

**O CLUBE
DOS 6%**

Amostra

MICHELLE ROZEN

O CLUBE DOS 6%

**DESCUBRA O SEGREDO DE ATINGIR QUALQUER META E
PROSPERAR NOS NEGÓCIOS E NA VIDA**



ACTUAL

Rio de Janeiro - 2025

O clube dos 6%

Copyright © 2025 Actual.

Actual é um selo da Editora Almedina do Grupo Editorial Alta Books (STARLIN ALTA EDITORA E CONSULTORIA LTDA).

Copyright © 2024 by Michelle Rozen.

ISBN: 978-65-83400-16-1

Translated from original The 6% Club © 2024 by John Wiley & Sons. ISBN 978-1-394-25432-3. This translation is published and sold by John Wiley & Sons, Inc., the owner of all rights to publish and sell the same. PORTUGUESE language edition published by Almeida Brarsil Ltda Copyright © 2025 by STARLIN ALTA EDITORA E CONSULTORIA LTDA.

Impresso no Brasil – 1ª Edição, 2025 – Edição revisada conforme o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 2009.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(BENITEZ Catalogação Ass. Editorial, MS, Brasil)

R893c
1.ed. Rozen, Michelle
O clube dos 6% : descubra o segredo de
atingir qualquer meta e prosperar nos negócios
e na vida / Michelle Rozen ; tradução Merit
Eduacional. - 1.ed. - Rio de Janeiro : Actual,
2025.
192 p.: 15,7 x 23 cm.
Título: The 6% club.
ISBN 978-65-83400-16-1
1. Dinheiro - Administração. 2. Economia.
3. Estratégias. 4. Liderança. 5. Sucesso nos
negócios. I. Título.
05-2025/203 CDD 338.1
Índice para catálogo sistemático:
1. Dinheiro - Prosperidade / Economia 338.1
Aline Grazielle Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

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.

O conteúdo desta obra fora formulado 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.

Material de apoio e erratas: Se parte integrante da obra e/ou por real necessidade, no site da editora o leitor encontrará os materiais de apoio (download), errata e/ou quaisquer outros conteúdos aplicáveis à obra. Acesse o site www.altabooks.com.br e procure pelo título do livro desejado para ter acesso ao conteúdo.

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, programas, materiais complementares ou similares referidos pelos autores nesta obra.

Grupo Editorial Alta Books

Produção Editorial: Grupo Editorial Alta Books

Diretor Editorial: Anderson Vieira

Editor da Obra: Marco Pace

Vendas Governamentais: Cristiane Mutús

Gerência Comercial: Claudio Lima

Produtora Editorial: Andreza Moraes

Tradução: Merit Educacional

Copidesque: Merit Educacional

Revisão: Merit Educacional

Diagramação: Merit Educacional

Capa: The Change Doctor Intl. Inc


ALTA BOOKS
GRUPO EDITORIAL

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
Ouvidoria: ouvidoria@altabooks.com.br

Editora
afiliada à:

ALOR
Associação de
Editores do Livro

ASSOCIADO

CCL
Centro
Nacional
de Livro

Para Adam, que tem segurado minha mão há 28 anos.

Amostra

Sumário

<i>Introdução</i>	9
Parte I Seu poder secreto	11
Capítulo 1 A pesquisa que me deixou de queixo caído	13
Capítulo 2 O que 94% das pessoas não sabem	25
Capítulo 3 Chega de se sentir preso e frustrado!	43
Parte II O segredo da transformação	63
Saia da correria.	64
Capítulo 4 Como realmente definir uma meta	65
Capítulo 5 A regra 0-10	83
Capítulo 6 A Lei da Especificação	97
Parte III Sua vida está prestes a mudar	117
Capítulo 7 Truques e dicas do Clube dos 6%	119
Capítulo 8 Bem-vindo ao Clube dos 6%!	133
<i>Notas</i>	185
<i>Agradecimentos</i>	186
<i>Sobre a autora</i>	187
<i>Índice</i>	188

Amostra

Introdução

O que decidi descobrir e como isso vai mudar sua vida

TENHO PESQUISADO, escrito e falado sobre mudança para públicos ao redor do mundo por mais de uma década. Ganhei o apelido de “Doutora da Mudança” em um evento no Texas há muitos anos e ele me acompanha desde então. Durante toda a minha carreira, fiquei fascinado por algumas perguntas simples: O que motiva as pessoas agirem? O que as leva a fazer o que fazem e, por outro lado, o que as impede de fazer o que não fazem?

Em janeiro de 2023, iniciei um projeto de pesquisa e seus resultados me deixaram de queixo caído. A pesquisa se concentrou em pessoas que fazem resoluções de Ano Novo e prometem fazer todo tipo de mudanças em suas vidas para o próximo ano. Sabe aquela época do ano em que você jura de pés juntos que vai ficar mais saudável, melhorar suas finanças, estar mais presente, ser mais paciente com seus filhos, fazer aquela coisa que você vem falando há muito tempo? Eu queria mergulhar mais fundo nisso. Queria descobrir o que acontece com todas essas pessoas em relação às metas que estabelecem para si mesmas em um período de seis meses, de janeiro a junho.

Os resultados da pesquisa, sobre os quais falo no Capítulo 1, abalaram-me profundamente e fizeram-me escrever este livro. Eu o escrevi para você. Queria que você estivesse ciente. Queria que você tivesse as ferramentas para chegar onde deseja no trabalho e na vida.

Então, peguei todos os segredos que tenho ensinado aos principais líderes mundiais sobre como realmente fazer uma mudança nos negócios e na vida, e em vez de apenas falar, realmente fazer acontecer e persistir. Ao longo dos anos, vi negócios e vidas transformados usando essas ferramentas. Eu as disponibilizei para você também.

Aqui, neste livro, compartilho com você tudo o que sei, tudo o que tenho ensinado às pessoas mais bem-sucedidas do mundo. Este é o seu manual para o sucesso. Leia-o e depois leia-o novamente.

Saber como mudar as coisas em sua vida para obter o que deseja é um divisor de águas total. Sua vida está prestes a mudar de maneiras incríveis. Você não está sozinho nesta jornada. Este livro está aqui para segurar sua mão durante todo o processo. Eu estou aqui para segurar sua mão durante todo o processo.

Está pronto para começar?

Estou animada por você!

PARTE

I

Seu poder secreto

**A maioria das pessoas
faz as mesmas escolhas
repetidamente sem nem
mesmo perceber.**

É hora de fazer algo diferente.

1

A pesquisa que me deixou de queixo caído

DECIDIR MUDAR. Novos começos. Pense em todas aquelas vezes em sua vida quando só dizer isso já lhe deu uma sensação de entusiasmo. Você ficou todo animado para ir à academia todos os dias, ou para ser mais paciente, ou economizar mais dinheiro, ou ser mais focado e consciente em seus negócios ou carreira. Você vai terminar essa graduação, você vai escrever esse livro e você vai começar a priorizar a si mesmo e estabelecer limites para as pessoas.

1. Você prometeu fazer uma mudança. E agora?

Muitas pessoas juram repetidamente que vão fazer “aquela coisa” em suas vidas. Elas juram ir à academia todos os dias, comer de maneira mais saudável, economizar dinheiro, ganhar mais dinheiro, perder peso, estar mais presente, ser um pai melhor, ser mais paciente. A lista é infinita. Você deve conhecer alguém que faz isso. Aposto que você também faz.

Estou ciente há muito tempo de que a maioria das pessoas que dizem que vão fazer todas essas coisas abandonam rapidamente o que prometeram. As pessoas fazem grandes promessas a si mesmas, sentem que estão iniciando essa mudança nova e empolgante, e ainda assim, alguns

meses depois, estão bebendo de novo, ou não estão se exercitando, ou estão voltando ao seu antigo modo de fazer as coisas.

Sou palestrante motivacional há mais de uma década. Falo para dezenas de milhares de pessoas todos os anos e toda vez, depois de uma palestra ou um discurso, as pessoas me dizem: “Ah, há muito tempo que eu queria fazer isso”. “Tenho um filho com quem não falo há 10 anos desde meu divórcio”. “Tenho um transtorno alimentar que não contei a ninguém”. “Tenho uma graduação que não terminei”. Posso ver a dor nos olhos das pessoas; posso sentir quanta frustração essas coisas causaram; posso ouvir a sinceridade em suas vozes quando me dizem que “já chega”. Mas a mudança de que falam raramente acontece.

Tenho certeza de que isso também aconteceu com você. Há essa coisa que você queria fazer, essa mudança que você queria realizar, mas então a vida atrapalhou e nunca aconteceu. Sei como isso pode ser frustrante.

A vida é curta, e assim como as boas mudanças tendem a se somar-se umas às outras e têm um efeito tremendo quando todas se acumulam, as mudanças que não são feitas também se multiplicam e fazem com que sua vida pareça não apenas estagnada, mas também desanimadora.

Na natureza, tudo o que não cresce desmorona e morre. Estamos aqui neste planeta para crescer, evoluir como pessoas, dominar a arte de melhorar em tudo o que fazemos ao longo do tempo. A vida fica melhor quando você está mais consciente, mais atento, mais capaz e alcança todos os objetivos que estabelece para si mesmo. Você alcança o que deseja quando assume o controle de sua vida: como você age, o que você escolhe, como você vive.

Metas. Essa é uma palavra que todo mundo usa, mas poucas pessoas entendem corretamente. Vamos falar sobre isso por um momento? Você já pensou em como o conceito de estabelecer metas é algo que nunca se aprende de fato ao longo da jornada educacional? Você aprende história, matemática, ciência. Mas, a menos que tenham a sorte de ter alguém para ensiná-los, as pessoas nunca aprendem as coisas mais importantes. Você já aprendeu em alguma de suas aulas como estabelecer metas, como realmente seguir em frente, como ser consciente, como lidar com relacionamentos com outras pessoas, como lidar com seu re-

lacionamento consigo mesmo e como mudar o que você não gosta?

Aposto que não.

Imagine se no ensino médio você tivesse uma aula sobre como estabelecer metas, como ser intencional em suas ações e como se comunicar com os diferentes tipos de pessoas em sua vida? Que impacto isso teria?

Veja bem, não basta anotar uma meta. Você precisa entender como defini-las corretamente. Há alguns anos, minha filha mais nova, que na época estava na quinta série, voltou para casa e me mostrou que a professora havia pedido que eles escrevessem seus objetivos para o ano. Seu papel dizia:

*Serei uma aluna melhor.
Não vou esquecer minha lição de casa.
Vou falar menos na aula.*

Olhei para a folha dela e disse para mim mesma: “Nada disso vai acontecer. Não é assim que se faz”.

Olhe para essa lista novamente. Como você quantifica o primeiro item, por exemplo, para saber se ele foi alcançado? O que a tornaria uma “aluna melhor”? Seria uma aluna melhor se ela se concentrasse mais, estudasse mais, prestasse mais atenção na aula, ouvisse mais na aula, participasse mais, tirasse notas melhores, pesquisasse sozinha sobre os temas? Não há uma ideia concreta do que minha filha estava buscando.

Enviei um e-mail para a professora e disse: “Gostaria de vir ensinar as crianças a estabelecer metas”.

“Não precisa”, disse a professora. “As crianças já estabeleceram suas metas para o ano”.

Infelizmente, nem a professora nem as crianças sabiam o que não sabiam. Pensei em todas aquelas crianças naquela sala de aula e em todos aqueles “objetivos” que não seriam alcançados. Isso apenas me mostrou mais uma vez que metas perdidas e aquela frustração dolorosa de se sentir travado ou não conseguir o que você deseja ver acontecendo em sua vida, seja em sua carreira, sua saúde, seus relacionamentos, suas finanças, seus negócios — ou qualquer outra coisa que você deseja para si mesmo — não é algo para aceitar e aprender a conviver. É algo para mudar.