

Beta



Foto: Leo Lima

A SIMBIOSE DA A FALTA DE FOCO PODE SER O SEU MAIOR ATIVO MULTITAREFA

Lucas Veríssimo

Artista e empreendedor social

Co-criadores

*André Lara Resende, Eduardo Almeida, Felipe França,
João Bonomo, Maria Helena Barbosa e Tatiana Marx*

SUMÁRIO

Prefácio.....	3
Agradecimento.....	4
Introdução.....	5
Seção 1 – Trajetória.....	9
Capítulo 1 – O bailarino, professor e estudante de danças.....	9
Capítulo 2 – O primeiro recomeço.....	11
Capítulo 3 – O segundo recomeço.....	11
Capítulo 4 – O coreógrafo.....	13
Capítulo 5 – O produtor de eventos de dança.....	14
Capítulo 6 – A dança laboral.....	15
Capítulo 7 – Veríssimo e os Gigantes.....	16
Capítulo 8 – Black Brothers DJ.....	19
Seção 2 – Empreendedorismo.....	22
Capítulo 9 – O que nos move?	22
Capítulo 10 – Uma frase de outro cabeludo e uma pergunta.....	25
Capítulo 11 – As três histórias.....	25
Capítulo 12 – Veríssimo e os Gigantes.....	25
Capítulo 13 – O Lab Dance.....	29
Capítulo 14 – O livro “A Simbiose da Multitarefa”	34
Capítulo 15 – As três pessoas.....	37
Capítulo 16 – Você.....	42
Seção 3 – Direto ao assunto.....	45
Capítulo 17 – A Simbiose da Multitarefa.....	45
Capítulo 18 – O que eu aprendi com o Rufino?	47
Capítulo 19 – Existe um lugar para estudar?	49
Capítulo 20 – O repertório da multitarefa.....	49
Capítulo 21 – O que é um multipotencial?	51
Capítulo 22 – O aprendizado por transferência.....	58
Capítulo 23 – Conclusão sobre os multipotenciais.....	59
Capítulo 24 – 9 dicas de hiperprodutividade.....	63
Dica 1 – Você sabe o que você odeia?	63
Dica 2 – 7 atitudes de um high stakes.....	64
Dica 3 – Ouça podcasts.....	63
Dica 4 – Leia o livro “Os Sete Hábitos das pessoas altamente eficazes”	67
Dica 5 – Medite.....	68
Dica 6 – Leia o livro “Como evitar preocupações e começar a viver”	68
Dica 7 – Em qual idioma você deve investir agora?	68
Dica 8 – Apaixone-se pelo TED.....	70
Dica 9 – Aproveite sua família.....	70
Seção 4 – Co-criação.....	70
Capítulo 25 – Texto Maria Helena Barbosa.....	71
Capítulo 26 – Texto André Lara Resende.....	72
Capítulo 27 – Texto Eduardo Almeida e João Bonomo.....	75
Capítulo 28 – Texto Felipe França.....	78

Capítulo 29 – Texto Tatiana Marx.....	83
Seção 5 – Glossário.....	87
Seção 6 – Links Importantes.....	88

PREFÁCIO

Por [Eduardo Rigotto](#)

Conheci o Lucas num Business Jam (no livro ele explica o que é), eu estava falando sobre Design Thinking e estratégia e ele começou a fazer perguntas e prestar uma atenção diferente, com a intensidade que é sua marca registrada. É a primeira característica que se vê nele, ele não vai deixar nada passar batido, vai absorver tudo. Encara tudo como uma oportunidade, no bom sentido, e aproveita ao máximo. Depois encontrei com ele em diversas situações, palestras, shows, filmes, sentados num bar, fazendo uma caminhada ele sempre intenso, aproveitando! Ele é assim. Sempre!

Ficamos amigos e ele me contou sobre seu projeto de levar a dança para transformar a ginástica laboral, chatíssima, que todos conhecemos em algo mais divertido, desejável e engajador, o Lab Dance. Me contou que era dançarino de formação e que estudava educação física e tinha percebido essa necessidade nas empresas. Essa é outra característica marcante, a capacidade de trazer olhares únicos, baseados em aspectos que outras pessoas considerariam distantes e fazer uma conexão inusitada e inovadora.

Um pouco depois, ele me pediu para trabalharmos junto e o convidei para fazer um Workshop no interior. Na viagem de quatro horas, falamos sobre a estratégia do Lab Dance, da formação de uma banda que viria ser o Veríssimo e os Gigantes e sobre uma empresa de agenciamento de DJs para festas que virou os Black Brothers DJ. Fiz um monte de perguntas sobre todos os negócios e ele ficou absolutamente confortável em não saber tudo sobre os negócios que empreendia. Entende que o aprendizado é parte do processo.

Outra coisa que ele faz muito bem é se adaptar. Em novos mercados, com novas ideias, novos negócios e novos desafios a mudança é constante e buscada com muito desejo, ele não perde a oportunidade de uma boa mudança. Dentro dessas mudanças ele usa os recursos disponíveis em todos os negócios para ajudar os outros, especialmente as lições apreendidas.

Outra característica do Lucas é a determinação para realizar. Quando ele põe alguma coisa na cabeça, ninguém tira. Ele vai usar as críticas e considerações como aprendizado e continuar realizando o projeto. Se der errado, ele vai mudar até começar a dar certo.

Recentemente resolveu partilhar suas experiências, começou a dar palestras e contar as coisas que viveu e aprendeu nessa vida de empreendedorismo. Um peixe fora d'água no mundo de empreendedorismo de palco. Dessa experiência surgiu esse livro.

Esse livro representa a mais forte característica, a generosidade. O Lucas quer melhorar a vida dos outros, todos os outros, o tempo todo e com todas as forças. Esse livro é parte desse esforço. Uma forma de transformar tudo que viveu em aprendizado e ajudar quem está confortável com a própria vida a buscar essas características e empreender, mudar, sonhar e realizar

Aproveite!!! Como se fosse o Lucas.

AGRADECIMENTOS

Essa é a versão Beta do livro! Quer dizer que o livro após o pré lançamento continuará em desenvolvimento contando com a contribuição de críticas e sugestões de pessoas que o lerem como você está fazendo nesse momento.

Tendo isso em mente eu vou me ater a agradecer apenas à minha família e àqueles que já contribuíram antes mesmo do lançamento.

Na versão definitiva, prepare-se, essa parte vai ter muitas páginas por que tenho muito a agradecer a muita gente! Tenho uma família de sangue maravilhosa e uma outra família que tenho construído que é fantástica. Chego a confundí-las às vezes!

Agradeço primeiramente aos meus pais Zilda e Wellington por terem me dado a oportunidade da vida e por terem me criado com maestria. Se você precisar de consultoria para educação de filhos é só entrar em contato com esses dois. Eles realmente fizeram um grande trabalho!

Agradeço ao meus irmão Luciana Veríssimo e Luiz Antônio por serem cada vez mais irmãos. Eles me apoiam em tudo o que eu empreendo e eu os apoio em tudo o que posso. Sou muito grato por ter irmãos tão alegres, inteligentes, carismáticos e lindos!

Agradeço aos meus avós Maura e Odilon, aos meus tios paternos e maternos e a todos os meus primos. Agradeço também à minha companheira Shari Simpson que esteve comigo em todos os momentos da escrita deste livro.

Agradeço em especial ao Eduardo Rigotto por ter me emocionado com esse sensacional prefácio. É sempre interesse nos percebermos pelos olhos dos outros.

Agradeço ao Leo Lima pela foto da capa do livro e aproveito para agradecer aos Meshas todos que me possibilitaram conhecer o Leo e seus cliques mágicos.

Agradeço ao André Lara Resende, ao Eduardo Almeida, ao Felipe França, ao João Bonomo, à Maria Helena Barbosa e à Tatiana Marx por terem aceitado ao convite/desafio de contribuírem com esse projeto.

Não vou arriscar escrever nomes de outras pessoas aqui por que você sabe, VAI SER MUITA GENTE!

Agradeço ao Universo/Deus por me dar a oportunidade de estar cada vez mais deslumbrado e apaixonado pela vida!

É uma libertação extrema poder concluir esse projeto e seguir em frente nessa vida como um autêntico Multipotencial!

INTRODUÇÃO

Olá você está diante da fase de prototipação de um livro que eu decidi escrever utilizando técnicas advindas do Desing Thinking. A co-criação é algo que vem se popularizando e ela traz a possibilidade de construirmos resultados riquíssimos à medida que conseguimos

reunir várias mentes para melhorar uma ideia ou projeto. Na fase de prototipação resolvi pré lançar este livro em caráter "beta". Algo em desenvolvimento e eu quero contar com sua contribuição para lançar a versão definitiva em 14 de novembro de 2016.

A ideia é que você mergulhe em partes do livro ou nele por completo e me de seus feedbacks. Você pode me dizer o que gostou e o que não gostou. Você pode me apontar algo que está errado, e já me dizer alguma boa fonte para que eu possa consertar o equívoco apontado. Você pode me pedir para explorar melhor algum assunto. Enfim, quero contar com sua ajuda para que esse livro fique ainda melhor na data do seu lançamento definitivo.

Tive a ideia de escrever este livro. Ela veio como um simples desafio, mais um daqueles que eu mesmo tenho me proposto ao longo dessa vida. Comecei a imaginar todos os escritores que conheço e quais eram os objetivos deles ao escrever. Pensei logo em duas pessoas que sigo muito atualmente: o Gabriel Goffi e o Erico Rocha. Eles estão na caminhada empreendedora há alguns anos e tem como ofício incentivar outras pessoas a darem cabo de suas ideias e projetos. O Gabriel Goffi disse em um dos seus vídeos algo que me deu muita energia para estar aqui nesse momento escrevendo essas palavras. Disse que embora você conheça várias pessoas que já tenham feito algo que você quer fazer, muito melhor que você, ainda assim, você deve fazê-lo simplesmente por um fato: VOCÊ É ÚNICO e não há ninguém que possa fazer as coisas do jeito que você faz. Você é e sempre será original em suas peculiaridades e particularidades. E ele completou dizendo que cada pessoa é capaz de gerar empatia com um determinado grupo de pessoas e que por essa razão, sempre haverá espaço para que todos possam expor suas ideias. Eu, por exemplo, conheço vários empreendedores como o Erico e o Gabriel porem, eles são os que eu mais gosto de escutar. Eu já percebi que algumas informações que eles me passaram nos últimos tempos eu já tinha ouvido de outros empreendedores mas num outro momento da vida e elas simplesmente não me captaram ou não fizeram sentido. Portanto, saber que nesse momento essas palavras estejam sendo lidas por alguém que tem a chance de ser transformado através dessa leitura, me empolga muito a escrevê-las.

Um outro motivo que me deu muita força e coragem para estar aqui escrevendo isso para você, foi o fato de eu ter percebido uma ilusão presente na maioria das pessoas que eu conheço. Existe uma tendência muito forte que provoca um auto boicote generalizado nas pessoas. Essa tendência é a de imaginar que nós sempre sabemos pouco sobre um assunto ou que o que temos a dizer é irrelevante.

Pior ainda, nós temos uma outra tendência de imaginar que as pessoas sabem o que nós sabemos. Essa última tendência é, inclusive, uma das maiores causadoras de conflito em todas as relações humanas porque na medida em que imaginamos que o outro sabe o que sabemos sobre determinado assunto, questão ou circunstância, deixamos de procurar validar se o que imaginamos que o outro sabe realmente é o que o outro sabe. Daí geramos vários conflitos, não é mesmo? Para exemplificar, você se lembra de alguma vez que você imaginou que um amigo ou colega de trabalho estava chateado com você? O que você fez?

A. De antemão, ficou com raiva imaginando o quanto seu colega foi injusto por ter ficado chateado;

B. Foi "tirar satisfação com 5 pedras na mão";

C. Foi checar com cuidado para ver se o que você estava imaginando era o que de fato aconteceu.

Bem, você e eu sabemos que acontece muito de as pessoas ou nós mesmos, em algum momento da vida, nos enquadrarmos nas opções A ou B quando na verdade a mais simples, segura e eficaz é a opção C. É muito menos desgastante você checar a comunicação.

Depois que aprendi a checar, percebi que raramente o que eu imaginava sobre o que a pessoa estava pensando ou sentindo, era de fato a realidade.

Pensando em tudo isso, eu decidi que era meu momento de escrever. Era meu momento de me organizar e colocar aqui o que eu penso dessa vida, o que eu tenho aprendido com ela e com isso contribuir com a **nossa** vida!

Sim!!! Nossa vida, porque veja bem o que acontece!

Nos últimos tempos eu tenho percebido que **quanto mais eu ensino, mais eu aprendo. Quanto mais eu doo mais eu recebo. Quanto mais eu sorrio, mais a vida me sorri. Quanto mais eu me desafio, mais eu cresço. Quanto mais preconceitos eu desconstruo, mais amigos eu faço.** E por aí vai!

Eu quero contribuir com nossa vida através deste livro por que eu tenho certeza que ao compartilhar com você as coisas que tem me trazido sucesso em todas as áreas da minha vida, eu cresço e você cresce comigo. É mesmo muito simples!

Li em algum lugar que se você quiser ir rápido, você deve ir sozinho e, se você quiser ir longe, você deve ir acompanhado. Para mim, escrever um livro quer dizer querer ir longe. A partir do momento em que essas palavras passam a integrar este livro, elas não tem limite. Elas podem chegar a qualquer pessoa nesse planeta e isso sim é ir muito longe. Por isso, você vai ver que convidei algumas pessoas para compartilhar experiências e informações que me ajudaram muito e que provavelmente também vão te ajudar.

Ainda pensando sobre os objetivos desse livro esse que vou comunicar neste parágrafo talvez seja o maior e o mais importante deles! Está preparad@?

SE EU ESTOU ESCRREVENDO ESTE LIVRO, EU ESTOU LHE PROVANDO QUE VOCÊ PODE FAZER QUALQUER COISA QUE VOCÊ QUISER!

Sim, eu estava gritando! rrsrrs

Eu nunca tinha imaginado escrever um livro na minha vida até ouvir falar de umas pessoas que se desafiavam a escrever um livro de 200 páginas em um mês. Ainda assim, quando eu me empolguei com a ideia, lembrei que eu não era muito bom nas minhas redações do colégio. Lembrei que eu sempre fui das exatas. Lembrei que eu tenho amigos que conversam e escrevem com uma beleza que me fazia pensar que eles eram como Guimarães Rosa.

Tudo isso foram objeções criadas pela minha mente que queria me manter com medo afim de me deixar na famosa zona de conforto. A minha sorte é que eu venho há mais de três anos pesquisando sobre processos da mente através de análise, terapias, meditação e muitas leituras sobre o tema.

Foi interessante perceber que agora que conheço um pouco mais sobre os processos da minha mente, essas objeções não conseguiram me paralisar nem me fazer abandonar meu

objetivo. Foi muito prazeroso poder fazer como me ensinam nas meditações (*são apenas pensamentos, deixe-os passar, não se envolva com eles, apenas deixe-os passar*). Com isso consegui manter-me firme na minha meta. Nos capítulos a frente vou falar bastante sobre questões relacionadas a nossa mente. Falar sobre atalhos que você pode tomar para não permitir que ela o domine e outras dicas que lhe ajudaram a usá-la a seu favor.

Quando for correndo seus olhos pelas páginas desse livro sempre tenha uma frase como norte: VOCÊ PODE FAZER QUALQUER COISA QUE VOCÊ QUISE! Se puder faça como vi no livro *Os segredos da mente milionária*, faça agora mesmo uma declaração. Repita em voz alta ou mentalmente algumas vezes: EU POSSO FAZER QUALQUER COISA QUE EU QUISE.

Você vai encontrar logo mais à frente o que eu aprendi com a vida, com os amigos, com vídeos, com TED'S, com relacionamentos, com os pais, com os avós, com as causas sociais, com as aventuras, com os erros, com as escolhas, com as viagens, com a internet, com as religiões e com a espiritualidade, com o mercado, com as tarefas cotidianas, com os problemas sociais, com meus medos, com minhas frustrações, com seus sucessos com minhas vitórias e, principalmente, com minhas derrotas.

Ao longo do livro, além dos amigos que convidei para escrever junto comigo, vou compartilhar muitas referências. Recomendo que você tenha sempre um caderninho ao lado, ou seu Evernote ou qualquer outro aplicativo de anotações que te ajude a organizar essas referências. Esse livro foi escrito de maneira bem fluida justamente por eu estar organizando minhas referências há pouco mais de um ano. Todas as vezes que eu precisei buscar alguma referência foi muito fácil por que eu faço esse trabalho contínuo de guardar as coisas que eu considero relevantes de forma organizada em um só lugar, no caso, o meu [Evernote](#).

Se você estiver lendo este livro digitalmente, vai perceber que toda vez que tiver algo sublinhado você estará diante de um link para essa referência ou alguma informação adicional. Na forma impressa todas as referências estarão listadas no fim do livro como acontece tradicionalmente.

Além disso, pensando em mim mesmo, eu fiz algo que considere interessante. Eu mesmo resumi meu livro em forma de tópicos para você. E por que eu fiz isso? Porque se você quiser encontrar alguma referência depois que você ler esse livro é só você ir a essa parte do resumo que você as encontrará rapidamente. E tem mais, esse livro não é linear. Você poderá ler os capítulos na ordem que escolher. E, para saber que capítulo ler primeiro, recomendo que você vá ao resumo. Lá ficará mais fácil de você identificar os assuntos de maior interesse e aí visitar as páginas para entrar em contato com algumas ideias de forma mais profunda!

Para fechar essa introdução vou dizer um pouco sobre o nome do livro: ***A Simbiose da Multitarefa***.

Recentemente, eu aprendi a diferença entre individuação e egoísmo, falo disso inclusive no meu podcast [no episódio 14](#).

A individuação, segundo Carl Gustav Jung:

"é o processo pelo qual o ser humano chega ao autoconhecimento, e é levado a estabelecer contato com o seu inconsciente, não só como inconsciente pessoal (integrando as sombras), mas também como o seu inconsciente coletivo"

Já o egoísmo, segundo o dicionário do Google: *é amor exagerado aos próprios interesses a despeito dos de outrem. Ou, exclusivismo que leva uma pessoa a se tomar como referência a tudo; orgulho, presunção.*

Nesse processo de autoconhecimento alicerçado na palavras individuação nós vamos nos diferenciando. Entendendo nossas características próprias. As boas e as ruins aceitando a inexorável dualidade presente em qualquer ser humano. Temos a mesma capacidade de realizar ações boas e ruins, a todo momento temos a dádiva de decidir por agir bem ou mal frente às diversas situações cotidianas da vida. Dessa forma, quanto mais eu procuro entender a mim e os meus processos de individuação, mais eu me particularizo, mais eu entendo o que me faz ser único e foi mesmo uma benção descobrir que sou Multipotencial ou alguém que desempenha a vida em multitarefa.

O livro foi dividido em Seções e Capítulos para facilitar sua navegação. Nas seções 1 e 2 eu conto muitas histórias sobre minha trajetória. Essas histórias poderiam ser de outras pessoas ou até mesmo suas. O objetivo de colocá-las aqui não é exatamente para contar a minha história e sim para que você perceba algumas decisões que tomei. Se você quiser ir direto ao conteúdo mais prático desse livro pode pular para a seção 3. Sempre que tiver curiosidade você pode voltar às duas primeiras seções! A seção 4 foi reservada aos meus grandes companheiros que toparam contribuir com esse livro o tornando bem mais rico do que se tivesse sido escrito apenas por mim. A Seção 5 traz a "Biblioteca SMT" com dicas de livros minhas e dos outros autores do livro.

Seja bem vind@ e aproveite!

SEÇÃO 1 - TRAJETÓRIA

CAPÍTULO 1

O BAILARINO, PROFESSOR E ESTUDANTE DE DANÇAS

Resumo em tópicos:

- A capoeira
- O Colégio Militar
- O tarzan
- Matheus Gurgel, Gabriela Martins e o início das danças de salão (Ponto da Dança)

Essa é a minha mais antiga, mais duradoura e mais importante atividade de todos os tempos.

Eu nunca imaginei que teria essa profissão. A única coisa que eu percebi desde sempre é que eu tenho uma vontade praticamente incessante de me mover ao som da música. Obviamente não é qualquer música. Teríamos que sentar para conversar sobre os gostos musicais, sobre as obras que me arrebatam mas, em geral, eu praticamente não consigo ficar quieto diante dessa maravilha criada pelos seres humanos, a Música!

Essa história começou e quase terminou aos quinze anos. Eu participava de um grupo de capoeira o grupo Lúna que fica em frente à casa dos meus pais no bairro Vera Cruz em Belo Horizonte quando uma psicóloga, que estava envolvida num dos projetos que aconteciam concomitantemente à capoeira me convidou para ir conhecer a sua escola de danças de salão em Santa Efigênia. Àquela época, a minha arrogância adolescente considerou a dança de salão como algo “próprio de velhos” algo desprezível e eu não quis continuar. Sim, tenho coragem de escrever isso só para mostrar o quanto a nossa arrogância pode nos distanciar de projetos e situações que na verdade seriam extremamente benéficos para nós.

Aos dezessete anos eu estava no segundo ano do ensino médio no colégio militar e eu participava de todos os esportes possíveis nas nossas olimpíadas internas. Dentro desse evento fantástico, havia a modalidade de danças em grupo onde cada série tinha que montar a sua coreografia, figurino, painéis cenográficos e apresentar no ginásio do colégio a fim de conseguir uma das medalhas mais concorridas do evento. Neste ano, em 2005, o tema da dança nas olimpíadas foi “desenhos e animações Disney” e o segundo ano ficou com o filme O Tarzan. Meus amigos, especialmente o Matheus Gurgel, descobriram que eu estudava capoeira. E eu fui convocado, quase que de maneira compulsória, a interpretar o Tarzan por causa das habilidades adquiridas com a capoeira.

Foi realmente um advento. Até este ano a média de participantes por série era de até quinze alunos. Houve uma super comoção e nós conseguimos reunir o expressivo número de quarenta e dois participantes. Lembro-me como se fosse ontem do engajamento de todos. Havia um time que interpretava os macacos da floresta e um outro time que interpretava os brancos que invadiram a floresta. Foi escrito um texto de abertura lido gerando um verdadeiro teatro dançado.

O resultado dessa história foi que nós revolucionamos a dança nas olimpíadas do CMBH. Dessa época em diante todas as séries se dedicaram muito mais a criar danças cada vez mais complexas e com um bom número de participantes. Vale ressaltar o espírito de liderança horizontal e eficaz presente nos amigos Gabriela Martins e Matheus Gurgel que conduziram este projeto, liderando outros quarenta jovens com muito respeito, carinho e cuidado. Depois, muitos anos mais tarde, ao estudar mais a fundo as habilidades de liderança eu ainda me impressiono com esse momento. Esses dois amigos foram grandes líderes e eu realmente aprendo muito com eles quando revisito essa história.

Um outro resultado, foi que eu ganhei uma nova chance de conhecer as danças de salão agora, sem ser afetado negativamente pela minha arrogância adolescente e o meu

preconceito com o público idoso. O meu amigo Matheus Gurgel já dançava danças de salão há dois anos e ao ver meu desempenho nas olimpíadas interpretando o Tarzan, me indicou para fazer parte do grupo de bolsistas da escola Ponto da Dança. Foi aí que (re)nasceu minha história com as danças de par. Foi realmente um amor à segunda vista. Desta vez, acompanhado do meu melhor amigo e auxiliado por suas ideias positivas que não me permitiam fraquejar em nenhuma circunstância, eu comecei dançando duas vezes por semana por três horas. Depois quatro, depois todos os dias exceto domingo. Tive contato com o forró, a salsa, o samba de gafieira, a roda de casino (salsa), o zouk e o tango. Com menos de um mês na escola o professor Lucas Bittencourt me convidou a participar da companhia de danças recém fundada da qual também participava o meu amigo Matheus. Em setembro de 2005 já estava fazendo a minha primeira apresentação na ocasião do baile de aniversário de um ano dessa escola que continua fazendo seus trabalhos com muita qualidade até o presente momento.

Percebi que essas danças eram maravilhosas. Que elas proporcionavam uma oportunidade incrível de conhecer um grande número de pessoas muito legais e de várias idades. Foi inclusive a partir desse momento que eu construí amizades com pessoas de outras gerações que contribuíram muito para o aceleração dos meus processos de amadurecimento pessoal e profissional.

Eu passei a conhecer um universo musical muito mais abrangente do que eu estava acostumado uma vez que cada sub gênero das danças de salão traz consigo uma vasta gama de “sabores musicais” de outras partes do planeta como, por exemplo, o que acontece no caso de você estudar tango, bachata ou valsa.

Em 2006 eu tive que dar uma pausa nas danças a fim de terminar o terceiro ano do ensino médio enquanto eu trabalhava na prefeitura de belo horizonte como concursado a partir do segundo semestre. No colégio militar se você passa no vestibular no meio do ano você pode acionar um dispositivo legal chamado “avanço escolar” no qual você recebe o diploma do ensino médio com um semestre de antecedência. Em janeiro de 2006 eu prestei concurso para prefeitura, fui aprovado e fui convocado a iniciar o trabalho em agosto. Deu tudo muito certo. Terminei o terceiro ano a tempo de começar a trabalhar de dia na Prefeitura. Matriculei-me no curso pré vestibular e por ter que conciliar quarenta horas de trabalho semanais com os estudos para o vestibular eu tive que abandonar a dança em 2006.

CAPÍTULO 2

O PRIMEIRO RECOMEÇO

Resumo em tópicos:

- Engenharia Mecânica UFMG
- 7&8 Escola de Danças
- Educação Física UFMG
- Habilitação de Moto
- Dança contemporânea com Dudude Herrmann
- Escola Ritmus

Passei no vestibular para Engenharia Mecânica na UFMG para a segunda entrada em 2007. Portanto eu estava livre à noite em 2007, no primeiro semestre. Resolvi experimentar outro ambiente e fui para a 7&8 escola de danças. Da mesma forma comecei duas vezes por semana e logo já estava indo todos os dias à escola. Comecei a dar minhas primeiras aulas para uma turma iniciante no sábado às 14h.

Foi uma grande experiência. Fiz parte desta escola de 2007 a 2009 dando aulas aos sábados e estudando durante a semana.

O curso de engenharia mecânica durou apenas três semanas. Eu vi que não era a minha praia e logo me inscrevi novamente para o vestibular, desta vez para educação física.

Passei novamente, para começar em 2008, só que desta vez na primeira entrada no primeiro semestre. O problema é que o curso era diurno e eu precisava readequar minha carga horária de trabalho na Prefeitura e para isso acontecer, eu teria que cumprir um prazo que me levou a trancar logo no primeiro semestre a faculdade para poder ingressar no segundo semestre.

Tirei carteira de moto, comprei uma moto e lá fui eu combinar os horários malucos da universidade com a tarefa de cumprir a carga horária de trinta horas semanais em regime especial para estudantes somada à carga horária de estudos de dança na 7ª e 8ª no período noturno e à aula de dança que eu conduzia como professor aos sábados. Era pesado porém muito prazeroso.

Nessa época eu tive contato com uma oficina de contato e improvisação oferecida gratuitamente no espaço de danças da bailarina, coreógrafa e escritora Dudude Hermann. Depois dessa vivência minha percepção sobre as danças de salão se expandiu totalmente eu passei a improvisar com muito mais criatividade, leveza e propriedade. Era talvez, o início da percepção sobre a importância da multitarefa. Essa habilidade de circular por ambientes diferentes de forma a se apropriar de conteúdos aparentemente desconexos e gerar novas ideias através de conexões inovadoras de conteúdos presentes em áreas distintas.

Em maio de 2009 surgiu a oportunidade de abrir a escola de dança Ritmus em parceria com os sócios Bruno e Raquel Montandon. Vou falar mais um pouco sobre essa experiência empreendedora num outro momento neste livro.

CAPÍTULO 3

O SEGUNDO RECOMEÇO

Resumo em tópicos:

- Saída da PBH
- Saída da Ritmus
- Entrada na [Mimulus](#)
- Pedagogia do Movimento para o Ensino da Dança
- Turnê Europa
- Viagem EUA
- SESC-MG
- Mamour Ba, formação em dança africana

Após minha saída da escola que eu ajudei a fundar em setembro de 2010, eu me tornei duplamente autônomo, após concluir o período de estágio probatório na prefeitura de Belo Horizonte, peguei o valor que me foi devido no momento da saída da escola, investi em alguns equipamentos e comecei a trabalhar somente como professor particular de danças de salão. Esse momento foi muito importante por que foi quando eu decidi que eu seria artista de uma vez por todas. Foi quando eu resolvi apostar todas as fichas na arte que eu acreditava.

Em janeiro de 2011 fiquei sabendo que haveria uma audição para o grupo experimental da Mimulus. Era uma espécie de “time de juniores” da Mimulus. Uma companhia jovem e

amadora que aprendia e executava trabalhos antigos da companhia profissional da Mimulus.

Foi um período muito interessante da minha vida. Essa escola tem tradição e excelência no ensino e pesquisa dentro do universo das danças de salão em Belo Horizonte. A companhia circula pelos mesmos palcos que o Grupo Corpo ao redor do mundo com vários espetáculos como [Dolores](#), [Por Um Fio](#) e [Do Lado Esquerdo de Quem Sobe](#).

Nessa escola tive contato com danças novas para mim como o Lindy Hop, a Bachata, o West Coast Swing e o Samba-rock de São Paulo. Tornei-me ainda melhor no samba de gafieira através dos estudos com Juliana Macedo e Jomar Mesquita. No plano teórico, também evolui bastante. Tive acesso, por exemplo, ao livro *200 anos de danças de salão no Brasil*, onde tive contato com uma produção abrangente que promoveu bastante reflexão através de autores como Marco Antônio Perna, o organizador desse livro, Rachel Mesquita, Maíra Rodrigues, Jomar Mesquita, Alípio Paiva, Cristóvão Christianis e Katusca Dikcow, Leonor Costa, dentre outros.

Em 2011 tive notícia da existência de um curso de extensão da escola de Belas Artes da UFMG chamado *Pedagogia do Movimento para o Ensino da Dança*. Inscrevi-me e mergulhei no que se tornou meu maior aporte teórico na dança e que abriu totalmente a minha mente para a evolução dessa arte e aumentou ainda mais a minha paixão uma vez que eu percebi mais profundamente o que a dança é capaz de proporcionar para as pessoas através de seus processos educacionais. Ter aulas com o querido Arnaldo Alvarenga, Paulo Baeta e outros profissionais de renome foi mesmo um grande privilégio. Tive acesso mais profundo a conteúdos relacionados à história da dança geral com o professor Arnaldo. Encontrei a anatomia dedicada ao movimento e suas lesões muito bem compartilhada e direcionada pelo médico ortopedista e médico do esporte professor Rodrigo Otávio de Araújo (conteúdo fantástico o qual eu indico a qualquer ser humano) bem como acesso a um conteúdo precioso nos alertando sobre *O uso da voz em sala de aula*, conduzido pela fonoaudióloga Virgínia Lemes.

Quando eu estava indo para o terceiro e último semestre deste curso, eu já estava há quase um ano no grupo experimental da Mimulus e fui promovido a bailarino aprendiz da Cia. É como se eu tivesse entrado para o time profissional do futebol mas ainda fosse um atleta jovem, por isso o nome do cargo. Fui admitido com carteira assinada e tudo no dia 1º de novembro de 2011. Em março de 2012 fiz minha primeira turnê internacional com o espetáculo *Dolores* passando por França (Lyon e Oyonnax) e Itália (Vicenza) depois de estreiar o espetáculo *Entre* em Belo Horizonte. Aproveitei a folga de uma semana na Europa pós turnê para ir a Lisboa, Porto e Aveiro em Portugal, para oferecer cursos de Samba de Gafieira e Forró. Todo esse fluxo de trabalho me levou a interromper a continuação do curso de pedagogia do movimento para o ensino da dança. Não me arrependo disso mas, se tivesse oportunidade, talvez eu o concluiria.

Eu havia feito uma viagem para Portugal na virada de 2011 para 2012. Em razão dessa viagem, e da outra em março, construí uma rede de contatos que acabou me gerando um convite para ser professor de Samba de Gafieira, Forró e Samba-rock no primeiro Festival de cultura Brasileira chamado *Pé na Terra*, no município de Olhão na região do Algarve em Portugal em setembro de 2012. O festival atualmente se encaminha para a sua quinta edição.

Ainda em junho de 2012 eu visitei os Estados Unidos a trabalho com a Mimulus na segunda e última viagem internacional com a Cia. Fui ser um bailarino reserva já que meu amigo Rodrigo de Castro, um dos bailarinos fundadores da Cia, estava com problemas sérios na coluna e corria o risco de não se apresentar na 80ª edição do festival *Jacob's Pillow*, a

Meca da dança. Foi uma experiência maravilhosa conhecer aquele lugar tão rico onde cada micro espaço respirava dança.

Ao retornar ao Brasil, fui informado de um processo seletivo para ser professor de danças no Sesc MG. Passei pelo processo, fui aprovado e fui admitido em 16 de julho de 2012. Esse trabalho acabou de vez com meus preconceitos a respeito do público idoso e me fez apaixonar pelo mesmo. Fiquei por dois anos compartilhando conteúdos de danças de salão em duas unidades do Sesc com um público majoritariamente idoso. Em pouco tempo percebi que eles é que eram os meus professores. Eu adquiri muita experiência de vida ao abrir os ouvidos e escutar as histórias daquelas pessoas.

No Sesc MG também tive a oportunidade de oferecer aulas de dança para o público infantil de 8 a 12 anos de idade no PHE – Projeto Habilidades de Estudo – uma espécie de escola em segundo turno onde alunos da região se matriculavam para passar o período em contra turno de suas escolas.

O Sesc-MG foi para mim a oportunidade de melhorar substancialmente meus processos como docente em danças de salão. A mente empreendedora enxerga oportunidade onde se vê problema. O problema que eu mais enfrentava era ter que encarar turmas com a proporção de um homem para cada cinco ou sete mulheres e uma faixa etária variando de doze a oitenta anos de idade na mesma turma. Eram desafios diários constantes que foram me fazendo construir um método particular no ensino de dança para turmas heterogêneas. Sou grato por essa oportunidade que durou até 2 de setembro de 2014 quando resolvi sair desse emprego para me dedicar ao Lab Dance (sobre o qual falarei em outro momento neste livro), às aulas particulares de danças de salão que eu ofereço e à minha formação artística em música e danças africanas.

Ainda no fim de 2013 comecei uma formação em dança e música africana com o mestre Mamour Ba, um Senegalês multi artista, multi instrumentista, professor de danças e de canto radicado em Belo Horizonte desde a década de 80.

CAPÍTULO 4

O COREÓGRAFO

Resumo em tópicos:

- PRODAEX - UFMG
- Semana da dança Mimulus
- A Florescer e a Comunicação não Violenta
- O Design Thinking e sua aplicação na construção de coreografias

Desde 2007, de forma esporádica, eu construí várias coreografias para casais e debutantes em suas festas. Esse exercício foi ficando cada vez melhor e mais elaborado. De lá para cá já construí mais de vinte coreografias para casais, outras cinco para debutantes e uma para uma turma inteira de formandos de Engenharia Ambiental e Fonoaudiologia em parceria com a coreógrafa Maíra Rodrigues, a mesma que contribuiu com o volume 4 do Livro *200 anos de danças de salão*, organizado pelo Marco Antônio Perna. Algo que contribuiu para a melhoria dos processos de criação dessas coreografias foi ter participado como bailarino criador de dois fragmentos do espetáculo Entre da Cia Mimulus de Dança em conjunto com minha eterna parceira de dança, amiga e professora Fabiana Dias além de ter participado de três maratonas coreográficas em 2011, 2013 e 2014 no evento anual *Semana da Dança* oferecido pela Mimulus.

Tem parte fundamental na qualidade desses trabalhos os conteúdos absorvidos da minha participação no [PRODAEX](#) - programa de dança experimental - orientado pela professora Doutora Isabel Coimbra na Escola de Educação Física da UFMG. Com ela aprendi os elementos, Antífona, Canon, Contraste Simultâneo e Uníssonos, recursos indispensáveis para qualquer coreógrafo.

Ultimamente, nas coreografias que desenvolvi entre 2014 e 2016 tive acesso a outros dois conteúdos que me ajudaram a aumentar significativamente a qualidade dos processos coreográficos: Comunicação Não Violenta e Ideia Sólida de Processos.

Conheci a Comunicação não Violenta através das psicólogas e terapeutas Joelma Silva e Juliana Rodrigues membros da Florescer – empresa de facilitação de evolução pessoal. Nessa modalidade de comunicação a palavra empatia rege as relações e o exercício de tentar as sensações provocadas no seu interlocutor, faz com que você escolha palavras e ritmos que gerem paz, sinergia e promovam uma comunicação muito mais direta e eficaz. Nesse sentido eu mapeei as principais dificuldades e objeções dos casais e consegui tranquilizá-los em relação aos desafios que iriam encontrar na construção, aprendizado e execução das coreografias. Isso fez com que os processos ficassem bem mais leves e que os casais percebessem de uma maneira bem mais profunda o real valor daquilo que estavam fazendo.

A Ideia Sólida de Processos veio do mind set adquirido estudando Engenharia e Design Thinking. De 2014 pra cá mergulhei nesses dois conteúdos e acabei criando um processo bastante claro e objetivo para a criação e ensino das coreografias para os casais e grupos.

CAPÍTULO 5

O PRODUTOR DE EVENTOS DE DANÇA

Resumo em tópicos:

- Clube Latino
- Swing Esquema Novo
- Gafieira Funk
- Retomè de la Danse

Ao longo dos meus onze anos de envolvimento com a dança, eu tive a ideia de produzir quatro eventos: o *Clube Latino*, o *Swing Esquema Novo*, o *Gafieira Funk* e o *Retomè de la Danse*.

O Clube Latino foi o primeiro, criado em 2009 em parceria com o amigo empreendedor, programador (TI) e também professor de danças, Guilherme Veras. Fizemos, se não me engano, dez edições entre março de 2009 e novembro de 2013. O objetivo principal do evento era criar um ambiente onde se pudesse dançar danças de salão e danças livres no mesmo espaço. Tivemos uma média e público de trezentas pessoas por evento e colhemos muito aprendizado. A penúltima edição em 2012 (verificar) contou também com uma atividade de formação na qual convidamos o mestre cubano Santiago Reyter acompanhado de seu aluno Max Robson para lecionar uma oficina de [Rítmica Corporal](#) na tarde do mesmo dia onde ocorreu a festa noturna.

O Swing Esquema Novo foi criado em parceria com o Dj Diego Alves, experiente produtor da cena de forró e samba rock em Belo Horizonte. Nosso objetivo foi unir forças para atrair um público que gosta de música brasileira dançante sobretudo focado no samba, samba rock e forró. Fizemos duas edições em 2012 e 2013.

O Gafieira Funk foi um evento especial, com edição única em julho de 2015, dedicado a comemorar 10 anos de envolvimento com a dança em parceria com o professor de dança e produtor de eventos, Atila Precione (Casa de Bamba) que também começou seus estudos em danças de salão no ano de 2005.

O Retomè de la Danse foi um evento criado em 2016 com o objetivo de unir djs, professores e alunos de danças de salão a fim de que cada um desses atores pudesse assistir os colegas em ação para aplicação de *benchmarking*, um conceito sobre o qual falarei na parte dedicada ao empreendedorismo neste livro. Foram executadas em oito edições em março e abril onde tivemos a oportunidade de ver em ação quatro professoras, quatro professores, quatro djs homens e quatro djs mulheres além de um público diverso que participou das aulas e bailes.

Participaram da concepção e produção do evento os artistas e dono da Efêmera Casa de Artes, que recebeu o evento, Deh Mussulini e Henrique Bocelli. A Administradora e professora de Lindy Hop, Bia Cambraia (BeHoppers), o professor de danças Luís Fernando e eu. Contamos também com a colaboração de diversos outros profissionais.

CAPÍTULO 6

A DANÇA LABORAL

Resumo em tópicos:

- Tentativa de levar a dança onde ela não chegava
- As SIPATS como porta de entrada

Essa é uma história totalmente híbrida que tem um pé na dança e outro no empreendedorismo. Contarei agora o início dessa história que tem profunda relação com minha vontade de levar a dança em locais nunca antes visitados pela mesma.

Em 2008 enquanto cursava o curso de Educação Física na UFMG, integrei projeto de extensão PRODAEX, Programa de dança experimental, orientado e dirigido pela professora doutora Isabel Coimbra. Esse projeto, me trouxe uma outra perspectiva de aplicação da dança. Percebi que não há limites e que a dança poderia ser aplicada em diversos contextos. Fiz, inclusive, um estágio onde apliquei várias técnicas e conceitos de dança no Freud Cidadão, um centro de atenção psicossocial. Foi uma experiência e tanto onde eu fui desafiado a sair totalmente da minha zona de conforto para tentar oferecer uma aula que realmente fizesse diferença para aquele público.

Essa ideia de expandir os contextos de aplicação da dança me levou a querer fazê-lo no ambiente de trabalho das pessoas. Tive notícia da existência da Ginástica Laboral, uma atividade que é aplicada em diversas empresas cujo objetivo é diminuir o índice de absenteísmo prevenindo lesões através da promoção de saúde com intervenções diárias de exercícios físicos e alongamentos.

Pesquisando mais um pouco, quis saber se existia *Dança Laboral*. Descobri apenas um artigo de conclusão de curso na Unicamp e nada mais. Resolvi, embasado pelos conteúdos adquiridos na educação física e no PRODAEX começar a desenvolver a dança laboral em Belo Horizonte de forma totalmente experimental.

Oferei o trabalho em diversas empresas para que pudesse ser aplicado nas SIPATS - Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho. Nesse estágio de desenvolvimento, o trabalho era uma mistura de conceitos da educação física com alguns conceitos e técnicas de dança. Eu promovia sessões de alongamento e colhia movimentos do cotidiano das pessoas e em seguida os transformava em sequências de dança. Tentava conduzir as atividades da forma mais lúdica possível, a fim de tornar a atividade prazerosa, leve e dinâmica.

Esse trabalho foi executado de forma esporádica entre os anos de 2008 e 2014. Levei o mesmo para o Hospital Felício Rocho, Consórcio Mar Azul (uma empresa parceira da Vale), Cachaça Vale Verde, Prefeitura de Belo Horizonte, no setor onde eu trabalhava, no encontro de educadores do Sesc-Mg em Ouro Preto dentre outras oportunidades.

A segunda parte dessa história, ganhou um nome e uma formatação de Negócio Social se tornando o Lab Dance. Mais a frente contarei essa história com mais detalhes

CAPÍTULO 7

VERÍSSIMO E OS GIGANTES

Resumo em tópicos:

- Capoeira, Trombone e a Dança como ingredientes de performance
- A vontade extrema de cantar
- O apoio dos amigos
- A Casa de Cultura, o Ernane e o Flash Black

Essa é uma das minhas histórias preferidas!

Bom, que eu me lembre, eu sou apaixonado por músicas desde os meus quatro anos. Sempre vivi batucando em tudo que é lugar enchendo a paciência dos meus pais, especificamente da minha mãe, dona Zilda. Lembro que por um momento detestei o Zeca Pagodinho por que meu pai escutava um cd dele sem parar. Mal sabia eu que eu ficaria completamente apaixonado pelo seu trabalho mais tarde e atualmente.

Escutei muito Legião Urbana e Titãs também por influência dos meus pais. Martinho da Vila, Adriana Calcanhoto, Marisa Monte, Tribalistas, Metallica, Charlie Brown Júnior e System of A Down fizeram parte de minha pré adolescência até meados dos quinze anos.

Depois dessa época entrei para a Capoeira Angola com o Mestre Primo e minha relação com o samba começou a nascer. Por ocasião da capoeira toquei berimbau, pandeiro e atabaque. E fazia tudo isso ao mesmo tempo que cantava integrando o coro que responde o cantante na capoeira.

No Colégio Militar de Belo Horizonte, toquei trombone de 2002 a 2004 e percussão de 2004 a 2006.

Quando saí do colégio em 2006 minha vivência musical sofreu uma pausa brusca já que eu também já não praticava mais a capoeira por estar trabalhando 40 horas semanais na

Prefeitura de Belo Horizonte e estudando à noite no cursinho para ingressar na UFMG em 2007.

De 2006 a 2011 sofri muito por sentir falta da música. Sofri tanto que comecei a ficar inconveniente. Não podia ver uma banda ou um artista fazendo voz e violão que logo pedia para cantar. Passei vários vexames por que muitos artistas ficavam incomodados com minha postura invasiva.

Percebi que estava na hora de fazer algo. Conversei com alguns amigos também ex-alunos do CMBH e decidimos nos reunir para montar uma banda. Eu já estava empolgado com a ideia de cantar e portanto, seria um dos cantores da banda.

Em janeiro de 2011 fizemos dois ensaios e tocamos muito pouco nos ensaios porque divergíamos bastante em relação à definição do repertório. Passamos mais tempos tentando encontrar um conjunto de músicas que agradasse a todos do que propriamente colocando a mão na massa fazendo som. Aquela situação não me agradou e eu resolvi abandonar o projeto.

Desde 2009 eu produzia um evento chamado Clube Latino. Em parceria com meu amigo Guilherme Veras, criamos um evento que tinha o objetivo de unir num mesmo espaço, amantes das danças de salão e pessoas alheias a este nicho. Fizemos isso pesquisando músicas que tinham batidas fortes como aquelas presente nas boates e que tivessem alguma aproximação com o universo das danças de salão. Chegamos a nomes como Marcelo D2 e Orishas. O primeiro tocava um samba meio hip hop que agradava os dois públicos e o segundo tocava uma salsa também com uma pegada hip hop. O evento se tornou um sucesso por que além das músicas escolhidas com muito carinho eu organizava intervenções de dança que acolhiam todos os públicos executando movimentos fáceis no salão. Uma outra marca do evento foi o investimento pesado no registro de imagens contratando uma fotógrafa super competente. Além disso tínhamos drinks diferenciados e convidávamos também dois tequeleiros para animar a festa. Enfim, o Clube Latino era puro sucesso chegando a atingir uma média de público de 250 a 300 pessoas por edição.

Em agosto de 2011 partimos para mais uma edição do clube latino em um espaço menor que o habitual que comportava no máximo 120 pessoas. Com nosso histórico de público, era certeza de atingir lotação máxima. Aí veio uma das minhas maiores “audácias empreendedoras”. Marquei o evento na Casa de Cultura e anunciei que teríamos a banda Lucas Veríssimo e Banda sem que a banda existisse. Tínhamos três meses de antecedência e uma vontade absurda de cantar com aquela minha banda de amigos.

Entrei em contato novamente e expliquei a situação.

Eu havia preparado um repertório, já tínhamos o evento, um público praticamente garantido e uma data definida. Todos os envolvidos naquele projeto de banda toparam a ideia e fomos ensaiar. Eles eram em sua maioria profissionais. Lucas Ladeia o violonista da banda havia acabado de se formar na UFMG. Luiz Camporez nosso guitarrista já tinha mais de dez anos de experiência como músico e também era aluno da UFMG. Nossa baterista Natália Mitre havia se formado no CEFAR do Palácio das Artes e também era aluna de música da UFMG. O baixista Felipe Tavares também tinha mais de dez anos de experiência na música e mais tarde em 2014 ingressaria na UFMG no curso de contrabaixo. O clarinetista e saxofonista já estava na música também há mais de 10 anos e o trombonista João Machala estava na mesma situação. O último integrante e não menos importante, o iconográfico cavaquinhoista Jaime Vinícius também já estava envolvido de forma profunda com a música há mais de 10 anos.

Todos esses músicos sensacionais me pegaram praticamente no colo e me ensinaram tudo que eu precisava para chegar a realizar o nosso primeiro show no dia 20 de agosto de 2011 com A Casa de Cultura do Fernando Evangelista operando na lotação máxima.

Com seis ensaios nós construímos e melhoramos todo o repertório proposto por mim e fomos a hora da verdade.

Segurei o show no corpo dançando com o público fazendo uma bagunça maravilhosa ao som de Seu Jorge, Tim Maia, Jorge Ben, João Nogueira, Lenine e Funk Como Le Gusta. Há vinte minutos do fim do show eu praticamente não tinha mais voz por que eu nunca tinha cantado por tanto tempo e, na empolgação, dei vários gritos que prejudicaram muito a minha voz.

Mesmo com essas questões técnicas o público adorou a primeira versão do Clube Latino com a participação de uma banda e o evento foi um sucesso.

Quem me conhece sabe que eu uso uma frase do pensador indiano Gassho como um mantra: “Caminha e o caminho se abrirá”. Para mim ela tem sido um grande combustível. Um mote que me leva a ação, sempre. E ter feito toda essa loucura de ter marcado um show sem ter a certeza de que conseguiria montar uma banda nem tampouco ensaiar a tempo nos trouxe um grande presente. Meu amigo Ernane estava para lançar um evento chamado Samba Black. Ele convidou o dono da casa que abrigaria o evento para ir no nosso primeiro show. O Zeca, gostou e nos contratou para dez edições do Samba Black na casa de Shows Flash Back na esquina da Av. Do Contorno com rua da Bahia em Belo Horizonte. Aquilo foi simplesmente sensacional. Uma banda foi criada praticamente do nada e de uma hora para outra já tinha outros dez shows marcados.

Depois desse primeiro show, os músicos começaram a indicar músicas para o repertório, eu melhorei um pouco mais no canto e seguimos em frente sempre colhendo muito aprendizado. A banda que se chamava até então “Lucas Veríssimo e Banda” passou a se chamar “Veríssimo e os Gigantes” por eu ter me inspirado no físico Isaac Newton. Ele nos trouxe sua célebre frase: “se enxerguei mais longe foi por estar de pé sobre ombros de gigantes”, proferida para agradecer a outros físicos que vieram antes dele e o ajudaram a elaborar suas teorias. Eu me sentia exatamente a mesma forma com esses músicos e amigos maravilhosos. Eram gigantes que me davam todo o suporte para que eu pudesse estar ali em frente ao público levando a minha voz e a minha dança.

Nós nos apresentamos em várias casas de Belo Horizonte entre 2011 e 2015. Participamos de diversos eventos empresariais e particulares até que eu decidi deixar de vender shows para me dedicar à minha formação como cantor. Depois de quarenta e cinco shows eu percebi que tinha realizado o sonho de cantar com uma excelente banda e interagir de forma espontânea e alegre com o meu público. Depois de ter atingido esse objetivo, senti que eu queria muito desenvolver melhor a minha habilidade vocal. Por mais que eu já tivesse feito um bom número de shows, eu senti que era hora de dar uma pausa e ir com calma estudando e melhorando a voz. Isso aconteceu de forma sistemática através de aulas de canto e uma maior atenção dedicada à minha voz. Eu comecei a investir um pouco da minha energia e do meu tempo para investigar como eu funcionava ao cantar. Continuo tentando entender por que eu machucava a minha voz, por que eu sempre terminava o show sem voz. Até que em maio de 2016 reencontrei uma amiga que eu conheci em 2008 a Ana Carolina. Ela é bailarina e tem uma extensa formação em canto lírico tendo estudado com professores de várias partes do mundo. Em apenas três aulas ela me deu insights surreais sobre como eu estava usando a minha voz. Eu entendi rapidamente o que eu fazia que machucava a minha voz e consegui diminuir bastante esses efeitos negativos pós shows.

Este livro está sendo escrito em junho e setembro de 2016. Estamos planejando fazer um show comemorativo dos 5 anos de nascimento da banda Veríssimo e os Gigantes no segundo semestre de 2016. Tenho certeza que será extremamente prazeroso para todos nós músicos e para o nosso público que tem manifestado saudade de tempos em tempos. Os gigantes tiveram além da formação original vários outros amigos músicos os quais eu aproveito para mencionar e agradecer abaixo organizados por instrumentos:

Bateria:

Pedro Ramalho Alves (Pedroka)

Paulo Fróis

Caio Plínio

Percussão:

Rodrigo Heringuer (Picolé)

Débora Costa

Tales Bibiano

Baixo:

Sérgio Moragas

Diego

Guitarra

P.C. Guimarães

Trompete:

Leandro Cardoso

Trombone:

Natália Coimbra

Miguel Praça

João Machala

Saxofone:

Marx Marreiro

Cantores convidados:

Fernando Henrique Correa

Gustavo Maguá

CAPÍTULO 8

BLACK BROTHERS DJ

Resumo em tópicos:

- Mais perto do meu irmão
- Dj por acidente
- A dança como diferencial
- Abertura a novas oportunidades

A minha história como Dj é um super exemplo de como é bom estarmos sempre abertos aos desafios que a vida nos traz.

Eu sou um apaixonado pelas danças de salão e estou totalmente imerso nesse contexto desde 2005 quando meu amigo de Colégio Militar, Matheus Gurgel, me apresentou a escola onde comecei: Ponto da Dança.

Desde lá, além do Ponto, fui aluno da 7&8 Dança de Salão, Incomodança e Mimulus além de fazer vários workshops.

Nessa caminhada me tornei um quase viciado no samba de gafieira. Procurava o máximo de oportunidades possível para dançar essa dança maravilhosa que tem em sua raiz o Maxixe, a Umbigada a Polca. Um grande mix que hoje é dançada ao som do samba de gafieira tocado pelas big bands. Em Belo Horizonte, acabei construindo uma história de amor com a magnífica banda Senta a Pua. À época era formada por Rodrigo Torino, Juventino Dias, Thiago Ramos, Leonardo Brasilino, Gustavo Grieco, Pablo Malta, Aloízio Horta e Fábio (percussão). Fui a diversos shows e os mais legais aconteciam numa gafieira muito charmosa no Espaço Cento e Quatro na área central de Belo Horizonte.

Essa participação intensa nos shows do Senta Pua me levou a criar uma espécie de entrosamento com os músicos e o som que eles apresentavam. Uns inclusive comentavam que achavam que “eu dançava diferente”. Descobri depois que isso se dava por causa da minha vivência musical, por decorar os arranjos e tentar dialogar com eles ao dançar com as parceiras na pista de dança. Esse diálogo cresceu tanto que em 2011 o Senta Pua foi uma das bandas aprovadas para integrar o evento que acolhia bandas e projetos autorais, o Conexão Vivo.

No projeto do Senta, além da apresentação da banda, era previsto a contratação de um par de bailarinos para se apresentar com eles no palco. E aí, adivinha que eles convidaram? SIIIM! EU MESMO! Rsrtrs

Convidei Grazielle Lizânia a rainha do carnaval de Belo Horizonte daquele ano para dançar comigo nos palcos. Ela já era minha conhecida dos tempos em que eu ia aos bailes organizados pela escola de danças de salão Oito Tempos do meu primeiro professor e xará Lucas Bittencourt.

Foi simplesmente um arraso e uma experiência ímpar. Nos apresentamos em Belo Horizonte, Betim e Barbacena. Em Betim e Barbacena ainda tive a oportunidade de conduzir um workshop teórico prático de história do Samba de Gafieira na perspectiva da dança. Foi um marco na minha história como Bailarino e professor de danças.

Aí você me pergunta: Lucas mas esse não é o capítulo em que você fala sobre como nasceram os Black Brothers Dj? Pois é, é sim. É que você vai entender agora o porquê de contar a minha história como Senta Pua.

Em 2012 o Senta aprovou um projeto de circulação na lei municipal de incentivo à cultura que gerou seis apresentações da banda criando bailes em seis pontos diferentes da capital mineira. No último baile, eles tiveram problemas para encontrar um Dj. No fim das possibilidades, me ligaram: “Lucas, é o seguinte, não encontramos um Dj para a última edição do nosso projeto. Sei que você não é Dj mas você conhece muito bem o nosso público e provavelmente tem músicas desse nicho por que sei que você dá aulas de samba de gafieira. Você topa o desafio de ser Dj na nossa gafieira. Você é a nossa última opção, quebra essa pra gente?” Isso foi o Rodrigo Torino me ligando e explicando a situação.

Eu já vinha flertando com essa onda dos Dj como hobby e achei aquilo um desafio e tanto. Não respondi na hora para o Torino por que eu precisava encontrar algum meio de fazer o que os djs chamam de “pré-escuta”. Lembrei de uma placa de som auxiliar que fazia esta função que me foi apresentada pelo Dj Hugo Silva em 2008 assim sem querer só por que eu fiquei curioso em saber o que era “aquele pen drive diferente com dois buraquinhos atrás”. Fui atrás de conseguir este dispositivo e consegui. Liguei para o Torino, acertei os detalhes e lá fui eu para a minha primeira experiência como Dj em uma gafieira lotada!

Passei a semana preparando com muito cuidado o repertório. Separei só as melhores das melhores. Pesquisei algumas novas que não estavam no meu repertório, pedi uma lista com as músicas que a banda iria tocar pra que eu não as tocasse e fomos lá.

Cheguei ao [Cento e Quatro](#) com duas horas de antecedência. Passei o som com o técnico. Estava tudo super funcionando direitinho. E aí chegaram os convidados a partir das vinte e duas horas. Coloquei alguns forrós lentos, depois boleros e samba também mais lentos e já tive minhas primeiras surpresas positivas. Veio alguém que não me recordo quem, me agradecer por eu estar ali. Eu não entendi direito o porquê do agradecimento e a pessoa explicou: “cara é o primeiro Dj que dança danças de salão nessa gafieira, você sabe o que a gente gosta de dança por que você é como nós: bailarino de danças de salão”. E essa pessoa não foi a única. Várias pessoas ao longo do evento vieram me agradecer. Foi curiosíssimo. Eu nunca tinha sido Dj mas naquele contexto, o simples fato de ter me preparado e de eu ser uma pessoa do meio das danças de salão acabou me gerando a oportunidade de tocar um som totalmente específico que agradou amplamente aos presente naquela noite.

No fim da festa após o fim do último bloco da banda, eu vi quem estava presente (conhecia quase todos) e resolvi arriscar, coloquei umas duas ou três músicas “dos tempos da brilhantina” e todos dançaram os passinhos famosos dos anos setenta e oitenta. Fechei a noite com mais alguns sambas e forrós.

Foi realmente sensacional essa oportunidade que o Rodrigo Torino gerou através do Senta a Pua e que eu abracei com tanta vontade.

Essa minha primeira experiência aconteceu no primeiro semestre de 2012. No segundo semestre em novembro eu tive a minha segunda experiência. Uma noiva desesperada, teve uma má experiência com o serviço de um Dj e me convidou de última hora para tocar em seu casamento na Marcenaria Utópica em Belo Horizonte. Ela me conheceu através de alguma pessoa que me viu tocando nessa minha primeira experiência com o Senta Pua.

Uma lição que aprendi é que um bom Dj é hábil em ler o público e saber o que tocar para cada público específico. Nesse caso, sentei com a noiva e tentei descobrir tudo que ela e o futuro marido gostavam. Preparei novamente o máximo de músicas possível e fui para a utópica fazer a festa.

Chegando lá, me apresentei mas tivemos contratempos no evento. Parece que houveram vários mal entendidos com o cerimonial contratado para a festa e, num dado momento, por ocasião de um erro da equipe do cerimonial que não cabe expor aqui, as pessoas acabaram se desanimando completamente com a festa. Não havia uma música que as animasse. Dentro dessa situação de desespero me veio uma luz: VOU COMEÇAR A DANÇAR E TENTAR ARRASTAR ESSE POVO COMIGO! Dito e feito. Poderia ter dado super errado como também poderia ter dado super certo e deu!

Eu já havia feito intervenções do tipo por diversas vezes em 2009 no evento Clube Latino do qual eu falarei posteriormente. Então, coloquei Michael Jackson, fui pra pista e comecei a dançar. Provavelmente as pessoas nunca tinham visto um Dj que sai do computador e vai pra pista dançar. Em questão de minutos a pista estava cheia novamente. E a festa que estava ameaçada se aqueceu novamente e tudo foi maravilhoso até o fim.

A noiva Fabiana me agradeceu pelo próximo ano quase inteiro! Foi muito legal. Ela não esperava aquilo. Ela não imaginou que teria os problemas que teve na festa bem como também não imaginou que o Dj poderia ter uma solução tão simples e eficaz para salvar a festa. O resultado foi que a noiva me indicou para várias outras e eu acabei me tornando mesmo um Dj. Toquei em vários casamentos em 2013 e 2014.

A história dos Black Brothers Dj começa em maio de 2014. Meu irmão Luiz Antônio completou dezoito anos em maio deste ano. Ele já brincava de ser Dj comigo nas nossas festas de família. A partir de então eu comecei a levá-lo comigo para os eventos que eu tocava e eu o convidava a tocar em alguns momentos dos eventos.

Com pouco tempo ele já estava tocando como gente grande. Eu dominava um repertório mais antigo e ele um mais atual. Nossa dupla estava funcionando plenamente. Os eventos começaram a ficar muitos mais leves e menos cansativos para mim já que eu podia ter algumas pausas para descansar durante o evento enquanto ele tocava.

Invariavelmente nós começávamos a dançar simplesmente pelo fato de amarmos isso. Isso aconteceu por diversas vezes e sempre que acontecia os convidados das festas acabavam nos convocando à pista para dançar junto deles. Isso acabou se tornando a nossa marca: Djs que dançam!

Tocamos assim até por dois anos e viemos e franco desenvolvimento da nossa performance. Atendendo a casais e empresas com estilos bastante variados sempre de forma artesanal. Procurando saber o que cada evento demandava.

Em 2016, fiquei sabendo que havia espaço para inscrever nosso trabalho na Virada Cultural de Belo Horizonte na categoria “intervenção urbana”. Até então nós não tínhamos um nome e eu, na verdade, nem tinha me dado conta de que poderíamos comunicar nosso trabalho como uma dupla de djs. Para nos inscrevermos tínhamos que ter um nome. Depois de algumas rodadas de “Toró de parpite” no linguajar mineiro ou no inglês “Brain Storm”, chegamos ao nosso nome: Black Brothers Dj.

Tem sido uma grata surpresa e um grande prazer poder trabalhar ao lado do meu irmão mais novo sob a tutela da nossa produtora e irmã, Luciana Veríssimo. Trabalhar em família pra mim é um grande privilégio e aumenta muito a qualidade dos meus trabalhos. Sei que estou perto de pessoa que posso confiar a minha vida e isso é muito reconfortante. Dá muita alegria poder dividir tantas experiências maravilhosas com eles.

No capítulo sobre empreendedorismo vou mostrar todos os pontos, ferramentas e insights que tive na criação dos Black Brothers para que você se inspire e as aplique nos seus próprios projetos.

SEÇÃO 2: EMPREENDEDORISMO

CAPÍTULO 9 O QUE NOS MOVE?

Resumo em tópicos:

- Conteúdo potente de Tony Robbins
- Conteúdo retirado de uma das TED Talk's mais vistas de todos os tempos

A palavra mais importante para mim no *mind set**** empreendedor é **INQUIETAÇÃO**.

Não uma inquietação estressante ou desestruturante, mas essa que te tira do lugar, que o coloca em movimento em busca de soluções para o que você considera que precisa ser alterado na sua vida.

Segundo Tony Robbins há seis fatores que promovem mobilização na vida das pessoas, são elas:

1. Certezas
2. Incertezas
3. Busca por significância
4. Relacionamentos
5. Evolução
6. Contribuição.

Uma certeza que move muitas pessoas é a relação com a morte. Uma das certezas que todos seres humanos tem é de que o dia da morte sempre chega, para todos! Essa certeza nos move, pelo menos em boa parte das pessoas, a buscar nossos objetivos de felicidade e realização em todas as áreas da nossa vida! Qual certeza move a sua vida? Se quiser me envie um e-mail para contar =)

Uma **incerteza** que move muitas pessoas é a incerteza sobre o futuro profissional. A busca por se capacitar, por ter uma educação continuada, por exemplo, move muitas pessoas a buscarem cursos, pós graduações, palestras e livros como esse que vocês está lendo! Qual incerteza move a sua vida? Se quiser, me envie um e-mail para me contar =)

A busca por **Significância** talvez seja uma das mais comuns. Em seu TED, um dos mais vistos de todos os tempos, Tony Robbins cita o momento em que um assaltante empunha sua arma e ganha, imediatamente, a atenção de todos os presentes. As formas mais rápidas de conseguir ser notado, de ser considerado significativo acontecem por meio de situações extremas como essa de um assalto. Mas essa é uma forma muito negativa, e nós não queremos utilizá-la. As outras formas, as positivas, como tocar um instrumento, ajudar as pessoas, se tornar expert em algum assunto ou habilidade, essas tomam muito tempo e nem todas as pessoas estão dispostas a desenvolvê-las. Continuo discorrendo sobre a significância por que ela é uma necessidade intrínseca ao ser humano. Crianças ao perceberem que são notadas ao chorar, lançam mão desse recurso para ganhar atenção irrestrita de muitos pais desavisados. Lidar com as necessidades frívolas de significância das pessoas sem ser violento, agindo com classe é uma habilidade essencial que pode te diferenciar positivamente em todos os ambientes sobretudo se você for um professor ou professora. Alunos e crianças tentarão atrair atenção a todo momento utilizando os recursos negativos que atraem significância mais rapidamente. Cabe ao líder ou professor, entender esse processo para poder oferecer foco a quem busca a significância através de modos positivos como por exemplo a dedicação nos estudos e o respeito pelo professor e pelos colegas. E sobre os seus processos de obtenção de significância, quais você utiliza. Já pensou sobre isso?

Os **Relacionamentos** constituem um outro grande fator de mobilização das pessoas. Esse não necessita tanta explicação. Para cuidar dos seus, qualquer um é capaz de mover o mundo. Há vários casos de pessoas que passam a ter um poder de realização muito mais forte depois de se tornam pais e mães. O amor pelos filhos gera uma força extra para atingir metas e objetivos. Os relacionamentos amorosos também são outra grande fonte de energia e motivação para realizações. Quem nunca se esforçou para conseguir algo em nome do amor por outra pessoa? Quem nunca se viu trabalhando pelo sonho do outro mais

do que pelos próprios sonhos? E sobre os casos de filhos que movem quantias extremas de dinheiro e investem muito tempo para cuidar dos processos de envelhecimento dos pais?

A **Evolução**, ou a necessidade de evoluir é algo também intrínseco ao ser humano. A maioria das pessoas, sente que está nesse mundo para ser um pouco melhor hoje do que foi ontem. Uma das crenças negativas que a televisão e a grande mídia nos traz é aquela que nos faz acreditar que o mundo está horrível, violento e que a crise financeira está aí para fazer com que nós tenhamos medo de tudo e fiquemos desacreditados. Se você olhar bem ao seu redor, vai perceber que o mundo está muito melhor para todos. Mesmo para os que tem poucas condições e acesso a requisitos básicos de sobrevivência, o acesso está maior. Podemos citar por exemplo o fato de que hoje, qualquer pessoa com um smartphone, tem acesso a mais informações do que o presidente dos Estados Unidos vinte anos atrás (verificar de onde vem esse dado). Podemos citar também o nível de acesso a conteúdos hoje em dia. Você consegue comprar livros no formato e-book por valores extremamente baixos e ler no seu telefone em qualquer lugar. Você tem a possibilidade de decidir o que consumir e se torna expert em qualquer assunto de forma autodidata apenas tendo um pouco de dedicação e persistência. Enfim, na atualidade, a necessidade de evoluir está com plenas possibilidade de ser sanada a todo instante. Elas nos move e encontra caminhos cada vez mais abertos para essa mobilização!

A **Contribuição** é a característica mais bonita e mais contra intuitiva que move o ser humano. Sim, bonita por que é capaz de gera impacto direto na vida das pessoas que rodem aquela pessoa que deseja contribuir com sua comunidade e se põe em ação para realizar essa contribuição. Contra intuitiva por que, por experiência própria, quanto mais você contribui, mais incrivelmente você evolui, você recebe, você ganha. Eu ofereci a palestra "A Simbiose Multi Tarefa" por diversas vezes de forma inteiramente gratuita apenas por saber que aquilo poderia contribuir com uma parcela significativa da minha audiência que num primeiro momento foi o público jovem universitário e adolescentes do ensino médio. Perdi a conta de quantas intervenções gratuitas do Lab Dance eu ofereci a ONG's, presídios, centros sócio educativos e escolas. Todas essas atividades me enriqueceram de uma forma que não consigo mensurar. A satisfação de ver as pessoas sendo tocadas pelos conteúdos que eu compartilho é algo impagável. E, de forma prática, todas essas atividades só me ajudaram e continuam ajudando a melhorar o que eu faço. Dessa forma, as pessoas e empresas as quais me pagam para que eu ofereça meus serviços como palestrante ou aplicador das técnicas do Lab Dance, recebem um serviço com ainda mais qualidade em razão das inúmeras vezes que eu tive oportunidade de melhorar esses serviços quando os prestei de forma gratuita. Você vai encontrar lições sobre **contribuição em todas as religiões**, é de fato, uma das dádivas do ser humano. CONTRIBUA!

CAPÍTULO 10

UMA FRASE DE OUTRO CABELUDO E UMA PERGUNTA

Resumo em tópicos:

- Famosa e motivadora frase de Albert Einstein

Eu ainda sou cabeludo (digo isso por que estou ficando careca igual ao meu pai e estou bem com isso), mas há um outro cabeludo: o nosso amigo Albert Einstein e ele disse uma frase que eu carrego sempre comigo:

"Insanidade é continuar fazendo a mesma coisa e esperar resultados diferentes."

Há controvérsias sobre o fato de esta frase ter sido mesmo dita por Einstein porém nas minhas pesquisas não encontrei nada de substancial apontando outro autor, portanto continuarei atribuindo-a esse grandioso cientista e pensador.

O importante, independente de quem a escreveu, é o conteúdo desta frase. Ela nos induz a pensar na pergunta "Por que não?". Por que não tentar um novo caminho? Por que não tentar uma outra forma de ser? Por que não tentar ouvir melhor o que seus oponentes em alguma questão tem a dizer? Por que não tentar uma outra forma de se expressar? E por aí vai... Eu poderia ficar aqui criando vários "Por que não!"

Com a frase de Einstein e a pergunta, temos novamente um grande motor. Esse livro busca nos tirar do habitual. Tenta através de exemplos da minha vida, exemplos de vida de outros empreendedores e de alguns espectadores da minha palestra, nos indicar novos caminhos. Caminhos incertos. Caminhos de dúvida que podem e com certeza gerarão fracassos e sucessos.

Meu apelo é que você persista. A diferença entre alguém fracassado e alguém bem sucedido está no número de vezes que a pessoas está disposta a tentar novamente. Eu sou dos que "tenta até conseguir", e você?

CAPÍTULO 11

AS TRÊS HISTÓRIAS

Tendo dito isso, eu peço a sua licença para contar três histórias pessoais!

A primeira é sobre a banda Veríssimo e os Gigantes.

A segunda é sobre o Lab Dance.

A terceira é sobre este livro.

CAPÍTULO 12

VERÍSSIMO E OS GIGANTES

Resumo em tópicos:

- Sobre correr riscos calculados.
- A coragem maior do que os medos.
- O poder das metas.

- Conteúdo de Dale Carnegie.
- Como iniciar um movimento?
- Caminha e o caminho se abrirá.

Antes de começar a entrar mais profundamente na história dos Gigantes, quero que vocês preste atenção e dois conteúdos muito importantes. O primeiro é sobre **CORRER RISCOS CALCULADOS**. O segundo é sobre **O PODER DAS MENTAS** ou a diferença entre metas e objetivos.

Eu já falei um monte sobre a banda lá na parte do livro onde conto coisas mais detalhadas sobre minha história então só vou retomar aqui a parte da história que tem a ver com Desafio, Inquietação e Ação para a Solução!

Eu andava com uma necessidade absurda de cantar. Até hoje eu não consegui entender essa necessidade/vontade de forma racional, consciente. Eu só sei que aquilo era mais forte que eu e eu PRECISAVA CANTAR. Eu até me tornei meio inconveniente. Ia em lugares onde havia música ao vivo e sempre pedia pra cantar às vezes sem nem mesmo saber a música ou conhecer quem estava ali cantando. Alguns mais receptivos me davam espaço e eu perdi a conta de quantos Nãos eu levei para casa. Foi realmente um tempo estranho. Um tempo onde sofri com algo que eu nem imaginava que pudesse me acontecer. Como alguém pudesse sentir tanta falta de algo que nunca fez? Como era possível eu querer cantar como se estivesse sofrendo de abstinência?

Essa vontade me levou para ação e tentei montar uma banda no início de 2011 e fracassei. Depois de alguns meses aproveitei o sucesso do evento que tinha criado em parceria com Guilherme Veras o Clube Latino e fiz um movimento que é puro exemplo de alto risco calculado: **anunciei o primeiro show da banda “Lucas Veríssimo e Banda” sem que a banda existisse.**

Na sua caminha empreendedora, você vai aprender, se já não aprendeu, a **correr riscos calculados** e a fazer com **que sua coragem seja maior que seus medos!**

Descobri que o que fiz está fundamentado em muitas ideias do livro “Como evitar preocupações e começar a viver” de Dale Carnegie. O livro ensina a sempre flertar com o pior que pode acontecer em cada situação e trabalhar a partir desse pior para melhorar tudo!

É incrível! Vejamos, vamos fazer esse exercício. O que de pior poderia acontecer nessa situação? Eis aqui uma breve lista:

- Nenhum dos meus amigos aceitar tocar comigo naquele evento por diversos motivos.
- Não termos tempo de ensaiar o suficiente.
- Eu não dar conta de cantar por 80 minutos, duração proposta do show.
- A festa ser um fiasco, não comparecer ninguém.
- Eu ter que ir a público anunciar que a banda que eu prometera não se apresentaria no Clube Latino
- A banda se apresentar e ser vaiada por sua baixa qualidade

- Eu cair no chão e me machucar enquanto eu cantava.
- Eu perder a voz durante o show.
- Eu esquecer a letra das músicas.
- Eu esquecer todas as combinações de entradas e saídas das músicas que combinaríamos nos ensaios.
- Os músicos poderiam chegar atrasados ou faltarem no dia.
- A o equipamento de som poderia dar problemas ininterruptos ao longo de todo o show.

Veja, vários desses medos são absurdos, e depois de pensar sobre eles e aceitar que eles poderiam acontecer vem algo que é extremamente potente. Como eu poderia fazer para quebrar todos esses medos, essas objeções da minha mente?

- Meus amigos que tentaram montar uma banda comigo no início do ano continuavam empolgados com a ideia. A chance de se animarem a montar a banda era muito alta.
- Esses músicos tem uma rede artistas grande e forte. Se algum músico não pudesse naquela data, com certeza teríamos facilidade de encontrar um substituto ou substituta a altura.
- Havia outros dois cantores entre os músicos que convidei, se eu tivesse qualquer problema com a voz, tenho certeza que me ajudariam a terminar o show sem nenhum prejuízo para nossa performance.
- Não existia a menor possibilidade de ser um fracasso de público por dois motivos.
 - A média de público era de 300 pessoas no Clube Latino e, dessa vez, a casa que nos acolheu tinha capacidade para apenas 120 pessoas. Com isso era certeza que iríamos lotar o lugar.
 - O segundo era uma super novidade: a banda. E todos nós tínhamos muitos amigos que gostariam de ver nossa banda tocar pela primeira vez o que, por si só, garantiria um bom público.
- Quanto a cair no chão, perder a voz, esquecer as letras e arranjos, era muito fácil resolver: ter muita concentração e ensaiar bastante. Fizemos as duas coisas.
- O equipamento de som do lugar não era de minha responsabilidade. Não era algo sobre o qual eu tivesse poder de influência. Quando é assim não há com o que se preocupar por que o que não tem remédio, remediado está. O que podemos fazer no caso é chegar cedo e passar o som, testar tudo direitinho antes de abrir a casa. Foi o que fizemos e deu tudo muito certo.
- Eu sou bailarino e nessa época meu maior trunfo era a interação com as pessoas. Eu poderia entreter as pessoas com as ferramentas da dança aliviando um pouco a pressão de ter que ser um excelente cantor.
- Estávamos a praticamente três meses da data do evento quando anunciei que teríamos esse show. Portanto, com certeza seria possível ensaiar o suficiente.
- Eu conhecia muito bem meus amigos e seu profissionalismo. Não havia a menor chance de eles chegarem atrasados no dia do show.

Depois de pensar sobre tudo “que pode dar merda” fica ridiculamente simples pensar e agir sobre tudo que você pode fazer para cuidar que esses resultados ruins não aconteçam. Parece uma perspectiva negativa mas de fato não é! E não sou eu quem estou dizendo, é um dos maiores escritores do mundo, o senhor Dale Carnegie que, com dois de seus títulos, já vendeu até o presente momento, mais de sessenta e cinco milhões de livros ao redor deste mundo.

Enfim, eu marquei um show de uma banda que não existia. Fiz o flyer de divulgação num software de design que eu nem sabia usar direito e postei na internet. A partir desse momento eu ME COMPROMETI. Eu faria tudo que estivesse ao meu alcance para conseguir realizar aquele show, ainda que eu tivesse com muito medo de que aquilo não desse certo.

Sobre o poder das metas, veja que interessante. Primeiramente vamos aproveitar o momento para verificar a diferença entre objetivo e meta com dois exemplos.

Temos aqui dois objetivos: EMAGRECER e MONTAR UMA BANDA.

Os objetivos são descrições daquilo que se pretende alcançar. Já as metas são definições de quantidade e prazos relacionadas as esses objetivos.

No caso do objetivo de EMAGRECER, uma meta pode ser: perder 5 quilos praticando corrida três vezes por semana, durante um mês.

No caso do objetivo de MONTAR UMA BANDA, uma meta pode ser: definir um repertório de samba-rock, com 20 músicas dos compositores, Seu Jorge, Jorge Ben e Clube do Balanço que deve estar pronto para ser apresentado daqui a dois meses após a execução de oito ensaios.

Viu a diferença? E aí eu te digo: as metas tem um poder de realização fantástico. Elas colocam nossa mente num estado que é capaz de materializar algo antes mesmo de acontecer. É como se elas tirassem todas as barreiras que nos impedem de realizar algo em razão da clareza de ação que elas nos trazem.

Estabelecida essa diferença, posso explicar como meu movimento maluco de marcar um show sem que existisse uma banda conseguiu êxito. Malucos podem ser solitários em suas ideias ou podem conseguir outros malucos que transformam suas ideias em movimentos. Eu penso que a definição de metas claras gera o poder íntegro de atrair pessoas para realizares seus sonhos junto com você. A ideia de fazer um show dançante de música brasileira envolvendo, Seu Jorge, Tim Maia, Jorge Ben, Funk Como Le Gusta, João Nogueira, Noel Rosa e Chico Buarque em um evento que com certeza estaria lotado, com data marcada e possibilidade de ter seis a oito ensaios, levou outros seis malucos a transformar a minha ideia maluca em um movimento, a realização de um sonho conjunto: a Lucas Veríssimo e Banda que mais tarde se tornaria a Veríssimo e os Gigantes. Se você está sentindo falta de detalhes, volte ao início do livro onde conto essa história com mais detalhes.

Ainda sobre essa questão de uma ideia atrair pessoas para a sua realização, aproveito para compartilhar o TED Talk do Derek Sivers: [Como iniciar um movimento](#). Nele, evidente uma informação conhecida por poucos: o poder do primeiro seguidor. Aproveito para agradecer imensamente ao apoio irrestrito da Natália Mitre e do Luiz Camporez que no início deste trabalho, foram os primeiros seguidores e sustentadores da ideia de montar essa banda. Sem a energia deles talvez eu ainda estivesse pedindo para cantar por aí nos bares da vida!

É extremamente importante agradecer por todo amor, cuidado, carinho e dedicação que esses amigos/músico/professores tiveram comigo. Eles praticamente fizeram nascer um cantor, do nada! Eles tiveram muita paciência. Paciência com minha inexperiência, minha

dificuldade de modular entre tons. Minha dificuldade por ter uma extensão vocal reduzida. Minha dificuldade de decorar as músicas. Talvez sem perceber, ele foram como os grandes educadores e técnicos: foram capazes de enxergar em mim características e potências que eu mesmo não era capaz de observar além de uma vontade descomunal de fazer aquilo dar certo! E eles vieram e nós fizemos aquele e outros quarenta e quatro shows.

Nunca a frase "**caminha e o caminho se abrirá**" fez tanto sentido. Os nossos shows eram tão divertidos que foram capazes de suplantar várias dificuldades e nós seguimos em frente. Um dos momentos mais legais foi quando fomos tocar em Itabirito no aniversário do Gustavo Figueiredo, há pouco mais de quarenta quilômetros de Belo Horizonte e fomos brincando como crianças dentro da van rindo tanto de até doer a barriga! Tivemos esse e outros tantos momentos de felicidade.

Imagine agora, se eu tivesse ouvido aquela voz que paira na nossa cabeça querendo nos fazer desistir por causa daquela imensa e absurda lista de medos que eu coloquei logo ali em cima. Criando milhões de objeções. Dizendo que não é a hora, que você deve deixar pra depois, que você deve se preparar melhor.

Se eu tivesse sucumbido a essa voz eu talvez perderia vários momentos maravilhosos que eu passei ao lado dos meus amigos musicais. Através deles inclusive, eu fiz outros amigos como foi o caso do Marx Marreiro, do Paulo Fróis, do Rodrigo Heringuer para citar apenas três!

Reitero aqui duas lições aprendidas com os Gigantes: Faça, a hora é agora! E, corra riscos calculados! Por favor! Eu já estou cansado da frase: "saia da zona de conforto" mas eu sinto que é preciso usá-la nesse momento! Às vezes a única coisa que a vida quer da gente é que nós saíamos dessa tal zona de conforto. o João Guimarães Rosa em um trecho do livro Grande Sertão Veredas, deixou essa relíquia que materializa essa ideia e nos coloca em profunda reflexão:

"O correr da vida embrulha tudo. A vida é assim: esquenta e esfria, aperta e daí afrouxa, sossega e depois desinquieta. O que ela quer da gente é coragem."

Vamos então à segunda história:

CAPÍTULO 13

O LAB DANCE - EMPREENDEDORISMO

Resumo em tópicos:

- Sobre inquietação
- A Universidade como meio fértil para desenvolvimento de negócios.
- Definição de Startup segundo Eric Ries
- Seed-MG
- Pack Docs, Cabe na Mala e Trakto Pro
- Business JAM
- Eduardo Loureiro
- CYB Comunicação, EzLike e Inventta Bgi

- Primata Filmes
- Meu atual propósito

Em outra parte deste livro eu escrevi um pouco sobre o início do Lab Dance que ainda se chamava Dança Laboral. Eu o fiz dessa forma por que o embrião dessa história se deu mesmo pela dança mas o seu desenvolvimento, nossa! Foi uma grande massa interdisciplinar que eu vou contar agora para você!

Você se lembra, INQUIETAÇÃO! Em 2013 realizei a prova do ENEM por que estava decidido a tentar novamente concluir um curso superior, essa foi a terceira tentativa. Fui aprovado na UFMG para o curso de licenciatura em Dança que tem entrada apenas no segundo semestre e novamente teria um semestre inteiro de espera como acontecera nas outras duas experiências que tive no ensino superior. A primeira na Engenharia Mecânica e a segunda na Educação Física. Minha nota também permitiu que eu acessasse o curso de Engenharia de Produção na UNA com uma bolsa de 100% via ProUni.

Nesse meio tempo eu estava estudando música, dança africana e vida com o professor senegalês Mamour Ba. Sim, eu digo vida, por que sua forma de ensinar aborda todos os campos da vida não somente a dança e a música. Ele inclusive me fez lembrar muito positivamente do Colégio Militar levando-me a fazer as pazes com a disciplina, me fazendo entender que ser artista tinha mesmo muito a ver com compromisso, pontualidade e rotina. Ele acabou se tornando meu segundo pai como ele mesmo dizia e me deu um conselho: indicou que eu experimentasse a engenharia de produção no primeiro semestre e que me desenvolvesse na arte com ele ao invés de apostar na faculdade de dança.

Como a entrada para a faculdade de dança só se daria no segundo semestre eu considerei o conselho e o segui. Foi uma das melhores decisões da minha vida. Já na segunda semana de aula na UNA, eu tive a oportunidade de presenciar uma palestra magnífica.

Era uma contrapartida exigida pelo Estado de Minas Gerais através a sua incubadora de empresas chamada Seed-MG. As startups - *instituições humanas desenhadas para criar um novo produto ou serviço em condições de extrema incerteza, segundo Eric Ries* - destacavam representantes que se reuniam de três em três para ir a instituições de ensino falar sobre o andamento de seus negócios com objetivo de dar publicidade ao trabalho desenvolvido com os fomentos do Sede e estimular o empreendedorismo nos jovens alunos dessas instituições ao redor de Minas Gerais.

Pois bem, lá estava eu na primeira fila do auditório com o computador aberto, olhos e ouvidos bastante atentos naqueles três palestrantes! Os nomes deles? Jeferson dos Anjos, Marcela Kashiwagi e Paulo Tenório.

Eles trouxeram ideias fantásticas. O tempo praticamente se dilatou para mim naquele instantes. Em pouco mais de noventa minutos de palestra eu fui transportado para outras dimensões. Descobri uma realidade totalmente nova para mim nesse mundo das startups. Eu nunca nem tinha ouvido falar no termo Startup, nem que existiam aceleradoras dessas empresas, nem muito menos que o Estado de Minas Gerais investia nesse tipo de iniciativa.

O Jeferson dos Anjos criou o [Pack Docs](#) uma mistura de Drop Box com Facebook na minha concepção. A ideia é que as pessoas pudessem guardar e compartilhar documentos em uma rede social. A inovação estaria na curadoria onde pessoas pudessem ajudar outras a encontrar bons conteúdos sobre determinados assuntos.

A Marcela Kashiwagi criou o [Cabe na Mala](#) uma ideia muito interessante que conecta pessoas que estão em trânsito internacional com pessoas que querem produtos importados. De forma totalmente legalizada a operação atraiu muitos fãs e sua página no facebook já tem mais de cinquenta e seis mil curtidas. A ideia começou com produtos exclusivamente dos Estados Unidos e agora, em parceria com a Entrusters, eles expandiram e conseguem oferecer acesso a produtos vindos de todos os continentes. Maravilha total! Genial!

O Paulo Tenório criou o Trakto Pro, inicialmente um aplicativo que ajudava freelancers a conseguir precificar de forma sustentável seus trabalhos e oferecia ainda um dispositivo de cobrança e pagamento online evitando atrasos e ligações intermináveis para cobrar clientes. Depois de algum tempo o Trakto se transformou e se tornou uma plataforma online de criação de propostas com bom design totalmente online focando também no público freelancer e agora se chamando [Trakto.io](#). Recomendo fortemente que você conheça independente de qual seja a sua atividade profissional!

Conectei-me ali mesmo com todos esses brilhantes empreendedores inclusive nas redes sociais como o facebook para ver o que eles andavam fazendo e comecei a usar e indicar os serviços de suas empresas.

Estudando na UNA, por ter entrado mais velho (26 anos) e por ter um certo espírito de liderança, acabei me tornando representante de turma. Nas universidades privadas, há uma janela de entrada de alunos a cada semestre de forma que no primeiro mês em média, vão entrando mais alunos após o início das aulas. Um problema enfrentado pelos que acabavam de entrar é que levava um tempo para terem acesso ao sistema online da faculdade onde ficavam vários documento, artigos e exercícios postados pelos professores. Vendo isso, eu me inscrevi no Pack Docs do Jeferson e toda vez que havia um documento novo eu o subia imediatamente na plataforma. Assim, toda vez que um novato entrava na faculdade eu passava o link das pastas que eu havia criado para eles e então eles passavam a ter acesso imediato aos materiais compartilhados pelos professores.

Por eu ter feito isso para ajudar meus colegas, eu acabei me tornando um dos maiores usuários do site Pack Docs. Aqui, mais uma vez a mágica presente na frase “Caminha e o caminho se abrirá” aconteceu! A equipe de desenvolvimento do Packdocs estava fazendo pesquisas com usuários para ver como poderiam melhorar a experiência de contato com o serviço deles. Pelo meu nível de acesso à plataforma deles, fui convidado para uma reunião de feedback de usuário:

Eu atendi prontamente e, nesse momento eu lhe peço para rememorar o motivo número seis que o Tony Robbins nos trouxe e eu coloquei aqui nesse livro para você: **CONTRIBUIÇÃO.**

Eu não tinha a menor ideia do que ia acontecer mas eu queria muito contribuir com essa ideia e lá fui eu para essa reunião. Chegando ao SEED-MG, falei tudo o que eu podia sobre a minha experiência como usuário do Packdocs. Além do Jeferson, estavam presentes

nessa reunião o meu futuro amigo Eduardo Loureiro e um outro usuário do site do qual não me recordo o nome. Sobrou um tempinho e eu mais uma vez fui audaz e resolvi mostrar para eles um vídeo que eu havia feito de forma bastante caseira (veja [nesse link](#)), sobre minhas intervenções com dança laboral no Consórcio Mar Azul e na cachaçaria Vale Verde. O Eduardo, achou a ideia sensacional e disse que eu deveria me inscrever para o Business JAM.

Cabe aqui trazer a definição dos próprios criadores sobre o que é o Business JAM:

“Nós acreditamos no poder transformador das pessoas, e no impacto desse poder. Por isso criamos o Business Jam: um laboratório de troca de conhecimento, colaboração e valor compartilhado para materializar sonhos em negócios ao empoderar as pessoas por meio da abordagem do design thinking e do autoconhecimento de seus valores e capacidades, dando sentido às suas realizações empresariais.”

Inscreví-me ao lado de outras sessenta e seis ideias e fui aprovado dentre as doze escolhidas para aquela edição do BJ.

Nessa edição o laboratório aconteceu às terças e quintas de maio de 2014 e foi sensacional participar. Eu sentia como se estivessem pegando minha cabeça e abrindo com uma ferramenta medieval! (Risos). Eu praticamente tive uma overdose saudável de ideias completamente novas para mim. Foi brutal, e avassaladoramente instigante ter acesso às ferramentas como o Golden Circle, o Customer Journey Mapping, ao Pitching Map dentre outras.

Nesse laboratório/curso eu conheci a Daniela Falbo que me apresentou o André Lara e com ele o desafio Baanko Challenge de empreendedorismo social. Gente! Sério! Não podia ser melhor. Eu fui ao Sede, novamente agora nos dias 17 e 18 de maio de 2014 para oferecer duas intervenções do até então chamado Dança Laboral para os voluntários do Baanko Challenge. Eu falarei mais a frente sobre o que é o Baanko, fique tranquilo(a).

E aí, enfim o Lab Dance tomou forma!

O Tiago Megale, estava no Baanko Challenge e indicou aquele serviço que ele experimentou para a empresa que ele trabalhava chamada Ez Like, uma empresa de tecnologia ligada ao Facebook. Essa empresa contratou oito intervenções que seriam executadas uma vez por semana por oito semanas a título de teste.

A essa altura, o Dança Laboral já se chamava Lab Dance depois de ter passado pelas ferramentas que absorvi no Baanko Challenge e de ter tido uma mentoria do André Lara sobre como eu deveria proceder com essa nova empresa que eu criara e que agora eu entendia como um negócio social: um negócio que visa lucro ao mesmo tempo que promove ações que geram impacto social.

Até esse momento em julho de 2014 eu trabalhava sozinho com o Lab Dance. Eu oferecia uma intervenção semanal na empresa de [comunicação CYB](#) do meu amigo Fernando Henrique Correa, estava também uma vez por semana levando as intervenções para a Ez Like e fui contratado para um evento pontual do instituto de inovação Inventta +Bgi. Eu reuni esses recursos, as situações e convidei o cineasta Luís Enrique Evo da Primata filmes para fazer um vídeo do Lab Dance para ter o que mostrar para possíveis novos clientes e

parceiros do negócio. Você pode ver esse vídeo e outras informações no nosso site www.labdance.com.br.

Eu aproveitei uma situação única, utilizei os recursos gerados com o próprio trabalho para financiar o vídeo e a construção do site. Não sei quantas horas eu levei para aprender a trabalhar com a plataforma de sites do Wix para que eu mesmo pudesse criar um site do jeito que eu queria.

Não sei se eu consegui levar você comigo nessa história toda, não sei se ficou tudo claro, por que tudo aconteceu tão rápido, "tudo misturado ao mesmo tempo e agora" que até eu mesmo fiquei em êxtase naquela época. Vale lembrar que nesse meio tempo eu ainda dava conta das matérias da engenharia, do meu relacionamento, da minha família, das vinte horas de trabalhos semanais no Sesc-MG e das aulas de música e dança que eu fazia com o Mamour Ba.

Digo isso só para lembrar que eu sou do tipo de pessoa que "tenta até conseguir", sou do tipo de pessoa que "vai pra action" como diz o Gabriel Goffi, do tipo de pessoa que entende que o momento é agora!

Toda vez que eu me sentia cansado, que eu imaginava que eu estava investindo à toa eu pensava: Por que não? Eu nunca havia feito aquelas coisas. Nunca tinha conhecido tanta gente legal e inovadora num espaço tão curto de tempo e nunca tinha ouvido falar em "Prototipação", por exemplo. Aquilo tudo me instigou profundamente a continuar persistindo.

Mais tarde, neste livro, vou direto ao ponto e todas essas conexões e ações vão fazer muito sentido. E eu espero, que você possa olhar para a sua vida para identificar potenciais em você e na sua rede. Espero também que você aprenda a usar de forma efetiva esses potenciais para a realização dos seus sonhos!

Meu maior objetivo de vida é auxiliar artistas, e outros seres humanos, a se tornarem auto sustentáveis através de ferramentas de empreendedorismo. Para que eu possa fazer isso eu tenho que ser três em um:

- 1. Preciso continuar me formando como artista e exercendo a minha arte como cantor, bailarino, professor de dança e Dj;**
- 2. Preciso continuar estudando tudo o que eu puder sobre empreendedorismo, lendo o máximo que eu puder, produzindo o máximo que eu puder;**
- 3. Preciso produzir conteúdos específicos que unam essas duas áreas.**

Está aqui a minha inovação maior. Está aqui a minha contribuição o que eu quero deixar de legado. Hoje, isso se materializa neste livro, na palestra e no podcast que eu publico todas as segundas e quintas feiras pelo período mínimo de um ano (entre abril de 2016 a abril de 2017).

Eu ainda tenho muitas outras histórias para contar a respeito das conexões que eu construí por intermédio das ações relacionadas ao Lab Dance mas isso acontecerá em outro momento neste livro, vamos à terceira história.

CAPÍTULO 14

O LIVRO "A SIMBIOSE DA MULTITAREFA"

Resumo em tópicos:

- Lição aprendida com Will Smith
- Rodrigo Nascimento e Buscar ID
- Desafio [NaNoWriMo](#)
- Marcelo Toledo

Sim a terceira história é sobre este livro que você está lendo. É mais uma história de desafio altíssimo. Uma história que mostra que ir pra ação e correr riscos calculados é um caminho infalível para o sucesso.

Bom, primeiro, por que escrever um livro? Por vários motivos.

Primeiro: eu nunca fui bom em redação e escrita e tenho certeza que esse desafio poderia me ajudar a desenvolver de forma efetiva essa habilidade. Sempre conheci razoavelmente bem as regras da nossa língua por ter prestado muitos concursos. Sempre gabaritei as provas de português de todos os concursos e vestibulares que fiz. Porém para escrever uma redação mediana eu sempre tive que me esforçar descomunalmente. Como vocês já perceberam eu gosto mesmo é do movimento, da música, da dança e da matemática. Essa coisa de escrever foi algo com a qual eu nunca tive muita intimidade. Com isso, eu sempre tive um pouco de medo de ser considerado ridículo ou medo das pessoas não gostarem o que eu tenho a escrever ou dizer.

Um dos meus alvos de benchmarking (referências de desenvolvimento, aqui nesse contexto) e uma das minhas maiores referências é o ator e cantor Will Smith. Eu gosto muito das coisas que ele faz e ele me animou muito a seguir em frente sobretudo quando eu conheci um pouco mais sobre sua história. E um dos vídeos que encontrei dele e sobre ele na internet, o vi falar sobre a história que ele afirma "ter medo de ter medo". Sim, é isso mesmo. O maior pânico do senhor Willard Carrol Smith Jr, sempre foi sentir medo e a decisão dele para combater isso é GENIAL.

Ele disse em um dos vídeos que, desde muito cedo, e se ocupou em identificar as coisas que geravam medo nele e passou a enfrentá-las sistematicamente até que eles deixassem de existir ou diminuíssem drasticamente o efeito negativo sobre suas ações. Disse também que a única coisa que o diferencia das demais pessoas é que se ele "não tem medo de morrer em uma esteira de corrida". Sim, estranho né? Mas ele explica, dizendo ao apresentador, no vídeo: "Se eu e você formos colocados lado a lado em uma esteira, somente duas coisas podem acontecer: 1. Você desiste primeiro; 2. Eu morro na esteira." E completa dizendo, "É realmente muito simples! Não há nada que irá me fazer desistir de estar naquela esteira".

É ótimo ter o Will como uma das minhas referências por que eu tenho em mente essas duas coisas que ele diz. Eu procuro exterminar meus medos sistematicamente e, depois que eu coloquei algo na mente, "eu não paro enquanto eu não morrer na esteira ou eu atingir o meu objetivo".

Nesse sentido, eu sempre tive medo de nunca formar na faculdade. De não ser considerado adequado, de que as pessoas considerem ruim os meus trabalhos. E aí meu irmão e minha

irmão, eu NÃO QUERO NEM SABER. Desde o princípio desse ano de 2016, eu comecei a ir mais fundo nisso. Percebi que eu precisava me desafiar a fazer algo que realmente fosse difícil para mim e me comprometi para mais de mil pessoas em três palestras e um curso que ofereci: em 24 de setembro de 2016 eu lançarei a versão beta em formato de e-book deste livro e no dia do meu aniversário em 13 de novembro eu o lançarei definitivamente.

Por que 24 de setembro? Além de ser o aniversário do meu pai e isso ser um excelente presente, escolhi essa data porque eu fui convidado a dar cabo de um outro super desafio. Vou ser *mestre sem cerimônias* de um evento sobre marketing digital, o ID 360, que contará com a presença de mais de seiscentas pessoas no auditório do hotel Ouro Minas em Belo Horizonte. É um desafio e tanto onde eu fui convidado a conduzir o público e em cada micro inserção oferecer um pouco dos conteúdos que tenho disponíveis e ao final, terei a chance de distribuir este livro para aquela audiência na esperança de que alguns profissionais ali possam ler o livro e contribuir com feedbacks valiosos os quais eu usarei para construir a versão definitiva do meu livro que será lançada no dia do meu aniversário como um presente para mim mesmo.

Um outro motivo que me levou a escrever esse livro foi entender como eu funciono. Se eu não tiver desafios eu tendo a me acomodar e deixar "o barco à deriva". Então, o que eu mudei recentemente foi deixar de atender a desafios externos e comecei a criar os meus próprios desafios. Escrever um livro não é tarefa fácil e eu fui obrigado a ler muito mais do que eu já li em toda a minha vida. Outro medo que sempre tive, inclusive, é o de achar que eu nunca conseguiria ler muitos livros. Escondi-me por muito tempo atrás do fato de eu ser uma pessoa hiperativa que dorme quando tem que ficar sentado lendo algum livro. A minha necessidade de contribuir com meu irmão e com outros artistas me empurrou a criar o hábito da leitura tradicional de livros de papel e um outra leitura alternativa: a dos áudio books. Ainda não sou um leitor tão bom e veloz o quanto eu gostaria de ser mas já instituí há mais de um ano o hábito de ouvir repetidas vezes o mesmo audio book a fim de praticamente decorar o seu conteúdo. Recentemente comecei a ouvir com avidez os podcast do Resumo Cast e, ainda mais recentemente, comecei a me forçar a ler livros, no papel mesmo, um pouco a cada dia. Como faz o Will, nada me fará parar e muito em breve eu estarei lendo entre cinquenta e cem livros por ano.

Depois de derrubar o mito de "me sentir menor por não ter um diploma universitário", entendi que eu precisaria criar meu currículo e autoridade através de resultados e obras. Além do fato de esse livro e o meu podcast me obrigarem a estudar como nunca eu havia feito nessa vida, essas duas produções entregam valor às pessoas e gera algo que no meio do empreendedorismo chamam de autoridade. Inevitavelmente, ao produzir conteúdos com responsabilidade e constância, criamos nossa audiência esse é o maior ativo de um empreendedor, sua audiência. Se você está lendo esse livro, você pertence direta ou indiretamente ao meu ciclo de pessoas. E a cada vez que esse ciclo cresce eu ganho mais responsabilidades e também mais desafios que pelo menos no meu caso, gerarão conteúdos ainda mais consistentes para mim e para você.

Você está diante de uma realização praticamente improvável. Se você me conhecesse dez ou quinze anos atrás, provavelmente duvidaria que eu seria capaz de escrever um livro. Eu mesmo, tempos atrás, até acreditava que isso seria possível mas eu imaginava que seria

quando eu já tivesse mais de sessenta anos, nunca imaginei que faria um livro antes dos trinta anos.

Meu maior objetivo ao te contar essa terceira história, é que se você modificar em alguma medida a sua forma de pensar e agir, você estará mais perto de realizar seus sonhos do que você pode imaginar. Mesmo sendo piegas: SÓ DEPENDE DE VOCÊ E DAS SUAS AÇÕES E DECISÕES! Pense com muito carinho nisso!

Um outro ponto importante a respeito da construção deste livro é sobre um fracasso que aconteceu no percurso de sua escrita. Pesquisando sobre como escrever um livro eu encontrei um desafio anual chamado [NaNoWriMo](#) onde as pessoas se propõem a escrever uma história de duzentas páginas ou cinquenta mil palavras. Estabeleci que eu faria isso, nos trinta dias de junho de 2016. Construí uma planilha que aprendi [com um artigo](#) do Marcelo Toledo para acompanhar o progresso e advinha? Consegui escrever por apenas três dias gerando 5.973 palavras que, não é nada mal, um pouco mais que a média prevista de 1.666 palavras por dia, mas, devido a diversos compromissos, eu não consegui continuar com o trabalho. Logo percebi que com a minha rotina seria impossível, nesse momento da vida, dar cabo dessa atividade dessa forma. E aí me veio a luz. Organizei-me para ficar uma semana totalmente dedicado à atividade de escrever esse livro. Aproveitei que, em julho, a maioria dos meus alunos vão de férias. Combinei reposições de aulas com os que continuaram fazendo aulas em julho e parti para Búzios no estado do Rio de Janeiro. Sou extremamente grato aos tios da minha namorada que emprestaram uma casa maravilhosa, cercada de árvores e calmaria. Um cenário perfeito para essa tarefa. O desafio se tornou mais complexo mas eu tentei o meu melhor. Eu teria que escrever 44.000 palavras em praticamente 5 dias já que o dia de chegada e o dia de saída são praticamente perdidos por causa da logística da viagem. Isso gera aproximadamente 9.000 palavras por dia. Até esse presente momento, no final do terceiro dia, eu já consegui escrever 13.598 palavras. Pelas minhas projeções, estou diante de mais um fracasso pois nesse ritmo, vou terminar a viagem com aproximadamente 39.000 palavras. Ainda faltarão 11.000 para completar meu objetivo. E, nesse momento eu chamo mais uma vez a sua atenção para prestar atenção às perspectivas, às diferentes formas de olhar para uma mesma situação. Se o meu mindset fosse de escassez eu poderia chegar no fim da viagem triste, chateado por ter conseguido "apenas" 39.000 palavras. Mas veja, isso é muito mais do que a média proposta inicial e eu estarei ao fim da viagem, muito mais próximo de terminar o desafio nos próximos dias. Minha meta é terminar de escrevê-lo até o dia 15 de agosto, dessa forma eu terei que escrever apenas aproximadamente 400 palavras por dia para atingir esse objetivo. Descrevo essas situações para que você possa refletir sobre como podemos considerar uma mesma situação como fracasso ou sucesso dependendo de como você a enxerga.

Fechando essa história, trago novamente o conceito de "correr riscos calculados". Ainda que esteja colhendo fracassos sucessivos, dependendo do ponto de vista, o meu cronograma permite que eu cometa essas falhas. O que não pode acontecer é eu abandonar ou desistir do projeto. Eu continuo tentando e conseguindo um pouco mais a cada tentativa e, seguramente, eu concluirei meus objetivos dentro dos prazos propostos, afinal, "eu não tenho medo de morrer na esteira" como o meu admirado Will Smith.

CAPÍTULO 15

AS TRÊS PESSOAS

Resumo em tópicos:

- SpaceX, Tesla Motors e Solar City
- Lab Dance, professor de danças, Black Brothers DJ e escritor
- Seus sonhos

Agora, depois de te apresentar três histórias, quero te apresentar três pessoas.

Histórias empreendedoras, histórias de pessoas que vão poder aproximar você da “sua action” como diria [Gabriel Goffi](#). São histórias de duas pessoas malucas e a terceira, é você quem vai me dizer se é sobre um(a) maluco(a) ou não! Eu sempre brinco com as pessoas na minha palestra dizendo que eu escolhi essas três histórias por que eu as considero interessantes mas poderiam ser quaisquer outras. O importante mesmo é você se atentar para as decisões tomadas nos percursos dessas histórias. Se você observar bem, no seu contexto, será possível você tomar decisões disruptivas e audazes como as que você vai encontrar por aqui. Essa é a grande sacada!

A primeira história é sobre o visionário, jovem e inspirador Elon Musk! (REVISITAR O PODCAST 14 DO RESUMO CAST)

Aos onze anos ele criou seu primeiro jogo de computador e vendeu por 500 dólares para uma empresa sul africana.

Elon Musk é um excelente exemplo de pessoa Multipotencial que atua em alta performance desempenhando com sucesso várias multitarefas. Mais a frente no livro trago mais informações sobre o que é uma pessoa Multipotencial.

Ele é fundador, CEO e CTO da [SpaceX](#); co-fundador CEO e arquiteto de produtos da [Tesla Motors](#); co-fundador e presidente da [SolarCity](#), um dos presidentes da [OpenAI](#); co-fundador da [Zip2](#); e fundador da X.com que foi fundida com a [PayPal](#). Ufa!!! É mesmo muita coisa. Um currículo que nem parece ser de um ser humano. Parece mais um máquina. Mas calma...

O importante a saber sobre a história de Elon Musk é sobre o seu alto nível de inquietação. Esse nível o levou a melhorar os processos de pagamento online gerando o que veio a ser mais tarde a gigante PayPal. Essa mesma inquietação o fez criar a Solar City, a empresa de captação de energia solar. Também criou a SpaceX a empresa de exploração espacial que busca criar as possibilidades para que ele atinja o objetivo de chegar a Marte e gerar uma nova possibilidade de vida naquele planeta. Temos ainda a Tesla Motors uma empresa comprada por Elon em (citar o ano) que vem revolucionando o setor automobilístico nos EUA.

Existe uma simbiose fantástica presente nessas empresas. A Tesla Motors implantou até o momento (13/07/2016), 671 postos de recarga com 4.089 pontos de recarga para alimentar seus 119.000 carros vendidos até o presente momento segundo [o site da montadora](#). Boa parte dessa energia é produzida pela empresa Solarcity. A SpaceX utiliza alguns botões desenhados para os carros da Tesla em seus foguetes.

É fantástico poder ver o sonho de sustentabilidade, mobilidade e energia limpa sendo levado à frente por esse grande empreendedor. Obviamente, os movimentos de Elon são alvo de muitas críticas por diversos motivos. Um deles, é que as inovações geradas pelas

suas empresas mexem fundo em questões tradicionais as quais tem grande impacto na economia e no modo de vida dos americanos e talvez de várias comunidades ao redor do mundo.

Meu objetivo em trazer algumas informações sobre a carreira de Elon não é avaliar se seus passos como empreendedor são certos ou errados e sim, observar como a inquietação e o propósito dele o move a gerar tantos resultados nessa macro escala onde acaba gerando um poder de influência alto em mercados super consolidados como automobilístico e o da energia. É uma simples observação do que a mente empreendedora é capaz de mobilizar.

Você pode acompanhar a história dele mais a fundo [no livro](#) que tem o seu nome, escrito por [Ashlee Vance](#) ou acompanhar o resumo deste livro comentado por [Gustavo Carriconde](#) e [João Cristofolini](#) no [episódio #14](#) do Resumo Cast, um podcast que traz um resumo de um livro sobre empreendedorismo toda segunda feira.

A segunda história é sobre ninguém mais, ninguém menos do que EU MESMO! (Risos) Sim, sou uma pessoa com tendência elevada ao autocentrismo mas não há como comunicar as coisas que aprendi sem falar sobre a minha própria vida!

Noutra parte desse livro, eu detalhei bastante sobre várias iniciativas minhas e aqui vou conversar sobre algumas delas. Se você quiser saber detalhes é só visitar a outra parte do livro sobre meus empreendimentos em música e dança.

Eu e o Elon Musk temos algumas semelhanças. Nós criamos negócios e soluções diferentes e elas oferecem suporte umas para as outras. Ele tem a Solarcity, a Tesla Motors, a SpaceX além de estar envolvido na criação do Paypal. Eu, criei o [Lab Dance](#), a [Veríssimo Produções](#) (em parceria com minha irmã [Luciana Veríssimo](#)), os [Black Brothers Dj](#) (em parceria com meu irmão [Luiz Antônio](#)), a [banda Veríssimo e os Gigantes](#), sou Mestre Sem Cerimônias em vários eventos, coreógrafo, cantor, ex-estudante de engenharia, ex-estudante de educação física e eterno estudante de dança, música e empreendedorismo. Também me tornei palestrante e agora, escritor.

O **Lab Dance** foi criado pela necessidade/sonho de levar a dança a ambientes empresariais a fim de proporcionar bem estar através do compartilhamento de ferramentas ante estresse para os colaboradores (funcionários) das empresas. Nosso slogan é: “Lab Dance – Ferramentas Lúdicas Ante Estresse”.

A **Veríssimo Produções** foi criada com o objetivo de produzir meus próprios eventos. Eu poderia contratar produtores. Tentei fazê-lo mas eu percebi depois de assistir a uma palestra de [Rômulo Avelar](#), que a minha capacidade de gerar uma boa entrega de serviço seria melhor trabalhando em parceria com minha família e amigos mais próximos do que contratando alguém de fora. O Rômulo explicou que na banda O Rappa, eles resolveram desde o início, investir na formação deles e de pessoas próximas para que elas fossem se capacitando ao longo de sua trajetória em todas as áreas necessárias a um bom funcionamento da cadeia produtiva relacionada à música. O resultado foi um crescimento sustentável de longo prazo e com alto nível de sucesso. Enfim, eles não terceirizaram atividades fundamentais para o sucesso da banda. Eu fiz o mesmo, encorajei minha mãe e

minha irmã estudarem produção e elas acabaram se formando num curso superior chamado tecnólogo em gestão de eventos na universidade Estácio de Sá.

Os **Black Brothers Dj** nasceram quase incidentalmente. Eu percebi que meu irmão tinha interesse por tocar como Dj como lazer. Comecei a levá-lo pouco a pouco para os eventos em que eu era contratado. Logo, logo, ele acabou gostando muito e foi absorvido pelo negócio. Agora, já são dois anos de trabalhos juntos. A necessidade aqui era estar mais próximo ao meu irmão mais novo, o acompanhando e ensinando tudo o que eu pudesse para acelerá-lo em seus aprendizados de vida. Acelerar meu irmão também foi um dos principais motivos para a criação da palestra “A Simbiose da Multitarefa” e desse livro que leva o mesmo nome. Quando eu vejo as plateias em todas as universidades para as quais fui convidado é como se eu enxergasse meu irmão mais novo em vários rostos ali presentes.

Eu criei o evento [Clube Latino](#) em parceria com [Guilherme Veras](#) por que eu queria um evento onde meus amigos que dançavam danças de salão e os que não dançavam pudessem conviver e gostar do mesmo evento no mesmo espaço. Está vendo o poder da inquietação? Ele gera sempre a vontade de construir algo novo a partir da junção de duas ou mais ideias ou, nesse caso, festas com dois tipos de músicas de estilos totalmente diferentes. Eu havia me cansado de levar amigos da dança de salão em festas comuns e eles reclamarem: “Pô, velho! Não dá pra pedir ao Dj pra tocar pelo menos um forrozim?”. Por outro lado, meus amigos que não eram da dança de salão ao visitar os bailes, acabam fazendo-o por uma só vez e diziam depois: “Ah! Bicho! Que que eu vou fazer lá? Eu não sei dançar? O Clube Latino foi a solução encontrada para acolher esses dois públicos e mostrar para ambos as partes boas de dois tipos de festas com a simples ideia de pesquisar músicas que atendessem simultaneamente as demandas dos dois públicos. Deu trabalho mas eu e o [Dj Hugo Silva](#) em parceria com o Guilherme Veras, conseguimos excelentes resultados.

O evento [Retomè de la Danse](#) também foi fruto de uma inquietação/necessidade. Eu gostaria muito de reunir professores para que eles pudessem praticar o Benchmarking com outros professores. E queria o mesmo com Djs já que eu também sou Dj. Uma das melhores formas de estudar é aplicando essa ferramenta. Em tempo, Benchmarking segundo artigo do wikipedia (verificar melhor referência) é o processo que consiste na busca das melhores práticas numa determinada indústria e que conduzem ao desempenho superior. Obviamente não estamos falando aqui de indústrias, mas a ideia pode e deve ser aplicada. Foi uma maravilha para mim poder presenciar oito aulas diferentes de quatro professoras e quatro professores. Cada um tinha várias particularidades e soluções para problemas os quais eu passei anos tentando resolver. Se eu já tivesse tido essa ideia há mais tempo eu levaria muito menos tempo para oferecer aulas com a qualidade que eu ofereço hoje. Além disso, vendo-os dar suas aulas eu tive várias ideias pedagógicas que comecei a testar imediatamente com meus alunos. Algumas fracassaram e outras foram bem sucedidas e eu as incorporei de forma permanente nas minhas aulas.

Enfim, a inquietação da qual eu falei lá no início do livro, tem me encaminhado a executar uma infinidade de projetos de minha concepção ou ser convidado a integrar outros projetos como o [Baanko Challenge](#), o [Business Jam](#), o [Mesha Lab](#), o [ID 360](#), o [Fórum Internacional Licença Pra Ser Feliz](#), o Movimento Empresa Júnior, o Uniclown dentre outros tantos

projetos. Quero que você saiba que as três histórias que eu contei lá traz, somadas essas três pessoas que eu estou trazendo agora, vão fazer muito sentido daqui a pouquinho ali nas próximas páginas desse livro. Então, agora, deixa eu te apresentar a terceira pessoa:

CAPÍTULO 16 VOCÊ!

Sim, eu lhe apresento nesse momento: **você mesmo!!!**

Calma, antes que você me pergunte, como isso é possível, eu vou lhe dizer! Ao longo do tempo em que eu tenho oferecido a palestra "A Simbiose da Multitarefa" eu lancei uma inovação. Eu comecei a perguntar às pessoas, se elas tinham sonhos e, no caso de resposta afirmativa, elas tinham que definir os sonhos delas em uma frase. Eu já colhi mais de 100 sonhos os quais vou colocar logo aqui abaixo para você ver. Eu tenho certeza de que você irá se identificar com pelo menos um desses sonhos. Seja agora no presente ou com algum sonho que você teve no passado. Essa é a forma que eu encontrei para trazer você até às páginas desse livro e logo depois de você se encontrar com os sonhos dessas pessoas anônimas e, inevitavelmente, se reconhecer em alguns ou vários desses sonhos, a gente volta a conversar! Bons sonhos!!!

Nota: eu escolhi deixar a formatação exatamente como as pessoas colocaram no questionário!

Viver verdadeiramente bem Se tornar uma jogadora profissional **Importância** Passar na faculdade de medicina **Carreira bem estruturada** Inspirar, Empoderar e Transformar as pessoas através da Educação e do resgate da Confiança Criativa **Casa própria é tudo** Faculdade que eu amo **Ter uma vida boa com a minha formação** Sucesso **Trocar o meu pc** Busca pela felicidade **Conhecer o mundo** Consertar o que os seres humanos estão fazendo errado **Estar satisfeito com as minhas realizações** Quem acredita sempre alcança **Inovar , crescer e compartilhar** Viver todo dia como se fosse o último **Ser médica** Três sonhos, os três com nível 6: casar, terminar o mestrado e entrar no doutorado **Ajudar as pessoas a encontrar a sua plenitude** Profissional **meu sonho sempre foi ser pianista** ser rico **Fazer sempre as melhores escolhas e ser feliz com elas, seguindo sempre meus princípios** Fazer o impossível **Ser um mestre pokemon no Pokemon GO** Fazer uma viagem pelo mundo **Espcex** Conseguir ser a melhor no que faço **fazer uma boa carreira, ter uma boa condição de vida, estar perto das pessoas que eu amo e ser feliz** Ingressar nas Forças Armadas **Ser reconhecido musicalmente, compor** trabalhar com cinema de animação e artes digitais **viver sem problemas** Terminar de escrever meu livro **Mostrar que um mundo com cuidado com o outro é muito mais legal** Construir algo que impacte positivamente na vida das pessoas **Ser um excelente musico** bem sucedida / conquistar o crush **casar com um homem maravilhoso (shinmenshein)** conquistas **Jogar mainecrefiti** quero ir para a epcar **Terminar minha formação, mudar para uma cidade mais tranquila, trabalhar bem menos, viver com pouco e aproveitar a vida com coisas mais simples** Contribuir para o despertar da consciência do máximo de pessoas inclusive eu mesma, todos os dias **Casa própria** Ser pro player (ser jogador profissional de games) **Influenciar jovens a serem voluntários** meu sonho é difícil e muito trabalhoso, espero um dia chegar a sua realização **Fazer a faculdade que eu queira, sem ninguém interferindo em minha decisão** Formar na faculdade de Administração e construir meu próprio negocio **escalar o everest** Me tornar um médico para poder cuidar da saúde da população **casa propria** Conquistar meu crush **Viajar pra fora do país** piloto de motogp **Tornar conhecido**

o ecossistema de negócios de impacto em MG Que todas as crianças tenham garantido o direito de ter uma vida em família sanguínea ou afetiva **Ver o Sport ser campeão brasileiro (na série A)** Ser jogador de futebol ou militar **ser uma pessoa ativa e ter muitos filhos** Ter uma ótima profissão que me garanta uma boa vida e muito dinheiro **Tranquilidade e harmonia** ser mc **cantar é o que eu sou e o que me faz feliz** Ser boa na profissão que pretendo escolher **ser negro** Ser cercado de pessoas que eu goste e que se importem comigo **voltar para o mexico** poder trabalhar com o que eu gosto e conseguir crescer na área, simplesmente pelo meu interesse e fascínio em tal área **Ser feliz** Viajar pelo mundo espalhando arte **Vida próspera - com pessoas que valem a pena - exercendo minha profissão dos sonhos, Medicina** Sonho em me formar em Educação Física e trabalhar no meio esportivo do Sistema Colégio Militar Brasil **Conhecer a Islândia** conhecer a One Direction **Conhecer o Butão** Ser feliz, bem sucedida e aceita pela sociedade **Morar em Londres** ser feliz no âmbito de trabalho, podendo viajar pelo mundo e sobrando grana para investimentos que forem necessários ;) **viajar durante um bom tempo para onde eu quiser** Ter filhos **Meu "auto amor" de volta...** Quanto mais perto ele fica em minha mente, mais longe fica de conseguir **Amor, Paris e conhecer Biel ♥**.

Ah! Como é maravilhoso poder ver os sonhos das pessoas! Não sei qual a sua idade, nem se você é homem ou mulher, mas ao ver os sonhos eu fico tentando imaginar a pessoa de cada sonho. Imagino sua história o que ela estava sentindo quando ela resolveu compartilhar seu sonho.

Um fato interessante sobre esse movimento de "coleta de sonhos" é que alguns amigos relataram que ao se depararem com o questionário, descobriram que estavam sem sonhos. Dá para crer nisso? Eu sinceramente, considero estranho alguém viver sem sonhar. Isso é preocupante. A boa notícia é que imediatamente após se darem conta dessa situação, todos trataram de prontamente de voltar a sonhar e pensar mais profundamente sobre seus objetivos de vida =)

E, pensando nos sonhos como combustível para nos abastecer na caminhada da vida, trago um soprinho da Clarice Lispector: "O que é a vida real? Os factos? Não, a vida real só é atingida pelo que há de sonho na vida real."

Todas essas empresas que eu criei e que o Elon Musk criou, tem por trás, vários sonhos. Os nossos desejos de nos mover a partir de nossas Certezas, Incertezas, a partir de nossos Relacionamentos, nossas necessidades de sermos Significantes, de Evoluir e Contribuir estão direta ou indiretamente relacionados aos nossos sonhos.

Eu aproveito esse momento para contar a você alguns dos meus sonhos e já te agradecer por que ao ler esse livro você está contribuindo para a realização de um sonho meu.

REALIZADOS

- Ingressar no colégio Militar.
- Aprender a tocar um instrumento.
- Passar na UFMG.
- Tirar carteira de moto.
- Comprar minha primeira moto.
- Morar sozinho.

- Trabalhar com o que amo.
- Ter minhas sustentabilidade financeira atingida trabalhando com o que amo.
- Cantar com minha própria banda.
- Encontrar minha companheira de vida.
- Viajar para fora do país através da dança.
- Dar aulas de dança fora do meu país.
- Escrever um livro que seja útil para as pessoas.

EM ANDAMENTO

- Influenciar positivamente pessoas mais jovens que eu.
- Influenciar positivamente pessoas do meu ciclo íntimo.
- Posicionar o Lab Dance no cenário nacional.
- Posicionar os Black Brothers Dj no cenário nacional.
- Posicionar o Mestre sem Cerimônia no cenário nacional

A REALIZAR

- Me tornar compositor.
- Saltar de para quedas.
- Ter três filhos.
- Subir o nível profissional da classe artística de dança.
- Conhecer pelo menos 5 países da África.
- Atingir total independência financeira.
- Correr a volta da Pampulha.
- Correr uma maratona.
- Mochilão por toda a América Latina.
- Conquistar independência financeira para mim e para minha família.
- Posicionar o Lab Dance no cenário internacional.
- Posicionar os Black Brothers Dj no cenário internacional.
- Posicionar o Mestre sem Cerimônia no cenário internacional.
- Criar ou participar da criação de uma escola livre para multipotenciais.
- Lançar um curso online de baixo custo para acelerar diversos profissionais autônomos.
- Gravar um cd.
- Cantar com Criolo, Seu Jorge, Fabiana Cozza e Ivete Sangalo.

CAPÍTULO 16

VOCÊ ESTÁ SABENDO SONHAR?

Resumo em tópicos:

- Diferença entre objetivo e meta
- Desafio

Recentemente em uma de minhas palestras, eu comecei a notar um padrão que chamei de "sonhos genéricos". Veja alguns deles:

Me formar e ter uma vida confortável fazendo o que gosto Abrir o próprio negócio **Me formar e arrumar um bom emprego** Consolidar carreira e família. **Abrir minha própria empresa.** Ser reconhecido pelo que gosto de fazer: Teatro **Ser feliz, com um ótimo emprego, casando com uma pessoa que eu considere um príncipe para mim, tendo filhos e podendo estar perto de quem eu amo** Ser um engenheiro de sucesso **Fazer diferença no mundo com a profissão que amo e escolhi.**

Convido você a retomar a diferença entre os conceitos **Meta** e **Objetivo**. Longe de mim querer invalidar o sonho de alguém mas, por experiência própria, eu percebi com a história da banda Veríssimo e os Gigantes, por exemplo, que dali em diante eu transformaria meus sonhos que se pareciam com objetivos em metas.

Os sonhos descritos acima, na minha visão, são muito genéricos. Eu sinto que isso diminui drasticamente a força de realização desses sonhos. Se você conseguir transformá-los em metas, será capaz de criar na sua mente uma visualização bastante verossímil.*** Se você é capaz de imaginar, se é capaz se forçar a se sentir como se já tivesse realizado aquele sonhos as suas chances de realmente alcançá-lo aumentam consideravelmente.

Que tal mais um exercício agora? Pegue papel e caneta ou use qualquer meio para anotar. E vamos ao nosso exercício em 6 passos:

1. Escreva 5 sonhos
2. Determine prazos factíveis*** para a realização desses sonhos.
3. Avalie se há espaço na sua vida, neste momento para dar cabo desse plano que você construiu.
4. Faça um pensamento reverso anotando os passos para a realização desse sonho até chegar à sua condição atual.
5. Comprometa-se publicamente com esses prazos. (depois disso, não tem volta
6. Se sua avaliação for positiva, **comece já**. Senão, reflita e reveja suas prioridades.

Para ficar bem legal o nosso exercício, vou pegar 5 sonhos que eu disse que tenho ali em cima e vou fazer o exercício para deixar aqui como exemplo.

5 sonhos

1. Me tornar compositor.
2. Saltar de para quedas.
3. Ter três filhos.
4. Correr a volta da Pampulha.
5. Lançar um curso online de baixo custo para acelerar diversos profissionais autônomos.

Prazos factíveis

1. Até 13 de novembro de 2017.
2. Até agosto de 2017.
3. Até 2023.
4. Até dezembro de 2017.
5. Até Julho de 2017.

Compromisso público

Acabei de fazê-lo ao registrar os sonhos e os prazos nesse livro.

Pensamento reverso

1. Para me tornar compositor o que **eu** é necessário?

- a. Estudar técnicas de composição literária.
- b. Dominar minimamente algum instrumento musical harmônico.
- c. Aumentar o volume de leitura de livros de poesia e literatura.
- d. Escrever pelo menos um verso por dia durante no mínimo seis meses sem me importar se são bons ou ruins.

2. O que é necessário para saltar de paraquedas?

- . Encontrar uma data disponível
- a. Ir a Brumadinho no Topo do Mundo.
- b. Ter o recurso financeiro necessário.

3. O que **eu** considero necessário para ter três filhos?

- . Encontrar alguma outra maluca que tope fazer isso.
- a. Morar junto dessa pessoa.
- b. Estabelecer base financeira de no mínimo R\$6.000,00 por mês para ter um filho.
- c. Mínimo R\$8.000,00 para ter dois filhos.
- d. Mínimo de R\$10.000,00 para ter três filhos.
- e. Estar disposto a encarar um empreendimento do qual não se pode desistir.
- f. Fazer isso mesmo sabendo que muitas coisas vão dar SUPER errado no caminho.
- g. Amar essa possibilidade mesmo assim.

4. Correr a volta da Pampulha, o que é necessário.

- . Encontrar um treinador.
- a. Montar um treino que possibilite a realização desta tarefa em 2017.
- b. Ter disciplina para executar os treinos.

5. O que é necessário para lançar o curso online?

- . Pesquisar e determinar meu público alvo.
- a. Ter habilidade para gravação de vídeos.
- b. Construir uma boa lista de leads através da distribuição gratuita de conteúdos relevantes que tenham consonância com os assuntos do curso.
- c. Desenvolver conteúdos que realmente resolvam pelo menos três problemas enfrentados cotidianamente pelo público alvo.
- d. Testar o curso com um público convidado, esse público deve ser o mais diverso possível.
- e. Colher feedbacks.
- f. Melhorá-lo.
- g. Lançar a primeira versão paga na data estipulada.

Avaliação

- 1. Positiva
- 2. Positiva
- 3. Positiva
- 4. Positiva
- 5. Positiva

Nossa senhora! Você viu o que eu acabei de fazer? Eu me comprometi com você e vou botar todos esses projetos em ação. Eu acabei de me obrigar a fazer isso.

Existe uma mágica muito poderosa nisso. É algo surreal! Você vai sentir o que estou falando quando se desafiar a fazer coisas do tipo. Eu mesmo acabei de me impressionar com esse exercício. Enquanto eu imaginava e escrevia todos esses detalhes, eu, por vários momentos, foi capaz de me sentir dentro desses sonhos, já como se estivesse realizando-os. É algo realmente totalmente fora do comum. Aproveito para te agradecer mais uma vez.

Se você está lendo isso, você acaba de entrar para um grupo de pessoas com o qual eu me comprometi a realizar esses sonhos. Se quiser, envie sua lista de sonhos pra mim para que eu também integre o grupo de pessoas com as quais você se compromete a realizar seus sonhos: empreendedorartista@gmail.com

SEÇÃO 3 - DIRETO AO ASSUNTO

CAPÍTULO 17 A SIMBIOSE DA MULTITAREFA

Depois de te apresentar as três histórias e as três pessoas, e falarmos sobre os sonhos, está na hora de falarmos sobre o que deu nome a esse livro e à minha palestra. Afinal, o que é isso que eu chamo de "Simbiose da Multitarefa"?

Para iniciarmos essa reflexão vou lançar mão de um recurso bastante antigo! Vamos ao dicionário para ver o que encontrarmos a respeito dessas duas palavras.

Segundo o dicionário Aurélio, **Simbiose** significa:

1. Associação recíproca de dois ou mais organismos diferentes que lhes permite viver com benefício.
2. Vida em comum; intimidade entre duas pessoas.

Ainda segundo o dicionário Aurélio, **Multitarefa** significa:

1. Diz-se de sistema operacional que é capaz de executar **simultaneamente duas ou mais aplicações** ou realizar duas ou mais tarefas simultâneas.

Depois de olhar bem para esses significados eu convido você a pegar um papel, caneta ou lápis ou até mesmo o seu celular ou computador para fazermos um breve exercício em três fases.

Fase 1: separe o seu espaço de anotação em três colunas. Coloque os seguintes títulos no topo de cada coluna:

1. Estudo / Formação 2. Trabalho / Mão na Massa 3. Pessoal / Particular

Na coluna 1, você vai colocar todos os seus movimentos realizados para adquirir sua formação profissional sejam elas acadêmicas ou não, para exemplificar, aqui vai a minha coluna 1:

- Colégio Militar de Belo Horizonte
- Engenharias
- Educação Física
- Preparatório Tribunal de Justiça
- Preparatório Epcar/Colégio Naval
- Preparatório Espcex
- Curso de Dragon Dreaming

- Design Thinking
- ResumoCast
- PRODAEX (programa de dança experimental EEFFTO-UFMG)
- Business Jam
- Pedagogia do Movimento para o ensino da dança
- Curso de profissionalização interna da Mimulus
- Semana da Dança Mimulus (três edições)
- Facebook e Snapchat para Negócios
- Curso de Clown

Na coluna 2, você vai colocar todos os trabalhos que você já executou, todos os empregos que você teve e projetos dos quais você participou. Para exemplificar, aqui vai a minha coluna 2:

- Lab Dance
- Veríssimo Produções
- Black Brothers Dj
- Professor de Danças
- Retomè de la Danse
- Assistente administrativo na Prefeitura de Belo Horizonte
- Sesc-MG, Sindieletro e Escola da maturidade UNA
- Mimulus
- Baanko Challenge
- Tio Flávio Cultural
- Entregador de jornal (por três dias)
- Fórum Internacional Licença Pra Ser Feliz
- Clube Latino
- Podcast Veríssimo
- Palestra e Livro "A Simbiose da Multitarefa"
- Veríssimo e os Gigantes
- Balanço à 5
- Mesha Lab
- PRODAEX (programa de dança experimental EEFFTO-UFMG)
- ID 360
- Mestre sem Cerimônias
- Produtor Cultural
- Artista Empreendedor

Na coluna 3, você vai colocar todos os seus núcleos de relacionamento. Para exemplificar, aqui vai a minha coluna 3:

- Pais
- Avós
- Amigos
- Namoradas
- Professores e professoras
- Professores e professoras que viraram amigos
- Primos

- Colegas de trabalho
- Colegas de estudo

Agora, que vocês fez este exercício, vamos para a **fase 2!**

Olhe bem para as suas anotações e comece a se lembrar de várias coisas que você aprendeu com cada um desses pontos que estão aí sejam eles da coluna que forem.

Pense bem!

Agora, para fecharmos esse exercício, na **fase 3** comece a fazer o cruzamento de conteúdos e aprendizados que você levou para aplicação de uma coluna para outra, formando uma grande rede que constitui o conhecimento que você hoje sobre a vida!

Pois bem, é nesse emaranhado que está o que chamamos de a "Simbiose da Multitarefa"! É incrível o quanto aprendemos nas mais diversas situações e eu vou agora, compartilhar vários aprendizados que eu colhi nos mais diversos pontos da minha lista e vou comentar um pouco sobre a influência e aplicação de alguns deles quando aplicados em outras colunas da minha lista!

CAPÍTULO 18

O QUE EU APRENDI COM O RUFINO?

O Rufino foi um dos meus maiores e melhores professores de vida. Quem é Rufino? Eu lhe conto...

Em janeiro de 2009 eu estava trabalhando na prefeitura de Belo Horizonte entre meio dia e seis da tarde e estava de férias da faculdade de Educação Física. Tive a notícia de que havia um trabalho de entregador de jornal cujo salário era maior do que o que eu tinha e trabalhava-se apenas duas horas por dia entre 5h e 7h da manhã. Achei essa notícia interessante e resolvi testar nas férias. Se fosse mesmo legal eu poderia sair da Prefeitura e aproveitar melhor o meu tempo. Além disso, eu já estava bastante desestimulado a trabalhar na Prefeitura.

Pois bem, fui ao local no bairro Prado e me candidatei à vaga. O gerente disse que eu treinaria para ser o folguista. Minha tarefa inicial seria aprender a rota de seis entregadores para que eu pudesse cobrir as folgas deles. Disse para eu começar pela rota de Betim que estava sem folguista há mais de três anos. O Rufino, que cuidava dessa rota, foi encarregado de me ensinar o caminho no meu período de experiência de três dias. E disse mais: "o período de experiência aqui é sem compromisso. Se você passar e continuar eu pago a gasolina e o salário dos dias de experiência. Se não, fica como um investimento seu e eu não te devo nada." Apesar de considerar isso um pouco estranho, eu aceitei e fui para os testes.

No primeiro dia eu estava lá super empolgado às cinco da manhã para ir aprender a rota com o Rufino que eu acabara de conhecer. Às 8h30 da manhã e saí de Betim retornando para casa e, não sei se você percebeu a carga horária já chegava próximo ao dobro prometido que era de duas horas por dia. Vai vendo!

No segundo dia, eu fui parar lá no galpão, virado, sem dormir. Tinha ido à casa de uns amigos que também estavam de férias da faculdade e decidi que ia trabalhar sem dormir. PERIGO! Foi uma das piores decisões da minha vida. Perdi a conta de quantas vezes me vi pilotando a moto de olhos fechados. Coloquei a minha vida em risco várias vezes naquele dia. Foi mais uma daquelas atitudes irresponsáveis próprias de comportamentos adolescentes que passam pela "Síndrome do Super Herói". Eu pensei: "é claro que eu dou conta!". E não dei...

No terceiro dia, o Rufino, no meio da rota resolveu me parar e conversar comigo. Ele já sabia dos meus planos e viu que eu estava insatisfeito com a Prefeitura e, nesse momento, me deu um dos maiores presentes que eu já recebi na vida. Ele me contou sua história de vida...

O Rufino, com seus quarenta e nove anos, estava há três anos sem ter uma folga sequer. Subindo todo santo dia naquela moto, com chuva ou sol, com dores, com saudade de casa, em feriados e fins de semana. Além de trabalhar nesse emprego ele era caixa de um supermercado em outro momento do dia.

A sua espera em casa tinha esposa e três filhos e no fim do mês as contas não estavam fechando. Veja bem! Ele me disse que, vinte anos atrás, mais ou menos, ele tinha um emprego estável parecido com o meu, na COPASA (empresa de saneamento básico e tratamento de água de Minas Gerais). Ele, insatisfeito, quando tinha férias, décimo terceiro, plano de saúde resolveu trocar o emprego dele por um outro que prometia trabalhar menos e ganhar mais, mas sem garantias - você já ouviu essa história não é? Pois bem, o Rufino me aconselhou como um pai e disse: "Lucas, você parece ser um menino abençoado. Eu sei que você não está gostando na Prefeitura mas repense. Eu tenho certeza que lá é melhor do que aqui! Não largue esse emprego para vir trabalhar como entregador. Eu te peço por mim. Eu fiz isso e me arrependo todos os dias!"

Parece até coisa de filme, depois desse dia eu nunca mais vi o Rufino na vida. Não sei o que foi feito dele embora eu quisesse encontrá-lo outra vez para agradecer. Depois desse dia, retomei fôlego e ainda permaneci na Prefeitura por dois anos. Ainda insatisfeito mas sendo muito mais grato pelo emprego que eu tinha e juntando energia para investir nas coisas que eu realmente amava.

O Rufino foi como um anjo. Ensinou me coisas as quais eu sinto que ainda nem sou capaz de processar. E, nesse caso, me mostra como é importante nós irmos para ação. Se eu não tivesse me lançado nessa aventura, eu nunca o teria conhecido e talvez levasse mais alguns anos para amadurecer o que eu amadureci em apenas três dias ao seu lado. Essa tal "Simbiose da Multitarefa" muito tem a ver com os aprendizados que colhemos onde menos esperamos enquanto estamos "na nossa action" fazendo aquilo que sentimos que devemos fazer em casa momento das nossas vidas. Se você não sai do lugar, aprendizados riquíssimos como esses nunca são possíveis.

Rufino, onde quer que você esteja, eu lhe envio meu mais puro agradecimento e torço para que você esteja muito bem com seu trabalho e sua família.

CAPÍTULO 19

EXISTE UM LUGAR PARA ESTUDAR?

Eu pergunto, eu respondo: NÃO!

Se você ainda tem a ideia de que o estudo só se faz de uma única maneira e um lugar como o banco de uma universidade ou escola, está mais do que na hora de rever esse pensamento. Eu tive uma das minhas maiores lições de vida com o Rufino. Eu aprendi muito com os erros. Aprendi muito, mas muito mesmo criando e gerindo a equipe técnica que cuidou do lançamento do [I Fórum Internacional Licença Pra Ser Feliz](#). Eu ouço, toda segunda feira, o [Resumo Cast](#), eu estou completamente viciado no kindle. Estou conseguindo ler um livro a cada quinze dias e pretendo passar para um livro a cada semana em breve. Eu aprendi num nível muito absurdo nas vivências práticas e teóricas do [Business Jam](#), [Baanko Challenge](#) e [Mesha Lab](#). E TED? Nossa senhora! Quantas palestras eu assisti? Perdi a conta. Tive acesso a muitos e maravilhosos artigos científicos super modernos e atuais que vão demorar para estarem nos livros só por que eu comecei a pesquisar sobre as produções acadêmicas de vários palestrantes TED e TEDx. Fica a dica!

CAPÍTULO 20

O REPERTÓRIO DA MULTITAREFA

Se tem algo que a multitarefa proporciona é a ampliação do seu "repertório criativo".

CRIATIVIDADE = IDEIA + AÇÃO

INOVAÇÃO = CRIATIVIDADE + RESULTADO

Como diz o amigo João Cristofolini, nada se perde, nada se cria, tudo se COMBINA. E as grandes e boas ideias vem exatamente da junção e propriedades existentes em áreas de conhecimento diferentes.

Se você circula por mais de um meio, você tende a se tornar hábil a identificar problemas nesses meios e ao mesmo tempo também se torna hábil a enxergar novas conexões de conteúdos e pessoas para criar soluções para os problemas identificados.

Segundo Edgar Morin, pensador francês escritor do livro "Os sete saberes necessários à educação do futuro", notamos que:

diante dos problemas complexos que as sociedades contemporâneas hoje enfrentam, apenas estudos de caráter **inter-poli-transdisciplinar** poderiam resultar em análises satisfatórias de tais complexidades.

Isso fundamenta, de maneira clara e objetiva, o valor positivo da multitarefa que, foi na minha trajetória, chamada por muito tempo de "falta de foco".

É importante notar que na atualidade, com tantos conteúdos disponíveis, é mesmo muito difícil saber o que consumir. Essa questão, levou Mário Sérgio Cortella a escrever em parceria com Gilberto Dimenstein, o livro "A Era da Curadoria - o Que Importa É Saber o Que Importa!" o qual eu recomendo muito a leitura. E, quando você não sabe o que importa,

é compreensível que você caia mesmo num comportamento desfocado que gera pouco ou nenhum resultado expressivamente positivo de longo prazo.

Por algum motivo, que eu mesmo ainda desconheço, eu acabei, meio sem querer me colocando em diversas **ideias e negócios amplamente complementares**. Pois veja aqui alguns exemplos.

Estava eu fazendo um curso de [Dragon Dreaming](#), quando conheci uma engenheira da CEMIG, ela era minha colega de curso a Maria Helena Barbosa que contribuiu com um texto neste livro. Na roda de apresentações das pessoas participantes do curso, eu disse o que fazia e duas semanas mais tarde ela se tornou minha aluna particular de danças. Ela gostou do meu trabalho e indicou outra aluna, a Maria Silvia. E veja bem essa história. Eu fui a um curso para me capacitar e eu jamais imaginei que ali seria o ponto de contato para chegar a duas das minhas mais fiéis alunas. Além disso, ela apresentou o Lab Dance para gestores da CEMIG e eles contrataram nossos serviços para um dia de imersão que realizaram no primeiro semestre de 2016. Você viu o que aconteceu aqui? É um exemplo muito claro de que nós demos nos colocar em circulação. Buscando novos conteúdos ainda que não saibamos com certeza do que eles nos servirão. Do Dragon Dreaming propriamente dito, eu tirei poucos benefícios diretos mas eu sigo colhendo excelentes aulas, conversas e recursos financeiros com essas duas maravilhosas pessoas que amam e indicam meu serviço como professor de danças e com o Lab Dance. Continuo estudando o Dragon Dreaming e aplicando alguns de seus conteúdos em meus projetos. Tem sido bem proveitoso.

Um outro exemplo é que por várias vezes eu fui coreógrafo e Dj contratado por casais em suas festas de casamento. Em algumas vezes eles descobriram que eu era professor de danças por terem me visto sendo Dj em uma festa de casamento de algum amigo. Por outras vezes descobriram que eu era Dj por eu ter sido o coreógrafo de algum casal de amigos. Você vê que aqui não há nenhuma falta de foco? Muito pelo contrário? Há o máximo da SIMBIOSE DA MULTITAREFA!

Eu poderia citar ainda outros tantos exemplos colhidos em minha vida porém o que quero dizer é que o que você precisa fazer é investir um tempo e talvez algum dinheiro, tentando descobrir qual é o seu propósito, seu drive, aquela coisa que você faria ganhando dinheiro ou não. Aquela coisa que você faria pelo resto da vida e eu te digo. Essa coisa existe e basta você se colocar em movimento para encontrá-la.

CAPÍTULO 21

O QUE É UM MULTIPOTENCIAL?

O título desse livro nasceu de uma busca totalmente empírica. Convidaram-me para contar meu histórico empreendedor para jovens do Movimento Empresa Júnior de Minas Gerais no dia 21 de maio de 2016 na UFVJM em Diamantina. Observando a minha própria trajetória cheguei a esse nome numa madrugada anterior ao dia da palestra enquanto finalizava os últimos detalhes da apresentação.

Até então eu não sabia da existência do conceito "multipotencialite"; Multipotencial em português. Eu também não fazia ideia de que a multitarefa é um resultado alcançado por

1

peessoas multipotenciais. Nesse momento eu vibrei sozinho na cadeira e "me dei uma estrelinha" por ter criado para mim mesmo o desafio de escrever esse livro. Por que? Porque eu tive a felicidade de descobrir, já na fase final de escrita, algo que me trouxe muita paz e liberdade. Eu enfim descobri o que sou nessa vida. Descobri que eu NUNCA MAIS sofreria por não ter terminado a faculdade, nunca mais sofreria ao ter que me apresentar para as pessoas e dizer as 48 mil coisas que eu faço. Descobri que eu não precisaria mais ter medo de ser considerado arrogante por me atrever a fazer tantas coisas diferentes. Descobri que esse mundo é maravilhoso por ter nos trazido Emilie Wapnick, Barbara Sher, Rafaela Cappai dentre outros anjos confortadores de mentes multipotenciais.

O que é um Multipotencial? (*What is a multipotentialite?*)

An educational and psychological term referring to a pattern found among intellectually gifted individuals. [Multipotentialites] generally have diverse interests across numerous domains and may be capable of success in many endeavors or professions, they are confronted with unique decisions as a result of these choices.

Aqui vai uma tradução livre e já com um toque da minha interpretação sobre o conceito: Um termo educacional e psicológico que se refere a um padrão encontrado entre indivíduos dotados. [Multipotenciais] geralmente possuem interesses diversos em vários assuntos e são capazes de obter sucesso em diversas atividades e profissões. Como resultado desses sucessos, acabam, inexoravelmente***, confrontados com a necessidade de tomar decisões que por consequência querem dizer, na prática, a obrigatoriedade de renúncia a alguns de seus múltiplos interesses.

Trago ainda uma outra definição, de Tamara Fisher:

Multipotentiality is the state of having many exceptional talents, any one or more of which could make for a great career for that person. Gifted children often (though of course not always) have multipotentiality. Their advanced intellectual abilities and their intense curiosity make them prime candidates for excelling in multiple areas. This can be both a blessing and a curse. On the bright side, they have many realistic options for future careers. But on the downside, some of them will struggle mightily trying to decide which choice to make. Particularly in the last couple years of high school and the first couple years of college, this monumental decision with so many great possible outcomes can be a source of debilitating stress. The choice is "exhausting and stressful," as one of my students said this year.

E a tradução com um toque e interpretação mais uma vez:

Multipotencialidade é o estado de se ter muitos talentos excepcionais, para essas pessoas qualquer carreira ou várias delas poderiam ser uma boa escolha. As crianças bem dotadas intelectualmente, muitas vezes (embora, naturalmente, nem sempre) apresentam multipotencialidade. As suas capacidades intelectuais avançadas e sua intensa curiosidade torna-as os principais candidatos para a excelência em várias áreas. Isso pode ser tanto uma bênção e uma maldição. Pelo lado positivo, eles têm muitas opções realistas para futuras carreiras. Mas o lado negativo, alguns deles vão lutar poderosamente tentando decidir qual escolha devem fazer. Particularmente nos últimos dois anos do ensino médio e os primeiros dois anos de faculdade, esta decisão monumental, com tantos grandes resultados possíveis, pode ser uma grande fonte de estresse. A escolha é "desgastante e estressante", como um dos meus alunos disse este ano.

Pesquisando, sobre o assunto e este conceito, encontrei excelentes referências e tive meu trabalho acelerado pela [Tatiana Marx](#) uma super multipotencial que gravou uma série de três vídeos com muitas informações legais as quais eu compartilho agora.

No primeiro vídeo dessa série ela apresenta uma lista de características positivas sobre os multipotenciais. Eu os transcrevi aqui e acrescentei meus comentários.

Não necessariamente as pessoas que se identificam como sendo multipotenciais apresentam todas essas características. Elas constroem um arquétipo*** e por isso, você pode se identificar com algumas dessas qualidades mas não é necessário que todas sejam encontradas na sua pessoa para que você se considere um multipotencial. Vamos às características reunidas pela pesquisa da Tatiana Marx misturados com meus comentários.

Os multipotenciais são:

- Multiapaixonados:
 - Gostam mesmo, de verdade, de estudar coisas muito diferentes entre si. São apaixonados por coisas diferentes a ponto de querer trabalhar com tais coisas.
- São muito curiosos.
- Possuem um repertório amplo por decorrência de suas múltiplas paixões.
- São como uma usina de ideias. São muito criativos e encontram **interseções entre assuntos completamente diferentes. E essas ligações geram inovação. Encontram conexões improváveis.**
- São multiprofissionais.
- Criam o próprio mercado ou profissão por que invariavelmente trabalham com coisas que eles mesmos criamos, (por exemplo, o Lab Dance). Coisas que combinam vários de seus potenciais ao mesmo tempo gerando negócios bastante específicos e inovadores.
- Colocam ideias em prática mesmo em fase beta.
 - Esse livro foi lançado em fase beta em 24 de setembro. E seu lançamento definitivo foi marcado para o dia 14 de novembro de 2016. A ideia é usar a opinião dos primeiros leitores para aprofundar pesquisas e reorganizar os conteúdos.
 - Geralmente as pessoas tendem a pesquisar e se especializar antes de colocar em prática. Os multipotenciais tem fome de colocar em prática. ELES COMEÇAM SEM ESTAREM PRONTOS. APRENDEM NO CAMINHO.
- São hardwork, trabalham muito.
- Possuem uma extrema capacidade de adaptação.
- Possuem um amplo espectro de conhecimento, generalista não aprofundado.
- Praticam o *Apreendedorismo*. Empreendem através dos próprios conhecimentos e usam as experiências e empreendimento como fontes de aprendizado constante.
- São seres híbridos em suas áreas de conhecimento.
- São movidos a desafios, e seus desafios nem precisam sair das pessoas ou projetos. Eles mesmo criam desafios para si como fiz com minha banda, com podcast, o canal no Youtube e com esse livro que você está lendo.
- Multipotencial se entedia facilmente. Precisam de desafios constantes para que continuem em movimento. Estão, quase sempre, operando fora da nossa zona de conforto.

- Conquistam as coisas em pouquíssimo tempo. São conquistadores natos. As pessoas, em geral, levam muito mais tempo do que eles para atingir objetivos por que eles simplesmente se colocam em ação.
- Temos facilidade a entrar no flow. (o estado de flow é atingido quando a habilidade e o desafio de um projeto ou atividade são de alto nível)
- Possuem uma facilidade em recomeçar as coisas. Não por estarem sempre começando de novo. Mas sim por terem ampla facilidade de lidar com adaptações inexoráveis impostas pelas mudanças imprevisíveis da vida.
- POSSUEM MUUUUUUITA ENERGIA, geralmente canalizada para o intelecto. Mas aqui eu faço um parêntese. Vários outros amigos que são multipotenciais sempre me relataram esse problema. De ter o intelecto a mil por hora e isso provocar incômodos como insônia, estresse, estafa mental, dores de cabeça dentre outros. O fato é que eu não sofro de nenhuma dessas coisas muito provavelmente por que um dos meus trabalhos é ligado ao corpo. Meu corpo está sempre em movimento e isso resulta no *estado corporal aterrado*. Esse estado pode ser alcançado através de práticas como dança, yoga, lutas e outras artes corporais. Isso significa que, por estarmos em dia com nossas atividades físicas, conseguimos equilibrar bem nossa atividade mental dando vazão para várias tensões através do movimento, deixando nossa mente sempre saudável e com uma enorme capacidade de processamento de informações; algo que é extremamente valioso para quem trabalha tanto. Eu tenho esse trunfo mas qualquer um pode ter usando por exemplo, o recurso da meditação, e tendo uma rotina que tem uma atividade física equilibrada com boa alimentação! Fica a dica! (sigamos com a lista)
- São multi hábeis. Consequência direta de seus múltiplos interesses.
- São autodidatas. Nenhum curso ou universidade os comporta com plenitude. Disso decorre que praticamente só conseguem aprender as coisas por si próprios e vão montando seu conhecimento pincelando conteúdos de interesse em várias áreas de conhecimento.
- São GENERALISTAS! Adoram aprender. Sempre estão extremamente interessados nos conteúdos e nas pessoas.
- Aprendem rápido.
- São pesquisadores, trabalhamos com tesão!
-
-

PONTOS DE ORGULHO

- Quando você tiver percepção da máquina que você pode ser ou da que você vai se tornar a partir de perceber seu potencial, você vai ter muito orgulho.
- LEONARDO DA VINCI, STEVIE JOBS,
- Produtos da polishop são multipotenciais.

Segundo uma outra referência, a [Milena Rangelov](#), Todas essas características acima podem ser condensadas em outras 7:

1. São **criativos**.
2. Possuem **mentalidade aprendiz proativa**.
3. Aprendem **rapidamente**.
4. Se tornam **indispensáveis**.
5. Enxergam a **big picture*****

6. São **interessantes**.
7. São **atraentes**.

Segundo [Emilie Wapnick](#), nós multipotenciais temos ainda três super poderes:

1. **Poder de síntese**
Como já dito acima, nós temos a habilidade de juntar dois ou mais campos de conhecimento e gerar uma ideia, negócio ou movimento que mora na interseção dessas áreas de conhecimento. A INOVAÇÃO NASCE NAS INTERSEÇÕES
2. **Rapid Learning**
Aprendizado acelerado sobretudo pela aplicação da habilidade do “Aprendizado pro Transferência” (veja mais no próximo capítulo)
3. **Adaptabilidade**
Por circularmos por diversas áreas, somos extremamente hábeis em ter por exemplo a habilidade de ter vários discursos no nosso idioma. Podemos com facilidade nos integrar em uma conversa com uma criança ou com uma figura de autoridade em um evento corporativo. Esse tipo de transição busca é realizado com muita tranquilidade por quem é multipotencial. Nós sentimos à vontade em muitos ambientes.

SE NÓS SUCUMBÍSSEMOS À PRESSÃO DO FOCO POR APENAS UMA ÁREA, NÓS TERÍAMOS PERDIDO ESSAS TRÊS FANTÁSTICAS HABILIDADES.

O século 21 traz consigo a complexidade que abarca a todos os processos da humanidade. Edgar Morand, estudioso de temas da complexidade, relata isso em várias de suas obras e nós precisamos nos treinar para estarmos **adaptáveis a aprender rápido** e começarmos a criar soluções "fora da caixa" a partir da nossa **habilidade de síntese** entre duas ou mais áreas de conhecimento.

Não há nenhum problema em não ser um multipotencial. Ao contrário, o mundo precisa e continuará precisando dos especialistas. Reside no encontro entre especialistas e os multipotenciais a força criativa que é capaz de oferecer respostas sustentáveis para os desafios que a atualidade e os próximos anos nos trarão. Equipes de trabalho podem atingir a hiper produtividade ao aproveitarem a simbiose presente no encontro desses dois tipos de pessoas.

[Emilie Wapnick](#) oferece [uma palestra de doze minutos](#) no [TEDx Bend](#) a qual eu preciso que você assista, sobretudo para ver sua mensagem final. Primeiro em inglês para você não perder nada por causa da tradução e também com uma tradução livre logo abaixo:

"Embrace your inner wiring, whatever that may be. If you are a specialist at heart, then all means, specialize. That is where you will do your best work. But to the multipotentialites in the room, including those of you who may have just realized in the last twelve minutes that you are one, to you I say: embrace your many passions. Follow your curiosity down those rabbit holes. Explore your intersections. Embracing our inner wiring leads to a happier, more authentic life, and perhaps more importantly: multipotentialites, the world needs us!"

Tradução livre: "abraçe sua pulsão interna, seja ela qual for. Se você é um especialista, de coração, siga isso. Busque, em todos os meios, se especializar. Dessa forma você vai fazer

o seu melhor trabalho. Mas, para os multipotenciais na sala, incluindo aqueles que tenham percebido que o são, apenas nos últimos doze minutos, eu digo: abrace suas múltiplas paixões. Siga a sua curiosidade que te leva ao fundo daqueles buracos de coelho (citando Alice no País das Maravilhas). Explore suas interseções. Abraçando a nossa pulsão interna levamos uma vida mais feliz, mais autêntica e talvez, o mais importante: multipotenciais, o mundo precisa de nós!"

Emilie Wapnick

Como tudo nesse nosso mundo é dual, esse arquétipo dos multipotenciais também tem seus pontos de dor, suas desvantagens, pontos os quais devemos manter sob vigilância para nos mantermos saudáveis e produtivos.

OS PONTOS DE DOR DOS MULTIPOTENCIAIS

- Insatisfação constante.
- Ingratidão por tudo que já foi conquistado.
- Sente-se muito fora do padrão.
- Dificuldade de focar. Que não é escolher uma coisa só.
- Tendência à depressão.
- Fica entediado com facilidade.
- Sente-se incompreendido. Quando nos apresentamos somos considerados metidos.
- Nos enfiemos em coisas para as quais não somos convidados.
- Sente-se sem valor e sem reconhecimento.
- Geralmente não é levado a sério e muitas vezes ele próprio não se leva a sério.
- Sente-se deslocado no mercado. Não encontra uma função que o acomode bem.
- Não se enquadra no modelo de trabalho industrial.
- É ansioso.
- Vive muito cansado. Muitos tem síndrome da fadiga crônica.

Em diversos lugares que frequento, vários amigos brincam comigo dizendo frases do tipo:

"o Lucas é ligado no 220 volts";

"o Lucas pode comer o que quiser, ele dança o dia inteiro";

"a energia do Lucas nunca acaba, ele tá sempre animado!"

É muito bom ver as pessoas falando esse tipo de coisa. Eu me sinto muito feliz e percebo que eu levo boas energias para os lugares, sempre!

E se eu lhe disser que isso não é um acaso? Se eu lhe disser que há como hackear a felicidade usando o seu corpo?

Ao pesquisar sobre os multipotenciais eu fiquei extremamente feliz por perceber que eu tenho vários de suas qualidades e que eu tenho me tornado imune há vários dos seus pontos de dor em decorrência do meu trabalho corporal e de outras práticas que eu tenho adquirido nos últimos anos. Vou escrever novamente todos os pontos de dor dos multipotenciais e vou escrever ao lado, o que eu tenho feito para combatê-los.

- **Insatisfação constante.** Eu já não sou pego por esse problema há muitos anos. Aprendi a sempre checar a minha realidade e a ser grato por tudo que me acontece diariamente. Essa é uma das melhores formas de hackear a felicidade. Experimente ao final do dia, procurar três coisas boas que lhe aconteceram e sinta-se grato por

elas. Se elas tiverem sido proporcionadas por alguém conhecido, expanda a experiência e externar sua gratidão por essa pessoa no momento presente ou na próxima vez que a encontrar! É uma delícia fazer isso!!!

- **Ingratidão por tudo que já foi conquistado.** Tornei-me imune a isso pelo mesmo motivo exposto acima.
- **Sente-se muito fora do padrão.** Quando você encontra grupos e pessoas que estão buscando o mesmo que você essa dor diminui muito. Tendo em vista o que eu tenho experienciado até o momento, essa dor nunca nos abandonará. Sempre haverá ambientes onde me sentirei deslocado. O que posso fazer é aumentar minha resistência emocional para ter mais força para suportar esses ambientes. Não me parece possível eliminar completamente essa dor. Faz parte do jogo!
- **Dificuldade de focar. Que não é escolher uma coisa só.** Tenho resolvido esse problema criando desafios que me obrigam a focar. Ter prometido a mais de mil pessoas que esse livro seria pré lançado no dia 24 de setembro de 2016 foi algo que me faz focar absurdamente. Eu encontrei esse mecanismo. Se você continuar buscando o autoconhecimento, tenho certeza que também vai encontrar formas saudáveis e inteligentes para manter seu foco
- **Tendência à depressão.** Por me movimentar diariamente através da dança eu sou praticamente imune a esse problema. A depressão é algo que sofre grandes influências fisiológicas e não apenas mentais e emocionais. Ao me movimentar de forma tão prazerosa, todos os dias, fica praticamente impossível ser pego pela depressão. Obviamente tenho meus momentos de dor, solidão e tristezas mas nunca cheguei ao ponto de ser ameaçado por esse problema. Salve a Dança!!!
- **Fica entediado com facilidade.** A única forma que eu encontrei para não ficar entediado foi ter o total controle sobre minhas atividades. Como sou em que planejo todos os meus passos eu cuido para que as atividades sejam sempre estimulantes e quando não são eu deixo no automático e aproveito para ouvir um podcast. Além disso, não deixo minha vida ficar monótona. Sempre procuro desafios e quando não os encontro eu os invento! Ninguém me pediu para criar um livro, por exemplo!
- **Sente-se incompreendido.** Quando nos apresentamos somos considerados metidos. É isso é complicado mesmo! Essa parece uma das dores irremediáveis. Pode ser possível atenuá-la escolhendo bem os ambientes que frequento mas não quero me isolar. Então sempre haverá a possibilidade de me encontrar em um lugar ou situação onde as pessoas não entendam como levo minha vida e eu simplesmente terei que passar por isso. Já aceitei!
- **Nos enfiemos em coisas para as quais não somos convidados.** Sinto que quando estou em dia com a meditação eu fico longe desse problema. Quando não estou em dia, eu acabo não conseguindo segurar ou abrandar meus ímpetos e acabo mesmo sendo enxerido. É mesmo algo para se estar sempre atento. No entanto, cabe fazer a ressalva de que às vezes, as pessoas negativas tendem a dissuadir aqueles que tem coragem de se posicionar e lutar pelo que acreditam os conferindo a alcunha de "enxeridos" ou "intrometidos". Para isso, o remédio é: "keep moving", mantenha-se firme no seu propósito. Muitos, na maioria das vezes, com boas intenções, tentaram te tirar do caminho, tentarão lhe empurrar sempre para soluções tradicionais.
- **Sente-se sem valor e sem reconhecimento.** Sim isso acontece, mas estou percebendo que é só ter paciência e continuar trabalhando. Se formos com a mente tranquila, respeitando as pessoas e os espaços, o reconhecimento vem INEVITAVELMENTE. Só é importante tomar cuidado para que o ego não infle. Se

isso acontece confundimos a necessidade de reconhecimento com uma necessidade egoica de "bajulação". E isso, definitivamente não é saudável. Para resolver isso recomendo a ajuda dos psicólogos.

- Geralmente não é levado a sério e muitas vezes ele próprio não se leva a sério. Esse talvez seja o nosso maior problema. Se nós não nos levamos a sério, provavelmente ninguém o fará. Novamente a questão do autoconhecimento se faz imperativa. Se você não tem mecanismos de ajuda para se encontrar, nunca construirá sua autoconfiança. O mundo externo é apenas um reflexo do interno. Nesse momento da minha vida, por exemplo, estou matando, de uma vez por todas, a crença que eu tinha de que só quem se forma na universidade pode ser verdadeiramente respeitado no ambiente profissional. Apesar de parecer uma bobagem eu levei anos para quebrar essa crença. Por muito tempo ela me impediu de acreditar plenamente em mim e no meu potencial autodidata. A universidade é extremamente importante para a humanidade mas ela, definitivamente, não é o único caminho. Quanto mais focado em resultados você for, mais resultados gerará. Quanto mais resultados, mais autoridade. E com autoridade, somos levados a sério, sempre!
- Sente-se deslocado no mercado. Não encontra uma função que o acomode bem. Sim, para isso tento atuar em parceria em projetos sazonais ou de curta duração. Dessa forma me relaciono com o mercado sem precisar ter que pertencer a alguma empresa.
- Não se enquadra no modelo de trabalho industrial. Não, definitivamente não me enquadro. É isso.
- É ansioso. Novamente, a meditação, a dança e o livro "como evitar preocupações e começar a viver" do Dale Carnegie me tiraram esse problema. Eu cuido do que é possível fazer no presente. Dessa forma não sou pego por qualquer ansiedade ou preocupação. Parece estranho dizer isso mas é a verdade. Não estou totalmente imune a isso, acho que esse nível só é atingido por grandes mestres na arte de meditar, porém, sinto-me bastante equilibrado e com condições plenas de me manter longe da ansiedade e das preocupações de forma consciente.
- Vive muito cansado. Muitos tem síndrome da fadiga crônica. Esse também é um ponto que estou estudando. Realmente sinto-me muito cansado porém estou procurando recursos na alimentação e em estudos relativos ao padrão de sono.

CAPÍTULO 22

O APRENDIZADO POR TRANSFERÊNCIA

Umas das maiores vantagens do multipotencial ou das "pessoas que atuam em multitarefa na perspectiva do macrotempo" é a habilidade ou consequência do aprendizado por transferência. É comum observarmos que aprendemos uma nova tarefa com mais agilidade quando já temos no nosso repertório de conhecimentos uma tarefa similar já aprendida. Por exemplo, uma pessoa que joga tênis, pode aprender, mais fácil e rapidamente, a jogar pingue-pongue ou squash. Isso acontece porque essas atividades possuem um certo grau de relação por exigirem habilidades parecidas ou até coincidentes. Uma hipótese para esse fenômeno é que o cérebro humano utiliza alguma forma de transferência de conhecimento quando identifica que a nova tarefa é similar àquela aprendida anteriormente.

Esses dados expostos acima vem de trabalhos acadêmicos de de [Rich Caruana](#), professor da Escola de Ciência da Computação da Carnegie Mellon University de Pittsburgh, Pensilvânia.

Embora no campo acadêmico essa ideias venha com status de hipótese eu pude experimentá-la e reconhecê-la na minha própria vida e vou deixar aqui três exemplos. Dois como aprendiz e um como professor.

Primeiro exemplo de aprendiz: quando eu comecei a cantar a valer entre 2010 e 2011, fazendo aulas de canto, eu tinha dificuldade de respiração, de articulação mas nunca de afinação. Meus professores e professoras de canto sempre observaram positivamente essa habilidade imprescindível a cantores. O meu palpite é que essa habilidade foi bem treinada e portanto bem desenvolvida durante os três anos em que eu toquei trombone de vara no Colégio Militar. É um instrumento bastante delicado e difícil de se afinar. O resultado é que quando fui exigido dessa habilidade para cantar eu não "comecei do zero".

Segundo exemplo de aprendiz: Eu comecei a estudar danças de salão em 2005. Na primeira semana em que eu comecei a dançar no Ponto da Dança eu já fui convidado a entrar para a companhia de dança da escola Ponto da Dança. Isso não aconteceu por que eu era um gênio da dança. O fato é, a essa época, eu já tinha 6 anos de vivências musicais pela banda do Colégio Militar e outros três anos de estudo de Capoeira Angola. O fluxo de movimentação da capoeira tem muitos elementos que são similares a elementos das danças de salão. É um intenso e dinâmico jogo de perguntas e respostas corporais. Além disso na capoeira, além da movimentação, todos experimentam o canto e a possibilidade de tocar 5 instrumentos percussivos diferentes. A soma de todas essas habilidades anteriores me acelerou absurdamente no aprendizado das danças de salão. Para mim é um caso muito claro de "Aprendizado Multitarefa" ou "Aprendizado por Transferência".

Exemplo como professor: Paulo Freire em seu método de alfabetização propõe a identificação e catalogação das palavras chave do vocabulário dos alunos, as chamadas "palavras geradoras". Elas devem sugerir situações de vida comuns e significativas para os integrantes da comunidade em que se atua, como por exemplo "tijolo", para operários da construção civil. Em meu contexto, toda vez que vou ensinar dança a alguém eu procuro descobrir sua profissão e suas preferências artísticas por exemplo. Toda vez que preciso compartilhar alguma nuance mais complexa dos movimentos e interpretações corporais eu busco partir do contexto dessa pessoa. Eu comecei a utilizar esse recurso de forma consciente e organizada em meados de 2010 e depois disso, a qualidade das minhas aulas aumentou consideravelmente. Os meus alunos e alunas passaram a aprender com muito mais rapidez. Ao evocar algo que já é conhecido pelos alunos eu promovo, na minha opinião, a possibilidade do "Aprendizado por Transferência".

Nosso momento na humanidade é cada vez mais complexo. A visão generalista que os multipotenciais desenvolvem naturalmente será cada vez mais exigida de nós nos mais variados contextos. Ainda que você prefira ser um especialista, é importante que consuma, deliberadamente, informações de contextos diferentes entre si. Isso ampliará a sua capacidade de enxergar conexões novas e isso poderá ser o seu diferencial em relação a outros especialistas da sua área.

CONCLUSÃO SOBRE OS MULTIPOTENCIAIS

Dave Crenshaw em seu vídeo "The Myth of Multitasking" nos mostra com um exercício simples e rápido o quanto a multitarefa, no sentido que vimos na definição do dicionário, pode ser prejudicial em três pontos:

1. TEMPO (+)

Segundo seus estudos e o próprio exercício proposto no vídeo, nós levamos, em média, o dobro do tempo para fazer duas tarefas ao mesmo tempo em relação ao que levaríamos para fazer cada uma sem separado e somar seus tempos. Meu resultado no vídeo foi no primeiro, 21 segundos e no segundo, 35 segundos.

2. QUALIDADE (-)

Ao fazer o exercício você perceberá que a disposição das letras fica inadequada para a leitura, você pode trocar letras de lugar, gastar mais espaço que o necessário dentre outras falhas.

3. ESTRESSE (+)

Por ter que se concentrar em mais de uma tarefa ao mesmo tempo, seu nível de estresse aumenta consideravelmente. Você precisa despender muito mais energia para dar conta da segunda tarefa. Isso, obviamente é algo extremamente prejudicial.

Ainda sobre os malefícios da multitarefa recomendo a visita ao site "[Mais Aprendizagem](#)", onde encontrei um conteúdo interessante com [um infográfico](#) super bacana.

A pergunta que fica é: O que você vai fazer **hoje**, para evitar a *switchtasking* (alternação entre tarefas)?

Eu defendo a ideia de que é importante sermos multitarefa quando consideramos **grandes porções de tempo** como semanas, meses, semestres ou anos. Nesse caso, vamos olhar para trás e perceber o quanto somos capazes de fazer "várias coisas ao mesmo tempo. Num semestre por exemplo, eu sou capaz de escrever e lançar um livro; preparar um repertório e estrear com uma banda, ler vários livros, oferecer muitas aulas de dança, estudar muita dança, muita música e muito empreendedorismo; oferecer várias palestras em várias cidades e mais tudo o que eu quiser!

Porém quando consideramos pequenas porções de tempo como dias, horas ou minutos, eu proponho que sejamos **EXTREMAMENTE FOCADOS e que atuemos em MONOTAREFA**. Proponho que você esteja totalmente presente e dedicado a cada micro tarefa que for executar. Se o momento é de tomar café, faça apenas isso. Se for responder um email, mantenha-se alerta e faça apenas aquilo. Se está conversando com alguém, preste **toda a sua atenção** nessa pessoa. Se está assistindo um show, por favor, o assista, dance, esteja ali, LARGUE O CELULAR.

A conclusão é que ser multitarefa pode ser a sua dádiva ou a sua tragédia, **dependendo de que escala de tempo você está considerando**.

Os multipotenciais saudáveis e produtivos são pessoas que executam multitarefas quando consideramos grandes porções de tempo e são, ao mesmo tempo, pessoas extremamente focadas que fazem apenas uma tarefa de cada vez se consideramos pequenas porções de tempo.

Se você quiser se tornar uma pessoa que executa multitarefas de forma produtiva e saudável não há mágica. Você precisará fazer algo que você já sabe o que é? Você já sabe a resposta, não sabe? Vou enrolar mais um pouco... Já sabe mesmo? Sim!!! Você vai ter que se organizar, vai ter que se conhecer, vai ter que planejar.

ORGANIZAÇÃO + AUTOCONHECIMENTO + PLANEJAMENTO =
HIPERPRODUTIVIDADE

Ouvi a Rafaela Cappai dizendo em sua palestra TEDx que "a gente ensina aquilo que precisa aprender". Isso faz sentido para você? (pausa para reflexão, se possível, pare agora, respire fundo três vezes e depois volte a ler).

Não sei a que conclusão você chegou mas eu trago aqui, alguns resultados da minha vida.

O primeiro e um dos mais importantes sucessos que obtive na vida foi ter ingressado, através da aprovação em concurso público, no Colégio Militar de Belo Horizonte. Lembro-me claramente dos fins de semana investidos, das horas de estudo pós horário normal de colégio, dos simulados, das redações, das aulas no cursinho, das horas e horas mentalizando que eu conseguiria efetuar aquela façanha.

Foi o primeiro grande sucesso que obtive. E não consegui encontrar uma forma de escrever o quão maravilhoso foi ter dedicado-me à execução desse sonho. Toda a minha família se envolveu e criou as condições necessárias ao sucesso nesse projeto. Foi, sem dúvida, um caso claro de foco com objetivo claro e execução totalmente disciplinada. Mesmo sendo um multipotencial, alguém que se entendia facilmente, eu foquei no objetivo e consegui suplantar as dificuldades que se apresentaram chegando ao sucesso no fim do ano de 1999 ingressando no CMBH em 2000.

O segundo grande sucesso pessoal foi ter conseguido entrar para a banda deste colégio e tocar trombone junto com outros sessenta jovens alunos. Nessa época eu deixei as minhas outras atividades rodando em "stand by" ou "à deriva" e me dediquei quase exclusivamente a aprender aquele instrumento. Nessa ocasião eu aumentei de forma brutal o meu senso artístico e estético. Aprendi muito sobre afinação das notas musicais, e tive prêmios emocionais grandiosos. Também não consigo descrever a emoção de estar com meus colegas de banda tocando num asilo para aproximadamente cem idosos. A troca de energia que havia ali era algo muito doce, intenso e alegre. Eram como aqueles momentos onde o tempo se dilata e cada segundo parece uma eternidade de grandes prazeres. Nessa época eu tive a certeza de que eu me manteria próximo aos palcos até o fim da minha vida. Novamente, temos um caso claro de priorização. Eu fiz o mínimo necessário para cuidar das minhas outras tarefas mas me dediquei por pelo menos um ano a ser membro daquela banda.

Outros sucessos aconteceram, fracassos também mas quero ir direto ao caso deste livro.

A ideia de escrevê-lo veio de um Lucas que possuía muito mais autoconhecimento do que o que passara no concurso do colégio militar ou aprendera a tocar trombone. Eu descobri que eu precisava criar desafios para mim mesmo afim de gerar resultados positivos mais profundos em minha vida. O processo de escrita durou aproximadamente seis meses porém os tempos onde eu efetivamente consegui escrever algo, foram períodos de extremo foco.

Esses períodos foram apenas dois:

1. entre os dias 11 e 18 de julho de 2016.

2. entre os dias 31 de agosto e 13 de setembro de 2016.

Sendo como sou, eu não consegui atingir minha meta de escrever um pouco a cada dia. Eu sempre passava outras tarefas mais urgentes na frente. E então descobri definitivamente que eu funciono com pequenos períodos de hiperfoco.

Perceba comigo! Eu descobri de uma vez por todas, ao escrever esse livro, que eu consigo fazer muitas coisas porque eu passo vários momentos da minha vida me dedicando a apenas uma tarefa.

No primeiro período que citei acima eu me isolei por uma semana em uma casa. Eu apaguei todos os aplicativos como whatsapp, facebook, instagram, messenger, telegram e twitter do meu celular. Abria apenas os sites de pesquisa no meu computador e me dedicava full time a escrever. O mais difícil para mim não foi escrever essas palavras que você está lendo. O mais desafiador foi resistir às ligações que eu recebia, à falsa urgência que eu atribuía a tudo que vinha até mim, e à vontade extrema de largar o que estava fazendo para fazer qualquer outra coisa "super relevante".

Eu entendi de uma vez por todas que eu estava desperdiçando o meu tempo com tarefas pouco importantes mas que por diversos motivos são consideradas de extrema relevância.

Descobri que para que eu conseguisse entregar resultados eu precisaria fazer uma coisa de cada vez e na perspectiva de longos espaços de tempo, eu conseguiria ser MULTITAREFA, conseguiria atingir mais e melhores resultados.

No segundo período acima eu consegui escrever mais, simplesmente porque operei com a corda no pescoço como a maioria de nós brasileiros insistimos em fazer, infelizmente. A data escolhida para o pré lançamento deste livro foi o dia 24 de setembro de 2016. Eu escolhi publicar o livro pelo Kindle Direct Publishing, uma ferramenta gratuita e simples que permite que qualquer pessoa neste mundo de meu Deus consiga publicar seu livro online. Pois bem, eu pensei que teria até o dia 22 de setembro para terminar de editar e revisar o livro. Porém ao começar os processos com esta ferramenta, eles determinaram que, para que o livro fosse liberado para as pessoas acessarem no dia 24 de setembro eu teria que entregar sua versão pronta e revisada até o dia **14 de setembro**. Veja que loucuuuura! Eu perdi 8 preciosos dias de trabalho e não tive alternativa senão priorizar vorazmente a tarefa de terminar o livro.

Eu o fiz, e foi mais uma grande libertação. Terminar esse livro me deu uma sensação de liberdade, uma sensação de poder, eu praticamente me "auto empoderei". Também não consigo descrever o prazer que senti ao concluir essa tarefa altamente desafiadora que propus a mim mesmo.

Ser multitarefa não é algo simples. Dá trabalho, cansa, estressa às vezes. Porém se conseguirmos agir de forma equilibrada, os resultados vem a jato!

Quero compartilhar nessas próximas páginas algumas ferramentas que tem me proporcionado atingir excelentes resultados.

CAPÍTULO 24

9 DICAS DE HIPERPRODUTIVIDADE

DICA 1: VOCÊ SABE O QUE VOCÊ ODEIA?

Opa, que pergunta estranha não é? Mas eu lhe digo, muitas pessoas entram em pânico ao falar dessa coisa que chamamos de propósito. Eu mesmo não considero que encontrei perfeitamente o meu e talvez não seja possível determinar o que ele é assim de forma super ultra mega clara! Mas há algo que me conforta e que também pode lhe ajudar a começar a dar os primeiros passos nesse sentido.

Se você ainda não sabe o que ama? Será que você sabe bem o que você não gosta? Você já se perguntou que tipo de atividade ou trabalho você nunca desenvolveria?

Topa o desafio de parar agora e colocar no papel 10 coisas que você nunca faria?

Que tal daqui há uma semana, tentar anotar mais outras 10 coisas diferentes das 10 primeiras. E na outra semana mais outras 10 até chegar a um número bastante razoável de 30 coisas que você não faria nem se recebesse mil reais por hora. (risos)

Não sei se você está me entendendo mas isso pode te levar a conclusões fantásticas! Isso pode te levar a considerar possibilidades nunca antes pensadas por você. E sabe por que? É praticamente impossível você saber se ama algo se você nunca se colocou para fazer aquela coisa. Quando digo isso eu penso na situação de você realmente se debruçar sobre aquela tarefa ou área de conhecimento. Por que eu vejo que, às vezes, nessa de experimentar coisas, as pessoas não investem energia necessária para conquistar resultados sólidos. Como estão indecisas, na primeira dificuldade já tendem a procurar outros negócios ou ideias para investir. Não digo que temos que nos matar em coisas que visivelmente não dão resultado, só alerta para o fato de que, na maioria das vezes, teremos que botar bastante energia para que algo dê realmente resultado e isso geralmente dói, não é gostoso!

Eu, por exemplo, jamais imaginei que levaria palestra/aulas de dança para os funcionários de vários presídios da região metropolitana de Belo Horizonte. Jamais imaginei que eu cantaria em uma banda de samba rock que eu mesmo produziria. Jamais, jamais mesmo, imaginei que me tornaria Dj e que essa se tornaria uma das minhas principais fontes de renda. Jamais imaginaria ainda, o quanto ter me tornado Dj, aumentaria a qualidade das minhas aulas de dança já que eu melhorei exponencialmente o repertório das minhas aulas e criei uma automação onde o início das minhas aulas se assemelha a uma situação real de baile de danças de salão, algo que eu posso explicar melhor em um outro momento. O importante é perceber como a inter-poli-transdisciplinaridade apontada por Edgar Morin gera resultados tão expressivos nos meus negócios, e obviamente, pode gerar nos seus ou na sua vida particular e/ou no seu emprego.

DICA 2: 7 ATITUDES DE UM HIGH STAKES.

Persiga ter essas atitudes apontadas pelo Gabriel Goffi e o sucesso será apenas uma questão de tempo. Ele foi amplamente citado aqui nesse livro e a razão é muito simples: ele estuda muito a fundo o conceito de "Hiperprodutividade". Ele criou um curso chamado "Moving Up" onde compartilha todos os conhecimentos adquiridos em sua trajetória de vida. Ele pretende capacitar o maior número possível de pessoas no nosso país a operarem em alta performance. Ele acredita que essa é uma boa forma de contribuir com a sociedade.

Como eu não sei se o vídeo "[7 Atitudes de um High Stakes](#)" ainda vai estar disponível quando você ler este livro, vou colocar abaixo uma transcrição das principais ideias apresentadas no vídeo comentando algumas delas.

1. Seja um "BioHacker"

Você busca hackear sua biologia para ter mais foco, mais clareza mental e consequentemente mais energia. Como fazer isso? Através de alimentos, suplementos e aplicativos medindo, detalhe por detalhe, o sono, rituais matutinos, vespertinos e noturnos para conseguir determinar que tipo de biohack vai ser ideal para você. Se você não medir, não chegará a conclusões necessárias ao seu desenvolvimento de alta performance.

2. Saiba dizer NÃO

Você pode e deve dizer não para tudo que não faz parte dos seus maiores objetivos. Segundo Warren Buffet, um dos homens mais ricos do mundo, a principal diferença entre pessoas ultra bem sucedidas e as demais é justamente sobre a capacidade de dizer não. Quanto mais bem sucedido você for, mais terá que desenvolver essa habilidade.

3. Domine a Arte dos Relacionamentos

No vídeo ele explica que no contexto geral, somos ensinados a pensar, desde a infância, que basta a gente ser "legal" que magicamente, nossos amigos vão ligar, vou sempre entrar em contato, sempre virão atrás de nós. Criamos a ilusão de sermos naturalmente, sem nenhum esforço, o centro das atenções. Nós já sabemos que não é assim, certo? Ele aponta que estar conectado com as pessoas é algo que devemos fazer de forma sistemática alicerçados por um valor muito bonito, a gratidão. Nesse momento do vídeo ele indica o livro "[Give and Take](#)", de Adam Grant que basicamente ensina sobre "gerar valor primeiro" sem necessariamente requisitar algo em troca. Aqui abro para um comentário meu: em meus estudos e experiências percebi que é sempre importante oferecermos o nosso melhor em todas as situações. Na maioria das vezes, o universo te retornará frutos positivos mas eles não viram necessariamente das pessoas as quais você ajudou. É como se existisse uma grande rede, uma corrente humana onde ao contribuir você acaba gerando um fluxo que inevitavelmente voltará pra você em forma às vezes bem mais intensas e bonitas do que você poderia esperar. Essa mágica acontece só pra quem tem coragem de se colocar no mundo e sempre contribuir com o seu melhor.

4. Saiba onde você quer chegar

Já falamos sobre isso por aqui. Não se desespere se você não sabe onde quer chegar e lembre-se você sabe o que você não quer? Você já realizou o exercício dos 5 sonhos? Esses exercícios que eu propus foram criados para gerarem mudanças positivas na sua vida AGORA. No vídeo o Gabriel traz uma frase do [David Allen](#), autor do livro "[Getting Things Done](#)" que é fantástica: "o maior segredo sobre metas e visões, não é o futuro que elas descrevem, mas sim a mudança no presente que elas despertam". Quando investimos um tempo em criar metas e visões claras, vem imediatamente uma sensação muito gostosa de saber o que precisamos fazer no presente. A ansiedade e as dúvidas deixam de nos assombrar e temos maior facilidade para executar as coisas. Experimente!!!

5. Seja um Hacker da Realidade

Novamente o termo "hacker" reaparece. Nessa parte do vídeo ele fala muito sobre a habilidade de análise crítica da realidade. Eu aproveito para deixar aqui algumas perguntas para te ajudar a desenvolver esse senso crítico:

- Você precisa mesmo de todas as roupas que você tem?
- Você gasta quanto tempo por dia se deslocando no trânsito? Você já pensou em aproveitar esse tempo para estudar ou aprender algo novo?

- Você acredita que a universidade é o único caminho para a formação?
- Você tem o carro que tem por que ele é funcional ou você paga mais caro para ter um carro bonito?
- Você realmente quer casar, comprar um carro, um apartamento e "constituir família"?
- Você acha que é preciso estar vestido com um terno um vestido caro para ser respeitado ou respeitada?
- Você já pensou que saúde financeira pode ter mais a ver com como você gasta seu dinheiro do que com o quanto você ganha?
- Você tem escolhido seus caminhos ou as pessoas escolhem para você?

Essas perguntas são para te tirar do prumo. São para te deixar mesmo com a pulga atrás da orelha. Um hacker da realidade questiona tudo o que está posto. E se você começar a ver isso vai perceber o quanto é doloroso, vai perceber que é preciso investir muita energia para hackear a realidade. Não podia ser diferente, mudar padrões não é mesmo para qualquer um. Tem que se estar muito disposto. A boa notícia é que ao ler esse livro e pesquisar coisas desse universo, você perceberá que não está só. Você tem onde buscar grupos para poder trocar informações e angústias. Vamos juntos que a gente chega mais longe!

Ainda nessa parte ele fala muito sobre a ideia de que nós é quem criamos a nossa realidade. O que acontece ao seu redor é um reflexo do que acontece dentro de você. Ele fala, por exemplo, sobre os estilos de vida que as pessoas levam por que nasceram em determinadas religiões. Não é uma questão de certo ou errado e simplesmente de observação. Você nota claramente que a vida de um muçulmano é amplamente diferente da vida de um cristão e nas duas situações muitas pessoas operam a vida baseada em costumes que em geral nunca pararam para analisar se elas estão levando a vida que realmente decidiram levar ou se estão apenas seguindo algo que é totalmente externo a elas. Um high stakes analisa a realidade e pega o melhor de cada situação para aplicar em sua vida. Há muitas coisas boas em vários lugares. Temos que pesquisar, testar e passar a aplicar aquilo que acreditamos ser melhor para cada um de nós. Isso dá trabalho e é por isso que é tão eficaz. Depois de fazer, testar, ir a fundo, só você é capaz de saber o que é melhor para você, não sou eu nem o Gabriel nem qualquer outra personalidade que vai te entregar a melhor vida que você pode ter. Esse caminho é seu você é a única pessoa capaz de construir o seu melhor caminho.

6. "Você é a média das 5 pessoas com as quais mais convive" [Jim Rohn](#)

Nessa parte do vídeo ele cita Charles Jones: "daqui a cinco anos você estará bem próximo de ser a mesma pessoa que é hoje, exceto por duas coisas, os livros que ler e as pessoas de quem se aproximar". Eu gravei [um podcast](#) sobre isso. E daí vem algo realmente incrível. Ei sei que pode ser meio duro pensar nisso. Talvez você já tenha percebido que há pessoas que você ama mas que são tóxicas, que sugam sua energia. E por outro lado você também já deve ter percebido que há pessoas que só te impulsionam à frente, que somam com você que te ajudam a manter um mindset*** produtivo e positivo. Eu nunca fui uma pessoa hábil em leitura. Sempre li muito poucos livros exceto agora por ocasião desse desafio. Na minha trajetória de autoconhecimento, percebi que a minha principal fonte de conteúdo nos últimos dez anos foram as pessoas. Eu sempre procurei naturalmente estar ao lado de pessoas que me desafiam e que me acrescentam algo. Esse livro por exemplo veio, em parte, da provocação dos meus amigos Isabela Caixeta (Lab Dance) e Eduardo Rigotto meu mentor de negócios. Todos dois observaram que se eu passasse a ler mais eu

00

poderia triplicar meus resultados. Eu aceitei o desafio e cá estamos. Sou muito grato a eles por me provocarem a ser uma pessoa melhor a cada dia.

E você? Já pensou em quem está perto de você na atualidade? Há mais pessoas tóxicas ou mais pessoas positivas? Fique de olho!

Quer saber como melhorar seu ciclo? Procure eventos de assuntos do seu interesse e vá a esses eventos. Faça conexões, elas acontecerão naturalmente. Quando estamos num ambiente onde pessoas buscam o mesmo que nós, há uma possibilidade de trocarmos informações importantes com essas pessoas e porventura podemos até fazer amigos. Não é exatamente o objetivo, mas acontece!

Outra dica é aproveitar o poder da internet. Entre nos grupos de discussão que estão falando do assuntos do seu interesse. As pessoas nesses grupos sempre trocam muitas informações que economizam muito o nosso tempo. Aproveite!

7. Tenha mentores

Com tanta informação hoje em dia, uma das tarefas mais difíceis é saber o que consumir, saber onde investir sua energia. Os mentores são grandes catalisadores***. Eles nos ajudam a ir direto nas melhores fontes de informação e economizam muito tempo e dinheiro. É por isso que, se você tiver recurso, vale a pena entrar em um processo de coaching ou pagar pela hora de um mentor. Primeiro que isso gera prosperidade para você e para seu mentor e segundo que você vai se acelerar enormemente.

Aproveito para agradecer aqui a: Luciana Veríssimo, Luiz Antônio, Zilda Pereira, Wellington Pereira, Shari Simpson, Paula Sales, Joelma Silva, Eduardo Rigotto, André Lara Resende, Alessandra Alckmin, Paulo Emediato, Isabela Caixeta, Michele Moraes, Miriam Strack, Rafael Dalseco, Flávia Naves, Flávia Vilela, Juliana Garcia, Maria Helena Barbosa, Neolmar de Matos, Mestre Primo, Cássia Rita, Marx Marreiro, Mamour Ba, Tio Flávio, Maíra Rodrigues e tantos outros mentores que passaram e continuam na minha vida.

DICA 3: OUÇA PODCASTS

Você sabe quanto tempo você gasta por dia com deslocamento urbano e atividades automatizadas?

Segundo [estudo](#) de Armando Castelar, coordenador da Área de Economia Aplicada da FGV/IBRE, e Claudio Frischtak, presidente da Consultoria InterB, analisando a somatória de sete regiões (São Paulo, Rio de Janeiro, Belo Horizonte, Curitiba, Salvador, Belém e Distrito Federal), o tempo médio gasto no trajeto casa trabalho é de quarenta e um minutos.

Considerando que todos vão e voltam chegamos ao incrível tempo de oitenta e dois minutos diários gastos apenas com deslocamento.

Pesquisei bastante sobre tempos gastos com atividades cotidianas como cozinhar, limpar a casa e fazer compras. Incredivelmente encontrei dados preocupantes das diferenças nesses tempos gastos entre homens e mulheres. Não vou entrar nesse assunto aqui mas se você quiser saber sobre isso, lá na nossa biblioteca vou colocar vários links sobre o assunto.

Então voltando ao assunto vou considerar apenas o tempo gasto com deslocamento.

Considerando alguém que trabalha cinco dias por semana ou vai cinco vezes à escola ou faculdade, tempos o incrível tempo de 410 minutos semanais perdidos com deslocamento.

Que tal usarmos esse tempo para nos capacitar?

Você sabe o que é um podcast? Ele funciona como um programa de rádio que você escolhe o assunto e escuta quando quiser. É como um canal no Youtube porém de áudio.

Esse tipo de mídia surgiu entre os anos de 2002 e 2003 mas vem crescendo no Brasil há poucos anos. Há podcasts sobre toda sorte de assuntos como, por exemplo, tecnologia, idiomas, política, games, livros, séries, cinema, humor e muito mais.

Eles vão lhe dar uma vantagem muito interessante. Se você passar a usar esse recurso, você poderá usar esses 410 minutos semanais de uma forma inovadora.

Eu ouço o [Resumo Cast](#), o [A Mente Empreendedora](#), o [GunCast](#), o [Escriba Café](#), o [Gabriel Goffi Podcast](#), o [ESL Podcast](#) (para estudar inglês) e o [6 Minute English](#).

Você não faz ideias do volume de informações que eu tenho aprendido nos últimos meses apenas aproveitando meu tempo enquanto me desloco, lavo louça, vou a padaria, ao supermercado e limpo minha casa. É incrível!

Como fazer para ouvir podcasts? Se você usa iPhone você apenas precisa encontrar o aplicativo que já está no seu celular, fazer a pesquisa sobre algum podcast que você queira ouvir e assinar para começar a receber automaticamente os episódios no celular.

Se você usa algum celular com sistema android, aqui vai [um link com 5 aplicativos](#) que você pode baixar para assinar podcasts.

Em ambos eu recomendo que você pesquise em casa e use o wifi para baixar o episódio que quiser para que você não precise gastar seu plano de dados quando for ouvir no trânsito, por exemplo.

Para quem faz caminhada, corrida ou malha, ouvir podcasts é uma grande alternativa de produtividade.

A maioria dos podcasters se tornam curadores de conteúdo. Em geral, são experts nos assuntos abordados e na maioria das vezes funcionam praticamente como mentores daquele assunto para quem escuta. É uma alternativa gratuita e por isso com alto custo benefício tendo em vista que o único investimento é o seu tempo que você geralmente tem desperdiçado no trânsito ou em atividades corriqueiras que não demandam nenhum esforço cognitivo.

Um último ponto para ninjas: muitos podcasts tem seus episódios postados no youtube. Se você ouvir por lá e quiser ganhar tempo, você pode acelerar a execução do vídeo em até duas vezes e com isso ganhar ainda mais tempo. Eu faço isso quando quero ouvir um podcast que já ouvi para reter mais informações ou para procurar alguma informação específica.

DICA 4: Leia o livro “Os sete hábitos de pessoas altamente eficazes”.

Aproveitando, há um episódio do Resumo Cast onde o Gustavo Carricone e o João Cristofolini resumem suas principais ideias. Se for o seu momento para começar a ouvir podcasts, é uma ótima pedida.

No livro os hábitos são divididos em dois grupos. Os três primeiros integram o grupo dos hábitos para vitória particular, que são sobre lidar com desafios internos; os demais integram o grupo dos hábitos para vitória pública que lidam o relacionamento com as outras pessoas.

Para que você não fique assim tão curioso ou se não for seu momento de entrar no mundo dos podcasts aqui vão, de forma ultra resumida, o sete hábitos de pessoas altamente eficazes.

1. **Seja proativo**
2. **Comece com um objetivo em mente**
3. **Faça primeiro o mais importante**

4. **Pense ganha-ganha**
5. **Procure primeiro compreender e depois, ser compreendido**
6. **Crie sinergia com seus grupos**
7. **Afine seu instrumento**

No momento em que fui escrever essa dica, revisei esse episódio do Resumo Cast e reiterei: invista um tempo em ouvi-lo. Eu tenho certeza que você sairá cheio ou cheia de insight depois que fizer isso!

DICA 5: Medite

Tenho aqui uma lista de artigos científicos que comprovam os benefícios da meditação. Inclua isso em seus hábitos e se puder me conte como a sua vida foi afetada pelo hábito de meditar: empreendedorartista@gmail.com

DICA 6: Leia o livro “[Como evitar preocupações e começar a viver](#)”

Se eu pudesse lhe dar apenas uma dica, eu escolheria essa. Dale Carnegie vendeu mais de 50 milhões de exemplares com o título “Como fazer amigos e influenciar pessoas” escrito em 1936 permanecendo extremamente atual nos dias de hoje. Esse outro que estou recomendando foi escrito em 1948 e já vendeu mais de 15 milhões de cópias. A cada capítulo que eu ia lendo eu ficava mais maravilhado e ao mesmo tempo aliviado. Chega a ser curioso como ele consegue nos ajuda eliminar as preocupações com diversos exemplos reais. Aceite a ajuda de Dale Carnegie e acelere sua evolução agora mesmo.

DICA 7: Em qual idioma você deve investir AGORA?

Fiz uma pesquisa para saber em que idioma nós temos a maior e melhor produção de conteúdo no mundo. Obviamente você deve saber que o Inglês é muito importante mas isso depende do que você quer alcançar. Inglês é sempre importante em qualquer circunstância de busca de conteúdo mas, e depois do inglês, que língua estudar?

Encontrei [um infográfico](#) muito bacana. Ele mostra que há vinte e três línguas com pelo menos cinquenta milhões de falantes no mundo e todas essas línguas somam o incrível número de 4,1 bilhões de pessoas falantes ao redor do planeta. Segundo esse infográfico, a macro língua com mais falantes é o chinês com mais de um bilhão de falantes reunindo diversas línguas como o mandarim que possui 848 milhões de falantes. Ao contrário do que se faz intuitivo, a segunda língua mais falada não é o Inglês e sim o Espanhol com 399 milhões de falantes. Segundo os dados apresentados, o Inglês vem em terceiro com 335 milhões de falantes.

Esses dados dizem respeito ao número de pessoas falantes mas o que eu gostaria mesmo de saber é em que língua temos a maior produção de conteúdo. Encontrei [um artigo](#) incrível que traz uma série de tabelas e uma delas me trouxe a resposta:

Como pode ser visto a partir da tabela 7, quase 78% de todas as informações no mundo é produzida nos seguintes dez idiomas: Inglês, Alemão, Espanhol, Chinês (Mandarim), Francês, Japonês, Italiano, Russo, Português e Holandês. O Inglês domina espaço de

informação universal constituindo mais de 44% de materiais impressos e eletrônicos. Alemão segue Inglês e é composto por 7,6% da produção global de informação.

A conclusão que cheguei é a seguinte: se você quer estar apto a se comunicar com o maior número de pessoas possível, deve investir em aprender Mandarim e/ou Espanhol. Se quer encontrar informações com maior abrangência, deve investir em estudar Alemão ou Espanhol nesta ordem.

Porém se for para escolher uma língua levando em consideração o infográfico e o artigo, simultaneamente, eu escolheria o espanhol por que você vai aumentar o número de pessoas com as quais vai poder se comunicar ao mesmo tempo que terá mais informações.

De toda forma deixo aqui ferramentas gratuitas para que você possa se desenvolver no inglês e na outra língua que você escolher.

1. [Duolingo](#): Um site gratuito que lhe dá a possibilidade de se desenvolver em todas essas línguas a partir da língua portuguesa. Essa ferramenta também está disponível via aplicativo para celulares.
2. Assista filmes, séries e canais do Youtube na língua que você deseja aprender legendados para português. Para ir mais a fundo assista com o áudio original e com a legenda também do idioma original.
3. Busque encontrar grupos gratuitos de conversação. Em Belo Horizonte, conheço pelo menos três grupos gratuitos para esse tipo de atividade. Todos muito acolhedores e democráticos.
4. Se você for professor de alguma coisa, tente oferecer uma de suas aulas na língua que você deseja aprender, isso irá acelerar muito a sua velocidade de aprendizado.
5. Procure fóruns e grupos de assuntos que você tem interesse na língua que você deseja aprender. Use o [google translator](#) para poder começar a se comunicar nessas comunidades online. Logo logo, você precisará cada vez menos do tradutor para se comunicar.
6. Ouça podcasts na língua que você desejar. Existem vários com boa qualidade e gratuitos.
7. Invista no inglês primeiro caso você não saiba outra língua além da sua língua materna.

DICA 8: Apaixone-se pelo [TED](#)

Não, eu não estou falando daquele ursinho mal educado do filme! Estou falando de uma das bibliotecas mais sensacionais que a humanidade já criou!

O TED é uma conferência que trás pessoas inovadoras das mais variadas áreas de conhecimento. Uma tática que utilizo muito é procurar algum assunto que tenho interesse dentro dessa plataforma. Quando encontro uma palestra eu assisto e depois pesquiso sobre a pessoa que criou a palestra. Ao encontrá-la em outros canais eu começo a consumir seus conteúdos. É muito bom por que se uma pessoa foi convidada para palestra no TED quer dizer que ela é expert naquilo que faz. Sendo assim, seus conteúdos sempre tem grande relevância. Quando essa pessoa é acadêmica então é super legal, é só ir às bases de artigo e pesquisar pelas publicações *voilà*, você vai ter acesso a conteúdos super novos que vão

demorar um tempo para chegar aos livros. É sem dúvida uma maneira muito poderosa, e novamente gratuita, de se manter atento às inovações em várias áreas de conhecimento.

Deixo aqui pra você um link com as [20 palestras TED mais vistas de todos os tempos](#). Dá até pra pegar uma pipoquinha e aproveitar!

DICA 9: APROVEITE SUA FAMÍLIA

Sim, é meio piegas eu sei! Mas essa dica trás uma estratégia de produtividade. Sim, há como aplicar conceitos de produtividade nesse contexto. O que quero trazer nessa dica é uma reflexão: você tem "momentos de qualidade" com sua família?

Morar com os pais ou visitar seus avós toda semana não necessariamente quer dizer que você está tendo tempos de qualidade com essas pessoas que possibilitaram a sua existência.

Eu às vezes passo semanas sem visitar meus pais e meses sem visitar meus avós, sim eu tenho muita sorte, aos 28 anos, tenho avós super legais e saudáveis. O que eu quero trazer com essa dica é uma provocação com outra pergunta: quando você está na presença dos seus familiares, você realmente está com eles? Quantas vezes você checa o celular quando está com seus familiares? Você brinca com eles? Você os olha nos olhos? Qual foi a última vez que você disse que os ama? Qual foi a última vez que você quis saber sobre alguma história da infância deles? Qual foi a última vez que você pediu ajuda para eles lhe ajudarem a decidir algo importante na sua vida?

SEÇÃO 4 - CO-CRIAÇÃO

Se tem algo que me deixou extremamente feliz, foi ter tido a ideia de convidar pessoas com experiências totalmente diferentes entre si para colaborarem com este livro.

Nas palestras que eu ofereço, criei uma forma de conhecer o público antes de encontrá-lo ao vivo. A maioria das palestras funcionam com inscrição prévia por parte dos espectadores. Então eu sempre envio um questionário no google formulários para a organização do evento e peço para que ele seja distribuído no momento da inscrição. Uma das maravilhas deste questionário é que eu deixo a seguinte questão: "Se quiser, faça qualquer pergunta de qualquer assunto que eu pesquisarei e tentarei incluir nos conteúdos da palestra". É muito interessante por que vem perguntas de todos os tipos possíveis algumas, inclusive, bastante filosóficas. Há muitas perguntas que eu simplesmente não tenho condição de responder. Então resolvi selecionar algumas delas e entregá-las a alguns convidados para escreverem nesse livro. As perguntas não necessariamente foram respondidas nos textos deles mas serviram como inspiração.

Você vai ler, nas próximas páginas, textos criados com muito carinho pela Maria Helena, pela Tatiana Marx (que chegou aos 47 do segundo tempo), pelo Eduardo Almeida e pelo João Bonomo, pelo André Lara e pelo Felipe França!

Aproveite!

CAPÍTULO 25

A gente sente quando encontra um sábio ou uma sábia! Podemos perceber pelo brilho nos olhos, pela escuta atenta, pela fala simples e profunda, pelo acolhimento. Maria Helena é um ser humano cheio de luz e vida com o qual eu tenho o prazer de compartilhar o que sei sobre a dança e aprender sobre infinitos assuntos! Que bom ela ter apoiado e aceitado a ideia de compartilhar um pouco do que ela tem de melhor nesse livro. Aproveite!

TEXTO MARIA HELENA

A Divina e Humana busca pela unidade – somos um e precisamos nos lembrar disso.

Falar dessa Unidade é falar de mim, do universo e de todos que nele habitam. Entretanto, por vários e vários motivos nós nos desconectamos de nós mesmos e do nosso EU Divino. O sinal mais forte dessa desconexão se manifesta quando nos sentimos separados das forças da natureza, dos elementos que alimentam a vida em todas as suas dimensões e formas.

Já fomos um com as árvores, com as águas dos rios e dos mares, brincávamos com o ar, sentíamos o sol, sonhávamos com a lua, voávamos com os pássaros, nos misturávamos com os peixes e tantos outros animais que coabitam conosco neste gentil planeta. A Terra nossa Mãe, o Céu nosso Pai.

Com o tempo desviamos nosso olhar e machucamos nossos corações. Esquecemos nossos sonhos e nossa alma partida vagueia e nos chama, nos chama, nos convoca.

Adoecemos com a ilusão da separação e estamos perdidos nessa eterna busca da volta para casa. Eu sou, somos nós.

Os gritos do ser não ouvidos se transformam em angústia, solidão e tristezas que não sabemos de onde vem. A enganosa “individualidade” e a tola sensação de independência ocupam espaços destinados ao Sagrado.

E então? O que fazer?

Vem o Sagrado e nos diz: “quem tiver ouvidos para ouvir, que ouça, quem tiver olhos para ver, que veja”.

Sabemos retornar ao caminho, pois dele viemos.

Muitas vezes precisamos de ajuda, pois a simplicidade está distante e não sabemos que sabemos aquilo que sabemos, buscamos longe o que está perto, fora o que está dentro.

Primeiro passo – o silêncio e a reverência. Eu sou e quero ser. Respira, exala, encontre o ritmo desse ser que busca o caminho. Com paciência e persistência, recordando o que a sabedoria do corpo conhece e sabe fazer. Lembrar é preciso. Pausar é preciso.

Gratidão pela vida, e por esse reencontro.

Segundo passo – olhar para o outro como parte de mim. O que me agrada no outro reflete o que existe em mim. O que me incomoda no outro reflete o que está dentro de mim. Gratidão por esse espelho revelador. Reverência com esses encontros e reencontros.

Terceiro e sempre – cuidar do corpo, alegrar o corpo. Com arte, com dança, com boa música, bons encontros e boas falas. Lembrar sempre que nossa alma habita esse corpo e dele precisamos cuidar sempre. Acordar alegrias esquecidas ou ainda não vividas. Há que ser divertido, sempre, como diz o criador do maravilhoso método de gestão criativa de projetos – Dragon Dreaming, John Croft.

Simples e complexos, profundos e verdadeiros os aprendizados. Como assim? Respirar e olhar? Isso mesmo, olhar com os olhos da alma e sentir com a sabedoria do coração.

Fácil? Nem sempre. Preciso perseverar, afinal vale a pena esse encontro. Dele depende a vida, inteira, que merece ser vivida.

Nesse aspecto, ciência e espiritualidade finalmente estão convergindo ao mesmo ponto. Nossa saúde, física, mental, emocional e espiritual dependem desses encontros internos e externos: quem eu sou? a que propósito eu sirvo? e também da qualidade de nossos relacionamentos – em todos os papéis que exercemos, sejam no âmbito pessoal, profissional, familiar ou social. Somos seres sociais e nossa saúde depende fundamentalmente da qualidade de todos esses relacionamentos.

Esse o caminho, essa a busca que nos conduz ao caminho de volta para casa, nos conecta com o nosso Ser, nosso Sagrado, nosso Divino e com a plenitude de Amor que existe nesse Universo, fora e dentro, longe e perto.

Busca de vida inteira, começos e recomeços, altos e baixos, com a certeza de que a volta para casa é sempre o Caminho e nós o conhecemos.

Se esquecemos, fechamos os olhos, ouvimos o som de nosso coração, lembramos que é o mesmo ritmo de nossa Mãe Terra, e, com a serenidade de um sorriso no rosto, voltamos ao Caminho do eu, do nós – SOMOS UM.

--

Maria Helena é Engenheira recém aposentada pela CEMIG. Enquanto funcionária, foi gerente de coordenação e distribuição. Nesse cargo foi coordenadora do programa FIB – Felicidade Interna Bruta, um programa que mobiliza os funcionários em prol do bem-estar individual e coletivo.

CAPÍTULO 26

É uma dádiva encontrar pessoas que querem nos ajudar quando vemos que estamos abertos a isso. O André é um dos principais incentivadores das ideias o Lab Dance e um dos meus mentores para diversos assuntos. Sou eternamente grato por tudo que aprendi e continuo aprendendo com ele. Você vai observar no texto dicas preciosas de alguém que domina a arte dos relacionamentos de forma maestral. Além de ser muito inteligente e ter uma ampla capacidade estratégica, o André consegue montar equipes em torno de um propósito de uma forma incrível. Ele tem conseguido ajudar várias pessoas a operarem seus propósitos dentro e fora das organizações Baanko. Aproveite o texto para entender um pouco como ele consegue gerar tanto engajamento de forma íntegra com diversas comunidades em toda a América Latina!

TEXTO ANDRÉ LARA

O Poder do Social

Antes de falar um pouco sobre o Poder do Social, gostaria de fazer uma análise da proposta do livro do meu amigo Lucas. Simbiose é uma relação de benefício entre espécies diferentes, o que podemos entender por parceria. Vamos trazer o tema para o contexto do empreendedorismo. Ter parcerias fortes é algo essencial e complexo. É preciso achar um caminho tal em que 2 empresas percebam valor no que estão recebendo e simultaneamente no que estão entregando. Porém no mundo moderno está acontecendo um excesso de prospecção, onde todos querem fazer contatos, e muitos fazem isso de

forma espetacular. Mas uma parceria é feita do processo, da continuidade, e quando muito se prospecta não sobra tempo para cuidar da parceria, isso leva à frustração, e muitas vezes para processos jurídicos ou o fim de organizações.

Então como encontrar esse equilíbrio de fazer simbioses com a característica moderna da necessidade de ser multitarefa? A resposta é simples e direta: planejamento! E, para conseguir fazer um bom planejamento, uma simples agenda manual onde anote tudo não funciona mais. Estamos passando por um mar de informações onde selecionar o que se deve consumir se tornou complexo. Isso gerou uma demanda de termos sistemas, softwares, que cortem caminhos de pensamento para nós, que organizem as informações e nos alimentem de forma mais correta. Surgiram assim, diversas ferramentas fantásticas que, se bem utilizadas, resolvem muitos dos problemas de planejamento. Você pode executar uma tarefa bem organizada no Trello usando a metodologia Scrum semanal; pode ter um projeto bem desenhado no Asana ou ainda criar uma automação de tudo bem feita no Slack. Ferramentas como essas surgiram como uma solução inicial para pequenas empresas que não podiam pagar um SAP ou ERP (Enterprise Resource Planning = Planejamento de Recurso Corporativo) mais robusto, porém, devido à escalabilidade que os sistemas online trouxeram, o modelo de faturamento foi tão inovador que tornou essas pequenas empresas em grandes conglomerados que hoje têm potencial de garantir segurança e qualidade do serviço tão boa quanto somente grandes sistemas de gestão poderiam fazer uma década atrás. Esse feito tem levado grandes organizações a considerarem o uso dessas ferramentas na sua rotina, gerando um novo e gigantesco mercado para as startups que desejarem atuar nesse meio.

Tá, mas como executar bem se tenho muita coisa pra fazer? O grande segredo de um bom planejamento é a **priorização de tarefas**. Assim você tem um cenário ideal: tem tarefas anotadas e não mais na cabeça, compartilhadas em tempo real com seu time, tem notificações para te lembrar do que fazer, tem prazos de entrega, e por fim métodos para priorizar. Mas priorizar bem é quase uma arte e há bastante literatura sobre o assunto. O ideal é testar algumas, adaptar e criar uma forma funcional de priorização, como um matriz Esforço X Impacto, ou uma Matriz de Eisenhower (Importância X Urgência) ou o GTD (Get Things Done). Como eu faço? Um caminho que encontrei foi usar um pouco de cada e deixo aqui a dica: ao começar a priorizar você começa a entender que é uma forma de pontuação, normalmente de 1 a 5, em que você pontua cada características relevante no processo decisório. Escolha, por exemplo, “Custo” e “Benefício”, selecione uma nota e entenda a relação para poder multiplicar os fatores que atuam de forma positiva no cenário e divida pelos fatores negativos. Pensando em custo, você normalmente quer reduzir. Já o benefício você quer aumentar, então fica o benefício dividido pelo custo.

Você pode usar essa forma de priorização para várias características como, por exemplo: importância, urgência, duração, equipe necessária, preço etc. Lembre-se que quanto mais simples melhor. Definido isso, implemente alguns pontos de decisão que tornem o processo mais eficaz. Usando o GTD, eu tirei um aprendizado muito simples mas que faz toda a diferença em um processo que tenha uma rotina de construção: **se a nova tarefa que surgiu em um email novo, por exemplo, demora menos de 5 min pra fazer, faça na hora**. Assim você não fica acumulando muitas tarefas rápidas que nunca serão prioridade se comparadas a uma tarefa importante e demorada; Além disso, você não para o processo das equipes que dependem da sua decisão.

Voltando ao planejamento, é importante que o mesmo seja muito bem feito, então separe entre 2 a 4 horas por semana para planejar. Comece a transformar sua rotina em uma execução do que pensou, domine seus resultados ao invés de permitir que eles aconteçam naturalmente. Controle as entregas e meça no final, para com o resultado poder tomar decisões de melhorias no processo.

E o que tudo isso tem a ver com o Poder do Social? As suas tarefas e entregas aumentam de acordo com a divulgação e execução do seu negócio e é natural que traga novas pessoas e parcerias para ajudar a atingir o seu objetivo. Para isso você precisa firmar parcerias sólidas, seja com outras empresas ou com novos colaboradores, que vieram te ajudar. Cuide bem delas. O poder de socializar é conseguir colocar valor tal para a outra parte que permita que ela possa ter o sentimento de dono e assim somar forças para conseguir fazer sempre mais. Mensurar o time e tamanho ideal, número de parcerias mais importantes e que consiga ter a devida atenção é um processo demasiadamente complexo, mas se inicia com o planejamento. Faça isso bem feito, que a evolução será natural.

Como exemplo, vamos traduzir o pensamento para o uma carreira profissional:

Quanto mais experiência tiver em um assunto, mais demandará sua participação no estratégico e menos no operacional. Porém, por outro lado, você somente pode se desvincular do operacional conseguindo uma simbiose perfeita, que permita construir um time multitarefas, que permita o avanço do operacional e o planejamento estratégica na mesma proporção.

A palavra “social” muitas vezes é confundida, é uma daquelas palavras que têm duplo significado: social de socializar, ou seja, trabalhar em equipe, e o social de impacto social, ajudar a quem precisa.

Vamos traduzir essa análise que fizemos para o socializar e trabalho em equipe agora para o impacto social. Se você conseguir alinhar as entregas da sua proposta com sonhos e vontades de outras pessoas, elas se tornam voluntárias e defensoras do seu ideal, te ajudam a fazer acontecer. Isso não acontece somente no mundo do terceiro setor, onde obviamente é mais comum e legislado. Acontece também em negócios que têm propósito.

Vamos exercitar. Pense em uma pessoa que é referência pra você e que tope te ajudar, seja como coaching ou conselheiro, seja como operacional. Essa pessoa tem a mesma percepção da troca de valor, pois ela normalmente entende que pode te ajudar a crescer e com isso ela te ajuda, e esse é o objetivo dela, te ajudar no propósito. O fato dessa pessoa te ajudar, dobra seu potencial de alavancar o negócio, dividindo tarefas contigo e permitindo executar mais e planejar mais. Quem você conseguir trazer para sonhar junto contigo, seja na base da pirâmide, para ajudar com o operacional (pode ser uma parceria que te ajude a fazer isso crescer), seja no topo, ajudando a pensar na estratégia de forma mais coerente e te conectando nas pessoas certas, vai ser ponto chave do avanço do seu negócio.

No fim, o Poder do Social, está diretamente ligado a quanto você consegue construir algo que as pessoas entendam que aquilo é necessário para um mundo melhor, assim você

consegue pessoas com propósito. E para atingir seus objetivos é muito importante entender a importância de pensar em todos, no avanço do seu negócio assim como na melhoria local.

E o que é melhor do que isso do que Negócios de Impacto? Você pode fazer um negócio com fins lucrativos, sim, mas sempre pensando em como suas decisões podem ajudar e tornar o processo melhor para todos e não somente para você. Pode incluir no seu modelo de negócio uma forma de inclusão de pessoas que normalmente são excluídas. Pode direcionar parte do seu sucesso para permitir que outros tenham acesso. É assim que se faz Simbiose.

CAPÍTULO 27

Eu, no momento do lançamento desse livro, estou pondo fim a uma angústia de mais de 10 anos. Aquela angústia que todos passamos no momento do vestibular: “o que eu vou fazer da minha vida?”. Se houvesse um “EU 18” na minha época de terceiro ano do ensino médio eu imagino que teria encurtado muito esse período de angústia. Escrever esse livro me fez conhecer o termo MULTIPOTENCIAL. Ao conhecê-lo me percebi em plenitude e decidi de uma vez por todas que o meu caminho não é o acadêmico.

Eduardo Almeida e João Bonomo criaram um projeto chamado EU 18 que ajuda jovens a encontrarem seu propósito e por consequência os ajuda a entender que rumo profissional tomar. Quando lia as perguntas das pessoas na minha palestra eu tinha certeza de que iria convidar esses dois para contribuir com esse livro.

No texto eles trazem um pouco do que vem trabalhando com esses jovens. Aproveite!

TEXTO DO EDUARDO ALMEIDA E DO JOÃO BONOMO

A palavra propósito deveria fazer parte do dicionário de qualquer ser humano. Não só como algo que compõe um script, mas como algo que dita e direciona nosso dia-a-dia.

Quando se fala em propósito diversos sentimentos podem vir à tona. Sabe aquele sentimento de paz em fazer algo do jeito e da maneira que você acredita que deva ser feito? Aquela velha história de que se fosse para você fazer algo novamente, faria da mesma forma? Devemos dormir com leveza, com a consciência tranquila! A sua vida profissional e pessoal merecem isso, afinal de contas estamos falando da mesma pessoa!

Isso significa que para tudo o que você faça na vida é necessário que haja um porquê, pois sem isso as coisas não terão verdadeira finalidade.

Contudo, parece que a maioria das pessoas nem sequer elabora profundamente o propósito necessário e essencial para a sua trajetória de vida; mas fazem disso mais um exercício infundado e realizam suas tarefas de forma padronizada e automatizada.

A elaboração do propósito deve obedecer não somente a lógica dos valores essenciais que permeiam a existência, mas deve, sobretudo, ser uma tarefa de autoconhecimento profundo do indivíduo. É como se fosse a condição primordial que irá conduzi-lo a uma perspectiva para trilhar o seu caminho.

Ter propósito diferencia-se bastante de ter um objetivo. Objetivo é aquilo que se deseja alcançar, enquanto propósito é o porquê de você querer atingir este objetivo. Um complementa o outro, mas são distintos entre si.

Começar a elaborá-lo é uma atividade balizadora que deve ser construída durante a trajetória de qualquer pessoa que almeje dar significado ou resignificar a sua vida pessoal e/ou profissional. Significa dizer que há uma razão de ser naquilo que você faz.

Ao falarmos de carreira e perspectivas profissionais, percebe-se que existe uma preocupação dos indivíduos em se sentirem realizados, e isto é algo individual e que abre espaço para diferentes interpretações. Neste sentido, o ponto que interessa não é o destino de onde quer se chegar, mas sim a jornada para se chegar até lá. É como você se vê no futuro; é como você acredita que terá sua realização!

O desejo de mudar o rumo, de resignificar a carreira, acontece quando, por um momento, nota-se que aquilo que você faz não está de acordo com seu propósito e a vontade de fazer algo que faça sentido e que seja coerente com seus valores essenciais torna-se maior do que o medo da mudança.

Quando chega este momento o propósito de vida influencia de forma tão significativa que torna-se muito difícil dizer que existem propósitos pessoais e profissionais. Eles acabam se convergindo a ponto de estarem sempre alinhados com seus valores e com a sua realidade. Neste sentido, não se deve buscar encontrar propósitos específicos para determinadas situações. Eles são o que são, eles balizam suas ações e não podem mudar de significado de uma hora para outra.

A busca por propósitos faz os indivíduos repensarem em suas vidas, refletirem sobre o que pode trazer sentido à sua existência. Neste momento vale uma reflexão sobre o que foram, o que são e o que pretendem ser e até mesmo o que pretendem deixar a título de legado para a sociedade, para a sua família, para o mundo de uma forma geral.

Tudo isso irá transformar a sua realidade, em algo palpável, tangível e diferenciado. Podemos concluir que é isso que vale a pena quando você busca a sua autorrealização profissional e pessoal.

Uma carreira de sucesso não é necessariamente a carreira mais valorizada no momento. Uma trajetória profissional vitoriosa não é aquela que o mercado julga que seja. A vitória, o sucesso e a felicidade são conjugações pertinentes e complementares que só serão alcançadas se possuírem propósitos!

Não existem aqueles bons ou ruins; existe a sua escolha, o seu propósito e o do próximo, e eles devem ser harmoniosos e adequados àquilo que cada um preza e valoriza.

Para te dar uma direção e te fazer pensar se está no caminho certo ou não, seguem abaixo algumas perguntas que você poderá fazer para se conhecer um pouco melhor e buscar estabelecer os seus propósitos de vida e que te ajudem a dar um novo rumo à sua vida!

- Se não fosse pelo dinheiro, você faria o que você faz hoje?
- Com qual o sentimento quando você acorda para ir trabalhar?

- A sua atividade profissional hoje tem algum propósito ou você simplesmente trabalha para ganhar dinheiro?
- Os seus valores de vida são coerentes com as atividades que você desempenha e/ou com a instituição onde você trabalha?
- Sinceramente, você vê sentido no que você faz profissionalmente hoje?
- Sua atividade vai deixar algum tipo de legado?
- Você considera que vive com propósito?
- O quanto você tem vivido seus valores?
- O quanto você tem postergado os seus sonhos?
- Qual o preço que você está disposto a pagar para viver o seu propósito?
- Você realmente ama o que você faz?
 - Você faria voluntariamente o que você faz hoje?

CAPÍTULO 28

TEXTO FELIPE FRANÇA

Descobri a Teoria U numa palestra do amigo Felipe França. Fiquei amplamente impressionado com o conteúdo. Carismático e assertivo, ele conseguiu fazer a teoria parecer muito fácil. Habilidade comum a grandes professores e comunicadores. No processo de criação do livro eu senti uma quase obrigação de convidá-lo a compartilhar um pouco dessa teoria conosco nesse livro. Que bom que ela aceitou! Viva!

A Teoria U e a busca pelo sentido

O que você está fazendo agora mesmo? O que verdadeiramente importa na sua vida? O que você quer fazer, quem você quer ser, onde você quer estar?! Agora, o mais importante... o que, *realmente*, faz *sentido* para você?

Essas são, talvez, as perguntas mais importantes que qualquer um deve se fazer, constantemente. Contudo, são perguntas abafadas pela correria e pelas necessidades do dia-a-dia. São também, particularmente, abafadas pela própria dificuldade de serem respondidas.

“Quem sou eu?” É a questão mais antiga da humanidade. Mas que é, de certa forma, banalizada. Filosofia de uma roda de cerveja, capricho juvenil, coisas de quem é desligado do mundo, alguns dizem. No entanto, fazemos a aqui:

- Quem é você?
- Quem é você?

Perguntas. Já dizia um certo gato falante, que para quem não sabe onde ir, qualquer caminho serve. Mas, serve mesmo? É a vida apenas uma combinação de ambientes e

situações hostis, determinísticas, em que não se resta a fazer nada, a não ser tentar se “encaixar” no melhor caminho e oportunidade? Você está satisfeito com o caminho que está agora? — Apesar de a felicidade estar no caminho, e não na chegada, é a consciência de onde se quer chegar que dá a sabedoria para fazer as melhores escolhas; durante a jornada ou mesmo durante as situações triviais do dia-a-dia. A consciência de saber quem você é lhe dá o caráter e a força para lidar de forma íntegra e *verdadeiramente ética*, nos desafios que lhe são apresentados.

É por isto que fazer, constantemente, as perguntas certas, possibilitará ter uma vida bem melhor, muito melhor do que você espera. Várias serendipidades*** estão esperando para quem as procuram.

Se você se lançar nessa jornada de descoberta, perceberá que apesar das situações de vida começarem a se apresentar de forma inesperadamente melhores do que conseguiu imaginar — percebe que, o sentido inesperadamente encontrado é aquele mesmo sentimento de auto-realização que você sempre sonhou alcançar. Paradoxal? A auto-realização verdadeira de cada um, na maioria das vezes, vem com algo antes inimaginável, mas que sempre esteve presente no coração, na fonte de onde se originam todos os sentimentos. (...)

Esta auto-realização verdadeira só é possível se você entender que as perguntas são mais importantes do que as respostas. Mais ainda, se você entender que aquelas respostas e certezas que você defende da forma mais acalorada são, na verdade, os maiores entraves para sua própria auto-realização pessoal.

Já parou para pensar o porquê de carregar respostas e certezas prontas?..

Algumas das certezas mais propagadas em nossa sociedade é a separação entre o sucesso profissional (notadamente boa remuneração) e satisfação pessoal. Diz o nosso senso comum que os dois são incompatíveis.

É incontável o número de pessoas que sacrificam saúde e família (sem dizer a moral) para ter boa remuneração. É enorme a quantidade de pessoas que procuram algo que as fazem felizes, mas sem ter aquela remuneração desejada ou, ainda, tendo uma situação material mais difícil.

Muitos jovens já sabem, com assertividade, o que fazer no vestibular, que carreira seguir, qual é sua história de vida. Não tem jeito, alguns já tem a engenharia, a medicina ou outra profissão no sangue, e tem perfeita clareza disso. Tais jovens seguem a vida normalmente, tendo sim um bom equilíbrio entre satisfação e retorno material. Acreditar que não existem pessoas que combinam as duas situações é uma grande ingenuidade.

Entretanto, há aqueles jovens que tem dúvidas para qual curso se ingressar, e nesses casos, a pergunta mais frequente é: escolher “algo que dá dinheiro”, ou “algo que me faz feliz”? Há ainda jovens com nenhuma ideia mesmo, por terem muita capacidade e interesses em várias áreas diferentes, sendo, constantemente, “incompreendidos”. E também, aqueles que já tem decisão forte já tomada no curso a se fazer, ou direção de vida a se tomar, mas, decisão pautada em certezas rígidas, não na sua verdadeira vontade íntima. Neste último casos estão aqueles jovens que (1) ingressaram em cursos somente por acreditarem que ali teriam status, dinheiro, ou reconhecimento dos pais; os jovens que (2) escolheram cursos e atividades onde poderiam extravasar alguma revolta ou insatisfação contra o sistema, contra os pais, ou contra eles mesmos; como também os que (3) entram em uma vida de crimes, gangues, ou de mal-feitos éticos, achando que somente assim terão a condição de vida que almejam ter.

Atenção, quem escolher um curso ou carreira diferente daquilo que realmente lhe faz sentido terá problemas existenciais relevantes no futuro! Ah, como é pesado acordar de

manhã e enfrentar trânsito, tarefas, colegas, situações que não fazem sentido e não o completam como pessoa. Do contrário, como é leve e belo acordar para conquistar seu mundo, tendo certeza que aquilo é o que lhe faz sentido; que apesar das dificuldades, o interesse da vida está sendo completo. Acredito que vivemos realmente para isto, para esta felicidade interna e tranquila. Cada um, com o que faz sentido *somente para si!*

Mas como conseguir entender o que faz verdadeiro sentido? Como seguir nessa jornada “existencial”, tão subjetiva?

Aqui vai a notícia boa: Entender o que realmente faz sentido para você é tão complexo quanto complexa é a sua relação com as verdades construídas ou assumidas que você carrega consigo mesmo.

Livre-se dessas verdades pré-concebidas, livre-se das crenças limitantes, e o que te faz *realmente sentido* estará logo aí, reluzente para você. Como uma certeza que não precisa ser defendida, porque apenas é. O que o sentimento diz: é isto mesmo. Completude.

É aqui que entra todo o fantástico instrumental da Teoria U, desenvolvida pelo professor do MIT Otto Scharmer.

A Teoria U é uma metodologia para podermos operacionalizar no nível da *fonte*, ao nível do que realmente faz sentido. Ao nível mais profundo de quem realmente somos, ou, do que realmente importa para cada situação em que um grupo estiver vivenciando, como em uma organização

O novel da fonte é o ponto exato de partida para qualquer processo criativo que traga algo novo para a realidade. E, algo crucial deve ser dito sobre atuar no nível da fonte — sua importância não é a de buscar qualquer experiência “transcendental” ou algo do tipo — mas sim, ter informações completas para poder realizar qualquer processo criativo ou de construção.

Carreiras e histórias de vida são *criadas*, é uma construção pessoal. Quanto mais informações completas você tiver sobre como devem ser sua carreira e sua própria história de vida, mais elas estarão próximas de como elas *realmente* devem ser. Devem ser, no sentido de lhe deixarem mais realizado ou realizada.

ENCONTRANDO A FONTE

A fonte que a Teoria U se encontra dentro de um quarto nível de escuta. Nesta abordagem, para cada situação que vivenciamos (seja situação de curto ou longuíssimo prazo) temos quatro níveis de escuta, quatro níveis de abordagens para o entendimento da situação, do outro, e de si mesmo. Escutar ao nível da fonte significa abordar a situação através da sua essência, através da sua verdadeira realidade.

Para tanto, é necessário se permitir querer escutar a essência de cada questão, deixar ir embora formas antigas e cristalizadas de se perceber e de se posicionar nas variadas situações. A seguir, os níveis de escuta abordados por Scharmer:

1. Escutar a partir dos hábitos.

Nesse nível, nós analisamos uma situação através dos nossos próprios hábitos e próprios julgamentos. É o nosso nível “normal” de escuta, e é feita com base em tudo o que já sabemos. Durante a escuta neste nível fazemos um “download” de todas nossas certezas e verdades. É uma escuta a partir, e para mim, mesmo. O corpo endurece nessa escuta, o olhar pode ser tornar um pouco agressivo.

— O resultado desse nível de escuta é o de apenas reconfirmar nossas velhas opiniões e julgamentos. De ver a vida, as situações, as pessoas e nós mesmos pelos velhos prismas. Por aquilo que nos deixa confortável, porém, em um conforto de certa forma

aflictivo, por sentir um enorme risco em abandonar as posições e opiniões que nos deixaram nesse lugar conhecido. Que opinião é tão importante para ser defendida e vivida que, ao fazê-lo, não me permite melhorar minha própria experiência e satisfação na vida?

— *Quando alguém não dá ouvidos às outras possibilidades, sua carreira e sua história de vida serão tão limitadas quanto limitada é sua visão e suas certezas individuais.*

2. Escutar do exterior do objeto.

É a escuta factual, que consegue perceber as diferenças de nossas próprias opiniões e certezas. Aqui, entende-se informações que desconfirmam nossas verdades. Percebemos o que é diferente daquilo que *esperaríamos ver*, por achar que *já sabemos*. Para este nível de escuta, é necessário acessar o estado de mente aberta. Abrir-se para novas possibilidades. E somente se faz, se vencer a voz do julgamento. Charles Darwin tinha um caderno onde anotava tudo o que observava que contradizia sua teoria. Ele sabia que nossa mente costuma se livrar de observações que são diferentes de nossas certezas, que são diferentes do que esperaríamos observar.

— Esta é a escuta usada na ciência e nas mudanças tecnológicas. Mas é ainda insuficiente para lidar com complexas mudanças sociais e pessoais.

3. Escutar a partir do interior do objeto:

É a escuta empática. Que através da empatia consegue ver a partir dos olhos e perspectivas da outra pessoa. Não é apenas ouvir a outra opinião, é se posicionar a partir do lugar onde tal opinião foi gerada. Para este nível de escuta é necessário acessar o estado de coração aberto. Conectar-se emocionalmente com o outro. Não para perder-se nas emoções dele, mas para sentir como o outro se sente. Somente consegue chegar nesse nível de escuta se, após vencer a voz do julgamento ir além, e vencer a voz do cinismo. A voz do cinismo é a que despreza a sinceridade ou qualquer lado positivo de outras possibilidades. É perigosa para si mesmo, já que não adianta abrir a mente para logo depois se fechar ainda mais nas próprias convicções, com o agravante de passar a *desprezar* as novas possibilidades. Para pensar na carreira e história de vida, a escuta empática deve ser direcionada para si. Qual é a conexão emocional que você tem com você mesmo?

— A escuta empática direcionada para si permite sentir quais são nossos verdadeiros sentimentos. O que realmente nos faz bem, e o que não é bom em nossas emoções.

— É um nível mais difícil de se enganar, já que sentir bem ou não é algo imediato. Desenvolver esta empatia consigo mesmo nos ajuda a perceber quais das nossas verdades e certezas, qual dos nossos hábitos não nos fazem bem, ainda que estejam conosco a bastante tempo.

— A empatia consigo mesmo e escuta das próprias emoções é o primeiro passo para a boa escolha e direcionamento de carreira. Nada melhor do que saber o que nos faz sentir bem.

4. Escuta a partir da **Fonte**.

É a escuta principal para a Teoria U. Avança-se nos outros níveis apenas para aprofundar a escuta, e saber escutar a partir da fonte, escutar a partir da essência! Só se escuta a partir da fonte se acessar verdadeiramente o estado da vontade aberta. Vencer a voz do medo, para deixar ir todas as crenças e verdades que nos limitaram até hoje, para então deixar vir o *novo*. Não o novo que nossas crenças antigas pedem... mas o impensável, o novo de verdade!

— Escutar a partir da fonte é escutar a partir de um futuro que quer emergir. E a este futuro se conectar.

— Esse futuro que quer emergir transforma totalmente nossa identidade e nossa percepção de si mesmo, para aquela que realmente é, para nossa verdadeira essência, para o quem que realmente queremos ser.

Escutar ao nível da fonte permite nos perceber além do nível do nosso passado e do que nós fomos até aqui — permite nos ver em termos das nossas maiores possibilidades de futuro. Não é ver apenas nossas dificuldades, desafios e insatisfações atuais, mas ver tudo aquilo que temos verdadeiro potencial de ser, a nossa essência. Nosso desejo melhor e mais profundo para nós mesmos.

Nas palavras de Otto Scharmer:

"Que cada um de nós não é um, mas dois. Cada ser humano e cada comunidade não é um eu, mas dois. Um é o eu atual. É o resultado de nossa jornada do passado. E o outro é o futuro Eu que emerge. Minha maior possibilidade de futuro que eu poderia me envolver, que eu poderia concretizar, em minha jornada avante. E é disso que a essência do processo U e a essência do presencing (escutar a fonte) se tratam, e de fato a essência da parte inferior (mais profunda_ da experiência U é que esses dois eus começam a se ouvir, ainda que haja um avião passando por perto. De forma que ignoramos o ruído ao nosso redor. E realmente prestamos atenção no que é o mais essencial. Os mais essenciais fatos da vida. E o que é a vida? É o mundo e é o eu. E o eu tem dois elementos-chave; quem sou hoje, meu eu atual, e meu futuro Eu que emerge, minha maior possibilidade de futuro. E fazer com que esses dois eus comecem a se ouvir de fato é a essência do que esta parte da jornada trata".

Este é um caminho que não pode mais ser negligenciado na atualidade. Desde a crise de 2009 as empresas que mais têm crescido no mundo são aquelas que são criadas a partir do propósito mais profundo dos seus fundadores e dos seus funcionários de maior destaque.

Basta olhar para algumas personalidades como Elon Musk, Steve Jobs e Tim Cook, Richard Brenson, Simon Sinek, Alexander Osterwalder, entre vários outros.

Quantos amigos não cursaram um curso ou seguiram um caminho porque era o que estava "em alta" na época? O país vive vários ciclos de investimento em engenharia, e quantas pessoas não se encontram frustradas, por terem escolhido um curso que não eram sua verdadeira vocação apenas pela situação no mercado?

Encontrar a jornada que lhe faz sentido não é apenas a chave para ter uma vida que realmente lhe satisfaça, como também exercer suas melhores qualidades e assim ter mais resultado com sua profissão. Tudo aquilo que as pessoas que não escutam a si mesmo perseguem é encontrado, justamente, por quem escuta sua própria fonte. Quem escuta seu verdadeiro eu começa a perceber tudo o que pode se tornar, porque o aquilo que você pode se tornar já está guardado aí dentro, desde o seu nascimento, desde quando você respirou pela primeira vez.

O mercado está ávido por inovação e por produtividade. As duas questões mais importantes para qualquer economia, e que temos muito pouco em nosso país. Encontre aquilo que é mais inovador, e mais produtivo, pois o verdadeiro Eu é a essência mais inovadora e produtiva de si mesmo, e aí sim - poderá ter boas remunerações e uma vida material tranquila, que suporte as questões de expressões do seu ser.

O trabalho é sim duro. O segredo é saber dar forma à visão do novo que sua essência pede que seja emergido. É saber conhecê-la cada vez mais e mais. E, depois, saber prototipar o novo que *somente você pode trazer* para o mundo. O mundo não recebe de forma fácil todo o novo que você traz, seja no empreendedorismo, seja na sua profissão, seja no seu comportamento. Ele quer que você o convença que o novo que você traz é o melhor mesmo. Se o seu novo não for de fato melhor para o mundo, ele não se importará com ele.

Então, você precisa ter aquela certeza do potencial do seu novo, mas aquela certeza, como dissemos antes, que sentimos que simplesmente é. Aquilo que lhe faz sentir melhor, consigo mesmo e com a vida.

Estar no nível da fonte é o que dá mais energia para qualquer pessoa. É impressionante. Lembro de um bom amigo da Lituânia ficar impressionado, depois de passarmos o dia inteiro trabalhando com projetos no nível da fonte, e ter perguntado: “Por que no final do dia estamos com mais energia do que quando começamos?!”. Essa energia é o que lhe dá condições para prototipar esse novo que só você traz, que é você, ao mundo. É esta energia que lhe permite aprender a melhor forma de apresentá-lo, encaixá-lo, e performá-lo. Para só depois, servir como bom exemplo para os outros.

É por isso que a jornada é muito melhor do que o destino. É muito gostoso descobrir e se tornar, cada vez mais, quem nós realmente somos. O que o mundo, e você, verdadeira precisam, é da mais pura expressão de você mesmo. Se somos iguais aos outros, nos tornamos descartáveis.

Em nosso trabalho de consultoria de planejamento estratégico e de orientação vocacional trabalhamos em como descobrir a fonte, a verdadeira vocação de vida do profissional ou empreendedor, e também, como institucionalizar sua essência no mundo, pela forma de atuar ou pelo seu negócio, e fazer este futuro que quer emergir se tornar a mais pura realidade.

Sugerimos que complete nosso questionário do “Mapa do Propósito”, (bit.ly/mapadoproposito) que pode lhe ajudar a descobrir o que realmente faz sentido para você, e a aprofundar sua escuta para poder ouvir sua fonte, o seu Eu que está aí agora, lhe pedindo para Ser.

CAPÍTULO 29

Tatiana Marx foi o último reforço do Livro entrando para marcar gol de placa aos 47 do segundo tempo. Sua participação nesse livro vem da minha “audácia criativa”. Pesquisando para escrever o livro encontrei dois vídeos sobre Multipotenciais em seu canal no Youtube. Eu a citei no livro mas me veio a ideia de ir atrás dela para convidá-la a participar mais ativamente da construção desse projeto que ela já ajudara sem saber. Você e eu sabemos que o “não” a gente sempre já possui de antemão. Usei a minha “audácia criativa” e fui convidá-la a conhecer o projeto. Marcamos uma reunião no Skype e a mágica aconteceu. Ela leu todo o rascunho do livro em uma madrugada. Criou um tempo em sua agenda super lotada e criou um texto exclusivo para esse livro. Eu me dei o direito de me auto congratular pela minha coragem. Se eu não a tivesse tido, não teríamos a contribuição da Tatiana aqui. Convido você a pegar essa experiência como exemplo e arriscar mais para fazer a sua rede crescer. Agradeço imensamente pela sua abertura Tatiana! Que seja apenas a primeira de muitas parcerias multipotenciais entre nós! Aproveitem o texto, COM MUITO TESÃO!

TEXTO TATIANA MARX

Eu não falo sobre negócios, eu falo sobre Tesão

Existem cerca de 7 bilhões de pessoas no mundo, e cada uma é totalmente diferente da outra.

Cada pessoa tem uma combinação única de características e habilidades. É como as digitais, ninguém tem o mesmo desenho que outro...

Isso é lindo, mágico e impressionante: Como é possível 7 bilhões de pessoas existirem e nenhuma ser igual a outra?

Foi um Ser muito criativo que projetou isso tudo né? Eu sempre tive a curiosidade de saber como nós funcionamos por dentro e essa minha curiosidade me fez estudar e vivenciar a medicina legal (não a licenciada quero deixar claro), meu estudo foi autodidata mas minha prática (mão na massa mesmo), já se estende por mais de 14 anos...

Apesar dessa fantástica dádiva de sermos concebidos diferentes, sempre queremos nos igualar uns aos outros e quando vemos já estamos enquadrando as pessoas em modelos padronizados e ditos como ideais, e o pior de tudo, quando vemos já estamos nos moldando nesse mesmo modelo “correto” e ideal.

Por quê??? Por quê??? Não faz sentido pra mim, nadar contra a maré, aplicar força contrária...

Se você é único e, portanto diferenciado, porque se tornar padronizado, portanto massificado?

Parece que o modelo industrial não se aplicou apenas à economia, onde todos têm que ser especialistas e carreiristas.

Esse modelo, que, diga-se de passagem, está ultrapassado e não nos serve mais, se estendeu para o lifestyle, para o comportamento, para a estética e para a linguagem.

Se você quiser pertencer a um determinado grupo, é simples: se pareça com ele, mesmo que você tenha que anular sua personalidade e colocar o seu propósito em desalinho com o seu objetivo de vida.

Faça isso. Seja aquilo. Não pode ser assim. Não é normal. Desse jeito não vai dar certo... São expressões faladas e repetidas por todos e a todo o momento sem nenhuma razão lógica de ser.

Ora, se hoje o mercado diz: Para se destacar nesse ambiente extremamente competitivo você tem que ter diferencial, então porque colocar as pessoas em moldes padronizados ainda parece fazer sentido?

Você veio pra essa *bodega* para mover um nanômetro no mundo. Só você, ser único e criativo, pode fazer isso.

Eu sou Tatiana Marx, empreendedora, técnica em necropsia da polícia civil, cabeleireira, maquiadora, designer, programadora, consultora em marketing, fotógrafa, culinária saudável, beer sommelier, vídeo maker, dançarina burlesca e, e, e, e ou simplesmente poderia dizer que eu sou uma multipotencial, mas isso não está no catálogo de profissões.

Aliás, falando em profissão, vou criar um abaixo assinado no site change.org para resolver o problema das fichas de dados cadastrais (tipo ficha de hotéis, seguradoras, etc), já repararam que só tem um campo minúsculo para preencher a profissão?

É sempre a parte mais difícil pra mim, eu fico pensando o que será que essa empresa ou pessoa vai gostar de saber que eu faço... Acho que essa vai gostar de saber que sou designer, esse com certeza

vai gostar de saber que sou consultora de marketing, já essa aqui vai gostar de saber que sou técnica em necropsia rsrs. Brincadeira, ninguém gosta de saber isso definitivamente...

Mas me diga... Quando me apresentei você pensou algo parecido com: Nossa como é possível ser tudo isso? Bom, ela não deve fazer nada direito, ou ainda, ela precisa focar, e escolher alguma dessas coisas, senão...

Mas, quantos de vocês pensou algo parecido com: nossa como é possível ser tudo isso? Bom, ela não deve fazer nada direito. Ou ainda, quem pensou: Você precisa focar menina, você tem que escolher alguma coisa, senão... (levantem a mão por favor)

Para os que pensaram assim eu respondo: Senão o que? Senão eu posso dominar o novo mundo que está pintando por aí? Senão eu posso criar combinações inovadoras e realizar ideias incríveis? Senão eu posso ser eu mesma, fazendo tudo que amo e usando minha criatividade? Senão eu posso criar uma nova profissão ou um novo trabalho *tesudo* pra chamar de meu e posso ganhar dinheiro, bufunfa com ele? Senão eu posso empreender o que tenho de mais rico e precioso, o meu próprio capital humano?

O novo mundo pede integralidade e conexão, ou seja, para alcançar um determinado objetivo com sucesso você precisa integrar várias áreas.

Exemplo: se você quer ter foco e ser mais produtivo, não basta apenas aplicar uma estratégia básica lida em algum livro, é necessário também recrutar outras áreas, que à primeira vista parecerão desconexas.

Tente se alimentar bem e de forma correta, e evite carboidratos, pois eles geram picos de insulina e fazem seu cérebro trabalhar no modo bicho preguiça com dislexia.

Exercite-se para manter seu corpo jovem e dinâmico e poder acompanhar seu intelecto afiado.

Medite ou arrume alguma outra maneira de se conectar com a sua essência, para aprender a resolver e superar melhor as adversidades que surgem, e se livrar das tensões que podem te deixar doente.

Nesse caso temos várias disciplinas diferentes regendo o mesmo instrumento (você). Corpo, mente e alma em perfeita conexão.

Porque nós também não podemos ser integrativos quando nos expressamos para o mundo através do nosso trabalho?

Se criássemos conexões e integrássemos nossas habilidades não precisaríamos escolher.

A escolha é sempre excludente, sou entusiasta da adição...

Pense, nós não precisamos mais escolher mais entre um aparelho que faça ligação, entre um que mande mensagem ou entre outro que dê para escutar músicas.

Hoje está tudo em um único aparelho, nossa companhia inseparável, o *smartphone*...

E se nós fossemos assim? Multitalentos, multipotencias, multifunções? Quanto valor estaríamos gerando para o mundo, para a empresa que trabalhamos ou o para nosso próprio empreendimento?

E quanto seria tão mais possível empreender, já que exercendo vários papéis dentro de um negócio precisaríamos de menos recurso monetário para ele existir ou pelo menos iniciar?

Esse é o lado business, mas também tem o lado do Tesão... Já imaginou colocar suas paixões na roda? Seria fantástico se minha paixão por fotografia pudesse enriquecer meus projetos. Hoje isso é totalmente possível, somos seres conectados, ligados em rede e é preciso estar, ser e fazer muitas coisas para se destacar e nisso entram suas multi curiosidades e vivências que determinam seu repertório.

Seu repertório te coloca em um lugar de destaque ou te coloca em um lugar comum?

Você pode ser apenas um consultor de marketing digital, mas e se você fosse um consultor de marketing que tivesse ferramentas que auxiliasse o seu cliente a se descobrir através do seu negócio, a definir seu propósito e a traçar um objetivo alinhado a esse propósito, tudo isso aplicando técnicas que você aprendeu estudando PNL, metafísica, meditação, desenvolvimento pessoal, espiritualidade, coach, ahh sabe aquele workshop do Bernardinho do vôlei que você assistiu? (Sim, isso também entra aqui, e deve ter gerado inputs bem fodas). É disso que estou falando...E não somente de estudos profundos.

E se depois de você ter ajudado seu cliente a se conhecer através do seu negócio, você ajudasse-o a definir uma imagem para esse negócio que tivesse a cara dele? Eu sempre digo que você é o seu negócio criativo, então o seu negócio precisa ter uma imagem coesa, que represente a sua essência, o famoso Brand (que não é só a logo não minha gente, são as cores, a linguagem e escrita que será usada, qual o tipo de abordagem terá o seu negócio, storyteller, quem ele atingirá... é como se você definisse o lifestyle do seu negócio). Para ajudá-lo nisso você poderia usar seus conhecimentos em design, programação, escrita criativa, videomaker, fotografia, maquiagem e cabelo, visagismo e etc...

E não para por aí, pois ainda falta o seu cliente se lançar para o mundo, lançar seu empreendimento, sua ideia. Aí podem entrar suas habilidades em marketing digital propriamente ditas como: Estratégia, funil de vendas, captação de leads, anúncios, e outras como financeiro, R.H. e planilhas.

Mas nada disso seria possível sem habilidades como criatividade, paciência, síntese, capacidade de transformar, adaptabilidade, pesquisa, aprendizagem rápida, comunicação e por aí vai...

Já parou pra pensar o quanto de valor tem esse trabalho? Quantos tipos de serviços podem ser criados? Quantas combinatividades podem existir? Praticamente infinitas.

Criei uma lista do que eu considero que os novos profissionais (ou profissionais do futuro que já é presente) precisarão:

1. Se conhecer e se respeitar para ser o mais autêntico possível e criar diferencial.
2. Ter uma atitude empreendedora, ou seja, colocar ideias em prática mesmo trabalhando em corporações ou empresas como empregados.
3. Ser Multipotencial, ou seja, ser multiapaixonado por assuntos diversos adquirindo habilidades cross setoriais.

4. Ter propósitos alinhados com seu objetivo de vida.
5. Ter TESSÃO pelo que faz.
6. Entender que o tangível é escasso, mas o intangível é infinito, gerador de valor e de recursos multimoedas (dinheiro, trocas, tempo, etc).
7. Valorizar a independência, mas também entender que junto é possível chegar lá mais rápido.
8. Ser integrativo: Perceber que você interfere no meio ambiente e ele em você.

E foi dessa premissa que eu parti para criar o meu negócio tesudo. Aquele que eu posso ficar fazendo a vida toda sem me entediar, aquele que me proporciona estados de flow memoráveis, aquele eu tenho orgasmos múltiplos fora da cama, sabe?

Eu ajudo pessoas a descobrirem suas múltiplas habilidades e usá-las para empreender em um novo mundo que está pintando por aí... mas, eu quero deixar bem claro pra vocês, eu não falo sobre negócio, eu falo sobre tesão...

Eu ajudo essas pessoas a entenderem que são um universo de possibilidades e não precisam se preocupar com modelos impostos, nem tão pouco ficarem à deriva quando o mundo sofre uma crise.

Falando em crise: o mundo não está passando por uma crise, ele está passando por uma transição.

E você? É a transição para esse novo mundo ou apenas está à deriva? Você está gerando valor para esse novo mundo por meio da sua atitude empreendedora , multipotencial e integrativa?

Tatiana Marx – Multipotencial

SEÇÃO 5 GLOSSÁRIO

Arquétipo: é o primeiro modelo ou imagem de alguma coisa, antigas impressões sobre algo. É um conceito explorado em diversos campos de estudo, como a Filosofia, Psicologia e a Narratologia. [Fonte.](#)

Big picture: capacidade de ver a perspectiva geral, de pensar e planejar estrategicamente, de compartilhar uma visão com os demais. [Fonte.](#)

Capoeira Angola: é o estilo de capoeira mais próximo de como os negros escravos jogavam a capoeira. Caracterizada por ser mais lenta, porém rápida, movimentos furtivos executados perto do solo, como em cima, ela enfatiza as tradições da capoeira, que em sua raiz está ligada aos rituais afro-brasileiros, caracterizados pelo candomblé. Sua música é cadenciada, orgânica e ritualizada e o correto é estar sempre acompanhada por uma bateria completa de oito instrumentos, chamada de bateria de Angola. [Fonte.](#)

Catalisador: (utilizei no sentido figurado) é uma substância que reduz a energia de ativação de uma reação química e aumenta a sua velocidade de reação, sem, contudo, participar dela. [Fonte.](#)

Design Thinking: é o conjunto de métodos e processos para abordar problemas, relacionados à aquisição de informações, análise de conhecimento e propostas de soluções. Como uma abordagem, é considerada a capacidade para combinar empatia em um contexto de um problema, de forma a colocar as pessoas no centro do desenvolvimento de um projeto; criatividade para geração de soluções e razão para analisar e adaptar as soluções para o contexto. Adotado por indivíduos e organizações, principalmente no mundo dos negócios, bem como em engenharia e design contemporâneo, o design thinking tem visto sua influência crescer entre diversas disciplinas na atualidade, como uma forma de abordar e solucionar problemas. Sua principal premissa é que, ao entender os métodos e processos que designers usam ao criar soluções, indivíduos e organizações seriam mais capazes de se conectar e revigorar seus processos de criação a fim de elevar o nível de inovação. [Fonte](#). Assista [esse vídeo](#).

Factível: realizável, que pode ser realizado.

Hiperprodutividade: assista [esse vídeo](#).

Inexorável: é um adjetivo de 2 gêneros que descreve uma pessoa ou situação inflexível, implacável, austera ou rigorosa. Alguns sinônimos de inexorável podem ser: intransigente, inquebrável, inevitável, etc. A palavra inexoravelmente é o advérbio de modo que indica alguma coisa que é feita ou que acontece de forma inexorável. Ex: Apesar de todas as dificuldades, ele continuou lutando inexoravelmente. A inexorabilidade implica uma atitude de alguém que não cede perante pressões ou pedidos de outras pessoas, ou uma decisão que não pode ser mudada. Ex: Eles tentaram reverter a situação, sem sucesso, porque a decisão era inexorável. [Fonte](#).

Mindset: os americanos adotam a terminologia "Mindset" para representar o modo dominante como vemos, compreendemos e julgamos as coisas à nossa volta, o que por sua vez norteia as nossas ações no dia a dia profissional, pessoal e também o mundo dos negócios. Este termo, numa tradução coloquial e livre, significa: modelo mental predominante, forma institucionalizada de enxergarmos as coisas ou também paradigma pessoal ou empresarial. [Fonte](#).

Serendipidades: é um anglicismo que se refere às descobertas afortunadas feitas, aparentemente, por acaso. [Fonte](#).

Verossímil: que aparenta ser verdadeiro: uma descrição verossímil. Que é admissível ou realizável por não se opor à verdade; que não repugna à verdade; plausível: história verossímil. [Fonte](#).

SEÇÃO 6

LINKS IMPORTANTES

DADOS SOBRE DIFERENÇAS NO TEMPO GASTO COM TRABALHOS COTIDIANOS ENTRE E HOMENS E MULHERES.

<http://www.oxfam.org.uk/media-centre/press-releases/2016/03/women-spend-two-days-a-month-more-than-men-on-housework-and-childcare>

<http://www.tsf.pt/sociedade/interior/tarefas-domesticas-mulheres-trabalham-muito-mais-que-homens-nos-jovens-e-igual-5252943.html>

<http://www.sheknows.com/home-and-gardening/articles/1006895/how-much-time-do-you-spend-maintaining-your-home>

<http://www.bls.gov/TUS/CHARTS/HOUSEHOLD.HTM>

DADOS SOBRE MULTIPOTENCIAIS

<https://www.linkedin.com/in/shashashasha>

<http://rachelbinx.com/>

<https://www.youtube.com/user/BarbaraSherWishcraft/about>

<https://www.youtube.com/watch?v=4sZdcB6bjl8>

<https://www.google.com.br/search?sourceid=chrome-psyapi2&ion=1&espv=2&ie=UTF-8&q=exemplos%20multipotential%20people&oq=exemplos%20multipotential%20people&aq=s=chrome..69i57.12818j0j7>

<http://www.missstrangelove.com/tag/multipotential/>

<http://puttylike.com/terminology/>

<http://educationaladvancement.org/grow-multipotentiality-gifted-youth/>

BIBLIOGRAFIA

LOBACHEV, Sergey. Top languages in global information production. Partnership: The Canadian Journal of Library and Information Practice and Research, [S.l.], v. 3, n. 2, dec. 2008. ISSN 1911-9593. Available at: <<https://journal.lib.uoguelph.ca/index.php/perj/article/view/826/1358>>. Date accessed: 11 sep. 2016. doi:<http://dx.doi.org/10.21083/partnership.v3i2.826>.