



**OSIA**<sup>®</sup>  
*Riviera Comma*



**CEPA**  
MOBILITY CARE

## DECISÃO (Proctor Gallagher Institute)

Existe um movimento mental que, em um milissegundo, vai resolver problemas gigantescos para você. Ele tem o potencial de melhorar quase todas as situações pessoais ou profissionais nas quais você pode se encontrar... e pode, literalmente, empurrá-lo rumo a um caminho de incrível sucesso. Há um nome para essa atividade mental tão mágica... Chama-se DECISÃO.

Decisões, ou a falta delas, são responsáveis pelo fracasso ou pelo sucesso de muitas carreiras. Pessoas que se tornaram altamente proficientes na tomada de decisão, sem se influenciarem pelas opiniões dos outros, são as mesmas pessoas cuja renda anual fica na casa dos seis ou sete dígitos. No entanto, as decisões não afetam somente a sua renda; a sua vida inteira é dominada por esse poder. A sua saúde mental e física, o bem-estar da sua família, a sua vida social, o tipo de relacionamentos que você desenvolve... tudo isso depende da sua capacidade de tomar decisões sólidas.

Já que a tomada de decisão tem um poder tão amplo, é de se imaginar que algo com essa importância devesse ser ensinado na escola. Mas não é. Para aumentar o problema, além de a tomada de decisão estar fora do currículo das nossas instituições de ensino, até pouco tempo atrás ela também não estava presente na maioria dos programas de treinamento corporativo e de recursos humanos.

Então como podemos esperar que uma pessoa desenvolva essa capacidade mental? É bem simples: você deve fazer isso sozinho. Entretanto, é importante entender que não é difícil aprender como tomar decisões sábias. Munido das informações adequadas e se sujeitando a um pouco de disciplina, você pode se tornar um tomador de decisões muito eficiente.

É possível eliminar quase todos os conflitos e as confusões da sua vida ao se tornar proficiente na tomada de decisão. Ela traz ordem à sua mente, e essa ordem, é claro, se reflete em seu mundo objetivo, ou seja, em seus resultados. Talvez o escritor britânico James Allen estivesse pensando sobre as decisões quando afirmou:

“Pensamos em segredo e acontece. O ambiente nada mais é do que o nosso espelho”. Ninguém pode vê-lo tomando decisões, mas quase sempre verão os resultados delas. A pessoa que não consegue desenvolver a capacidade de tomar decisões está fadada ao fracasso, pois a indecisão gera conflitos internos que podem, inesperadamente, se transformar em problemas mentais e lutas emocionais. Psiquiatras têm um nome para descrever essas lutas internas: é a ambivalência. O Dicionário Oxford define ambivalência como a coexistência, em uma pessoa, de sentimentos opostos em relação ao mesmo objetivo.

Não é necessário ter um doutorado em psiquiatria para entender que você terá dificuldades na vida se deixar que sua mente permaneça em um estado ambivalente por qualquer período de tempo. A pessoa que permitir isso ficará muito desanimada e praticamente incapaz de realizar qualquer tipo de atividade produtiva. É claro que qualquer um que se encontre nesse estado mental não está vivendo; na melhor das hipóteses, está somente existindo. Uma decisão ou uma série de decisões mudaria tudo.

Uma lei básica do universo é a que diz “criar ou desintegrar”. A indecisão causa desintegração. Com que frequência você ouve os outros dizerem: “Não sei o que fazer”. Com que frequência você se ouve dizendo: “O que eu faço?”. Pense em alguns dos sentimentos de indecisão que você e praticamente todo mundo neste planeta vivenciam de vez em quando.

AMÁ-LO – DEIXÁ-LO

SAIR – FICAR

FAZER – NÃO FAZER

ENDIVIDAR-SE – NÃO SE ENDIVIDAR

IR TRABALHAR – ASSISTIR À TV

COMPRAR – NÃO COMPRAR

## DIZER – NÃO DIZER

## CONTAR – NÃO CONTAR

Todo mundo, uma vez ou outra, já vivenciou esses sentimentos de ambivalência. Se isso acontece frequentemente com você, decida parar com isso agora mesmo. A causa da ambivalência é a indecisão, mas não devemos esquecer que a verdade nem sempre está visível. A indecisão é a causa da ambivalência, mas é uma causa secundária, não a primária. Estudo o comportamento das pessoas que se tornaram proficientes na tomada de decisão há mais de 25 anos. Todos têm uma coisa em comum. Eles possuem uma autoimagem muito forte, um alto nível de autoestima. Em outros aspectos, podem ser tão diferentes quanto o dia e a noite, mas com certeza têm autoconfiança. O verdadeiro culpado aqui é a baixa autoestima ou a falta de autoconfiança. Tomadores de decisão não têm medo de errar. Se e quando erram em suas decisões ou quando falham em alguma coisa, têm a capacidade de ignorar o acontecido. Aprendem com a experiência, mas nunca se submetem ao erro.

Todos os tomadores de decisão tiveram sorte o suficiente de crescer em um ambiente onde a tomada de decisão fazia parte da sua criação ou então desenvolveram essa capacidade sozinhos mais para frente na vida. Eles têm consciência de algo que todos que desejam uma vida plena devem entender: a tomada de decisão é algo que não se pode evitar.

Este é o princípio fundamental da tomada de decisão. **DECIDA ONDE ESTIVER COM AS OPÇÕES QUE TIVER.** É exatamente por isso que a maioria das pessoas nunca domina esse importante aspecto da vida. Elas permitem que seus recursos definam se e quando uma decisão será ou poderá ser tomada. Quando o presidente norte-americano John Kennedy perguntou ao engenheiro Wernher Von Braun o que era necessário para construir um foguete que pudesse levar o homem à Lua e trazê-lo de volta à Terra em segurança, a resposta foi simples e direta: “A vontade de fazê-lo”. O presidente Kennedy nunca perguntou se era possível. Ele nunca questionou se o governo poderia pagar nem fez outros milhares de perguntas, mesmo que todas, naquela época, pudessem ter sido perguntas válidas.

O presidente Kennedy tomou uma decisão. Ele disse: “Vamos levar um homem à Lua e

trazê-lo de volta à Terra em segurança antes do final desta década”. O fato de aquilo nunca ter sido feito antes nas centenas de milhares de anos da história da humanidade não foi nem levado em consideração. Ele DECIDIU ali onde estava com as opções que tinha. O objetivo foi cumprido em sua cabeça no mesmo segundo em que a decisão foi tomada. Era só questão de tempo (que é governado por leis naturais) até que a meta se manifestasse na forma em que todo o mundo viu depois. Poucas horas atrás eu estava em um escritório com três pessoas. Estávamos discutindo a compra de ações de uma empresa. Eu estava vendendo e eles estavam comprando. Depois de um tempo razoável, um dos parceiros me perguntou quando eu queria uma decisão. Respondi: “Agora”. Continuei: “Vocês já sabem o que querem fazer”. Houve uma pequena discussão sobre dinheiro. Observei que o dinheiro não tinha nada a ver com aquilo. Assim que você toma uma decisão, você encontra o dinheiro, sempre. Se esse for o único ponto positivo que você aprendeu desta mensagem específica sobre a tomada de decisão, grave-o em sua mente. Isso vai mudar a sua vida. Expliquei para duas daquelas pessoas que nunca deixo o dinheiro entrar na minha cabeça quando estou decidindo se vou ou não fazer alguma coisa. O fato de eu poder pagar por aquilo ou não nunca é levado em conta. A única coisa que considero é se eu quero aquilo ou não. Você pode pagar tudo, existe uma quantia infinita de dinheiro. Todo o dinheiro do mundo está disponível para você quando você toma uma decisão com firmeza. Se você precisa dinheiro, vai atraí-lo. Tenho plena consciência de que inúmeras pessoas vão dizer que isso é um absurdo. Não é possível decidir fazer algo se você não tem os recursos necessários. E tudo bem se é assim que eles escolheram pensar. Vejo isso como uma forma muito limitada de pensar. Na verdade, provavelmente nem é pensar... Está mais para expressar uma opinião que foi herdada de outro membro mais velho da família, que também não pensava.

Pensar é muito importante. Tomadores de decisão são grandes pensadores. Você dá importância suficiente aos seus pensamentos? À forma como eles afetam vários aspectos da sua vida? Embora essa devesse ser uma das coisas mais importantes a se considerar, para muitas pessoas não é assim. Há uma pequeníssima quantidade de pessoas que tentam controlar ou dirigir seus pensamentos.

Qualquer um que já estudou os grandes pensadores, os grandes tomadores de

decisão, os conquistadores da história, sabe que raramente eles concordavam com qualquer coisa que dizia respeito à vida humana. No entanto, havia um ponto no qual eles concordavam total e indiscutivelmente: “Nós nos tornamos aquilo que pensamos”. No que você pensa? Você e eu precisamos entender que são os nossos pensamentos que acabam controlando todas as decisões que tomamos. Você é a soma dos seus pensamentos. Tomando conta deste exato momento, você está garantindo que terá um bom dia. Não permita que pessoas ou circunstâncias infelizes e negativas afetem você.

A maior pedra no caminho que você vai encontrar enquanto estiver tomando decisões importantes na sua vida são as circunstâncias. Deixamos que as circunstâncias nos tirem do nosso rumo quando deveríamos estar dando o nosso máximo. Mais do que qualquer outro fator, é a circunstância que destrói sonhos e acaba com objetivos. Quantas vezes você não se pegou pensando: “Queria fazer ou ter isso, mas não posso porque...”? O que vem depois do “porque” é a circunstância. As circunstâncias podem causar um desvio na sua vida, mas nunca permita que elas o impeçam de tomar decisões importantes. Napoleão disse: “Circunstâncias? Eu as crio”. Da próxima vez que você ouvir alguém dizendo que quer passar as férias em Paris ou comprar um carro novo, mas não pode porque não tem dinheiro, explique que eles não precisam do dinheiro até que tenham tomado a decisão de ir a Paris ou de comprar o carro. Quando a decisão estiver tomada, eles darão um jeito de arranjar a quantia necessária. Eles sempre dão.

Muitas pessoas mal orientadas tentam uma ou duas vezes e, se não acertam na mosca, sentem que são um fracasso. Errar não faz de ninguém um fracasso, mas desistir com certeza sim, e desistir é uma decisão. Seguindo essa linha de pensamento, diríamos que, quando você toma a decisão de desistir, toma a decisão de fracassar. Todos os dias ficamos sabendo de um jogador que assinou um contrato que vai lhe pagar alguns milhões de dólares por ano. Tente não se esquecer de que aquele mesmo jogador vai perder bolas com muito mais frequência do que vai acertar.

O jogador de beisebol americano Babe Ruth acertou 714 home runs, mas para isso teve que ser eliminado 1.330 vezes por *strikeout*. O inventor Charles F. Kettering disse: “Quando você está inventando, se errar 999 vezes e acertar uma, você conseguiu”. Isso é verdade

para qualquer atividade que possa ser realizada, porque o mundo logo vai se esquecer dos seus erros quando estiver diante das suas conquistas. Não se preocupe em falhar. Isso vai fortalecê-lo e prepará-lo para a grande vitória, e vencer é uma decisão. Muitos anos atrás, perguntaram para a escritora e ativista Helen Keller se havia algo pior do que ser cega. Rapidamente ela respondeu que havia algo muito pior. Explicou: “A pessoa mais miserável do mundo é aquela que enxerga, mas não tem visão”. Concordo com ela. Aos 91 anos, perguntaram ao empresário J.C. Penney como estava sua vista. Ele respondeu que a vista estava falhando, mas nunca tinha tido uma visão tão boa. Não é incrível?

Quando a pessoa não tem visão de um estilo de vida melhor, automaticamente se tranca em uma prisão. Ela se limita a uma vida sem esperança. Isso acontece com frequência quando uma pessoa tentou vencer com afinco por diversas vezes, mas só fracassou, uma vez após a outra. Fracassar repetidamente pode prejudicar a autoimagem de uma pessoa ela perca de vista o seu potencial. Assim, a pessoa acaba tomando a decisão de desistir e se entregar ao seu destino.

Dê o primeiro passo para construir seu futuro próspero. Crie uma imagem mental com a maneira exata como você gostaria de viver. Tome uma decisão firme de se agarrar a essa visão, e maneiras positivas para melhorar tudo vão começar a surgir na sua mente. Muitas pessoas criam uma visão linda de como gostariam de viver, mas, como não conseguem visualizar como farão aquilo acontecer, abandonam essa visão. Se soubessem como iriam conquistar ou realizar aquilo, teriam um plano, e não uma visão.

Não existe inspiração em um plano, mas ela com certeza existe em uma visão. Quando você tiver uma visão, congele a ideia com uma decisão e não se preocupe com a forma como vai fazê-la ou de onde surgirão os recursos. Fortaleça a sua decisão com entusiasmo, isso é importante. Não se preocupe com a forma como ela vai acontecer. Tomada de Decisão Antecipada Fazemos reservas antecipadas quando vamos viajar de avião – isso é muito comum. Reservamos com antecedência para eliminar o risco de confusões ou problemas quando chegar a hora da viagem. Fazemos o mesmo quando vamos alugar um carro, pelos mesmos motivos. Pense nos problemas que você eliminaria se tomasse muitas das decisões que precisa tomar... com bastante antecedência. Vou lhe dar um excelente exemplo. Estou

escrevendo este texto durante o Ramadã, um período durante o qual todos os muçulmanos praticantes fazem jejum. Ontem estava em um escritório em Kuala Lumpur, na Malásia, e me perguntaram se eu queria uma xícara de chá ou café. Respondi que adoraria uma xícara de chá. Então perguntaram para a moça ao meu lado se ela gostaria de uma xícara também e ela respondeu: “Não, estou jejuando”. Quando lhe fizeram aquela pergunta, ela não teve que decidir se queria alguma coisa ou não. O fato de ela estar ou não com sede nem foi levado em consideração. Uma decisão já tinha sido tomada previamente, e a decisão antecipada dela foi muito bem equilibrada com disciplina.

Exatamente o mesmo conceito funciona com uma pessoa que está de dieta para perder peso. As decisões já foram tomadas com antecedência. Se lhe oferecerem uma enorme fatia de bolo de chocolate, a pessoa não precisa dizer: “Nossa, parece uma delícia... Será que eu devo?”. A decisão já foi tomada previamente. Um bom tempo atrás, tomei a decisão de que não iria me envolver em discussões sobre o porquê de algo não poder ser feito. A única recompensa que você terá ao participar ou gastar energia com esse tipo de discussão é algo que você não quer. Sempre acho impressionante a quantidade de pessoas aparentemente inteligentes que insistem em arrastar você para dentro dessas sessões de ideias negativas. Em um segundo, essas pessoas dizem que querem demais realizar um objetivo específico. E, um segundo depois, começam a discursar sobre por que não conseguem. Pense no quanto de vida eles iriam desfrutar se tomassem a decisão de que não querem mais se envolver nesse tipo de energia negativa.

O psicólogo humanista Dr. Abraham Maslow, que dedicou a vida toda a estudar pessoas autorrealizadas, afirmou claramente que devemos seguir nosso guia interior e não nos influenciar pela opinião dos outros ou por circunstâncias externas. A pesquisa de Maslow demonstrou que os tomadores de decisão tinham várias coisas em comum na vida. A mais importante delas era que eles trabalhavam no que sentiam que era importante e valia a pena.

Achavam o trabalho prazeroso e havia muito pouca distinção entre trabalho e diversão. O dr. Maslow afirmou que, para conquistar a autorrealização, não se deve somente trabalhar naquilo que se considera importante; é preciso fazê-lo bem e apreciá-lo. Ele também

registrou que essas pessoas com desempenho superior tinham valores, ou seja, qualidades em sua personalidade que consideravam ser importantes e valer a pena. Esses valores não eram impostos pela sociedade, por parentes ou por outras pessoas em suas vidas. Eles realmente tomavam suas próprias decisões. Assim como no trabalho, escolhiam e desenvolviam seus próprios valores sozinhos.

A sua vida é importante e, na melhor das hipóteses, é curta. Você tem o potencial para fazer tudo que escolher e fazer bem feito. Porém, é preciso tomar decisões e, quando a hora de uma decisão chega, é preciso tomá-la onde você estiver e com as opções que tiver. Deixe-me encerrar com as palavras de dois grandes tomadores de decisão, William James e Thomas Edison. William James sugeriu que, em comparação com o que deveríamos ser, usamos somente uma pequena parte dos nossos recursos físicos e mentais. Ampliando esse conceito, é possível dizer que o ser humano vive muito aquém de seus limites. Temos poderes de diversos tipos, que normalmente deixamos de usar. Anos mais tarde, Thomas Edison afirmou: “Se todos fizéssemos as coisas que somos capazes de fazer, ficaríamos literalmente maravilhados”. Ao tomar uma simples decisão, as grandes mentes do passado estarão disponíveis para você.

Você pode literalmente aprender como transformar os seus sonhos mais ousados em realidade. Faça uso dessas valiosas informações e reconheça a grandeza que existe dentro de você. Você tem recursos ilimitados de potencial e capacidade esperando para ser desenvolvidos. Comece hoje – não há momento melhor que o presente. Seja tudo o que você é capaz de ser.