma noção sobre ambientes já notaram que quando chegaram a determinados lugares sentiram algo diferente, ou mais leve ou mais pesado. E outra coisa: há pessoas com as quais você só vai conseguir se conectar se mudar de ambiente. É impressionante como o seu *mind-set* muda de acordo com o lugar, e o mais incrível é como a sua mentalidade pode expandir quando tem acesso a novos ambientes. A sua frequência vai mudar de acordo com o ambiente em que você estiver.

Seu corpo precisa ser o carro mais potente da sua corrida, afinal de contas, você só tem um. Se alimente saudavelmente; pratique exercício físico; e nunca deixe o peso da falta de perdão, mágoa e ressentimento paralisar seu carro. O piloto desse carro precisa estar mentalmente saudável e sua mente livre de julgamentos e pensamento perniciosos. A sua alma é capaz de governar o carro mais veloz e potente de todos os tempo. Você é capaz, basta aprender sobre a corrida e seguir as coordenadas corretas. A estrada está chamando você para comparecer à *Car Race*. Há uma frase que eu sempre digo em minhas lives: “Cai pra dentro!”. Não seja tímido, seu espírito e sua alma saberão.

O que vai acontecer se você não governar nessas três esferas? Vai passar por essa Terra sem experimentar o melhor dela. As pessoas que entendem esse jogo conse-

guem prosperar e desfrutar rapidamente. Cabe a você decidir ser uma delas ou não.

Licenciado para:

Tarefas

1 – Se você ainda deixa o carro (corpo) governar sobre a vontade do piloto (alma), comece trabalhando sua alimentação. Quando for a um restaurante e vir algo que não gosta de comer, domine seu cérebro colocando um pouco daquilo no prato.

2 – Comece um jejum ainda essa semana. Tire sua principal refeição e um alimento que seu cérebro mais deseja. Essa é uma das formas de governar sobre seu corpo, tornar seu espírito mais sensível e permitir que sua alma governe.

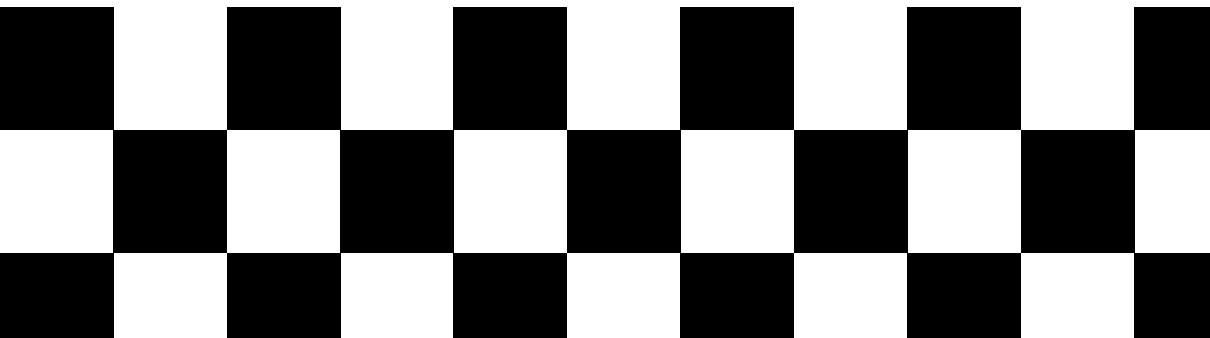
3 – Quais pessoas você tem carregado? Se seu carro está carregando mais gente do que deveria, sua velocidade está reduzida e você não consegue avançar. Nomeie os três pesos que você precisa liberar da sua vida.

**O PRINCIPAL
COMBUSTÍVEL
SEMPRE SERÁ
A FONTE.**

Capítulo 3

Licenciado para:

O COMBUSTÍVEL



Um princípio básico de qualquer carro é: ele precisa de energia para se mover. A duração de uma corrida e o desempenho do carro, por exemplo, estão diretamente ligados ao combustível, e assim também acontece com a máquina humana: sem energia, você não consegue sair do lugar.

Talvez você pense que se você economizar combustível vai conseguir ir mais longe, mas deixe-me dizer uma coisa: transbordar é melhor que economizar. Parece óbvio, não é? Mas não é. E uma pergunta pode surgir: “Como transbordar, se o carro, para andar, precisa gastar combustível? Quem vive o propósito, não se cansa fácil. Eu vivo o meu propósito há quinze anos, e sei o que estou dizendo. Quando Deus criou o mundo, por exemplo, Ele separou o último dia para descansar. Na verdade, Ele desfrutou no último dia. E você acha que Deus economizou recursos e energia para criar todas as coisas? Economizar não significa que você vai poupar combustível. É o que citei acima sobre o propósito, quando você o vive, você não precisa economizar, porque você transborda, assim como aconteceu com Deus em sua criação.

Existe um nível de transbordo que você precisa acessar, e claro que não é simplesmente um degrau, são vários degraus de uma escada, até você chegar a ser um grande transbordador. Mas lembre-se de que cada processo é único, viva o seu processo e não se compare com outras pessoas.

Há muitas coisas que eu aprendi no percurso de uma corrida, e quando falo sobre combustível, quero dizer que muitos sempre buscam economizar, achando que, com isso, conseguirão chegar no final. A duração da corrida tem ligação com a quantidade de combustível no carro; mas na vida humana, o combustível é uma soma de treino, preparação, disciplina, humildade para estar sempre disposto a aprender.

Existem alguns pilares que você precisa acionar para manter seu carro (corpo) abastecido e funcionando bem. São eles: **sono, água, gestão das emoções, exercício físico e alimentação.**

Primeiro Pilar – SONO

O segredo não é dormir muito, mas com qualidade. O sono revitaliza o corpo e a mente, e não tem apenas a função de repor energia gasta, mas de fazer o corpo descansar. Lembre-se: sua cama é um leito real, não um caixão. Então não passe mais tempo do que o necessário nesse leito de desfrute. Descanse o necessário e faça o dia render.

As pessoas questionam como eu dou conta de acordar às 4h19 e ficar bem o restante do dia. E a verdade é que eu aprendi a desconectar minha mente das preocupações e dormir em paz, além de ter pausas estratégicas durante o dia. O Salmo 4:8 diz: *“Em paz também me deitarei e dormirei, porque só tu, Senhor, me faz habitar em segurança”*. Quem faz você dormir seguro é Deus. Quando você for se deitar, descanse nas promessas. Deus nunca falha! E se Ele disse que vai lhe dar segurança, já está garantido.

Segundo Pilar – ÁGUA

Tanto o corpo humano, quanto o globo terrestre são feitos de 70% de água. Isso implica que a água é muito importante para o bom funcionamento do seu organismo e, por isso, você precisa se hidratar! Sem água, sua vida fica seca, como uma terra que não é cuidada. Alguns nutricionistas recomendam que, a cada quilograma de massa, uma pessoa precisa de 35 ml de água. Então, é só multiplicar seu peso por 35 e você terá a quantidade de água necessária para beber por dia.

Terceiro Pilar – GESTÃO DAS EMOÇÕES

Para ter gestão das emoções, primeiro você precisa entender a diferença entre sentimento e emoção. A emoção surge quando o cérebro reage a algum evento. A emoção, então, dá a luz ao sentimento, o qual é um certo tipo de interpretação ou uma resposta à emoção.

A maioria das pessoas não sabe dar nome aos próprios sentimentos gerados das emoções, o que desencadeia uma série de conflitos internos e externos. Por isso, a partir de hoje, faça o exercício de nomear seus sentimentos. Irei ajudá-lo com essa tarefa, mas lembre-se sempre de buscar mais conhecimento e estudar a fundo sobre as emoções, a ponto de se tornar um governante do assunto.

Sentimentos

1. Alegria
2. Tristeza
3. Raiva

4. Realização
5. Medo
6. Confiança
7. Ciúmes
8. Compaixão
9. Revolta
10. Coragem
11. Alívio
12. Estresse
13. Satisfação

Outra chave importante da gestão das emoções é: antes de tirar uma conclusão precipitada, faça perguntas. Perguntas acabam com a distorção da realidade e o libertam de sentimentos ruins. Alguns tipos de perguntas: "Por que estou sentindo isso?"; "O que devo fazer para ressignificar esse sentimento?"; "O que gerou esse sentimento?"; "Esse sentimento é verdadeiro ou é algo da minha imaginação?"; "Como governar sobre o que estou sentindo agora?".

E outro comando importante é a respiração profunda.

Quarto Pilar – EXERCÍCIO FÍSICO

Você pode dizer que não gosta de exercício físico, e também pode inventar mil desculpas para não se exercitar, mas um dia a conta vai chegar. Você vai começar a notar as formas do seu corpo ficando arredondadas, seu ânimo se esvaindo e sua saúde indo para o ralo.

Anote este código: o único dia em que você não precisa fazer exercício físico é o dia que você não comer, simples

assim. Colocou combustível, movimentando-se para queimá-lo; não ingeriu nada, não faça nada.

Os benefícios do exercício físico são muitos: retarda o envelhecimento das células, ativam os hormônios da felicidade, reforça sua imunidade, entre outros. Ou seja, só há benefícios em exercitar essa sua máquina corporal chamada carro.

Quinto Pilar – ALIMENTAÇÃO

“Você é o que come” é uma frase comum e verdadeira. Por isso, seja sábio ao se alimentar! Escolha bem o que você coloca para dentro. Seu corpo não é uma lata de lixo, ele é templo do Espírito Santo.

É comprovado cientificamente que a alimentação pode prolongar seus anos de vida. E não é apenas sobre o quanto se vive, mas como se vive. Se você não consegue vencer a si mesmo, como vai conseguir vencer a corrida da vida?

Você já deve ter ouvido, em algum momento, que a competição é sua com você mesmo; e, na verdade, é assim mesmo que acontece.

E quando falo de alimentação, não me refiro apenas ao corpo físico, mas à alma e ao espírito, pois estes também precisam ser alimentados. Nesse caso, a Palavra de Deus é o alimento perfeito. Jesus é o Pão da Vida (João 6:35), e com Ele, a fome e o vazio interior são preenchidos.

No fim das contas, **o principal combustível sempre será a Fonte**. Se estou com Ele, nada pode me impedir de cumprir meu propósito. A Fonte é inesgotável, e quando estou cheio dessa presença, não há alternativa, a não ser transbordar. Você tem buscado beber da Fonte? Ou não tem tido tempo para isso? Você tem se sentido um copo meio cheio ou meio vazio?

Na Fórmula 1, cada equipe tem seu próprio combustível, já em outras categorias, os veículos utilizam um tipo único, mas diferente daqueles usados em carros comuns. Nunca é usada gasolina comum ou adulterada, sabe por quê? Ela faz o carro perder a potência, aumenta o consumo de combustível, falha no momento da partida, entre outros atos corrosivos.

Agora imagine o que acontece com seu corpo, sua máquina mais potente, quando você o abastece todos os dias com comida ruim, pensamentos ruins, hábitos ruins e *drivers* errados? Não tem como prosperar consumindo esse tipo de combustível.

Entenda: **quem não tem tempo de cuidar da saúde, vai cuidar da doença**. É assim que você quer seguir na corrida da vida?

Tarefas

1 – Primeiro pilar: sono. Calcule quantas horas, em média, você tem dormido e escreva três ações que você precisa tomar para dormir, ao menos, 7 horas por noite.

2 – Segundo pilar: água. O que você vai fazer para tomar mais água ao longo do dia? Dicas: comprar uma garrafa de água e instalar um aplicativo de lembrete.

3 – Terceiro pilar: gestão das emoções. Na próxima semana, anote os nomes de todos os sentimentos que tiver, tanto em situações boas, quanto em situações ruins. Se alguma emoção fez você agir como não gostaria, anote como você poderia ter feito uma melhor gestão das suas emoções.

4 – Quarto pilar: exercício físico. Escolha uma atividade física para começar amanhã. Ligue para três pessoas para iniciar essa atividade com você, assim, você terá ambiência e incentivo mútuo, até que se torne um hábito.

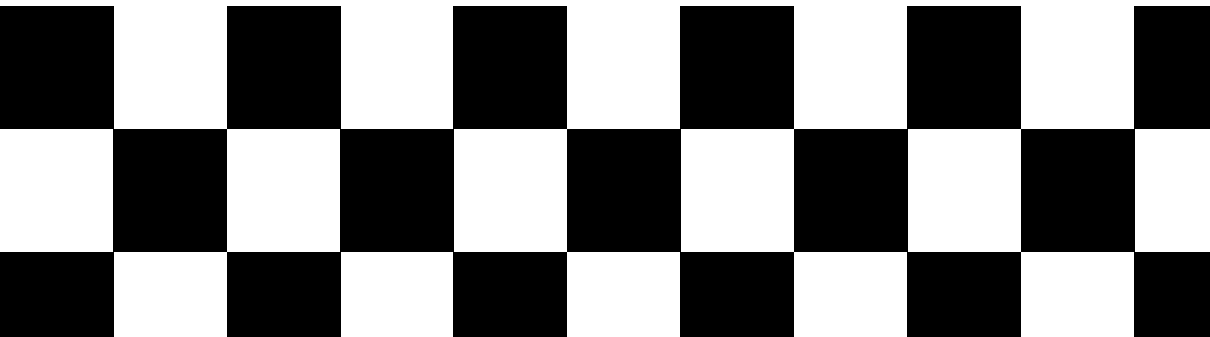
5 – Quinto pilar: alimentação. É hora de acabar com a bagunça e comer de maneira saudável. Corte o refrigerante e o excesso de fritura da sua alimentação, e coma mais frutas e legumes.

**NA CORRIDA
DA VIDA, VOCÊ
NÃO PRECISA
SER O MELHOR,
SÓ PRECISA
VENCER MAIS
UMA CURVA.**

Capítulo 4

Licenciado para:

CURVAS E TRAÇADOS DA VIDA



Na vida, curvas e traçados são importantes para capacitar o piloto a adquirir experiência e habilidade. Há diferentes tipos de curva em uma pista. E o mais curioso é que cada curva tem um traçado ideal. Traçado é o caminho da curva, a linha certa que o carro deve seguir para fazer a volta no melhor tempo.

Eu sou pioneiro em vários assuntos, e um deles é sobre o traçado perfeito. Para se dominar as curvas que surgem na estrada, vou lhe passar o código de como descobri o “traçado perfeito” para não gastar mais energia e tempo além do necessário.

Você precisa ter em mente que toda curva, todo problema, tem uma linha imaginária, uma solução mais rápida, que vai poupar seu tempo e energia se você seguir na sua direção. Em uma curva, o traçado é feito em três fases: **na entrada, no contorno e na saída.**

ENTRADA

Na entrada, você desacelera e freia, para não acontecer um acidente; ela depende do ângulo da curva. Ou seja, quanto maior o ângulo, ou quanto maior o problema, menos você terá que girar o volante para contorná-lo, pois você pode usar mais espaço da pista, assim como na sua vida. Você pode usar o próprio problema, sem se desgastar, para encontrar a solução; basta fazer perguntas para você mesmo, para os outros e para Deus. Veja alguns

exemplos: “Por que estou passando por isso?”; “Quem ocasionou esse problema?”; “Como posso resolvê-lo?”. Fazendo isso, você terá condições de pensar em um traçado específico que resolva o “problema”.

CONTORNO

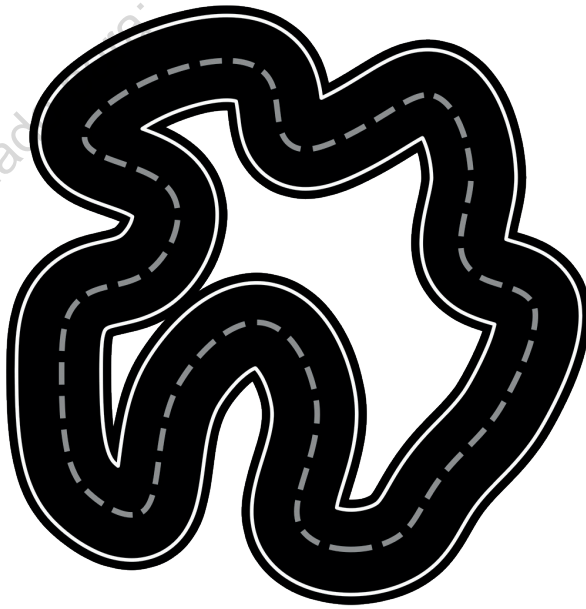
No contorno, você diminui a velocidade e segue um traçado reto, focado, ou seja, vai em direção ao cerne do problema. Em um traçado ideal, o piloto busca realizar o contorno na parte mais interna da curva, diminuindo o tamanho da pista. Nesse ponto de tangência, é o momento mais lento e que requer mais concentração. Aplicando à corrida da vida, é como se você estivesse no cerne do problema; nesse caso, não se preocupe em acelerar, mas na resolução, por isso, se concentre em como esse contorno deve ser feito e não deixe nada para depois. Resolva o que precisa ser resolvido, e então acelere na saída da curva.

E mesmo que as curvas sejam diferentes entre si, sendo umas mais fechadas, outras mais rápidas, existe um princípio nas pistas que você deve carregar para sua vida: “Para sair forte, é preciso contornar devagar”, ou seja, tenha nobreza e paciência na solução dos problemas, porque, ao final, você sairá mais forte.

SAÍDA

Na saída, você mira o carro do oponente no outro ponto da pista e entra no ápice da aceleração. A saída de uma curva é o momento de aceleração, a não ser que você esteja em um trecho composto por uma série de curvas, e

seja necessário poupar a aceleração para a saída da última curva. É na saída que você tem a disponibilidade de pisar com força no acelerador. A saída é a completude daquela fase, ou seja, você finalizou, acabou, resolveu. E nesse momento a ordem é acelerar, pois, mais adiante, outras curvas e traçados virão, só que dessa vez, você estará mais habilidoso e maduro.



As curvas são como problemas que precisam ser enfrentados e resolvidos. Ao longo da sua trajetória, você vai encarar diferentes problemas, e assim, como na dinâmica dos traçados, a solução que você adotou para resolver uma adversidade, não necessariamente irá resolver a outra, e é aí que a habilidade entra em ação. Em uma corrida de fórmula, o traçado é alterado mediante as con-

dições da pista. Na corrida da vida acontece o mesmo, ou seja, dependendo do tipo de problema, a traçada para resolvê-lo terá de ser outra, por isso, não é bom deixar problemas acumulados, ou ainda tentar solucioná-los com a mesma técnica.

Ao pensar na palavra “problema”, a maioria das pessoas visualiza algo negativo, do qual tentam fugir, mas vamos ressignificar esse *driver* a partir de agora: **você precisa amar problemas**. No fim das contas, você será lembrado apenas por duas coisas: **os problemas que criou e os problemas que resolveu**. Por isso, não fuja dos problemas, pelo contrário, seja uma máquina para criá-los e resolvê-los.

As curvas da vida são como problemas pelos quais iremos passar.

Recentemente, na segunda volta de uma corrida, bateram no meu carro. Se minha mente não estivesse preparada para resolver problemas, eu poderia ter desistido. No entanto, pensei: “Há 180 curvas no total. Eu ainda tenho 178 para percorrer. A corrida não acabou para mim”.

Se você estiver diante de um problema, resolva. Não se sinta contrariado; independentemente do que aconteça, **o fundamental é o que você faz com o que fizeram com você**. No traçado da vida em que você está atualmente, atingiram seu veículo ou lhe desonraram? Lembre-se de

que toda energia é boa, basta que você a capte, canalize e converta da maneira correta.

Naquele momento em que colidiram em mim, lembrei-me do Ayrton Senna, o qual não desistia. Aquela minha corrida foi inesquecível, pois continuei pilotando, mesmo com o carro quebrado e desalinhado, e ainda consegui um lugar no pódio. Eu poderia ter decidido ficar amargurado, ofendido, encontrando culpados, ou ainda nunca mais correr, mas optei em administrar a pressão e transformar a adversidade em oportunidade.

Eu não fiquei em primeiro lugar no pódio, mas isso não importou. Para mim, foi a melhor corrida, pois aprendi muito e estarei mais forte e preparado para a próxima. É muito bom subir ao pódio, porém, o aprendizado extraído das adversidades enfrentadas e resolvidas é o mesmo que pegar um troféu.

Pilotando, entendi que **é na curva que se faz um bom piloto**. Ou seja, é na crise que se revela quem é fraco e faz gestão das suas emoções. Por isso, você precisa ser um especialista em curvas (ou melhor dizendo, em *problemas*), porque na corrida da vida, você não precisa ser o melhor sempre, só precisa vencer mais uma curva.

Outro ponto que precisa ser considerado durante as curvas e traçados é: não ser mesquinho na corrida da vida. É preciso permitir quem é mais rápido fazer a ultrapassagem na curva. Eu vou lhe contar um segredo: se um carro está mais rápido que o seu, não fique segurando a posição, você vai gastar mais energia, vai diminuir sua velocidade, irá abrir mão de um grande

aprendizado, além de não conseguir entrar no vácuo do seu oponente.

Aprenda outro código de pilotagem: **quem está mais rápido tem que passar, porque ele vai fazer um traçado na pista, e você só precisa segui-lo.** É bem simples: se uma pessoa está mais rápida que você, significa que ela tem mais experiência; mais “horas na pista”; mais códigos; e poderá mostrar um caminho mais rápido e seguro para quem vem atrás.

A questão é: você tem um coração ensinável para reconhecer isso e aprender? As curvas trazem grandes aprendizados, e um deles é ter a humildade de aprender com o traçado dos outros.

No entanto, se você for a pessoa que estiver na dianteira e não tiver ninguém à sua frente para modelar ou entrar no vácuo em algum assunto ou área da vida, você não vai deixar de se pôr pressão, faça o que precisa ser feito.

Tarefa

Escreva quais foram as curvas mais difíceis que você já enfrentou na vida e como as contornou. Faça isso com o maior nível de detalhe possível. Esse memorial é para você saber que já foi capaz de fazer curvas difíceis e que pode encarar curvas ainda mais desafiadoras.

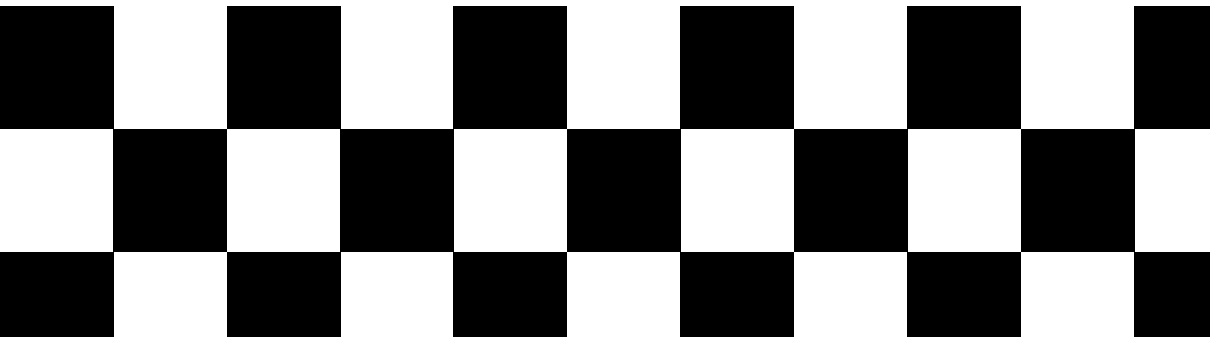
Licenciado para:

**SE A SUA
PREOCUPAÇÃO
FOR APENAS
CHEGAR EM
PRIMEIRO LUGAR,
VOCÊ VAI SE
FRUSTRAR.**

Capítulo 5

Licenciado para:

TROFÉU X COROA



Ao contrário do que muitos pensam, na corrida da vida não existe competição. Não é sobre chegar em primeiro lugar e erguer um troféu, ou ter um lugar no pódio. Aliás, nem mesmo nas corridas de velocidade, eu entro com a intenção de ganhar, apenas. Algumas pessoas têm um senso de derrota, um *drive* que diz assim: “O que vale é competir”. E na verdade, o pensamento correto seria: “O que vale é aprender”.

Entenda que, competir é coisa de gente que está desgastada por nada; quem está por estar é um fantoche de um jogo. Aprender é o que importa. Muitos estranham quando digo isso, mas é a realidade.

A primeira vez que me visualizei pilotando foi durante uma corrida da Porsche. Assisti à largada e pensei: “Não conheço nada sobre corridas, preciso destravar isso”. Daquele dia em diante, comecei a treinar e a investir pesado nessa área. Meu objetivo, até hoje, ao entrar na pista, é **aprender**. Não me conectei ao mundo automobilístico apenas para vencer e exibir troféus – como alguém que governa, sei que isso é natural do ofício. Minha real intenção ao investir nesse meio é **extrair códigos de aprendizado**.

Toda corrida tem apenas um primeiro lugar, mas todos podem ganhar. Como assim, Pablo? É simples, é só você **crescer durante o percurso**. Se você terminou a corrida com um ajuste melhor do que quando começou; se cruzou a linha de chegada em uma posição melhor do

que no início; se aprendeu coisas novas; se melhorou seu ritmo, então você ganhou. Veja, **se a sua preocupação for apenas chegar em primeiro lugar, você vai se frustrar.**

Pense que, cada crescimento na corrida é uma vitória, por isso, empilhar resultados e subir ao pódio para pegar um troféu será inevitável. Entenda algo: **só deve subir ao pódio quem é maior que ele.**

Já reparou que há momentos em algumas corridas em que a transmissão mostra uma disputa acirrada de posições do pelotão de trás? Ou alguns casos de um piloto que ganhou muitas posições em uma corrida? Isso ocorre porque nem sempre quem “ganha” é o que está em destaque, ou em foco, ou ainda em primeiro lugar.

Você pode não estar no pelotão da frente, mas se está acordando cedo; lendo a Palavra; conectando-se com a Fonte; mentalizando a vida que quer ter; ressignificando bloqueios; conectando-se com novas pessoas; acendendo novos ambientes; instalando novos *drivers*; e entrou no modo “fazer”, **quem pode dizer que você não prosperou?**

É um processo de crescimento violento, mas muitas pessoas só observam quem levantou o troféu. Se olhar bem o passado de quem sobe no pódio hoje, vai ver nessas pessoas um crescimento parecido com o que você se propôs ao ler esse livro. É assim com a semente do aprendizado que é plantada hoje. Você passa vários dias sem ver nada acontecendo do lado de fora, mas internamente ela está se enraizando, rompendo terra abaixo, fundando suas estacas, para então explodir para fora e ser vista por

outras pessoas; por isso, valorize os pequenos começos, e o seu crescimento diário.

Muitos pilotos correram por vários anos e nunca ganharam uma única corrida, mas nem por isso deixam de ser vitoriosos. Eles estiveram entre os melhores pilotos da Terra em uma categoria; pilotaram carros muito velozes; cresceram muito e ganharam o respeito de seus oponentes, mesmo sem ter acesso ao pódio. **Ainda que você seja o último da corrida, já prosperou e venceu, porque saiu da arquibancada e colocou seu carro na pista.**

Por isso, se você está na pista, e continua fazendo o que precisa ser feito, sinta-se vitorioso, mas não foque no troféu, foque na coroa da vida. Sim, existe uma coroa ao final da corrida da vida. Quem cruza a linha de chegada leva uma coroa e não o troféu, eu vou lhe explicar a diferença entre um e outro.

Já ganhei vários troféus e joguei alguns fora. Muitos ficaram ofendidos comigo, mas eu não ligo para isso. Troféus servem para você se lembrar de alguns momentos, mas as pessoas ficam presas eternamente a eles, vivendo de passado. Mais que troféus, eu quero a coroa da vida.

Biblicamente, a coroa é um símbolo de triunfo, recompensa e prêmio. A coroa da vida é o maior prêmio que uma pessoa pode receber: é estar na glória com Jesus. No fim das contas, é por ela que vamos atravessar a linha de chegada dessa grande corrida.

Anote este código: **o troféu é descartável, mas a coroa é eterna.** Para ganhar um troféu, você precisa brigar com todo mundo em uma corrida, mas para ter a coroa,

é necessário vencer a si mesmo e aceitar o que Deus lhe chamou para fazer. Coroa é para quem exerce o governo.

Você pode até vender seus troféus para alguém, mas a coroa não pode ser vendida, nem transferida. Ela é única, individual e personalizada. Ela é para os filhos nobres. É muito bom ganhar troféus e ter uma sala cheia deles, mas melhor ainda é investir energia para ter sua coroa repleta de pedras diferentes, ou seja, transbordar na vida de outras pessoas e contribuir para a transformação do próximo é como pedras que vão sendo acumuladas na sua coroa.

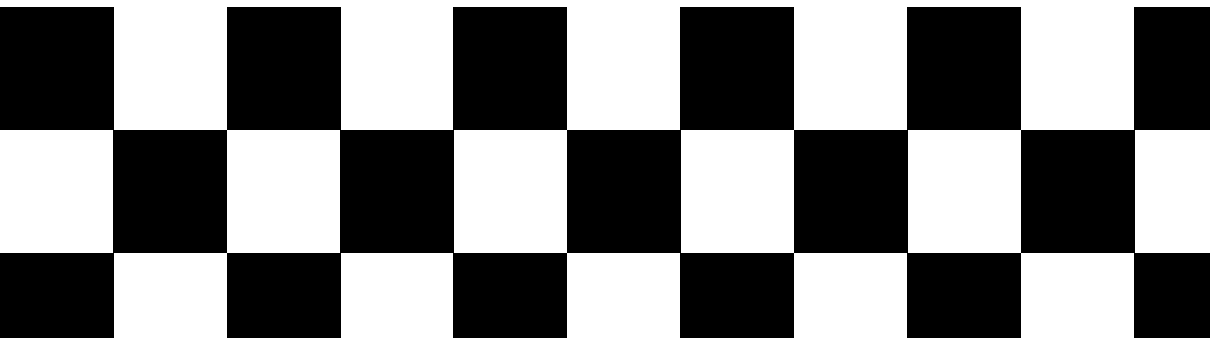
Tarefas

- 1 – Escreva o que você entendeu por coroa.
- 2 – Escreva sobre a diferença entre troféu e coroa.
- 3 – Leia Apocalipse 3:21 e escreva o que você entende por “vencedor”.
- 4 – O que você precisa fazer para conquistar sua coroa?
Como está fazendo isso?

**QUEM TEM
MEDO DE
VELOCIDADE,
NÃO AVANÇA
NA VIDA.**

Capítulo 6

ACELERADOR DE RESULTADOS



A vida é uma corrida e você precisa de velocidade se quiser alcançar resultados em todos os aspectos. Porque, assim como um carro não pode permanecer na mesma marcha e na mesma velocidade em todo o percurso da pista, assim também é a vida, que precisa ser vivida considerando a necessidade de, em momentos específicos, acelerar para obter resultados, especialmente nas saídas das curvas.

Ter velocidade não significa queimar etapas, pois não tem como pular as fases, mas sim, acelerar. Quando você consegue visualizar mentalmente o final, fica mais fácil de tornar intenso o processo. Ou seja, mentalizar vai aumentar cerca de 30% dos seus resultados. Mas para aumentar a velocidade, precisa de mais energia.

Acelerar não quer dizer avançar de forma linear, e sim em correr mais riscos, entrar na curva derrapando ou até perder “o controle” algumas vezes. Você precisa testar, e com isso você vai errar, e se sair da corrida por algum motivo, não se desespere, respire fundo e volte para a pista!

Quem tem medo de velocidade, não avança na vida, não avança nos negócios. E você pode estar se perguntando agora: “Mas, se a corrida da vida não é chegar em primeiro lugar, por que eu deveria acelerar?”. Acelerar não tem a ver com competição com o outro, mas em romper suas próprias limitações para ultrapassar a linha de

chegada. E nesse sentido, quando você elimina os bloqueios e vence a procrastinação, você percebe o quanto é capaz de acelerar. Só tenha cuidado, pois a aceleração é perigosa; se você não estiver focado no que está fazendo, pode acabar pondo tudo a perder.

Ser rápido é importante e precisa de condicionamento. Um piloto precisa passar por um período intenso de preparação física para competir. Para quem está de fora, pode não parecer, mas manter o controle do volante, trocar a marcha e acelerar demandam muita energia e condicionamento físico. Se o piloto não for constante em seu treinamento, pode perder grandes chances na corrida. Esse é mais um código que você deve aprender: **todo suor derramado em treinamento vai poupar sangue na pista de corrida**. Eu aprendi a amar a instrução e indico que você faça o mesmo, porque quem treina, não tem medo de acelerar, e aprende a desfrutar mais rápido.

Minha melhor corrida foi em Interlagos, por conta da instrução de um dos pilotos mais doidos que eu conheci lá. Assisti a todas as corridas dele e o considero uma máquina: mesmo ele largando em último, consegue chegar em primeiro lugar.

Apesar disso, muitas pessoas falaram para eu não dar ouvidos a ele por conta de sua personalidade fora do padrão e por algumas atitudes. Sabe qual é o problema? **Você só ouve pessoas que o agradam, e isso é uma prova de que você não está pronto para aprender com quem o critica**, e acredite, quem o agrada sempre, é pior que você. Você pode aprender com todo mundo

em qualquer situação, só precisa ter essa configuração acionada.

Você acha que eu estou querendo agrada-lo ao falar para você acordar às 4h59 da manhã e tomar banho na água fria? Claro que não, mas eu sei que é uma instrução que fará a diferença na sua vida e vai tornar seu corpo uma máquina de aceleração.

Veja que fato interessante sobre corridas: antes de dar a largada, os pilotos fazem uma volta de apresentação para conhecer e entrar na ambiência da pista, ou seja, sentir sua frequência. Qual é o código? **Conecte-se a ambientes que tenham a mesma frequência que a sua ou até mais elevada, para que você possa evoluir constantemente.**

E aqui eu abro um parêntese para dizer o quanto a instrução é válida na aceleração de resultados, quer você seja jovem, adulto, casado, ou ainda esteja ensinando seus filhos. A instrução vai fazer você aumentar o tempo de desfrute. Assim como na pista, onde pilotos experientes me instruem, eu, quando pego os códigos da instrução, passo a instruir outras pessoas. Inclusive, na minha própria casa eu parei de achar que sou apenas pai dos meus filhos; eu, na verdade, sou instrutor deles. Entenda: **todo treinamento precisa de um objetivo.** Olhe para seu filho e diga: “Vamos desenvolver o que você carrega aí dentro?” Precisamos treinar a identidade de nossos filhos. Infelizmente, o que se ensina aos filhos é qual profissão eles devem seguir, e esse treinamento não os prepara para a vida. É desafiador treinar e entender a individualidade de cada um, mas vale a pena.

Quando a corrida se aproxima, passo o dia treinando, até machucar as mãos e os pés, e deixo o carro chegar ao limite. Faço isso pois entrei no automobilismo para aprender e ficar mais forte, e é assim que funciona a aceleração.

O que vai fazer você acelerar é a **reprogramação cerebral**: entender que você não nasceu para estar na arquibancada e sim, sempre avançar de fase dentro do contexto da corrida. Por exemplo: há uma fase em que você está no autódromo; outra fase você está trabalhando em uma equipe para aprender; e avanço após avanço, chega a fase de pilotar. E quando você estiver no *cockpit* (cabine de pilotagem), vá com sangue no olho e com muita fome de aprender.

Quem está no volante tem autonomia nas tomadas de decisão, se tornando responsável pelos resultados. Por isso, se você não está satisfeito com sua vida e, consecutivamente, com seus resultados, visto que você está no controle de sua própria vida, então, acelere. Independentemente de fatores externos e condições da pista, alcance o nível que sua alma deseja.

Tarefa

Pesquise por casos de pessoas ou empresas que aceleraram em uma das últimas e maiores crises do planeta: a pandemia da Covid-19. Veja o que elas fizeram e modele aquilo que você pode adaptar para sua própria vida.

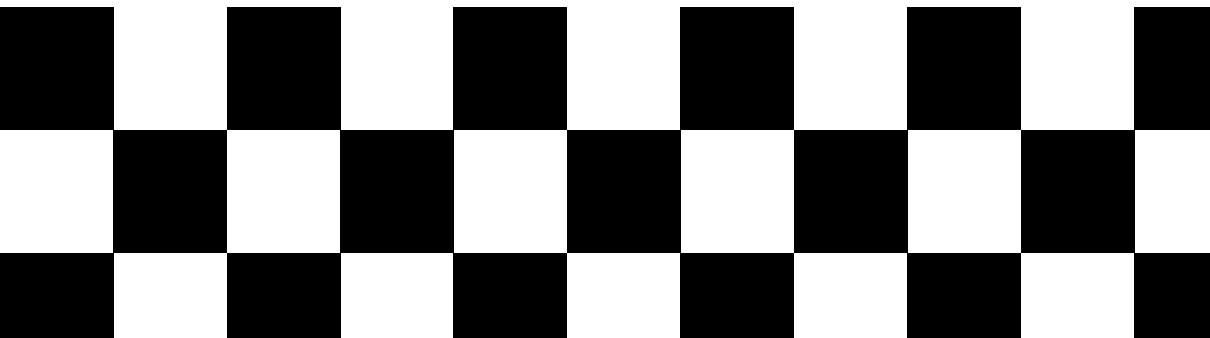
Licenciado para:

**EM TUDO O
QUE VOCÊ FOR
FAZER, TENHA
UMA EQUIPE.**

Capítulo 7

Licenciado para:

COMO MONTAR UMA EQUIPE ‘MONSTRA’



Por trás do ronco dos motores, existem equipes altamente qualificadas que trabalham com dados e buscam sempre uma inovação que possa fazer o desempenho do piloto ser melhor e mais rápido.

A equipe, também conhecida como escuderia, está com o piloto antes, durante e após a corrida. É a equipe que traz informações relevantes e necessárias para auxiliar na corrida.

A equipe ajuda o piloto a ter antevisão, e tem que estar em unidade com o piloto para crescer na corrida e avançar. Ela faz a montagem do carro, analisa os dados, monitora a temperatura da pista, o clima, realiza a troca de pneus, e quanto mais focada e gestora de recursos, mais ajuda quem está no carro a ficar o menor tempo possível no *pit stop*.

Por isso, é importante ter uma equipe que esteja alinhada com o piloto e engajada no mesmo propósito. **Na pista, o foco é aprender, mas na vida, é atravessar a linha de chegada.**

Sua primeira e principal equipe é sua família. O trabalho que desempenhamos, o dinheiro que fazemos, as nossas empresas, tudo tem que primeiramente servir os de casa. A família é a base de tudo, e muitas pessoas desanimam na primeira volta da corrida, porque ainda não entenderam isso. É pelos seus que você vai colocar o pé no acelerador, ultrapassar todas as dificuldades e mirar na linha de chegada.

Essa primeira equipe tem que estar em unidade, alinhada e focada na mesma coisa, com o mesmo propósito, porque se não tiver foco, não vai crescer. Você precisa dar atenção para sua primeira equipe, porque é a mais importante da sua vida.

No âmbito profissional, valorizar a equipe também é muito importante. Se você quiser que o seu negócio cresça com velocidade, tenha uma equipe em unidade com você.

Para escolher uma pessoa para integrar à sua equipe, não olhe apenas se ela é a mais inteligente ou a mais preparada, porque a maioria das pessoas que chega pelo excelente currículo, vai embora por problemas de relacionamento e orgulho, então, tenha gestão no recrutamento.

Escolha pessoas com o coração ensinável, pois quem é ensinável se tornará alguém de alta *performance*, com o treinamento certo. Nas minhas empresas, as pessoas que chegam pelo dinheiro não ficam, e eu não olho os melhores currículos, eu procuro pessoas com o coração ensinável. Em tudo o que você for fazer, tenha uma equipe que esteja, primeiramente, pronta a aprender.

Para montar uma equipe 'monstra', o primeiro passo é ser líder de si mesmo; é ter domínio sobre seu próprio corpo; ter autogoverno; ser autorresponsável e ser governante da esfera da sua casa.

Decida, hoje, pôr seu carro dentro da corrida, e a partir daí, sua equipe vai começar a se formar, quer seja equipe em casa, na escola, entre os amigos, na empresa, no esporte, etc.

Eu vou lhe ensinar uma técnica poderosa para você montar uma equipe ‘monstra’ que o auxiliará a ter resultados exponenciais. Eu chamaria essa técnica de “quartis da vida”.

OS QUARTIS DA VIDA

Em qualquer lugar que eu vá, qualquer negociação, em qualquer roda de *networking* há pessoas que se encaixam em quatro quartis. E o que significa *quartis da vida*? Eu aprendi essa técnica de definição de quartil na Brasil Telecom, quando ainda era executivo.

Todos os grupos de pessoas podem ser divididos em quatro; e após a avaliação do comportamento, da mentalidade da pessoa e de sentir a sua energia, você consegue discernir o grupo ao qual ela pertence.

Pode parecer que não, mas aprender a discernir as pessoas e enquadrá-las, cada uma em seu quartil, contribui, e muito, na formação de uma equipe de alta *performance*.

Essa divisão em quartis, ou seja, em quatro partes, pode ser aplicada a várias áreas. Analise, por exemplo, três empresas do mesmo segmento que a sua. Se fosse preciso avaliar qual é a mais lucrativa, a sua seria a primeira ou estaria em um quartil mais abaixo? Se a sua resposta não for quartil 1, significa que você precisa se movimentar e descobrir o que ainda falta para alcançar a exponencialidade.

O que diferencia a divisão de um quartil para outro é a frequência e a mentalidade que o indivíduo tem acerca

de um determinado tema. Isso depende da fase da vida em que a pessoa está e da quantidade de energia que deposita para subir de nível.

Em qualquer lugar que você for sempre terão pessoas que pertencem a um desses quartis, ou seja, de 100% das pessoas, 25% farão parte do Q4 (os fracassados); 25% do Q3 (os desanimados); 25% das pessoas farão parte do Q2 (os de alta *performance*); e 25% do Q1 (os campeões). Vamos entender cada um dos quartis.

Q1 – CAMPEÕES (25%)

O Q1 é o quartil dos campeões. É o grupo que tem fome e sede de pódio. Pessoas desse grupo não precisam de incentivo, são “pau na máquina” e não dependem de estímulo para fazerem algo. Elas mesmas geram o que querem que venha à luz. São pessoas que estão dispostas a permanecerem nesse grupo a qualquer custo, ou seja, elas lutam para estar no topo dos topos.

Qual o maior desafio na corrida da vida real? É andar com o pelotão do Q1. No primeiro quartil, a frequência é altíssima. Quem se enquadra nesse nível governa sobre tudo em que coloca as mãos. São pessoas excelentes e focadas no que fazem. Não precisam de incentivos externos e sempre vão liderar.

Meu objetivo, ao correr, é chegar no Q1. Os pilotos desse grupo querem, de fato, ser campeões, e é dessas pessoas que você extrairá os melhores códigos. Se hoje, você começar a se desenvolver em qualquer assunto para fazer parte do Q1, com muito esforço e empenho, ainda

que sem muita sabedoria, você levará 10 anos para chegar nesse grupo, quer seja na advocacia, no empreendedorismo, no mundo digital, ou em outra área de atuação. Estou falando de uma pessoa normal, mediana.

Se você se encontra no Q4, por exemplo, e deseja evoluir para o Q1, é possível, basta ser focado e não desistir, porém, não pense em pular etapas. Antes de chegar no Q1, você precisa passar pelos outros quartis, até chegar ao primeiro grupo.

Q2 – ASPIRANTE A CAMPEÃO (25%)

Quem está no quartil 2 tem alta capacidade, desenvolve habilidades, e almeja ser promovido para o Q1. Quem está no Q2 dificilmente perde a *peteca*, só que esse grupo precisa ter premiações constantes e incentivo.

Quem está na frequência do segundo quartil é aspirante ao primeiro. Essa pessoa precisa de apenas uma coisa para evoluir sua mentalidade e avançar: **modelar** alguém do Q1. Modelar é copiar a frequência comportamental de alguém e adaptá-la à sua realidade. Em outras palavras, é pegar todos os códigos bons da pessoa e aplicá-los em sua vida. Por mais que a frequência já esteja alta, quem está neste grupo ainda enfrenta alguns problemas e precisa se espelhar em alguém do primeiro grupo.

Q3 – DESANIMADOS (25%)

O terceiro quartil é o grupo dos desanimados. Se não motivar esse grupo, provavelmente irá desanimar e desistir; e a queda para o Q4 será iminente. Esse grupo pre-

cisa de motivação para manter-se empolgado. Por exemplo, se uma pessoa desse grupo ouvir alguma palestra minha e se empolgar, ele mantém a motivação acesa por um tempo, mas com o passar dos dias, essa pessoa vai se desmotivando precisando, em um futuro próximo, ser motivado novamente.

Os integrantes desse grupo precisam ativar sua identidade para chegar na frequência acima. Por mais que não reclamem, são ótimos em encontrar desculpas. E a verdade é que: **quem é bom em desculpas, não é bom em mais nada**. Além disso, precisam de constante incentivo, caso contrário, não evoluem.

Q4 – RECICLAGEM (25%)

Quem está no quartil 4, o mais baixo, precisa mudar a mentalidade. As pessoas desse grupo são novatas, e precisam querer subir para o Q3; e os que não querem, provavelmente vão desistir. É o grupo do *turn over*, que é o da reciclagem, e realmente precisam de reciclagem. É a turma que não resolve nada. As pessoas desse quartil são 25% da Terra. Elas vivem querendo, mas não crescem e não agem.

Se você quer crescer, as pessoas desse grupo precisam ser desligadas de sua vida, pois não querem subir para o Q3 e também o impedem de fazê-lo. Na corrida da vida, cuidado com o Q4, porque a probabilidade de você ter dó das pessoas desse grupo é grande. Eu diria que esse quartil é como o *grupo do dó*. Se você faz parte do Q4, ou você irá parar de ler esse livro, ou você fará de tudo para subir para o Q3.

A desmotivação no Q4 é tão grande que não há motivação para quase nada que vá desafiar a subir de nível. São pessoas que reclamam constantemente e não conseguem prosperar, pois não estão dispostas a depositar energia em uma etapa fundamental: o aprendizado. Se você as incentiva a ler um livro, assistir a vídeos sobre determinado assunto ou estudar, elas respondem com uma negativa e permanecem do mesmo modo. Essas pessoas precisam de uma pressão excessiva para romperem e conseguirem virar a chave.

Eu gostaria, de todo o coração, que todas as pessoas que pertencem ao quartil 4 subissem para o Q3, para isso, elas irão precisar de ter um coração tratável.

O Q4 mira o Q3, o Q3 mira o Q2, assim como o Q2 mira o Q1. Se você não está no Q1, sempre deseje o próximo quartil, mas não pela condição que alguém impõe, e sim pela decisão que você toma. **A sua visão deve ser maior que o recurso que você carrega.**

A verdade é: você pode ser péssimo em algo, mas se realmente se propor a aprender e investir sua energia nesse algo, poderá alcançar o Q1 de qualquer coisa. Mas nunca se esqueça, Q1 não desce para andar com Q2; Q2 não desce para andar com Q3 e Q3 não desce para andar com Q4.

Subir de quartil faz de você alguém de destaque, e, automaticamente, será necessário aumentar a velocidade de aprendizado e subida de nível.

O líder com uma equipe 'monstra' precisa lidar com ele mesmo e também discernir o quartil das pessoas de

sua equipe. A corrida da vida requer sua atitude para entrar na pista, literalmente, e você precisa ter maturidade o suficiente para entender que pessoas se aproximam para poder avançar com você, outras vão ficar para trás na pista, e muitas tentarão impedi-lo de ganhar velocidade.

Se você considera a vida como uma corrida de verdade, anota essa: se você está na pista da corrida da vida, monte uma equipe para andar junto com você, uma equipe profissional em valores. E ainda que tenha que substituir equipamentos que não estão funcionando, a equipe estará lá para o que der e vier.

Meu desejo é honrar a vida de cada pessoa que trabalha comigo e em especial minha família. Minha esposa me nutre emocionalmente, ela é um tesouro na minha vida. Meus filhos também são um tesouro para mim. Quando eu olho para eles, a minha vontade de ganhar velocidade aumenta. E mais uma vez digo: uma equipe 'monstra' na corrida se inicia com uma equipe 'monstra' dentro de casa.

Quando ingressei no mundo das corridas, era um completo iniciante e fazia parte do Q4. Fiz a primeira corrida com um carro alugado do Betão Fonseca, da equipe Center Bus Sambaíba Racing.

Eu cheguei no Q4 desta maneira, totalmente cru. Como eu não gosto de estar no quarto quartil em nada na minha vida, eu decidi ir para o Q3, mas para isso eu precisava fazer algo que pudesse me fazer subir de nível. Decidi, então, comprar um carro e passei a treinar.

Na corrida seguinte, já com meu próprio carro, conquistei um lugar no pódio.

Meu estilo de pilotagem, naquele momento, já era característico de alguém do Q3. Eu comecei a correr para aprender, não apenas para me divertir ou ganhar, mas para extrair códigos poderosos das corridas e aplicar na minha vida. Devido a isso, minha frequência foi aumentando e, em curto espaço de tempo, já não me encontrava mais fazendo parte do Q4.

Depois de algumas etapas na Mercedes-Benz Challenge, eu me vi evoluindo do terceiro quartil para o segundo. Me recordo, inclusive, que o Vinny Azevedo, um dos pilotos que está no topo da categoria, perguntou quem estava pilotando meu carro, pois não acreditava que eu havia evoluído tanto em tão pouco tempo. Esse era um sinal de que eu já estava progredindo rumo ao Q2.

Em todas as corridas, eu encarei situações difíceis referentes a falhas no motor. De qualquer forma, o que estava amadurecendo era a minha capacidade em aprender, independentemente dos problemas de percurso, ou seja, ainda não conquistando o pódio, eu comemorei os aprendizados que estava adquirindo. E na sua vida deve acontecer o mesmo, em todos os aspectos. Para isso acontecer, não foque no ganhar, foque no aprender.

E corrida após corrida, hoje faço parte do Q2, mas a minha mentalidade é do Q1, e isso é muito importante. A minha mente e a minha alma precisam chegar primeiro; e com dedicação, com certeza chegarei no Q1.

Nunca mais se esqueça de que onde quer que você esteja e o grupo ao qual você pertença, sempre haverá desafios a serem enfrentados e alvos a serem atingidos. Seja qual for o desafio da sua vida agora, você sempre se encaixará em algum dos grupos. Veja mais exemplos:

Q4
Quartil 4

Precisa mudar a mentalidade para subir de grupo. As pessoas desse grupo sabem que são ruins mesmo.

Q3
Quartil 3

Precisa de incentivo para subir de grupo. As pessoas desse grupo não acreditam que são boas o suficiente.

Q2
Quartil 2

Precisa de modelagem para subir de grupo. As pessoas desse grupo ainda não sabem que são boas o bastante.

Q1
Quartil 1

Precisa de um sonho a ser realizado para se manter no grupo. As pessoas desse grupo sabem que são capazes, e isso as torna bem mais agressivas em suas realizações.

Para finalizar, deixarei duas tarefas bem específicas.

Tarefas

1 – Anote o nome das 12 pessoas com quem você mais convive e divida-as nesses 4 grupos, três pessoas para cada grupo.

| | | | |
|--|-----------------|-----------------|-----------------|
| <div style="background-color: black; color: white; padding: 10px; text-align: center;"> Q1 Cabeceira </div> | Nome: _____ | Nome: _____ | Nome: _____ |
| <div style="background-color: black; color: white; padding: 10px; text-align: center;"> Q2 Precisa crescer </div> | Nome: _____ | Nome: _____ | Nome: _____ |
| <div style="background-color: black; color: white; padding: 10px; text-align: center;"> Q3 Dando trabalho </div> | Nome: _____ | Nome: _____ | Nome: _____ |
| <div style="background-color: black; color: white; padding: 10px; text-align: center;"> Q4 Precisa ser demitido </div> | Nome: _____ | Nome: _____ | Nome: _____ |

Após esse exercício, se você não achar pessoas do seu convívio que pertencem ao Q1, isso significa que você está de mal a pior.

2 – Pegue um pedaço de papel e anote três áreas da sua vida: profissional, pessoal e casamento. Pegue os quatro quartis e encaixe nas três áreas. Eu vou dar exemplo de casamento, mas você vai fazer o mesmo com a área profissional e a pessoal.

Casamento: anote o nome de quatro casais com os quais você convive mais, incluindo o seu, e separe nos grupos. Em qual quartil está o seu? Se sua conduta dentro do casamento não for a de Q1, você precisa trabalhar e subir de nível até chegar ao topo.

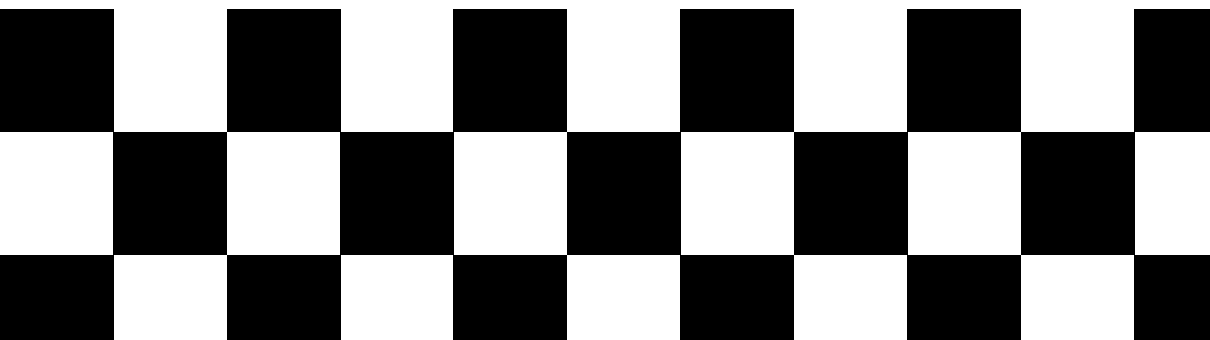
Nunca olhe para sua capacidade, foque onde deseja chegar. Deus não olhou para a minha capacidade nem para o meu talento. O que Ele observa é a disposição da pessoa e se ela tem um coração ensinável. Quem gosta de instrução vai voar, e pulará de quartil em curto espaço de tempo.

Não ande com quem vive de condição, para isso, você precisa deixar de viver de condição, primeiramente. Ninguém que anda comigo é espetacular, mas eu nunca vi nenhum deles *arregar* e bobear. Encare sua vida como uma corrida, selecione sua equipe para, juntos, atingirem a mais alta *performance* que já existiu.

**QUEM VAI
CORRER NA
CHUVA PRECISA
TREINAR NA
TEMPESTADE.**

Capítulo 8

CÓDIGOS QUE APRENDI COM AYRTON SENNA



Passei um ano da minha vida estudando tudo sobre o Ayrton Senna, o homem considerado mais veloz do Brasil. Ele descobriu uma forma de desafiar a velocidade e era um dos pilotos mais ousados com o volante na mão. Cansaram de chamá-lo de irresponsável, imprudente; mas se não fosse seu comportamento intrépido, ele não teria sido considerado um herói para esta nação.

Ayrton, que já havia vencido em 1988, conquistou seu bicampeonato em 1990, e foi aclamado herói.

Existem várias pessoas com o mesmo espírito desse herói nacional, mas infelizmente estão na inércia, como heróis vazios, sem conquistar o campeonato da própria vida. E um dos motivos pelos quais você ainda não assumiu seu posto é a sua preocupação com a opinião dos outros, ou seja, você ainda não entendeu quem você nasceu para ser. Se algo queimar em seu coração, não olhe para os lados, muito menos para trás, simplesmente execute. **O Brasil precisa de que outros “Ayrton Sennas” se levantem.**

A coisa mais impressionante que descobri sobre o Ayrton Senna diz respeito ao dia em que ele tomou uma “sova” e ficou em último lugar no *kart*, em Interlagos. Ele era ótimo no *kart*, mas por conta da chuva, a pista ficou diferente (dependendo da temperatura e da condição climática, o traçado muda), e ele ainda não tinha treinado para pilotar na chuva.

A partir daquele dia, toda vez que começava a chover, ele corria para o kartódromo para pilotar sozinho na chuva. Se você analisar suas corridas, verá que ele era “o rei da chuva”, e só recebeu essa nomenclatura porque, um dia, resignificou a derrota, persistiu e treinou incansavelmente. Entenda, **quem vai correr na chuva precisa treinar na tempestade**, e foi isso que Ayrton fez.

Não sei se hoje você está em uma tempestade na sua corrida da vida, mas seja como Ayrton Senna e se discipline para aproveitar a tempestade da melhor forma possível e aprender com ela. Imagine duas pessoas em dois buracos distintos. De repente, cai um raio e atinge uma árvore e a parte ao meio. Um pedaço do tronco cai dentro de um buraco, e o outro pedaço dentro do outro buraco. A pessoa, de um lado reclama porque o pedaço de árvore caiu onde ela está; já a outra pessoa no buraco ao lado, aproveita desse pedaço de árvore e adapta o tronco como escada para sair de dentro do buraco.

Não é fácil treinar na tempestade, mas ela pode ser uma escola. Se você quiser correr na chuva, vai precisar treinar o seu carro e a sua visão. Não espere as condições perfeitas para sair do lugar.

Há uma frase dele que me ensina muito: **“Se você for bonzinho, não vai sobrar nada para você.”** Essa frase não é um convite para você deixar de ser uma pessoa do bem, mas para deixar de ter dó. Quem tem dó, como dito anteriormente, carrega as pessoas, e não faz nada por elas. Por isso, ao invés de ter dó, tenha compaixão, porque a

compaixão produz uma ação, que é um movimento que realmente transforma vidas.

Ayrton Senna, mesmo com dificuldades e com o carro batido, continuava a correr. Ele era um piloto excepcional, não é à toa que até hoje ele é citado no meio automobilístico, mesmo quase três décadas de sua morte. Após assistir ao documentário de sua vida, percebi que, mesmo com poucos recursos, ele vencia, pois tinha uma mente determinada, incansável.

Para conseguir modelar o Ayrton Senna de maneira eficaz, eu contratei Nuno Cobra, que era o treinador físico dele. Ele me perguntou: “Você quer ser campeão de quê?” E eu disse: “Nuno, eu só quero ouvir as conversas que você teve com o Ayrton Senna, só isso”.

Foi muito precioso para mim, porque ele me contou sobre vários diálogos profissionais que teve com Senna e essa é uma das formas mais rápidas de aprender: **pegue instruções com quem tem experiência.**

No auge de Senna, veio Michael Schumacher, o qual se tornou uma ameaça. Schumacher era novo, com reflexos apurados da juventude e cheio de energia. Senna, que estava na pressão de ter sido campeão duas vezes seguidas, terminou abaixo do alemão no ano seguinte do seu tricampeonato (era o segundo ano de Schumacher na Fórmula 1).

No Grande Prêmio da Itália de 1994, na hora do *briefing* (reunião de organizadores, equipes e pilotos para passar informes sobre a pista e a corrida), os pilotos foram avisados de que a curva Tamburello havia sido recapeada e

estava perigosa. Por isso, todos eles deveriam reduzir a velocidade mais que o normal ao passarem por lá.

Mas Ayrton Senna era um piloto ousado e o único que não tirava o pé do acelerador para passar pela Tamburello. Infelizmente, essa foi a última vez que ele correu.

Em minha visão particular, acredito que dois fatores fizeram Ayrton Senna sair da pista naquela curva Tamburello: a condição nova da pista e uma certa pressão do adversário, o que provavelmente causou certo desequilíbrio na curva e a consequente colisão contra a mureta de apoio. Naquela época, Schumacher já tinha provado seu talento e havia percebido que era capaz de superar seu grande ídolo: o próprio Ayrton Senna.

Um último código que aprendi com o Senna: **o sucesso só é medido após a morte**. Observe os dois excepcionais pilotos de corrida que o Brasil teve: Nelson Piquet e Ayrton Senna. Ambos ganharam três vezes o campeonato mundial, mas quem parece ser mais poderoso? Mesmo Nelson tendo mais experiência e referência de pilotagem, Ayrton é tido como herói porque teve o sucesso medido após a sua trágica morte.

Tarefa

Escreva três códigos acerca do Ayrton Senna que você pode aplicar em sua própria vida.

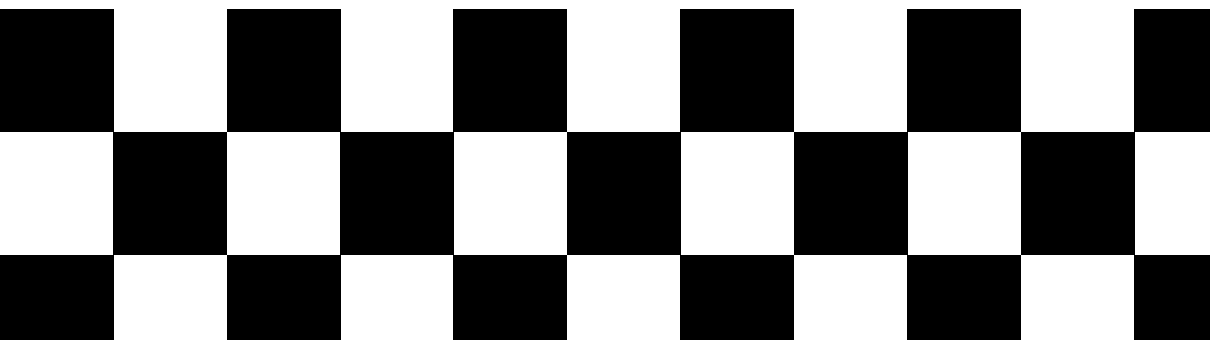
Licenciado para:

**A ÚLTIMA
POSIÇÃO É UMA
FASE NA VIDA,
E FASES NÃO
O DEFINEM.**

Capítulo 9

Livenciado para:

A INVISIBILIDADE DO ÚLTIMO



No *grid* de largada, a *pole position* é daquele piloto que fez o melhor tempo nos treinos de classificação. Assim, ser o último na largada de uma corrida significa ter o pior tempo em relação àqueles que conquistaram as melhores posições.

Ninguém quer ser o último, seja na largada de uma corrida, seja em qualquer outra situação da vida. Mas a maior questão relacionada à posição que você está ocupando é entender que, uma posição é como uma fase na vida, e fases não o definem. Maior que a posição de largada, e maior que a fase atual da sua vida, é você, que é a imagem e semelhança do Criador, saber aonde quer chegar e como chegar.

O livro da Sabedoria afirma que os homens, embora menores em estatura que os anjos, são maiores em glória (Salmo 8:5). Então, se o Criador afirma isso a seu respeito, você vai afinar para a sua fase e vai querer parar só por que está em último lugar nesse período da sua vida?

Seja um gestor de recursos da sua posição, porque isso vai lhe trazer um olhar estratégico, o ajudará a ressignificar os eventos negativos que ocorrerem com você, transformando o aparente ruim, em um precioso aprendizado.

Ou seja, o último lugar pode ser o local de fazer você voar mais rápido, pois ninguém se preocupa com o piloto que está saindo da última posição. A verdade é que ninguém está olhando para o último colocado. Ele é in-

visível e usualmente não há ninguém observando suas ações, porque ainda não está tendo resultados. É como a semente que está rompendo solo abaixo.

Se você estiver experienciando as últimas posições, tome cuidado para que essa fase não traga comiseração e autopiedade; aquele pensamento: “Coitado de mim, por que isso só acontece comigo?” – **Cuidado!** Essa mentalidade vitimista vai lhe travar e o fazer terminar a corrida nas últimas posições.

Você que está em último lugar da sua própria corrida, aprenda a valorizar essa posição e transformá-la em uma “mola”. Eu vou lhe mostrar como: primeiro, você precisa saber que o piloto que está saindo na *pole position* já está largando com a maior pressão para manter aquele lugar. Todos os olhares estão voltados para ele e torcendo para dar errado, porque, usualmente, as pessoas torcem para algo dar errado, porque isso gera adrenalina.

Os que estão nas primeiras cinco posições estão com sangue nos olhos para avançar logo na largada, e estão cientes disso, o que faz com que cada um proteja a retaguarda para não dar espaço e serem ultrapassados.

Mas o último está lá, invisível, e se ele for gestor, se tiver uma boa equipe e der tudo de si, ele usará essa invisibilidade para sair da última posição e alcançar melhores colocações, já na largada. Ninguém espera isso do último colocado, então, ele tem a vantagem de surpreender a todos, mesmo porque, a única pressão sobre ele é a que ele mesmo exerce, e isso, querendo ou não, gera bastante energia.

Se você se considera em último lugar na vida, que tal ressignificar o olhar sobre essa posição e usá-la como turbina para avançar mais rápido? Você irá surpreender a todos, principalmente a si mesmo.

Foi como eu fiz para sair do quarto quartil em direção ao primeiro, assim que entrei para o automobilismo, e esse resultado pôde ser acelerado por causa do meu foco, pois fui incansável em modelar quem já tinha os códigos dos quais eu precisava.

Licenciado para

Tarefa

Escolha qual alternativa melhor define a vantagem de estar em último lugar:

- a) Posso correr em qualquer velocidade porque não tem ninguém para me ultrapassar.
- b) Só preciso focar no que vem pela frente e não preciso me preocupar com o passado.
- c) Todos estão de olho em quem está em último lugar.
- d) Todos sentirão pena de mim e isso me fará acelerar.

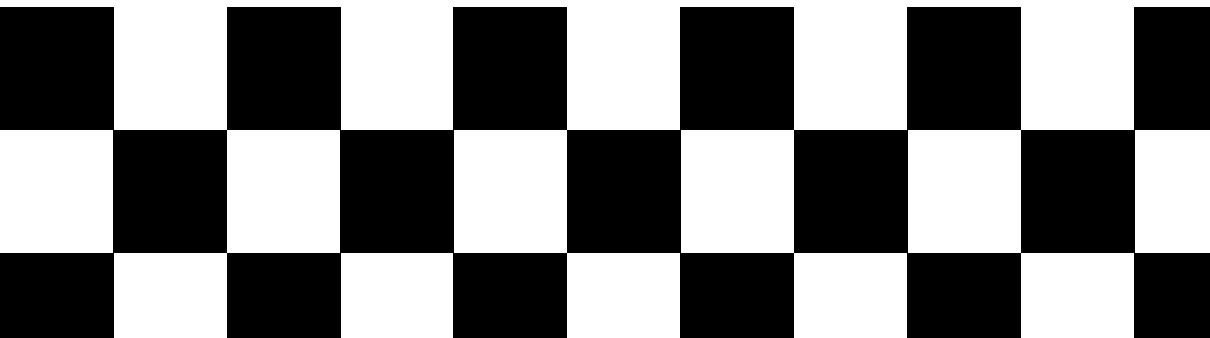
Após escolher a alternativa correta, desenvolva uma estratégia para você acelerar e sair da invisibilidade, pois, afinal de contas, a última posição, apesar de suas vantagens, precisa ser temporária em sua vida.

**AINDA QUE
SITUAÇÕES MUITO
NEGATIVAS
ACONTEÇAM, NÃO
SE DESESPERE.**

Capítulo 10

Licenciado para:

O PARAFUSO “MALDITO”



Às vezes você acha que está vencendo e tendo estabilidade, mas, de repente, algo acontece: um parafuso da barra de direção tira você da corrida. Uma vez, meu carro de corrida quebrou, e eu não conseguia segurar o volante. Eu sentia muita dor tentando manter o carro na pista.

De qualquer forma, consegui terminar a corrida mesmo com o carro daquele jeito. Eu não subi ao pódio, mas eu aprendi muito com essa corrida. Você já parou para pensar que acontece a mesma coisa com você, só que você não continua e acaba preferindo desistir da competição?

Antes daquela corrida, chamei o Daniel Politzer que já era piloto e havia, humildemente, aceitado trabalhar na minha equipe, e disse: “Politzer, quer correr? Tem um carro sobrando, pega lá!”. E adivinha o que aconteceu? Ele pegou um lugar no pódio nessa corrida. E eu?

Eu fui abatido por causa de um parafuso “maldito”. O parafuso da barra de direção soltou na última volta. Após quebrar a barra de direção, o carro foi desalinhando e saindo para longe da pista. Eu só vi o Politzer e o Nezio me ultrapassando.

Apesar de eu não ter ganhado essa corrida, no final, eles me ofereceram os troféus deles. Um disse que estava me entregando o troféu em forma de gratidão pelo fato de eu ter ensinado a ele códigos de corrida; já o outro me entregou o troféu em ato de gratidão pelo fato de eu ter dado oportunidade para ele correr.

O parafuso provocou a minha saída da corrida, mesmo assim, eu fui honrado e acabei ganhando sem ter realmente vencido a prova. E o que eu aprendi com isso? Muitos gostariam de ter a oportunidade de correr, mas não sabem que é muito importante *o antes da corrida*. Ou seja, o preparo, o *networking*, a instrução, o investimento em outras pessoas etc.

O fato de o parafuso ter soltado me tirou do pódio, mas não me privou de receber o troféu. Apesar de ter acontecido um acidente de pouca gravidade, eu não deixei de ganhar e aprender. É como eu digo sempre: “Na vida, ou se ganha, ou se aprende!”.

O título desse capítulo é “O parafuso maldito”, mas ele não foi maldito. Na verdade, por causa do que aconteceu, surgiu a chance do Pulitzer e do Nezio vencerem; e eu pude pegar muitos códigos da corrida. Por isso, ainda que situações muito negativas aconteçam, não se desespere. O fim sempre é melhor que o começo.

Tarefa

Explique para três pessoas três códigos que você pegou deste capítulo. Dê a elas a oportunidade de avançarem na corrida da vida, mesmo que as situações não sejam favoráveis.

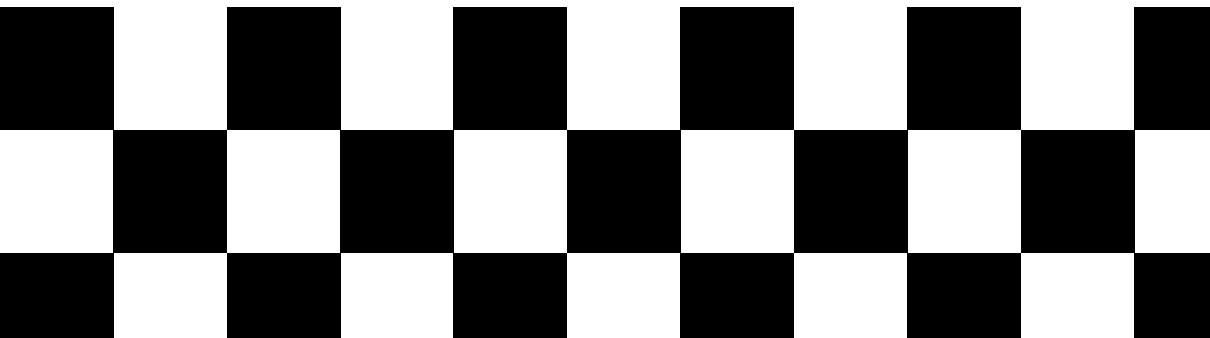
Licenciado para:

**O BOX É
IMPORTANTE,
MAS NÃO É
UM LUGAR
PARA VOCÊ
PERMANECER,
É UM LUGAR
TEMPORÁRIO.**

Capítulo 11

Licenciado para:

BOX E PIT STOP



Em uma corrida, nem todos os pilotos largam do *grid*. Isso quer dizer que, ou eles não fizeram o que era preciso para conquistar suas posições, ou alguma coisa exigiu sua parada. E por que isso acontece? Simples, muitos não preparam seus carros para a corrida e não fazem as voltas de classificação. E por causa disso, acabam tendo que largar do *box*.

O *box* é um pequeno espaço localizado nas laterais da pista em que a equipe de cada piloto o divide com peças automotivas, computadores e até uma mini cozinha. Para os pilotos que já estão na corrida, o *box* é um suporte totalmente equipado para que o carro do piloto permaneça na pista, pois os mecânicos e engenheiros acompanham a corrida através de monitores de televisão e computadores que colhem diversos dados para orientar o piloto, acompanhar o desempenho do carro e até mesmo aconselhar o momento da parada. Já para os pilotos que estão parados dentro do *box*, significa que o carro ainda não está pronto para ser colocado na pista e a equipe deve focar em torná-lo apto a correr.

É no *box* que o carro é montado e equipado. Além disso, é nesse local que ocorre a troca das peças ruins e são inseridos sensores de sensibilidade para colher dados e fazer com que o carro esteja em boa condição de retornar à pista, o quanto antes. Por isso, é importante você saber a diferença entre ter o *box* para dar uma passada e ajustar

o carro, e ter o *box*, como zona de conforto. É nessa hora que a equipe ‘monstra’, da qual falei anteriormente se faz necessária.

Agora imagine você no *box* com uma equipe ruim? Em vez de contribuir para que você vá para a pista o mais rápido possível, a equipe fica segurando-o no *box* dizendo que você não está pronto.

Na corrida da vida, o *box* é o lugar em que você reabastece sua energia, renova suas forças, troca as peças e se prepara para voltar à pista. E o mais interessante é que você não precisa estar 100% pronto para se arriscar. Você começa com o mínimo necessário e vai ajustando o carro durante a corrida.

Então, abandone essa necessidade de ter o controle sobre todas as coisas. Saia da garagem, coloque esse carro na pista e vá curtir a vida. Você só terá essa oportunidade.

Já outras pessoas estão apenas passeando, achando que a vida é um aglomerado de acontecimentos do acaso ou da sorte, mas, deixe-me soltar outro código: não existe acaso ou sorte. **Ou você está cuidando da sua vida e plantando o que quer colher, ou está trabalhando na plantação de outras pessoas, ou, na analogia das corridas, está se escondendo no *box* de outro piloto.**

O *box* é importante, mas não é um lugar para você permanecer, é um lugar temporário.

Se você vai largar do *box*, significa que já gastou tempo demais nesse lugar, vá para pista! E o *pit stop*, Pablo? O *pit stop* é uma parada rápida durante a corrida para a

realização de pequenos reparos: troca de óleo, de pneus, reabastecimento de combustível, entre outros.

Isso significa que estar na corrida vai exigir que você tenha paradas, para realizar reparos rápidos. São aqueles momentos durante seu dia em que você precisa repor as energias, alinhar suas emoções e ajustar uma coisa ou outra em sua mente. Um bom *pit stop* vai determinar quanto tempo você ficará parado, e este tempo é crucial na sua vida.

O ruim de começar a corrida de um lugar que não seja o *grid* de largada é que você já perdeu tempo e oportunidades de avançar, mas isso não é o maior problema, **o maior problema é permanecer parado.**

Para finalizar, gostaria de ter a certeza de que você entendeu a diferença entre *box* e *pit stop*. Os dois são importantes em todos os períodos, processos e ciclos da vida. Há momentos em que a parada no *box* é mais longa e o conserto será mais demorado. O *pit stop* é um ajuste que o carro precisa, como se fosse uma parada no posto para calibrar pneus, abastecer, checar nível de água e óleo do motor, por exemplo. Em algumas situações não é necessário nem desligar o carro, pois é, realmente, uma parada rápida.

Seja *box* ou *pit stop*, o mais importante é nunca desistir da corrida, pois é a corrida que o levará ao seu destino final, ou seja, a linha de chegada.

Tarefas

1 – Faça uma lista de coisas que você gostaria de ter feito em sua vida e não fez. Escreva, em seguida, o verdadeiro motivo de não ter feito (por exemplo: necessidade de aprovação, medo, escassez, vergonha).

2 – Imagine agora que a sua largada é partir do *box* para fazer uma das coisas que você listou na tarefa. A largada é mais difícil, mas não é impossível. Escreva, do final para o início, as ações que você precisa fazer para realizar esse desejo.

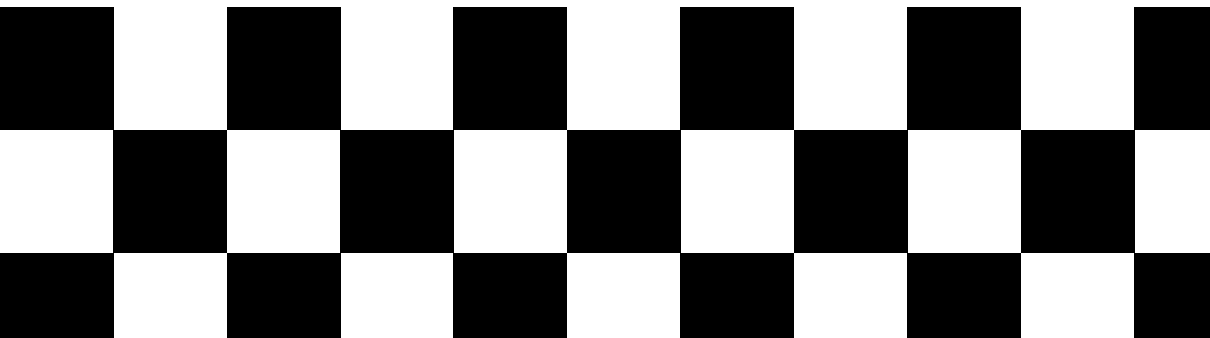
Se você conseguiu fazer, parabéns! Agora você tem um plano (há grandes chances de dar errado e você mudá-lo no processo), mas agora você já sabe onde quer chegar.

**ENTRE NO VÁCUO
DAQUELE QUE
ESTÁ COM MAIS
VELOCIDADE
QUE VOCÊ, E
ENQUANTO VOCÊ
APROVEITA DO
VÁCUO, MODELE,
E CONTINUE
DE FORMA
CONSTANTE.**

Capítulo 12

Licenciado para:

AERODINÂMICA E VÁCUO



Todo veículo possui uma lataria, que nada mais é do que a parte externa do carro, e sua função, ao contrário do que muitos pensam, não é apenas estética. A lataria de um carro é desenhada por engenheiros que estudam a aerodinâmica, ou seja, como as forças do ar irão atuar sobre aquele objeto, porque tudo que se move em contato com o ar cria um atrito, gerando uma resistência.

Isso significa que o vento resiste ao veículo que se move em velocidade, logo, a forma, a altura, o tamanho e as curvas de um carro influenciam no seu desempenho.

Na Fórmula 1, por exemplo, os engenheiros usam os princípios da aerodinâmica para construir carros que reduzem a resistência do ar e aumentam a força vertical descendente gerada pela lataria, fazendo com que os carros se mantenham grudados no chão, ao mesmo tempo que alcançam a maior velocidade nas corridas.

Para isso, são usados acessórios, como os aerofólios, que funcionam baseados nos mesmos princípios de funcionamento das asas de um avião, mas ao invés de proporcionar sustentação, atuam para segurar o carro no chão.

É por isso que você precisa cuidar da sua lataria. Sabe esse peso extra que você carrega, com a desculpa que não tem tempo para praticar exercícios físicos e não se preocupa com a alimentação? Então, além de o deixar mais lento, vai acabar com a sua vida.

Existem estudos* que apontam que a obesidade pode diminuir, em até oito anos, a expectativa de vida, além de a pessoa viver décadas com vários problemas de saúde.

Se você quer aproveitar a aerodinâmica para se tornar mais potente e veloz, cuide da qualidade dos alimentos que vão à sua mesa; selecione as bebidas que você consome; busque ter noites de sono de qualidade; e por último, mas não menos importante, desfrute em todos os momentos. Pegue os ensinamentos da aerodinâmica do automobilismo e aplique na sua vida. É possível ganhar velocidade investindo energia para ter uma lataria mais enxuta.

Agora vamos falar sobre o vácuo. O que é o vácuo? É um espaço vazio, desprovido de matéria. No automobilismo, o vácuo é criado na traseira de um carro em alta velocidade na pista. Ele atua como uma espécie de escudo contra a força do vento, e por isso, diminui a resistência aerodinâmica do seu carro, proporcionando mais velocidade, ou permitindo manter a velocidade usando menos potência.

Ou seja, se há alguém mais veloz que você, que esteja indo para a mesma direção, ao invés de reclamar, ficar com inveja ou se sentir um derrotado, você pode aproveitar e entrar no vácuo dessa pessoa.

Porque no vácuo de quem está à frente, com mais velocidade, você também consegue aumentar a sua, ou mantê-la com até 30% de menos potência, simplesmente

* <https://www.unasus.gov.br/noticia/estudo-avalia-relacao-de-obesidade-e-expectativa-de-vida>

porque nesta zona há menor resistência do ar. Isso significa que, **no vácuo você gasta menos energia**. Então, pega esse código poderoso e aplica na sua vida.

Não gaste energia tendo ciúmes ou inveja de quem está à sua frente. Pare de reclamar, porque isso só vai fazer você ter menos energia/potência e criar ainda mais distância entre você e quem está na frente.

Entre no vácuo daquele que está com mais velocidade que você, e enquanto você aproveita do vácuo, modele, e continue constante na corrida.

Pegou os códigos que precisava? Avance e saia do vácuo, porque estar no vácuo de outro carro aumenta a temperatura do seu motor, o que é um grande risco. Aplicando à corrida da vida, ficar atrás da mesma pessoa por muito tempo pode alienar. Anote isso: **o vácuo é bom, mas é temporário.**

Tarefas

1 – Determine um dia da semana e, pelo menos, uma atividade que você vai realizar para melhorar sua aerodinâmica.

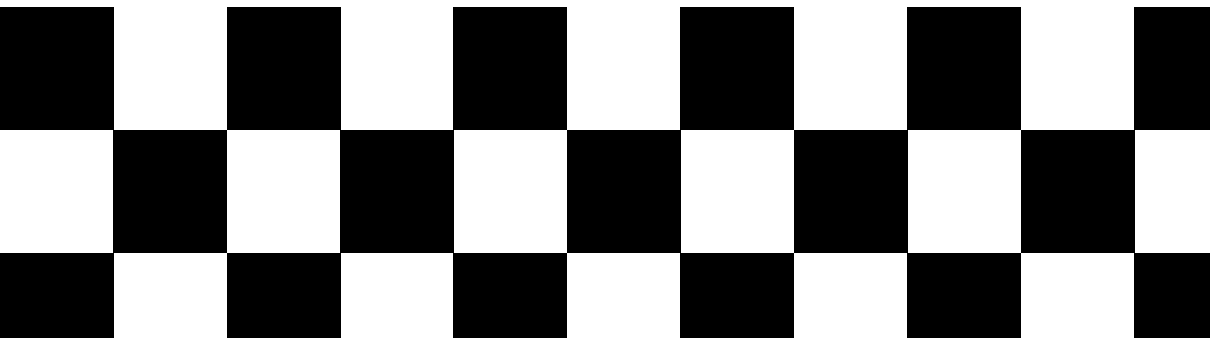
2 – Escolha três pessoas conhecidas. Pode ser da internet, de seu meio social ou pessoas do nicho em que você atua para “pegar o vácuo”. Faça modelagem estudando essas pessoas e extraia códigos delas. Depois, determine um prazo para sair do vácuo e começar a desenvolver seu próprio estilo de vida.

**“AO QUE VENCER,
LHE CONCEDEREI
QUE SE ASSENTE
COMIGO NO MEU
TRONO, ASSIM
COMO EU VENCI
E ME ASSENTEI
COM MEU PAI NO
SEU TRONO.”
(APOCALIPSE 3:21)**

Capítulo 13

Licenciado para:

A LINHA DE CHEGADA



A linha de chegada significa o final de uma corrida, mas tanto nas pistas de velocidade do automobilismo, quanto na corrida da vida, essa linha representa muito além do seu significado literal. Basta parar para assistir a qualquer reta final de uma corrida e você verá gritos de alegria, lágrimas acompanhadas de sorrisos efusivos, abraços apertados e mãos erguidas em direção aos céus. Isso ocorre porque cruzar a linha de chegada, completar uma prova, ou uma corrida significa, primeiramente, vencer a si mesmo, suas limitações, medos e dificuldades na pista. A linha de chegada representa a satisfação de cumprir aquilo que você se propôs a fazer e sinaliza a vitória sobre bloqueios, traumas, dificuldades, e é o mesmo que dizer que o sedentarismo foi derrotado, a sua perseverança e crescimento venceram e, finalmente, encontrou tesouros que existiam em você para cumprir o seu propósito.

É por isso que na corrida da vida, não há espaço para concorrência, cada um vive sua própria batalha, individual e interna. Se você se importar em competir com outra pessoa, vai deixar de se enxergar como alguém único, amado, o qual foi feito à imagem e semelhança de Deus. A maior vitória é vencer a si mesmo, e esta é a batalha que realmente importa.

Aceite essa instrução e deixe cair de seus ombros o peso de “ter de chegar em primeiro lugar”. Deixe o rio

levar suas preocupações e você se sentirá muito mais leve no percurso da pista. A sua vitória está em cruzar a linha de chegada, e o seu prêmio já foi preparado há milênios:

“Ao que vencer, lhe concederei que se assente comigo no meu trono, assim como eu venci e me assentei com meu Pai no seu trono” (Apocalipse 3:21). Se você já entendeu sobre a corrida da vida, e tem os olhos fixos no alvo do seu prêmio, poderá acrescentar mais ouro e pedras preciosas à sua coroa ao transbordar, ou seja, ensinar a outros o que aprendeu. Fazendo isso, você irá prosperar e acelerar, tornando sua coroa ainda mais reluzente.

Não estou falando em você carregar peso desnecessário. A sua contribuição para com o próximo está no instruir em como fazer, de que forma acelerar, quando acelerar e avançar; ajudando, assim, mais e mais pessoas a atravessarem a linha de chegada.

Depois de tudo o que você leu e aprendeu aqui, será que dá para você cuidar da sua vida e cumprir a carreira a qual lhe foi proposta?

Tarefas

1 – Leia Romanos 8:37-39 e anote o código que mais fizer sentido para você.

2 – Como você já é mais que vencedor, faça uma lista de cinco vezes em que cruzou a linha de chegada e realizou algo que você considera grande.

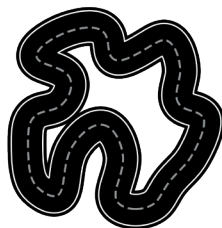
3 – Agora escreva uma lista de cinco feitos que parecem impossíveis, mas você deseja alcançar. Se for necessário, leia o livro novamente e repita as tarefas que mais fizeram sentido para destravar todas as funções do seu carro e acelerar na corrida da vida.

**ESPERO VOCÊ
NO FINAL
DESSA CORRIDA,
NA LINHA
DE CHEGADA.**

***TAMO JUNTO
ATÉ DEPOIS DO FIM!***

UM ABRAÇO DO TITI

Licenciado para:



Esta edição foi impressa em formato fechado 160x230mm e com mancha de 115x182mm. O texto foi composto em Book Antiqua 13/18 e os títulos em Galderglynn 1884 34/41.

JANEIRO DE 2023



PABLO MARÇAL é casado com Ana Carolina Marçal e pai de Lorenzo, Benjamin, Miguel e Isabela. Sua trajetória de vida é intensa e dedicada à ativação da identidade e da clarificação do propósito de milhares de pessoas.

Criador do Método IP e um dos maiores nomes do *branding* digital no Brasil, Marçal é um empreendedor disruptivo, proprietário de diversas empresas e autor de dezenas de livros, vários deles *best-sellers*.


Pablo transmite conhecimento, sabedoria e domínio nas mais diversas áreas da vida, sendo reconhecido como autoridade em estratégias de negócios, vendas, *branding* e finanças.

 @pablomarc1

 youtube.com/pablomarc1

 t.me/PabloMarcal

 @pablomarc1

 @pablomarc11

CORRIDA DA VIDA

Imagine que você está correndo em um dos carros mais potentes da Terra. O problema é que esse carro está no piloto automático a 1 km/h na direção contrária da pista. E onde você está? Deitado no banco de trás. É assim mesmo que você quer estar na disputa?

Com códigos retirados diretamente das pistas de corrida de alta velocidade, o piloto Pablo Marçal, em seu livro *Corrida da vida*, fala sobre como sair da arquibancada e viver como um piloto de verdade.

Neste livro, você aprenderá como se tornar um vencedor em todas as corridas, mesmo que não suba no pódio, e terá acesso a códigos e conceitos que foram captados e modelados de grandes pilotos e seus treinadores, o que servirá de ajuste fino para seu carro competir nas pistas.

Afinal, será que na corrida da vida o mais importante é ser campeão? Venha acelerar nesta emocionante leitura e extrair códigos para você se transformar em um verdadeiro piloto e *cair pra dentro da corrida*, a que já começou.


PLATAFORMA
E D I T O R A

ISBN 978-65-84702-05-9



9 786584 702059