

JOE VITALE

O Manual *Perdido* de Instruções para a Vida



O Guia
que Deveria
Ter Recebido
Quando Nasceu

PUBLICAÇÕES
EUROPA-AMÉRICA

...Para a...
VALORIZAÇÃO
...Pessoal...

ÍNDICE



PREFÁCIO de Gay Hendricks, Ph.D.	13
AGRADECIMENTOS	17
INTRODUÇÃO: COMO USAR ESTE MANUAL	
Introdução	21
VOCÊ: PARABÉNS PELA SUA VIDA	
O Seu Momento de Poder É Agora	25
“Quem me Dera Ter Aprendido ...” – Jim Edwards	27
Você Pode Ser Feliz Agora	28
A Vida Não Tem de Ser Necessariamente Difícil	28
Vocês Está Por Trás do Seu Olhar	29
Os Seus Sentimentos São Pensamentos Ocultos	30
Tudo É Energia Dirigida Pelos Seus Pensamentos	30
Não Pode Impedir os Seus Pensamentos Mas Também Não Tem de os Seguir	31
Tudo É Uma Projecção do Seu Interior	32
A Sua Natureza É o Seu Comportamento Actual	33
Saber o Que Quer	33
Recebe Mais Daquilo em Que Concentra a Sua Atenção	34
Tudo o Que Disse Depois de “Eu sou” Determina Quem Se Torna	34
O Que Ama ou o Que Odeia Será Atraído Para Si	35
O Seu Corpo Não Requer Montagem	35

Um Belo Cabelo, Um Belo Dia	36
A Sua Memória Nunca Será Exacta	36
Amor	37
Sexo	37
Alimento	38
Exercício	38
Três Lições de Vida Que Gostaria de Ter Aprendido Mais cedo – Dr. Paul Hartunian	39

CAPACIDADES INTERIORES:

COMPREENDER O SEU POTENCIAL DEVIDA

Tudo É Possível	43
Criar o Seu Futuro Com Uma Caneta	43
É Fácil Atingir os Seus Objectivos	44
A Sua Mente Funciona Segundo a Concepção Que Tem de Si Própria	44
Como Sentir-se Melhor Num Minuto	45
Um Sorriso É Universalmente Compreendido	46
Exercício: Rir Como Uma Criança Com o Leite a Sair Pelo Nariz	46
A Sua Linguagem Pode Criar Factores de Atracção	47
Por Trás de Cada Comportamento Há Uma Convicção	47
Reivindique a Sua Auto-Estima. Transforme as Suas Reflexões Negativas em Reflexões Positivas – Dr. Joe Rubino	48
Três Segredos Para Gerir o Seu Tempo	54
As Sestas São Boas	55
Liberte-se dos Seus Medos – Cindy Cashman	56
Como Remover o Obstáculo Desconhecido Que o Impede de Obter o Que Realmente Quer – Craig Perrine	61
Com Quem Convive é Quem Você Será - Kevin Hogan	65
“Experimente Tudo, Tudo, Tudo!” – Alan R. Bechtold	68
O Que Gostaria de Ter Sabido Quando Era Mais Novo – Bob Scheinfeld	72
Os Grandes Filósofos Estavam Apenas a Transmitir-lhe as Suas Opiniões	74

LIGAÇÕES EXTERIORES: O INTERESSE PELAS OUTRAS PESSOAS

QUE FAZEM PARTE DA NOSSA VIDA

A Lição Mais Valiosa Que Poderá Aprender – Chip Tarver	77
As suas Relações Fazem-no Crescer	78
Os Seus Pais Fizeram o Melhor Que Puderam	79
Os Seus Filhos Serão Aquilo Que Forem	79
Pode Conseguir Tudo Com Apoio	80
Ouvir – John Milton Fogg	81
O Que Faz Influencia as Pessoas em Cadeia	83
Gostamos de Pessoas Simpáticas	83
As Pessoas Gostam de Se Sentir Amadas	84
Ter Um Modelo Pode Revelar o Melhor Que Há em Si	84
Como Acabar Uma Discussão	85
Como Lidar Com Um Inimigo	85
O Homem Que se Propunha Dar-me Uma Tarefa	85
Todas as Pessoas Passam Por Alguma Dificuldade	87
Não Ter Êxito na Vida – Bill Harris	88

RESOLVER PROBLEMAS: CUIDAR DE NÓS PRÓPRIOS

O Universo Diz Sempre Que Sim	93
Assim Que Aprender a Lição Já Não Precisa da Experiência	93
Dê o Que Quer Receber	94
Obtenha os Resultados Que Era Pressuposto Obter	94
A Dificuldade Presente Também Passará	95
Não Ter Medo	95
O Que Receia Pode Conter o Que Procura	96
Esteja Disposto a Adiar o Prazer Para Conseguir Resultados Espantosos	96
A Lição Que Elimina Muitas Dificuldades da Vida – Ann Taylor	97
Os Milagres Estão Sempre a Acontecer – Sem Excepções	102
A Confusão é o Estado Maravilhoso Que Antecede a Claridade	103
Quanto Maior For a Confusão à Sua Volta, Mais Confusão Existe Dentro de Si ...	103
A Janela da Noite É a Sua Oportunidade Para Formular os Seus Pedidos	104
Acolha Bem os Espíritos	104

Não Tente Atingir a Perfeição	107
Naturalmente Perfeitos – John Burton	108
O Que Sente Tem Verdadeira Importância – Mandy Evans	109
O Perdão – Jeremy Likness	113
A Lógica Não Existe	114
Como Tomar Uma Decisão	116
Queremos Ter Sempre Razão e Raramente a Temos	116
Nem Tudo o Que Ouve Dizer É Verdadeiro.	117
Formular Um Juízo Não é Mau – Bruce M. Burns	117
As Ofensas Magoam	118
Profetizar o Fim do Mundo Fá-lo-á Parecer Inconveniente	118
Sempre É Agora	118
Para que Serve o Tempo?	119

DESEMPENHO ÓTIMO: OBTER O MELHOR DA VIDA

Sabedoria Índia	123
Não Tenha Medo de Pedir Ajuda	123
Para Mudar, é Impossível Voltar Atrás	124
O Que Fazer Quando Tem Medo – Dr. Larina Kase	124
O Meu Medo Hereditário da Ruína Financeira – Dr. Robert Anthony	126
Está Desempenhar o Papel de Vítima? – Nerissa Oden	131
Como Conseguir Um Emprego	132
Compre Um Animal de Estimação	133
A Doença é Uma Chamada de Atenção do Seu Corpo	134
Pague os Seus Impostos	134
A Pergunta Favorita da Sua Mente Pode Deixá-lo Perturbado	135

ESPECIFICAÇÕES:

O QUE PRECISA DE SABER SOBRE OS OUTROS

As Pessoas Idolatram o Passado, Queixam-se do Presente e Receiam o Futuro ...	139
As Pessoas Nunca Questionam as Suas Convicções, Portanto Não Tente Mudá-las	139
As Pessoas Terão Tendência Para Dizer Sim Se as Motivar Para Dizer Sim	140
As Pessoas Agem Apenas Pelas Boas Sensações Que Experimentam	140

As Pessoas Pagam Qualquer Preço Para Que os Seus Estados de Espírito Mudem	141
As Pessoas Querem Ser Felizes – Ponto Final	141
As Pessoas São Sensíveis à Lisonja	142
As Pessoas Nunca Discutirão Consigo Se Não as Defraudar	142
As Pessoas Agem Sempre Por Razões Positivas, Mesmo Que o Comportamento Seja Negativo	143
As Pessoas Corresponder-lhe-ão Se Esquecer o Seu Ego e Considerar o Delas	143
As Pessoas Querem Merecer Consideração	144
Universalmente, as Pessoas Sentem-se Desfavorecidas	144
As Pessoas Coleccionam Alguma Coisa, Quer Seja Livros, Dedais ou Receitas, Embora Possam Negá-lo	145
As Pessoas Manterão Um Mau Hábito Até Que Ele as Prejudique	145
As Pessoas Farão Tudo o Que Quisermos Desde Que Não Tenham Nenhum Preconceito Contra o Nosso pedido. Eliminemos a Objecção e Elas Concor- darão	146
As Pessoas Sentem Que Outros Têm o Controlo e Desesperadamente Tentam Encontrar Maneiras de Recuperar o Poder	146
As Pessoas Acatarão Ordens Que as Façam Sentir Superiores	147
As Pessoas São Profundamente Afectadas Pelo Que os Outros Pensam	147
As Pessoas Agem Apenas Por Razões de Interesse Próprio, Independentemente do Que Elas Dizem ou do Que Nós Pensamos	148
As Pessoas Reagem Inconscientemente às Nossas Intenções Inconscientes	148
As Pessoas Nunca Mudarão as Suas Emoções Humanas Nem os Seus Desejos Básicos – Apenas o Seu Vestuário e as Suas Ferramentas Mudarão	149

UTILIZAÇÃO ADEQUADA: DEFINIR O OBJECTIVO DA NOSSA VIDA

Pode Ter Tudo o Que Quiser Desde Que Não Precise Disso	153
De Muito Pobre a Muito Famoso - Mark Joyner	153
Louca Sabedoria – Blair Warren	155
Envelhecer Pode Ser Uma Opção	156
O Dinheiro É Energia	157
A Publicidade Não É Perversa	157
O Fracasso Não É a Morte	160

Como Lidar Com a Morte	160
A Única Coisa Com Que Pode Contar	161
O Segredo do Curandeiro – Como Pode Este Segredo Transformar as Nossas Relações? – William Wittmann, M.Ed., LMP	165
Três Segredos – Marc Gitterle, M.D.	169

A MONTAGEM É NECESSÁRIA: CRIAR O NOSSO FUTURO

Quase Todos os Primeiros Passos São Desajeitados	175
Não Recuar – Bill Hibbler	175
Uma Nova Maneira de Facilmente Atingir os Nossos Objectivos	178
Fazer Girar A Roleta Para a Auto-Realização – Dr. Rick Barrett	182
As 10 Ideias Mais Destrutivas Sobre Dinheiro (e Como Ultrapassá-las) – Dan Klatt	187
A Nossa Mente É Um Instrumento Para Criar Pobreza ou Prosperidade – Randy Gage	190
Quando Coisas Más Acontecem a Pessoas Boas	191
Tudo o Que Fizermos Será Um Sucesso	192
A Vida É Curta – Jillian Coleman	193
O Manual do Utilizador Que Gostaria de Ter Recebido Quando Nasci – Pat O'Bryan	195
<i>Aude aliquid dignum</i>	199