



*Minha Versão*  
O Obstáculo é o  
Caminho



No livro *O Obstáculo é o Caminho*, Ryan Holiday atualiza e nos traz a antiga sabedoria da filosofia Estoicista. Examinando as batalhas de figuras históricas com resiliência inspiradora, Holiday mostra não apenas como os obstáculos não puderam pará-los, mas mais importante do que isto, como estas pessoas venceram justamente por causa dos obstáculos. Holiday nos mostra como transformar obstáculos em vantagens, e como nós podemos tornar aparentes bloqueios em sucessos, tanto nos negócios como em nossas vidas pessoais.

Este livro é para:

Pessoas desenvolvendo negócios em tempos de crise econômica;

Pessoas iniciando negócios e encarando grandes desafios para decolar;

Pessoas que desejam aprender como enfrentar melhor os grandes desafios

Ryan Holiday é estrategista de media e diretor de marketing da grife American Apparel.

## **Como transformar mesmo os mais difíceis obstáculos em vantagens**

Frequentemente as pessoas perdem a fé em suas escolhas porque um obstáculo aparece em seu caminho. Elas acreditam que é necessário mudar totalmente a trajetória ou desistir de vez. Porém as pessoas tem enfrentado obstáculos desde o início dos tempos e alguns dos maiores seres humanos que já viveram aprendera a lidar com a luta diária da vida. Estes indivíduos aprenderam que os obstáculos vão ocorrer em toda busca que nos envolvermos e em qualquer etapa de nossas vidas, seja um chefe desagradável que barra nossas esperanças de promoção ou mesmo um momento ruim na economia que nos impede de conseguir um emprego. Ao invés de evita-los, temos de trombar de frente com eles, usá-los em nossa vantagem e transforma-los em bases para o nosso sucesso.

## **Percepção, ação, e vontade são as chaves para transformar os obstáculos em vantagens**

Quando somos confrontados com um obstáculo, muitos de nós, ficamos com raiva, amedrontados e frustrados. Pensamos que ele irá descarrilar nossos planos e dificultar nosso progresso. Mas os obstáculos podem na verdade se tornar vantagens e ao invés de nos limitar, podem nos levar ao sucesso. Como?

Para transformar um obstáculo em vantagem temos que focar em três aspectos: Primeiro temos que focar nossa **percepção** do obstáculo. Se pudermos ver o obstáculo do ponto de vista correto, poderemos revelar as possibilidades ocultas que podemos usar para nossa vantagem.

Esta foi a chave para o sucesso do magnata do petróleo John D. Rockefeller. Durante a crise financeira de 1857, Rockefeller, com apenas dezoito anos, olhou como foi o comportamento de quem entrou em pânico e observou o que eles haviam feito de errado. Vendo o pânico de outra forma, ele foi capaz de perceber as oportunidades que a crise criou.

E a partir daí criou seu caminho para se tornar o homem mais rico do mundo.

Porém percepção apenas não é suficiente, quando você encara um obstáculo, também precisa dar a resposta com a **ação** correta.

A ação correta nasce da combinação de criatividade e flexibilidade. Por exemplo, no início do século XX, Amelia Eahart, a famosa aviadoras, se deparou com um grande obstáculo - naquele tempo mulheres simplesmente não se tornavam pilotos. Através de um emprego comum para sobreviver enquanto manteve vivo seu sonho sempre buscando maneiras criativas para conquistar seu sonho.

Um dia ela recebeu uma ligação dizendo que alguém iria financiar o primeiro voo transatlântico feminino, mas ela poderia ser apenas uma passageira não remunerada. Apesar disto estar muito distante de seus objetivos, ela aceitou - e este foi o salto inicial para sua grande carreira como aviadora.

Depois de identificarmos a melhor forma de perceber um obstáculo e a melhor maneira de superá-lo, usamos nossa **vontade** para perseverar até que o obstáculo seja ultrapassado.

**“People turn shit into sugar all the time – shit that’s a lot worse than whatever you’re dealing with.”** Pessoas transformam merda em açúcar todo o tempo - merda que é bem pior do que qualquer coisa com a qual você está lidando.

## **Para perceber obstáculos com clareza precisamos aprender a ver objetivamente**

Como você reage quando encontra um obstáculo? Você pensa que o mundo está contra você e que nada acontece do seu jeito? Ao invés disto você deveria pensar em dar um passo atrás, olhar a situação objetivamente e pensar:

“Como eu posso transformar este obstáculo em uma vantagem?” Ao olharmos desta maneira, mesmo os maiores obstáculos podem ser transformados em vantagens. Na década de 1960, um famoso boxeador Rubin "Hurricane" Carter foi injustamente acusado de triplo homicídio e condenado à prisão perpétua. Mesmo encarcerado, ele resolveu não deixar que as circunstâncias os oprimissem, ao contrário tentou enxergar como poderia tirar proveito disto.

Primeiramente ele jurou não viver com a injustiça, mas continuou lutando para corrigi-la no tribunal. A partir de então ele tornou sua limitação de liberdade em vantagem usando seu tempo na prisão para estudar história filosofia e direito. O caso de Carter foi revisto e sua sentença cancelada, e ele foi liberado depois de 19 anos. Carter deixou a prisão como tinha entrado, um homem livre. Mas além disto ele também havia usado o tempo para melhorar sua educação e a si mesmo. Como podemos alcançar esta perspectiva objetiva? Aprendendo a desapegar-se de sua visão pessoal (altamente subjetiva) da situação. Você pode fazê-lo imaginando que você está aconselhando um amigo sobre como transpor um obstáculo. O que você diria a ele? Como você o aconselharia a abordar o obstáculo? Ou você pode seguir os Estoicos, o grupo de filósofos da antiga Grécia. Eles imaginariam como um sábio - uma pessoa de perfeita sabedoria - reagiria ao obstáculo. Desta forma, eles explorariam as fontes ocultas de sabedoria que eles não tinham consciência de possuir.

## **Descontrole emocional obscurece nosso julgamento e percepção**

Nossas primeiras reações ante um obstáculo são usualmente raiva, frustração, ansiedade e confusão. Apesar de natural, esta falência emocional realmente torna mais difícil para nós lidar com obstáculos porque, não apenas nos impede de julgar a situação objetivamente, ela nos faz realmente ver a situação de forma diferente.

Então se queremos transformar estes obstáculos em sucesso temos que aprender a controlar nossas emoções. Como? A chave para controlar nossas emoções é estabilizar nosso nervos.

Um modelo de exemplo de nervos estabilizados foi o General Ulysses S. Grant, da guerra civil americana.

Em uma ocasião ele foi fotografado logo após quase morrer em uma batalha. Como não havia luz suficiente para a imagem, o fotógrafo pediu a seu assistente que abrisse o teto solar do estúdio.

Acidentalmente o assistente quebrou o teto e grandes pedaços de vidro caíram bem perto de onde o general estava.

Se ele tivesse entrado em pânico e pulado de sua cadeira poderia ter se ferido gravemente - mas Grant não vacilou e permaneceu calmamente sentado em sua cadeira enquanto os estilhaços caíam ao seu redor. Através do controle de seus nervos ele evitou que suas emoções o ferissem. Então, como obter controle sobre suas emoções? Preparando-se para o que pode dar errado em qualquer situação. Isto nos permite permanecer calmo independentemente de quanto as circunstâncias externas possam mudar. A NASA percebeu o quanto isto é importante. Um astronauta apavorado, em pânico, é, individualmente o maior fator único que contribui para potencializar erros que podem ameaçar a sobrevivência no espaço. Esta é a razão pela qual a NASA prepara seus astronautas para responder a qualquer obstáculo até que sua reação se torne automática. Isto permite a eles lidar com o stress quando qualquer coisa der errado no plano inicial. As respostas emocionais obscurecem nosso julgamento, impedindo que tornemos obstáculos em vantagens.

## **Uma perspectiva maleável nos permite ver as vantagens ocultas nos obstáculos**

Quando nos deparamos com um obstáculo, frequentemente o vemos de uma única forma: insuperável.

Mas se pudermos mudar nossa perspectiva, então podemos revelar as vantagens que o obstáculo esconde sob sua superfície.

Como?

Aumentando o campo de visão e conseqüentemente ampliando o contexto. Olhar uma situação isoladamente frequentemente faz com que o problema pareça impenetrável; mas se o pusermos em contexto podemos perceber na maioria das vezes que este obstáculo não é importante.

Por exemplo, quando o General Péricles estava se preparando pra uma batalha na Guerra do Peloponeso, ele e seus soldados se viram repentinamente na escuridão de um eclipse solar. Muitos soldados viram isto como mau-presságio e ficaram temerosos com a batalha iminente.

Mas Péricles não se intimidou e usou a situação como vantagem e motivou seus homens. Ele pegou um trapo preto e o colocou na face de um de seus soldados, perguntando a este se ele tinha medo. O soldado respondeu que não. Péricles então perguntou porque eles deveriam permitir que uma outra causa para a escuridão os desencorajasse para a batalha e os torna-se medrosos.

Isso permitiu aos soldados ver o eclipse sob uma nova luz e os encorajou para a luta.

### **Perspectiva também pode ser usada para transformar obstáculos em vantagens.**

George Clooney aprendeu cedo em sua carreira. Assim que chegou a Hollywood ele se esforçou para conseguir um papel. Ele ficou irritado com agentes, diretores e produtores de elenco, culpando a eles por não ter seu talento reconhecido.

Mudando de perspectiva. Clooney entendeu que não eram eles os obstáculos, mas na verdade os produtores de filmes - estes eram quem precisavam desesperadamente encontrar o ator certo -

Então ele decidiu abordar mentalmente as audições como o ator que eles estavam procurando. Clooney acreditou que se ele se apresentasse como a solução para o obstáculo deles, conseguiria o trabalho. E mudando sua perspectiva pessoal, ele foi capaz de transformar o obstáculo inicial em seu primeiro degrau rumo ao sucesso.

**“Great individuals, like great companies, find a way to transform weakness into strength.”**

Grandes indivíduos, assim como grandes companhias, encontram um modo de transformar fraquezas em força

**A ação deve ser persistente e disciplinada para ser efetiva**

Nós vimos a importância da mudança de perspectiva, mas por si só ela não é suficiente. Temos que partir para a ação.

**"#BORA PRA ACTION!"** Gabriel Goffi

No entanto face aos muitos obstáculos que nos separam da vida boa, precisamos mais do que simples ações - temos a necessidade de uma correta disciplina ao agir, e continuar agindo até que o obstáculo tenha sido superado.

Uma pessoa que provou que a disciplina é vitoriosa foi Demóstenes - o maior orador da antiga Atenas. Além de ter sua herança roubada por seus guardiões, Demóstenes era uma pessoa frágil, adoentada e com problemas de dicção. Porém quando confrontado com estes obstáculos ele não desistiu. Em vez disso ele elaborou um plano de ação e se ateu a ele com incansável disciplina. Ele se trancou em seu estúdio e aprendeu direito para que pudesse levar seus guardiões ao tribunal. Para aprimorar sua fala, treinou oratória repetidamente com sua boca cheia de seixos.

Através de sua persistência, Demóstenes se tornou não apenas o mais famosos orador de Atenas, bem como também venceu o julgamento contra seus antigos guardiões.

Assim como Demóstenes, o inventor e empreendedor Thomas Edison sabia que a ação efetiva depende de nossa persistência.

Em 1878, Edison buscou entre 6000 diferentes tipos de material para descobrir o filamento correto (um pedaço de bambu) para a lâmpada incandescente.

Apesar de haver outros inventores tentando descobrir a lâmpada incandescente naquela época, nenhum outro passou por tantos experimentos diferentes para garantir que chegariam lá.

É esta persistência e tenacidade que são internacionalmente reconhecidas como a chave para o grande sucesso de Edison.

## **Focar em cada momento e no processo como um todo nos ajuda a alcançar nossos objetivos**

Imagine que você faz parte de um grande projeto de longo prazo, e mesmo que você aja com persistência, parece que os obstáculos continuam se apresentando. O que você deveria fazer? Ao invés de ficar pensando na meta, você deveria focar em cada momento e no processo global. Por que?

Porque isto nos permite lidar com as tarefas à mão da melhor maneira possível, o que vai aumentar nossas probabilidades de sucesso a longo prazo.

Vejam as duas empresas altamente bem sucedidas que foram fundadas em tempos de incríveis dificuldades financeiras. A Walt Disney Company foi fundada 11 meses antes da quebra da bolsa de 1929, e a companhia de TI, Hewlett-Packard, foi fundada durante a grande depressão de 1935. Ambas as empresas obtiveram sucesso porque não permitiram que os problemas da economia os desviassem da gestão de suas atividades cotidianas. Ao invés de se concentrar na super tarefa de ser bem sucedidos em tempos de crise econômica, eles se mantiveram focados nas tarefas à sua mão, não nos obstáculos que os cercavam. Então passo-a-passo eles se desenvolveram como as famosas empresas que hoje conhecemos.

Uma nova forma de enxergar é ver cada momento como parte de um processo maior que nos direciona para a meta.

Técnicos esportivos profissionais usam este paradigma para transformar o que poderia parecer um esforço impossível de escalar uma montanha nos degraus únicos e regulares necessários para alcançar o topo

Por exemplo, Nick Saban, treinador chefe do time de futebol da Universidade do Alabama, ensinou seus jogadores a seguir os processos. Saban disse aos seus atletas para não focar na meta de vencer o campeonato, mas preferir jogar bem cada partida e em cada jogada dentro dos jogos.

Fracionar o caminho para a vitória desta maneira, permitiu aos jogadores investir sua energia na tarefa à mão sem se preocupar com todos os obstáculos como derrotas ou lesões.

*A ação correta depende de focar no processo como um todo e viver cada momento deste processo.*

## **Identificando suas fraquezas, podemos aprender como virar os obstáculos contra eles mesmos**

Algumas vezes você vai se deparar com obstáculos tão grandes que você pensará que não pode superá-los. Mas frequentemente os maiores obstáculos escondem as maiores fraquezas. A desobediência civil de Ghandi - o movimento de não violência conhecido como satyagraha - e em particular, a Marcha do Sal, são exemplos de como um grande poder pode ser usado contra ele mesmo. Ghandi sabia que não poderia desafiar as regras militares inglesas em um conflito direto, então ele decidiu usar a não violência e atos simbólicos para mostrar o quão injustas eram elas eram. Sua Marcha do Sal levou centenas de milhares de indianos ao oceano para coletar sal em oposição à lei britânica que proibia a coleta de sal não regulamentada. E porque esta era uma iniciativa não violenta, ele contestou a regra britânica se levantar uma arma em combate. A grande força do império era seu monopólio da violência, ele foi capaz de mostrar o quão fraco ele realmente era.

## **Outra maneira de explorar a fraqueza de um obstáculo é usar sua própria força contra ele.**

Alexandre o Grande fez isto quando domou o seu cavalo, o selvagem Bucéfalo.

Até Alexandre amansá-lo, Bucéfalo não permitiu que ninguém o montasse, e lutaria contra qualquer um que o tentasse com uma raiva furiosa. Então Alexandre fez com que Bucéfalo corresse em linha reta até que este estivesse exausto e desistisse de tentar resistir.

Quando finalmente Alexandre o montou, o garanhão permitiu que Alexandre o guiasse e controlasse.

Alexandre usou sua força na corrida (sua resistência) para domar Bucéfalo explorando a fraqueza óbvia do cavalo (sua raiva constante que esgotou sua energia).

*Desta forma ao usarmos suas forças contra ele próprio, mesmo o maior obstáculo pode ser superado.*

## **Nossa vontade nos permite aceitar o que não podemos mudar e mudar aquilo que podemos**

**Percepção** - a habilidade de enxergar uma situação objetivamente - e ação (a habilidade prática de transformar obstáculos em nossa vantagem) não são, por si mesmas, suficientes sempre. O que realmente faz a diferença é o ultimo ingrediente: nossa vontade. A menos que nós acreditemos em nós mesmos e apliquemos este poder interno às nossas ações, seremos incapazes de transformar obstáculos em vantagens. Esta vontade é o que canaliza nossa percepção e ação para reconhecer as mudanças que podemos fazer sem nos preocuparmos com as que não podemos. Esta filosofia foi desenvolvida pelos Estoicos, nas antigas Atenas e Roma, personagens como Epíteto, Sêneca e o Imperador Marco Aurélio. Eles focaram sua vontade perguntando a si mesmos o que estava, e o que não estava sob seu controle. Eles acreditavam que não podemos mudar os fatores externos. Isto inclui eventos da natureza, os atos das pessoas e a inevitabilidade da morte, entre outros.

Eles também acreditavam, entretanto, que nós podemos mudar os fatores internos. Estes incluem nossas emoções, julgamentos, atitudes, respostas e decisões. Armados com seus conhecimentos, nós podemos aplicar nossa vontade para mudar o que estamos aptos a mudar - nossos obstáculos internos - enquanto ainda encarando e aceitando os obstáculos externos que iremos inevitavelmente encontrar. Este princípio é encarnado na reação de Thomas Edison a um terrível evento em sua carreira. No início dos anos 1900, sua pesquisa e campus de produção pegaram fogo. Quando Edison chegou à cena, todo o prédio - incluindo todos os protótipos, plantas e pesquisas - haviam desaparecido nas chamas. Mas Edison não se importou, e viu neste evento a oportunidade de recomeçar. Ele percebeu que nada poderia ser feito quanto ao incêndio, mas que poderia mudar sua perspectiva e encarar um obstáculo "*insuperável*" como um modo de começar de novo - "se livrando de um bocado de lixo" como ele disse - Então ao final do ano Edison transformou um prejuízo de Us\$ 1,000,000 em um lucro de Us\$ 10,000,000.

## **Uma vontade disciplinada nos permite chegar próximo aos nossos limites humanos**

Aprendendo a aceitar o que não podemos mudar e disciplinando nossa vontade para mudar o que podemos, nós podemos masterizar nossos obstáculos - e a nós mesmos. Esta vontade disciplinada nos permite perseverar em face aos mais difíceis obstáculos, como nos mostra um dos textos da literatura ocidental, a Odisseia do antigo poeta Homero. Na Odisseia, vemos Odisseu partindo de Troia após 10 anos de luta. Mal sabia ele que iria gastar outros dez anos enfrentando desafios e tribulações em sua tentativa de ir para casa. Durante sua jornada ele foi feito prisioneiro, encarou tentações, perdeu todos os seus homens, encontrou perigosos redemoinhos e lutou contra um ciclope e um monstro de 6 cabeças. O que o permitiu superar todos os obstáculos enviados pelos deuses? Sua vontade de ir para casa. Outra maneira que nossa vontade pode nos levar aos limites das possibilidades humanas é o poder de ignorar nossa situação pessoal em troca de objetivos maiores.

Isto é perfeitamente ilustrado por James Stockdale, um piloto americano feito prisioneiro durante a guerra do Vietnã.

Prisioneiros de guerra sabem que poderão ser torturados e muito possivelmente mortos. Mas, ao invés de desistir ou simplesmente temer por sua vida, Stockdale decidiu se tornar um líder para si e seus companheiros prisioneiros.

Sabendo que alguns dos torturados poderiam enlouquecer, Stockdale formou um sistema de apoio no campo para assegurar que todos os soldados soubessem que eles estavam juntos naquilo e que ninguém se sentisse envergonhado por ter cedido informações. Usando sua vontade para se concentrar no objetivo maior de sobreviver, Stockdale pode ajudar a si mesmo e aos outros a resistir a anos de prisão e tortura - e sair vivos do outro lado.

***Ao perceber os obstáculos objetivamente, agir contra suas fraquezas e perseverar na sua vontade, você vai transformar os obstáculos que encontrar no fogo que abastece o seu sucesso***