

# A Coragem é Contagiosa

***Coragem é resistência ao medo,  
domínio do medo, e não ausência do  
medo. Mark Twain. Por Claudio Vicente***

---

❖ Claudio Vicente é Bacharel em Direito pela Universidade Anhembi Morumbi, Consultor e Instrutor de Recursos Humanos da UP-RTC Consultoria.

O primeiro passo para se tornar extraordinário é apenas deixar de ser ordinário.

Você pode escolher sua atitude. E sua atitude muda sua vida e as vidas daqueles que o cercam. Resumindo: sua atitude é a sua vida.

Raramente uma má atitude resolve um problema. Tipicamente, quando algo acontece de errado ou parece desagradável, ficamos mau-humorados e gritamos com as pessoas erradas. Pode ser que resolvamos o problema, mas o mau humor é um excesso desnecessário. Se tivesse resolvido o problema sem uma atitude negativa todo mundo ia sair ganhando.



É curioso, como atualmente, parece raro encontrarmos pessoas voltadas a terem apenas atitudes positivas, tanto em sua vida profissional como pessoal. Em determinados momentos, parece até que torcemos para que o nosso instinto animal esteja correto e que é certo apenas esperar o pior das pessoas. Precisamos de coragem para mudar as coisas.

Por exemplo, é preciso ter coragem para se importar. Você precisa de importar, e fazer questão de trabalhar com pessoas que se importem.

Importar-se custa muito. Importar-se aparece em seu tom de voz, em suas interações e em suas políticas. Importar-se é a diferença entre um formulário simples e fácil, e um questionário de regras de três páginas. Importar-se é a diferença entre tratar cada estranho como um cliente em potencial em vez de um ladrão em potencial. Importar-se é fazer questão de dizer as coisas pessoalmente, olhando nos olhos das pessoas ao invés de mandar recados por meio de terceiros. Para poder realmente se importar é preciso praticar a sua empatia, a sua capacidade de se colocar no lugar de outra pessoa.

Estudos sugerem que o sistema límbico, uma das partes mais antigas do nosso cérebro, e suas conexões com o córtex pré-frontal estariam envolvidas na empatia. Dessa forma, uma empatia primitiva estaria presente desde cedo na evolução humana, e com a aquisição de novas estruturas cerebrais e circuitos neurais adicionou-se a essa empatia uma forma de cognição, de tal forma que pôde ser vivida em conjunto com uma consciência social mais desenvolvida.

Uma consciência social mais desenvolvida, aparentemente isso soa bastante irônico nos dias de hoje. Quer um exercício para desenvolver a sua empatia? Por que não procura passar todo um dia trabalhando junto com os funcionários da linha de frente do seu negócio? As melhores idéias vêm, em geral, de pessoas que têm as unhas mais sujas. São essas pessoas que realmente conhecem o seu ramo de negócio. Alguém de RH, do Jurídico ou do Financeiro vai ganhar uma visão incrível da influência que o seu trabalho possui nestas pessoas. A Toyota costuma economizar milhões de dólares por ano dando a cada operário da linha de montagem um lápis e pedindo-lhes que escrevam idéias para melhorar o produto ou o processo de produção.

Passe um dia com estas pessoas e você ouvirá algumas idéias muito úteis em um período muito curto. Tenha coragem. Coragem de admitir que você tem medo. Afinal, do que você realmente tem medo? De levar uma bronca do chefe? De ser demitido? De não ser promovido? De não parecer "adequado"? De fazer a coisa errada? Não saber a resposta certa?

Tenho algo para te dizer: se a sua estratégia é se encolher, fazer seu trabalho, seguir instruções e torcer para que ninguém repare em você, (a) ninguém vai reparar em você mesmo, e (b) você está de fato aumentando as probabilidades de algo ruim acontecer. Você não pode agir de forma medíocre para se tornar grande.

Ter medo não é algo ruim. Alguém grita: "Rápido, corram! Há um tigre furioso à solta no escritório!" Você se sente correndo o mais rápido que pode? O coração acelerado, virando a toda pelos corredores? Isso é o medo. O medo salva nossa vida. O medo é uma das emoções mais úteis que temos.

A ansiedade, por outro lado, é assassina. A ansiedade é o falso medo que corrompe a vida. A ansiedade é o que sentimos quando imaginamos possíveis resultados negativos em vez de abraçar a realidade que nos cerca. A ansiedade é também a razão por que as pessoas estudam as oportunidades à exaustão, e depois hesitam em entrar em ação até ser tarde demais. Faça uma lista das últimas dez coisas pelas quais você e seus colegas se sentiram ansiosos. Quantas realmente aconteceram? Se você tivessem ignorados essas ansiedades, as coisas não teriam transcorridos muito mais suavemente?

Deixar o exagero do medo e a ansiedade de lado, vai conseguir produzir coisas incríveis. Se você criar fama de pessoa que está sempre precipitando os fatos, desafiando a empresa a subir, e usando sua influência para que as coisas boas sejam feitas, você terá o melhor seguro de emprego do mundo.



Se você simplesmente nunca finge saber todas as respostas, ninguém vai detestá-lo quando você disser: "Eu não sei". É preciso coragem para dizer "Eu não sei". E é preciso um esforço muito grande para deixar de dizer "Sim, mas...". Esse "mas" é o grande matador de motivação em qualquer ambiente. Que tal se você dissesse "Sim,

obrigado!" ou "Claro, por que não?" toda vez que alguém lhe oferecesse uma sugestão? E, se me permitir uma sugestão, passe a acreditar que o tempo necessário para qualquer grande mudança em sua vida ou em sua empresa é de 1 minuto! Um minuto; hoje; agora! Mexa-se. Comece agora, com os pequenos passos. Com as primeiras ações. É exatamente assim que as grandes mudanças acontecem.

Suponha que eu perguntasse, no meio da década de 1980, o que você imaginaria necessário para derrubar o Muro de Berlim? O que você teria respondido? Talvez uma outra guerra. Pelo menos, algum tipo de intervenção que custasse muitos bilhões. Certamente, esse é o tipo de cenário que foi visto por todos os chamados entendidos do mundo sobre a Europa Oriental. Quando tiveram que prever quanto tempo iria durar, a própria CIA e o Pentágono americano não pensaram em termos de anos. Pensaram em termos de décadas.

Mas o que de fato aconteceu? Em setembro de 1989, um pequeno grupo de dissidentes em Leipzig, na Alemanha Oriental, fez um protesto coletivo e, por razões que ninguém entende completamente, a polícia local não fez nada para acabar com ele. No dia seguinte, na cidade vizinha, outro grupo de dissidentes fez seu protesto, que desta vez foi um pouquinho maior. Novamente a polícia da cidade não impediu o protesto, porque, depois de ver o que havia acontecido em Leipzig, pensou que talvez não fosse para fazer nada. No dia seguinte, houve ainda outro protesto em uma outra cidade vizinha, um pouquinho maior que o anterior, e a polícia se mostrou ainda mais passiva, e assim sucessivamente. Por toda a Alemanha Oriental, os protestos foram tornando-se cada vez maiores, até que um milhão de pessoas tomaram as ruas de Berlim Oriental em outubro de 1989 e derrubou o Muro, enquanto a polícia assistia passivamente.



Essa foi a maior mudança que provavelmente veremos em nossa vida. Levou um mês, não custou nada e começou com um punhado de pessoas, em uma cidade que ninguém imaginaria como berço de uma revolução.

Procure se lembrar disso na próxima vez que pensar em dizer "Isso não é possível". Ao contrário, procure derrubar os muros a sua volta.

Precisamos de pessoas corajosas. É preciso coragem para sair da chatice.

O inimigo do sucesso é a chatice. Ser chato significa ser seguro e previsível, sério e agir com uma margem mínima de riscos colaterais. O melhor modo de fazer grandes experiências na sua vida é tratar tudo com leveza. Com muita leveza. Não importa o que você faça. A grande maioria faz produtos e

presta serviços que ajudam as pessoas, de alguma forma, a se sentir melhor. Não é uma questão de vida ou morte, trata-se de fazer alguém feliz. Quando deixa uma apresentação menos chata, ou desenha um manual mais agradável ou simplesmente se esforça para tornar o trabalho da sua equipe menos estressante, você vai se livrar um pouco mais da chatice que existe por aí. E se você não consegue relaxar e se divertir um pouco, você se torna um chato. Como pretende ajudar alguém assim?

**Fonte:** <http://blogsabermals.wordpress.com/2010/04/09/artigo-a-coragem-e-contagiosa/>