



# DESPERTE SEU PODER PESSOAL

Cinco passos para despertar seu poder pessoal  
e comando sobre a vida

LUCIA WINTHER

# Introdução

Você está prestes a ler sobre uma das ferramentas de melhoramento pessoal mais eficazes que existem.

Esta técnica pode fazer mais pelo fortalecimento de sua mente, desempenho profissional e competência geral de que dúzias de livros de autoajuda ou seminários motivacionais.

Esta simples fórmula elimina autocrítica, medo e estresse.

É aplicável a qualquer situação e funciona sempre. Você pode usá-la repetidamente e sem limite.

O escritor e filósofo americano L. Ron Hubbard descobriu o Triângulo KRC em 1960.

Veja como funciona a seguir.

# Triângulo KRC

“O TRIÂNGULO K-R-C

“Os vértices são K para CONHECIMENTO (do inglês *knowledge*), R para RESPONSABILIDADE e C para CONTROLE.

“É difícil ser responsável por algo ou controlar algo a menos que você tenha CONHECIMENTO sobre isso.

“É tolice tentar controlar algo ou mesmo saber sobre algo sem ter RESPONSABILIDADE.

“É difícil saber completamente algo ou ser responsável por algo sobre o qual você não tem CONTROLE, caso contrário, o resultado pode ser esmagador. (...)

“Pouco a pouco, um indivíduo pode fazer as coisas irem bem através do

“AUMENTO DO CONHECIMENTO,

“AUMENTO DA RESPONSABILIDADE,

“AUMENTO DO CONTROLE.



“Se um indivíduo equacionar qualquer situação que se encontre com base nisso, ele geralmente terá sucesso. (...)

“Incrementando cada vértice do triângulo

KRC, pouco a pouco, ignorando as perdas e fazendo que os ganhos fiquem firmes, um ser finalmente descobre seu poder e comando da vida.” – *L. Ron Hubbard*

# **5 Passos para desenvolver seu poder pessoal e comando sobre a vida**

Escolha um problema que você tem e o escreva em uma folha de papel ou digite no computador. Depois, escreva ou digite as respostas para cada um dos cinco passos seguintes.

1. Aumente o vértice do Conhecimento.

Como você pode aumentar seu conhecimento sobre este problema? O que você precisa aprender sobre ele? O que deve estudar para entender melhor o problema?

2. Aumente o vértice da Responsabilidade.

Como você poderia tomar mais posse do problema? Por quais partes do problema você poderia se responsabilizar? Poderia aceitar responsabilidade pelas partes que você não causou?

### 3. Aumente o vértice do Controle.

Que parte do problema você pode controlar? Como você poderia ter um pouco mais de controle das outras partes?



#### 4. Ignore as perdas.

Se você focar nas perdas ou fracassos, eles aumentam e ficam mais angustiantes. E aí você atrai ainda mais perdas. Então, encontre formas de ignorar as perdas.

Se ignorar as perdas é difícil, tente desviar sua atenção. Pare de falar ou pensar nelas. Evite pessoas que ficam trazendo os fracassos à tona. Siga em frente.

Se você perceber que as perdas estão dando voltas na sua cabeça, anule-as.

E aprenda a ignorar as perdas dos outros também.

#### 5. Faça com que os ganhos fiquem firmes.

O que você pode fazer para que seus sucessos fiquem firmes? Como poderia solidificá-los? Talvez possa escrevê-los ou pendurá-los em uma parede ou quadro.

Mantenha um histórico de seus ganhos. Fale sobre eles a todas as pessoas que puder. Celebre-os!

E também crie o hábito de encontrar e focar nos ganhos dos outros. Quanto mais atenção colocar no sucesso, mais sucesso terá.

A maior parte das respostas a estas perguntas são passos fáceis e prazerosos. Faça isso agora! Você verá um melhoramento repentino do problema.

Depois, faça os passos mais difíceis que escreveu. Logo que comece, descobrirá que não são tão difíceis assim.

Se mesmo seguindo esses cinco passos, você não conseguir resolver o problema completamente, repita os passos até que o problema se vá para sempre.

Além de resolver os problemas para você, esses passos vão começar a despertar o melhor que há em você.

Você vai descobrir um novo tipo de comando sobre a vida, um que sempre teve, mas nunca tinha usado.

Use o Triângulo KRC para liberar a fonte de poder que você sabe que é!





Faça este exercício e depois entre em contato por whatsapp +55 11 98922-0736 ou e-mail [contato@dianeticabrasil.com.br](mailto:contato@dianeticabrasil.com.br) para contar os resultados.

Qualquer dúvida estou sempre pronta para ajudá-lo(a).

Para aumentar ainda mais seu Conhecimento, Responsabilidade e Controle, leia os livros de L. Ron Hubbard.

Visite meu site: [www.dianeticabrasil.com.br](http://www.dianeticabrasil.com.br)