

**O
EGO
É SEU
INIMIGO**

COMO DOMINAR SEU PIOR ADVERSÁRIO

RYAN HOLIDAY

TRADUÇÃO DE ANDREA GOTTLIEB



Copyright © 2016 by Ryan Holiday
Edição publicada mediante acordo com Portfolio,
um selo da Penguin Random House LLC.

TÍTULO ORIGINAL
Ego is the enemy

PREPARAÇÃO
Natalia Klussmann

REVISÃO
Juliana Werneck
Juliana Pitanga

DIAGRAMAÇÃO
Kátia Regina Silva | Babilonia Cultura Editorial

DESIGN DE CAPA
Karl Spurzem

FOTO DE CAPA
Kamira | Shutterstock

ADAPTAÇÃO DE CAPA
Julio Moreira | Equatorium Design

CIP-BRASIL. CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO
SINDICATO NACIONAL DOS EDITORES DE LIVROS, RJ
H675e

Holiday, Ryan, 1987-

O ego é seu inimigo / Ryan Holiday ; tradução Andrea
Gottlieb. – 1. ed. – Rio de Janeiro : Intrínseca, 2017.

Tradução de: Ego is the enemy
Inclui bibliografia
ISBN 978-85-510-0242-1

1. Administração de pessoal. 2. Liderança. I. Gottlieb,
Andrea. II. Título.

17-42804

CDD: 658.314
CDU: 658.310.42

[2017]

Todos os direitos desta edição reservados à
EDITORA INTRÍNSECA LTDA.
Rua Marquês de São Vicente, 99, 3º andar
22451-041 – Gávea
Rio de Janeiro – RJ
Tel./Fax: (21) 3206-7400
www.intrinseca.com.br

SUMÁRIO

<i>O doloroso prólogo</i>	9
<i>Introdução</i>	17

PARTE I . ASPIRAÇÃO

Blá, blá, blá	41
Ser ou fazer?	49
Torne-se um aprendiz	57
Não seja apaixonado	65
Siga a estratégia da tela em branco	73
Contenha-se	83
Liberte-se de seus pensamentos	91
O perigo do orgulho precipitado	99
Trabalho, trabalho, trabalho	107
Para tudo o que vem a seguir, o ego é seu inimigo	113

PARTE II . SUCESSO

Seja sempre um aprendiz	129
Não conte uma história a si mesmo	135
O que é importante para você?	143

Arrogância, controle e paranoia	151
Como administrar a si mesmo	159
Cuidado com a doença do eu	167
Medite sobre a imensidão	175
Mantenha a sobriedade	181
Para o que costuma vir a seguir, o ego é seu inimigo	187

PARTE III . FRACASSO

Tempo produtivo ou tempo improdutivo?	207
O esforço é suficiente	213
Momentos <i>Clube da Luta</i>	221
Saiba quando parar	229
Tenha seus próprios critérios de avaliação	237
Ame sempre	243
Para tudo o que vem a seguir, o ego é seu inimigo	251
<i>Epílogo</i>	255
<i>O que ler agora</i>	263
<i>Bibliografia selecionada</i>	265
<i>Agradecimentos</i>	269