



## Quem Mexeu no Meu Queijo?

Histórias são meios de transmitir aprendizados. Sejam mitos, fábulas ou eventos do cotidiano, seja por analogia ou um exemplo direto, elas podem nos mostrar detalhes sutis sobre a condição humana. Detalhes esses, muitas vezes difíceis de assimilar em uma exposição teórica. Em uma história, porém, nos parece mais fácil compreender a situação das personagens e aprender com suas escolhas.

“Quem Mexeu no Meu Queijo” é, portanto, uma dessas histórias que tem muito a ensinar. Ela envolve quatro personagens com visões diferentes de mundo andando em um labirinto. Lá há um prêmio para cada um, apresentado sob a forma de seus Queijos preferidos. Enquanto o Queijo representa aquilo que você deseja possuir, o labirinto representa todas as dificuldades que você enfrenta para conseguir o que quer.

O autor garante que inúmeras pessoas conseguiram tirar valiosas lições dessa história. Muitas conferindo-lhe suas próprias interpretações. Assim, preste atenção nas dicas e na trama, mas também reflita sobre as ações das personagens e veja se você consegue tirar novas lições! Preparado?

## **Identifique o que te traz conforto e segurança**

A história começa com quatro personagens em busca de um queijo em um grande labirinto. Sniff e Scurry eram ratos e Hem e Haw eram duendes. Toda manhã eles vestiam suas roupas de corrida e amontoavam-se pelos corredores do labirinto. Enquanto os ratos agiam por instinto, os duendes usavam de seus cérebros mais desenvolvidos para refletir sobre os caminhos escolhidos. Ainda assim, um dia todos os quatro encontraram o grande Posto C, lotado de Queijo.

Desde então, os duendes passaram a acordar um pouco mais tarde e a dirigir-se com calma até lá, confiantes de que teriam Queijo para o resto de suas vidas. Até mudaram-se para perto do Posto C, criando ali uma nova vida social. Sentiam-se satisfeitos e seguros.

Os ratos, por outro lado, continuaram acordando cedo todos os dias, seguindo sempre o mesmo caminho. Chegavam ao Posto C, tiravam seus tênis de corrida e penduravam eles ao pescoço, preparados para correr quando fosse necessário. Só então aproveitavam o Queijo.

Esse início mostra uma rotina na vida dos personagens. E todos eles sabem que o Queijo é sua fonte de comodidade, afinal, é aquilo que eles buscavam. Assim como eles, identifique qual é o seu Queijo. O que lhe traz conforto e segurança? O que é que você toma como certo? Onde você se apoia?

## **Esteja atento às mudanças**

Hem e Haw chegavam ao Posto C e comiam o Queijo. Às vezes, mostravam-no aos seus amigos, oferecendo-o de vez em quando. Costumavam dizer que o conquistaram com muito suor e, por isso, eram merecedores daquele Queijo. Agarravam-se a ele como se fosse parte de suas identidades e chegaram a beirar a arrogância.

Sniff e Scurry tinham o hábito de farejar o queijo e de inspecionar todas as áreas do Posto C. Assim, eles percebiam que o estoque estava diminuindo.

Então chegou o dia em que o Queijo acabou. Os ratos não ficaram surpresos, apenas colocaram seus tênis de corrida e embrenharam-se novamente pelos corredores à procura de um novo local. Os duendes, por outro lado, ficaram perplexos. Chegaram mais tarde e acharam que alguém havia mexido no Queijo. Hem ficou furioso e berrou que aquilo não era justo. Haw ficou paralisado, incapaz de reagir.

Mudanças acontecerão, quer sejam buscadas por você ou impostas pelo acaso. Depois de identificar qual é a sua fonte de segurança, não a considere imutável. Faça análises constantemente, perceba seus arredores, procure por sinais de que algo possa vir a ocorrer. Quanto mais atento você estiver às mudanças, menos elas poderão abalá-lo.

## **Aceite os reveses**

Os duendes continuaram a visitar o Posto C na esperança de que o Queijo voltaria. Acharam que aquilo podia ser um problema passageiro e que logo alguém devia repor o estoque. Chegavam cedo

ao posto e permaneciam lá sentados até regressarem bem mais tarde aos seus lares, famintos.

Os ratos continuaram sua procura e acabaram encontrando o Posto N. Lá havia um Novo Queijo e um estoque muito maior do que o do Posto C.

Com o tempo, Haw passou a imaginar onde Sniff e Scurry estariam e sua vontade de embrenhar-se pelo labirinto aumentava. Tentou convencer Hem a deixarem o Posto C e a buscarem um novo, porém Hem dizia que eles já estavam velhos para essas coisas, que iriam passar vergonha e que o melhor era aguardar a reposição do Queijo.

Quando a mudança vier e tirar-lhe a fonte de segurança, aceite-a. Abra mão do que você perdeu, pois agarrar-se ao passado é privar-se do futuro. Pense no que fazer para melhorar sua situação.

## **Busque novos horizontes**

Os duendes começaram a enfraquecer por fome e estresse. Haw sabia que a situação já estava no limite e não aguentava mais esperar. Percebeu que era ridículo continuar fazendo sempre as mesmas coisas e aguardar que o resultado fosse diferente. Então riu de sua insensatez.

Hem continuava irritado e carrancudo; achou ridículo quando viu Haw preparando-se para enfrentar o labirinto. Podia ser que nem houvesse mais Queijo lá fora ou, mesmo se tivesse, poderia nunca ser encontrado.

Vendo que não conseguiria persuadir o amigo, Haw deixou na parede uma mensagem: “Se Você Não Mudar, Morrerá”. E colocou-

se novamente a correr pelos corredores. Estava inseguro, mas sabia que partir em uma nova busca era melhor do que sentar e esperar.

A única maneira de superar as perdas é olhando para frente. Trace novos planos e saia do lugar.

## **Supere o medo**

Ao andar pelo labirinto, Haw percebeu que não era mais o mesmo. Estava enfraquecido e já não tinha todo o gás de antigamente. Para piorar, deparou-se com muitos corredores escuros e ficou com medo do que eles poderiam guardar. Seria mais fácil retornar para os caminhos que conhecia bem.

Mas ele também sabia que a única forma de encontrar um Novo Queijo era indo para onde nunca havia estado. Perguntou-se o que faria se não tivesse medo; e a resposta estava clara: seguiria uma nova direção. E foi isso o que fez.

Não demorou para começar a sentir-se bem. Achou aquilo curioso, afinal, ele não tinha Queijo e nem sabia para onde ia. Descobriu que essa era a sensação da liberdade, mantida do outro lado do medo. E mais ainda, percebeu que não é necessário extinguir o medo para superá-lo. Bastava seguir em frente, mesmo amedrontado.

O medo é uma grande causa de paralisação. E acaba virando uma grande desculpa para permanecer na sua zona de conforto. Primeiro, perceba-o, saiba que ele exista. Então, aceite-o e se pergunte se ele realmente é tão ruim. Qual é a pior coisa que pode acontecer? E o que você faria caso ela acontecesse? Previna-se da melhor maneira e siga em frente.

## **Não se abale com a solidão**

Haw passou muito tempo sem encontrar nada. E vários foram os dias em que se sentia sozinho. Aquela não era somente uma busca mais difícil do que a anterior, era também uma busca sem auxílio. Desejou que Hem estivesse com ele e até cogitou voltar ao Posto C.

Só que voltar significava abandonar a jornada. Ele não poderia arrastar seu amigo à força; se quisesse sua companhia, teria que se adaptar a rotina dele. Então percebeu que, às vezes, o seu caminho é só seu, e cabe apenas a você trilhá-lo. Haw sabia que seguir em frente o faria sentir-se melhor. E era a única opção se ele quisesse encontrar o Novo Queijo.

Quando você começar a procurar pelo que quer é natural que se sinta mais distante daqueles que não compartilham de sua busca. Tudo bem, esteja ciente de que isso faz parte do processo.

## **Defina o seu objetivo**

Entre suas andanças, era comum Haw sentir-se vagando sem rumo pelos corredores. Ele percebia que esse sentimento começava a desmotivá-lo e logo tratou de imaginar o seu destino. Pensou num grande salão abarrotado com seus queijos preferidos e imaginou-se saboreando-os. A cena lhe deu energia e esperanças, dando significado para toda aquela busca.

Aqui vale a máxima tão bem traduzida por Lewis Carroll: “se você não sabe para onde vai, qualquer caminho serve”. Ter um objetivo claro a seguir não só lhe oferece esperanças, mas lhe dá embalo e lhe

deixa mais atento a perceber as pistas que apontam o melhor caminho.

## **Ria de si mesmo**

Ao longo de suas dúvidas e das ameaças que sua mente fazia para abandonar a busca, Haw notava que o ponto de virada era sempre o distanciamento da situação. Ao analisá-la de longe, ele conseguia perceber o quão ridículo aqueles pensamentos negativos eram e ria de sua própria insegurança.

Não se leve tão a sério. Permita-se dar alguns passos para trás e enxergar o panorama completo. O que você está fazendo está lhe ajudando? Há alguma atitude sua que lhe atrapalha? É bem provável que sim; não faça dela o fim do mundo ou culpe-a por seus fracassos. Abrace-a com carinho e ria de seus defeitos. Essa é a melhor forma de assumi-los e começar a mudá-los.

## **Esteja consciente de que fracassos virão**

Após muito procurar, Haw avistou um Posto de Queijo promissor. Correu até lá apenas para verificar que estava vazio. Seria isso? Toda essa busca por nada?

Mas ele riu de sua preocupação e continuou a andar. Muito depois, acabou cruzando com alguns pedaços de um Novo Queijo. Comeu um pouco e guardou outros no bolso. Recuperou suas forças e ficou excitado. Alcançou um outro Posto, porém também estava vazio.

Alguém devia ter estado lá e deixado somente os pequenos pedaços para trás. Se Haw tivesse deixado o Posto C mais cedo, poderia ter

chegado ali a tempo. Fosse como fosse, ele não se deixou abalar. Até pensou em mostrar os pedaços de queijo para Hem; talvez o animasse.

Fracassos são naturais. Sucessos instantâneos são raros. Aprenda com seus tropeços e desilusões e assim você estará cada vez mais preparado para chegar onde quer.

## **Experimente o novo**

Haw retornou ao Posto C e ofereceu o Novo Queijo para Hem. Contudo, seu amigo limitou-se a dizer que não tinha certeza se gostaria daquilo e que o melhor era aguardar pelo Velho Queijo. Haw balançou a cabeça, decepcionado, e regressou ao labirinto.

Ao agarrar-se ao comum, ao conforto, ao que já se tem, você fecha as portas do novo. Como saber se não há algo melhor por aí, se você nem se dá a chance de experimentar?

## **Encontre satisfação no caminho**

Haw já se sentia inabalável. Mesmo que não viesse a encontrar um Novo Queijo, estava satisfeito com a busca. Caminhava pelos corredores com a visão clara do que queria, porém aproveitava cada passo dado. Já não tinha inseguranças nem medos. Havia percebido que a situação real nunca é tão apavorante quanto a criada em sua mente.

Apenas sua atitude de continuar seguindo em frente já era responsável por energizá-lo. Ele não se sentia mais fraco nem impotente. Estava muito melhor do que quando permanecia sentado

no Posto C. Agora presenciava a vida pulsando e sabia que estava no controle de seus passos.

Esse talvez seja um dos grandes segredos para a felicidade. Afinal, ela nunca está no fim do caminho. Se na corrida para o sucesso você esquecer de apreciar seus passos, é provável que esteja indo para o lugar errado.

## **Perceba a importância de suas crenças e mantenha a mente aberta**

Refletindo sobre o que causara aquela mudança de perspectiva, Haw notava a evolução de suas crenças. No Posto C, ele acreditava que não conseguiria embrenhar-se pelo labirinto novamente, que haveriam perigos escondidos pelos corredores, que faria papel de tolo e que todo o esforço poderia não valer a pena.

Então ele agradeceu por ter mantido a mente aberta e permitir-se renovar suas crenças. Comprometeu-se, então, a jamais torná-las absolutas e estar sempre aberto a novos aprendizados.

Limitar suas crenças é limitar o seu próprio desenvolvimento.

Cuidado com aquilo que acredita, pois é provável que isso ajuste suas percepções de mundo para que obtenha a comprovação.

Treinar a recepção de novos estímulos sem recusá-los, procurando entendê-los e avaliando com transparência se eles fazem sentido ou não, é a única forma de crescer. Não diga “não” ao que foge de suas crenças.

## **Compartilhe o que sabe**

Enquanto caminhava pelo labirinto, Haw registrava o seu aprendizado nas paredes. Escrevia mensagens na esperança de que Hem pudesse se guiar por elas um dia.

O que você faria se não tivesse medo?

Cheire o Queijo com frequência para saber quando ele está ficando velho.

O Movimento em uma nova direção ajuda-o a encontrar um Novo Queijo.

Quando você vence o seu medo, sente-se livre.

Imaginar-me saboreando o Novo Queijo, antes mesmo de encontrá-lo, conduz-me a ele.

Quanto mais rápido você se esquece do Velho Queijo, mais rápido encontra um Novo.

É mais seguro procurar no labirinto do que permanecer sem Queijo.

Velhas crenças não o levam ao Novo Queijo.

Quando você acredita que pode encontrar e apreciar um Novo Queijo, muda de direção.

Notar cedo as pequenas mudanças ajuda-o a adaptar-se às maiores que ocorrerão.

Além de ajudar os outros, compartilhar seus aprendizados serve de lembrete. Ao repeti-los, você garante que não irá esquecê-los. E sustentando a reflexão, pode descobrir ainda novas associações.

## **Persista**

Após muito andar, refletir e amadurecer, Haw finalmente encontrou o Posto N lotado de Queijo! As pilhas eram enormes e o estoque era de longe o maior que já tinha visto. Havia tipos de queijo completamente novos. E, em meio à fartura, estavam Sniff e Scurry.

Haw cumprimentou-os e foi logo pegando pedaços de seus queijos favoritos. Tirou o tênis de corrida, mas manteve-o próximo para o caso de precisar dele outra vez. Agradeceu por ter continuado em frente, embora sua mente insistisse em construir as mais intrincadas verdades para fazê-lo desistir. Ele sabia que sua capacidade de rir de sua insensatez fora a grande causa de seu amadurecimento e persistência.

## **Simplifique**

Ao olhar para Sniff e Scurry aproveitando o Posto N, Haw pensou que podia aprender algo com eles. Ele sabia que o cérebro dos duendes era maravilhoso e os permitia façanhas com as quais os ratos nem sonhariam, porém eram também responsáveis por criar muitas barreiras. Havia algo que os ratos faziam melhor, justamente por não conseguirem pensar em termos complexos: simplificar as coisas.

Mas Haw podia usar seu cérebro de duende para aprender com o passado e simplificar sua vida dali pra frente. Assim ele poderia ter o

melhor dos dois lados. Precisava ser flexível, não se confundir com as crenças assustadoras e adaptar-se rápido.

Para ajudar a lembrá-lo, ele sintetizou seus aprendizados na maior parede do Posto N:

A Mudança Ocorre, continuam a mexer no Queijo;

Antecipe a Mudança, prepare-se no caso do Queijo não estar no lugar;

Monitore a Mudança, cheire o Queijo com frequência para saber se está velho;

Adapte-se rapidamente à Mudança, quanto mais rápido você se esquecer do Velho Queijo, mais rápido pode saborear um Novo;

Mudança, saia do lugar assim como o Queijo!

Aprecie a Mudança, sinta o gosto da aventura;

Esteja preparado para Mudar Rapidamente, continuam mexendo no Queijo.

Pensou também em Hem e cogitou voltar ao Posto C e trazê-lo até ali. Contudo, àquela altura ele já havia percebido que a mudança precisava partir de seu amigo. Ninguém poderia fazer isso por Hem, ele precisava encontrar o próprio caminho. Ao menos, Haw deixara pistas pelo labirinto.

Então ele ouviu algo. Alguém se aproximava do Posto N. Seria Hem?

**FONTE: 12MIN**