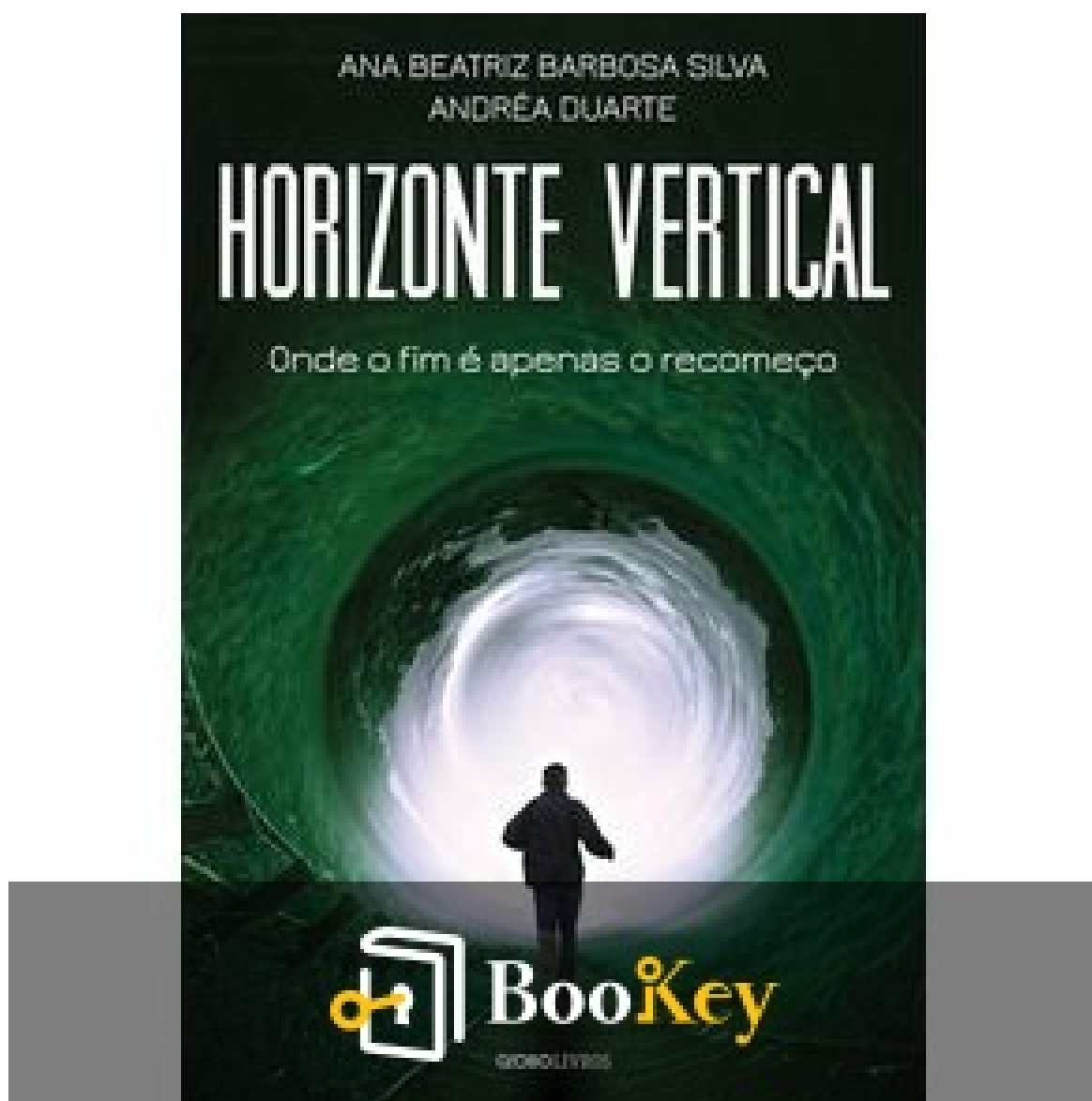


Horizonte Vertical PDF

ANA BEATRIZ BARBOSA SILVA



Mais livros gratuitos no Boockey



Digitalizar para baixar

Sobre o livro

Lançamento Literário: Ana Beatriz Barbosa Silva Embarca na Ficção

A renomada autora de bestsellers, Ana Beatriz Barbosa Silva, agora se aventura pelo mundo da ficção com seu mais novo trabalho: **Horizonte Vertical**. Este romance promete levar os leitores a uma imersiva jornada pelo universo metafísico, explorando temas como xamanismo e portais interdimensionais. Com personagens memoráveis, a narrativa propõe desvendar alguns dos enigmáticos mistérios que fascinam a humanidade há séculos.

Horizonte Vertical é o resultado de intensos dois anos de pesquisa e é também a estreia da respeitada psiquiatra autora de títulos como **Mentes e Manias**, **Mentes Depressivas**, **Mentes Perigosas**, **Mentes Consumistas**, **Bullying** e **Mentes Inquietas**. Para esta obra, Ana Beatriz se uniu a sua ex-colega de faculdade, a escritora Andrea Duarte, para criar uma experiência literária única.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Por que usar o aplicativo Bookey é melhor do que ler PDF?



Teste gratuito com Bookey



Ad



Experimente o aplicativo Bookey para ler mais de 1000 resumos dos melhores livros do mundo

Desbloqueie **1000+** títulos, **80+** tópicos

Novos títulos adicionados toda semana

Product & Brand

Liderança & Colaboração

Gerenciamento de Tempo

Relacionamento & Comunicação

Estratégia de Negócios

Criatividade

Memórias

Conheça a Si Mesmo

Psicologia

Empreendedorismo

História Mundial

Comunicação entre Pais e Filhos

Autocuidado

Mi

Visões dos melhores livros do mundo

amento
pos

Os 7 Hábitos das
Pessoas Altamente
Eficazes



Mini Hábitos



Hábitos Atômicos



O Clube das 5
da Manhã



Como Fazer Amigos
e Influenciar
Pessoas



Com
Não

Teste gratuito com Bookey





Por que o Bookey é um aplicativo indispensável para amantes de livros



Conteúdo de 30min

Quanto mais profunda e clara for a interpretação que fornecemos, melhor será sua compreensão de cada título.



Clipes de Ideias de 3min

Impulsione seu progresso.



Questionário

Verifique se você dominou o que acabou de aprender.



E mais

Várias fontes, Caminhos em andamento, Coleções...

Teste gratuito com Bookey





As melhores ideias do mundo desbloqueiam seu potencial

Essai gratuit avec Bookey



Digitalizar para baixar

Horizonte Vertical Resumo

Escrito por IdeaClips

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Quem deve ler este livro Horizonte Vertical

O livro "HORIZONTE VERTICAL" de Ana Beatriz Barbosa Silva é voltado para leitores que buscam uma reflexão profunda sobre a arquitetura e a urbanidade contemporânea. Arquitetos, urbanistas, estudantes da área e entusiastas da estética urbana encontrarão neste texto uma análise rica sobre como a verticalidade das edificações impacta o espaço urbano e a vida das pessoas. Além disso, o livro é uma leitura valiosa para todos que desejam compreender as dinâmicas sociais e culturais que envolvem a habitação em ambientes verticais, promovendo um diálogo entre a teoria e as experiências cotidianas. Portanto, qualquer pessoa interessada em como o ambiente construído molda nossas interações e vivências na cidade deve considerar a leitura desta obra.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Principais insights de Horizonte Vertical em formato de tabela

Título	HORIZONTE VERTICAL
Autora	ANA BEATRIZ BARBOSA SILVA
Gênero	Literatura contemporânea
Tema	Reflexões sobre a vida, o tempo e a busca de significado
Personagens principais	--
Sinopse	O livro explora a jornada interna da protagonista, que lida com questões existenciais e desafios pessoais. A narrativa é marcada por elementos poéticos e filosóficos, revelando a introspecção e os anseios humanos. From childhood memories to adult dilemmas, the protagonist navigates the complexities of life.
Estilo	Prosa poética, com descrições vívidas e reflexões profundas
Mensagem principal	A busca por significado e compreensão da vida.
Publicação	--
Críticas	Recebeu elogios pela profundidade emocional e pela beleza na escrita.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Horizonte Vertical Lista de capítulos resumidos

1. Capítulo 1: A Exploração da Consciência Humana no Horizonte Vertical
2. Capítulo 2: A Relação entre Espaço e Tempo na Percepção Pessoal
3. Capítulo 3: Desafios e Transformações na Busca pelo Conhecimento
4. Capítulo 4: Narrativas de Vida e a Formação da Identidade Individual
5. Capítulo 5: O Impacto da Tecnologia nas Relações Humanas e Sociais
6. Capítulo 6: Possibilidades Futuras: Reflexões sobre o Caminho a Percorrer

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

1. Capítulo 1: A Exploração da Consciência Humana no Horizonte Vertical

No primeiro capítulo de "HORIZONTE VERTICAL", Ana Beatriz Barbosa Silva mergulha nas profundezas da consciência humana, propondo uma analítica que desafia as percepções tradicionais sobre a mente e sua relação com o espaço que a circunda. A autora inicia sua jornada ao ilustrar a consciência como um vasto território multidimensional, onde cada camada revela uma nova perspectiva sobre a existência e sobre nós mesmos.

A exploração da consciência não se limita a uma mera análise psicológica; ao contrário, a autora a considera uma experiência holística que envolve fatores culturais, sociais e individuais. A metáfora do "horizonte vertical" sugere um movimento ascendente, não apenas em direção ao autoconhecimento, mas também na busca por um entendimento mais amplo das interconexões entre as diferentes consciências que habitam o mundo. Ao longo do capítulo, Silva discute a ideia de que a consciência é uma construção dinâmica, influenciada pelo nosso entorno e pelas interações que vivenciamos.

Silva apresenta, então, uma série de abordagens filosóficas e científicas que têm sido aplicadas no estudo da consciência. Desde os pensadores clássicos, como Descartes, até as teorias contemporâneas da neurociência, a autora delinea um panorama que ilustra como a compreensão da consciência



evoluiu ao longo do tempo. Essa parte do texto destaca a dualidade entre a perspectiva cartesiana do sujeito pensante e a abordagem mais recente que considera a consciência como um fenômeno emergente das interações cérebro-corpo-ambiente, provocando o leitor a refletir sobre seu próprio papel nesse processo.

A discussão se aprofunda ainda mais à medida que a autora explora os diferentes estados da consciência, como a vigília, o sonho e estados alterados provocados por práticas como a meditação ou a experiência com substâncias psicotrópicas. A passagem por esses estados é apresentada não apenas como um aspecto da condição humana, mas como territórios a serem explorados que podem oferecer insights profundos sobre a natureza do ser. A autora sugere que a jornada através dessas dimensões pode expandir nossa compreensão de quem somos e qual é o nosso lugar no tecido da realidade.

Além disso, Silva propõe que essa exploração da consciência vertical não é um processo individualista e isolado, mas sim uma via de conexão com a coletividade. A interculturalidade e a diversidade são posicionadas como elementos cruciais nessa exploração, uma vez que diferentes culturas oferecem modos únicos de entender e experimentar a consciência. Ao intercambiar experiências e conhecimentos, somos convidados a observar a consciência não como uma entidade fixa, mas como um espaço que se movimenta e se transforma, onde cada novo ângulo traz uma nova revelação.



Por fim, o capítulo conclui com um convite à reflexão ativa e ao autoexame, propondo aos leitores que olhem para o seu próprio horizonte vertical. A busca pelo autoconhecimento emerge como um caminho essencial para uma vida mais consciente e significativa. Essa proposta de exploração contínua ressoa ao longo do livro, mostrando-se como uma âncora para as conversas que seguirão nos próximos capítulos.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

2. Capítulo 2: A Relação entre Espaço e Tempo na Percepção Pessoal

No contexto de "HORIZONTE VERTICAL", Ana Beatriz Barbosa Silva adentra na complexa e interligada relação entre espaço e tempo, e como essa interação molda a percepção individual da realidade. O espaço não é apenas a extensão física que nos circunda; ele é impregnado de significados e influências que variam conforme as experiências de vida de cada indivíduo. Da mesma forma, o tempo não é linear ou uniforme, mas uma dimensão suscetível à subjetividade de quem o vive, frequentemente alterando-se com as emoções e memórias.

A autora inicia esse capítulo propondo uma reflexão sobre como nossa identidade e vivências estão intrinsecamente ligadas à percepção desses dois eixos fundamentais. Dentro de um espaço específico, as sensações, as interações e os acontecimentos moldam uma atmosfera única que, por sua vez, é afetada pelo tempo. Por exemplo, a familiaridade de um lar pode evocar lembranças distintas conforme as etapas da vida em que nos encontramos, indicando que o espaço se transforma em um agente dinâmico da memória.

Um dos aspectos mais intrigantes que Silva explora é como a percepção do tempo pode ser dilatada ou condensada dentro do espaço que ocupamos. Momentos de intenso prazer podem parecer efêmeros, enquanto períodos de



dor ou tédio se arrastam. Esse fenômeno sugere que o tempo não é um mero cronômetro; ele é uma construção psicológica íntima. O que requer uma atenção especial na análise desse fenômeno é a forma como cada indivíduo ressignifica suas vivências de acordo com o lugar e o momento em que se encontram. Dessa maneira, o espaço não apenas serve como palco das interações humanas, mas também como um memorial que abriga a cronologia emocional de cada pessoa.

A autora ilustra esses conceitos com exemplos práticos e narrativas de indivíduos que vivenciam essa relação de formas diversas. Uma jovem que retorna à cidade natal para um casamento pode ter uma percepção temporal totalmente distinta ao visitar antigos locais. Para ela, o ato de caminhar pelas ruas da infância pode evocar nostalgia ou ansiedade, criando um diálogo entre passado e presente que desafia a linearidade do tempo. Em contraste, um residente da mesma cidade pode perceber os mesmos locais como parte de seu cotidiano comum, sem a carga emocional que a visitante traz consigo.

Silva também discute a influência cultural sobre como percebemos espaço e tempo. Diferentes culturas podem apresentar visões distintas sobre a importância de cada dimensão, afetando comportamentos e interações sociais. Em algumas sociedades, a coletividade pode fazer com que o tempo seja visto como um recurso compartilhado, enquanto em outras ele é visto



como uma propriedade individual que deve ser otimizada. Essas diferenças culturais, por sua vez, afetam a maneira como as pessoas experimentam e interpretam o espaço ao seu redor.

Conforme o capítulo avança, a autora enfatiza a relevância de refletirmos sobre essa relação na busca por uma compreensão mais profunda de nós mesmos e do mundo. Nesse sentido, a percepção de espaço e tempo não é apenas uma questão filosófica, mas uma prática que pode influenciar nossas escolhas e ações no cotidiano. A autora sugere que, ao ficarmos conscientes da maneira como espaço e tempo se entrelaçam em nossas vidas, podemos desenvolver uma maior empatia e compreensão tanto de nós mesmos quanto dos outros.

Assim, a interrogação sobre a percepção pessoal de espaço e tempo no "HORIZONTE VERTICAL" se transforma em uma oportunidade para a autodescoberta e a busca por uma conexão mais significativa com a realidade. Este capítulo, portanto, posiciona-se como um convite à reflexão, levando o leitor a perceber que cada passo dado no espaço é, na verdade, um movimento em direção a uma temporalidade rica e variada, que depende da lente pela qual escolhemos enxergar.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

3. Capítulo 3: Desafios e Transformações na Busca pelo Conhecimento

Neste capítulo, Ana Beatriz Barbosa Silva nos guia por um terreno repleto de complexidade e nuance, abordando os desafios e as transformações que caracterizam a busca pelo conhecimento no contexto contemporâneo. A autora inicia discutindo como a era da informação, marcada pela disponibilização instantânea de dados e conhecimento, paradoxalmente gera uma sobrecarga informacional que pode gerar confusão e desorientação. Em um mundo inundado por informações, a capacidade de filtrar e discernir dados relevantes se torna um dos principais desafios enfrentados por indivíduos e sociedades.

A autora então explora a questão da autenticidade do conhecimento, questionando o valor das fontes de informação e a influência das redes sociais na formação de opiniões e disseminação de conhecimentos. A agilidade com que a informação circula nas plataformas digitais, embora democratize o acesso, também levanta preocupações sobre a veracidade e a profundidade do conteúdo consumido. Nesse contexto, Ana Beatriz sugere a importância de desenvolver um senso crítico acentuado, a fim de navegar por esse oceano de informações e se proteger contra a desinformação.

Outro aspecto vital abordado neste capítulo diz respeito à transformação dos métodos de ensino e aprendizagem, especialmente o impacto do aprendizado



online e das tecnologias educacionais. Silva destaca que, enquanto essas ferramentas oferecem oportunidades sem precedentes de acesso ao conhecimento, elas também demandam uma adaptação significativa tanto por parte de educadores quanto de estudantes. A interação face a face, a troca de experiências e a construção coletiva do saber são aspectos que podem ser comprometidos em ambientes marcados por interações digitais.

Ademais, a autora discute os obstáculos psicológicos que muitas pessoas enfrentam em sua jornada de aprendizagem. O medo do fracasso e a insegurança em relação à própria capacidade de aprendizado podem agir como barreiras, limitando o potencial de cada indivíduo. Silva enfatiza a necessidade de cultivar um ambiente de apoio e incentivo, onde erros sejam vistos como oportunidades de aprendizado, ao invés de falhas a serem temidas.

A transformação no paradigma de busca pelo conhecimento também perpassa pela diversidade de perspectivas. Ana Beatriz enfatiza como as experiências de vida, culturas e contextos sociais influenciam a maneira como o conhecimento é produzido e interpretado. Ao valorizar a pluralidade de vozes e experiências, a busca pelo conhecimento se enriquece e se torna mais abrangente.

Por fim, o capítulo conclui com uma reflexão sobre a responsabilidade que



cada um possui em sua própria busca pelo conhecimento. Silva convida os leitores a se tornarem agentes ativos desse processo, promovendo uma prática de aprendizado contínuo e uma ética de curiosidade genuína. A busca pelo conhecimento, segundo a autora, não é apenas uma jornada individual, mas uma construção coletiva que deve ser constantemente nutrida e aprimorada, visando sempre um horizonte de desenvolvimento e transformação.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

4. Capítulo 4: Narrativas de Vida e a Formação da Identidade Individual

No capítulo 4 de "HORIZONTE VERTICAL", Ana Beatriz Barbosa Silva aborda a intrínseca relação entre as narrativas de vida e a formação da identidade individual, evidenciando como as histórias pessoais moldam a percepção que cada um tem de si e do mundo ao seu redor. A autora inicia sua análise enfatizando que as narrativas de vida não são meros relatos de eventos, mas construções significativas que tecem a tapeçaria da identidade ao longo do tempo. Cada escolha, cada experiência vivida, e cada relato compartilhado se tornam ingredientes essenciais na formação do eu.

Silva propõe que a identidade é um processo dinâmico, em incessante construção, que se alimenta das histórias que contamos sobre nós mesmos. Esse aspecto é explorado a partir de diversas perspectivas teóricas, onde autores clássicos e contemporâneos nos ajudam a entender o papel das narrativas na construção da subjetividade. Por exemplo, ao se debruçar sobre os estudos de Paul Ricoeur, a autora destaca a importância da "narratividade" como um componente crucial da experiência humana, permitindo que o sujeito atribua sentido a sua existência através da sequência temporal das suas vivências.

A autora também discute a influência social e cultural nas narrativas de vida, argumentando que nossas histórias pessoais são fortemente impactadas pelo



contexto em que estamos inseridos. A cultura, as tradições e até as expectativas sociais servem como pano de fundo nas quais essas narrativas se desenrolam. Ela utiliza exemplos de diferentes grupos sociais para ilustrar como as narrativas de vida podem variar amplamente e como isso afeta a percepção que as pessoas têm de si mesmas e de seus papéis na sociedade.

Além disso, Silva analisa o papel da memória na construção das narrativas de vida. A memória, enquanto um mecanismo de reconstrução que não apenas recorda, mas também reinterpreta o passado, é vista como um elemento essencial na maneira como as identidades são formadas e reformadas. Neste sentido, as narrativas não são fidedignas; elas são criações subjetivas que refletem mais as necessidades do presente do que os fatos absolutos do passado. Essa reinterpretação constante, segundo a autora, oferece novas possibilidades para a identidade, permitindo que os indivíduos renegociem seu lugar no mundo à medida que evoluem ao longo do tempo.

Por último, Silva conclui o capítulo refletindo sobre a importância do ato de contar e ouvir narrativas. Ela ressalta que compartilhar histórias de vida não apenas enriquece as relações interpessoais, mas também fornece um espaço para validação mútua das experiências. No processo de troca de narrativas, há um fortalecimento da empatia e da compreensão entre os indivíduos, o que, em última análise, contribui para a formação de identidades coletivas. Assim, o capítulo 4 de "HORIZONTE VERTICAL" destaca que a



construção da identidade individual não é um empreendimento solitário, mas um fenômeno profundamente entrelaçado com as histórias dos outros, criando um horizonte vertical de conexões que moldam nossa caminhada pela vida.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

5. Capítulo 5: O Impacto da Tecnologia nas Relações Humanas e Sociais

No Capítulo 5 de "HORIZONTE VERTICAL", Ana Beatriz Barbosa Silva aborda de maneira profunda e reflexiva o impacto da tecnologia nas relações humanas e sociais. A autora inicia o capítulo traçando um panorama histórico sobre a evolução tecnológica e seu contínuo avanço, enfatizando como a tecnologia tem moldado não apenas a nossa comunicação, mas também a própria essência das interações humanas.

Silva discute que, enquanto a tecnologia propicia uma conectividade sem precedentes, permitindo que pessoas de diferentes partes do mundo se comuniquem instantaneamente, ela também levanta questões sobre a autenticidade e profundidade dessas interações. A autora argumenta que as redes sociais e plataformas digitais, apesar de promoverem o contato entre indivíduos, frequentemente resultam em relações superficiais, nas quais os vínculos humanos são reduzidos a curtidas, comentários e mensagens instantâneas. Essa transição para o digital, segundo a autora, tem um efeito significativo na nossa capacidade de formar conexões emocionais profundas e sustentáveis.

Além disso, Ana Beatriz explora o conceito de "solidão digital", um fenômeno em que, apesar da aparente presença constante de amigos e conhecidos online, os indivíduos se sentem mais isolados e desconectados



na vida real. Ela contextualiza essa solidão dentro de um mundo cada vez mais acelerado e dinâmico, onde a gratificação instantânea se torna a norma. Essa dinâmica gera um ciclo vicioso: quanto mais conectados permanecemos virtualmente, mais distantes nos tornamos emocionalmente.

A autora também reflete sobre o papel da tecnologia nas mudanças nas normas sociais e comportamentais. Com a ascensão de aplicativos e tecnologias de namoro, por exemplo, surgem novas formas de entrar em relacionamentos, que, embora ampliem as oportunidades de conexão, apresentam seus próprios desafios, como a superficialidade nas escolhas e a dificuldade de compromisso. Silva menciona que essa nova era de encontros digitais altera as expectativas e a maneira como construímos nossas vidas amorosas e sociais.

Por outro lado, o capítulo apresenta uma visão equilibrada, reconhecendo que a tecnologia não é inerentemente negativa. Silva também menciona como a tecnologia pode servir como uma ferramenta para apoiar iniciativas sociais, promoção de inclusão e acessibilidade. Ela apresenta exemplos de como comunidades marginalizadas conseguem se organizar, se unir e lutar por direitos por meio do uso das plataformas digitais, criando novas oportunidades de empoderamento e ação coletiva.

Por fim, a autora conclui o capítulo com uma chamada à reflexão sobre o



uso consciente da tecnologia. Ela sugere que, embora as mudanças trazidas pela tecnologia sejam significativas, cabe a cada um de nós buscar um equilíbrio, promovendo interações que não apenas sejam eficientes, mas que também preservem a humanidade nas relações. O capítulo provoca uma questionamento necessário sobre como será o futuro das relações humanas em um mundo cada vez mais mediado pela tecnologia e nos convida a considerar a importância de cultivar conexões autênticas, mesmo no ambiente digital.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

6. Capítulo 6: Possibilidades Futuras: Reflexões sobre o Caminho a Percorrer

O caminho que se apresenta diante de nós, ao considerarmos as possibilidades futuras, é um emaranhado de escolhas e incertezas que exigem uma reflexão profunda sobre o que significa ser humano em um século marcado por rápidas transformações. É crucial que nos detenhamos a examinar não apenas os impactos das inovações tecnológicas, mas também os efeitos colaterais que essas mudanças impõem à nossa consciência, ao nosso comportamento social e às relações que cultivamos no dia a dia.

Num cenário onde a tecnologia como inteligência artificial e redes sociais moldam o cotidiano, é imperativo refletirmos sobre como essas ferramentas podem ser utilizadas para fortalecer a conexão entre os indivíduos, ao invés de ampliá-las. É possível que o futuro nos reserve uma interação mais autêntica e significativa, onde as plataformas digitais sirvam como veículos para a expressão genuína da identidade, ao mesmo tempo que respeitem os limites da privacidade e da comunidade. Para que isso aconteça, é necessário que os indivíduos, as comunidades e as instituições se unam em torno do desenvolvimento de espaços de diálogo que permitam a troca de experiências. Essa troca pode conduzir a um ambiente onde a diversidade de vozes é valorizada, não apenas tolerada. Tal mudança requer um esforço consciente por parte de todos os envolvidos, com o intuito de desmantelar preconceitos e a futilidade que podem existir nas interações virtuais.



Além disso, é fundamental que nos dirigamos à formação de uma consciência coletiva que priorize a empatia e a solidariedade, características que são essenciais para a construção de um futuro harmonioso. O desenvolvimento de competências socioemocionais deve ser uma prioridade em todos os níveis educacionais, preparando os jovens para serem não apenas consumidores de tecnologia, mas também cidadãos críticos e conscientes de seu papel na sociedade. Essa formação deve incluir não só habilidades técnicas, mas também o fortalecimento da ética e da responsabilidade social, para que o uso da tecnologia se traduza em benefícios para o coletivo.

O meio ambiente desponta como outra questão de destaque nas reflexões sobre o futuro. À medida que avançamos para um mundo mais sustentável, e que nos defrontamos com as devastadoras consequências das mudanças climáticas, surge a necessidade de uma nova relação com a natureza. Um futuro promissor deve incluir o respeito pelo meio ambiente como um pilar fundamental, vinculando a sabedoria da consciência histórica do nosso povo à inovação que a tecnologia pode proporcionar.

As possibilidades futuras também nos convocam a reavaliar as formas de trabalho e as dinâmicas sociais. A automação crescente está redefinindo o conceito de emprego e de produtividade, e é essencial que repensemos as



estruturas laborais para que possamos garantir um futuro fair, onde cada indivíduo tenha a oportunidade de contribuir com suas habilidades únicas. A criação de modelos de trabalho mais flexíveis e inclusivos poderá facilitar o equilíbrio entre vida pessoal e profissional, promovendo felicidade e saúde mental.

O que delinea as possibilidades futuras é a nossa habilidade como coletividade de sonhar e trabalhar ativamente por aquilo que acreditamos ser um amanhã melhor. A esperança deve ser o motor que impulsiona nossas ações, e a vontade política e social para implementar essas mudanças é a chave para transformarmos visões em realidades. O caminho a percorrer será repleto de desafios, aprendizados e descobertas, e, acima de tudo, é uma jornada que devemos percorrer juntos, construindo pontes ao invés de barreiras, e buscando um horizonte vertical que, longe de ser uma utopia, reflete a essência do que pode ser a experiência humana num futuro próximo.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

5 citações chave de Horizonte Vertical

1. "A vida é uma escada que necessitamos subir, nem sempre com facilidade e leveza, mas com a certeza de que cada degrau vale a pena."
2. "As montanhas que enfrentamos são reflexos dos desafios internos que precisamos superar."
3. "Descobrir novos horizontes é mais do que uma jornada física; é um convite à transformação pessoal."
4. "A busca pela verticalidade é a busca por um propósito maior, por um sentido que transcende o cotidiano."
5. "Cada vista magnífica conquistada é fruto de esforços e sacrifícios que nos fazem crescer e evoluir."





Digitalizar para baixar



Bookey APP

Mais de 1000 resumos de livros para fortalecer sua mente

Mais de 1M de citações para motivar sua alma

Clipes de ideias de 3 minutos

Acelere seu progresso



Evitar Críticas em Relacionamentos Interpessoais

Criticar os outros apenas provoca resistência e prejudica a autoestima deles, despertando ressentimento ao invés de resolver problemas. Lembre-se de que qualquer tolo pode criticar, mas é preciso caráter e autocontrole para ser compreensivo e perdoar.

Exemplo(s) ▶

Como Fazer Amigos e Influenciar Pessoas



Mantenha a Sequência

Desafio de crescimento de 21 dias

Desafio de Crescimento Pessoal de 21 Dias

Meta diária: 0/5 min

Lêla ou ouça para atingir sua meta

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20

DIA 21

Obter recompensa do desafio



0 vezes

Você completou



Descobrir

Biblioteca

Eu

Escolha sua área de foco

Quais são seus objetivos de leitura?

Escolha de 1 a 3 objetivos

Ser uma pessoa eficaz

Ser um pai melhor

Ser feliz

Melhorar habilidades sociais

Abrir a mente com novos conheci...

Ganhar mais dinheiro

Ser saudável

Continuar