

## Stefan Holm e a Busca pela Perfeição no Salto Alto

Stefan Holm, um saltador altura da Suécia, foi informado de que era muito baixo para ser um saltador altura. Mas, no momento que ganhou uma medalha de ouro para a Suécia nos Jogos Olímpicos de 2004, ele havia se transformado um projétil perfeito. Isso resultou de uma obsessão de 15 anos: toda a sua vida havia sido arrastada alinhamento com este objetivo. Se ele quisesse parar na página 225 de um livro, ele se forçaria a ir para a página 240, para treinar a sua mente a ultrapassar.

Em 2007, entrando nos campeonatos mundiais no Japão como o favorito, ele enfrentou um oponente desconhecido: Donald Thomas, do Bahamas. Thomas começou a saltar apenas oito meses antes, por uma aposta, e admitiu que achava o salto altura "um pouco chato". Ele havia desleixado o treinamento – sua forma estava totalmente fora do lugar – e seu treinador não conseguia sequer convencê-lo a vestir o tipo certo de sapatos.

Mas ele tinha uma grande vantagem: um tendão de Aquiles que podia armazenar um pouco mais de energia elástica do que o de todos os outros.

Nesse ano, Thomas saltou desajeitadamente sobre a vara para a vitória.

Ouçá os atletas falarem, e você ouvirá parábolas que ecoam a parte um dessa história – contos de disciplina de ferro, de superar inicialmente contratempos.

Quando perguntado a explicar seu sucesso, Michael Phelps não se alonga sobre seus genes afortunados: seus pés semelhantes a remos ou seu impressionante 6 pés, 7 polegadas asapan. Em vez disso, ele diz coisas como, "se você pensar fazer o impensável, você pode"; ou "quanto mais usar a sua imaginação, mais rápido você vai".

E aqui está Usain Bolt, sobre o segredo de sua vitória:

"Fácil não é uma opção. Não há dias de folga. Nunca desista."

Mas os cientistas dizem que Bolt foi moldado como se pelos deuses no sprinter perfeito.

Os esportes de elite estão mais do que de costume dados à valorização do trabalho duro e da vontade.

Mas o culto ao trabalho se espalhou muito além dos esportes: ele é uma parte crescente da cultura geral.

Isso pode ser rastreado, eu acho, para a publicação de *Outliers* de Malcolm Gladwell 2008, que popularizou a "regra dos 10.000 horas", a ideia de que o trabalho duro não só é necessário, mas também suficiente para o sucesso.

Isso pegou a imaginação do público e se tornou incorporado programas de treinamento para grupos tão diversos quanto violinistas e comerciantes de fundos de hedge.

O princípio de que todo mundo deve estar se arremessando no chão é se espalhado também, hoje dia, no crescente setor de autoajuda, que se mescla com conselhos de negócios online.

YouTube está repleto de CEOs dizendo a pessoas para se levantarem às 4h da manhã e dispensar uma vida social.

Mas os Jogos Olímpicos também são o local que o mito da supremacia do trabalho duro é mais frequentemente

Quando o novo ataque russo na região norte de Kharkiv da Ucrânia começou maio, viajei para lá e ver 7 como estava lidando. Em todos os lugares eu vi outdoors retratando bombeiros ou trabalhadores comunitários no serviço com a palavra 7 "Kharkiv invencível". Os moradores estavam irritado sobre as bombas caindo nas cabeças deles mas ao lado do medo havia

otimismo 7 sombrio...

Falei com Oleksandr Solomashchenko, cuja organização ajudou 3.000 evacuados a escapar das novas áreas da linha de frente. Geralmente alegres 7 ou energéticos; Solomeshtenko não conseguia parar para chorar ao lembrar uma família que tinha um filho portadora duma deficiência relutante 7 aceitar sua ajuda na viagem até lá fora do local: ocorreu-se comigo como ser invencível também é sentir dor 7 mas sem se machucarem as emoções ucraniana...

Voltando a Kharkiv esta semana, achei que o povoado estava mais seguro e com 7 melhor disposição para ficar paz. Apesar dos combates nas proximidades há menos bombas guiada enviadas ao país nos 7 dias de hoje!

---

#### **Informações do documento:**

Autor: symphonyinn.com

Assunto: freebet uk

Palavras-chave: **freebet uk - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-11-19