

VOCÊ ESTÁ APENAS A UM PENSAMENTO, UMA DECISÃO
E UMA AÇÃO DE LEVAR A VIDA QUE MERECE

O PODER DE IR ALÉM

ED MYLETT

EMPREENDEDOR E PALESTRANTE MOTIVACIONAL



ALTA BOOKS

GRUPO EDITORIAL

Rio de Janeiro, 2023



Sumário

	<i>Introdução</i>	1
Capítulo 1.	Uma Identidade Além	7
Capítulo 2.	Viver em Sua Matrix Além	21
Capítulo 3.	Tentar Ir Além	37
Capítulo 4.	Os Cinco Princípios para Gerenciar seu Tempo e Ir Além	51
Capítulo 5.	Uma Emoção Além	65
Capítulo 6.	Uma Associação Além	77
Capítulo 7.	Um Sonho Além	89
Capítulo 8.	Uma Pergunta para Ir Além	99
Capítulo 9.	Uma Meta para Ir Além	107
Capítulo 10.	Um Critério para Ir Além	121
Capítulo 11.	Pense em Impossibilidades e Realize Possibilidades para Ir Além	135

Capítulo 12.	Um Hábito Além	147
Capítulo 13.	Um Multiplicador Além	159
Capítulo 14.	Uma Inconveniência Além	169
Capítulo 15.	Defina Sua Liderança para Ir Além	179
Capítulo 16.	Meus Onze Princípios de Liderança para Ir Além	191
Capítulo 17.	Um Nível de Equanimidade Além	203
Capítulo 18.	Uma Oração Além	213
Capítulo 19.	Um Último Momento para Ir Além	227
	<i>Índice</i>	243
	<i>Sobre o Autor</i>	246

Amostra



Introdução

O PODER DE IR ALÉM É O RESULTADO DE UMA FILOSOFIA que venho desenvolvendo há mais de trinta anos.

Em essência, *O poder de ir além* é sobre estar disposto a fazer um circuito de exercícios a mais, uma ligação telefônica a mais, acordar uma hora mais cedo, estabelecer mais um relacionamento ou fazer uma coisa a mais dada a situação.

Você pode encontrar sua melhor versão “indo além” e fazendo algo a mais do que o mundo espera de você.

Escrevi *O poder de ir além* para que você transforme sua vida ao adotar estratégias efetivas que já usei várias vezes com sucesso. Ao viver uma vida Indo Além, é possível mudar completamente seus relacionamentos, finanças, emoções, a maneira como faz negócios, sua visão da vida e muito mais.

Você não nasceu para ser medíocre ou comum. Nasceu com o propósito de ir longe na vida. Tenho certeza.

O *poder de ir além* é um contrato vívido entre nós. É uma troca significativa de ideias e conhecimento. A depender de quem você é, o que estou prestes a ensinar o afetará de diferentes maneiras. Ao mudar sua forma de agir e pensar, encontrará respostas nas áreas mais importantes da sua vida.

A beleza disso é que, na maioria das vezes, as respostas são relativamente simples.

Mas, por vários motivos, você pode não ter sido capaz de vê-las ou encontrá-las por conta própria. Descobrir por onde começar pode parecer assustador. A maioria das pessoas acredita que há um milhão de coisas necessárias para mudar a própria vida. Nada poderia estar mais longe da verdade.

Aprenda, e você também aprenderá, que ir além e fazer uma coisa a mais é, muitas vezes, tudo o que é preciso. E, frequentemente, está a apenas um passo além de onde você está agora.

Comece INDO ALÉM.

Você está muito mais perto da mudança do que imagina. **Está apenas a um encontro, um relacionamento, uma decisão, uma ação ou um pensamento de levar a vida que merece. O *poder de ir além* o desafia a se tornar hiperfocado e dedicado a buscar o “além” em sua vida.** Quanto mais começar a vê-lo e, então, agir para realizá-lo, mais sua vida mudará.

Os pensamentos e ações individuais decididos não precisam ser profundos. No entanto, quando esses pequenos pensamentos e ações são empilhados uns sobre os outros, as mudanças resultantes ao longo do tempo *são* profundas.

Vou ensiná-lo a cumprir promessas feitas a si mesmo, criando um sistema interno de crenças de que está destinado a uma vida melhor do que a que tem agora. Ao implementar as estratégias para Ir Além,

você viverá de acordo com um conjunto de princípios superior do da maioria.

Este não é apenas um livro de “como ser bem-sucedido nos negócios” ou “como ser bem-sucedido em seus relacionamentos”, embora, para alguns, seja. Para a maioria, este livro terá várias aplicações. Pense neste livro “**como ser bem-sucedido em sua vida**”. Seu desafio é pegar essas estratégias e aplicá-las às áreas importantes da sua vida.

Não há palavras desperdiçadas nestas páginas, mas você se identificará com algumas partes deste livro mais do que outras. Certos princípios desafiarão seu modo de pensar, crenças e valores. E vários cairão feito uma tonelada de tijolos e mudarão sua vida para sempre. Elaborei propositalmente essas estratégias para serem universais. Você lerá sobre princípios aplicáveis a *todas* as pessoas em *todas* as áreas da vida.

É possível tirar lições de cada capítulo, seja um atleta de classe mundial, um CEO, uma estrela em rápida ascensão no mundo dos negócios, um pai ou um universitário. Alguns usarão este livro para transformar a própria vida completamente. Outros se concentrarão em insights que aprimorarão partes específicas que deixam a desejar ou são incômodas.

Estou confiante de que *O poder de ir além* ressoará com você porque, de muitas maneiras, somos parecidos. Não sou a mesma pessoa de quando comecei minha própria jornada de transformação. Assim como você, sofri muitas vezes. Entendo como é se preocupar com dinheiro, relacionamentos e propósito na vida. Sei o que é ter falta de confiança, entrar em um beco sem saída e me perguntar se algum dia serei feliz. Já fui muito mais do que pobre, a ponto de não conseguir pagar a conta de água do apartamento onde minha esposa e eu morávamos.

Enfrentei problemas de saúde.

Perdi pessoas próximas a mim.

E ao longo dos anos, **batalhei contra dúvidas, frustração, medo e ansiedade.**

Eu vivi sem ter as respostas. E, pior, estive em lugares onde não sabia que caminhos tomar para encontrar as respostas que tanto buscava.

Para aqueles que viveram em uma família estressante ou disfuncional, também sei como é. Mais adiante neste livro, falarei sobre os desafios pessoais que enfrentei ao ser criado por um pai que não só era alcoólatra, mas também meu herói, e como isso afetou minha autoestima.

Na verdade, uma das razões pelas quais me tornei tão proficiente em aprender a crescer é porque tive que crescer bastante. A verdade é que eu precisava aprender a crescer para que pudesse simplesmente ser funcional o suficiente para alcançar o mínimo.

A parte boa é que isso reforçou minha crença de que as pessoas podem mudar drasticamente suas vidas. Vi em primeira mão o quanto meu pai mudou ao longo dos anos.

Além disso, escrevi *O poder de ir além* porque, depois tantos anos de luta, tentativas e erros, aprendi o que é preciso para ter sucesso na vida. Paguei um preço, mas agora sei muitas das respostas do que é preciso para vencer.

Ao longo do caminho, também observei bons amigos e parceiros de negócios perseguirem o que achavam divertido à custa da vitória. Infelizmente, eles se distraíram e perderam de vista a magnífica sensação de vencer. Assim, gastaram muito mais tempo e energia tentando chegar a uma condição em que já poderiam estar.

Quando comecei, muitas vezes deixei a diversão de lado em favor da vitória. O irônico é que não demorou muito para descobrir que **vencer é divertido**. Na verdade, uma das citações pelas quais sou mais

conhecido é: “Vencer é mais divertido do que a diversão é divertida.” Quando terminar de ler este livro, espero que pense assim também.

Eu vivo de acordo com esses princípios há trinta anos, aplicando o que aprendi para planejar a melhor vida possível. Meu objetivo com *O poder de ir além* é ajudá-lo a identificar seus próprios talentos, dons e habilidades e, em seguida, maximizá-los para o seu bem maior e o das pessoas ao seu redor.

Muitos livros de autoaperfeiçoamento e desempenho que leio dizem a mesma coisa várias vezes. Não sei você, mas perco o interesse após alguns capítulos. Eu propositadamente me propus a tornar *O poder de ir além* diferente nesse aspecto. As estratégias e filosofias que compartilharei são únicas.

O poder de ir além ensina a combinar seus dons a pensamentos direcionados e intencionais, além de ações determinadas. Fornecerá os recursos necessários para produzir os padrões, metas e resultados merecidos. Cada um dos princípios compartilhados nestas páginas funcionou muito mais do que seria capaz de imaginar nos meus sonhos mais loucos. Mas sou humilde e ciente de que fui presenteado com uma certa quantidade de sorte e bênçãos de Deus.

Você também tem sua própria versão desses mesmos dons. Mas, como eu, precisará trabalhar e manter a mente aberta quando se trata de fazer mudanças em sua vida. Em muitos casos, essas mudanças não serão fáceis no início. Na verdade, quanto mais valioso for um objetivo e quanto mais mudanças forem necessárias para alcançá-lo, mais resistência encontrará. Espere por isso — se planeje para isso. Ao se colocar no estado de espírito certo e ser mentalmente forte, terá sucesso com mais frequência do que teria normalmente.

O poder de ir além é o produto de muitos anos de como vivi, cresci e mudei minha vida para produzir riqueza, felicidade e relacionamentos significativos com as pessoas com quem me importo profundamente.

Quero compartilhar as lições que aprendi, para que você também possa viver sua melhor vida.

Leia *O poder de ir além* como se fosse uma chave que abrirá sua mente, e ficará surpreso como **um pensamento e uma ação além mudarão sua vida para sempre.**

Lembre-se: nós somos muito parecidos.

Se eu consigo, você também consegue.

Amostra



Uma Identidade Além

Dizem que o tempo muda tudo, mas, na verdade, você precisa fazer a mudança por si mesmo.

— ANDY WARHOL

DE MUITAS MANEIRAS, MUDAR SUA IDENTIDADE É O CONCEITO MAIS FUNDAMENTAL do que é ser um pensador e realizador que Vai Além.

Sua identidade é um fator poderoso e influente que afeta o que acontece em todas as partes de sua vida. É ela quem define os limites do seu sucesso, finanças e realizações. Que controla a qualidade de suas emoções, relacionamentos e autoestima.

O que exatamente é a identidade? Defino-a como os pensamentos, conceitos e crenças que guardamos nas partes mais genuínas do nosso íntimo. É possível fingir ou agir de certa maneira para o resto do

mundo, mas não se pode mentir para si mesmo quando se trata dessas coisas. **No fundo, todo mundo sabe o que é verdade sobre si mesmo e o que não é.**

Este é o paradoxo sobre a identidade. Muitas pessoas sabem que poderiam melhorar significativamente sua vida se mudassem. No entanto, não estão dispostas a tomar as medidas necessárias, mesmo em prol de si mesmas.

Está disposto a sacrificar quem você é por quem poderia ser? A resposta deve ser um sonoro “Sim!”. Essa é uma conclusão lógica e parece óbvia, então é um mistério para mim por que muitas pessoas sentem dificuldade com essa questão fundamental. Você não foi colocado nesta Terra para ser um buraco em um tronco ou um pedaço de carvão no chão. Sua missão é crescer, expandir e aprender a levar uma vida plena e feliz. Quando fizer essas coisas, sua identidade mudará.

A identidade é importante, pois desbloqueia várias coisas incríveis em sua vida. Ao criar uma identidade de Ir Além, você se dá o dom de assumir o controle e ditar as mensagens internas em vez de ser governado por forças externas que minam sua felicidade, possivelmente desde o dia em que nasceu.



Sua Identidade é Formada Cedo na Infância

Quando criança, você era um quadro em branco. Impressionável, feliz e livre de julgamentos.

Não tinha motivos para acreditar que o mundo externo queria prejudicá-lo de alguma forma. Aos poucos, aprendeu a viver no mundo com base no que foi ensinado por seus pais, familiares, amigos, professores e outras pessoas com quem entrou em contato.

Claro, muitas pessoas tinham boas intenções. No entanto, isso não significa que o que lhe ensinaram estava sempre certo. O fato é

que **ninguém está sempre certo**. Quando criança, você aceitava muito do que lhe diziam, fosse certo ou errado. Sua identidade se tornou as partes boas e ruins da influência de outras pessoas. O lamentável é que você era indefeso. Suas habilidades de pensamento crítico não existiam para lhe dar as ferramentas necessárias para a sobrevivência no mundo.

À medida que crescia, começou a afirmar sua identidade. Se alguém lhe dissesse que não era um bom aluno ou era um péssimo atleta, isso se tornava parte de sua identidade. Você ainda não tinha a capacidade de negar o que estava sendo dito. Ao se tornar um adulto, trouxe consigo essas crenças. Sua identidade se enraizou. Suas limitações se tornaram parte de você e, por estarem tão enraizadas, nem sequer sabe de onde elas vêm.

É bastante peso para carregar por aí, não é?

Ao ter idade suficiente e ser capaz de questionar sua identidade, já vivia com a identidade que havia adotado em uma época em que não tinha escolha. Claro, isso pressupõe que você esteja ciente de como sua identidade o afeta. Muitas pessoas simplesmente passam pela vida, desajeitadas e malsucedidas e sem nunca saber bem o porquê.

No entanto, como um pensador que Vai Além, agora está ciente disso e **pode mudar sua identidade por se tornar intencional** quanto a isso. Veja como.



Ajuste o Termostato da Sua Identidade

Já falei brevemente sobre o termostato da identidade no passado, mas agora quero dar mais detalhes sobre como esse conceito pode funcionar para você.

Sua identidade é a força que rege sua vida e regula seus resultados. Pense nisso como um termostato. **Seu termostato interior rege suas condições de vida.**

Você entra em um ambiente e, se estiver muito quente ou muito frio, procura um termostato para ajustar a temperatura segundo suas preferências. Não importa quais sejam as condições externas. Pode estar 37°C lá fora, mas se o termostato estiver ajustado para 23°C, o ar-condicionado esfria a temperatura e regula o ambiente. O mesmo se aplica a quando está -1°C lá fora. O termostato entra em ação e aquece o cômodo a 23°C.

Sua vida funciona da mesma maneira. Se você é uma pessoa aos 23°C, liga o ar-condicionado na sua vida e a regula ao que acha que merece. Isso é o que acontece toda vez que seus resultados ultrapassam sua identidade. Você liga o ar-condicionado da sua vida inconscientemente e a esfria para o que acredita que merece.

Assim como o termostato, a identidade regula o amor-próprio. Ela regula suas ações e resultados. Muitas pessoas estão sob a falsa suposição de que fatores externos são o que regulam o termostato. Acreditam que ser promovido, se casar com o amor da sua vida ou obter um diploma na faculdade determinará a própria identidade.

Se você não elevar sua própria identidade, eventualmente ligará o ar-condicionado de sua vida mais cedo ou mais tarde, e essa temperatura cairá de volta aos 23°C, ou para outra temperatura que não deseja, puramente porque não tomou as rédeas e decidiu que identidade gostaria de ter.

No entanto, se o seu termostato estiver devidamente regulado, ele dominará as condições externas e você encontrará o seu sucesso, independentemente de quais elas sejam.

A verdade é que você é capaz de adquirir todos os talentos, habilidades e capacidades que desejar, mas até que eles se alinhem à sua identidade, essas metas não serão alcançadas. Isso se aplica a qualquer área.

Por exemplo, pense na sua identidade física. Vamos supor que você perdeu 10 quilos de uma vez só. Apesar de estar munido com as

melhores receitas ou exercícios, um ano depois, recuperou todo esse peso de volta e está exatamente da maneira que começou. Isso porque, quando seu termostato de identidade física está definido aos 23°C, o que significa que está confortável em pesar 10 quilos a mais, por mais que tente, sempre voltará para os 23°C.

Mesmo que faça todas as ações corretas, como dietas e exercícios, se seu termostato interno não estiver ajustado para o sucesso e permanecer em 23°C, eventualmente voltará à configuração antiga do termostato, ao comer a comida errada ou abandonar a rotina de treinos intensa. Usará as circunstâncias externas para encontrar maneiras que o levarão às circunstâncias internas que acredita que merece.

Veja outro exemplo. Talvez você esteja indo bem financeiramente, mas parece que não consegue chegar ao próximo nível de riqueza que acha que merece. O objetivo são US\$10 milhões no banco. No entanto, enquanto não regular seu termostato para acreditar que sua identidade vale US\$10 milhões, mesmo que ganhe esse dinheiro, seu termostato retornará para o que sua identidade acredita que merece. Pode levar alguns anos, mas, eventualmente, a menos que exista mudança no termostato interno, você começará a sofrer empecilhos financeiros.

Você provavelmente já passou por esse tipo de situação e muitas outras antes.

Não faltam informações, ensinamentos ou caminhos para o sucesso em qualquer área da vida. Sendo assim, as barreiras para o sucesso estão dentro de você. É por isso que, apesar de fazer todas as coisas certas, ainda assim não obtém os resultados desejados.

Lembre-se disso! De maneira inconsciente, sempre voltaremos à temperatura que achamos que merecemos.

Em resumo, **você não alcançará os 37°C de condicionamento físico ou riqueza com um termostato em 23°C.** Ele o restringirá até

que crie uma identidade, capaz de provocar mudanças e crescimento pessoal.

Isso não quer dizer que o sucesso seja inalcançável, porque em muitos casos, ele é. No entanto, a menos que ajuste sua identidade, seu termostato o levará de volta, no futuro, para onde ela está definida.

Normalmente, a maioria das pessoas culpa forças externas quando isso acontece. Esses exemplos soam familiares para você?

Machuquei minha coluna e não pude ir para a academia por dois meses, então perdi o interesse em malhar.

A economia deu um giro e perdi dinheiro para caramba com as ações, então desisti do meu sonho de ter US\$10 milhões.

Se o seu termostato não estiver regulado em uma temperatura agradável, verá esses resultados como coincidências, carma ou má sorte que conspiram contra você. Mas não é isso que eles são. Se o termostato estiver regulado, não são muito mais do que imprevistos temporários.

No entanto, a diferença entre ser uma pessoa que Vai Além e os outros, é que você os enxerga como lombadas no caminho para chegar aos seus objetivos. **Não usará imprevistos temporários como uma desculpa para criar fracassos permanentes.** Terá a coragem necessária para gravitar até a temperatura na qual o seu termostato está definido e, eventualmente, a alcançará.

Lembre-se: como uma pessoa que Vai Além, a mudança vem ao pensar e agir. Este livro não é sobre fazer uma coisa ou outra. **É preciso fazê-los juntos.** Ao pensar e agir em conjunto, seu termostato não baixa. Em vez disso, você se posiciona para regular seu termostato e obter os resultados que merece.



A Trilogia da Mudança de Identidade

Ao aceitar o conceito de que mudar sua identidade é a chave para mudar sua vida, a pergunta se torna: “Como reajustar meu termostato e criar uma identidade?” Esse processo está ancorado a uma trilogia de princípios centrais: fé, intenções e associações.

Fé

De acordo com Mateus 17:20–21: *“Porque em verdade vos digo que, se tiverdes fé como um grão de mostarda, direis a este monte: Passa daqui para acolá, e há de passar; e nada vos será impossível.”*

Nada move montanhas como a fé. O mesmo se aplica a mover o termostato para mover também sua identidade a um novo local. Se você é uma pessoa de fé, quer pratique o cristianismo, budismo, hinduísmo, islamismo, judaísmo ou qualquer outro ensinamento baseado na fé, fundamentalmente, acredita que seu Deus o ama.

Como parte da minha fé, acredito que venho do DNA mais extraordinário do mundo: o DNA de Deus. Em extensão, também acredito que Ele não me fez à Sua imagem para viver com um termostato ajustado em 23°C. Meu Deus, e sua divindade espiritual, também, nos criou para viver uma vida plena baseada na fé com um termostato ajustado em 37°C.

Muitas pessoas levam uma vida em função de uma doutrina, mas quantas dizem que têm Deus e fé em todas as partes de suas vidas? Várias das que conheço leem a Bíblia, vão à igreja e são pessoas bondosas e amorosas. Mas estendem a própria fé a crenças sobre aptidão pessoal, finanças, relacionamentos e negócios? Em muitos casos, a resposta é “Não”.

Uma das chaves para mudar sua identidade é deixar a fé mover montanhas em *todas* as partes da sua vida.

Intenções

Quando nossas ações tomam boas intenções como base, nossa alma não se arrepende.

— ANTHONY DOUGLAS WILLIAMS

Conheço muitas pessoas que constantemente se culpam pelo lugar em que estão na vida, em vez de se dar o crédito pelas intenções de mudar para uma nova identidade. Se isso soa como você, estará apenas reforçando sua identidade atual — sua vida de 23°C.

Essas reclamações soam familiares?

Me consideraria mais se tivesse conseguido essa promoção.

Minha vida está uma bagunça desde que me divorciei há três anos.

Sou um fracasso, pois tive que pedir falência durante a pandemia.

Você não melhora quando faz isso. É uma abordagem de perdedor em relação à vida. Não é justo com a pessoa que mais importa — você!

Pensar dessa maneira cria uma espiral descendente, e quanto mais descer, mais difícil será sair dela e criar uma identidade. Aceitará a frustração. Perderá a vontade de estar perto de pessoas. E, francamente, a maioria das pessoas não desejará estar perto de você.

Em vez de azedar a vida, **mude seu roteiro**. Diga a si mesmo que pretende fazer o bem e servir. Que pretende criar um negócio próspero e ter dinheiro no banco. Que pretende tratar as pessoas ao seu redor com cuidado e que é digno de um relacionamento amoroso e acolhedor. **Aplique boas intenções a todas as partes da sua vida e observe o que acontece.**

Suas intenções definirão sua mente para trabalhar em criar uma identidade. **Seu cérebro funciona de acordo com o que é dito.** Ao dizer a ele o que deseja atrair, você cria mensagens internas que alimentarão as partes boas do seu ser e se manifestarão em uma nova identidade ao longo do tempo. As intenções são a moeda que lhe permite fazer depósitos em seu “banco de identidade” em vez de participar daquele banco que eventualmente o levará à falência de identidade.

Associações

Considere as palavras de T. F. Hodge: “*O que nos rodeia é aquilo que está dentro de nós.*”

Você não permanecerá aos 23°C se conviver com pessoas de 37°C.

Por meio da proximidade, você absorverá características, ações e crenças das pessoas com quem se associa. Consciente e inconscientemente, o conhecimento e as ideias delas se tornarão parte do seu ser.

É por isso que é necessário procurar associações de qualidade que possam, direta ou indiretamente, ajudá-lo a se tornar a pessoa de 37°C que você deveria ser.

O lado ruim é que, se quiser regular seu termostato e mudar sua identidade, talvez precise dizer adeus a muitas das pessoas de 10°C em sua vida.

Sim, sei que isso pode ser uma coisa difícil. **Até liberar espaço em sua vida para as associações certas, ficará atolado em relacionamentos que ultrapassaram o seu propósito e o impedem de seguir em frente.** Não digo que seja fácil, mas que, muitas vezes, é necessário fazer isso.

A outra forma de enxergar essa questão é, em vez disso, **rejeitar o comportamento de 10°C de outras pessoas e regular o termostato**