



A\*\*\*\*  
SENHA

# CÁTIA DAMASCENO

LIVE 04

# “Tudo vai dar certo!”

**CÁTIA DAMASCENO**

A senha é um novo projeto que consiste em conversar 10 dias com 10 pessoas que têm características comuns com o que acredito ser sucesso.

Eu serei o mediador durante os 10 dias, me posicionando como aluno de grandes pessoas que foram selecionadas a dedo para dividir o conhecimento enriquecedor em todos os sentidos.

Perguntas específicas foram separadas para ter respostas impulsionadoras!

Portanto, fique na posição de aluno para obter os melhores insights para a sua vida pessoal e profissional.

A live nº 4 foi com uma grande e admirável mulher:

## **Cátia Damasceno**

Cátia é especialista em sexualidade feminina e fala sobre sexo e relacionamentos em vídeos no YouTube.

Ela é uma história inspiradora de muita garra, força que com certeza alcança a vida de muitas pessoas.

**Qual a pessoa que você pensa quando se trata de ser bem sucedida?**

Kenia Gama - Empresária, coach, escritora e consultora de negócios e vendas, suas palestras são motivantes e já alcançaram milhares de mulheres em todo o Brasil.

***Uma empreendedora que veio do baixo e conquistou o topo.***

“A Kenia, para mim, é uma inspiração. Uma mulher de sucesso, que está há 20 anos com a mesma pessoa. Que suportou e lutou as dores da vida e desde então ajuda outras mulheres com a sua história. Ela faz a diferença na vida de tantas empreendedoras... coloca cerca de 2 mil mulheres no mesmo lugar. Isso é incrível e admirável”.

**Qual foi o hábito que você instalou nos últimos 12 meses que influenciou no seu sucesso?*****O de meditar.***

Se me dissessem, alguns anos atrás, que eu faria o que faço hoje, eu diria que seria loucura, uma mentira... mas como eu mesma estou convivendo com isso, digo que é possível para todos;

Há 1 ano atrás, comecei a meditar e isso me deu uma sensação otimista para resolver problemas.

Por vezes, na tentativa eufórica em encontrar solução para as coisas, eu mais acumulava sem ter de fato uma resolução.

Quando não temos uma visão do todo, acumulamos problemas.

Por isso é necessário refletir, respirar, para acalmar a mente e poder resolver uma coisa de cada vez.

Então acalmar os meus pensamentos e refletir, influencia muito nas minhas decisões, me traz insights e ideias que impactam diretamente no meu sucesso”.

## O que você faz nos primeiros 60 minutos quando você acorda?

Depende da hora que eu acordo, se estou na minha vibe, mais tranquila... faço uma oração e agradeço a Deus por mais um dia, pedindo-lhe inspiração. Isso para mim é fundamental para começar o dia.

Podem pensar que eu sou louca, mas eu rezo.

Feito isso, um hábito que também adquiri, é tomar café nas manhãs, antes não conseguia, vivia num constante movimento. Quando notei os impactos negativos que isso estava trazendo na minha vida, resolvi mudar.

Na pandemia eu entrei numa crise muito forte, acordava já com o celular no rosto... busquei por tratamento e uma das coisas que meu psicólogo disse: “nos primeiros 15 minutos quando acorda, não mexa no celular.”

Cuidar do meu corpo também é uma prioridade no meu primeiro horário, faço yoga, tomo café... além disso, estar com meus filhos tendo um tempo de qualidade, faz diferença no meu dia. É importante!”

## Que tipo de conteúdo você costuma explorar a noite?

Eu gosto de desafiar meu cérebro com números. É uma forma de desacelerar.

Durante a noite, no meu processo de descanso, me recolho no meu quarto, onde é meu lugar sagrado, e atraio pensamentos positivos.

Acredito que a cama é um lugar sagrado, não gosto de trazer problemas para o meu quarto. Então, tudo o que busco fazer, são coisas que agregam valores, que trazem felicidades e boas energias.

Além disso, procuro estudar livros, documentários e séries, pois ajudam no meu processo criativo.”

***“Saiba qual a sua atividade chave para dedicar 60 minutos do seu tempo”***

***Saber planejar para então executar”***

**Como dominar uma competência, pode influenciar na produção de dinheiro?**

“Dominar desejos momentâneos; acredito que gastar menos do que aquilo que você ganha está dentro de uma competência.

Eu aprendi quando eu não tinha dinheiro, e tinha um “plástico” chamado cartão de crédito.

Eu ganhava 800 reais por mês e tinha um cartão de 4 mil reais e achava que esse valor era o que eu podia gastar. E não era assim.

Por ter esse pensamento, eu só me afundava em dívidas.

Quando decidi mudar, fui enriquecendo, e o hábito de economizar, de não gastar mais do que posso, persiste até hoje.

Eu faço os meus investimentos, gosto de viajar para conhecer novas culturas...

Mas é necessário que tenhamos esse controle de gastar menos.

As nossas necessidades emocionais não podem ser pagas com dinheiro.

Existem grandes casos de mulheres que quando estão tristes, vão comprar sapatos, roupas para saciar o sentimento do momento.

Os problemas internos, resolvemos olhando para dentro e não externalizando com satisfação momentânea.

Tratando desses sentimentos, podemos crescer e ser bem-sucedidos.”

## O que é sucesso para você?

A minha autenticidade e verdade que levo a vida.

***Uma pessoa de sucesso para mim, é aquela que é feliz com o que faz, com a família e realizada emocionalmente com os seus próprios problemas.***

Uma pessoa de sucesso, é aquela que olha para dentro de si a fim de resolver problemas sem precisar escondê-los.

Quando estamos bem resolvidos, o mundo fica pequeno”.

Em algum momento da sua vida você deixou de ser autêntica?

Não.

Eu aprendi a ser eu mesma.

Já fui uma pessoa de me podar para caber no mundo do outro, só existia... vivia infeliz e enganada.

Quando entendi e aceitei o processo do autoconhecimento, me realizei como mulher, me posicionei e isso reflete no meu sucesso de hoje.

Esse processo aconteceu assim que gerei outra vida. Uma reflexão profunda tomou conta de mim, a ponto de me mostrar que... “Se eu sou capaz de cuidar de uma vida, por que eu não seria capaz de cuidar de mim mesma?”

***Por isso hoje eu sou decidida. A maternidade me mostrou!***

### **O que você falaria para a Cátia de 25 anos?**

Foi desafiador esse tempo...

Com 25 anos eu estava dando à luz ao meu primeiro filho, passando por um divórcio e em luto pela perda do meu pai.

Passei por inúmeros acontecimentos

Mas uma frase que eu diria: vai dar tudo certo! Não desista de você.

E deu certo! Eu sou boa, desejo o bem do próximo, acredito ser um ser humano de luz... isso respinga no mundo!

***Alguém que luta e trabalha pela família, tem que dar certo na vida.***

Por isso que sempre dará certo!

*E se ainda não deu certo nesse momento da vida, é porque o que você está fazendo, provavelmente não esteja alinhado com o seu propósito. Reflita, se concentre, porque é certo que dará tudo certo!*

**SENHA 004**

**SENHA 004\_**

**“**

**TUDO VAI DAR CERTO!**

**”**

**A \*\*\*  
SENHA**