

## PARA COMEÇAR

Um dos fatos interessantes da vida é como, mesmo quando partem de origens semelhantes, as pessoas seguem trajetórias muito diferentes. De um lado, vemos indivíduos que vão pouco a pouco conquistando seus objetivos e, apesar dos inevitáveis reveses, construindo gradualmente a vida que imaginaram para si mesmos. Do outro, vemos pessoas que não conseguem encontrar seus caminhos, e que acumulam novos lamentos e arrependimentos a cada ano que se passa. A pergunta é inevitável: quais são os fatores por trás de cada história de sucesso e de fracasso, de realização e de frustração?

Há quase duas décadas dedico-me a encontrar essa resposta. Em minha jornada, estudei desde a neurobiologia subjacente aos nossos pensamentos e emoções até os padrões matemáticos que podem ser notados em nossos hábitos. Atendi incontáveis pacientes, ouvi a história de como cada um deles foi educado, e pude examinar o reflexo dessa formação em suas trajetórias. Estudei diferentes sistemas e filosofias educacionais, de diferentes épocas e lugares, e busquei na obra de vários pensadores as suas percepções sobre o assunto. Li as pesquisas e teorias sobre como nos tornamos quem somos, e conduzi as minhas próprias investigações sobre o assunto.

Depois que me tornei pai, esse tema passou a ser ainda mais importante. Como qualquer pai, quero ver minhas filhas crescerem e realizarem seus planos, e entender a melhor forma de ajudá-las a conseguir isso se tornou uma questão profundamente pessoal.

Ninguém pode afirmar que tem uma receita infalível sobre como devemos educar um ser humano ou como devemos viver nossas vidas, mas posso dizer com segurança que, depois de todo esse tempo de trabalho e estudo, acabei me deparando com alguns princípios bastante consistentes.

Demorei algum tempo para chegar a esses princípios, mas agora eles me parecem evidentes, de modo que passei a enxergá-los em todos os lugares. Em cada história de realização ou de frustração, de sucesso ou de fracasso, de felicidade ou infelicidade, posso vê-los em funcionamento – e, a partir deles, entender com mais clareza o que antes me parecia nublado. Por fim, tive a oportunidade de compartilhá-los com amigos, colegas, alunos e pacientes, e testemunhar como são úteis para nortear a nossa vida e a educação de nossos filhos.

Neste livro, busquei organizar e expor esses princípios da forma mais simples, clara e direta possível. O texto está dividido em duas partes. Na primeira, apresento os conceitos fundamentais da minha teoria, ex-

plicando as ideias centrais e como elas se relacionam. Na segunda, parto dessas ideias para oferecer uma visão de como a vida humana se desenrola, examinando os riscos e oportunidades de cada fase do nosso desenvolvimento, desde o nascimento até a velhice.

Espero que, ao final desta leitura, você tenha uma bússola que possa ajudá-lo a navegar pelos diferentes meandros da vida, e a tornar-se uma pessoa, uma mãe, um pai ou um educador cada vez melhor.