BEST-SELLER INTERNACIONAL

AS REGRAS DA VIDA

100 princípios universais para aprender a arte de viver bem

RICHARD TEMPLAR



SEXTANTE

Todos nós queremos ser bem-sucedidos na vida. Queremos agir com mais sabedoria e tolerância. Mas qual o segredo para se atingir esse objetivo? Tudo é apenas uma questão de escolha. Devemos aprender a tomar sempre as atitudes que nos deixam mais felizes.

Neste livro, Richard Templar selecionou 100 regras simples e universais que podem melhorar nossas vidas e nos ajudar a ter relações mais saudáveis. Ele as dividiu em cinco áreas — os cinco círculos de nossos relacionamentos.

Você deve considerar que é o centro do seu universo, o eixo de todos os outros círculos. Por isso, as primeiras regras se referem apenas a você e sua masseira de agir. Elas falam de estabelecer padrões pessoais, mas também visam motivar, divertir e permitir que você aproveite melhor a vida.

O segando círculo se refere ao seu companheiro, a pessoa com quem você se relaciona mais intimamente. Faz parte da natureza humana querer amar e ser amado. Mas essa é uma área muito delicada, em que se pode cometer grandes erros. As regras apresentadas aqui têm por objetivo ajudá-lo a ter uns relacionamento duradouro e satisfatório.

O terceiro círculo diz respeito à sua família e a seus amigos. São as pessoas que você asna e cote quem gosta de passar o tempo. Para que sua relação com elas seja íntima e permanente, é necessário agir de forma consciente, com honra, respeito e dignidade.

O quarto círculo é a sociedade, as pessoas com quem você interage diariamente, seja de maneira superficial ou soais intensa. Devemos sempre demonstrar interesse por todas as pessoas com quem entramos em contato e por nossa comunidade.

Por fim, o último círculo se refere ao mundo, às pessoas que nele habitam e a tudo que recebemos dele. As regras aqui tratam de consciência e de fazer deste planeta um lugar mais agradável para as futuras gerações.

O que você vai encontrar nas páginas desce livro é puro bom senso: são regras simples que têm um poder transformador. Comece a utilizá-las c logo você verá que realmente funcionam.

Sobre o autor

Antes de se tornar escritor, Richard Templar atuou como consultor e ocupou diversos cargos administrativos e de gerência em segmentos que variam de cassinos a educação:

Com sua esposa, tossi Jay, criou a editora White ladder Press. Templar escreveu vários livros sobre negócios.

100 princípios universais

para aprender a arte

de

d viver be

b m

The Rufes of Life -A personal code for living a better, happier, more successful kind of life

!

"

#$

"

" %&

'

"

#(

")

* ! "

#$

!

"

! $

#

(

" !

$ #")

" (

(" #

(#(# + " ()

tradução

,

$

(

preparo de originais

! #

+

revisão

- (.

#"

(

$. !

(

#/

"

!

projeto gráfico e diagramaçAo

.

0#

capa

$

#

#

pré-impressão

ó de casa

impressão e acabamento

Geográfica #

"

")

!

"#$! % &'

(

)

* !) %! +"%! , "#$! %

! -. !%/012 3" "!

!*2)4

"2 %

!5 " 26

7.!5.

!%/012 % 6 $

/8) 28 "8

'9

9 :

;(; '

25%/.!

"#"%!%

;

!0<) $/ !5!)

: =/! "%!% % +"%!

>./ 2

? &

&

&:

? & ' ':9

" (2) %"

".2)

)

+!%2) 52

!)"

2

@

%".2

)

"%!

/!

2 /5.A "2) %!

A. "! :

& : :

2.!82*2

9

"2 %

!5 " 2

6 B &C

("::

!76 B &C

(' ::

1$

" $#

2#(#0

#)! $)*

DDD) 7.!5. #2

E

). "+ 2 F % %"#!%2 ! @"G! 2.2 @/)!)$"

H/

5)"52/ !). !.F*"! %!)"

"#"%!%

! ! "

5D22% #2

H/

!

5%" ! #252 "! %

2+"

5.2)

5$2 / ! 52

%>+"%! #2

2) %2")

%2

)/

)!

$)".!012

%I+"%!)

3

4

5

INTRODUÇÃO

11

REGRAS PARA VOCÊ

15

1. Seja discreto

16

2. Você vai ficar mais velho, mas não necessariamente mais sábio 18

3. O que está feito está feito

20

4. Aceite-se como você é

22

5. Saiba distinguir o que é importante do que não é 24

6. Tenha um propósito de vida

26

7. Seja flexível

28

8. Mantenha-se atualizado sobre o que acontece no mundo 30

9. Fique do lado dos mocinhos, e não dos bandidos 32

10. Esforce-se para superar as adversidades 34

11. Seja o último a levantar a voz

36

12. Seja seu próprio conselheiro

38

13. Não tenha medo, não se deixe surpreender, 14. Não hesite, não duvide

40

15. Eu gostaria de ter feito isso — e vou fazer 42

16. Conte até 10... ou recite um poema curto 44

17. Mude apenas o que puder e não se preocupe com o resto 46

18. Tente ser o melhor em tudo o que fizer — não o segundo lugar 48

19. Não tenha medo de sonhar

50

20. Não se prenda ao passado

52

21. Não viva esperando pelo futuro

54

22. Aproveite a vida, porque ela é curta 56

23. Vista-se como se hoje fosse um dia importante 58

24. Tenha um conjunto de crenças

60

25. Tire alguns momentos para você todos os dias 62

26. Tenha um plano de ação

64

27. Tenha senso de humor

66

28. Escolha o caminho que vai percorrer

68

28 A vida é um pouco como a publicidade

70

29 Saia da sua zona de conforto

72

30 Aprenda a fazer perguntas

74

31 Mantenha a dignidade

76

32 Não há nada de errado em sentir grandes emoções 78

33 Nunca deixe de acreditar

80

34 Você nunca vai entender tudo

82

35 Saiba de onde vem a verdadeira felicidade 84

36 Saiba quando desistir e seguir em frente 86

37 Cuide-se

88

38 Tenha sempre boas maneiras

90

39 Livre-se de coisas velhas

92

40 Lembre-se de voltar à base

94

41 Demarque seus limites pessoais

96

42 Compre pela qualidade, e não pelo preço 98

43 É normal se preocupar - ou saber quando isso não é preciso 100

44 Mantenha-se jovem

102

45 Dinheiro nem sempre resolve todos os problemas 104

46 Pense por si próprio

106

47 Você não está no controle

108

48 Tenha alguma coisa que tire seu foco de você mesmo 110

49 Apenas as pessoas boas se sentem culpadas 112

50 Se não tiver nada de bom a dizer, não diga nada 114

REGRAS PARA OS RELACIONAMENTOS

116

51 Aceite as diferenças e abrace o que vocês têm em comum 118

52 Permita que seu companheiro seja ele mesmo 120

53 Seja gentil

122

54 Você quer fazer o quê?

124

55 Seja o primeiro a pedir desculpas

126

56 Faça um esforço extra para tentar agradar seu parceiro 128

57 Tenha sempre alguém que fique feliz ao vê-lo 130

58 Saiba quando escutar e quando agir

132

59 Tenha paixão por sua vida em comum

134

60 Tenha certeza de estar fazendo amor

136

61 Converse sempre

138

62 Respeite a privacidade de seu companheiro 140

63 Certifique-se de que vocês têm os mesmos objetivos 142

64 Trate seu parceiro melhor do que seu melhor amigo 144

65 Sentir-se contente já é um objetivo elevado 146

66 Vocês não precisam seguir as mesmas regras 148

REGRAS PARA CONVIVER COM A FAMÍLIA E OS AMIGOS

150

67 Se você vai ser amigo de alguém, seja um bom amigo 152

68 Nunca esteja ocupado demais para as pessoas que você ama 154

69 Deixe que seus filhos cometam os próprios erros - eles não precisam de sua ajuda para isso

156

70 Tenha um pouco de respeito e perdão por seus pais 158

71 Dê um pouco de liberdade a seus filhos 160

72 Nunca empreste dinheiro, a menos que esteja disposto a perdê-lo

162

73 Não existem crianças más

164

74 Mostre-se positivo quando estiver perto das pessoas que você ama

166

75 Atribua responsabilidades a seus filhos 168

76 Seus filhos precisam se indispor com você para saírem de casa 170

77 Seus filhos terão amigos dos quais você não vai gostar 172

78 Seu papel corno filho

174

79 Seu papel como pai ou mãe

176

REGRAS PARA SE VIVER EM SOCIEDADE

178

80 Estamos todos mais próximos do que você pensa 180

81 Perdoar não dói

182

82 Ajudar não dói

184

83 Orgulhe-se de ser parte de urna comunidade 186

84 O que eles ganham com isso?

188

85 Conviva com pessoas positivas

190

86 Seja generoso com relação a seu tempo e a seus conhecimentos

192

87 Deixe-se envolver

194

@!5. 5$! /

! .2 5>+

2 !

&'(

'

5$! /

!52 ! !)/! #!

" !

&'

'

5#!

)/! #2 /5"%!% #2 2 ! . % /

5A "2

!"2

'

'&

5) 5!) #25) HJK5#"!) %2 H/ +2#K 8!L ! ! *!5$!

! +"%!

'

M! E2

52 H/ 8!L

:

5

36 5

(

';

5$! #25)#"K5#"! %2) %!52) H/

2+2#!

':

!E! $

! ! ! * N "!

512 ! ! ! % * !%!012

&

'

M! ! . %!)2 /012

512 %2

2E

!

&

'(

5) 52 H/ ! $").N "! +!" %"L

)2E

+2#K

&:

'9 @!5. 5$!)

2) 2 $2) !E .2)

&(

'

./%2 2%)

+ %

&

"

. "E/! !2

/5%2 % ! */ ! 82

!

&

)#/E ! / ! 52+!

* ! .2%2) 2) %"!)

2/

2

52)

% + L

H/!5%2

6

5 3785

! " #

"

$

#

"

%

$

&

'

"

"

"

!

(

)

*

e

+

"

,

-. /

"

!

! "

#

!

$

*

0

! "

"

"

!

"

(

’

!

!

1

!

"

!

%

2

!

"

! ! "

"

'

"

&

(

!

$

"

%

e

$%

"

/

%

!

3

$

!

(

!

!

4 As regras do trabalho.

-

/

!

(

"

/

4

!

%

5

6

!

6

*

!

"

'

" $

%

!

"

7

8

!

7

1

%

/

)

9 :

"

/

!

3!

"

*

!%

"

!

"

e

"

"

/

!

e

)

)

1

minhas regras da vida.)

(

7 7

;

!

"

!

7

!

!

7

!

(

%

*

%

*

<

" %

/

!

; %

% 9 =

>

regras da vida

%

:

(

> <

!

%

"

9

'

*

?%

"

1

*

"

:

"

6>%

6

%7

%

?%

"

6)

6

4

!

"

$

"

'

7

;

$

"

%

"<

"

63

"

6

63

6#

3

<

%

!

)

!

$

!$

<

!

regras da vida

!

%7

e

%

9 :

"

(

%

!

:

!

(

"

%

<

$

<

@

7

!

"

,

4

!

"

/

$

<

"

!

:

7

"

A AB

AB

A

As regras da vida

$

"

"

!

7

+

<

As regras do trabalho). 3

(

*

<

!

*

Richard Templar

"+"%" !)

* !) %! +"%!

#"5#2 A !)O +2#K) /

#2

!5$ " 2 2/)/! #2

!5$ " !

)/! 8! > "!

) /

* / 2)2#"! B"5# /"5%2 . !E! $2

! "*2)C

2

/5%2 O

! 8"

%

) 5.! 2) #"5#2 #> #/ 2) H/

.2%2) 5N)

%) 5$! 2) "5#25)#" 5.

5. !2 52))2

%2

! 2) #2

0!

2

!") "

2 .!5. 6 !)

* !)

)

)2!")

! ! 5N)

) 2)

12

!) H/

52) !M/%!

!

+!5.! %! #! ! .2%!) !)

!5$1)

58 5.! 2

/5%2

#2

/ 5! !."./%

2)"."+!

!. !+))! #2

) */ !50!

)/#))2 #!%! %"! 512 "

2 .! 2 H/ !#25. 0!

H/

2%

%/L" 52))2) 5>+ ") % . 5)12 52) %! !

)

#."+! #2

.!

52)

5#2 !M! !

).!E #

52))2)

N "2) !% <)

% .

"5! 52))2) 2EM ."+2)

))!)

* !) . 12 %)

!%! .!%!) +!5%2

#25.!

! # "!012 ! "%!%

!)"./!012 !./! % #!%! /

2%2)

5N)

#")! 2) !%2.!

% .

"5!%2)

!% <) H/

2%

+! "! %

))2!

! !

))2!

!) F +".! .

! */

! P

. 2

"))2 8"#! 2) Q % "+!

)2 2)

"5#! !L) %

25".2 ! 2 H/

).! 2) 8!L 5%2

2

).!E #

!% <)

!))! 2) ! .

/

5I# 2 82 .

/

5. 2 ! ! 2 H/!

2%

2)

.2 5! ! 8"

%

#/

! 52))!) 5 *"!)

))12 2)

! #2) ! ! !+! "!

52))2

2*))2

@!) !)

* !) 512)

)/

!).!E #

!% <)

! EF

+")!

2."+!

%"+ ."

52)

"." ! 2

+ ".!

$2 ! +"%!

R E G R A 1

-

5

> <

%

$

;

!

)

! %

e de

!

7

<

(

2

'

! "

$

4 Seja discreto.

)

<

%

!

%

$ %

"

!

;

<

,

"

:

<

$

$

<

;

e

"

se

<)

#

%

"

%

3

!

&

!

7

%

"

#

#

7

)

! 7 4 6'

7

#

6

> <

"

! "

"

<

%

%

"

"

'

"%

"

!

=

"

4 6

96 /

CD

!

6

<

$

crise

%

!

)

5

;

<

"

%

%

3

<

$

'

%

9

As

regras do trabalho,

*

" !

%

7

!

;

96&

#

#:

&

" +

#

;

#$ $#($ $# !

#

#(((#

()9

VOCÊ VAI FICAR MAIS VELHO,

MAS NÃO NECESSARIAMENTE

MAIS SÁBIO

/

"

<

%!

;

)

!

<

e

%

!

!

3

; $

<

! !

4

<

%

"

%!

5

"

%

"

@<

!

"

*

/

!

!

"

!

5

$

"

"

!

"

"

!

%7

'

"

) *

%

4

"

!

$%

%

"

%

!

!

E

5

(

!

!

,

<

$

"

7

"%

4

<

!

<

"

"

%

%!

5

%

%

e

"

/

<

! !

/

"

(

%7

$

"

%

/ $

<

! !

%7

"

R

)!E %2 "! 512 #25)").

512 #2

.

2)

)"

%)#2E " !

$2

!5 " ! %

)2E

+"+

!)

!5. 5%2

"5.!#.!) 52))!)!5"%!%

52))! %"*5"%!% R

<

5 =3

4 >

5

4 >

5

:

#

7

@<

<

<

0

<

$

%7

<

"

;

"

E

"

7

!

< :

!

;

<

!

"

"

por

causa de

"

apesar

3

%

%

e

<

6!

6

C

F4 ;

<

(

;

<

<7

7

<

"

%

E

"

!

!

"

"

"

"

%

)

!

!

5

%7

!

(

,

%7

<

;

;

(

!

" $

G

"

!

6

6

"

)

<7

%7

)

!

%

%

=

(

%

)

4

95 ? # #(@ A#

#(@ A#

:

+ !B

#! ((#

#$ A # #)9

C

1

5 5

5 D E

;

<

%

%

<

Não é

(

<

% de

! "

'

!

'

) 4 /

6 '

> <

"

%

0

3

(3

(

G%

/

regra 4!

> < #

"

0

"

$

1

*

"

"

<

"

=

"

$

"

' "

$

%

"

0

#

"

)

)

<

!

&

9

!B

&

#! ($#

:

$ "

#

(#

A#

)

#

!

@

:

#

(

(# !# #)9

F

G

6 3

5 =3

E

5

6

5 =3

685 E

)

;

!

>

7

:

'

"

*

"

1

! "

"

!

(

%7

(!

2

1

0

"

%

&

"%

!

!

(

0

<

!

e

e

7

#

é

importante,

<

"

*

)

%

<

<

!$

+ $

H. 0

<

!

!

"

%

e

%

G%

'

%

(

!

< '

*

7

E

'

!

I

7

<

I

(

I

!

<

/

!

"

e "

I

7

/

< $%

<

#

9E

#!#((@

(# !

!#

? # . $

#

+ !B

#

(

#0 (B ! :

#

/

"

$ "

% (

(+ (

(

(

(A %& ! $

(# (*H# + ("# + ")9

6

3

5 I

5

<

!

'

"

<
!
"
4 +A.
"
"
"
" I +J.
3
%
!
"
0
7
4
$
%
"
"
"
9

" $!

?%

!

"

"

!

!

!

!

,

<

"

(

9 / 1

"

(

(

)

"

" $

)

"

!

!

!$

9 D

!

!

E

%7

!

"

$

<

K

"

;

"

)

(

!$

"

"

=

'

!

D

/

,

L

)

"

0

%

"É um padrão segundo o

qual eu posso medir o que

estou fazendo, como estou

me saindo e para onde

estou indo."

J

-

>

KL

'

(

<

%

!

" '

<

%

"

"

'

"

<

!

$%

%

"

%

<

!

e

(

!

7

e

<

;

!

(

%

!

3

(

#

<

!

:

%

e

<

;

<

(

!

"

%

F:

!

M

e

"

&

$

<

:>

$

/

(

!

!

(

!

> <

(

"

;

"

*

<

%

4

"

5

"

"

de

7

$

;

!re7

(

"

' "

#

C

6 *

7

#

!

(

/

<

!

!

6

6

6

F4

;

<

$

(

3

7

7 !

<

<

9

<

6)

"

6

6'

69)

%

"

!

!

"

R

5.

5#! ! ! +"%! 512 #2 2

/

"5" "*2

!) #2 2 /

.

"5!%2 ! "*A+

#2 %"! #2

H/

+2#K

% + !

5%

! /.! R

@

S

?

T

-

=?

@?

:

<

%

/

4

a você,

,

"

'

<

%

e

%

3 $

"

1

! "

7

1

<

%

e

3 $

!

!

<

!

> <

comprar

" "7

"

"%

%

5

!

(

9

%

%7

$

3

!

"

"

"Senha disso, senha daquilo, na idade em que estou para que tanta senha?' /

!

"

!

= %

"Eu nunca fiz isso

antes, por que preciso fazer agora?". ;

"

"

As

!

)

<

<

%

*

9 (#((

($ (A# /#(: $ (

#?

*

" (# "# $

(!#((

(&

? # (? #

!

$

"

$

"

(#

#"

:

&

+ +#$ (

" (

$

#" $)9

M

> =3

5

5

5

5

6 5 :

685

5

G 6

5

:

1

E

"

!

,

<

9 3

%

!

9 ,

7

!

(

e

e

)

"

e

%

2

nós

!

os outros,

e

2

"

(

!

7

e,

7

#

)

4 $

!

;

<

$

!

$%

"

"

%

"

"

" 3

%

%

<

3

"

!

(

3

"

"

3

"

"

3

<

3

$%

"

#

<

3

!

"

%

> <

%

!

E

(

!

=

$

"

9 > <

!

9 /

"

<

9 /

"

<

É

!

'

%

e

%

/

*

"

'

7

!

%

!

"Eu não teria feito isso

dessa maneira"

"Minha nossa, fulano está jogando sujar, 9> ! $ (" + " " (#

#

? #

N(? # #$ (#

? # . * $

(

(:

"#! ((

#

#

(

(A %&

#((

#

# #

(" "#)9

&

>5

1

3

/

(

,

;

(

'

(

"

"

;

@<

%

(

!

;

"

"

%

*

;

%

(

; $

(

<

"

)

<

! %

"%

"

;

<

%

%

! !

<

/

1

"

+

"

. 3

$

"

-

:

"

/

,

!

#

!

)

"%

@

! %

/

4

(

)

$

<

5

<
%
9)
9 "
9
/
9
9
+ " . (($: #((.
#/ "#
$ (. # "#
#$ #(
"#(
!
" (
! $
O " ("# ! $
)9
& &
SEJA O ÚLTIMO A LEVANTAR A VOZ
(

)

> "

(

!

!

1

!

8

!

9 ;

D

"

9

N 9

8

"

"

6

!

F4 =

(

!

!

!

4 6; $

último

4F 3

$

!

#

3 " de

%

e

!

"

4 6M

)

6 ;

1

"

$%

7

es-

cândalo

$

)

"

%

" $

"

"

)

<

!

6

!

69 '

!

"

%

!

=

(

<
!
%
)
as
!
E
$
*
4
<
#
G%
#
$
/
<
e se recusa
%
Nesse
<

#

"

> <

%7

<

)

"%

#

"

%

!

$

I

arrumar

o quarto;

%7

<

! " I

"

!

I

<

"não gritar com as

pessoas';

%

E

%

%

"

!

!

/

R

".! !H/"

). ! */

5.2

F 8 !#2 R

&

SEJA SEU PRÓPRIO

CONSELHEIRO

D

!

"

/

7

"

"

%

<

:

7

<

%

<

!<7

> <

"

<

<

!

> <

!

> <

!

!

E

<

!

)

!

'

"%

/

<

%

$ %7

)

%

!

"Você estragou tudo de

novo"

$%

3

antes

:

$

)

%

%

*

<

0

"%

<

0

—"Por que você está

fazendo isso?", "O que é certo e o que é errado?", "Será que a gente devia fazer isso?' —

<

/ 1

<

*

&

<

%

$%

!

!

/

;

<

"

%9 2

$ você mesmo,

!

<

"

%

'

5

C

6

!

"

)

#

"

)

$

#

%

#

<

*

:

!

> <

!

" %

"

1

7;

:

7

4

> < $%

!

!

R 2#K)!E H/!5%2 % +

%"

%)#/ !)

) #2 "*"

12 $A #2 2)#! ! R

R E G R A 1 3

685

6

5: 685

K

3

6

:

685

: 685

3

,

9)

O>00)

"

#

Não tenha medo

> <

;

"

;

(

K

"

!

"

#

<

!

(

)

"

6'

"

"

FI

=

"

!

'

$

7

!

Não se deixe surpreender

/

"

9 :

@

! %

<

!

"

(

)

"%

"

; $

0

!

)

7

9

2

"

!

<

%

Não hesite

!

%

;

< "

%

;

%

/

"

7

%

)

'

"

$

nem

< '

"

$

!

%

)

"

$

Não duvide

5

/

/

"

"

mais certa

'

"% 1

!

; $

7

: "

< /

"

7

'

"

<

% !

7

;

& :

3

5

>

5

5 ;

53 > P

/

)

:

<
"%
6
6
!
1
#
<
%7
G% <
%
(
6)
6
3
<
7
3
< <
!
e

< 3

1

%

<

#

(

6)

"

"

6

%

(

,

2

"

/

"

7

4

$

7

;

<

C)

P

P

%P

P

P

"

6

6)

44

)

<

#

$

<

<

%

6)

"

F

%

<

(

!%

$

9 3

% +

(

%

.9 3

!

9

É

<

"

"

(

QBB

AQ

%

%

RQ

'

<

%

"

)

<

"

20

6M

"

6.

R)

))2!) H/ 2 $!

! !

!) #25H/").!) %2) 2/. 2))

%"+"%

%2") * / 2)6

!) H/ "5+ M!

!) H/

)) 5.

2."+!%!) R

&

CONTE ATÉ 10... OU RECITE

UM POEMA CURTO

,

%7

7

<

$

9 /

"

!

> <

AB

<

0

e

%

!

AB

65

-FI

<

> <

9)

!

"

$

/

%7

7

!

<

/

"

<

7

AB

:

7

<

%!

"

7

+'

.)

%

4

6

#

"

!

;

<

@

AB

$ %7

!

%

"

7

"

)

6!

6

%

!

e

!

"

6/

FI

; (

"

#

!

!

!

AB

"%

!

"

5

"

!

"

e

/"

,

"

-

"Controlado e calmo,

sou capaz de dar uma

resposta adequada."

Q

3

6

5 = 3

3

685

5 3

5

5

5

3

)

<

;

%7

"

3!

!

7

$

7

(

)

)

*

!

<

;

"

$

"%

<
#
"
$
<
%
!
2
e
'
<
'
%
%
!
%
<
%
"
;
<

!

<

7

<

* %

7

!

%

%

)

<

3!

regra

para você—

#

<

;

<

<

!

7

!

(

;

<

<

!

D

;

<

<

!

;

<

"

!

;

<

"

gerente

"

)

; !

<

<

9

%7

9

Freqüentemente, a única pessoa que

%

)

1

4

!

)

!

!

/

de

/

)

!

'

!

R

%"H/

) ! #2")!) H/ +2#K

2%

/%!

Q) A

!)

H/

)/! #25. "E/"012 8! A

/

! * !5% %"8

50! R

& 9

6

5

5

3 5 5 =3

> P

1

685 5

36 5

3

8 - 5

-

(

;

)

;

<

! "

"

(

;

<

$

"

;

< $

$

"

;

%

!$

9

; %

"%

<

9)

%

>

"

5

"

%7

9 =

"%

!$

5

<

"

"

" 9 > <

9 =

3

<

F

"

<

"

(

8

<

$

!

%

'

%

<

"

!

7

'

!

<
%
:
$
;
<
1
"
%
!
%
'
9
=
%
!
;
!
/
"
!

% $

%7 I

<

!

/

!

9 0

/

<

!

$

"

"

%

'

"

!

"

"

4 6;

9F '

%

"

#

$

< #

%

'

!$

6

6

"

;

<

"

%

'

"%

!

"

)

Você

%

"

3

< e

<

"

)

!

!$

(

)

<

"

96&

@

* #$ #$ A

)

$? # # (#

(#

"

: ($)9

Q '

S

@

S

!

%

<

"

,

"

)

I

"

"

<

"

"

0

7

)

"

%7

"

%

"

)

<

"

"

"

/

!

7

$

"

)

<

> <

!

;

"

$

!

'

"%

$

"

(

)

<

/

"

"

'

"

" - > <

"

(

! !

!

/

#

<

4

"

<

$

"

)

<

9

9

(

#! ($ (#

#

((R (

(: &)9

R E G R A 1 9

685

6

5

5

5

"

$%

'

"%

<

7 7

=

(

*

!

$%

%

%

> <

"

(

"

,

<

%7

%

1

;

<

%

%

;

<

$

:

$%

(

'

"%

%

:

"

7

;

"

<

!

!

;

"

<

#

"

1

$

,

"

:

!

%

!

%

!

%

#

" !

(

/

(

<

%

%

"

"%!

:

em

<

%

> <

%7

% ;

'

"

Não

%

"

%

<

" %

%

>

>

"Viva aqui e agora.

Viva neste momento."

NÃO VIVA ESPERANDO

PELO FUTURO

;

<

"

(

<

4 6

'

!

"

"

"

4F :

!

"

7

<

)

<

)

<

"

$

:

"

"

'

"

"

< de hoje

"

,

$

8

e

"

>

$

!

!

#

$

<

)

" $

<7

e

'

$

7 6/"

$

%

"

"

!

"

4F #

;

9 0

/

5

"%

;

<

!

$

E

> <

$

)

"

3

<

"

$

/

"

"Sonhos são maravilhosos,

mas a realidade também

é muito boa."

R E G R A 2 1

APROVEITE A VIDA, PORQUE

ELA E CURTA

Todos os dias, a cada segundo, a vida passa numa velocidade assustadora. E cada vez mais depressa. Certa vez perguntei a um senhor de 84 anos se o ritmo diminui quando envelhecemos. Não consigo reproduzir exatamente suas palavras, mas ele explicou, em termos que não deixavam nenhuma dúvida, que não. Continuava cada vez mais veloz. Algumas vezes imagino se não estamos pegando impulso para levantar vôo — como uma última corrida antes de partirmos. Mas, se você quer uma vida bem-sucedida, feliz, satisfatória, repleta de significado, aventuras e recompensas, a regra é simplesmente vivê-la. Tenho certeza de que você já faz isso, caso contrário não estaria lendo este livro.

E como devemos tocar a vida? Da mesma forma como fazemos qualquer outra coisa. Começamos estabelecendo um objetivo, traçamos um plano, formulamos uma série de ações que nos façam atingir a meta e então vamos em frente.

Imagine que você é o gerente de projetos de uma grande companhia e seus superiores querem que você organize uma exposição.

Primeiro você precisa definir o objetivo do evento (vender 100 itens de determinado produto, ou distribuir amostras grátis, ou conquistar 20 novos clientes), a partir do qual vai formular um plano de ação —alugar o espaço, contratar o pessoal, imprimir o material de divulgação, etc. Com o plano pronto, você vai saber exatamente do que precisa para tocar o projeto.

A vida não é tão diferente. Também é um projeto — só que muito maior e mais importante que uma exposição.

: "

<

> <

%

"

!$

+

!$

.

= !

%

<

!

que deseja.

Nada disso precisa comprometer a espontaneidade da vida, é

essa

;

"

$

! "

<

%

<

quiser

aproveitá-la ao máximo. Ou então logo perderá o rumo.

Eu acreditava que qualquer coisa que acontecesse seria bom. Era um aventureiro — pronto a enfrentar qualquer desafio que surgisse em meu caminho. Mas aos poucos fui percebendo as vantagens de ter um objetivo e trabalhar para alcançá-lo, em vez de simplesmente me deixar levar. Assim é muito mais fácil que coisas boas aconteçam.

9

!B

#! (

(

$

!

+ "

(#

? (#

+# @1

$@0 $)9

1

5 5

5-

>5

3

5

6

G $

=

1

<

<

E

9)

7

'

"

4 68

<

!

! 6)

)

!

)

"

"

@

"

!

"

4 6'

"

-)

%

- &

7

-6

"

conscientes,

conscientes

conscientes. 3!

)

; !

;

<

!

$

%7

<
%
)
<
> <
! "
! !
)
!
<
!
)
<
E
%
;
<
E
7
%
/

<
<
!
F
%
—
*
=
<
I
<
!
%
/
6
*
7
96
<
=
'

<

7

P

(

+

" .

!

<7

!

;

!

<

< K

!

%

"

sua

7

seu

7

sua

> <

)

$

;

<

e

"%!

<

ti

7

9 (

#((

(#

& "# A

$

" A# #

(# + !B (# +#(

! $

(#

"

A ((# $

#)9

;

6

3

56-36 5

67

'

<7

"

;

<

$

%7

"

=

6

$

69 =

(

;

você

S

você

"%

=

você

!

/

"

$

)

> <

em

,

#

"

<

(

:

'

/

<

$

%

"

<

!

<

!

%

> <

4 6

se

9 3

96 D

7

!

:

K

"

"

!

$

5

$

(

*

!

a

"

<

> <

!

4

!

e

!

+

<

.

/

$

<

"

<

"

"

$

crenças

"

(

e !

)

<

!

8

$

#

> <

$

+ $

regra 1). '

> <

!

$

R 2#K 512

#")!

2+! 5!%!

! 5"5*/F

) M/)."8"#!

)

2 #25.!

H/ !#

%".! R

R E G R A 2 4

36

5

6 5

5 D

5 5

5

"

7

> <

<

/

"

(

(

3

7

%

(

'

!

/

"

<

AB

+

"

.

(

9

$

%

#

<

" > <

> <

;

<

%

!

(

%

! %

<

!

3

<

9 K

4 !

'

)

! "

! "

$

)

<

!

/

,

!

AB

$

$

!

)

0

)

(

!

1

"

4 63

<

%

96)

"

4 6'

6)

4 6

"

"

$

6)

!

4 6> <

"

"

!

9F)

4 F> <

'

6 5

%

9

3

!

7

!

;

(

;

1

1

;

;

$

!

de

"

>

9

#

$!

+

(N

+ !B:

&

A /#

*(

$#

#

")9

R E G R A 2 5

S

?@

> <

#

"

;

<

%

)

%

e

*

! 7 "

e

;

<

!

%

%

:

!

<

%

"

%

#

8

<

%

3

%

,

<

$

!

!$

;

<

%

"

)

<

9 > <

6

6

/

<

!

/

<

%7

!

(

e

(

8

" #

<

)

<

%7

%

=

<

!

"

3

%

$

%

;

(

/

E

<

!

3

"

:

8

"

%

5

*

#

%

!$

:

!

<

!

4 63

9 /"

6)

<

9 # + !B

&

%

$

:

&

#

/

@ (# ((

()9

R E G R A 2 6

6

6 5

3

5

-)

#

%

#

(!

3

(

'

"

!

;

!

)

"

!

"

#

!

'

"

!$

6

,

"%

%

3

"

-

6 ;

!

"

!

"

/

e

!

#

<

!

"

/

e

<

(!

!

(

3

!

<

"

%

'

<

"

0

" #

"%

"

*

<

)

!(

"

"

)

!

"

/

!

T 2

"

"

e,

)

"

4 6:

!

$%

F

;

< !

"

%

"%

(

/

=

"

e

1

)

9

!

#

$

! (

" +#

"

#$?

? # (

%&

? #

+ "

(# #$ (#

! $

)9

BUC ! 512).!+! ! " 2

"5$! #!/)!

)

!+! . !5HJ" !

5.

2 2/. ! 8

" !

H/

).!+!) 5%2 !. 5%"%! 2 #25.! % / ! 8!

! 52 % %2

R E G R A 2 7

5

5

6 5 =3

5

<

<

!

#

!

<

)

Existe

6

E

6 > <

"

<7

;

%

%

!

<

%

;

<

(

%

@<

;

<

! %

!

$

#

+

$ %

<

.

5

<
<
<
0
!
/
!
!
!
/
!
)
"%
(
*
'
<
;
%
(
!

!

É

! 6> <

<

6 > <

3 "

"

%

3 "

e

!

*

e

<

%

"

"

7

@

'

"%

!

%

: "

"

"

:

<

< 3 6

E

6

existe. Você

"

"

2

> <

!

’

<

%

$

"Faça sempre o que é certo.

Você sabe o que é certo

ou errado."

R E G R A 2 8

A VIDA É UM POUCO COMO

A PUBLICIDADE

#

"

&

"

#

"

!

"

7

(

!

'

<

!

$

<

/

U

$

> <

"

> <

< > <

! "

> <

!

)

$

8

<

%

%

!

U

!

$

%

$% ("

:

> <

<

!

=

1

V

<

! $

(

+

.

3

"

<

!

'

<

;

<

% #

< $

!

%

"

/

!

!

"

%

<

! "

#

!

"

$

!

7

/

!

<7

)

#

1

>

<7

,

"

!

)

"

9

!B H $ ((*# @ ?

"# (# (#(A

% (

@

$#

#! $ # ( )9

R E G R A 2 9

3

P56

56>5

5

Esteja pronto para ser um pouco corajoso todos os dias. Por quê?

Porque, caso contrário, vai ficar estagnado e criar mofo ou então vai se enrugar e murchar. Todos nós temos uma zona de conforto, na qual nos sentimos seguros, quentinhos e secos. Mas às vezes precisamos sair dela e ser desafiados, assustados e estimulados. É

assim que nos mantemos jovens e nos sentimos bem com nós mesmos.

Se ficarmos muito presos a nossa zona de conforto, ou ela começará a diminuir ou alguma coisa vai destruí-la. O destino, ou seja lá o que administra as coisas, não gosta que nos tornemos complacentes demais e, de vez em quando, nos dá um pontapé cósmico no traseiro para acordarmos. Se estivermos acostumados a expandir os limites de nosso casulo, esse chute não terá um impacto tão grande — estaremos preparados para ele —, e será muito mais fácil agüentar o golpe.

Mas não é só isso. Expandir sua zona de conforto faz você se sentir bem consigo mesmo e lhe dá mais confiança. E o melhor é que você pode fazer isso aos poucos. Você não precisa voar de asa-delta, caminhar sobre brasas ou ter relações sexuais com um desconhecido apenas para testar sua zona de conforto. Pode ser tão simples quanto ser voluntário para uma tarefa que você nunca realizou e sobre a qual se sente um pouco nervoso. Ou começar a praticar um esporte ou adotar um novo hobby. Talvez você se engaje em algum movimento. Você também pode passar a fazer sozinho algo que sempre fez acompanhado por alguém

ou manifestar sua opinião em ocasiões em que, normalmente, ficaria calado.

Nós impomos uma série de limites a nós mesmos. Acreditamos que não somos capazes de fazer isso ou que não seríamos felizes com aquilo. Aceitar o desafio de expandir nossa zona de conforto nos faz aprender e crescer. Você não vai criar mofo se estiver aumentando suas experiências.

"Expandir sua zona de

conforto faz você se sentir

bem consigo mesmo."

<

6

> P

36

> <

!

/

!

!

suposições. ;

!

!

!

;

3

"

(

!

%

$

/

!

"

"

#

!

$

5

$

)

!

"

!

"

=

%!

4 65

<

$

!

< "

%

!

4F

2

"

%

)

!

"

"

<

!

> <

%

= %

$

#

E

2

<

@<

7

<

"

%

#

0

%

%

5

7

" $

)

<

:

0

"

$% !

"

=

"%

#

e

> <

!

"

:

" /

9

R

*/5.!) !M/%!

!)

))2!) ! .

5)!

5.2)

!") # ! 2) R

R E G R A 3 1

MANTENHA A DIGNIDADE

!

!

7

'

!

7

"

"

<

5

<

<

3

9 5

!

$%

!

'

!

<

'

<

"

!

#

)

<

+

-.

"

! !

"

;

<

$

!

7

(!

7

!

> <

> <

#

!

"

> <

(

#

> <

#

/

7

=

%7

<7

<

R

%"*5"%!% #25)").

2). !

)

".2 2)"

) 2

.

/ ! !/.2

)." ! + !%! R

R E G R A 3 2

68 5

4 6

5

6

6

575

;

"%

/ !

(

'

"%

=

!

=

=

'

"%

(

;

"

0

=

e

"%

%7

'

"

=

"

;

!

,

=

"

%7

;

<

%

(

(

$

)

"%

/

#

/

!

!

=

! !

#

%

%

,

!

#

<

! %7

<

!

;

(7

E

#

7

!

> <

"

e

;

<

7

=

<

$

"

<

e

!

9

A !

((#

$#

(

&

.

$

*

".)

#((

A

$

#(

#

(A ! $ #

$ " ()9

R E G R A 3 3

636

K

“...'Nós conservamos a fé!' — dissemos.

'Desceremos com o andar resoluto

E uma coroa de rosas, até a escuridão!'"

)

"

< K

D

W

"

The Hill +/

.

!

+ "

. =

(

!

=

!

!

!

"

D

W

"

$

'

"

!

(

:

$

"

"

<

$

E

#

>

7

(

%

<

)

!

G $

"

6!

6

6

" 6

Não

<

;

6

" 6

:

%7

+ !

* regra

1) é

!

:

<

0

<

6

" F '

;

<

%

"

" $

JB

>

+

"

.

%7

Ai está mais

"

4

"...Estávamos orgulhosos

E ríamos, pois havia tantas coisas corajosas e verdadeiras a dizer."

"Não deixar de acreditar é algo que você faz. Ser um 'certinho' é

tentar converter os outros."

R E G R A 3 4

5 D 636

6

6

3 5

;

"

1

+

.)

%

"

$

0

(

e

%

Assim que você aceitar esta regra,

"

*

"% #

"

% #

<

%

*

/

"

<

< /

#

#

< / !

%7

*

=

"

"

%

%

3

#

"%

/

!

!

"

%

/

!

"

#

#

;

'

1

3

/

*

(

"

; $

#

!

"

%

/

/

Deixe

!

(

"

<

%

/

9 (

#((

(+&

(# ! $

"# $

#

(#(

()))

(! ((

#(#

" $#

#

+& "

#

" ;

!#

)9

;

G

56

>

'

(

#

pode

7

)

"

> $

> <

P

P rn P

> <

"

<

P

P

P

%

/

7

P !

P

<

)

!$

<

%

9 / "

<
/
,
(
> <
!
> <
<
"
> <
"
%
9)
,
<
3 "
$
<
%
> <
0

"

(

> <

!

>

!

;

7

9)

"

%

< ,

! "

6/ !

4 :

"

'

"

F)

7

6.

"

%7

/

!

<

)

6

6

1

$

%

3

$

'

> <

!

"

8

4

%

$

1

<

;

!

<

R #$2 H/ F +2#K H/

2%/L))) 5."

5.2 R

<

SAIBA Q UANDO DESISTI R

E SEGUIR EM FRENTE

/

<

%

:

:

e

$

%

F

6

"

"

!

"

;

%

!

$

"

#

#

;

%

!

)

#

%

<

<7

$

%7

0

6

6

<

;

) %

!

> <

#

0

"

"

<

%

"

!

)

"%

"

%7

trás.

Desistir e seguir

<

!

#

<

%

"

de

'

!

#

!

#

"

;

"

%

X B

/

<

%

!

'

!

63

6

<

!

% <7

!

"

)

3

%

'

9 #

#

!

$#

$

:

&

"#(#

# #

! "

! !

$

(

+#

(#

(

+

)

(@

! * " : (

#$ A #

#)9

; 9

3

1

> <

"

2

;

9 '

"%

3

<

'

"

"

%7

(

#

"

3

<

:

!

"

8

" W7

!

)

)

!

"

!

<

!

3

%

e

<

!

7 "

$ (

/

"

%

"

<

3

;

<

;

%

%

/

<

;

%

;

!

e

!

)

"%

"

<

'

%

"

> <

2

%

!

!

3 $

!

!

!

(

+

$

.)

!

; !

7

'

%7

"

%7

7

<7

%

!

7

%

%7

;

> <

!

"Você é adulto e não depende

mais de ninguém."

R E G R A 3 8

T E N H A S E M P R E B O A S M A N E I R A S

)

"

Watching the English,* Y

2

$

%

<

6

6

6 !

6 #

(

;

+

.

"%

9 :

1

3 $

!

)

<

$

!

!

> <

$%

!

/

)

(

%

!

:

"

<

$

+

.

!

4

•

I

•

+

I

" Watching the English: The Hidden Rules of English Behaviour Z3!

4

< Z

Y

2

+G

[

;

"

JBBQ.

"%

*

$

.I

•

"

I

•

I

•

I

•

!%

*

+

<

!

!

4

!

!

!

!

"

.I

•

"

I

•

I

•

I

•

$

!

I

•

I

•

I

•

<I

•

6!

6

I

•

*

"

I

•

"

I

•

!

I

•

1

!

I

•

7

%

I

•

%

e

"%7

'

<

"

7

!

)

!

%

< M

1

5

<9

%

e

8

3 $

/"

=

$

"

/

<

! %

%

?

"

%

1

%

!

!

\

1

!

8

!

<

%

%

e

!

!

!

7

e

%

/

"

<

" !

$

$

/

<

%

"

!$

1

!

! "

$ %7

!

<

"

"

!

%

"

!

(

"%

$

1!

2

6

6

> <

"

7

"

"

> <

%

$

;

!

"

%

"

!

7

"

9> %

$

$ #/

"# +#/

#$?

"

! *

@

#$!

$#

(

#

")9

C

@

V

* !

<

!

;

!

;

!

<

%

< ;

!

<

;

!

<

!

!

%

<

:

:

!

%

$%

>

* !

"

$

<

>

* !

!

!

(

#

; !

(

<

=

!

(

!

!

> <

!

!

se

@<

<

!

E

#

$

3

"

!

#

"

! %7

<

'

$

"

%

<

'

<

;

<

!

%

!

< 5

%

:

$

(

!

)

* !

#

<

!

5

* !

9

S * (# (

A !

+

"# + !B

#(

+

#("# (#

"#)9

C Q

=3

3

5

&

"

%

<

*

(

#

$

#

K

<

!

"

!%

;

"

<

4 6'

6

<

"

> <

!

> <

5

<

%7

5

<

! %

<

< #

> <

7

!%

> <

<

)

%

"

!

<

)

> <

"

)

!

<7

(

) !

<

/

<

/

"

%

%

!

%

4 6'

P

6

"

(

/

,

<

%

7

!

> <

4 6)

6)

,

,

(

<

$

) !

!

/

"

;

"

"

$

"

!

!

!

/

<

"

%

<7

9 (

*# #!#

$ #(

#((

(

(

A !

? # + !B

&

#! (

$ (# $#"

" (

(

#((

()9

:

5

=3

:

685

5

75

: "

"

(

:

$

"

)

"

(

!

(

7

E

"

/

!

<

"

)

D

4

• /

"

"

#

<

• ;

"

ou

• ;

<

"

É !

%

9 D

%

'

#

*

#

<

I

7

;

"

7

)

"

!

,

!

"

6

7

6

'

"

0

#

"

!$

/ "

"

!

#

"

D

<

"

e

!

7

4

•

I

•

I

•

!

)

<

!

(7

@<

<

%

)

!

<

"

/

"

7

=

que

*

!

" #

%7

(

9 #

&

+# "

#

:

&

! $

#)9

C <

É NORMAL SE PREOCUPAR —

OU SABER QUANDO ISSO

NÃO É PRECISO

3

'

(

"

%

*

'

1

"

! "

'

"

!

'

/

7

,

" $

;

"

<

%

#

"

/

<
$
)
!
!
;
<
4
•
"
%
I
•
I
•
$
;
1
;
"
$

com

;

;

"

%

(

para

;

"

"%

#

$

;

"%

+

<

* !

.

1

,

7

!

3

"1

W"

W

" L +

9.

7

"

6

6 #

<

!

%

=

<

%

e

!

)

!

4 6/

"

$

!

6

7

<

fazer

!

;

#

#

%

=

1

3

%

3

(

'...você está apenas criando

algumas rugas — e isso o faz

parecer mais velho."

roi

C C

6

6

1

-5

)

1

<

"

"%

=

7

%

)

"Mantenha-se jovem"? D

"

3

"

$

7

$

*

"

'

"

%

!

"

"

+

<

$

7 "

<

.

3

"

"

"

!

"

"

)

]^

0

$

"

"

" JA)

(

0

$

7

$

'

!

!

%

+"

"

.

7

$

7

7

7

$

(

9

1(# H +#$ (

A !

#0 # $#

+ ((*

#(:

#(

+ (:

#

+ (#(

()9

:

DINHEIRO NEM SEMPRE RESOLVE

TODOS OS PROBLEMAS

/

%

! "

1

"

4

6D

"

C;

/

F _F

D

$

"

!

'

! "

"

!

:

!

"

!

<7

>

"

> <

"

"

!

!

%

0

!

=

"

! "

!

"

%7

;

<

!

7 "

%7

"

+

.

"

T6&

? #

: "# A

$

$: !

!

(

$# !

(

(

((

%U #( )

+#(

"

#

A

!

) 6&

A %

#

$

*H#%&

#((# $B

"

*

)

N ? #

+ "

#((

&

! (

$

(#

&

#A ! #

#)

(

&

#

%&

"# (#

((#

)

$

%

!

/

"

!

*

$

%

!

!

%

5

$

#

7

e

!

"

<7

0

!

"

0 $

"

%

7

(

%

"

)

"

#

)

!

!

%7

$

"

%

!

(

0

"

!

)

9

+#(

"

#

&

#(+#

* #$: ($ #($#

#

"

$

!)9

C

6

5

I

5

> <

!

%

'

"

"

<

!

" 3

!

nós mesmos,

$

0

(

*

:

%

:

:

:

e

"

:

/

4 6;

<

$ 6

;

(

!

7

(

(

;

<

1

%

(

<

!

%

;

<

%

<

%

#

1

: "

1

$

5

$

!

%)

$

!

(

$%

<)

!

$

:

$

=

<

% + .

!

+!.

3!

<

"

;

"

;

"

"Todos queremos nos integrar,

fazer parte de um grupo e

ser reconhecidos. Todos

queremos ter a sensação

de pertencimento."

C J

W

X

&

"

<

%

<

!

$

$

!

+

!

.

/

<

%

%

)

6

$

96

%)

!

!

$

<

!

!

!

#

<

%

%

/

<

"

%

%

7

/

!

"

> <

> <

!

"

*

%

+

"

. > <

!

0

;

<

7

(

(

,

"

/

"

;

%

"

:

"%

> <

%

!

> <

!

#

<

#

%

%

/

!

%

<

"

<

$

> <

" T > <

1!

%

F

(

:

6

3

5

=3

3 >5 5

5

5

: "

'

"

! "

"

$

"

"

(

/

!

"

) !

*

%

5

$%

"

%

E

"

"

<
/
%
#
2
(
I
1
@ li
%
%
! "
+
"%
"
!
<
. '
$
"
!

’

1

"

"

<

%7

/

!

5

$

%

!

<

!

<

"

!

"De nada adianta uma música

que melhora seu humor se

você não tocá-la de vez

em quando."

C M

6

5

G5

6

3

%

%

!

porque

!

"

!

<

<

%

;

<

$%

!

<

%

"

<

!

(

/

(

'

" 4

$

;

:

!

'

6

F4)

<

"

;

<

!

"

9 ;

<

e

(

6/

<

E

#

!

!

<

"

<

%

/

<

<

;

<

%

$

6

6

"%

'

<

!

"

;

<

"

4

: "

;

7

;

< fez

)

)

<

%7 9)

$

;

%7

<

%

9 # + !B (# (#

!

"

$! (: ((H@

.

$ * $ (

)9

F

685

6

G5

P

: 685

6

E

%

=

!

,

(

;

"

%

!

%

5

"

%

<

!

%

!

e

'

"

(

$

%

!

;

"

!

%7

!

"

3

!

%

)

!

)

(

G

"

)

4 0

9F)

"

5

<

!

%

G%

<

1

!

(

(

(

<

!

<

;

$

/

(

@<

=

<

!

7

1

%

!

+

<

!

. 0

"

"

/

!

!

#

#

!

> <

"

% *

"

#

"

<

!

9 ((: $#

? # " :

.

$

+#

)9

2%2)

#")! 2) ! !

)

! !%2)

!"2 "! % 5N)

%) M! 2 #2582 .2

! "5." "%!%

H/

/

!#"25!

5.2

. !L

12)2 2) " $!)

#")! 2) #2

! ." $! 52))!)

+"%!) #2

! */F

/".2 H/ "%2

N7" 2

))! F !

5!./ L! $/ !5!

12) >! 2) ! !0! 8!5.A)."#! H/)2 2)

) 512 ."+F))

2)))! 5 #))"%!% % %!

E

2 F

O

). F /

* !5%

2 F

O 2)

!#"25!

5.2)

$/ !52))12 / ! A !

H/

2%

2) #2

.

%"+)2)

2))28

* !5%) 8 !#!))2)

* ! 8!L

* !5%)

#258/)<)

! EF

#")! 2) %

* !) 5))! A !

) 2 H/

!)

). M!

)!"5%2 %

2%!

#")! 2) % .2%! ! 2 " 5.!012

H/

/%

2) .

/%2 E

MA 8! " %

!"))2E

"

) 2

@!) 5! + %!%

.2%2)

#")! 2) % !M/%!

Q) + L) +! !

5! +

2 !))/5.2 % /

P5*/ 2 %"8

5.

) */"

+2#K 5#25. ! A ! */ !)

* !)

2/#2 #2 /5)

H/ +12 !M/%A 2 ! +

) /

!#"25!

5.2 ! ! ." % / !

52+!

)

#."+!

!%! %"))2 F

+2 /#"25A "2

!)))!))12 !)

* !) /)!%!)

2

))2!) H/

!5.K

!#"25!

5.2) %/ !%2/ 2)

E

)/# %"%2)

2%/."+2)

)/). 5.A+ ")

)!.")8!.N "2)

))!)

))2!) .! EF

.K

!#"25!

5.2)

7#".!5.)

)." / !5.)

2% 2)2)

7.

!

5. >5." 2)

"Você encontrará várias vezes a palavra "parceiro" por uma questão de gênero, adotei sempre o masculino, mas, evidentemente, estas regras são para todos.

R E G R A 5 1

>

67

G

5 =3

5 D

D

5 3

=

"

"

<

; (

%

" <

Mas

"

,

;

"

<
8
+
!
$
.
" !
e
e
$
;
(
%
"
$
9 5
! "
9 '
#
$
!

(

- :

%7

#

"

)

*

< <

9

7

"

+

.

%

+

<

. ;

!

(

!

!

!

)

<

/

<

!

#

#

<

e

!

7

> <

$

#

$ %

6

6 #

! "

!

;

!

"

:

"

%

;

!

$

$

9 # +

/

$ (

? # #$ (

#$! $ $ #

!#

$ (

? # . " A# #

#:

"# #$ (

(#

"# $

$#

(! $

(

()9

R E G R A 5 2

=3

3

5

6

5

-

5

E

2

@

%

)

%7

2

"

1

I

"

/

"

!

'

"

"

"

"

%7

!

"

!

"

)

< !

"

!

!

1

"

)

*

)

9 /

!

<

"

3

9 3

"

9 3

9

/

"

3

"%

9 3

e

!

(9)

<

!

7

<
9 0
#
+
. #
! "
> <
$
!
)
!
" !
<
)
<
"
%7
)
$
!
"

;

(

!

7

<

3

0

%

0

!

0

R

H/ 82" H/ 2 !. !"/Y

H/ $!+"! %

)

#"!

5))!

))2!YR

R E G R A 5 3

SEJA GENTIL

É

%

e

7 7

"

6

6

Para que

<

à

<

> <

%

/

<

F

6 e 6 !

6

%

; $

,<

" $

2

%

"

%

; $

à 1

!

7

"

! "

)

$ %7

: "

$

: "

<

'

<

"

!

*

! "

/

!

a tantas

,

!

%7

"

/

mais

2

-

=

se você já

!

7 "

!

"

!

#

!

*

)

"

!

$%

"

6

6

"

!

!

/ "

!

)

!

2 ! "

9

? #

!

$#

"B !#

: .

#! (+

S #(! /#

(# !

B()9

:

5 D =3

> P

5 =3DV

3

$

!

!

7

$

!

/

"

$

/

<

$

1

> <

$

7

<

(

<

<

5

!

<

$

!

;

$

<
%
6
6
$
5
< "
! %
%
!
<
9 ;
<
> $!
"
<
#
"
"
+
. #

%7

> <

(

3

!

<

#

9 >

$

"

$

"

<

/

!

<

3

9

=

%

/

!

<

;

6

6

(

<

! "

;

<

"

HQ

<

"

'

"

*

)

!

"

!

=

$%7

"

!

7

"

7

'

(7

"

!

'

%7

! %

"

<7

'

%7

9

!B #$ "# #(

"

? # # # (#H

"# # "#

#:

A

!

/ "# # A #

$

"

"# + !B)9

R E G R A 5 5

-

5

5

3

'

'

'

'

$

"

> <

:

"

<

$

! "

"

=

2

<9

$

'

:

"

"

'

7

)

verdade. &

;

"

$%

'

'

do que

>

!

(

(

e !

)

=

(

corno

"

/

"

%

(

)

<

9 5

" -

regra 1—,

-

!

'

"

!

!

<

<
"
"
%
!
:
&
! 7
<
%
#
%
<
$ %
:
!
$%
9
"#$ (
#"
"#(!

(#

!

(# +

((

"

" "#

#

1 #(#

)9

(

> 7

3

>5 75

K

6

3

5

3

<9 > <

$

"

!

!

<

%7 9

,

<

%

> <

%

#

<

)

=

2

<

)

"

<

)

!

9

<
9)
$%
%
9
)
9 ;
D
$
%
$
$
%
=
E
=
!
)
"
)
!

"

<

<

<

%7

)

"

$

> <

9)

3

"

9

;

<

9

? # + !B

&

? # #

A /#

((V

? # H@

&

#(@ A /# " V9

9

6

3 E

= 3

> =3

>

P

5

D1 5

>

*

"

5

"

<7

!

'

<

=

<

!

< "

)

)

<

"

9 ' 9

9 ; 9

!

:

0

%

/

"

$

! "

"

%

6> <

96

3

<

<

<7

#

<

:

<7

<

<

"

%

<

"

"

9 D

! "

%

!

%

<7

)

!

<

"

&

"

"

!

"

)

!

$

6

6

do

! "

)

%

%

+

(

.)

<7

5

<9

9

" (

#! ($ ("#

.$

? # A ? # A# / #$

(+#)

((

("@

$

#((& "#

? #

"

$ (+ #

#

)9

F '

SAIBA QUANDO ESCUTAR

E QUANDO AGIR

'

(

"

"

"

%

;

!

fazer

'

,

@

e

/

!

!

%

" +

$

"

.)

!

"

6/"

"

(

<6

3

$

"

"

<

)

(

/

!

"

!

!

3

"

!

$

'

!

"

"

)

$

"

!

!$

%

#

"

)

"

(

!

!

; !

" !

1

2

@

"

%

!

6)

;

6 e

*

"

>

!

<

e

<7

)

e

"

!

"

; !

"%

<

" !

)

$

!

+

@<

.

9

*# ?

"

(# "#+#

A# #!#

! @ # ($

: #$ +#/ " ((:

/#

! 0 "# A#

$#

(

#

$

!

"

#((#

.

$

* " "# ? # "#+#

(#

" ")9

'

TENHA PAIXÃO POR SUA

VIDA EM COMUM

)

<

"

$

)

(

9 '

!

+

. /

$

<

=

" $

3

<9

)

$

"

!

<

A

<

<

3

!

> < <

:<

"

"

!$

!

e

:<

$

;

!

;

!

<

%

*

e

9 > <

%

*

9)

%

9 =

)

<

"

%

9

> <

$

$!

7

)

<

+

<

!$

$

$

. E

"

!

!

1

!

"

!

<

/"

9

3

9 :

<

!

%

;

% *

<

!

"

"

)

%

<

)

%

<

"

;

%

9

!B #(@ "#" !

"

(

+ "

S A# ! " "# "#

#((

)9

6

P

> P 6 5

5

!

- >

9 D

>

;

<

e isso

!

)

$

,

#

:

$

!

"

(

:

*

)

"

!

/

7

"

:

7

$

/

)

"%

7

'

!

!

(

0

"

1

/

(

#

2

#

<

#

"

+

"

$%

"

. 2

"

"

(

;

%

9)

"

#

,

" !

(

'

"%

"

' "

!

"

"

R

2) %"

".2 Q

"+!#"%!%

!2

)

".2

!)

2)

! .!

5.

)."

!%2) R

R E G R A 6 1

CONVERSE SEMPRE

=

(

<

5

"% -

!

5

7

%7

5

"

"

;

%

;

9

$

"

<

"%

!

%

=

"

7

<

!%

4

• ,

< #

• ,

<

<

%

7

#

!

(

$

6"

7"

6

• :

"

e

"

<

!

• 8

!

!

#

<

/

C

6.

• 2

$

!

<

• 2

<

#

<

(

! 9

= !

"%

<

+ $

regra 58),

%

%

"

3

<

"

1

7

=

1

: "

"

" *

!

"

<

8

7

!

!

"Se não estivermos conversando,

alguma coisa está errada. Se

não estivermos conversando,

o que estamos fazendo?"

•

R E G R A 6 2

•

R E S P E I T E A P R I V A C I D A D E

DE SEU COMPANHEIRO

65

" 6 :

*

*

* "

7

7

%

e

%

> <

%

%

#

" 7

)

<

"

7

!

%

0

<
7
"
)
%
;
<
<
4
•
<7
$
" e
"
I
•
I
•
"
I
•

!

I

•

I

•

!

1

<

)

4

%7

!

%

K

!

<

7

%

7

"

!

"

#

e,

! "

$%

8

! "

&

0

"

(

0

(

1

%

'

\

"

"

`H

#

%

#

! "

2

"

"

<

> <

;

<

7

!

/

%

<

!

9 # + !B #$

#!#((" "#

"#

A#

+ ! " "#

"#

#((

:

#! (

A /#

$

(.

1 +

%&

"#(! *

/&

" (( )9

R E G R A 6 3

> =3 1

=3

5 D

D

5

5

5G-

5

Quando nos apaixonamos, acreditamos saber absolutamente tudo a respeito de nosso amor. Temos tantas coisas em comum. Tudo parece tão fácil, tão intuitivo, tão natural. É claro que queremos as mesmas coisas. É claro que somos dois lados da mesma moeda. É

claro que vamos percorrer a estrada da vida de mãos dadas.

Errado, errado, errado. A estrada vai se bifurcar de vez em quando e, se não conhecermos as regras do jogo, vamos nos perder de vista completamente e para sempre. Você precisa se certificar se os dois estão seguindo o mesmo mapa, se estão olhando para o mesmo destino e se caminham na mesma direção.

Que objetivos vocês compartilham? Para onde pensam que estão indo? Não, este não é o momento para "achar". Não suponha ou tente adivinhar quais são esses objetivos. Você tem de saber o que seu parceiro pensa sobre isso — e o que você mesmo pensa. Seus objetivos podem pertencer a mundos diferentes. Ou realmente podem ser muito próximos. Você só vai saber se perguntar, discretamente, é claro — afinal, não quer assustar seu companheiro.

E você tem de saber a diferença entre objetivos e sonhos com-partilhados. Todos

temos sonhos — uma casa à beira-mar, uma viagem pelo mundo, uma 2

uma adega climatizada no porão

(abastecida com os melhores vinhos, é claro), uma piscina olímpica

— mas objetivos diferentes. Objetivos são ter filhos (ou não); viajar bastante; aposentar-se cedo e ir morar fora do país; educar as crianças de modo que se tornem pessoas bem-ajustadas e felizes; permanecer juntos (!); mudar-se para o campo ou para a cidade; diminuir as atividades e trabalhar em casa; abrir um negócio próprio; comprar hm cachorro. Sonhos são coisas que você pretende realizar um dia, e objetivos são o que vocês fazem juntos desde agora. Sonhos são aquisições que cada um de vocês pode desejar, objetivos são alvos comuns para cuja obtenção vocês precisam um do outro, porque, se não for assim, eles perdem o sentido.

Esta regra se refere a fazer uma revisão constantemente. Para isso, você precisa conversar com seu companheiro sobre aonde estão indo e o que estão fazendo. Não precisa ser uma conversa pesada. Pode ser algo bem simples, só para voltar à base e verificar se vocês estão seguindo o mesmo caminho. Não são necessários muitos detalhes, apenas algumas questões para confirmar que vocês seguem na mesma direção. Não é preciso que vocês façam um planejamento minucioso de como será seu futuro.

9

!B

#! ((# !#

A !

(# #(&

(#

"

$#($

" #%&)9

R E G R A 6 4

3

5

5

5 =3

3

5

5

Outro dia falei com uma amiga sobre esta regra e ela discordou de mim enfaticamente. Ela disse que é preciso tratar os amigos melhor porque você os conhece há mais tempo e lhes deve mais lealdade. Depois falei a mesma coisa com outra amiga e ela j i disse que não era assim. Segundo ela, devemos tratar melhor nosso companheiro, justamente porque não o conhecemos bem. 1 Curioso.

Acredito que se deva tratar o parceiro melhor do que os 1 amigos porque ele é amante c amigo. Idealmente, o melhor amigo.

Se seu companheiro não é seu melhor amigo, então, quem é? d E

por quê? Porque seu companheiro é do sexo oposto e você pre- 1 cisa de um melhor amigo do mesmo sexo que você? Ou porque seu parceiro pertence ao mesmo sexo e você precisa de um me- 1 lhor amigo do sexo oposto? Ou porque você não vê um amante como amigo? (Se você responder sim a esta pergunta, então 1 como você vê seu companheiro? Qual é seu papel ou função I como parceiro?)

1

Mais uma vez, tudo isso ê sobre ter consciência. Tratar seu 1

parceiro melhor do que trata seu melhor amigo significa que você pensou sobre isso e decidiu agir assim — ou não, se for o caso.

Sempre pensei que tratar seu companheiro melhor do que seu d melhor amigo era a coisa mais natural do mundo. Isso significa não interferir em sua vida, respeitar sua privacidade, tratá-lo como uma pessoa adulta e independente. Mas basta dar uma olhada em volta para encontrar casais que se tratam como crianças pequenas, reclamando, repreendendo, questionando, criticando e discordando até em coisas insignificantes. Eles jamais fariam isso com seus amigos. Então, por que fazem com a única pessoa que supostamente significaria tudo em suas vidas?

Vou dar um exemplo. Você está de carona em um carro dirigido por um amigo. Ele comete um erro qualquer na direção, urna bobagem (que não chega a ser perigosa). Vocês provavelmente levariam o ocorrido na brincadeira e iam rir um bocado. Agora imagine se fosse seu parceiro que cometesse o erro. O que você faria?

• Ia fazê-lo se sentir insignificante?

• Não o deixaria se esquecer desse pequeno erro por múito tempo?

• Contaria para todo mundo o que ele fez?

• Assumiria a direção, dizendo que não confia nele?

• Agiria como se ele fosse um amigo e cairia na gargalhada?

Espero que você tenha escolhido a última opção, mas observe como outros casais se comportam em situações como essa.

9

$ + !B +B (# ! $

#

V

=

. (#

#

A

%&

! $

!#

V9

F

6

1

56

6

-4

E 3

5G-

5

5

;

<

4 6/"

" 6 3

7

<

$

" 4 6'

6 ;

"

$

<

"

#

"

7

> <

)

/

%

/

#

%

;

<
"
%
#
#
"
3
9)
"
/ (
9 '
"
/
"
7
7
#
/ !
6
" 6 > <
> <

)

!

"

!

0

)

!$

!

0

#

!

<

/

8

(

%

#

!

7

%

0

"

=

7

)

%

*

> <

'

7

<

<

@

e

,

7

"

!$

)

<

!

%

"%

(

e

"%

#

7

por isso.

VOCÊS NÃO PRECISAM SEGUIR

AS MESMAS REGRAS

#

!

$

0

/

%

3

!

7

!

(

$

> <

9

>

<

$

!

'

%

!

P

G

!

!

0

#

!

!

!

5

9)

!

<

)

"

!

<

/

!

)

"

"

<

!

>

<

!

"

%

< "

<

)

<

"

<

@

<

$%

;

"

<

%

> <

@<

#

<

<

%

K

95(# !

$#

($ (

A# /#(: *#$1(!#" " (#

A

#((&

? # #(#$? #

(

!#

(

!#*#$

#!#((" "# "# (#

A #0O+# (#$ (

(#

()9

REGRAS PARA

CONVIVER COM

A FAMÍLIA

E OS AMIGOS

+2#K)

" !*"5!

#2 2 2 # 5. 2 %

) /

N

"2

/5"+)2

5.12 +2#K F M/).!

5. 2 "72

"

" 2 #> #/ 2 !

) /

%2 F) / #2

!5$ " 2Z

))

F) /

!#"25!

5.2

!")

N7" 2

>5." 2

#> #/ 2) */"5.

F #2

2).2

2

)/! 8! > "!

) /) ! "*2)

))!))12 !)

))2!) H/ +2#K

!") ! ! #2

H/

*2).! %

!))! 2 .

2

H/

!")

*2).!

% +2#K

))!))12 !)

))2!) #2

H/

+2#K 2%

!7!

!*"

#2

5!./ ! "%!%

@) 2 !))"

7").

! */ !)

* !) SA / !

!5 " ! #2

.! %

. !.A 2)

/ ! 512 .12 #2

.! !))"

2#K !"5%!

#")! !*" #2

$25 ! %"*5"%!%

)

".2

2#K .

) 25)!E" "%!%)

.!5.2

! ! #2

) /) 8" $2) #2 2

! ! #2

) /)

!")

2#K

.

% +

)

! ! #2

) /) "

12)

2#K .

2E "*!0<)

! ! #2

) /) ! "*2)

% + +A !) !)F "2

2#K .

/ !)F " %

! F") ! %)

5$!

% % +

)

! #/

" 5! +"%! O) M! #2 2

!" 2/

1

! "*2 2/

! "*! 8" $2 2/ 8" $! "

12 2/ "

1 ."2 2/ ."!

!% "5$2 2/

!% "5$!

)2E "5$2 2/)2E "5$!

" 2 2/

" !

).!

) 012 %2 "+ 2 +!" 2 " 5.A 2)2E

!

$2

!5 " ! %

%)

5$! #!%! /

%))) ! F")

2 25*2 %! +"%!

#")! 2) "5. !*"

#2

2/. !)

))2!)

N))E! ! 2) B

2#"25!

5. C 5 !) 2 .

2

.2%2

#")! 2) %

* !) H/

*2+ 5

52))2

#2

2 .!

5.2 %

2%2 ! !*" %

!5 " ! #2

.! #2

2)

2/. 2))!E

2 H/

8!L

)"./!0<) % "#!%!)

52+!)

7

"K5#"!)

!#"25!

5.2) >5." 2)

!5 5.)

H/")

2) H/

52))2)

!#"25!

5.2) #2

52))! 8! > "!

! "*2)) M!

E

)/# %"%2)

H/

) 52) . 5$!

! .! #25.!

#")! 2)

).! /

2/#2

!") % !. 5012 !))!)

!0<) O

#")! 2) !*" % 82

! #25)#" 5.

+ L % %2

" 5! %" 012

#2 2 8!L !

!"2 "! %!)

))2!)

!*"

2))

#25)#" 5.)

2%

2)

$2 !

)))

!#"25!

5.2)

" "5! 2)

2E

!)

5#2 !M! 2) 2/. 2)

% /

2%2 * !

) ! $! /

2/#2 %

#2 %"! "%!%

8 "#"%!% Q 52))! +2 .!

H/

2% "!)

$2

%2 H/ "))2Y

J

5 D

5

3 E

:

-

3

G 5

5

;

!

> <

"

%

%

+

!

<

9.

%

!

%

+

"%

<

9.

/

<

!<

!

$

<

!

%

<) *

<

!

,

*

<

%

(

)

#

> <

!

"

$

"

> <

:

<

)

9 D

"

<

%7

7 "

;

<

7

< > <

%

!

> <

%

$

(

> <

"

!

"

e

1

(

"% > <

"

$

! !

"

U

< "

% !

"

)

7

> <

%

> <

%

!

> <

%

<

<

%

<

<

AB

=

!

95 $ ($

. #(

"

"# #(?

"

#! (

#$

"# + !B) E &

#

(

(

*

($ $#

()9

REG R A 68

636

-

5 3

5

5

=3

5 D

)

*

%

)

: "

!

'

8

%

,

"

(

!

" =

%

!

e

=

"

5

#

"

#

!

;

)

9 :

!

> <

$

=

<

> <

!

!

+ %

"

.

!

+

<

.

> <

%

(

+

$

.

'

$

#

"

"

<

#

<

$

> <

+

!

.

<

/

! (

#

$

)

!

<

0

)

<

!

!

> <

e

"

#

'

"

%7

! "

$

"

> <

!

%

e

)

"

<

"

6"

7"

6

"

<

#

/

%7

#

<

$

"

;

%

: "

< G $

9=

$

(#$

+#(

$ (#$

(((

!

$#

(; ! $ A

(:

$& (:

(# $

(;:

$ (#!#*# #$ (#$

!)9

M

K

=3

3

>

5

5

5

I

5

5

1

685

3

-3

5

)

"

"

$

!

!

7

%

"

9 ; %

"

$

9 /

9 ,

9

9)

9)

%

9

9 +/

"

<

!

" .

'

/ "

?

"

!

5

"

#

"

!

<

"

> <

%7

"

"

=

#

"

:

)

!

!

5

9 /

!

: "

!

"

!

"

a

#

!

$

:

3

"

<7

$

<

;

> <

!<

!

3

!

<

podem

(

"

"

> <

<7

%7

%7

<

;

<

<

%

)

/

"

*

)

/

7

! $ "

=

<

4

6> <

!

9 > <

@<

9)

<

9 > <

9

'

"

9 > < $%

96 > <

!

" 7

:

$

%

%7

9

!B

&

"#

@1 (

#$

" : (# &

!

+&

"#

! $

(/

()9

R E G R A 7 0

6

3

53 5

5

85

5

3

)

<

7

)

2

!

4

6

e

(

)

7

%

"

"

(

:

!

!

<

" !

)

!

"

1

0

9 '

,

%7

9

%7 9 '

"%

)

"

$

"

" !

"

(

K

9

"

3

(

(9 3

"%

%

" !

"

;

"

0

<

"

'

!

'

!

)

9 :

!

!

:

"

%

%

7

(

!

' "

"

'

!

'

$

"

)

"

"

$

/

"

;

!

! "

<

"

;

<

+

"

!

<7 .

!

)

<
"
=
!
%7
!
7
$
> < pode
7
!
95
:
@ " +# ((@ # (#$
(((+ " (#$? #
&
($ (
$
#A ! #
#(:
* " ((

(?

(

&

#$ (

#

$ #

(($)9

R E G R A 7 1

D 3

53 5

G

3

>

5

Vamos

!

!

!

#

!

#

!

"

%7

$%7

'

$ todas

/

!

)

!

< 6

F4 '

<

'

<

'

<

'

<

% '

<

=

%

6

F4)

!

)

-

$

:

6

F4 =

%

" !

(

C

6

"

%

$

6

6

6

<

6

6

6

<

6

:

!

%

6> <

!

6

6'

<

6 =

"

%7

"

;

"

*

$%7

)

3

!

4 6>%

> <

> <

> <

6 /

!

"

n

;

6

6

7

8

"

!

'

$%

7

"

<

<

(

!

Seus

pais já

!

!

'

!

"

)

7

+

.

; $ %

"

"

$%7

;

< "

$

;

"

;

3

<

< <

"

"As crianças são inibidas por

todos os lados e a palavra

que mais ouvem é 'não'."

R E G R A 7 2

636

6

5:

65

=3

-

5

5

D1 5

O título completo desta regra deveria ser: Nunca empreste dinheiro — para um amigo, para seus filhos, para seus irmãos, nem mesmo para seus pais —, a menos que esteja disposto a perder o dinheiro ou o relacionamento.

Existe uma linda história sobre Oscar Wilde, segundo a qual ele pediu um livro emprestado a um amigo e se esqueceu de devolvê-lo.

Quando o amigo apareceu pedindo que lhe devolvesse o livro, o jovem Oscar já o havia perdido. Então o amigo perguntou se Oscar não achava que estava pondo a amizade em risco por não devolver o livro. Oscar Wilde simplesmente respondeu: "Sim. Mas você não está fazendo a mesma coisa ao pedir o livro de volta?"

Não empreste dinheiro — ou um livro ou qualquer outra coisa —, a menos que esteja preparado para que seja perdido, esquecido, jamais devolvido, quebrado, ignorado ou seja lá o que for.

Se for uma coisa preciosa para você, então não empreste nunca. Se algo significa

muito para você, mantenha-o em segu-rança. Se você emprestar qualquer coisa, inclusive dinheiro, não espere receber de volta, se é que você dá valor a essa amizade ou relacionamento. Se receber de volta, encare como um prêmio. Se não devolverem nunca, bem, você já estava preparado para isso.

Muitos pais cometem o erro de emprestar dinheiro para seus filhos e então ficam magoados e desapontados porque eles não devolvem. A vida toda eles deram dinheiro à criança, mas, assim que ela cresce um pouco e vai para a universidade ou começa a trabalhar, os pais começam a lhe dizer que ê um empréstimo e a exigir que seja pago. E, na maioria das vezes, isso não acontece. As crianças não foram treinadas para pagar o que os pais lhes deram.

É totalmente irreal esperar que façam isso. Caso lhe paguem, considere uma bênção e sinta-se grato.

O mesmo acontece com seus amigos. Nunca lhes empreste nada se for importante que devolvam. Afinal, a escolha de emprestar ou não é sua. Você não é obrigado a emprestar nada a ninguém. Se resolver fazer isso, deve estar preparado para considerar o empréstimo uma despesa inesperada — ou não faça.

Obviamente, se o dinheiro é mais importante do que a amizade, é claro que deve pedi-lo de volta — e com juros.

A regra também vale para irmãos ou pais (pelo amor de Deus, jamais empreste dinheiro a eles, porque eles nunca vão devolver!).

Então, a quem você pode emprestar dinheiro? A estranhos, naturalmente. E eles tambêm não vão pagar.

"Se for uma coisa preciosa

para você, então não

empreste nunca."

R E G R A 7 3

685

K

67

4

#

+#/: ! #

S

#

$

A

(# ? # (

"

AN

A#/ $#

(

A# +#

9E

$

!

%

*

? # A#/

$

! (

$@VT

((

A

(# $# !

(

!

A

()

$ #($#

#

" #)

#

#

$#($

$# #+

!

)

$ $: #

$

"#

" (

(

*#(#

(

! $#

!

#

()

(

#

"# $# "#(!

)

#

#A #

#: #$*

#

!

+@ " /# ? # 9E

$

!

%

*

? # A#/

$

! (

$@TR !

!

"

! $

".

!#

) 6&

#0 (#$!

% ($@()

"#

+#

!

% (? # A /#$! ((

()

. $#($

+

(()

(# (

&

(&

$@() 6&

$

? &

+#(((

$# (

A

(

(#H $:

#(

&

(&

$

()

#

! $

$#

S(+#/#(

"# $# A /# (*

(

#"#(:

.$:

?

"

#(&

"

$

"

+

"

$

"

#(: (&

(

H

(:

$#

*

(#

A#

()

$: "

#

"

#(

"#$

$# "# 0

A

(

! $ (

(

+#((

(e (#

$

! $

$#

:

$ (# #(!

$ (# "

(#! $#

*

()

W

!

/&

#$ $

. ? # #(&

#0

"

$

"

"#(! *

"

(# (

$ #()

#(

#! ($! $# # #

(

"#(! *

? # .

? B) E

#

A#

$#

#

$)

5 $#($

+

#

?

? #

! $

$#

A

" (

" U#()

6&

@ !

% ("#(H#

" (:

@ ! $

$#

("#(H#

" () 6&

@ !

% (#(W " (:

#

(!

"

(#(W " () 6&

@ !

% (

$ " ((:

#

(

($ " (() 6&

@ !

% (#

O((:

#

(%U#(

#

O(()

(

& (*#$

"#

$ $ " $#

: e . (

A

%& # (

:

#" !

e # !

H

)

#

! #"

? # # ((&

$@(: H@ #(

@ ! 1

$#%

"

#

")

!B #(@

! $#

!

"#

"

A

! ((

(#

! #"

? # # (A /#$

"

#

")

!B

&

"#

$ "

!

%

$@: $ (

"# $ "

$ $

! $

$#

)

+ !B

! #"

? #

!

%

. *

: !#

$#

(# @ *#$1(!#" ")

"

? # + !B

#! (

A /# . $ " A !

! $

$#

"# : # #((# .

$

*H# +

((O+#)

E #

+# $#

#

#H " !

" /#

$

!

%

9

!B . $@)9 ((

#

$

! # %

$

" AO!

"# $ "

"#

()

#

" /#

9

!B A#/

$

!

(

$@9

9

!B (# ! $

$

$ T

#((

A

$: #

(

"#$ A /#

$

!

(

#(#

)

(: (# + !B

" ((# ? # # ((&

$@(:

&

@

"

? #

(($ A /# : # ((: (#$

"W+ " : +

A# @1 ()

R 2#K 512 2%

"!

/%! / !

"!50!

A

!) 2%

/%!

/

!/ #2

2 .!

5.2 R

9 :

5

1

5

5 =3 6 5

5

5

=3

5

)

,

$

7

)

%!

/

de

<
%
%
7
!
5
"
6'
6 de
<
4 6b
"
9F '
7
<
"
"
(7
"
"
<

$

)

% C

7

"

FI

$

<

7

)

6?%

" 6

A

)

#

'

" $

A

<

%

7

!

"

<9

<

!

/

/

(

E

5

9 > <

)

> <

%

(

4

6

9

"

96

você <

%7

+

! 7

regra I),

;

,

<

5

7

"

<

!

"

;

!

7

!$ 7

)

e

!

)

!

%

<

e

8

(

$ (

"

)

"

"

"

7

"

"

5

"

1

62

6I

1

"

)

!

9

.$

#$ "#

+

A

" :

$

#(O

#

A (

"#(X $)9

R E G R A 7 5

G3

56

G

3

>

5

/

,

! !<

7

! !

$

3

"

U

<

> <

ao

T

TT

"

:

7

(!

> <

"

dar

!

ao

<7

)

<

!

7

"

"

Na 7

!

6'

<
F4
<
!
T
((
B
$
(N
"
$#
A
) =
"
#
#
$
? # (
A 1
! +
(#

"

: # # #(

"#

? # #

"# A

+ (: !

(

? #

&

"# 0 + $ A /# ;

#((

B

!

# #

$

(

$#

(

()

$#

(#

&

$

? #

!

#

"#

#

! AB " $

&

" (

(" (: 1

"

#

$ $B(

#

:

B ? # # #

&

Y#

((# $ (A

+ ()

9 ((

B

(N

" #

$

$

? # # (

+

(# $

/

"

! $ (#

)

=

"

#

#

(*

!

$#

"# #(: $#

$

" ((# ? #:

?

"

#

!

% :

!

"# 0 +

A /#

"

#$! (

H "@1)

#

"#

! B !

"

#$? #

#(

+

"

$

"#

0

#"

H "

: $ (

" ((# 9 & 9)

? BV 6&

+#

$

#1

$) 5 $

+ "#

#(

"

$

"# 0

" .

$ $ (.

)

! "

6

<

6

5

! !

%

2

"

$

%

%

"

5

$

'

!

)

e

$

(

'

$

%7

/ !

7

"

!

'

!

"

'

2

!

RV

%"%! H/

!) #

)#

+2#K .

%) !8!).!

% "7! H/ 8!0!

!")

#2")!) 2 #25.!

N

"! R

J

SEUS FILHOS PRECISAM SE

I N D I S P O R C O M V O C Ê P A R A SAÍREM DE CASA

)

)

1

e

<

/

<

%

"

<

"

7"

)

%!

+

.

%

<

%

e

"

<)

<

/

!

,

<

"

:

! !

'

!

;

"

<

(

;

!

> <

!

)

)

!

! !

!

)

$ "

)

)

!

e

"

!

!

(

)

<

9

)

!

)

não

<

"

)

<

%7

"

<7

2

"

(

> <

!

!

! 7

"

"

%

!

*

%

;

<

;

)

"

4 6'

(

)

< ,<7 "

/

<

9F

9 #(

#! ($ (# *#

)

$ "

"# !

(#

((

.

&

(# #

"# ! $ + !B

. ? #

(($ +

! (

(# "

$ ("

? #

($ #($#

(# (A

()9

R E G R A 7 7

3

>

5

85

5

5

=3

5 D 685

5

"Ah, não. Mickey Brown está aqui — de novo!" Era isso que minha mãe gritava todos os sábados de manhã. Ela odiava Mickey Brown com todas as forças. Por quê? Não faço a menor idéia. Ela não gostava da maioria dos meus amigos, mas guardava toda a sua fúria para o pobre Mickey Brown, de quem já não l gostava antes mesmo de conhecê-lo.

Seus filhos terão alguns amigos que você não vai aprovar. É

natural. Aprenda a conviver com isso. Quando crianças, somos atraídos por crianças diferentes de nós. É assim que descobrimos o mundo. Ficamos amigos de uma criança muito pobre ou muito rica porque não sabemos como é viver assim e queremos descobrir.

Nós nos ligamos a um delinqüente, a uma princesinha mimada, a um garoto de outra etnia, a um menino de rua maltrapilho e cheirando mal, a uma criança autista ou a um rapazinho presunçoso de classe média cujos pais são contadores.

Não importa que tipo de criança seja, os pais se sentem tentados a desaprovar a

amizade. Faz parte da natureza humana, mas nunca devemos fazer isso. Devemos apoiar, encorajar, dar as boas-vindas e estar de braços abertos. Por quê? Porque, se nosso filho está andando com essas crianças para testar nossa tolerância, isso é muito bom. Mostra que os educamos para que não sejam preconceituosos nem julguem os outros. E, se eles não estão agindo assim, também não devemos agir.

O mais engraçado é que os pais de Mickey Brown também não me suportavam. Ele não tinha permissão para brincar com armas e eu sempre as contrabandeava para dentro de sua casa quando seus pais não estavam vendo. Eu não tinha qualquer predileção particular por armas — estou falando de armas de es-poleta —, mas adorava deixá-lo encrencado...

Um de meus filhos fez uma festa de aniversário e insistiu em convidar um garoto de sua turma que tinha sérios problemas de comportamento (o que costumamos chamar de "criança-pro-blema'; mas agora você não pode mais fazer isso — veja a Quando seus pais vieram buscá-lo, estavam quase chorando, porque aquela tinha sido a primeira festa para a qual o garoto tinha sido convidado. Por quê? Porque se comportava mal? Mas ele foi um anjinho e não fez nada de errado. Vá sonhando. Ele fez jus à fama que tinha e era possível me ouvir reclamado por semanas depois da festa: "Nunca mais. Ele nunca mais põe os pés aqui." Mentira tambêm. Na verdade, ele fez algumas artes e um pouco de sujeira, mas não mais do que as outras crianças. Por sua vez, um menino supostamente bem comportado foi flagrado enchendo uma de minhas botas com sanduíches de queijo e geléia.

9 #

((

A

#(@

"

"

! $ #(((!

% (

#(

((

X ! :

((

. $

* $)9

9

3

5 5 >

5

)

<

"

"

<

"

!

"

6

" 6

/

e

"

<

$

7

<

"

)

<

!

> <

#

$

#

<

;

*

<

<

4

•

7

%

•

• ,

%7

• 3

7

<

• &

(

!

<

#

1

<

<

!

!

!

• >

@<

"

#

!

7

• '

"

%

<7

"

• ;

7

<

%7

*

)

<

9

"

e

;

< $%

+ $

regra 70)

%

!

3

"

a

#

e

"

<

$

+

!

.

R 2#K .

2 % +

%)

#2 .K) !. 5#"2)2

!#" 5.

#22

!."+2

#2

) /) !") R

J M

?

@

? @

,

(

> <

7

%7

<

%7

%7

%

9

;

D

"

!

"

$

"

"

"

;

<

!

!

%

(

"

"

"

)

!

;

%7

"

"

(

> <

$

"

"

"

> <

%

"%

"

!

> < "

%

"

" !

> <

%

!$

%

<

> <

!

!

<

#

%

C

> <

$

#

"

> <

#

"

> <

%

"

%

> <

!

> <

"

!

> <

<7

<7

> <

%7

"

de

> <

7

%7

!

(

)

"

"

<

$ %7

%7

<

+

9.

'

9

$ ((& :

$

+#/ ? #

"#! "

!# @1 : . A /#

"

!

(# (A

(

"

$#

$

#

((O+#)9

REGRA S PARA

SE VI

VER EM

SOCI

EDADE

2%2) 2) %"!) 5. ! 2)

#25.!.2 #2

)

) $/ !52) +"+2)

!") O 52 . !E! $2 52 [5"E/)

2M!)

!) #! 0!%!)

2

.2%!

! . O

))2!) H/

2%

2) .

5#25. !%2 !5.) 2/

#2

.!

5.

%)#25$ #"%!)

/5%2

).A #$ "2 %

* 5.

#2

H/

"5. !*" 2)

))!) "5. !0<) * !5%) 2/

H/ 5!)

2%

52) 8!L

5#! ! ! +"%! %

82

!

2)"."+! 2/

2%

)

28/5%!

5.

%)!* !%A+ ")

))

2%2

2

H/

!

) 5.2 !) */"

)12 ! */ !)

* !)

! !)

+"+

)2#" %!%

!) 512

).12 * !+!%!)

% !

12)12

5 5$/ !

+ !012 %"+"5!

12 !

5!)

E .)

2) ! */ !)

* !))2E

#2 2 "%! #2

!)

))2!) 52

. !E! $2

8"5! % #25.!) F A H/

!))! 2) !

!"2

! . %2

52))2 .

2

H/! H/

#2")! H/

2))! 2) 8!L

! ! .2 5!

52))! #!

" !

!") E

)/# %"%!

52))! +"%!

28"))"25!

!"))!.")8!.N "!

2%/."+!

!#" ! %

./%2

!") 8 "L 512

+!")

/"

)

* !) ! !) +"+

)2#" %!%)12 2 H/! .2 #> #/ 2 H/

%) 5$! 2) Q 52))! +2 .! B2

"

" 2)2 2) 5N)

) 2)Z 2

) */5%2 52))2 #2

!5$ " 2Z 2 . # " 2 52))! 8! > "!

! "*2)Z 2

H/! .2 52))2)

!#"25!

5.2))2#"!")Z

2 H/"5.2 F 2

N "2

/5%2C

\

/".2 8A#"

5#! ! 52))2

N "2 * / 2 # !))

)2#"! 2/

H/! H/

2/. 2 5>+ %

#2 /5"%!%

#2 2 2 # .2 2

!")

"

2 .!5.

$2 %2 H/ 2) 2/. 2) @!) #!%! #2 /5"%!%

)

+K %))! 82

!

"!

/".2

$2

. !0!

).

H/! .2

#> #/ 2 "5# /"5%2

))2!) % 2/. !) 2 "* 5) % 2/. !) .5"!) 2/ % 2/. !) #2 /5"%!%) %

2%2 ! 52)) 5."

2) ! . %

/ ! #2 /5"%!%

!"2

! $/ !5"%!%

\

$2

"5# /"

%

!") %2 H/

7# /" /

H/) M!

F 7.

!

5. 8A#"

7# /"

2 H/! H/

2."+2)/ 2 H/

7").!

R)R

R5N)R

H/!5%2 5! + %!%

)2 2) .2%2) R)R .2%2) R5N)]

2) %

. !.! ! .2%2) #2

)

".2 2/

5.12

! ! H/

) +" "! ./%2 "))2Y

2) % %

25). ! "5.

))

2 .2%2)

2/ ./%2

% A 2) 5."%2

2) %

!M/%! 2) 2/. 2) 512

"

2 .! H/

) M!

2/ 512 $!+ A 5"5*/F

! ! 52)

!M/%!

H/!5%2

#")!

2)

2) %

)

2)

"

" 2) !

). 5%

!

12

2 H/KY 2 H/)2 2) M2*!%2) H/) */

!)

* !)

'

ESTAMOS TODOS MAIS

PRÓXIMOS DO QUE

VOCÊ PENSA

)

"

'

"

8

de

%

(

8

! "

"

'

"

)

)

e

0

$

1

"

'

!

'

"%

#

#

(

=

< $%

"

3

6)

<

(

"

0

;

<

"

!

' "

!

6

/ "

e

;

<

"

"

/

"

"

M

Y"

#

U)

! !+ !))12 %

512

"5$!)

/

"

9 '

$

"

;

!

!

'

"%

:

e

$

;

(

!

(

!

7

@

"

5

"

"

"

9 3

!

%

"

"As diferenças se tornam

muito pequenas quando

se retira o verniz que

todos nós usamos."

' Q

5

685

I

E %

= %

$

$%

%

)

)

)

K

!

"

!

"

+

.

"

"

)

:

!

)

!

"

2

%

%7

!

"

"

3!

!

"

"

"

)

"

"

!

%7 9 ;

!

"

!

!<

!

"

!

:

!

=

#

=

7

!

<

"

%

)

(

<

"

9

)

!

!

6,

"

FI

!<

:

$

E

,

E

;

C;

$

!

e

"

6

!

'

"

!

/

"

<

"

e

7

<

R).! %") 2).2 !

%2! 512

)"*5"8"#! H/ +!

2) % "7!

H/

2) 2/. 2) 8!0!

#252)#2

2 H/

E

5. 5%

R

R E G R A 8 2

?

^

'

"

!

<)

!

>

"

!

*

!

e

<

"

3

<

;

<

ele

$

!

"

;

!

<

)

6

6 ;

6;

"

!

"

FI

C)

<

96

)

! "

$

:

7

"

%

$

<

%

;

<

#

"

!

#

<

4 65

"

$

96 ;

D

<

)

"

!

!

$

K

re7

"

%

%

!

#

<

<7

;

*

!

;

"

;

"

9 (

#

(# #A# #

! $#%

! "

"

(

"

$#

(* # (

#((

()9

;

5

3

1

3

5 36

G%

* 0 E

#

(

!

e

I

!

8

! %

$

(

:

%

!

K LW$

W

!

!

6)

6

5

* 0

"

%

!

G

" c 6'

'

!

!

6

' 0 E

6

64 6'

6 '

0

6

64 6)

F 0

)

"

*

'

0 E

<

6

F4

*

!

%

e

$

=

"

:

e

#

'

(

;

<

%7

'

<

<

<

*

%

)

<

/

$

!

> <

$

!

#

(#

$

<

<

%

)

!

e

> <

R ! ! %! ! 2"2 Q 52))!

#2 /5"%!%

.! + L % +! 2)

2). !

!") "5.

))

2

!

! ."#" ! % ! */ ! 82

! R

' C

5 = 3

6

5

5V

:

"

'

! "

%

!

'

"

"

%

;

)

$

E

4 63

"

96 ;

<

!

$ %7

+

.

<

!

%

"

/

6

" 7

" 6

!

7

$

; !

<

<

!

<

!

<

"

&

<

#

! "

<

!

/

<

!$

!

#

<

"

'

<

!

! "

6

" 7

" 6

)

%7

;

<

7

!

<

2

63

"

96 #

9 K

%

%

< ;

(

#

<

"

=

63

"

96 $

<

E

0

!

"

;

<

7

!

(

'

4 63

"

96 > <

! %

"

)

"Você consegue o que quer,

mas elas também sentem

que estão ganhando

alguma coisa."

R E G R A 8 5

56

5

5

5

;

<

!

! "

"%

<

"

!

<

)

e

<

!

7

(

;

<

$

7

*

e

/

<

7

<

<

!

<

3

<

%

8

!

#

+ $

regra Rd. /

"

>

"

<

5

<4

• 2

9

• ;

9

• K

e

<

9

• ;

$

9

• ;

9

)

<
4
• ,
<7
9
• e
9
• ,
(
<
$
!
%
9
•
9
• 0
9
2
,
#

$

+

. ;

/"

<

D

"

;

$

'

!

#

<

"Não faz sentido conviver

com pessoas que não

o fazem se sentir bem."

'

-

6

5 5

5

785

3

5

3

56

6 5

U

<

" #

%!

+ $

/

@

$

<

"

<

!

'

<

'

< 3

<

$

"%7

9

;

<

7

'

<

"

$

!

<

!

K

!

<

'

(

4 6

6 ;

(

3

!

"

9)

!

7

"

,

"

%

"

/

%

2

! "

!

"

:

%

> <

!

"

<

)

! "

=

%

1

"

<

%

= %

"

<

(

'

!

7

!

!

"

<

!

7 9 >

%

%

"

;

<

" !

%

9 5

<

!

9 3

9

?

@<

(

"

!

<
(
)
1
'
<
"
$
%
<
*
0
<
!
7
)
<
9 # + !B #$
$
#
$ " $ #(#!

:

((#1

"

#)9

' J

K 1

6 5

,

7

<9)

+!

. 3

<

'

<

"

3

+

. &%

"

<

,

7

/

*

%

)

7

%

<

!

%

/

*

"

"

<

;

<

*

!

"

,

7

!

'

!

< =

<

)

7

$

$

;

#

)

7

$

<

!

!

7

#

<

"

"

$

$

)

%

"

$

!

0

!

)

)

"

/

!

(

:

:

*

$

!

2

#

R

"7!)

5+2 +

F !

*!0!

!)

!5*!) #2 2#! !

12 5!

!))!

!))!

2 ! */ !

7

"K5#"! % +

%!% "

' '

@

S

?@

–

@

=

%

, (

K

"

(

<

D

'

%

<

4

•

I

•

I

•

I

•

I

•

I

•

I

•

=

> <

(

> <

"

!

! %

$

'

"

'

$

>

<

!

> <

(

;

%

%

;

e

'

''%

;

*

(

)

*

!

5

%

<

!<

%7

’

<

"

(

"

Eu

<

'

<9

%

(

!

"

+ $ regra d.

!

%

$

/

(

1

0

<
$
%
/
"
9
!B +
(# (#
&
(
$
"
$
O+# $
? #
+
(# $
+#/#($#
"
? # ?
? # +

%)9

' M

TENHA UM PLANO PARA

SUA CARREIRA

/

<

"

9 > <

9 8

9 8

!$

9 ;

%

;

"

"

)

!

"

dBf

!

"

;

<

<

$%

%

!$

/

<

*

"

#

"%

!$

<

e

!

#

$

%)

!

; %

<

9

<

9

9

<

! " 9 '

$

<

'

'

*

:

! "

"

2

*

<

3

! "

%

%7

/

"

! "

;

<

!

0

!

7

> <

e

) !

;

;

<

e

! "

% "

<

%

!

$

<

$

!

!$

"%

"

(

!

7

<

#

<

3

<

$

)

K

9> !

#$! (

(((

" S

#+ (&

"

#

&

.

$

%&)9

R E G R A 9 0

6

3

5 36

5 5

3

64

5

5

:

"

(

<

?

%

,

"

:

!

@<

2

#

#

@<

)

!

"

%

U

(

<

;

!

<

#

#

%

!

;

7

!

%

$

'

%

:

'

'

'

$

:

:

#

$

*

*

<

(

#

;

"

"

!

"

:

!

:

:

!

R /%2 2 H/ 52))! #2 /5"%!%

8!L)/ .

8 ".2 5! +"%! %!)

2/. !)

))2!) R

M Q

=`W

=?

W

T

S

/

<

"

!

@<

'

%

! "

'

<

)

"

<

%

$

"

)

"%

+

.

e

@<

"

!

! "

%

3

9

'

%

"

!

!

)

9 > <

9

$

(

9 ,

9 3

! "

!

7

9

3

"

@<

! "

1

%

3

! "

$

!

K

"

! "

#

$!

#

$

'

!

! "

%

:

1

<

!

%

:

! "

!

(

:

!

e

)

"%

"

: ! "

1

!

"

4

63

!

96)

<7

"

<

:

<

3

<

e

"

9

$

#(!

: #

#

!

(! B !

"# ? # $

(

@ +

#(

"#$ $

#

H +# (

$

!

( )9

'

-

G5

65 =3

> P

A

! "

!

#

:

"

"

$

!

7

•

! "

e

"

'

" 7

!

7

!

1

!

2

"

! "

#

@

"

• 2

"

F

6

6 6 > <

• :

"

*

'

,

)

'

M

e

" 7

/

%

• >

7

E

e

!

"

$

'

!

"

!

> <

% %

! "

• ; $

<

$%

,<

"

8

$%7

;

%

$

:

"

•)

(

7 7

#

#

!

(

'

"

!

de

%

+

!

%

. '

"

;

"

•

"

; !

6

6

" 7

'

!

; $

• M

: "

! " ,

7

R

2) %

)

F."#2)

% # 5.)

$25).2)

%"*52) % #258"!50! R

2#K +!"

E

H/ $A / ! # .! * !%!012 !H/"

!)

* !)

! ! 2)

!#"25!

5.2) +" 2) H/ F

#")2 %!

!") +! 2 Q)

#2")!) H/

+2#K

) /

! # " 2 .K

#2 /

%2 H/

Q)

%"8

50!)

))2 .! EF

) ! "#! ! / !)#! !

/".2

!"2

.

2)

/5%"!"))2 2) .2%2) $/ !52)

+"+

2) M/5.2)

5).

!5 .!

! !+" $2)2

2) .2%2)

/".2

!") #2")!)

#2 /

%2 H/ %"8

50!)

E2 ! 5

)

52) ! 0!)

!))"

2%2) 2#/ ! 2) /

%!02 %!

!

* !5%

)#! !)

$A %"8

50!) O ! */5) /*!))12

5)2 ! !%2) 2/. 2))12

8 "2)Z ! */5))12) #2)

2/. 2) I "%2)

@!) !"5%! !))"

/.! 2) ! ! +

H/

.

2

%!02

!"2

$2

!")) #2

!) .

!) H/ .K

!")

. N 2 !) A !)

52) 2+2!%!)))2 F

/".2 . ").

512 !

5%

2) ! #2

! ." $!

.2%! ! .

!

) A #258")#!%!

5 5$/

% 5N) +!"

E

5!%! % +2 .!

2

%!02 %

.

! H/

.

2) % "7! 2) E!).!5.

)/M2 O

.!5.2

H/ 5! #2 2

* !5%

)#! !

512 F !

5!) !

.

! O .! EF

5#25. ! 2) / ! H/!5."%!%

) !5.2)! %

% M .2)

! ! M2*!

52)

"2)

25.) %

"72. .N7"#2

A !

%)

M! 52) 2# !52)

)

!) 52) %12 ! "

5.2

) 2

!))"

52))82 0! 2) ! ! % "7A 2) .12 2 />%2) ! 25.2 %

512

2%

2) .2 !

E!5$2 5)

!50! 2) 5) 52))2)

)*2.2))

H/! H/

. !.!

5.2 =/

." 2 %

5)!*

).! 2) . !5) "."5%2 ! ! ! +"%!

! "5$!Y

%

2"))

512

).! 2) E "*!5%2

! .

! 2/ 8!L 5%2 !

!"2)/M " ! 52

%!02 H/ F 52))2

5. ! 2)

#258 ".2 2

#!/)! % 52))!) # 50!) O H/) 5."%2 $A 5"))2Y @ / % /) F

!"2

!") 2% 2)2

!")

A*"#2

!") 25"

) 5. %2 H/

2) /Y

\ E!)"#!

5.

%"))2 H/

. !.!

!)

* !)

! ! 2 @/5%2

"

!

2 H/

)/M! 2)

5.!

8"#!

! "*2 %2) 2/. 2)

5%

! #2

! ." $!

!

[!) #2")!)

2 %

12

)

2) E "*<)

2 8!+2

)"5.!) Q +25.!%

! !

/ !

).!)

* !)) ."+

/

/*!

$2

! ! 25% "

2/. 2

!5 .! 25%

)

!E "*!

H/!5%2). 8"#!

/".2 /"

R E G R A 9 3

TENHA CONSCIÊNCIA DOS

DANOS QUE PROVOCA

<

"

/

<

%

!

%

!

,

<

3

$% < !

"

)

<

%

$

!

> <

!

"

"

(

!

!

%

/

`BB

e

!

%

G%

!

3

!

<

!

> <

!

$

+

!

.

<

#

>

"

+,

!

.

!

(

)

!

4

"

!

!

!

!

'

@<

3

$%

"

)

"

;

$

"Não precisamos nos tornar

piegas, mas temos %

5)!

/

2/#2 5!) #25) HJK5#"!)

% 52))2) !.2) R

M C

TRABALHE PARA A GLÓRIA E

,

NÃO PARA A DEGRADAÇÃO

! "

"

%7

;" W

! "

8

8

$

%

!

%

5

!

"

%

!

%

,

<

9 ,

9 =

<

!

!

!

"

e

!

'

!

" $

'

<

!

!

"

'

! "

<

!

< "

7

D

!

! "

> <

;

<

%

!

;

!

"

;

e

!

;

! "

9 $ #($#

#

$#

"#! (&

"# ? # +

*

#

N

#

&

"

"

.$)9

'

?

@

0

!

! "

e

)

;

!

!

"

3

!

0 "

Páscoa e como

"

%

/ 0 "

%

"%

`BB

)

"

"

%

)

"

!

%

/

(

* !

/ 1

/ :

!

'

<

$

:

!

)

e

>

!

!

C)

6

62

! " 6 :

!

(

#

"

)

!

:

!

%

;

<

$

!

!

7

"

7

<

!

"

% > <

"

9 #

&

A /# $ (

$

! (:

#(# $

" : #(#

((

A *

(

#

: +

! *

(# "

#+ "

A#

#$

$!

"# $&)9

' (

6

65 =3

I

P

5G

5

3

"

!

você? 5

<

"

%

9

'

%

1

"

!

"

%

5

M

"

!

#

"

$%

)

<

9

3

< acha

"

!

<9 3

<

gostaria

"

9)

!

9 > <

!

9 3

<

!

9

"

!

<

!

:

!

7

"

"

> <

!

!

7

<

Ad]B9T

Z $:

$*.$ $# +# "#

$

(

e # $# $ "#

! $

" /

$#

N

#:

"

"# (

"@

(# ! $#

#

()

(

&

"

$

:

#

$#

(

$ $)

8

7 "

"

<
%7
"
(
< 3
:
" %7
:
!
!
%7
"
%7
(
" 4 68
"
9F
/ "
=
(
"

6

7

6 '

(

(

%

:

!

/ "

%

!

3

!

"

%

!

=

"

" $

" / "

$

%7

"É possível que a história

se refira a nós como

o 'povo-cupim'."

' 9

6

6

5

5

5

G

5

/

/

;

3

(

"

(

/

(

"

(

"

!

/

(

*

"

! %

/

"

/

!

$

<

(

0

"

!

!

"

:

!

(

:

e

$

:

3 "

!

'

1

1!

'

$

9

3

"

9 ;

(

"

!

%

/

/

!

)

"

9-

(: .

((O+#

#

/

"#(! (()9

'

6

3 5

5

G%

!

<

"

D "

)

!

#

"

%

(

>

'

'

E

(

:

!

$%

!

!

/

"

'

=

" $

8

%

/

(

;

! "

"

<

#

;

"

%

'

7

%

(

%7

=

(!

=

%

(

0

!

(

s

%

:

*

$

(

e

> <

%

"

0

! "

"

'

$

6

6

(

I

$

;

$% $

;

<

"

'

;

<

+

<

"

!

%

!

.

2

,

%

$

96#$

"

$

"

"# (#

&

X !

#!

! $#

#

!

#

! $

(

O $ ()9

M M

G3

5

36 5

3

>5

K

"

!

"

?

(

:

!

"

!

!

%

(

:

%

)

'

"%

(!

"

*

!

,

%

$

%

; $

; $

> <

"

;

<

7

$

;

7

;

"

7

;

<

7

)

9 : "

$

:

6

!

F4

'

$

!

%

$

'

!

7

%

$

'

*

E

!

"

$

:

4 6)

9)

"

"

9 2

9 K

! (

96

9

$ ("

$

$#

S

(#

*

$ (

$

"

"#

$

A

$)9

Q

3G

3

65

5 5

5

; 53

5

65

P

=3 6 5

)

dd

!

7

'

"%

?

" /

$%

%

> <

:

"

)

1

"

!

"

)

de

'

"

!

;

<

:

!

+3

.

"

+'

"

.

%

+/

.

+3

#

<

"

"

. ! !

+:

7(.

!

+'

(

.

(

+

R`

! %

. :

!

!

+/

"

!

#

"

<

.

"

+'

.

)

<

"

"

3

<

!

5

#

!

#

!

$

:

#

)

!

<

!

#

"

;

$

$

; $ %

<

;

$

1

!

<

: ! "

e

%

$

<

:

*

#

"

,

7

$!

R).!)

* !))12 !

5!) /

25.2 %

! ."%! ! ! H/

+2#K)"*!

8

5. R

INFORMAÇÕES SOBRE OS

PRÓXIMOS LANÇAMENTOS

Para receber informações sobre os lançamentos da EDITORA SEXTANTE, basta enviar um e-mail para atendimento@esextante.com.br

ou cadastrar-se diretamente no site

www.sextante.com.br

Para saber mais sobre nossos títulos e autores, e enviar seus comentários sobre este livro, visite o nosso site: www.sextante.com.br

EDITORA SEXTANTE

Rua Voluntários da Pátria, 45 / I.404— Botafogo Rio de Janeiro — RJ —22270-000 — Brasil

Telefone: (21) 2286-9944 — Fax: (21) 2286-9244

E-mail: atendimento@esextante.com.br

Document Outline

- Sum�rio
- Introdu��o
- Regras para Voc�
  - Regra 1 - Seja Discreto
  - Regra 2 - Voc� vai ficar mais velho, mas n�o necessariamente mais s�bio
  - Regra 3 - O que est� feito, est� feito
  - Regra 4 - Aceite-se como voc� �
  - Regra 5 - Saiba distinguir o que � importante do que n�o �
  - Regra 6 - Tenha um prop�sito de vida
  - Regra 7 - Seja flex�vel
  - Regra 8 - Mantenha-se atualizado sobre o que acontece no mundo
  - Regra 9 - Fique do lado dos mocinhos,e n�o dos bandidos
  - Regra 10 - Esforce-se para superar as adversidades
  - Regra 11 - Seja o �ltimo a levantar a voz
  - Regra 12 - Seja seu pr�prio conselheiro
  - Regra 13 - N�o tenha medo, n�o se deixe surpreender, n�o hesite, n�o duvide
  - Regra 14 - Eu gostaria de ter feito isso - e vou fazer
  - Regra 15 - Conte at� 10... ou recite um poema curto
  - Regra 16 - Mude apenas o que puder e n�o se preocupe com o resto
  - Regra 17 - Tente ser o melho em tudo o que fizer - n�o o segundo lugar
  - Regra 18 - N�o tenha medo de sonhar
  - Regra 19 - N�o se prenda ao passado
  - Regra 20 - N�o vida esperando pelo futuro
  - Regra 21 - Aproveita a vida, porque ela � curta
  - Regra 22 - Vista-se como se hoje fosse um dia importante
  - Regra 23 - Tenha um conjunto de cren�as
  - Regra 24 - Tire alguns momentos para voc� todos os dias
  - Regra 25 - Tenha um plano de a��o
  - Regra 26 - Tenha senso de humor
  - Regra 27 - Escolha o caminho que vai percorrer
  - Regra 28 - A vida � um pouco como a publicidade

    - Regra 29 - Saia da sua zona de conforto
    - Regra 30 - Aprenda a fazer perguntas
    - Regra 31 - Mantenha a dignidade
    - Regra 32 - N�o h� nada de errado em sentir grandes emo��es
    - Regra 33 - Nunca deixe de acreditar
    - Regra 34 - Voc� nunca vai entender tudo
    - Regra 35 - Saiba de onde vem a verdadeira felicidade
    - Regra 36 - Saiba quando desistir e seguir em frente
    - Regra 37 - Cuide-se
    - Regra 38 - Tenha sempre boas maneiras
    - Regra 39 - Livre-se de coisas velhas
    - Regra 40 - Lembre-se de voltar base
    - Regra 41 - Demarque seus limites pessoais
    - Regra 42 - Compre pela qualidade, e n�o pelo pre�o
    - Regra 43 - normal se preocupar - ou saber quando isso n�o preciso
    - Regra 44 - Mantenha-se jovem
    - Regra 45 - Dinheiro nem sempre resolve todos os problemas
    - Regra 46 - Pense por si pr�prio
    - Regra 47 - Voc� n�o est� no controle
    - Regra 48 - Tenha alguma coisa que tire seu foco de voc mesmo
    - Regra 49 - Apenas as pessoas boas se sentem culpadas
    - Regra 50 - Se n�o tiver nada de bom a dizer, n�o diga nada
- Regras para os Relacionamentos
    - Regra 51 - Aceite as diferen�as e abrace o que voc�s tem em comum
    - Regra 52 - Permite que seu companheiro seja ele mesmo
    - Regra 53 - Seja gentil
    - Regra 54 - Voc quer fazer o que?
    - Regra 55 - Seja o primeiro a pedir desculpas
    - Regra 56 - Fa�a um esfor�o extra para tentar agradar seu parceiro
    - Regra 57 - Tenha sempre algu�m que fique feliz al v-lo
    - Regra 58 - Saiba quando escutar e quando agir
    - Regra 59 - Tenha paix�o por sua vida em comum
    - Regra 60 - Tenha certeza de estar fazendo amor
    - Regra 61 - Converse sempre
    - Regra 62 - Respeito a privacidade de seu companheiro
    - Regra 63 - Certifique-se de que voc�s tem os mesmos objetivos
    - Regra 64 - Trate seu parceiro melhor do que seu melhor amigo

    - Regra 65 - Sentir-se contente j� � um objetivo elevado
    - Regra 66 - Voc�s n�o precisam seguir as mesmas regras
- Regras para conviver com a Fam�lia e os Amigos
    - Regra 67 - Se voc� vai ser amigo de algu�m, seja um bom amigo
    - Regra 68 - Nunca esteja ocupado demais para as pessoas que voc� ama
    - Regra 69 - Deixe que seus filhos cometam os pr�prios erros
    - Regra 70 - Tenha um pouco de respeito e perd�o por seus pais
    - Regra 71 - D� um pouco de liberdade a seus filhos
    - Regra 72 - Nunca empreste dinheiro, a menos que esteja disposto a perd�-lo
    - Regra 73 - N�o existem crian�as m�s
    - Regra 74 - Mostre-se positivo quando estiver perto das pessoas que voc� ama
    - Regra 75 - Atribua responsabilidade a seus filhos
    - Regra 76 - Seus filhos precisam se indispor com voc� para sairem de casa
    - Regra 77 - Seus filhos ter�o amigos dos quais voc� n�o vai gostar
    - Regra 78 - Seu papel como filho
    - Regra 79 - Seu papel como pai ou m�e
- Regras para se viver em sociedade
    - Regra 80 - Estamos todos mais pr�ximos do que voc� pensa
    - Regra 81 - Perdoar n�o d�i
    - Regra 82 - Ajudar n�o d�i
    - Regra 83 - Orgulhe-se de ser parte de uma comunidade
    - Regra 84 - O que eles ganham com isso?
    - Regra 85 - Conviva com pessoas positivas
    - Regra 86 - Seja generoso com rela��o a seu tempo e a seus conhecimentos
    - Regra 87 - Deixe-se envolver
    - Regra 88 - Mantenha um alto n�vel moral
    - Regra 89 - Tenha um plano para sua carreira
    - Regra 90 - Encare sua comunidade como parte de um cen�rio maior
    - Regra 91 - Pense nas consequencias do que vc faz para ganhar a vida
    - Regra 92 - Seja bom no que faz
- Regras para o mundo
    - Regra 93 - Tenha consci�ncia dos danos que provoca
    - Regra 94 - Trabalhe para a gl�ria e n�o para a degrada��o
    - Regra 95 - Seja parte da solu��o, e n�o do problema

- Regra 96 - Pense no que a hist�ria vai dizer sobre voc�
- Regra 97 - Mantenha sempre os olhos abertos
- Regra 98 - Nem tudo pode ser verdade
- Regra 99 - Retribua ao mundo de alguma forma
- Regra 100 - Descubra uma nova regra todos os dias, ou pelo menos de vez em quando