

VIDA RICA

COMO VIVER UMA VIDA
MAIS RICA, NÃO APENAS
COM MAIS DINHEIRO



Vida Rica
Muito além do Dinheiro!
Aline Soaper

O QUE VOCÊ VAI VER POR AQUI

INTRODUÇÃO	4
SOBRE VIVER	5
SOBRE ESCOLHER	7
COISAS PARA FAZER ANTES DE MORRER	8
MUDANÇAS	9
O QUE FAZER	10
A SUA VIDA RICA	13
TER PARA SER	16
O QUE TEM NESSA VIDA RICA	18
RODA DA VIDA RICA	19
SEJA GRATO	21
SUA VIDA RICA COMEÇA AGORA	23
COMO CONSTRUIR ESSA VIDA	25
UM NOVO TRABALHO	26
UMA VIDA RICA PARA TODOS	28



Vida Rica
Muito além do Dinheiro!
Aline Soaper



Esse não é um livro de respostas, é um livro de perguntas!
Porque não são de respostas prontas que você precisa, são
exatamente das perguntas certas!

Então, se você...

Quer viver uma vida mais rica, não apenas com dinheiro...

Quer realizar um trabalho que te preencha a alma e não
apenas o bolso...

Quer ter liberdade para viver hoje com tempo para fazer as
coisas que você gosta...

Quer dar um novo significado às pequenas e grandes riquezas
da sua vida...

SEJA BEM-VINDO!

INTRODUÇÃO

Escrevi esse e-book pensando nas pessoas que como eu sempre amaram trabalhar, se sentem muito bem produzindo e por isso, muitas vezes, trabalham tanto que esquecem de aproveitar as outras coisas boas da vida. Pessoas que como eu, estudam muito, criam negócios, têm ideias excelentes, influenciam a vida de várias pessoas e muitas vezes se encontram sobrecarregadas de ocupações, de responsabilidade, de oportunidades e vão aos poucos se esquecendo de quem são de verdade.

Parece engraçado, mas para escrever esse livro eu tive que escolher não fazer muitas outras coisas, como responder meus clientes no whatsapp, levar minha filha na festinha do colégio, correr na praia, criar um novo grupo de dicas para meus futuros clientes, visitar meus pais, fazer compras, passear no shopping, ir a um evento de desenvolvimento pessoal, vender um novo produto e faturar mais... E eu poderia listar aqui tantas outras coisas que eu precisei dizer não para estar exatamente escrevendo esse livro. E isso não é confortável para mim! Não estou aqui para dizer pra você que é fácil decidir o que fazer. Escolher começar ou não uma nova faculdade, mudar ou não de profissão, abrir ou não um novo negócio... Isso nunca foi fácil e não será fácil! Mas estou aqui para te dizer como eu percebi que não poderia continuar no ritmo que eu estava e como me conhecer profundamente, foi e continua sendo importante para que cada vez mais eu me aproxime da vida rica que eu quero pra mim.

Eu te convido a vir comigo e iniciar sua descoberta.

Aline Soaper

SOBRE VIVER

Vou te contar um pouquinho do que aconteceu comigo. Em 2010, eu estava extremamente feliz, com 1 filho de 5 anos e 1 filha que iria completar 2 anos, casada, tinha uma empresa em crescimento, estávamos fazendo a reforma e ampliando nossa casa no lugar que escolhemos... Eu tinha 30 anos e tudo estava se saindo exatamente do jeito que eu tinha planejado desde a minha adolescência. Lembro-me bem de ter parado no carro e pedido pra Deus que o mundo parasse naquele momento porque eu queria viver isso para sempre.

MINHA VIDA ERA PERFEITA!

Naquele momento eu tinha uma Vida Rica! Não precisava de mais nada!

Exceto por um pequeno detalhe: Eu estava me esquecendo de cuidar das pequenas coisas. Eu tinha dor de cabeça crônica e tomava de 4 a 5 analgésicos por dia. Tinha 30 funcionários e trabalhava em média 12 horas por dia na minha empresa, com meus filhos junto comigo. Eu vivia uma correria e dificilmente tinha tempo para pensar sobre isso. Para manter minha vida perfeita eu tentava agradar todo mundo, meus pais, meus filhos, meu marido, meus funcionários e meus clientes, e isso me deixava feliz, mas me custava minha saúde física e mental.



Até que um dia, depois de ser levada algumas vezes para a emergência por causa de crises terríveis de enxaqueca e stress, eu fui diagnosticada com esclerose múltipla e minha vida virou de cabeça para baixo em 24 horas.

Eu pensei em tudo que eu estava fazendo e o que iria acontecer se eu não pudesse mais andar, falar, comer, escrever, dirigir...

Minha vida perfeita de repente pareceu não tão perfeita assim e a loucura de trabalhar para manter essa vida estava me custando o tempo mais precioso dela.

Bem, essa história é longa e eu passei 40 dias sofrendo e pensando sobre tudo o que poderia acontecer se eu realmente estivesse doente e o que eu faria de diferente se eu tivesse uma nova chance.

"RIQUEZA É AUSÊNCIA DE NECESSIDADE"

Orei muito a Deus e prometi que se eu tivesse a chance de não estar doente, porque a esclerose múltipla ainda não tem cura, eu iriar usar todos os meus dias para fazer a diferença na vida de alguém e iria viver cada dia da minha vida como um presente de poder levantar, andar e fazer as coisas mais simples, mas que poderiam ter sido tiradas de mim.

Graças a Deus, inexplicavelmente, depois de 40 dias de muitos exames, tratamentos, internações e sofrimento, eu recebi a notícia de que o exame não foi conclusivo para esclerose múltipla, mas eu já tinha sofrido várias isquemias que deixaram cicatrizes no meu cérebro e que eu precisava me cuidar!

Ufa! Passei por essa! E agora eu precisava viver cada ano da minha vida como se fosse o último ano dela!

A VIDA É FEITA DE ESCOLHAS

Confesso pra você que depois do que eu passei minha vida nunca mais foi a mesma. As coisas tomaram outras proporções e passei a pensar em tudo o que eu queria fazer antes de morrer, ou antes, que alguma coisa pudesse acontecer que me impedisse de ter autonomia para viver. Não sei pra você, mas pra mim, a ameaça de perder minha autonomia era tão assustadora como a morte, às vezes, até pior.

O QUE FAZER COM ESSA MINHA NOVA OPORTUNIDADE?



Eu comecei a pensar que apesar da minha vida parecer perfeita, pelo menos eu achava que era, várias coisas que eu queria de verdade fazer, eu não fazia, talvez achando que poderia fazer mais tarde ou que era tarde demais para começar a fazer. E percebi que a minha dedicação em agradar os outros era tão grande que eu me esquecia de agradar a mim mesma.

COISAS PARA FAZER ANTES DE MORRER

Comecei a fazer uma lista de coisas que eu queria fazer. Não tive coragem de escrever uma lista de sonhos. Acho que eu pensava que sonhos eram coisas para crianças, eu tinha uma lista de “Coisas para fazer antes de morrer”.

ESCREVER

Primeiro eu me lembrei de que eu sonhava ser escritora. Sempre amei escrever, como fiz faculdade de direito, minhas petições eram maravilhosas, mas não eram petições que eu queria escrever, eu queria escrever livros, ajudar as pessoas através das minhas escritas. Comecei escrever ainda na adolescência, mas todas as minhas escritas ficaram guardadas na gaveta. Porque não voltar a escrever...

APRENDER E ENSINAR

Falar e Impactar a vida de muitas pessoas. Fazer palestras para muitas pessoas! Ainda não tinha percebido, mas de fato eu sempre gostei de ensinar, de falar em público, de me comunicar e ajudar as pessoas a resolver problemas. E eu já tinha tantas experiências para compartilhar! Tanta coisa pra ensinar e outras tantas para aprender!

VIAJAR

Lembrei também que eu queria viajar! Conhecer o mundo! Como eu tinha me esquecido disso? Precisava retomar minha lista de lugares que eu queria conhecer. Mas como viajar com uma vida tão corrida de trabalho? Como viajar se minha empresa me exigia presença física em tempo integral? Percebi que se eu quisesse verdadeiramente viver minha vida plena, eu precisava incluir as viagens, para trabalhar e para passear também!

MUDANÇAS

Não foi rápido, eu demorei 05 anos para mudar meu trabalho, criar meu novo negócio baseado nas coisas que eu amo fazer, mas minha vida começou a mudar desde daquela maravilhosa notícia. Percebi que se eu quisesse de verdade ter outras experiências, eu precisava dar vários passos nessa direção. E são esses passos que eu quero te ajudar a dar para viver a Vida Rica que você deseja viver! Se você também acredita que tem muita coisa ainda para fazer na vida, aproveita os próximos capítulos que eles vão te ajudar!



QUER SABER O QUE VOCÊ DEVE FAZER PARA MUDAR SUA VIDA?



Nós fomos criados escutando nossos pais, professores, televisão e líderes religiosos dizendo o que devemos fazer. Poucas vezes as pessoas que devem nos conduzir nos dão a oportunidade de decidir. E a verdade é que é muito mais fácil quando alguém nos diz o que devemos fazer. Nós só temos 2 opções: Obedecer ou não!

Mas decidir, fazer escolhas é uma coisa que precisamos aprender.

No meu trabalho como coach pessoal, a maioria das pessoas que eu atendo, escolheu a faculdade que ia fazer sem pensar na vida que queria viver. Daí as pessoas acham que devem trabalhar com alguma coisa que dê dinheiro, para ficar rico e poder aproveitar os finais de semana e viajar nas férias.

Isso não deixa de ser verdade, mas trabalhar um longo tempo em algo que não te realize ou que te deixe extremamente estressado, sobrecarregado, tira a energia e muitas vezes faz com que inconscientemente você deixe de aproveitar os finais de semana e esteja cansado demais para programar as férias. Então, sonha com o dia em que não precisará mais trabalhar, mas não tem a menor ideia de como pode deixar de trabalhar se precisa ter dinheiro para se sustentar. E você deve estar perguntando:

ENTÃO, O QUE EU DEVO FAZER?



Não estou aqui para te dar respostas, mas para te fazer as perguntas certas. Então, vamos lá!

❖ Você tem uma lista de coisas que você quer fazer antes de morrer, ou, antes que algo te tire a autonomia?



❖ Você se lembra de quais eram seus sonhos quando você tinha 10 anos de idade?



❖ Você consegue pensar em alguma coisa que te deixe extremamente realizado mesmo que você não esteja recebendo dinheiro para fazer?



Você não tem a obrigação de fazer, mas eu sugiro que você pegue um caderno e anote essas descobertas sobre você. Mesmo que elas não façam o menor sentido e que você não veja nesse momento em como isso pode te ajudar a fazer escolhas que te ajude a viver a Vida Rica que você realmente deseja.

COMO VOCÊ IMAGINA A SUA VIDA RICA?

ESQUEÇA OS ESTEREÓTIPOS SOBRE RIQUEZA

Sabe aquele vídeo que você assistiu no youtube, de um cara em um camarote cheio de mulher, com bebidas caras que saem fogo? Pois é, bem provável que essa não seja a vida rica que você deseja.

Talvez venha na sua mente a imagem dos filmes, de uma praia em Miami, com aquele cenário paradisíaco, com um monte de gente rica e você no restaurante com várias pessoas te servindo... Bem, talvez não seja exatamente isso...

Eu já tomei café da manhã em um restaurante de frente para praia em Miami Beach, e foi maravilhoso! Mas definitivamente, isso não mudou nada na minha vida!

Algumas pessoas acumulam tanto dinheiro, mas são acometidos de uma doença incurável e mesmo com acesso às melhores tecnologias do mundo, não podem pagar para ficar saudável novamente.

É POR QUE FICAMOS TÃO PRESOS A
PENSAR QUE O QUE NOS FALTA PARA
TER UMA VIDA RICA É MAIS
DINHEIRO?



Responda e anote no seu caderno as respostas para as seguintes questões:



❖ O QUE TE DEIXA EXTREMAMENTE FELIZ?

❖ O QUE VOCÊ NÃO TROCA POR DINHEIRO ALGUM NO MUNDO?

❖ QUAIS FORAM OS 5 MELHORES MOMENTOS DA SUA VIDA?

❖ O QUE VOCÊ FARIA DA SUA VIDA SE VOCÊ NÃO PRECISASSE DE DINHEIRO?

Depois de responder a essas perguntas, olhe novamente para suas respostas e agora escreva como é a Vida Rica que você deseja viver.

Você pode olhar para essa lista e pensar nos motivos que te levam a não ter essa vida, ou pode olhar para ela e ver que você já tem uma vida rica e não está valorizando essa vida! Como se estivesse correndo infinitamente em busca de alguma coisa que não é tão importante para você.

Algumas pessoas já tiveram clareza do que queriam construir, mas ao longo do caminho, se perderam. Deram ouvidos ao que as pessoas diziam que devia ser feito, às críticas, às palavras de que não era possível, de que era perda de tempo... Se você é uma dessas pessoas, o que te impede de retomar a construção dos seus sonhos?

❖ O QUE VOCÊ ABANDONOU PELO CAMINHO?

❖ EM QUE MOMENTO VOCÊ PERCEBEU QUE SE PERDEU?

❖ O QUE CAUSOU ESSA DISTÂNCIA DOS SEUS VERDADEIROS SONHOS?



NÃO QUEIRA TER PARA SER!

Se a sua vida rica depender do seu poder de conquistas e de acumulo de bens materiais, você estará se tornando escravo do dinheiro e desses bens. Você pode conquistar coisas incríveis! E eu acredito muito no poder que temos de conquistar, mas você não pode basear sua felicidade e motivação pessoal nisso. Simplesmente porque a capacidade de conquistar dinheiro e bens é infinita e você estará sempre com a sensação de falta e não de abundância!

SE VOCÊ ACREDITAR QUE É MEDIDO PELA QUANTIDADE DE
DINHEIRO QUE VOCÊ TEM, VOCÊ NUNCA SE SENTIRÁ PLENO!

Porque o dinheiro nunca será o suficiente diante do seu valor!
Quanto vale a sua vida? Dez milhões? Cem milhões?



Dinheiro é uma parte fundamental da nossa vida. Ele não é em si mesmo bom ou ruim, ele assume a forma que você dá a ele. Exatamente por isso, você precisa entender qual é o papel dele na sua vida.

Te proporcionar experiências? De te dar segurança? Mais conforto? Status? Controle?

Enquanto você não conhecer quais são suas verdadeiras intenções, você viverá correndo atrás de mais dinheiro, e ele correndo de você. Seja porque não entra na sua vida ou porque ele entra e sai sem cumprir o papel que ele precisa cumprir.

NÃO ESPERE TER MAIS DINHEIRO PARA SER MAIS FELIZ. SEJA MAIS FELIZ E TENHA MAIS DINHEIRO.

- Não espere ter mais dinheiro para trabalhar com o que você ama! Comece trabalhando com o que você ama, mesmo que isso não te dê dinheiro, e depois você vai receber por isso!
- Não espere ter mais dinheiro para ter tempo de qualidade com seus filhos! Dedique tempo de qualidade para seus filhos e você será mais produtivo e consequentemente terá mais dinheiro!
- Não espere ter mais dinheiro para criar o negócio dos seus sonhos! Comece pequeno, na medida do que você tem, e você vai ver o sonho crescer, na mesma medida que cresce seu negócio e seus recursos financeiros!
- Não espere ter o dinheiro da sua aposentadoria para viver as experiências que você deseja! Viva cada dia as pequenas experiências que você pode e se planeje para viver as grandes experiências no tempo mais próximo que você puder.

O QUE TEM NESSA VIDA RICA?

Você já deve ter percebido que eu não falo de uma vida rica apenas em dinheiro! Realmente porque eu não acredito nisso. Lembro-me de uma frase que diz:

“CONHECI UM HOMEM TÃO POBRE, TÃO POBRE, QUE SÓ TINHA DINHEIRO.”

O que é importante para você, pode não ser importante para mim e vice-versa. Mas o fato é que todos nós temos um sistema e esse sistema precisa estar alinhado para que nossa vida seja verdadeiramente rica.

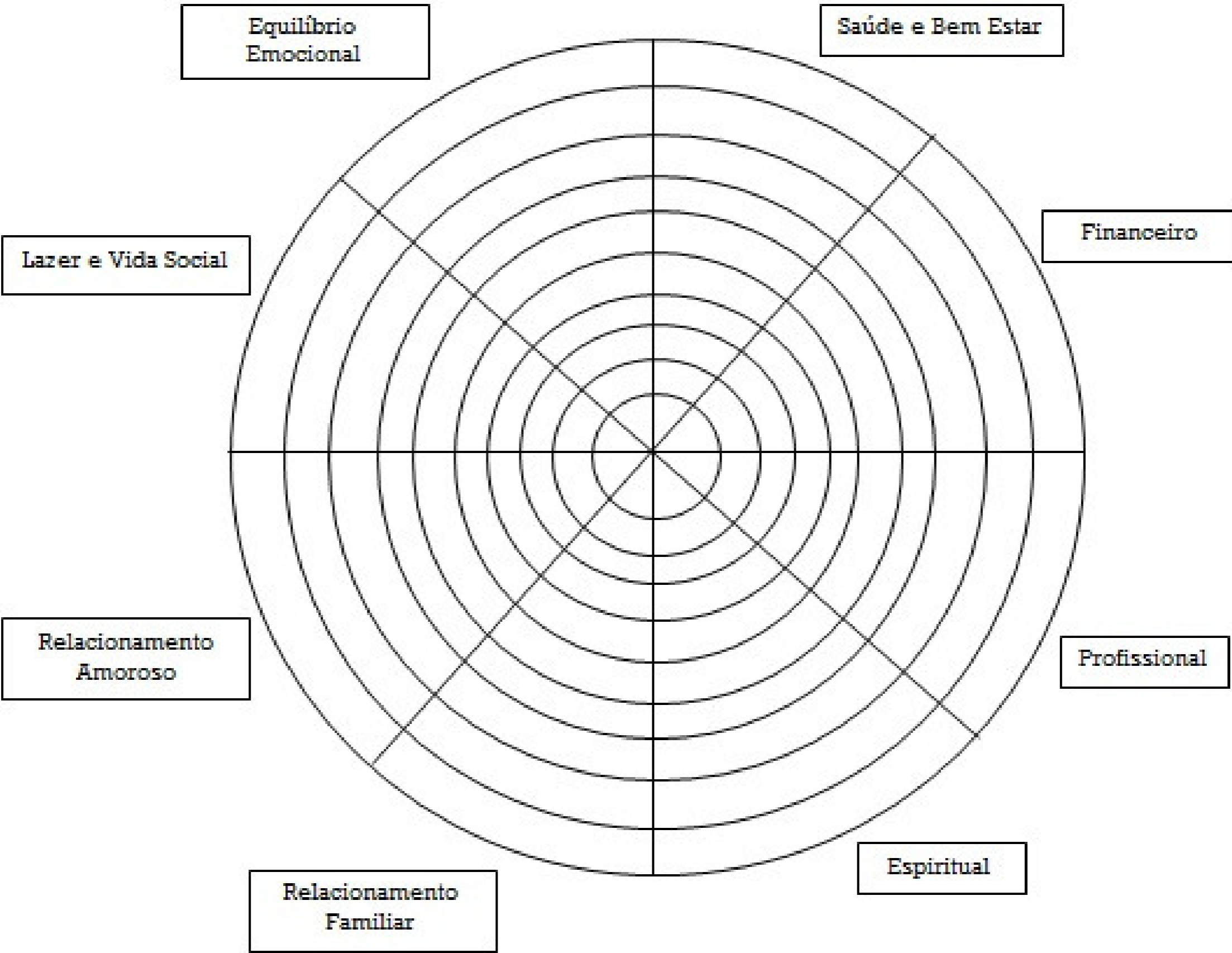
Para te ajudar nessa auto avaliação vou te apresentar um exercício que usamos nos processos e treinamentos de coaching. É chamada de Roda da Vida, eu vou dar um nome especial para essa: **Roda da Vida Rica!**

Cada parte representa uma parte do seu sistema. Pense na sua vida como um todo que é composta por várias áreas específicas. Cada vez que você tem uma parte dessa prejudicada, todas as outras sofrem para suprir a falta dela, e muitas vezes as outras áreas também começam a sofrer com a perda.



RODA DA VIDA RICA

Agora que você já sabe o que significa, você vai preencher a sua roda da vida rica! Você começa a preencher do centro para fora e cada linha representa o seu nível de satisfação em relação a ela, quanto mais satisfeito, mais se aproxima das bordas, até transbordar... Como pode ser a sua vida rica!



QUANDO RECONHEÇO QUEM SOU, POSSO ESCOLHER MUDAR!

Olhando para sua Roda da Vida Rica:

❖ Quais são as áreas que você precisa dar mais atenção para que sua vida seja mais rica?

❖ Quais são as áreas que se você der mais atenção hoje, pode alavancar as demais áreas da sua vida?

❖ Você se sente grato pelas áreas da sua vida que você já está mais perto da vida rica que você deseja viver?

Não olhe para sua roda achando que está tudo ruim, olhe para descobrir os pontos de melhoria e como você pode mudar seus hábitos e atitudes para viver uma vida melhor.



PARA TER UMA VIDA RICA, SEJA GRATO!

Gratidão é um sentimento que te aproxima de tudo o que você deseja verdadeiramente viver. Pessoas gratas não vivem se lamentando pelo que ainda não conquistaram, elas sabem usufruir o que já tem. A gratidão verdadeira ajuda as pessoas a ser mais positivas, aproveitar os bons momentos da vida e a lidar melhor com os problemas. Melhora a saúde e os relacionamentos e ajuda a construir uma vida mais feliz! Desenvolva o sentimento de gratidão e você se tornará uma pessoa cada vez mais grata pelas coisas e pessoas ao seu redor.

Uma das maneiras de você desenvolver a gratidão, não é dizendo apenas “obrigado”, mas pensar profundamente todos os dias a respeito das coisas que você recebeu durante seu dia, sua semana, sua vida. Assim, cada vez que você dedicar tempo para pensar nisso, vai estar se sentindo mais grato por todas essas coisas.

Seja grato a Deus pela vida! É um grande presente poder viver e você deve ser grato por isso!

QUANDO DEIXEI DE OLHAR TÃO ANSIOSAMENTE PARA O QUE ME FALTAVA E PASSEI A OLHAR COM GENTILEZA PARA O QUE EU TENHO, DESCOBRI QUE, NA VERDADE, HÁ MUITO MAIS A AGRADECER DO QUE A PEDIR.



EXPRESSE GRATIDÃO PELO QUE VOCÊ JÁ TEM E PELO QUE AINDA VAI RECEBER!

❖ Você se sente
verdadeiramente grato
pelas suas conquistas?



❖ Você consegue
perceber as bênçãos
recebidas mesmo em
situações difíceis?



❖ Você consegue se
lembrar de 3 coisas
que aconteceram na
última semana pelos
quais você é grato?



Que tal você começar a praticar a gratidão todos os dias?
Pensando e meditando sobre ela, falando para outras pessoas
sobre a sua gratidão, estando atento aos pequenos detalhes que
fazem sua vida mais rica todos os dias.

A SUA VIDA RICA COMEÇA AGORA!

Eu precisei passar por uma experiência muito dura de diagnóstico de doença. Algumas pessoas precisaram passar por grandes acidentes, grandes perdas ou impacto emocionais. E todas essas pessoas que puderam refletir sobre a vida que estavam vivendo, mudaram a forma como vivem sua vida.

EXPERIÊNCIA DE QUASE MORTE

Eu assisti um vídeo do TED, em que Ric Elias conta sua experiência quando o avião que ele estava precisou fazer um pouso forçado no Rio Hudson, em Nova Iorque, em Janeiro de 2009. Ele conta que enquanto o avião caía, depois do motor já desligado e o piloto ter avisado que sofreriam um impacto no Rio, ele só conseguiu pensar em 3 coisas:

- “Em todas as pessoas que eu queria ter abraçado e não abracei, todas as cercas que não consertei, todas as experiências que queria ter e nunca tive. (...) Nunca mais colecionei vinhos bons, porque se o vinho está ali e as pessoas também, eu vou aproveitar para viver esse momento.”
- “A segunda coisa que pensei enquanto o avião caía, era que tinha um arrependimento, porque vivi uma boa vida, sempre procurei ser melhor, mas em minha condição humana, perdi bons momentos com coisas sem importância com pessoas importantes para mim, e pensei sobre meu relacionamento com minha mulher, meus amigos, meus familiares, e depois que refleti sobre isso, decidi eliminar a energia negativa da minha vida, não está perfeito, mas está bem melhor (...)”
- “E a terceira coisa, (...) eu só desejo uma coisa, ver meus filhos crescerem (...) e percebi, juntando os pontos que a única coisa importante na minha vida, é ser um grande pai, acima de tudo, o grande objetivo que tenho na vida é ser um bom pai.”

Ele não pensou que deveria ter comprado uma Ferrari modelo XYZ, não pensou que deveria ter comprado mais sapatos ou bolsas, nem que devia ter mais ações na bolsa de valores, embora essas coisas até pudessem ser importantes para os familiares, caso ele morresse. Mas isso não é o mais importante. Por mais que você se esforce para criar um negócio de milhões, ter uma reserva financeira muito significativa, não são essas as coisas mais importantes da sua vida. Se você fechar os olhos e pensar que precisa se despedir dos seus familiares, você vai pensar nas experiências que não viveu e se lembrar das experiências boas que viveu.

É bem provável que você nunca tenha passado por um momento tão desafiador e transformador como esse. Mas pare por um instante e pense que se você tivesse a oportunidade de se pensar sobre isso hoje:

❖ O QUE VOCÊ MUDARIA?

❖ O QUE VOCÊ FARIA QUE AINDA NÃO FEZ?

❖ COMO MUDARIA OS SEUS RELACIONAMENTOS E A FORMA COM QUE ENCARA AS SITUAÇÕES RUINS DO DIA A DIA?

❖ EM QUE VOCÊ SERIA MELHOR?

❖ COMO VOCÊ É A SUA VIDA RICA?

COMO CONSTRUIR UMA VIDA RICA

Costumo dizer que eu construo minha vida rica todos os dias! Sem arrependimentos! Minha vida não é perfeita, mas é feita de escolhas que faço conscientemente todos os dias e quando eu me desvio do meu propósito, eu retomo o caminho!

Não é fácil, mas é possível e eu posso dizer que Deus me ajuda a tornar isso possível todos os dias.

Eu comecei a cuidar da minha saúde, iniciei o tratamento para a enxaqueca crônica, comecei a fazer atividade física. Me aproximei da natureza e comecei a dar valor para as pequenas coisas, como o barulho e a beleza do mar...

Antes de mudar de trabalho, eu dei o primeiro passo para realizar um dos meus sonhos: viajar com meus filhos para a Disney.

Lembra que eu não tinha tempo para deixar a empresa, pois esse foi meu primeiro passo, 15 dias fora. Precisei me planejar financeiramente e com os negócios para ficar longe da empresa.

Claro que o telefone continuou ligado, as preocupações embarcaram comigo, mas eu dei o primeiro passo. Como te contei, 03 anos depois eu consegui viajar com o telefone desligado! Cada pequena vitória deve ser comemorada e esse capítulo é um dos meus favoritos.



UM NOVO TRABALHO, VIVENDO MINHA MISSÃO

Depois eu comecei a procurar um trabalho que me permitisse ajudar outras pessoas a se reconectar com seus verdadeiros sonhos e caminhar na direção deles.

Comecei a escrever! Meu primeiro livro foi lançado em fevereiro de 2016.

Depois vieram os livros digitais, o blog, as redes sociais... E minha paixão por escrever continua a crescer. Ainda tenho muitos planos para que esse sonho cresça e tome formas cada vez maiores.

Comecei a atender pessoas, profissionais liberais, empresários e empreendedores, que como eu querem encontrar mais equilíbrio para viver uma vida de mais qualidade e não apenas com mais dinheiro. Os grupos, as palestras, as aulas e os treinamentos... Cada vez que eu ajudo uma pessoa a se aproximar da sua vida em equilíbrio, eu me aproximo mais da vida que eu quero de verdade viver todos os dias!

E POR QUE AS PESSOAS PRECISAM DE AJUDA PARA ENCONTRAR ESSE EQUILÍBRIO SE ELE ESTÁ JUSTAMENTE DENTRO DELAS?

Porque quando estamos envoltos em tantos problemas, tantas preocupações, tantos afazeres... Ocupamo-nos cada vez mais e não conseguimos perceber onde estamos nos perdendo. É como se você quisesse ler o rótulo da garrafa, estando dentro dela... Por isso, o papel de um coach, um mentor, um treinador é tão importante para a vida de todas as pessoas. Eu tenho minha coach, meus mentores, meus treinadores e cada vez que me vejo enrolada com minhas preocupações e me sobrecarregando de trabalho, eu recorro a essas pessoas que como eu, tem a missão de conduzir outras pessoas a ser cada vez melhor.



Bem, essa foi uma parte da minha história, que eu te contei para te inspirar a lembrar da sua também e a ligar os pontos para viver essa vida rica, muito além do dinheiro.

Agora, espero que você esteja motivado a fazer sua parte e programar a construção dessa vida rica. Se você percebeu que já está na direção certa, parabéns! Não desista! Continue caminhando e acerte a rota quando perceber que está se desviando dela!

Se você percebeu que não está na direção certa, pare! Se permita pensar mais a respeito disso. Conte com ajuda de alguém! Programe sua mente para uma vida rica em todos os aspectos dela.

Se alimente de coisas boas! Tanto no físico quanto no mental, emocional e espiritual!

Faça afirmações positivas! Declare a sua gratidão!

Evite pessoas tóxicas! Que não querem o seu bem ou que sempre tentam destruir seus sonhos. Pessoas que só reclamam e criticam demais.

Se você quer contar seus planos para alguém, conte para quem acredita! Você sabe quais são as pessoas tóxicas para você!

Faça um quadro com a Vida Rica que você deseja viver! Coloque nele cada área da sua vida, como vimos lá na roda da Vida Rica. Use fotos, imagens de revistas, frases, escreva o que você quer pra sua vida! E coloque em um lugar onde você possa ver todos os dias e caminhe na direção de conquistar essa vida.

VOCÊ CRIARÁ ESSA REALIDADE DE UMA VIDA RICA PARA VOCÊ!

DESEJE UMA VIDA RICA PARA OS OUTROS TAMBÉM!

Eu já te falei que meu trabalho é ajudar pessoas a viver uma vida mais rica, muito além do dinheiro.

Uma Vida Rica...

...de amor;

...de tempo de qualidade;

...de família;

...de gratidão;

...de proximidade com Deus;

...de um trabalho feito com amor;

...de compaixão pelo próximo;

...de saúde física, mental, emocional e espiritual;

...de coisas que te fazem mais feliz,

...de experiências incríveis e inesquecíveis,

...de dinheiro para comprar essas coisas e viver essas experiências;

E de todas as outras que virão como bônus por você construir essa vida!



Eu sou Aline Soaper, e ajudo as pessoas a identificar e planejar novas ideias, tirar os sonhos do papel e explorar novas oportunidades para empreender suas vidas e seus negócios. Sou empreendedora desde os 17 anos de idade, com 20 anos de empreendedorismo, já experimentei vários modelos de negócios que me permitiram chegar até aqui. Hoje tenho uma empresa de treinamentos profissional e atuo como coach e mentora de pessoas que desejam ter mais resultado com equilíbrio. Conheça um pouco mais da minha história e descubra como, juntos, podemos explorar novos caminhos e trazer um novo olhar para a sua vida pessoal, profissional e financeira!

Ficarei muito feliz se você me mandar seu depoimento sobre como esse livro te ajudou ou te inspirou de alguma forma, Compartilhe seus aprendizados nas redes sociais com a hashtag #vidarica, você pode também mencionar o livro no seu facebook com o link para www.vidarica.blog.br



Vida Rica

Muito além do Dinheiro!

Aline Soaper



Quer me ajudar a continuar esse trabalho?

Compartilhe essa mensagem com o maior número de pessoas que você puder. Se você recebeu esse e-book através de algum amigo, quero te convidar a conhecer meu trabalho e se inscrever na minha lista no meu blog www.vidarica.blog.br. Assim, você vai sempre saber das novidades, dos eventos e oportunidades que eu compartilho com meus leitores. No meu blog eu escrevo sobre transformação pessoal e escolhas para viver uma vida com mais propósito e equilíbrio. Nas redes sociais você também me encontra e pode me seguir @alinesoaper_coach.

Se esse livro te ajudou ou inspirou de alguma forma, compartilhe! Eu optei por distribuir esse conteúdo gratuitamente porque eu acredito que as pessoas podem escolher e decidir viver uma vida com mais significado e realização.

www.vidarica.blog.br

alinesoaper@vidarica.blog.br



Vida Rica

Muito além do Dinheiro!

Aline Soaper