

SILAS BARBOSA DIAS

**PROGREDIR**  
**É RENOVAR**  
**ATITUDES**



**Vida &  
Caminho**  
EDITORA

2024

1ª edição, 2024 © Todos os direitos reservados pela Pendão Real  
Nenhuma parte desta publicação poderá ser reproduzida, seja por meios mecânicos, eletrônicos,  
seja via cópia xerográfica, sem a autorização prévia da Editora.

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
**(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Dias, Silas Barbosa  
Progridir é renovar atitudes / Silas Barbosa  
Dias. -- 1. ed. -- São Paulo : Pendão Real, 2024.

ISBN 978-65-88646-11-3

1. Atitudes (Psicologia) 2. Atitudes - Mudanças  
3. Autoajuda 4. Autoconhecimento (Psicologia)  
5. Desenvolvimento pessoal I. Título.

24-219361

CDD-158.1

**Índices para catálogo sistemático:**

1. Atitudes : Desenvolvimento pessoal : Psicologia  
158.1

Aline Grazielle Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

**Revisão** Meyre Carvalho

**Edição** Eugênio Anunciação

**Capa e diagramação** Bruno Menezes



Rua da Consolação, 2121 - 6º Andar  
01301-100 - São Paulo (Brasil)  
Tel.: (11) 3105-7773  
[www.vidaecaminho.com.br](http://www.vidaecaminho.com.br) • [contato@vidaecaminho.com.br](mailto:contato@vidaecaminho.com.br)

ISBN 978-65-88646-11-3

# SUMÁRIO

Apresentação	9
Introdução	15
<b>1. CINCO ATITUDES</b>	<b>21</b>
1.1 Decisão	25
1.2 Determinação	28
1.3 Disciplina	29
1.4 Dedicção	33
1.5 Desprendimento	35
<b>2. QUATRO PASSOS</b>	<b>39</b>
2.1 Resgatar o “eu saudável”	42
2.2 Gerenciar pensamentos	45
2.3 Administrar emoções	48
2.4 Reeditar o inconsciente	51
<b>3. TRÊS ESCOLHAS</b>	<b>55</b>
3.1 Vencer o conformismo	58
3.2 Vencer a autodepreciação	60
3.3 Vencer o medo	64

<b>4. DUAS DESCOBERTAS</b>	<b>69</b>
4.1 Potencial é aonde ainda não chegou	71
4.2 Potencial pode ser maximizado	74
<b>5. UM CAMINHO: A ENTREGA</b>	<b>81</b>
5.1 Invista na entrega	85
5.2 Procure inspiração	86
5.3 Comprometa-se com a integridade	87
<b>Referências bibliográficas</b>	<b>93</b>

**APRESENTAÇÃO**

SONHAR E  
PROGREDIR

VELHICE E JUVENTUDE são conceitos que não tem a ver necessariamente com a idade biológica das pessoas, mas com a capacidade de sonhar. Há pessoas que são jovens biologicamente falando, mas que já envelheceram há muito tempo, pois se encontram desiludidas com a vida. Por outro lado, há idosos biologicamente que se mantêm jovens em seus sonhos, planos e projetos. A diferença entre ambos está na capacidade de renovar as suas atitudes e de progredir.

É com imensa alegria que apresentamos o livro “Progredir é Renovar Atitudes” do querido Silas Barbosa Dias. Ele é um renomado teólogo, psicoterapeuta e autor com uma carreira de mais de 40 anos. Conhecido não apenas por seu conhecimento técnico, ele possui um coração pastoral em todos os sentidos, principalmente no cuidado com o próximo. “Progredir é Renovar Atitudes”, reflete a sua abordagem integradora de teologia

e terapia, destacando a importância da renovação de atitudes para o crescimento pessoal e espiritual.

Este livro é dinâmico e empolgante! É como se estivéssemos sendo desafiados por uma contagem regressiva e motivadora para superarmos a nós mesmos!

O cronômetro começa a sua contagem. Cinco...

No primeiro capítulo do livro: “Cinco Atitudes”, fica muito claro que a mudança de atitude é fundamental para a melhoria pessoal e profissional. A atitude influencia como realizamos tarefas, reativa a paixão e molda o futuro. No dia a dia, todos esperam atitudes positivas dos outros, mas poucos a praticam. O progresso exige atitudes resolutas e saudáveis. As cinco atitudes essenciais para o sucesso são: *decisão*, que envolve fazer escolhas que transformam sonhos em realidade; *determinação*, que é a força para superar obstáculos; *disciplina*, que é a chave do sucesso e requer treino contínuo; *dedicação*, que é a entrega total para alcançar objetivos; e *desprendimento*, que é a capacidade de renunciar ao que não funciona para progredir. Essas atitudes, quando combinadas, conduzem ao crescimento e à realização pessoal e profissional.

Os números se apressam em sua caminhada regressiva. Quatro...

No segundo capítulo do livro, intitulado “Quatro Passos”, o autor indica os quatro passos essenciais para a mudança pessoal, baseando-se nas leis da Inteligência Multifocal. O primeiro passo é *resgatar o “eu saudável”*, que enfatiza a importância de acreditar em si mesmo, superar limitações e assumir a liderança de sua vida, tornando-se protagonista de sua história. O segundo passo é *gerenciar pensamentos*, cultivando um *mindset* positivo e

rompendo com crenças negativas, o que é crucial para tomar decisões sábias e alcançar o progresso. O terceiro passo é *administrar emoções*, reconhecendo e transformando sentimentos negativos em positivos para promover a qualidade de vida. O quarto passo é *reeditar o inconsciente*, reescrevendo roteiros internos e superando traumas e limitações, permitindo a criação de um futuro mais esperançoso e proativo. Esses passos são interligados e visam a transformação contínua e criativa do indivíduo, fomentando o autodesenvolvimento e a realização pessoal.

A contagem é regressiva, para o crescimento ser progressivo. Três...

O terceiro capítulo: “Três Escolhas”, indica que o progresso pessoal exige a capacidade de fazer escolhas conscientes, o que influencia diretamente nossa vida. *Vencer o conformismo* é a primeira escolha, pois ele paralisa o desenvolvimento emocional e profissional. Reconhecer e romper com o conformismo é essencial para liberar o potencial humano e assumir o controle do próprio destino. *Vencer a autodepreciação* é a segunda escolha, pois ela é frequentemente originada por experiências negativas do passado, envolvendo abandonar a autopiedade e cultivar uma autoimagem positiva. Na terceira escolha, *Vencer o medo*, vemos que é crucial superá-lo, especialmente o medo de reconhecer erros e correr riscos. A coragem para enfrentar esses medos e adotar novas atitudes permite uma vida mais realizada e bem-sucedida.

Estamos quase lá! Dois...

O penúltimo capítulo: “Duas Descobertas”, destaca a importância de reconhecer e maximizar o potencial pessoal, abordando o desperdício de talentos e sonhos não realizados, frequentemente enterrados nos cemitérios. Cada indivíduo possui habi-

lidades latentes que devem ser desenvolvidas para evitar uma vida sem propósito. Entender e seguir certos princípios, como conhecer sua fonte, propósito e recursos, é essencial para liberar o potencial individual. A necessidade de um ambiente adequado e o cultivo contínuo das habilidades também são destacados, juntamente com a importância de compartilhar esses talentos para o benefício da humanidade. Para atingir o desempenho máximo, é crucial respeitar as leis limitantes estabelecidas pelo Criador, garantindo assim uma vida significativa e produtiva.

Finalmente, chegamos lá! Um...

O último capítulo: “Um caminho: a entrega”, aponta que ela é fundamental para a vida com excelência, representando a essência do progresso humano e a chave para a realização de nossos propósitos. Inspirando-se em exemplos como a luz e a semente, o texto destaca que viver com paixão e entrega é crucial para superar limitações e cultivar a criatividade. A entrega envolve investir tempo, talento e recursos em nossos objetivos, buscar inspiração em pessoas apaixonadas e comprometer-se com integridade. Esses elementos, aliados à paixão, nos libertam de emoções negativas e nos capacitam a enfrentar desafios, transformando adversidades em oportunidades de crescimento. Viver com paixão e entrega, portanto, é essencial para alcançar a liberdade e a realização pessoal.

O final do texto deste livro é exatamente o início daquilo que pode vir a ser na vida de cada leitor! Recomendamos a leitura de livro para todas as pessoas que anseiam aprender a renovar as suas atitudes para progredir e continuar sonhando e realizando.

EUGÊNIO ANUNCIÇÃO

DIRETOR EXECUTIVO DA EDITORA VIDA & CAMINHO

INVERNO DE 2024

# INTRODUÇÃO

ESTE É UM LIVRO para os jovens, sim, para todos aqueles que nunca perderam a juventude. Somos tão jovens quanto os nossos planos e sonhos, tão jovens quanto a nossa fé e a nossa esperança. Somos tão velhos quanto nossa incredulidade e nosso desespero.

É a estes jovens que quero dizer: **progredir é renovar atitudes.**

Atitudes são a fonte e o combustível do progresso e da ação empreendedora. Nada de grandioso ou notável na história foi realizado sem atitude, cumplicidade e entrega. Civilizações surgiram e se desenvolveram graças a líderes que foram movidos simplesmente por sublimes ou custosas atitudes. São as atitudes que libertam das limitações das aparências que os olhos podem ver e permitem a experiência das surpresas ainda invisíveis. São elas que trazem os impossíveis para o solo do possível. Fazem reais as realizações de metas e projetos

Vive-se a cada dia diante do inesperado futuro. O novo que se aproxima é colocado como um território de possibilidades ou decepções. Cabe a cada um reagir corretamente, com esperança ou desespero, com coragem ou fuga. Viver mais um dia é, acima de tudo, dar a si mesmo a oportunidade de novas atitudes. É a chance de renovar escolhas e achar novos caminhos.

O novo dia surge-nos como grata oportunidade de buscarmos os contornos de amanhã carregados de esperança. É preciso superar a arte das desculpas de ontem. Desculpas que só fizeram encalhar seus sonhos e projetos. É preciso anular as forças daquelas desculpas que persistem em apontar o lado oposto da estrada do progresso.

Renovar atitudes é acreditar que se pode entrar na terra da promessa com inusitada coragem; é espiar, imaginativamente, o melhor que pode vir; é a investigação apreciativa do melhor que há, oportunizando o que poderá ser, é partir do estado atual rumo ao estado desejado; é avançar desde o resultado já conquistado para o resultado ainda almejado.

Renovar atitudes é a coragem de agir com esperança. Esta é a única ação realmente prática, pois atitude é a força que sobrevive à decadência do momento e escapa da sucata crescente do sem sentido da sociedade atual. Renovar atitudes constitui uma das maiores aventuras no início de um novo dia, de uma nova semana, de um novo mês e de um novo ano. É dar a si a chance de um novo começo é a oportunidade que você se dá para contemplar as mesmas coisas, as mesmas possibilidades sabendo que haverá obstáculos, mas, mesmo assim, decidir encantar-se com as belezas e as riquezas da vida, agindo com alegria, determinação, disciplina, dedicação e desprendimento.

Podemos começar sempre com uma atitude otimista ou pessimista, ver a vida sob a ótica dos obstáculos ou das soluções. Estar sob o poder dos gigantes com um coração incrédulo, ou, com fé em Deus encher-se de esperança. Cabe-nos a atitude que faz progredir; decidir é preciso. Portanto, acrescente à sua vida uma imaginação criativa que recria o futuro, uma imaginação poética que celebra a arte de valorizar as pequenas coisas e uma imaginação com atitudes que normatizem a ousadia da ação rumo à esperança.

Este livro é um convite a renovar atitudes, a planejar com ousadia e determinar com disciplina. É uma convocação a resistir ao medo, a superar a indiferença, a vencer a passividade e a se livrar dos ressentimentos. Você encontrará, aqui, as cinco atitudes, os quatro passos, as três escolhas, as duas descobertas e um caminho. Este livro quer ajudar você a superar a si mesmo, de forma tal que possa perceber a beleza estonteante da luminosidade da vida e se ver cercado pela luz da alegria de viver, enquanto seja banhado pelas exuberantes cascatas da sabedoria.

O autor acredita que a vida tem o potencial de se abrir como um tempo de felicidade, um espaço de realizações e uma pátria de solidariedade criativa em meio à festividade de relacionamentos saudáveis, que é possível renovar atitudes para alcançar uma vida inundada de paixão, alinhada com a habilidade, a fim de expressar competência com intensidade.

# **CAPÍTULO 1**

## **CINCO ATITUDES**

*“Quando você muda a atitude, muda a direção”.*

*- Zig Ziglar*

AS ATITUDES são a fonte da habilidade e a energia da motivação. Habilidade é o que você é capaz de fazer; a motivação determina a intensidade com que você faz; a atitude determinará quão bem você fará isso, dita o desempenho, reativa a paixão e coloca o futuro dentro de você.

“Atitude” é uma palavra que faz parte de nosso dia a dia, e é possível que não passemos um único dia sem utilizá-la. Os pais a esperam dos filhos, os professores a buscam nos alunos, e as empresas a querem diariamente de seus funcionários. Da mesma forma, os empregados a desejam de seus patrões, os casais a esperam de seus cônjuges, e o povo a exige dos seus políticos. Enfim, todos falam dela, querem e desejam vê-la nos outros, mas poucos a vivem, e sua ausência é a maior causa de incontáveis decepções.

Os avanços atuais exigem, a cada dia, mais pessoas resolutas, com atitudes saudáveis somadas ao conhecimento e às habilidades, pois, sem atitudes saudáveis, a vida consistiria em frustrações cíclicas em meio a redemoinhos de mediocridade. Quantos há que possuem muito conhecimento, mas carecem das atitudes necessárias? Por outro lado, a habilidade é essencial, mas pouco vale sem estar atrelada a uma atitude consciente.

Renovar atitudes é fundamental para o progresso, seja ele de ordem física, emocional ou espiritual, sendo essencial na vida social, profissional ou familiar. É a chave para curar o desânimo, exorcizar o medo e eliminar o apatismo. Sem atitude, somos enclausurados nas armadilhas do conformismo, tornando-nos vítimas da autopiedade neurótica.

Atitude é um comportamento interno que muda a realidade externa; é uma disciplina interna que promove o crescimento externo. Uma atitude enrijecida é uma doença que gera uma mente fechada para um futuro sombrio. Por outro lado, uma atitude positiva conduz ao crescimento, onde a mente se expande e o progresso começa.

John Maxwell conta a história de um menino de quatro anos que, após ter um dia difícil, foi repreendido por sua mãe. Ela lhe disse: “Filho, vá para aquela cadeira e sente-se agora!” O pequeno obedeceu, foi para a cadeira, sentou-se e respondeu: “Mãe, estou sentado por fora, mas estou em pé por dentro.” Veja, tudo é uma questão de atitude.

Quais atitudes podemos adotar para mudar nosso futuro? Progredir implica explorar a biblioteca das memórias passadas e assumir, no presente, os sonhos proféticos de um novo futuro. Vamos refletir juntos sobre cinco atitudes que constituem a chave do progresso. Não basta ter um alto QI (Quociente de Inteligência);

é necessário também ter um elevado QA (Quociente de Atitude). São as atitudes que propiciam as promoções em qualquer organização humana dentro de todos os sistemas sociais.

Primordialmente, não são as promoções profissionais que geram atitudes positivas; são as atitudes positivas que levam às promoções. Renovar atitudes implica mudar para pensamentos saudáveis, rompendo com antigos paradigmas, e reconstruir conexões a partir do interior.

Uma pesquisa recente revelou que a diferença entre executivos considerados “altos conquistadores” e “baixos conquistadores” está vinculada a um único fator: atitudes saudáveis ou atitudes tóxicas. Executivos com atitudes vencedoras se importam tanto com as pessoas quanto com os resultados, enquanto os de baixo desempenho são egoístas e só pensam em sua própria segurança.

Os executivos vencedores são otimistas, bons ouvintes e enxergam seus subordinados com altruísmo, ao passo que os “baixos conquistadores” desconfiam das habilidades de seus subordinados, evitam a comunicação e confiam mais nos manuais normativos. Suas atitudes determinam seu destino. Eis as cinco atitudes para progredir:

## 1.1 Decisão

“*Sua vida é a matemática das decisões que você toma todos os dias*”.

Decisão é a capacidade de fazer escolhas que coloca o ser humano acima de todas as outras criaturas do reino animal. Somente os seres humanos têm o poder de transformar suas decisões em realidade física, sonhar e fazer com que seus sonhos

se tornem realidade, reconstruir ideias, refazer rotas e maximizar potenciais. Enfim, cada pessoa neste planeta tem a capacidade de criar ideias e de conseguir realizá-las.

Ninguém sabe ainda quais são os limites dos pensamentos, mas o que sabemos é que, ao poder pensar, será possível realizar, e é aí que reside a força das decisões. Decisão não é ausência de medo, é a presença de novas escolhas; é a convocação de um propósito para uma missão que o comanda a ir além do lugar onde está, em busca do estado desejado. Decisão é a chave para o seu futuro.

É uma atitude que pode mudar o jogo. Pense em que acontece com alguns times de futebol. Estão perdendo o jogo, durante o intervalo vão para o vestiário, onde o técnico dá-lhes motivação e gera algo transformador: decidem vencer. Quando voltam para o segundo tempo, mudam o jogo e vencem.

Decidir implica fazer ajustes, reavaliar estratégias e planejar mudanças. Decida não sentir pena de si mesmo. Louis Armstrong, artista de jazz, inscreveu-se para estudar em uma escola de música, mas mais tarde disse aos seus amigos: “Sei que a música está em mim, e eles não vão me impedir de expressá-la”. Finalmente, ele se tornou um dos músicos de jazz mais bem-sucedidos e amados do mundo.

Armstrong vendeu mais discos e fez mais dinheiro do que grande parte dos músicos que tinham mais talento para cantar do que ele. Ele ficará gravado na história da música para sempre. O que fez a diferença foi sua atitude decidida de não perder tempo com pena de si mesmo, permitindo que seus potenciais fluíssem. A atitude fez a diferença: a decisão. O poder da decisão tem levado milhões de pessoas ao sucesso; é uma chave operacional do progresso.

Demóstenes, embora fosse gago, decidiu tornar-se um orador. Ligou decisão com disciplina, deu asas aos seus sonhos, dominou essa limitação e se tornou um dos maiores oradores do mundo. Quando Napoleão decidia mover seus exércitos em determinada direção, não permitia que motivo algum o desviasse desse foco. Quando não havia caminhos, ele os criava; construía pontes e inventava mapas.

Pediram a Benjamin Franklin que impedisse todos os experimentos considerados tolos com a luz, vistos como desperdício de tempo. Mas, havia um homem decididamente persistente por trás dessa história: Thomas Edison. A humanidade agradece. Ainda hoje, existem pessoas que tentam abafar a criatividade e a conquista dos verdadeiros potenciais. De fato, o possível sempre é aceito rapidamente e nem sempre recebido com entusiasmo. O segredo está em encontrarmos a força da decisão, a chama empreendedora dos realizadores de sonhos.

Lembre-se de que você é a soma das atitudes e decisões que tomou ao longo de sua vida. Tire sua vida do ponto morto, engate uma melhor marcha e acelere rumo a um novo futuro. Você não é um número na multidão, mas alguém muito especial. “Você não é como uma roupa produzida em série. Deus não o colocou em um cabide de liquidação. Você foi feito sob medida pelo Supremo estilista” (Munroe, 1993, p. 21).

Decida, pois uma boa decisão sempre o levará do bom para o melhor e do melhor para o excelente. Uma clara e sábia decisão lhe dará o combustível para a paixão e o manterá continuamente nas avenidas do progresso, impulsionando sua vida sempre para frente. A Inteligência Infinita jamais desistirá de criar e maximizar caminhos de esperança para você, enquanto encoraja e espera suas decisões.

## 1.2 Determinação

“Paixão sem determinação só colhe as pepitas que estão na superfície”.  
- Zig Ziglar

“Pessoas determinadas fixam nos objetivos, enquanto os perdedores concentram-se nos obstáculos”.  
- R. Shinyashiki

Determinação é a força interior que você assume diante da vida quando, com coragem, escolhe o propósito, aceita a missão e afirma a expectativa de seus sonhos. É essa determinação que permite superar obstáculos e adversidades, decidindo a qualquer custo alcançar seus objetivos. Pessoas determinadas fazem parte da solução e rejeitam a saída fácil das desculpas, pois sabem que as desculpas são a rota de fuga do palco do progresso. Os determinados descobrem caminhos que superam qualquer sentimento derrotista de desistência, entendendo que vencer é resistir ao medo de falhar e aos fracassos.

O fato é que homens e mulheres que marcaram a história foram pessoas que alinharam decisão com determinação, mantendo uma firme convicção para transformar decisões em realidade histórica. Hill (1945) afirmou que uma pessoa decidida sempre consegue o que quer, independentemente do tempo que demore ou dos obstáculos que encontre no caminho. Uma pessoa determinada não pode ser detida, enquanto os indecisos, incapazes de começar, nunca chegam a lugar algum.

Conta-se que a tripulação das caravelas, um dia antes de descobrir a América, insistiu com Cristóvão Colombo para que voltassem para a Europa. Colombo, ao iniciar essa famosa viagem, tomou uma das mais notáveis decisões de sua vida, mas

também precisou de determinação para manter seu propósito. Mal sabia ele que estava prestes a realizar uma das maiores epopeias da história humana, e as gerações para sempre celebrarão seu espírito aventureiro, decidido e determinado.

Observe que todos os homens e as mulheres que têm vencido na vida descobriram um princípio comum: a arte de triunfar depende de tomar decisões rápidas e, depois disso, manter o foco com determinação implacável até ver sua meta realizada. Assim, Hill (1945, p. 131) afirma:

Se o leitor é um daqueles que toma uma decisão hoje para mudar amanhã, estará irremediavelmente perdido. Se não está certo do jogo a fazer, é melhor fechar os olhos e jogar no escuro do que permanecer imóvel, sem jogar de todo.

O mundo pode perdoar os nossos erros, mas nunca perdoará a falta de decisão, pois nunca se ouvirá falar de nós fora da comunidade em que vivemos. Todos nós, quem quer que sejamos, seja qual for a nossa ocupação, estamos jogando uma partida. Movamos a pedra com decisão, e o tempo nos favorecerá; permaneçamos indecisos, e o tempo nos expulsará do tabuleiro. Nem sempre podemos fazer o jogo acertado, mas se continuarmos a jogar com determinação, poderemos tirar vantagem e alcançar uma boa marcação antes de terminado esse grande jogo que se chama Vida.

### 1.3 Disciplina

“Jamais receie cometer erros, receie sim não arriscar com mais desprendimento e disciplina”

- S. B. Dias

A disciplina é a chave principal do sucesso, o maior segredo dos grandes realizadores da história. O fracasso na arte da

disciplina é a principal fonte de falência de qualquer atleta. Sem disciplina, não há boa música, nem esmerados pintores ou bem-sucedidos profissionais. Sem ela, você nunca chegará a lugar nenhum.

O atleta deve encarar horas e horas de exercício, disciplinadamente. O cientista que descobriu algo que ajudará as próximas gerações teve que passar horas e horas, trancafiado em um laboratório, também com disciplina. Todos aqueles que chegaram, estão chegando ou chegarão ao sucesso desejado terão, de alguma forma, que exercer uma enorme força de vontade e impor uma rígida disciplina a si mesmos enquanto avançam na realização de sua missão na vida.

Entretanto, a indisciplina é a principal fraqueza da maioria das pessoas que fracassam. A boa notícia é que a disciplina não é um dom, não é inata. Na verdade, a disciplina se aprende, se exercita e se decide. É como um músculo que precisa ser treinado. O maior inimigo da disciplina é dar desculpas, e infelizmente, muitos são especialistas nisso. Murmurar contra a situação, procurar um bode expiatório, acusar alguém que sabotou seus planos; quem fracassa é especialista em dar desculpas. As desculpas boicotam a disciplina.

Quando você culpa qualquer problema ou as pessoas, está renunciando ao maior recurso que tem para atingir o sucesso e ser feliz: o regate da liderança do Eu. Isso significa sair da plateia da existência e assumir a direção do teatro de sua vida, como autor e ator principal. Embora algo ou alguém possa ser a causa de seus problemas atuais, a solução de tudo isso terá apenas uma fonte geradora de futuro: sua habilidade de disciplina. Com disciplina, você se tornará um inventor de opções, um criador de possibilidades. Viver com disciplina é abrir-se à

probabilidade de ser cheio de uma alegre e festiva realização; com ela, a vida é fecunda, por ser ativa.

A vida disciplinada é filha de um forte sentimento de interesse, de honra e de propósito nos empreendimentos. É a disciplina que faz com que as iniciativas se fortaleçam e se realizem. Alguém já disse que ser disciplinado não significa estar calado, abster-se, ou fazer apenas o que se julga possível, evitando responsabilidades, mas, sim, atuar no sentido das ordens recebidas e, para isso, descobrir no seu espírito, pelo interesse e pela reflexão, a possibilidade de realizá-las e, no seu caráter, encontrar a energia capaz de suportar os riscos que a execução comporta.

A disciplina bem compreendida maximiza a personalidade, coordena interesses, fortalece metas e harmoniza esforços. Quanto mais disciplina, melhor o bem-estar e mais desenvolvida fica a esperança nas mudanças. A disciplina é o maior suprimento de energia nas organizações sociais e na vida pessoal. Impor-se em qualquer época a restauração da disciplina como um hábito é essencial. Lembre-se de que a disciplina consiste na soma de pequenos passos, é um treino, e, quando estiver bem treinado, exija mais de si e continue avançando. Com o tempo, a disciplina se tornará um hábito cada vez mais arraigado diante de cada nova vitória.

Eis um alerta: não cultive exceções. Quando começamos a dar lugar às exceções, elas acabam se tornando a nova regra, e o objetivo é prejudicado. Progredir é regenerar propósitos para que eles não se degenerem em indisciplina. Um antigo adágio militar afirma que “a disciplina é a força dos exércitos”. Nada mais verdadeiro, e isso se aplica não apenas aos exércitos, mas a todos os campos da vida.

Viver é disciplina. A disciplina é o alimento que nutre o progresso, a marca do sucesso e do êxito. Há um belo poema que aponta a essencial função da disciplina, a ferramenta do bom viver. Diz ele:

Alguém disse que fazer aquilo era impossível,  
Mas ele, com uma risadinha replicou, que talvez fosse, mas que  
não diria isso antes de tentar.  
Então, lançou-se à tarefa com um esboço de sorriso no rosto.  
Se estava preocupado, não demonstrou.  
Começou a cantar enquanto trabalhava naquilo  
Que era impossível fazer, e fez.

Alguém zombou: “Você não vai conseguir,  
Pelo menos, ninguém conseguiu.”  
Ele, porém, arregaçou as mangas,  
E, num piscar de olhos, lançou-se à tarefa.  
De queixo erguido e com um pequeno sorriso,  
Sem duvidar ou vacilar,  
Ele começou a cantar, enquanto trabalhava  
Naquilo que era impossível fazer, e fez.

Milhares dirão que é impossível,  
Milhares profetizarão seu fracasso,  
Milhares lhe apontarão, um por um,  
Todos os perigos à espreita.  
Mas se você arregaçar as mangas e com um pequeno sorriso  
lançar-se à tarefa,  
Se começar a cantar enquanto trabalha  
Naquilo que é impossível fazer, você fará.

(EDGARD A. GUEST)