

CLEITON
OLIVEIRA

O
poder do

MÉTODO

como **ELIMINAR** as **DÍVIDAS**
e prosperar financeiramente



ALTA BOOKS
E D I T O R A

Rio de Janeiro, 2021

O Poder do Método

Copyright © 2021 da Starlin Alta Editora e Consultoria Eireli.
ISBN: 978-85-5081-530-5

Todos os direitos estão reservados e protegidos por Lei. Nenhuma parte deste livro, sem autorização prévia por escrito da editora, poderá ser reproduzida ou transmitida. A violação dos Direitos Autorais é crime estabelecido na Lei nº 9.610/98 e com punição de acordo com o artigo 184 do Código Penal.

A editora não se responsabiliza pelo conteúdo da obra, formulada exclusivamente pelo(s) autor(es).

Marcas Registradas: Todos os termos mencionados e reconhecidos como Marca Registrada e/ou Comercial são de responsabilidade de seus proprietários. A editora informa não estar associada a nenhum produto e/ou fornecedor apresentado no livro.

Impresso no Brasil — 1a Edição, 2021 — Edição revisada conforme o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 2009.

Erratas e arquivos de apoio: No site da editora relatamos, com a devida correção, qualquer erro encontrado em nossos livros, bem como disponibilizamos arquivos de apoio se aplicáveis à obra em questão.

Acesse o site www.altabooks.com.br e procure pelo título do livro desejado para ter acesso às erratas, aos arquivos de apoio e/ou a outros conteúdos aplicáveis à obra.

Suporte Técnico: A obra é comercializada na forma em que está, sem direito a suporte técnico ou orientação pessoal/exclusiva ao leitor.

A editora não se responsabiliza pela manutenção, atualização e idioma dos sites referidos pelos autores nesta obra.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD

048p	Oliveira, Cleiton
O Poder do Método: Como ELIMINAR as DÍVIDAS e Prosperar Financeiramente / Cleiton Oliveira. - Rio de Janeiro : Alta Books, 2021. 192 p.; il. ; 16cm x 23cm.	
Inclui bibliografia e índice. ISBN: 978-85-5081-530-5	
1. Economia. 2. Finanças pessoais. 3. Dívidas. I. Peixoto, Mário. II. Rosa, Thiago. III. Título.	
2021-2085	CDD 332 CDU: 336

Elaborado por Wagner Rodolfo da Silva - CRB-8-9410



Rua Viúva Cláudio, 291 — Bairro Industrial do Jacaré
CEP: 20.970-031 — Rio de Janeiro (RJ)
Tels.: (21) 3278-8069 / 3278-8419
www.altabooks.com.br — altabooks@altabooks.com.br
www.facebook.com/altabooks — www.instagram.com/altabooks

Produção Editorial
Editora Alta Books

Gerência Comercial
Daniele Fonseca

Editor de Aquisição
José Rugeri
acquisition@altabooks.com.br

Produtores Editoriais
Ian Verçosa
Illyabelle Trajano
Larissa Lima
Maria de Lourdes Borges
Paulo Gomes
Thié Alves
Thales Silva

Equipe Ass. Editorial
Brenda Rodrigues
Caroline David
Luana Goulart
Marcelli Ferreira
Mariana Portugal
Raquel Porto

Diretor Editorial
Anderson Vieira

Coordenação Financeira
Solange Souza

Equipe Comercial
Alessandra Moreno
Daiana Costa
Fillipe Amorim
Kaique Luiz
Tairone Oliveira
Thiago Brito
Wagner Fernandes
Victor Hugo Moraes
Viviane Paiva

Marketing Editorial
Livia Carvalho
Gabriela Carvalho
marketing@altabooks.com.br

Atuaram na edição desta obra:

Revisão Gramatical
Aline Vieira
Elaine Batista

Capa
Rita Motta

Diagramação
Catia Soderi

✉ **Ouvidoria:** ouvidoria@altabooks.com.br

Editora afiliada à:



ablr
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE
DIREITOS DE PROGRAMAÇÃO

ASSOCIADO



Sumário

SUMÁRIO	5
PREFÁCIO	7
APRESENTAÇÃO	9
INTRODUÇÃO	11
PARTE I – ELIMINAR AS DÍVIDAS	19
▶1 OS TRÊS MAIORES PROBLEMAS CAUSADOS PELO ENDIVIDAMENTO	21
▶2 OS CINCO GRANDES MOTIVOS MAIS FREQUENTES QUE LEVAM À INADIMPLÊNCIA	33
▶3 COMO SE LIVRAR DAS DÍVIDAS DE UMA VEZ POR TODAS	55
▶4 COMO RENEGOCIAR SUAS DÍVIDAS	79
▶5 O QUE FAZER EM CASO DE SUPERENDIVIDAMENTO	99
PARTE II – PROSPERAR FINANCEIRAMENTE	111
▶6 COMO DEFINIR E PRIORIZAR SEUS OBJETIVOS	113
▶7 RESERVA FINANCEIRA: APRENDA SOBRE A SUA IMPORTÂNCIA	141
▶8 COMO GASTAR DINHEIRO DE FORMA INTELIGENTE	151
▶9 COMO ECONOMIZAR SEU DINHEIRO	165
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	185
ÍNDICE	188

Amostra

▶ PARTE I

ELIMINAR AS DÍVIDAS

Amostra



OS TRÊS MAIORES PROBLEMAS CAUSADOS PELO ENDIVIDAMENTO

Nasci em uma família pobre, porém, muito humilde e batalhadora. Meus pais se empenharam muito para cuidar dos quatro filhos, com uma vida de muita privação, e isso me fez lembrar de uma das histórias que minha mãe me contou:

- ▶ Ela trabalhava em uma casa de família e esperava os patrões almoçarem para somente depois ter sua refeição, entretanto, quando chegava a tão aguardada hora do almoço, ela não o fazia porque guardava o alimento para que nós pudéssemos ter um jantar. Essa é uma atitude que os pais não pensam duas vezes em tomar em relação aos filhos.

Ao longo do tempo, passamos por uma grande transformação desde os períodos mais difíceis e assim, nosso barraco virou uma casa de tijolos, a falta de alimentos foi cada vez menos constante, e começamos a ter contato com brinquedos que antes só víamos em lojas ou na televisão, e parecia que a prosperidade financeira seria questão de tempo, contudo, o aumento do poder aquisitivo não veio acompanhado de educação financeira e as escolhas e decisões estavam nos deixando cada vez mais próximos do endividamento. Lembro-me de um carnê sem fim de uma financeira (agiota) que cobrava juros exorbitantes (segundo o que meus pais relatavam) e enviava diversas cartas de cobranças para que a dívida fosse quitada.

Esse comportamento foi seguido à risca no decorrer do tempo, tendo como prioridade o pagamento de dívidas: contas, cartão, carnê ou boletos e era frequente a escolha do pagamento de uma despesa em detrimento de outra. Na verdade, um orçamento equilibrado nunca foi prioridade dos meus pais, e isso pode ter ocorrido por diversos motivos, sendo a falta de educação financeira o principal deles.

- ▶ Um dos exemplos que posso citar é sobre um retiro que frequentávamos no Carnaval. Era um lugar maravilhoso e os dias que passávamos lá faziam com que esquecêssemos de qualquer problema financeiro.
- ▶ Porém, íamos do céu ao inferno muito rapidamente, pois assim que chegávamos de viagem, não havia dinheiro para o pagamento das contas de água e luz, como se chegassem de surpresa, e ficávamos um bom período sem os dois serviços, que são essenciais e devem ser prioridade em qualquer orçamento financeiro.

Apesar de ser um pouco mais prudente, acabei seguindo o caminho dos meus pais e me endividei com alguns itens que poderiam ser adquiridos por meio de um planejamento financeiro, entretanto, muitos de meus gastos eram conteúdos de informação, principalmente por um primo, que foi meu grande mentor na adolescência (obrigado, Adilson Mendes de Oliveira), a maioria de meus gastos foram voltados para a educação e como Robert Kiyosaki, autor do livro *Pai Rico Pai Pobre*, eu tive dois ensinamentos e conheci duas realidades:

- ▶ A realidade das pessoas que vivem se lamentando pela oportunidade que nunca tiveram na vida e a realidade das pessoas que criam suas próprias oportunidades.

Decidi seguir o caminho das pessoas que criam suas oportunidades, porém, esse caminho foi feito sem planejamento financeiro e por meio de dívidas e então, comecei a passar meus dias pensando se não haveria nenhuma alternativa na vida que eu levava. Recordo-me do dia em que olhava pela janela do local onde trabalhava e era um dia nublado e chuvoso, da mesma maneira como eu me sentia por dentro. Sem saber o que

fazer, fiquei olhando perdido para o horizonte e tentando achar uma solução para minhas contas atrasadas, mesmo trabalhando das 9h às 18h, ganhando bem menos do que merecia e, às vezes, nem dinheiro para uma simples refeição eu tinha, e a maneira que eu encontrei para contornar a situação era comprar um pacote de biscoitos e dividi-lo para que durasse uma semana. Meus colegas de trabalho me chamavam para almoçar na copa com eles, mas eu recusava, porque não tinha uma marmita para acompanhá-los e isso me doía bastante. Gostaria muito de estar ao lado deles e ter uma refeição descente, mas evitava o constrangimento de ter que explicar o porquê de comer biscoitos todos os dias. Diante dessa situação, eu resolvi procurar uma solução.

Existe uma passagem bíblica que retrata exatamente esse momento e que causa em mim um enorme sentimento de fé e confiança:

“Portanto, não olhamos para aquilo que podemos ver atualmente, as dificuldades que nos rodeiam, mas olhamos para frente, para as alegrias do céu que nós ainda não vimos. As aflições logo desaparecerão, mas as alegrias futuras durarão eternamente.”

2 Coríntios 4:18

Comecei a ler diversos livros sobre finanças pessoais e, por meio deles, desenvolvi um método que serviu tanto para mim quanto para diversas outras pessoas que passavam pelos mesmos problemas, e será apresentado para você neste livro. Não espere chegar à mesma situação que eu cheguei, comece a tomar uma atitude em sua vida agora!



DEUS POSSUI A CAPACIDADE DE EDIFICAR VIDAS QUE PARECEM NÃO TER SOLUÇÃO E ESTE PODER ESTÁ MUITO ALÉM DA NOSSA COMPREENSÃO.

Enquanto eu estava exatamente na mesma situação que você pode se encontrar neste momento, sem perspectiva e sem dinheiro, eu imaginava como seria minha vida dali a alguns anos, mas confesso que não gostava nada do que via, pois era uma pessoa sem disposição, infeliz e arrependida por não ter tentado algo mais e não ter enxergado

as oportunidades que me fizessem ter noites tranquilas de sono sem preocupações ou dores de cabeça, com mais tempo para os meus filhos, enfim, uma pessoa com a clara percepção de que perdeu a coisa mais preciosa da vida: o tempo. Via nos olhos de minha esposa o quanto ela estava infeliz com aquela situação, devido à privação que estávamos passando, tendo que pagar uma conta em detrimento de outra e rezar para que não cortassem o serviço da conta que deixamos de pagar, e nessa minha visão, por diversas vezes, desisti de meus objetivos, porque estava cansado de lutar, acreditando que já havia tentado de tudo e que não adiantaria buscar um salário maior.

Contudo, com a leitura de diversos livros, pude enxergar uma luz ao fim do túnel e percebi que o que me faltava, na verdade, era organização, um método que pudesse me ajudar nesse caminho. O que apresento neste livro para você é exatamente esse único detalhe que está faltando em sua vida. **Um único Método.**

*“Aqueles que semeiam com lágrimas, com cantos de alegria,
colherão. Aquele que sai chorando enquanto lança a semente,
voltará com cantos de alegria, trazendo os seus feixes.”*

Salmos 126:5-6

Alcansei a independência financeira e continuo me especializando para ter mais tempo para mim e minha família, mas como eu consegui superar o problema do endividamento? Eu descobri e utilizei um método.

Imagine se você não se preocupasse com dívidas, se sua maior preocupação fosse pensar no que fazer com seu tempo livre? Se você tivesse dinheiro e tempo para desfrutar sua vida com seus filhos e sua família? É isso que a independência financeira causará em você e, assim, não precisará trabalhar pelo dinheiro, porque o dinheiro trabalhará para você e decidirá o que fazer com sua vida, pois terá abundância do nosso bem mais precioso: o tempo, entretanto, o que vale mais para você: tempo ou dinheiro? O dinheiro você pode conseguir por meio do seu trabalho, já o tempo, nunca conseguirá adquiri-lo novamente, portanto, pode seguir o caminho que eu fiz, através de muito estudo e dedicação, ou seguir o método que criei, oferecendo economia de tempo para organizar a sua vida financeira.

Espero que siga o caminho que preparei para você eliminar suas dívidas para sempre, e continuarei com esse bate-papo sobre minha história no sexto capítulo, quando revelarei como o sonho de uma criança pôde transformar uma vida. Mas antes de darmos o primeiro passo rumo ao equilíbrio financeiro, listarei quais os três maiores problemas causados pelo endividamento, caso as adversidades não sejam levadas a sério e combatidas de forma eficaz com o método certo.

OS TRÊS MAIORES PROBLEMAS CAUSADOS PELO ENDIVIDAMENTO

Qual foi a última vez que você dormiu sem preocupação e teve aquela noite de sono maravilhosa? Qual foi a última vez que sobrou dinheiro no fim do mês, na conta bancária, mesmo depois de ter pagado todas as despesas e comprado os seus objetos de desejo?

Você já se perguntou por que a vida tem sido tão dura? Você já se perguntou se existe um caminho mais fácil, para viver sem muita privação, com mais dinheiro e felicidade? Você sabia que seu casamento pode ir para o buraco devido às suas dívidas? Você sabia que o endividamento pode ocasionar ansiedade, depressão e até infarto? Já vivenciei os três maiores problemas causados pelo endividamento e compartilho com você que é um processo muito doloroso, contudo, eu alcancei o equilíbrio financeiro e quero muito te ajudar nessa travessia, pois, nem sempre fui financeiramente independente e com tempo livre para viver a vida com minha família. Eu também já vivi espremido entre a hora de acordar e a hora de dormir, não me sobrando dinheiro para praticamente nada e sempre torcendo para chegar o próximo pagamento.

O dinheiro vivia insistindo em terminar sempre antes do final do mês, mas não vivo mais assim porque entendi como o sistema funciona e quais as regras e soluções que alguns felizardos criaram para sair da corrida dos ratos, e agora tenho uma renda passiva que me garante tempo livre para cuidar dos meus filhos e viajar com minha família, portanto, é fundamental que você saiba quais são os três maiores problemas causados pelo endividamento e como eles podem afetar a sua vida.

1. PROBLEMAS NA SAÚDE CAUSADOS PELO ENDIVIDAMENTO

Você sabia que pode sofrer de dores de cabeça constantes, dor de estômago, ansiedade ou medo por causa de suas dívidas? Esses são apenas alguns dos males provocados pelo endividamento. A má notícia é que esses problemas podem se agravar ainda mais.

Os problemas causados pelo excesso de dívidas são muito piores do que você pode imaginar. Segundo pesquisa efetuada em 2013 pela Universidade Northwestern, dos Estados Unidos, os efeitos causados pelas dívidas que comprometem mais de 50% do orçamento doméstico e que persiste por meses ou anos — conhecida como dívida crônica — são muito avassaladoras para a saúde e ainda segundo o estudo, os problemas do endividamento afetam todo o organismo causando uma reação em cadeia. Esse efeito pode elevar a probabilidade de problemas muito graves como úlceras e derrames.

O número de famílias endividadas no Brasil, em 2018, fechou próximo de 60%, segundo pesquisa Nacional de Endividamento e do Consumidor divulgada pela Confederação Nacional do Comércio, mostrando que a maioria das famílias brasileiras está aflita por não ter dinheiro para pagar as suas contas, e os problemas causados pelo endividamento têm que ser levados muito a sério, pois podem provocar outras complicações como depressão, ansiedade, aumento ou perda de apetite, queda de cabelo e até mesmo infarto. Para saber como está o seu emocional, responda o teste a seguir, utilizado pela Serasa Experian em parceria com o Ambulatório de Transtornos do Impulso do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas de São Paulo.

AVALIE SUA SAÚDE FINANCEIRA

PRÉ-TESTE

Para identificar seu perfil financeiro/comportamental, responda sim ou não para cada uma das questões abaixo:

- Gasta mais de 30% da sua renda mensal com prestações de financiamento (casa, carro, carnê do varejo, crédito pessoal, consignado, crédito tomado no cartão)?
() Sim () Não
- Gasta mais do que 15% da sua renda mensal com prestações de financiamento sem garantias, ou seja, todas as citadas acima exceto carro, casa e crédito consignado?
() Sim () Não
- Você se vê impossibilitado de pagar, com seu rendimento mensal, as dívidas atuais e futuras, sem comprometer o próprio sustento ou de sua família?
() Sim () Não

Se você respondeu “sim” para ao menos uma das perguntas acima, vá adiante e faça o teste a seguir para avaliar se suas dívidas estão interferindo no seu estado emocional:

RESPONDA SIM OU NÃO

1. Tem dores de cabeça frequentes?
2. Tem falta de apetite?
3. Dorme mal?
4. Assusta-se com facilidade?
5. Tem tremores nas mãos?
6. Sente-se nervoso(a), tenso(a) ou preocupado(a)?
7. Tem má digestão?
8. Tem dificuldade de pensar com clareza?
9. Sente-se triste ultimamente?
10. Tem chorado mais do que de costume?
11. Encontra dificuldades para realizar com satisfação suas atividades diárias?
12. Tem dificuldades para tomar decisões?
13. Tem dificuldades no serviço (seu trabalho é penoso, causa sofrimento)?

14. É incapaz de desempenhar um papel útil em sua vida?
15. Tem perdido o interesse pelas coisas?
16. Você se sente uma pessoa inútil, sem préstimo?
17. Tem pensado em acabar com a própria vida?
18. Sente-se cansado(a) o tempo todo?
19. Tem sensações desagradáveis no estômago?
20. Você se cansa com facilidade?

AVALIAÇÃO

▶ Se respondeu de 1 a 5 vezes SIM: sinal verde

Apesar das suas dívidas, seu estado emocional não está comprometido.

▶ Se respondeu de 6 a 9 vezes SIM: sinal amarelo

É sinal de desequilíbrio financeiro que pode ser melhorado com uma reorganização pessoal.

▶ Se respondeu de 10 a 20 vezes SIM: sinal vermelho

É possível que suas dívidas estejam interferindo no seu estado emocional. Recomendo a ajuda de um psicólogo ou profissional de saúde e aconselhamento financeiro.

Conforme explica Tatiana Filomensky, coordenadora do grupo de tratamento a compradores compulsivos do Ambulatório de Transtornos do Impulso do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas de São Paulo, independentemente dos motivos que levam à desorganização financeira, é comum que problemas dessa ordem gerem distúrbios emocionais, impactando as relações familiares, sociais e profissionais. “Problemas de concentração, perda de apetite, ansiedade, depressão, transtornos do sono, irritação ou mesmo choro fácil, também estão entre as complicações apresentadas por quem vive a situação de gastar além do que o orçamento permite”, diz a psicóloga.

Há situações em que o consumidor inadimplente chega a ter pensamentos suicidas, tamanha proporção que o problema representa. Por esse motivo, em alguns casos, um dos caminhos indicados para

terminar com o círculo vicioso gerado por comprar além das possibilidades, ficar inadimplente e sofrer por isso é — simultaneamente às renegociações das contas em atraso — procurar ajuda de um profissional de saúde mental ou de um psicólogo.

2. PROBLEMAS NO CASAMENTO CAUSADOS PELO ENDIVIDAMENTO

- Desentendimentos, incompatibilidades e problemas com o endividamento são uma das diversas causas de divórcio, segundo um estudo realizado pela Universidade do Kansas em 2013, nos EUA, e divulgado pelo jornal britânico Daily Mail, comprovando que casais que divergem por causa de dinheiro têm maior tendência a se divorciar do que casais que discutem sobre filhos e sexo.

O dinheiro é o principal motivador de separações, e entre os 4.500 casais acompanhados durante anos, foi constatado que o principal motivo de divórcio foram os conflitos gerados por causa de dinheiro, portanto, um dos problemas relacionados ao endividamento são as brigas constantes entre os casais, sendo um fator que pode afundar uma família. Algumas dívidas, sem o consentimento do cônjuge, podem ser ainda mais devastadoras. Sem compartilhar seu problema com dívidas para o resto da família, o endividado pode ficar ainda mais desesperado ao ver o cônjuge ou filhos gastando com algo que considera ser supérfluo naquele momento, e sem essa comunicação, não poderá contar com a colaboração de todos, aumentando ainda mais o saldo devedor. A infidelidade financeira — que são pequenas ou grandes mentiras envolvendo dinheiro — tornou-se um dos maiores responsáveis pelo divórcio.

- Para algumas pessoas, elas são mais prejudiciais do que a infidelidade tradicional — o adultério. Pois, além de gerar desgaste emocional, proporciona brigas calorosas por conta do patrimônio.