

R O B E R T O
SHINYASHIKI



Heróis
de
Verdade

Pessoas Comuns que Vivem sua Essência

Editora Gente

Resumo de Heróis De Verdade

Heróis de Verdade aborda um dos principais motivos de angústia da competitiva vida moderna: a sensação de lutar intensamente e ainda assim não dar conta de tudo o que precisa ser feito.

As pessoas trabalham como loucas, mas nunca conseguem o retorno desejado. Amam seus filhos, mas se sentem culpadas por não estar com eles tanto quanto gostariam. Amam o companheiro, mas não têm energia para desfrutar desse amor após uma longa jornada de trabalho.

Desejam permanecer atualizadas, mas não conseguem ler os livros e as revistas que compram. É como se vivêssemos correndo sobre uma esteira ergométrica na academia: muito esforço para não chegar a lugar algum.

Em Heróis de Verdade, Roberto Shinyashiki mostra que há uma nova maneira de se posicionar perante a vida, sem deixar que as pressões e as cobranças nos dominem. Ao longo de sete capítulos, o autor explica quais são as armadilhas do mundo dos super-heróis (aqueles que vivem a ilusão de conseguir dar conta de tudo sempre) e as estratégias para desmontá-las.

O livro leva o leitor a compreender e a combater suas fraquezas e a desenvolver quatro competências para ser uma estrela de brilho próprio.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)