



Aos 4 anos, Neil Somerville encontrou alguns gatinhos brincando em um monte de carvão, e um preto e branco bem fofinho, rolando na sujeira, chamou sua atenção. Ele o adotou e o chamou de Roly. Foi aí que o amor de Neil pelos gatos começou, e a partir de então ele aprendeu a apreciar a personalidade, a companhia e a graça desses animais. A história se repetiria mais tarde, quando os filhos de Neil adotaram outro gatinho preto e branco, Smartie, que se tornou outro grande amigo da família. Ao escrever este livro, Neil compartilha com os leitores suas observações sobre os encantos e a sabedoria dos nossos amiguinhos felinos. Neil também é um grande entusiasta do pensamento positivo, além de se interessar por crenças e tradições orientais. Seus outros interesses são viajar e escrever haicais. Neil mora em Berkshire, Inglaterra, com a esposa, dois filhos e uma gata adotada chamada Lily.

PREPARE-SE PARA DESVENDAR A SABEDORIA DOS GATOS.

Sabia que o Brasil tem mais de 22 milhões de gatos de estimação? Mesmo quem não convive com um bichano não resiste e abre um sorriso cada vez que vê as fotos fofas que circulam pela internet. O que talvez a gente não perceba é que podemos aprender muito com esses elegantes animaizinhos.

Desfrutar cada momento, potencializar nossas qualidades e ter mais prazer no dia a dia: esses são alguns dos segredos que esses bichanos adoráveis podem nos ensinar de maneira simples e graciosa.

Neste livro, ricamente ilustrado com desenhos que representam as características mais intrínsecas dos gatos, estão 60 lições inspiradoras para refletir e aprender a tirar o máximo proveito das oportunidades, deixar uma boa primeira impressão, sermos mais persuasivos, valorizar nossas melhores características e muito mais!

EDITORA
ALAUDE
alaude.com.br

f /editoraalaude

ig /editoraalaude


ALTA BOOKS
GRUPO EDITORIAL
altabooks.com.br



NEIL SOMERVILLE
O QUE PODEMOS APRENDER COM OS GATOS
O QUE PODEMOS APRENDER COM OS GATOS

NEIL SOMERVILLE

O QUE PODEMOS APRENDER COM OS GATOS

60 GRANDES LIÇÕES
PARA LEVAR A VIDA
COM GRAÇA E LEVEZA

2ª
edição

O que podemos aprender com os gatos traz 60 lições de vida que nossos amigos felinos podem nos ensinar. Desde a importância de ter uma boa noite de sono até como lidar com o estresse, há muito a ser aprendido com este adorável livrinho.

A obra analisa diversas facetas do comportamento dos gatos antes de aplicá-las ao dia a dia da nossa vida humana. Estamos sempre procurando novas maneiras de nos desenvolver e de melhorar as nossas relações, e este livro sugere que tudo o que devemos fazer para descobrir uma vida mais recompensadora é aprender o que os gatos podem nos ensinar.

Apresentando textos breves, este é um livro ideal para ler de uma só vez se você estiver desfrutando um momento de lazer e também consultar aqui e ali quando a vida estiver agitada. Cada lição é curta, rápida e direta, dando a você toda a informação de que precisa no espaço de apenas uma página.

Da mesma forma, as lições são acompanhadas por uma citação ou um poema curto, acrescentando várias opiniões ao tema em discussão, e também por ilustrações que trazem bossa e harmonia para o livro, tornando-o visualmente mais atraente, além de representar de maneira fiel e divertida a personalidade única e os maneirismos dos gatos.



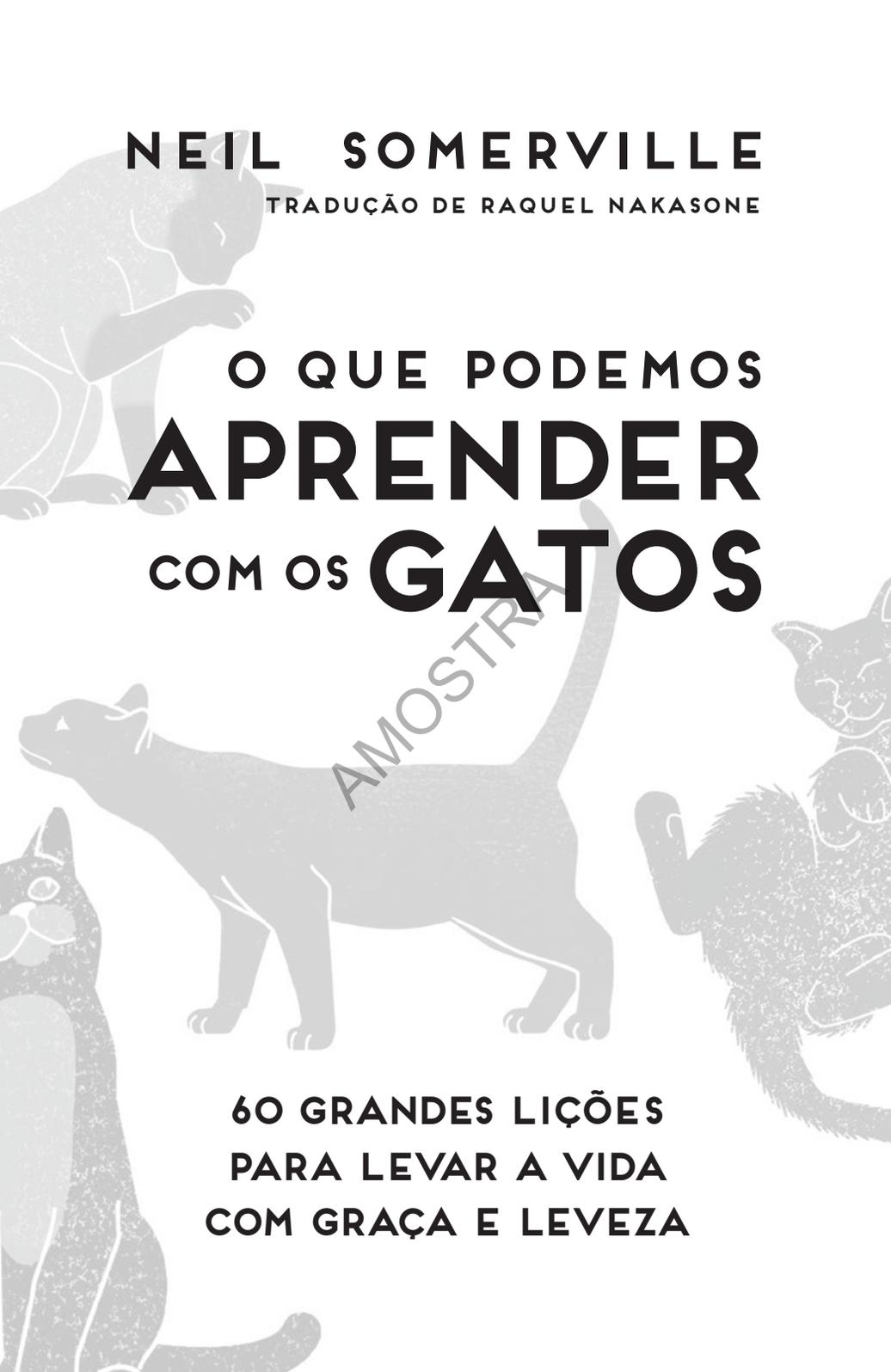
O QUE PODEMOS
APRENDER
COM OS **GATOS**





AMOSTRA

EDITORA
ALAUDE



NEIL SOMERVILLE

TRADUÇÃO DE RAQUEL NAKASONE

O QUE PODEMOS
APRENDER
COM OS **GATOS**

**60 GRANDES LIÇÕES
PARA LEVAR A VIDA
COM GRAÇA E LEVEZA**

AMOSTRA

Este livro é dedicado aos gatos.

*Para Roly, Smartie, Lily e Harry, e para o seu gato
ou um gato que você conheça.*

AMOSTRA

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	8
PERSISTÊNCIA	10
GRATIDÃO	12
RELAXE	14
OBSERVAÇÃO SILENCIOSA	16
SAUDAÇÕES ESPECIAIS	18
OFEREÇA PRESENTES	20
EXPLORE	22
CUIDE-SE	24
MANTENHA A CABEÇA BAIXA	26
EXTRAVASE	28
DURMA	30
PENSE DUAS VEZES	32
ALONGUE-SE	34
RECOMPENSAS	36
AUTOCUIDADO	38
CORAGEM	40
IMPROVISE	42
A LINGUAGEM DOS OLHOS	44
CONHEÇA SUA ÁREA	46
CONSCIÊNCIA	48
REFLITA	50
TIRE UMA FOLGA	52
AROMAS	54
DECISÕES	56
ADAPTE-SE	58
RESPONSABILIDADES	60
LINGUAGEM CORPORAL	62
ESPERE, QUE VALE A PENA	64
FAÇA UM BALANÇO	66

AMOSTRA



AMIZADE	68
VALORIZE O AGORA	70
SETE VIDAS	72
LUGARES ESPECIAIS	74
AVENTURE-SE COM EXPECTATIVA	76
EXERCITE-SE	78
ESCUTE	80
APROVEITE O MOMENTO	82
DOCES SONHOS	84
ESTRESSE	86
PRIVACIDADE	88
ESCOLHA O MELHOR	90
ATENÇÃO PLENA	92
TOME CUIDADO COM SEU OLHAR	94
VOCÊ NUNCA SABE	96
USE SEU SEXTO SENTIDO	98
SIGA EM FRENTE	100
ROTINA	102
ENTUSIASMO	104
SEJA CLARO	106
IMPONHA-SE	108
GANHA-GANHA	110
IMPRESSIONE	112
AUTOSSUFICIÊNCIA	114
SAIBA ONDE ESTÃO AS COISAS	116
OLHE ANTES DE PULAR	118
SEJA TRANSPARENTE	120
DEMONSTRE SUA FELICIDADE	122
DEIXE SUA MARCA	124
NUNCA É TARDE	126
RELÓGIO BIOLÓGICO	128
CONSIDERAÇÕES FINAIS	130
LISTA DAS LIÇÕES EM ORDEM ALFABÉTICA	133
AGRADECIMENTOS	135





INTRODUÇÃO

AMOSTRA



Os gatos têm um lugar especial em nossa vida. Com afeto, graça, companheirismo e personalidade, eles podem nos dar muita alegria e, de várias maneiras, também nos ensinar – e nos lembrar de – verdades úteis. Seja com suas peculiaridades, com a forma como lidam com as coisas, seja através de nossa observação e da nossa convivência com eles, os gatos demonstram ter uma grande sabedoria.

Nas páginas seguintes estão sessenta lições inspiradas por eles.

Desfrute-as, pense sobre elas. Espero que elas sejam, para você, inspiradoras e enriquecedoras.

PERSISTÊNCIA

“GATOS PARECEM SEGUIR
O PRINCÍPIO DE QUE NUNCA FAZ
MAL PEDIR O QUE SE QUER.”

JOSEPH WOOD KRUTCH



Quando um gato quer comer, não vai deixar dúvidas sobre o que ele deseja. Seja miando bem alto, ficando no seu caminho ou olhando suplicante para o pratinho de comida, é praticamente impossível ignorar um gato determinado. E ele vai continuar até você ceder.

O gato conhece bem a importância de persistir, e a persistência quase sempre compensa. Se há algo que você quer, não corra o risco de se decepcionar guardando para si; seja como um gato. Seja comunicativo e peça. Peça de novo, se necessário. É pedindo que se tem mais chances de receber.

GRATIDÃO

“PARA AGRADAR,
O GATO RONRONA.”

PROVÉRBIO IRLANDÊS

O gato, mestre da boa vida, gosta de ser paparicado. E, quando recebe carinho ou atenção, indica seu prazer com um profundo e ritmado ronronar. É o jeito felino de dizer “obrigado”, e, como sabemos que ele está agradecendo, continuamos a paparica-lo ainda mais.

Mostrar gratidão pelo que os outros fazem vai agradá-los e também deixá-los mais propensos a continuar agindo de maneira positiva com você.

Seja como um gato: agradeça e reconheça os favores e as gentilezas que você recebe.