BOLSA BLINDADA 2

bolsa_blindada_2 - prova 1.indd 1 14/08/14 21:09

PATRICIA LAGES

BOLSA BLINDADA 2

Controlar seu orçamento e realizar seus sonhos nunca foi tão simples

Thomas Nelson
Brasil®

Rio de Janeiro, 2014

bolsa_blindada_2 - prova 1.indd 3 14/08/14 21:09

© 2014 *by* Patricia Lages

Publisher *Omar de Souza*
Editores *Aldo Menezes e Samuel Coto*
Produção *Adriana Torres*
Thalita Aragão Ramalho
Produção editorial *Luana Luz*
Capa *Julio Moreira*
Preparação de originais *Fernanda Silveira*
Revisão *Milena Martins*
Carolina Rodrigues
Ilustrações *Carla Pilla*
Diagramação e projeto gráfico *Carmen Beatriz*

As citações bíblicas foram extraídas da Nova Versão Internacional, salvo quando especificado. As com a indicação RV são da Reina-Valera.

Crédito da música de Milton Nascimento "Maria Maria", na página 89: letra de Milton Nascimento e Fernando Brant. *Clube da Esquina 2*, 1978, EMI/Odeon. Crédito da música dos Titãs "Família", na página 196: letra de Tony Bellotto e Arnaldo Antunes. *Cabeça dinossauro*, 1986, WEA.

CIP-BRASIL. CATALOGAÇÃO NA FONTE
SINDICATO NACIONAL DOS EDITORES DE LIVROS, RJ

?????

Lages, Patricia
Bolsa blindada 2: controlar seu orçamento e realizar seus sonhos nunca foi tão simples / Patricia Lages. - 1. ed. - Rio de Janeiro : Thomas Nelson, 2014.
240 p. : il. ; 23 cm.

Inclui bibliografia
ISBN 978-857-860???-?

1. Educação financeira. 2. Finanças pessoais. I. Título.

??=????? CDD: ???.???
CDU: ???.???.?

Thomas Nelson Brasil é uma marca licenciada à Vida Melhor Editora S.A.
Todos os direitos reservados à Vida Melhor Editora S.A.
Rua Nova Jerusalém, 345 – Bonsucesso
Rio de Janeiro – RJ – CEP 21402-325
Tel.: (21) 3882-8200 – Fax: (21) 3882-8212 / 3882-8313
www.thomasnelson.com.br

Sumário

Agradecimentos, 7

Introdução, 9

Parte 1. Prepare-se para crescer, 17

Capítulo 1. Organize-se, 19

Capítulo 2. Planilhas de orçamento e tabelas de controle, 45

Capítulo 3. Blindete empreendedora—renda extra, 83

Parte 2. Gerenciando suas finanças, 97

Capítulo 4. Colocando a casa em ordem, 99

Capítulo 5. Comprando bem, que mal tem?, 141

Parte 3. Realizando sonhos, 179

Capítulo 6. Como iniciar ou aumentar seu patrimônio, 181

Parte 4. Crescendo profissionalmente, 211

Capítulo 7. O trabalhador é digno do seu salário, 213

Fontes, 236

Referências, 237

Créditos, 238

Agradecimentos

A Deus, que inspira cada texto que escrevo, sem Ele não faço nada.

Ao meu marido, Wel Calandria, sempre generoso em abrir mão de todo tempo de que preciso para me dedicar à escrita.

Aos amigos Renato e Cristiane Cardoso, padrinhos do *Bolsa Blindada*.

A minha irmã Sandra, que me apoia e auxilia sempre que tem uns minutos livres em sua agenda sempre cheia.

A querida Ester Bezerra, que nos ensina até em silêncio.

A Méuri Luiza e Luana Botelho, amigas de todas as horas.

E a todas as "blindetes" que me acompanham nas redes sociais e no blog, que fizeram do *Bolsa Blindada* um sucesso em todo Brasil. Juntas somos mais fortes!

Introdução

O que é ser "blindete"?

Ser bem-sucedida financeiramente nos nossos dias é praticamente uma obrigação. Antigamente, o projeto de vida das mulheres era preparar-separa o casamento, para a maternidade e para a administração da casa — o que não era ruim, em minha opinião. Mas os tempos são outros. Nossas antecessoras

dedicavam-se a escolher um bom pretendente, ser boa dona de casa, cozinhar divinamente e educar os filhos para serem cidadãos de bem. Uma missão e tanto!

Hoje, nós, mulheres, apesar de termos conquistado o mercado de trabalho e nossa independência financeira, não nos livramos das tarefas domésticas do passado. Pelo contrário, a obrigação de cuidar da casa, dos filhos, das refeições e de tudo o que esse universo envolve ainda é nossa. Quer uma prova? Experimente sair com seu marido toda arrumadinha, enquanto ele usa uma camisa amarrotada estilo Dr. House[1] (mesmo que seja por vontade dele). Você acha que as pessoas vão dizer que ele é um desleixado ou que você, a esposa dele, não teve nem coragem de passar a camisa do pobrezinho? E mais: quem vai reparar e fazer esse tipo de comentário não é os homens, e sim as próprias mulheres! Nós temos sido as críticas mais cruéis de nós mesmas.

Ainda que você não seja casada, em algum momento da vida já deve ter sido cobrada para que seu quarto fosse impecavelmente bem arrumado, enquanto o do seu irmão podia ter até uma meia suja pendurada no lustre e um saco vazio de batata frita embaixo da cama. Ora, o dele é assim porque ele é homem! Não é o que dizem?

---

[1] Dr. House é a personagem principal do seriado *House*. Trata-se de um médico brilhante e mal-humorado, que se vestia de maneira bastante desleixada.

Por mais injusta que essa diferença de tratamento seja, nós, mulheres, temos um talento extra que os homens não têm: somos capazes de fazer inúmeras coisas ao mesmo tempo. E bem feitas. O importante é não deixarmos que essa habilidade de ser multitarefas acabe jogando contra nós. Calma que eu explico. Com a gente não tem enrolação, nem segredos, nós rasgamos o verbo!

Parece-me que as mulheres estão errando a mão na questão da independência, pois foram de um extremo ao outro. Antigamente, a mulher era obrigada a aguentar tudo, até traições e maus tratos do marido, simplesmente porque ela dependia dele para tudo. Era aceitar a situação ou ir com os filhos para debaixo de uma ponte, sem falar do preconceito todo que uma divorciada enfrentava no passado (e, cá entre nós, enfrenta até hoje, ainda que em menor grau). Atualmente, porém, a mulher se tornou tão independente que chega a achar que não precisa de nada nem ninguém. Com isso, muitas têm reduzido seus companheiros à condição de meros assistentes. Bem, eu disse meros assistentes, mas você que me conhece já sabe que não sou de meias palavras, então lá vai: tem mulheres que reduzem seus maridos a uns bananas!

O fato de você estar lendo este livro significa que deseja crescer financeiramente — e você vai, é só uma questão de seguir as orientações, ser determinada e perseverar —, mas esteja preparada para que esse crescimento

não venha a prejudicá-la em outras áreas. Particularmente, sempre sonhei em ser bem-sucedida profissional e financeiramente, mas nunca à custa de viver sozinha ou de ter de sustentar alguém. Sempre quis uma pessoa com quem pudesse crescer junto, e não alguém para carregar nas costas. Encontrei essa pessoa e posso dizer que é perfeitamente possível conciliar a carreira e o casamento, fazendo com que ambos sejam bem-sucedidos. Vejo, no entanto, que muitas mulheres acabam tomando a frente de tudo, bancando tudo, decidindo tudo, sustentando tudo. Desde antes do namoro, já são elas que "vão para cima" e não deixam nem sequer que os homens as conquistem. Depois, decidem onde jantar (e pagam a conta), decidem aonde passear (e pagam a entrada), decidem ter um filho (e pagam sua educação) — sem perceber, reduzem o outro a um zé-ninguém. Mais tarde, são essas mulheres que irão reclamar que têm de ser "o homem da casa", quando, na verdade, foi a maioria delas que trilhou esse caminho. Plantaram a bananeira, adubaram, regaram e a cultivaram durante anos e anos, mas agora não querem colher "os bananas".

Segundo uma pesquisa conduzida pelo *National Fatherhood Institute*, nos Estados Unidos, os problemas financeiros são a segunda maior causa de divórcios no país. Por isso, eu não poderia deixar de começar esse livro sem abordar esse viés.

Casada ou solteira, você precisa ter um objetivo maior do que o dinheiro em sua vida. Colocá-lo acima da família, de sua vida amorosa e até de seus princípios não é uma boa estratégia. Será como correr atrás do vento. No final da história, você terá protagonizado o filme "MIP — Mulher Independente e Poderosa", porém, quando acenderem-se as luzes, o cinema vai estar vazio. E não é isso que a gente quer, certo?

Ser uma "blindete" — aquela que blinda a sua bolsa — é mais do que querer ser bem-sucedida. É estar sempre buscando o equilíbrio entre o **ter** e o **ser**. Nós queremos **ter** independência financeira sim. Mas queremos **ser** felizes também. Ter independência significa apenas que não queremos viver à custa de ninguém. Não quer dizer que queremos ter outras pessoas dependendo (ou se aproveitando) de nós. É claro que, no caso de um marido desempregado, de um negócio que não deu certo ou mesmo de uma época de vacas magras, a mulher deve assumir tudo o que puder para ajudar o esposo a se reerguer. Notou a expressão? Ajudar a se reerguer, e não carregá-lo nas costas para o resto da vida. Ninguém aguenta isso por muito tempo e as pesquisas estão aí para comprovar.

Desde que o mundo é mundo, o homem tem a função de ser o provedor, aquele que traz o sustento para a família, enquanto a mulher é a administradora, aquela que tem o dom de gerir os recursos da família e fazer da

sua casa um verdadeiro lar. Independentemente de ser o homem ou a mulher (ou ambos) a trazer o sustento financeiro para a casa, nenhuma mulher quer um banana a seu lado. Então, ainda que você ganhe mais que seu marido, isso não é motivo para passar por cima dele. A mulher tem esse dom mais apurado de administrar, gerenciar e controlar o bom andamento de sua família; nós estamos programadas para isso. Mas quando a mulher é descontrolada, gasta mais do que ganha, não liga a mínima para as finanças e quer tudo o que vê pela frente, a família toda vai para o brejo. Ou melhor, para o SPC!

Então, meninas, cabe a nós sermos boas gestoras financeiras e estabelecermos as bases da nossa família com equilíbrio, mesmo com todo o bombardeio que nossa bolsa possa receber diariamente.

Casada ou solteira, você é atacada todos os dias por milhares de coisas que propagandas dizem que você precisa enlouquecidamente comprar agora! Então, blindar a sua bolsa contra esses ataques deve fazer parte da sua vida. O mercado publicitário descobriu que é a mulher quem define qual será o carro da família, onde passarão as férias e de que cor pintarão a casa. Por isso, os comerciais de TV e todo tipo de publicidade, salvo um ou outro produto de uso exclusivo dos homens, são voltados para o público feminino.

Você que é mulher sabe muito bem que nós temos o dom da persuasão e podemos convencer o homem a fazer

quase tudo o que queremos. Se o seu marido quer um carro branco, mas você quer um carro preto, é pouco provável que vocês entrem num acordo e comprem um carro cinza. No final das contas, é o carro preto que vai adentrar sua garagem. Por isso, em vez de reclamar aos quatro cantos que ser mulher é uma injustiça tremenda, aprenda a usar os seus dons em benefício de todos.

Quando a mulher é controlada e sabe como gerir os recursos da sua casa, tudo funciona muito melhor. Ela é capaz de colocar marido e filhos na linha. O contrário é bem mais difícil. O marido pode até esconder o cartão de crédito da esposa, proibi-la de comprar outro par de sapatos ou ameaçar fechar a conta bancária dela, mas se ela realmente quiser alguma coisa, ela vai dar um «jeitinho». Ah, vai! Ainda que seja comprar escondido e depois inventar uma história mirabolante que deixaria qualquer novelista no chinelo. Você, porém, não precisa de nada disso. Aprendendo a gerenciar seu dinheiro você vai tomar as rédeas de suas finanças e guiá-las pelo caminho que quiser.

Este livro tem como objetivo fornecer ferramentas para você administrar seu orçamento sem ter de investir horas e horas nisso. Eu sei que você não tem tempo a perder, por isso, reuni planilhas, listas, sistemas de organização e informações que quero compartilhar com você. E para facilitar ainda mais, você poderá baixar esse material extra em meu blog e usar sempre que quiser. Não é o máximo?

A cada capítulo, você irá aprender como usar, de forma simples e clara, cada um dos recursos, até que esse processo acabe fazendo parte da sua rotina. Assim, você cumprirá cada etapa naturalmente, como escovar os dentes e tomar banho.

Agora que você sabe que sua bolsa é um alvo visado por todo mundo, trate de blindá-la de forma a dirigir seus recursos para aquilo que realmente interessa. Nada de pão-durismo, nem de passar necessidade. Economia é uma questão de fazer a escolha certa. Então, amiga, além de pilotarmos o fogão, cuidarmos da carreira profissional e estarmos lindas para o que der e vier, também vamos surpreender mostrando que somos excelentes gestoras financeiras, ou seja, somos "blindetes"!

Parte 1

Prepare-se para crescer

Capítulo 1

Organize-se

Você só chega aonde sua imaginação chegar primeiro

Podem me chamar de tiete, mas eu gosto muito do programa Amaury Jr. Desde a década de 1980 no ar, Amaury já entrevistou milhares de pessoas e sabe como ninguém fazer colunismo social na TV. Vou confessar que, lá no fundinho, sempre tive o sonho de estar no programa dele. Mas... fazendo o

quê? Falando sobre o quê? Por que o Amaury Jr. entrevistaria uma famosa desconhecida? Era um sonho quase impossível, mas ele já existia dentro da minha cabeça. Aliás, a palavra *quase* significa, entre outras coisas, "a pouca distância de; próximo, perto" e, para mim, isso já foi o suficiente para ter a audácia de imaginar que um dia estaria lá. Dito e feito! Graças ao livro *Bolsa Blindada*, lá fui eu realizar esse sonho.

Claro que a entrevista foi excelente e eu amei cada minuto, mas do que mais gostei foi ter tido a oportunidade de contar qual é o segredo número 1 para quem quer ser bem-sucedida na vida financeira. E aqui é assim, amiga, segredos são para se contar! É lógico que você quer saber, né? Então lá vai a primeira lição:

Para ser bem-sucedida na vida financeira,
a primeira coisa que você deve ter
não é dinheiro, mas organização.

Se você não sabe administrar o que tem, seja muito ou pouco, não vai chegar a lugar algum. Já ouvi inúmeras vezes pessoas dizerem que estão endividadas porque ganham pouco, na verdade, porém, elas estão nessa situação por não serem organizadas. Quer tirar a prova? Imagine uma pessoa que ganha R$ 1.000 por mês e diz que não sabe para onde o dinheiro vai, pois ele acaba e

ela "não comprou nada". Pois bem, se essa pessoa não tem controle sobre R$ 1.000, o que você acha que aconteceria se ela ganhasse R$ 10.000? Aí é que ia se enrolar toda mesmo...

E o que dizer das pessoas que ganham bem, mas que passam pelo mesmo problema? Quantos são os que não têm ideia de qual ser alienígena está abduzindo seu rico dinheirinho? Elas estão olhando para o espaço sideral quando, na verdade, o problema está bem diante delas, mais especificamente na sua nave, opa... quer dizer, na sua bolsa, que não foi blindada!

Você não precisa estudar astrofísica, nem chamar a NASA para resolver o problema. A solução é simples e você pode começar a resolver isso já, aqui mesmo, com os pés bem fincados na Terra. Aliás, essa é a lição número 2:

É só tomando atitudes com os
pés no chão que você poderá levar
sua vida econômica às alturas.

Bem, já temos duas lições importantíssimas para pôr em prática, certo? Antes de começar, você precisa estar comprometida consigo mesma para empreender essa nova jornada (que não é coisa de outro planeta) e que a fará enxergar que é possível conquistar seu espaço e ser a estrela que sempre quis. Então, querida blindete, levante a mão

direita e repita comigo... Ué, não levantou a mão por quê? Tô esperando! Ah, agora sim! Repita comigo:

> Eu, (diga seu nome), comprometo-me a cuidar da minha vida financeira, tomar as rédeas da minha situação — sem medo — e trilhar um caminho de sucesso daqui em diante. Eu sou capaz. Eu vou conseguir!

Notou que nessa frase não há nada de negativo? Nela, você já está determinando que será uma pessoa bem-sucedida. O seu pensamento deve estar fixo onde você quer chegar. Se você está endividada, já se imagine pagando sua última conta. Se está desempregada, imagine-se trabalhando naquele local dos sonhos. Lembre-se: **você só vai chegar aonde a sua imaginação chegar primeiro**.

E é assim, devidamente focada e com o pensamento no destino final, que você irá embarcar no melhor ano da sua vida. Boa viagem!

Assuma o controle

Ao contrário do que se pensa, ter o hábito de manter uma agenda em dia não é chato e nem dá trabalho. É apenas uma questão de ter o controle real de sua vida. Todo mundo diz ser dono da própria vida, quando, na verdade,

não sabe nem o que tem para fazer amanhã. Tenho visto muita gente decidir tudo na última hora, fazer as coisas sempre correndo e não ter tempo sequer para se sentar decentemente e tomar uma refeição. São pessoas que dizem não gostar de planejamento, pois a vida fica monótona, que viver na emoção da surpresa é muito melhor. Será? Tenho minhas dúvidas.

Uma vez fui para La Paz, na Bolívia, e apesar de ter sido avisada de que a alta altitude causa uma série de males, nem liguei. Acostumada a viajar, eu já havia ido até para o deserto e nunca tive nem mesmo uma dor de cabeça. Achei que não precisava ficar me preparando ou pensando muito nas providências que deviam ser tomadas, afinal, eu estava de férias. Conclusão: parei! Isso mesmo, parei, travei, fiquei inútil e não aproveitei nadica de nada! Nas altas altitudes, o ar é muito rarefeito, isso é, tem menos oxigênio. A gente respira, respira e parece que o pulmão não enche. Meu corpo foi ficando lento, os sentidos já não obedeciam, eu não pensava direito e não tinha forças nem para levantar a câmera que estava pendurada em meu pescoço. A pressão que senti na cabeça foi muito mais dolorosa do que a pior enxaqueca que já tive e, em questão de quatro ou cinco horas ali, não conseguia nem mais andar direito. Travei!

Minha irmã, Sandra, estava comigo e teve de improvisar, pois não podia simplesmente me largar no meio

da rua. Ela teve a ideia de reencenar o filme *Um morto muito louco* e executou seu plano tão brilhantemente que merecia um Oscar! Ela ficou atrás de mim, passou os braços em volta do meu corpo (que se encontrava inútil) e ia empurrando os meus pés, um de cada vez, para parecer que eu estava andando sozinha. É, minha irmã é mesmo uma palhaça, mas nesse caso, a palhaçada foi minha! As *cholitas* (mulheres bolivianas que usam roupas tradicionais) riram da minha cara até não poderem mais. Virei a atração do local e nem ganhei cachê! Tivemos de voltar antes da hora, trocar de voo e chamar um médico. Mesmo com tudo isso, minha irmã continuou com seu"número de marionete" e me empurrou daquele jeito até pelo detector de metais do aeroporto. O policial deu-lhe uma bronca, mas depois que ele viu que eu era nada mais do que um saco de batatas, deixou a gente passar. Que vexame! Essa humilhação toda só serviu para eu ganhar um cilindro de oxigênio e um lugar especial em um voo que nem era o nosso. Entramos no avião — que saiu atrasado por minha causa — e todos os passageiros nos xingaram. Sorte minha estar tão fora do ar a ponto de nem perceber. Azar da minha irmã que — apesar de ter se divertido à custa da minha inutilidade — teve de aguentar os xingamentos! Umas 24 horas depois eu já estava melhor e jurando que nunca mais iria viajar sem planejar direito.

Em 2012 fui novamente para um lugar de grande altitude. O destino foi San Pedro de Atacama, no Chile, mas dessa vez fiz um planejamento: estudei os lugares que iria visitar, fiz a aclimatação e tive ótimas férias. Então, amiga, planejar só traz benefícios, ao passo que fazer as coisas de qualquer jeito só faz de você uma marionete na mão dos outros. E isso, diferentemente da minha história de La Paz, não tem graça nenhuma.

Quando me refiro a ser marionete dos outros quero dizer que ao não se planejar, acaba fazendo o que os outros determinam. Você checa seus e-mails para ver o que há de mais urgente entre as coisas que as pessoas estão lhe pedindo (e não aquilo que você se programou para fazer). Daí, faz tudo correndo porque não tem mais tempo nem para pensar. Atende àquele cliente que já está perdendo a paciência com a demora, e faz voando hoje o que deveria ter feito ontem. Parece que você está sempre correndo atrás e nunca andando na frente. Já quando você tem um planejamento, monta uma agenda e define o que vai fazer, você tem muito mais controle de sua vida. É você quem determina se pode ou não fazer aquele trabalho na quarta-feira que vem ou se precisa de mais dias e poderá entrega-lo só na sexta-feira. Você passa a dar as cartas e não fica mais à mercê dos outros. Pense que nem sempre haverá alguém para empurrá-la por aí, o mais provável é que a deixem de lado porque ninguém gosta de carregar um saco de batatas!

Existem muitos métodos que podem ser adotados para se organizar, mas antes de qualquer coisa, saiba que você precisa considerar o seguinte:

Não confie em sua memória.

Já cansei de ouvir pessoas dizendo que não precisam anotar uma determinada tarefa porque não vão esquecer. Passada meia hora, elas já não se lembram de que disseram isso, muito menos o que tinham para fazer. Particularmente, anoto tudo o que tenho para fazer, e isso não serve apenas para que eu não me esqueça de minhas tarefas, mas também para ver quando a tarefa foi feita. Essa informação pode ser muito útil e já me ajudou inúmeras vezes. Se um cliente diz que meu motoboy não entregou um documento na semana passada, consulto a agenda e digo que ele entregou tal dia para Fulano de Tal. Dito e feito, lá está a entrega. Isso me economiza tempo e dinheiro (pois não vou ter de mandar o motoboy de novo) e mostra para o cliente que sou organizada e confiável. Se eu fosse confiar na memória, estaria perdida. Então, anote o que tem a fazer e faça disso um hábito.

Eu uso uma agenda comum, daquelas que têm uma página para cada dia e entradas de horários ao longo da página. Para compromissos com hora marcada, anoto no horário e, o restante das tarefas, procuro priorizar por

importância. Além da agenda, tenho um calendário mensal que uso exclusivamente para marcar reuniões, gravações, sessões de foto do meu marido (sim, além de tudo eu cuido da agenda dele) e compromissos externos. Assim, quando um cliente liga para agendar algo, seja comigo ou com meu marido, não preciso ficar folheando a agenda. É só olhar o calendário mensal e já tenho um panorama de todos os compromissos marcados para aquele mês. No início do ano, imprimo um calendário para cada mês e agendo os compromissos futuros, ainda que estejam distantes;assim posso me programar e não ser pega desprevenida. É claro que imprevistos acontecem, mas uma mudança ocasional que requeira jogo de cintura é diferente de viver sambando descompassada todo dia.

Se você ainda não tem uma agenda, mas tem condições de comprar uma, faça isso. Vale como investimento. Se você não tem como comprar agora, use um caderno e marque à mão os dias mesmo. Isso já auxiliará você a se organizar. E para dar uma ajuda nesse assunto de organização, você poderá fazer o download do calendário mensal Bolsa Blindada. É o primeiro item do nosso conteúdo extra feito exclusivamente para você. Ai, que chique! Para que você usá-lo em qualquer época do ano, o modelo está em branco, bastando apenas preencher a data do dia em que for começar a usá-lo. Aproveite e anote também a data de aniversário das pessoas mais próximas, as quais

você geralmente presenteia. Assim, poderá programar a compra dos presentes sem ter de entrar no cheque especial ou estourar o cartão de crédito. Veja como preencher a partir do exemplo a seguir. O uso do calendário também vai ajudá-la a visualizar se tem usado bem o seu tempo ou não. Para baixá-lo, é só acessar este link: XXXXXXXXX.

Hoje eu levantei para vencer

Mudar hábitos nunca é fácil, e o tempo pode ser um forte inimigo. É a tal história: você começa com pique total hoje; amanhã ainda está firme; mas depois de amanhã o gás já começa a escapar. Na semana seguinte, depois de tantos contratempos, você murcha e percebe que deixou seus projetos de lado — de novo — e voltou à estaca zero. Que desânimo! Aí você pensa: "Eu não tenho jeito mesmo! É sempre assim, não adianta achar que vou mudar... Eu nunca termino nada!".

Maio2014						
Segunda	**Terça**	**Quarta**	**Quinta**	**Sexta**	**Sábado**	**Domingo**
			1 *Feriado*	*2*	3 *Escrever posts da semana*	4
5 *Niver da Sandra*	6	7 *Visitar clienteX*	8	9	10 *Gravar áudios*	11
12	13	14	15 *Reunião de briefing*	16	17 *Escrever posts da semana*	18
19	20 *Pagar impostos*	21	22 *Entregar trabalhoY*	23	24	25 *Almoço com a mãe*
26 *Jantar com o marido*	27	28	29	30 *Fechar faturas*	31 *Reunião J. Dias*	

bolsa_blindada_2 - prova 1.indd 29 14/08/14 21:09

A boa notícia é que isso não acontece só com você. A má notícia é que depende de você vencer o tempo, o desânimo, o passado frustrante e tudo o que já foi fogo de palha em sua vida. É muito fácil postar no Facebook frases como «Quem olha para o passado vive um presente que não tem futuro», mas, na vida real, é preciso muito mais do que digitar uma frase que seus amigos vão curtir na hora e esquecer depois de dez minutos. Nesse mundo descartável em que vivemos, muitas coisas se perdem, muitos afazeres não saem do papel e várias ideias boas são descartadas antes mesmo de serem analisadas. Por isso, você precisa ser uma pessoa focada, organizada e firme. Além disso, você precisa ser a sua própria treinadora. Isso mesmo! Nem sempre (ou quase nunca) vai haver alguém a seu lado, gritando palavras de incentivo e torcendo por você, para vê-la cruzar a linha de chegada. A pessoa que você mais escuta é a si mesma. Neste minuto, enquanto você lê estas palavras, existe uma conversa aí dentro da sua cabeça."Puxa, eu já comecei tanta coisa na vida e não cheguei nem na metade... Será que dessa vez vai? Será que esse livro vai mesmo me ajudar ou vai ser outra perda de tempo?" Essa é você conversando consigo!

Se você tiver o costume de se colocar para baixo — coisa muito comum entre as mulheres — aonde acha que vai chegar? Você precisa ter confiança em si mesma e parar de ficar se autoboicotando. Não é uma questão de manter

pura e simplesmente um pensamento positivo, mas, sim, uma questão de perspectiva. Se achar que não consegue, você já colocou um obstáculo entre si e o que quer. Já imaginou se eu achasse que nunca iria ao Amaury Jr.? Lembre-se: você só chega aonde a sua imaginação chegar primeiro. Então, de que adianta ficar pensando que não vai conseguir?

Muitas vezes a gente se habitua a ouvir o que os outros acham de nós e acabamos assumindo essas opiniões como se fossem 100% corretas. Lembro-me de como todo mundo falava que minha irmã era tímida, que ela tinha vergonha de falar com as pessoas e que esse era o jeito dela. Só que, entre nós, ela sempre foi engraçada e nunca perdia uma piada. No entanto, bastava chegar alguém de fora para que ela se transformasse na Sandra tímida. Quanto mais as pessoas falavam isso a respeito dela, mais tímida ela ficava. Ela assumiu uma timidez que, na verdade, nem tinha. Quando surgia uma oportunidade qualquer, todo mundo já dizia que "se ela não fosse um 'bicho do mato', até poderia aproveitar, mas como ela era tímida...". Com isso, ela foi se fechando e, a cada vez, tornava-se mais tímida. Na cabeça dela, era como se todo mundo a estivesse julgando, e pior, condenando-a. Achava-se desajeitada, inadequada, e não acreditava em si mesma. Essa timidez chegou ao ponto de ela achar que ficava ridícula carregando uma sacola, andando com um guarda-chuva ou fazendo

sinal para um ônibus parar! Ela não carregava nada, mesmo que precisasse, e tomava chuva como se estivesse tudo bem. Quando começou a trabalhar, por várias vezes eu tive de ir com ela até o ponto de ônibus só para dar o sinal e fazer o ônibus parar, a fim de que ela embarcasse. Ninguém sabe de onde ela tirou essas ideias, mas esse é um exemplo claro de que a conversa que temos conosco tem de nos colocar para cima sempre. Do contrário, nossos pensamentos vão ficar sem pé nem cabeça e só nos farão reféns de coisas que não fazem o menor sentido.

Com o tempo, a Sandra foi mudando e conscientizando-se de que ela não era essa pessoa que os outros diziam ser. Após alguns anos de casamento, ela se mudou para outro país e teve de se virar sozinha para resolver absolutamente tudo. Aquela pessoa que tinha vergonha de falar com os outros teve de aprender, sozinha, outro idioma, sem ter tempo de ir a uma escola. Era sair na rua com a cara e a coragem e falar o pouco que sabia. No começo, errava mais do que acertava, era alvo de gozação, mas por fim aprendeu. Um dia eu liguei para ela e percebi que me atendeu meio sem fôlego, então perguntei se ela estava ocupada.»Sim, eu estou rachando lenha para a lareira!», foi o que me respondeu. Como assim? Eu não podia acreditar! Rachando lenha? Aquela pessoa que nem carregava sacola de plástico? Antes, ela não queria nem ter um guarda-chuva, mas agora possuía seu próprio machado de lenhador! Uau!

Você não deve ficar dando ouvidos para o que todo mundo diz a seu respeito. Às vezes, as pessoas não têm noção do mal que estão fazendo ao dizer coisas como: «Esse menino é uma peste!» ou «Essa daí não vai arranjar marido, não... Chata do jeito que é!». Esses rótulos de peste, chata, implicante, tímida, incapaz etc. não ajudam em nada. Você não deve aceitá-los, e menos ainda se autorrotular. Você pode ser aquilo que quiser; então, deseje coisas boas para si mesma. Todas as manhãs, quando abrir os olhos, pense: **"Uma blindete se levantou para vencer!**". Não importa se está frio ou calor, chovendo ou fazendo sol. Seja dia de semana, seja sábado, domingo ou feriado, você tem de determinar que se levantou para vencer. Quer sinta vontade, quer não, repita isso para si mesma. Olhe-se no espelho, se necessário, e diga em voz alta. Não adianta nada ficar se lamentando ou cantando derrota, mesmo que a situação esteja ruim. Não se trata de tapar o sol com a peneira, mas de mudar a ótica, dar mais ênfase ao que pode ser do que ao que é. Está ruim? OK, mas pode melhorar e é isso que interessa.

Como eu gosto de leituras que me coloquem para cima, gosto muito de ler a Bíblia e, nela, há um trecho muito interessante que diz: "Forjem os seus arados, fazendo deles espadas; e de suas foices, façam lanças. Diga o fraco: 'Sou um guerreiro!'" (Joel :10). O povo daquela época tinha de se preparar para uma guerra. Porém, além

de não serem soldados, eles não tinham sequer as armas necessárias para lutar. Eram agricultores, por isso tinham apenas enxadas e foices. E mais: eles eram fracos. Apesar disso, a palavra era positiva: *façam as suas armas e não cantem derrota*. Trocando em miúdos: *vocês têm de se virar, e serão aquilo que disserem que são*. Ponto final.

Todas as vezes que você se colocar para baixo ou que alguém tentar fazer isso com você, está na hora de por em prática o"Momento Epa!".

Basta! É hora do "Momento Epa!"

Tenho um amigo publicitário daqueles que não têm hora para parar de trabalhar. Ele é diretor de criação, então quando as ideias vêm, ele aproveita a inspiração e vai em frente. Se precisar virar uma ou duas noites, tudo bem! O importante é fazer o trabalho e só parar quando acabar. E se no meio do processo ele tem uma ideia melhor, para tudo e começa de novo. Esse "ritmo Rodrigo" de trabalho cobra seu preço, que ele paga com a insônia. As ideias surgem e ele simplesmente não consegue dormir.

Certa vez, depois de ter virado algumas noites trabalhando, Rodrigo chega ao condomínio de madrugada e estaciona o carro na garagem. No prédio dele, os carros têm de ficar destrancados e com a chave dentro, pois, pela falta de espaço, um morador tem de manobrar o carro do

outro para poder sair. Quem chega por último acaba parando atrás de quem chegou antes. Mas nessa madrugada, com a falta de sono e o cansaço, ele se esqueceu desse detalhe, trancou o carro e subiu. Quando caiu na cama, até a insônia estava cansada demais, e ele apagou.

De manhã, quando o vizinho foi trabalhar, o carro do Rodrigo impedia-o de sair. O porteiro chamou pelo interfone, bateram na porta do apartamento, mas nada de o Rodrigo acordar. Cerca de 40 minutos depois, ele acorda e ouve o alvoroço. Atende o interfone e desce para a garagem ciente de que tinha pisado na bola com o vizinho. Já foi logo pedindo desculpas, explicando que havia trabalhado demais etc. Mas o vizinho estava louco da vida. Era o dia do rodízio de seu carro (na cidade de São Paulo, a circulação dos carros afetados pelo rodízio só pode acontecer, pela manhã, antes das 7 horas e após as 10 horas). Já havia passado das 7 horas, e o vizinho não ia poder mais sair com o carro. Ele estava gritando aos quatro ventos. Rodrigo se desculpou mil vezes, disse que realmente não devia ter feito aquilo e que o único jeito de tentar consertar era pagar um táxi para que o vizinho pudesse chegar a tempo no trabalho. Porém, em vez de dar o caso como solucionado, o vizinho continuou gritando e reclamando para o condomínio inteiro ouvir. Rodrigo manteve a paciência e tentou acalmá-lo de todo jeito, até que, ainda muito nervoso, o vizinho o xingou e passou a ofendê-lo

pessoalmente. Foi aí que meu amigo teve o que eu chamo de "Momento Epa!".

Depois de ser ofendido, Rodrigo perdeu a paciência, olhou bem para o vizinho e disse com voz firme e decidida: "Chega! Eu estou aqui reconhecendo que errei, pedindo desculpas e oferecendo uma solução. Você tem todo o direito de estar nervoso, mas você não pode me ofender!". Pronto, foi o que bastou para acabar com aquela confusão. O vizinho caiu na real, baixou a bola, pediu desculpas e disse que ia resolver por si só, afinal, não era o fim do mundo.

Às vezes, nos vemos numa espiral tão maluca que, se não tivermos um "Momento Epa!" para dar um basta, a coisa não vai para frente. E é assim que você tem de fazer com as questões que a colocam para baixo. Se sua situação financeira está caótica, se você acorda e vai dormir com credores e mais credores ligando para o telefone, se você tem sido humilhada no trabalho ou se tem sido vítima de algo que tem tirado a sua paz, é hora de ter um "Momento Epa!".

Não significa que você vai sair gritando com as pessoas ou tendo um chilique (não confunda o poderoso "Momento Epa!" com o vergonhoso "piti"). O que você deve fazer é dar um basta **na situação**, sem ofender ninguém e sem perder a razão.

Como contei no livro *Bolsa Blindada*, no início da década de 2000, passei quase um ano recebendo cobranças

por causa de uma loja que não deu certo e me deixou com uma dívida enorme. Alguns credores sabiam como cobrar, falavam com tranquilidade, propunham soluções. Outros, porém, já partiam para as ameaças e para os xingamentos, como se eu tivesse culpa — pessoalmente — de ter tomado inúmeros calotes e de o Osama bin Laden ter invadido meu comércio (conto isso com detalhes no livro). Naquela época, eu estava me sentindo tão mal, tão "ninguém", que concordava com o que as pessoas diziam. Se me chamavam de irresponsável, eu concordava. Se diziam que eu merecia a situação que estava enfrentando, eu concordava. Se afirmavam que eu tinha feito a maior burrada do mundo, eu concordava. Todo mundo me colocava para baixo e sabe o que eu fazia? Eu ia para mais baixo ainda! Até o dia em que uma credora me ligou fazendo uma ameaça absurda:

— Patricia, estou saindo agora de Minas Gerais e indo aí para São Paulo buscar o seu carro como pagamento da dívida que você tem comigo. Em 5 horas, mais ou menos, eu chego aí. Fique em casa me esperando senão a coisa vai ficar feia para o seu lado! Não saia daí, entendeu? Você está entendendo o que eu estou falando?

Foi aí que eu acordei e tive o meu "Momento Epa!"(ainda que eu não tivesse dado esse nome a ele):

— Como assim você está vindo buscar meu carro? Eu lhe devo R$ 1.500 e você quer um carro de R$ 43.000? Ainda por cima está me ameaçando! Por acaso está fora de

si? As coisas não se resolvem dessa forma e você não tem o direito de vir a minha casa confiscar coisa nenhuma! Além disso, você acha que eu ainda tenho aquele carro? Se me ameaçar novamente, eu vou chamar a polícia!

De ameaçadora, a credora passou a se fazer de vítima. Pediu desculpas e quase chorou no telefone, dizendo que precisava demais de dinheiro, mas estava tão confusa que não lembrava que a dívida era tão pequena. Ela também estava com dívidas e não sabia como pagá-las. Seus credores a ameaçaram, então, ela se achou no direito de me ameaçar também. Eu estava devendo sim. Tinha o dever de pagar sim. Mas ninguém tinha o direito de fazer ameaças nem de perturbar a minha paz, telefonando desde as 6 horas da manhã até meia-noite. Desse dia em diante, eu coloquei regras e só atendia as pessoas em horário comercial. Eu lhes devia dinheiro, não a minha vida. E não eram ameaças que iriam resolver a questão.

Você deve analisar as coisas que acontecem em sua vida e garantir que as pessoas lhe deem os devidos respeito e valor. Ninguém pode ofendê-la ou humilhá-la. Se você tem um chefe que a desrespeita, converse com ele com calma e exponha o problema. Coloque suas condições e exija respeito. No entanto, você só irá conseguir isso agindo com a cabeça, e não no calor da emoção. Não é gritando, não é ofendendo e não é falando mal dos outros. E mais: não é mandando indiretas ou lavando roupa suja

nas redes sociais! Lembre-se: o "Momento Epa!" é 100% racional e 0% emocional.

Outra coisa que tenho visto com certa frequência ultimamente é o fato de algumas pessoas se apoderarem do que é dos outros. Parece mentira, mas já recebi mensagens de filhas perguntando como se livrar da mãe que gasta todo o salário delas. Ou do pai, que exige uma porcentagem do salário da filha todo mês, por ter conseguido um emprego para ela — uma espécie de "comissão" —, que ele usa sabe para quê? Para dar a outra pessoa que trabalha e ganha mais do que a filha! Eu fico bege com essas coisas!

Outras relatam que têm de pagar todas as contas da casa sozinhas, pois os pais alegam que as sustentaram desde o nascimento e que agora querem o "retorno do investimento". E não pense que foram meia dúzia de mensagem desse tipo não, antes fossem! São inúmeras e do Brasil todo. Concordo em que a jovem solteira, que ainda vive com os pais, ajude nas despesas da casa, mas assumir tudo só porque os pais querem seu "investimento" de volta é absurdo. Cuidar de filho não é investimento, é obrigação. Ajudar é uma coisa — e estou de acordo com isso — mas, obrigar o outro a carregar a casa toda nas costas já não me parece justo.

Se você vive uma situação parecida, coloque regras. Veja com qual quantia pode ajudar e colabore fielmente. Faça a sua parte de maneira que ninguém tenha o que

reclamar. Mas não deixe ninguém se aproveitar de você, seja lá quem for. Tudo tem limite na vida, e quando a coisa sai dos eixos é hora do "Momento Epa!".

Você também deve ter equilíbrio entre reconhecer a hora de ouvir e acatar e a hora de dar um basta na situação. Às vezes, somos repreendidas em alguma coisa e, no momento, é claro que não gostamos. Chegamos até a ficar com raiva da pessoa que nos chamou a atenção ou fez alguma crítica. É preciso, todavia, analisar se essa repreensão é algo que pode lhe fazer bem, se tem fundamento e se pode ser usada com trampolim para um salto mais alto amanhã. Muitas vezes, pensamos que estamos arrebentando em determinada situação, mas pode não ser bem assim. Nessas horas, um amigo, um parente ou um colega de trabalho pode nos dar um toque e alertar sobre nossos erros. É preciso discernir entre a crítica construtiva e a falta de respeito a fim de jamais usar o "Momento Epa!" em hora errada.

Como exercício prático, convido-a para fazer uma pausa e pensar em sua vida. Se puder, faça isso agora mesmo, afinal, você merece ter um momento só seu. Analise se está sendo desrespeitada pelos outros; mas, principalmente, veja se você mesma está se desvalorizando. Se você não der a si mesma o devido valor, será quase impossível obtê-lo]por parte dos outros. E como você é a pessoa que mais conversa consigo mesma, dê um basta nos

pensamentos negativos de derrota, fracasso e tudo mais que a coloca para baixo. Use as linhas a seguir para escrever em quais situações é preciso ter um "Momento Epa!" e programe-se para dar um basta no que não deve mais existir na sua vida.

Coisas que pedem um "Momento Epa!"

Coisas que pedem um "Momento Epa!"

Xô, uruca!

Para complementar esse exercício, anote nas linhas a seguir todos os pensamentos **negativos** que você tem tido sobre si mesma. Vasculhe sua mente e escreva todos, um a um. Faça isso a lápis. Depois de terminar, pegue uma borracha e alterar a frase escrevendo o oposto. Por exemplo, se você escrever algo como "Eu nunca faço o que falo, só prometo e nunca cumpro", apague a frase e reescreva-a assim: "Eu faço o que falo, prometo e sempre cumpro". Essa é a nova você! A partir de hoje, você dará a si mesma uma chance de mudar. Creia em você antes de qualquer coisa, e lute para que a "nova você" seja realmente o que a frase diz. A velha você já era, agora é tudo novo em sua vida!

O NEGATIVO PASSA A SER POSITIVO EM MINHA VIDA

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

O negativo passa a ser positivo na minha vida