

"Tudo o que um sonho precisa para ser realizado é alguém que acredite que ele possa ser realizado."

*Roberto Shinyashiki*

## Influência otimista

**A**pós um dia de muitos "nãos" e poucos "sims", você chega em casa se sentindo derrotado. Seu rosto e sua postura demonstram tristeza e desânimo. Ao encontrar-se com a família, fala pouco. Sua cabeça está longe, preocupada com os péssimos resultados daquela jornada. Correu, batalhou e nada! A autocompaixão toma conta e, com dó de si, faz a pergunta: "O que será de mim?".

Alguém escutou o seu diálogo interno. Aquela pessoa querida ou aquele amigo fiel lhe diz: "Tenha ânimo, o que você plantou hoje, colherá amanhã. Pois será um novo dia, respire fundo, tome um bom banho, descanse sua cabeça e depois vamos comer algo". Durante a refeição, você adquire novo ânimo e começa logo a pensar nas infinitas possibilidades do dia seguinte. Sai da tristeza para alegria, da autocompaixão para a autoconfiança, do pessimismo para o otimismo.

### Diferenças entre otimistas e pessimistas

Quando criança, convivia com certa frequência com dois tios – um por parte de pai, o outro por parte de mãe. Um era pessimista e o outro otimista. Ambos tinham passado por dificuldades na infância, pois vinham de famílias pobres e começaram a trabalhar cedo para ajudar em casa.

A vida não tinha sido fácil para eles, mas enquanto um vivia de cara fechada e resmungando, o outro andava com um belo sorriso e tinha sempre algo agradável para dizer. Enquanto o pessimista me criticava e tinha pouca paciência com os sobrinhos, o otimista se lembrava de meu aniversário e me dava presentes. O

pessimista passou pela vida acuado por dificuldades financeiras e morreu antes dos sessenta anos. O otimista está vivo até hoje, já passa dos oitenta anos e aproveita sua aposentadoria para viajar pelo mundo.

Desde cedo, percebi que era melhor ser otimista do que pessimista. Por isso, buscava me espelhar no tio que era mais alegre e expansivo. Ele passou a ser a minha inspiração e nos momentos de tristeza eu me aproximava dele. Parece que ele tinha o poder de transformar o meu humor. De conversa agradável, mantinha seu foco no lado bom da vida. Até hoje procuro me relacionar tanto na família, como nos negócios, com pessoas de alto astral, de pensamento positivo, de atitude otimista. Isso porque, querendo ou não, os outros nos influenciam. Parceiros de negócios, colaboradores e clientes podem fazer uma diferença enorme em nossa jornada de trabalho

### Extraia o melhor de cada pessoa

Mas, você deve estar pensando: "Não sou eu quem escolhe meus colegas". De fato estamos inseridos em contextos onde convivem pessoas com as mais variadas personalidades. Por isso, a influência pode ser tanto positiva quanto negativa. Seria possível viver em um mundo só de pessoas bem-humoradas e bem-dispostas? Acho que não. Mas é possível fazer nossas escolhas e optar por conviver mais com os que nos fazem bem. Desde criança, eu já buscava estar mais tempo perto daquele que cultivava uma atitude mental positiva e evitava o outro.

E quando o chefe é uma pessoa negativa? Existe um velho ditado que nos aconselha a fazer do limão

uma limonada. Portanto, para lidar com superiores que não acreditam em uma atitude mental positiva é importante fazer-se a seguinte pergunta: "O que posso aprender com essa pessoa, que mesmo sendo pessimista, tem experiência e conhece mais desse negócio do que eu?". Isso pode mudar seu relacionamento com seus superiores e fazer com que você descubra o lado positivo daquela pessoa.

Convivemos com pessimistas e otimistas, desse modo, é importante estar mais ao lado daqueles que melhoram o nosso astral. Mas, nem sempre isso é possível. Nesse caso, podemos ressaltar em nossa mente e em nosso julgamento o lado bom das pessoas que, mesmo não sendo otimistas, foram colocadas ao nosso lado por um propósito maior. Talvez sejam justamente essas pessoas as que nos possibilitem um maior crescimento pessoal. Saber conviver positivamente com todos é importante tanto para líderes como subordinados.

Olhe bem à sua volta. Quais são as pessoas que estão conseguindo os melhores resultados? Você perceberá que são aquelas que parecem estar sempre abastecidas, as pessoas chamadas nutritivas. Mesmo quando encontram alguém negativo, conseguem, com seu carisma e otimismo abundante, transformar verdadeiros limões em gostosas limonadas.

### Ômar Souki

*Ph. D. em comunicação pela Ohio University, é conferencista e autor de 22 livros. Prima por seu interesse, dedicação e foco na melhoria contínua das pessoas e empresas.*