

PREFÁCIO DE
LEANDRO
KARNAL

OS
SETE
PRINCÍPIOS
DA
FELICIDADE

LUIZ GAZIRI



FARO
EDITORIAL

OS
SETE
PRINCÍPIOS
DA
FELICIDADE

LUIZ GAZIRI



FARO
EDITORIAL

COPYRIGHT © LUIZ GAZIRI, 2020
COPYRIGHT © FARO EDITORIAL, 2020

Todos os direitos reservados.
Nenhuma parte deste livro pode ser reproduzida sob quaisquer meios existentes sem autorização por escrito do editor.

Diretor editorial **PEDRO ALMEIDA**
Coordenação editorial **CARLA SACRATO**
Preparação **TUCA FARIA**
Revisão **BARBARA PARENTE**
Capa **OSMANE GARCIA FILHO**
Projeto gráfico e diagramação **CRISTIANE | SAAVEDRA EDIÇÕES**

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Angélica Ilacqua CRB-8/7057

Gaziri, Luiz

Os sete princípios da felicidade / Luiz Gaziri – São Paulo: Faro Editorial, 2020.
160 p.

ISBN: 978-65-86041-23-1

1. Felicidade 2. Técnicas de autoajuda 2. Sucesso
3. Sucesso nos negócios I. Título

20-2011

CDD 158.1

Índice para catálogo sistemático:

1. Autoajuda : Felicidade



1ª edição brasileira: 2020
Direitos de edição em língua portuguesa, para o Brasil,
adquiridos por FARO EDITORIAL

Avenida Andrômeda, 885 – Sala 310
Alphaville – Barueri – SP – Brasil
CEP: 06473-000 – Tel.: +55 11 4208-0868
www.faroeditorial.com.br



APRESENTAÇÃO

Em fevereiro de 2018 eu parti rumo a uma jornada nunca percorrida antes por um brasileiro. Apesar de a jornada ter exigido um percurso de mais de 20 mil km, não foi como escalar o Everest, percorrer o Caminho de Santiago de Compostela ou participar de um Ironman; no entanto, a jornada exigiu uma **preparação** igualmente exaustiva – algo que durou nada menos do que 15 anos! É isso mesmo. Nesse tempo, eu percorri cada linha de dezenas de milhares de artigos científicos sobre felicidade, motivação, neurologia, vendas, marketing, recursos humanos, negociação, psicologia, economia comportamental, medicina, gestão de equipes, tecnologia, processo decisório, formação de hábitos, planejamento estratégico e demais áreas. Testei os limites dos meus tendões trocando centenas de e-mails com cientistas do mundo todo – inclusive com ganhadores do Prêmio Nobel – e carreguei o peso das centenas de livros que tive que ler sobre os

mais variados assuntos. Não satisfeito com o meu nível de preparo, ainda escolhi deixar de lado uma carreira de 16 anos como executivo para me dedicar exclusivamente ao desafio que estava por vir.

Com o intuito de disponibilizar as últimas descobertas científicas sobre felicidade para o público do nosso país, o meu maior desafio nessa jornada foi viajar aos Estados Unidos para conversar com os mais influentes cientistas da área. Visitei os maiores nomes da ciência da felicidade em instituições como Harvard, Stanford, Universidade de Rochester, Universidade Estadual da Flórida, Universidade de Nova York, Universidade da Carolina do Norte, Universidade da Califórnia e Universidade de Boston. Você pode até achar que essa jornada não é tão fatigante assim, que estou exagerando sobre o preparo necessário. Afinal, **visitar** instituições como essas e até mesmo dar uma **palestra** em seus auditórios é algo que muitas pessoas conseguem fazer; no entanto, **conversar com cientistas** nessas universidades é algo **completamente diferente**. Para um cientista **abrir a oportunidade** de recebê-lo, você tem de demonstrar que possui vasto conhecimento sobre o trabalho que ele desenvolveu, que leu grande parte dos artigos que ele publicou, que conhece o

trabalho de outros cientistas da área, que sabe como as pesquisas dele se relacionam com outras áreas de estudo, que tem conhecimento do trabalho de cientistas de outras áreas e que domina certas particularidades sobre o método científico (estatística, metodologia de pesquisa, epistemologia etc.). Para abordar um cientista por e-mail, é necessário usar uma linguagem com a qual ele identifique que você domina certos termos. Da mesma forma que advogados e médicos usam termos que são desconhecidos pela população em geral, os cientistas também têm sua linguagem própria.

Os pesquisadores científicos, produtores de todo o conhecimento que aplicamos no dia a dia, apesar de muito simpáticos, **não recebem qualquer pessoa**. Para conseguir um tempo na agenda concorrida de um cientista renomado, nas mais prestigiadas universidades do mundo, é preciso mostrar que você percorreu toda uma jornada, que você tem o mínimo de nível para poder conversar com ele. E para chegar a esse **nível mínimo**, tive que batalhar duramente por 15 anos!

No entanto, os frutos desse preparo e dessa jornada são espetaculares. Nas minhas visitas aos cientistas, consegui organizar tudo o que eu conhecia

sobre felicidade numa sequência lógica, além de obter uma clareza enorme sobre os verdadeiros caminhos para a felicidade. Através do meu relacionamento com os cientistas, tive acesso em primeira mão a artigos que **nem sequer foram publicados ainda**. E tudo o que fiz até aqui tem um propósito único: disponibilizar ao público brasileiro, pela **primeira vez**, as mais relevantes e recentes descobertas da ciência sobre o que devemos fazer para ter uma vida fantástica. Além disso, a minha missão também é democratizar a ciência, **traduzindo toda a sua complexidade para uma linguagem simples**, para que todos possam entender e aplicar facilmente as descobertas para começar a trilhar um caminho mais confiável rumo à felicidade.

Na minha jornada no mundo da ciência, eu descobri que **um artigo científico é lido em média por dez pessoas no mundo todo**¹. Este foi um dos principais motivos pelos quais decidi largar a minha carreira como executivo e me tornar essa ponte entre os círculos acadêmicos e a sociedade, ajudando as pessoas a evitarem erros desnecessários em muitas áreas de suas vidas. Nesses anos, descobri que a estrada da felicidade apresenta vários obstáculos, tentações, seduções e labirintos; por isso, eu

a percorri toda, e agora quero trilhá-la ao seu lado, para apresentar a você os caminhos **corretos e mais curtos**. É aviso de antemão que, apesar da minha ajuda, o seu caminho também será difícil. Você corre o risco de se machucar, de se distrair com alguma tentação no percurso, de ficar exausto, de achar que está no rumo errado, e pode até pensar em desistir. Mas uma coisa eu garanto: se você aguentar firme e percorrer *Os 7 Princípios da Felicidade* junto comigo, depois de muitos percalços entrará numa estrada com as paisagens mais espetaculares possíveis e chegará ao destino mais maravilhoso da sua vida. Vamos nessa?

ASSINE NOSSA NEWSLETTER E RECEBA
INFORMAÇÕES DE TODOS OS LANÇAMENTOS

WWW.FAROEDITORIAL.COM.BR



ESTA OBRA FOI IMPRESSA
EM FEVEREIRO DE 2021