

A Tripartite da Vida

Marco Oliveira

Prefácio

Muitas pessoas passam a vida inteira sofrendo por diversos problemas que muitas vezes não sabem nem onde e como eles começaram. E se um dia irão acabar. Problemas de saúde, dinheiro e relacionamento, estão no topo da lista de dificuldades, que todos enfrentamos. O que a maioria não se apercebe, é que praticamente todos os problemas que enfrentamos hoje, são via de regra "ligados por uma mesma raiz". E essa condição, é o que vai determinar se seremos bem sucedidos em um relacionamento, quer familiar, quer amoroso; se manteremos uma vida saudável, ou mesmo se teremos paz financeira. No decorrer deste livro, você entenderá o que significa a Tripartite da Vida, e como você, ao aplicar alguns conceitos e princípios, pode se livrar de muitos problemas, bem como saber lidar com qualquer situação de modo sábio e sereno. Aproveite cada parágrafo, cada tópico, mesmo que ache a princípio que aquele assunto não é para você. Acredite, a Tripartite da Vida mais cedo ou mais tarde irá afetar você de uma forma positiva, ou não. Cabe a você decidir. Uma boa leitura.

Marco Oliveira

Dedico este livro à minha amada e humilde esposa, a qual devo a alegria dos melhores anos da minha vida. Agradeço ao Criador de todas as coisas, Aquele a quem todo ser vivente na terra, e cada átomo do universo deve a sua existência.

Índice

Capítulo 1 - O Que Mais Importa na Vida Realmente para Você?

- *Problemas mais comuns na vida de todos
- *O que mais atrapalha o seu crescimento
- *O que você precisa para ser uma pessoa feliz
- *A Tripartite da Vida

Capítulo 2 - Saúde

- *Alimentação x Exercício Físico
- *Alimentação
- *Alimentos amigos da sua saúde
- *Atividade Física
- *Prevenção
- *Saúde Mental
- *Saúde x Dinheiro x Relacionamento

Capítulo 3 - Dinheiro

- *O valor do dinheiro
- *A importância de se investir
- *Formas de conquista financeira
- *Como começar a juntar dinheiro do zero
- *Dinheiro x Relacionamento x Saúde

Capítulo 4 - Relacionamento

- *Relacionamento Amoroso
- *Relacionamento Familiar
- *Relacionamento Social
- *Relacionamento Consigo Mesmo
- *Relacionamento x Saúde x Dinheiro

Capítulo 5 - Conclusão

- *O que você aprendeu sobre saúde?
- *O que você aprendeu sobre dinheiro?
- *O que você aprendeu sobre relacionamento?
- *A Tripartite em harmonia na sua Vida