

O Tarô E A Jornada Do Herói PDF

HAJO BANZHAF



Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Sobre o livro

Exploração das Cartas de Tarô

Nesta recém-lançada edição revisada de sua obra fundamental, Hajo Banzhaf (1949–2009), renomado astrólogo e especialista em Tarô, convida os leitores a desvendar as 22 cartas dos Arcanos Maiores. Ele apresenta essas cartas não apenas como simples símbolos, mas como poderosos indicadores do caminho espiritual, funcionando como referências arquetípicas que guiam o indivíduo em direção à totalidade do ser e à individuação.

Banzhaf foi pioneiro ao esclarecer o simbolismo profundo contido no Tarô, revelando que a trajetória de uma pessoa em busca de seu propósito é uma verdadeira parábola, um conto alegórico que reflete a vida de cada um. Embora a jornada do herói tenha sido abordada em diversas histórias, livros e filmes, ela encontra sua expressão mais completa e significativa nas 22 cartas dos Arcanos Maiores do Tarô, possibilitando uma compreensão aprofundada desta jornada transformadora.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Por que usar o aplicativo Bookey é melhor do que ler PDF?



Teste gratuito com Bookey



Ad



Experimente o aplicativo Bookey para ler mais de 1000 resumos dos melhores livros do mundo

Desbloqueie **1000+** títulos, **80+** tópicos

Novos títulos adicionados toda semana

Product & Brand

Liderança & Colaboração

Gerenciamento de Tempo

Relacionamento & Comunicação

Estratégia de Negócios

Criatividade

Memórias

Conheça a Si Mesmo

Psicologia Positiva

Empreendedorismo

História Mundial

Comunicação entre Pais e Filhos

Autocuidado

Mindfulness

Visões dos melhores livros do mundo

Gerenciamento de Tempo

Os 7 Hábitos das Pessoas Altamente Eficazes

Mini Hábitos

Hábitos Atômicos

O Clube das 5 da Manhã

Como Fazer Amigos e Influenciar Pessoas

Como Não

Teste gratuito com Bookey





Por que o Bookey é um aplicativo indispensável para amantes de livros



Conteúdo de 30min

Quanto mais profunda e clara for a interpretação que fornecemos, melhor será sua compreensão de cada título.



Clipes de Ideias de 3min

Impulsione seu progresso.



Questionário

Verifique se você dominou o que acabou de aprender.



E mais

Várias fontes, Caminhos em andamento, Coleções...

Teste gratuito com Bookey





As melhores ideias do mundo desbloqueiam seu potencial

Essai gratuit avec Bookey



Digitalizar para baixar



O Tarô E A Jornada Do Herói Resumo

Escrito por IdeaClips

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Quem deve ler este livro **O Tarô E A Jornada Do Herói**

O livro "O Tarô e a Jornada do Herói" de Hajo Banzhaf é uma leitura recomendada para pessoas interessadas em autoconhecimento, espiritualidade e desenvolvimento pessoal. Psicólogos, terapeutas e coaches que buscam integrar ferramentas esotéricas às suas práticas encontrarão valiosas insights sobre a utilização do Tarô como um meio de explorar a psique humana. Além disso, amantes do Tarô e iniciantes que desejam compreender melhor as cartas e seus significados no contexto da jornada heroica também se beneficiarão dessa obra. O livro oferece uma perspectiva única que combina mitologia, psicologia e simbolismo, tornando-o atraente para qualquer pessoa em busca de autodescoberta e reflexão profunda.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Principais insights de O Tarô E A Jornada Do Herói em formato de tabela

Capítulo	Tema	Resumo
1	Introdução ao Tarô e à Jornada do Herói	Explora a conexão entre o Tarô e a narrativa mítica da jornada do herói, apresentando como essas ferramentas de autoconhecimento podem ser integradas.
2	O Tarô como Ferramenta de Autoconhecimento	Discute as cartas do Tarô como espelhos da psique e como cada carta representa diferentes aspectos da experiência humana.
3	A Estrutura da Jornada do Herói	Descreve as etapas da jornada do herói, conforme definidas por Joseph Campbell, e como estas podem ser vistas nas cartas do Tarô.
4	Os Arcanos Maiores	Analisa cada um dos 22 Arcanos Maiores do Tarô, relacionando-os a etapas específicas da jornada do herói.
5	Os Arcanos Menores e o Cotidiano	Foca nos Arcanos Menores, explicando suas influências diárias e como eles se conectam à jornada pessoal de cada um.
6	Interpretação e Prática	Oferece métodos para utilizar o Tarô na interpretação da própria jornada, incluindo tiragens e reflexões pessoais.
7	Conclusões e Reflexões	Encerra com considerações sobre a importância do Tarô na autodescoberta e na transformação pessoal, enfatizando o valor da



Capítulo	Tema	Resumo
		jornada individual.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

O Tarô E A Jornada Do Herói Lista de capítulos resumidos

1. Introdução ao Tarô e sua Relação com a Mitologia
2. A Estrutura da Jornada do Herói Segundo Joseph Campbell
3. Os Arcanos Maiores como Representação de Fases da Jornada
4. Interpretação dos Arcanos Menores e seus Significados Profundos
5. Métodos Práticos de Uso do Tarô na Autodescoberta
6. Conclusão: A Jornada Transformadora do Tarô na Vida Pessoal



1. Introdução ao Tarô e sua Relação com a Mitologia

O Tarô é muito mais do que um simples conjunto de cartas; ele é um espelho da jornada humana, refletindo as complexidades da vida e as experiências universais que transpassam culturas e épocas. Suas raízes estão profundamente entrelaçadas com a mitologia, uma linguagem atemporal que narra as aspirações, medos e transformações do ser humano. A relação entre o Tarô e a mitologia é um tema fascinante, que revela como essas cartas podem servir como ferramenta para explorar a psique coletiva e individual.

Desde os primeiros registros do Tarô no século XV até as suas interpretações contemporâneas, as cartas têm sido utilizadas como um meio de conexão com o inconsciente. Cada arcano traz consigo uma carga simbólica, que ressoa com histórias e mitos conhecidos que formam a base da experiência humana. Por exemplo, a figura do Mago é frequentemente associada ao herói mitológico que possui em suas mãos o poder de moldar a realidade. Assim, quando uma pessoa tira essa carta em uma leitura, pode ser interpretado como um chamado à ação, um lembrete de que ela possui as ferramentas necessárias para manifestar suas intenções e enfrentar desafios.

Além disso, muitos dos arcanos maiores representam etapas arquetípicas da jornada do herói, um conceito amplamente desenvolvido por Joseph Campbell. Essa jornada é uma narrativa comum presente em várias culturas,



onde o herói, após passar por provas e tribulações, retorna transformado e enriquecido por suas experiências. O Tarô, portanto, não só ilustra essas etapas, mas também permite que o indivíduo se veja como parte dessa narrativa maior. Ao fitar as cartas, cada um de nós é convidado a assumir o papel de herói em nossa própria história, a abraçar os desafios e a solidão, assim como as recompensas que vêm do crescimento pessoal e da autodescoberta.

O poder do Tarô se estende além da interpretação de cartas; ele se enraíza nos mitos que existem para nos guiar. Cada arcano tem sua própria relação com esses mitos, ecoando as verdades fundamentais sobre a condição humana. Quando nos engajamos com essas histórias, não apenas compreendemos melhor a nós mesmos e as nossas vivências, mas também começamos a ver como cada experiência que temos forma um capítulo na grande história da vida. Portanto, a introdução ao Tarô deve ser vista não apenas como um estudo de símbolos, mas como uma porta de entrada para a sabedoria antiga contida na mitologia, onde cada leitura é um mergulho profundo nas experiências universais que moldam nossa existência.

Mais livres gratuits no Bookey



Digitalizar para baixar

2. A Estrutura da Jornada do Herói Segundo Joseph Campbell

A estrutura da Jornada do Herói, conforme delineada por Joseph Campbell em sua obra "O Herói de Mil Faces", apresenta um modelo narrativo universal que se desdobra em diversas culturas e mitologias ao longo da história. Campbell descreve essa jornada como uma série de etapas que o herói deve enfrentar para completar sua missão e alcançar seu destino final, o que é muito semelhante às lições e arquetípicos encontrados no Tarô.

A jornada do herói é frequentemente dividida em três grandes atos: a partida, a iniciação e o retorno. Cada uma dessas etapas é composta por subetapas que aprofundam a jornada, permitindo que o herói evolua e enfrente desafios significativos.

Na primeira fase, que é a partida, o herói é introduzido em um mundo comum. Aqui, ele se encontra em uma situação de vida cotidiana, onde começa a perceber a monotonia ou algum tipo de insatisfação que o leva a buscar mudanças. O chamado para a aventura surge, o que representa uma chamada interna ou externa para deixar para trás a zona de conforto. Em muitas histórias, este chamado pode vir na forma de um mentor ou um evento inesperado que força o herói a se mobilizar. Essa fase também destaca a recusa do chamado, onde o herói hesita ou resiste à mudança, algo comum na experiência humana de evitar mergulhar em novas jornadas



devido ao medo do desconhecido.

Uma vez que o herói decide aceitar o chamado, ele entra na fase de iniciação, onde começa a enfrentar desafios e provas. Essa fase é rica em arquétipos como os aliados, os testes, e os inimigos. Os aliados oferecem suporte e orientações, enquanto os inimigos representam os obstáculos que o herói precisa superar. Essas interações são cruciais, pois cada experiência proporciona lições que ajudam o herói a evoluir. A culminação dessa fase é frequentemente marcada pelo confronto com o grande desafio ou o 'monstro', que personifica os medos mais profundos do herói e requer coragem e transformação pessoal para ser superado. A vitória nesse confronto resulta em uma espécie de renascimento, onde o herói emerge mais forte e transformado.

A terceira e última fase da jornada é o retorno. Aqui, o herói deve voltar ao seu mundo de origem, levando consigo os ensinamentos e a nova sabedoria adquirida. Esse retorno, no entanto, não é simples; muitas vezes, o herói encontra resistência e deve encontrar maneiras de aplicar o que aprendeu. Essa fase ilustra a reintegração do herói na sociedade, trazendo consigo o elixir da transformação, que pode cuidar da saúde da comunidade ou oferecer novos conhecimentos, o que culmina na expansão e na evolução do grupo como um todo.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Essas etapas da jornada do herói ressoam profundamente com os Arcanos Maiores do Tarô, que simbolizam arquetípicos semelhantes e representam as diversas fases e experiências pelas quais passamos na vida. Compreender essa estrutura permite não apenas que possamos narrar e analisar histórias e mitologias, mas também que façamos uma introspecção subjetiva em nossas próprias vidas, alinhando nossas experiências pessoais com as lições atemporais contidas na jornada do herói.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

3. Os Arcanos Maiores como Representação de Fases da Jornada

Os Arcanos Maiores do Tarô representam um rico manancial de simbolismo e significado que pode ser diretamente ligado à estrutura da jornada do herói, conforme delineada por Joseph Campbell. Estes 22 cartões são mais do que simples ilustrações; eles encapsulam experiências e emoções humanas universais que ressoam com os desafios e os triunfos que todos enfrentamos ao longo da vida.

Cada Arcano Maior pode ser visto como uma etapa crucial da jornada do herói, refletindo os desafios, as transformações e os aprendizados que moldam o caminho individual. O Mago, por exemplo, representa o início da jornada, simbolizando a manifestação da vontade e o potencial criativo. É aqui que o herói começa a perceber seu poder interno e como usá-lo para moldar sua realidade. Essa fase é essencial, pois é a base sobre a qual todas as ações futuras se apoiarão.

A Sacerdotisa, na sequência, mergulha o herói em um universo de intuição e sabedoria interior. Ela representa o inconsciente e os mistérios que precisam ser explorados. Durante esta fase, o protagonista é chamado a escutar sua voz interior e a confiar em seu instinto, preparando-se para as revelações que virão.



Seguindo adiante, o Imperador traz a noção de controle e estrutura. É aqui que o herói deve enfrentar a necessidade de disciplina e liderança, assumindo responsabilidade por suas decisões e ações. Essa estrutura é fundamental para proporcionar a base sobre a qual o desenvolvimento pessoal pode ocorrer.

Conforme a jornada avança, o herói se depara com a Morte. Este Arcano não deve ser visto como um sinal de fim, mas sim como uma transformação poderosa e necessária. Representa a conclusão de um ciclo e o convite para renascer, libertando-se de velhos padrões e incertezas. Essa fase é crucial para a evolução, pois permite que o herói se reformule e siga em frente com uma nova perspectiva.

O Sol simboliza a realização e a iluminação, trazendo uma clareza e vitalidade renovadas após as dificuldades enfrentadas. Aqui, o herói emerge vitorioso, com uma nova compreensão de si mesmo e do mundo. Essa fase é a culminação de esforços e autodescobertas, realçando a recompensa pela jornada interna.

Por fim, o Mundo encerra o ciclo da jornada do herói, simbolizando a integração das lições aprendidas e a plenitude. Aqui, o herói não apenas alcançou seu objetivo, mas também compreendeu o valor de sua jornada. O Mundo representa a conexão entre todos os aspectos do ser, refletindo a



ideia de que cada passo, cada desafio enfrentado e cada personalidade encontrada contribui para a totalidade da experiência humana.

Ao longo da jornada representada pelos Arcanos Maiores, Hajo Banzhaph explora como esses símbolos podem ser utilizados como guias para o entendimento de nossas próprias vidas. Cada Arcano nos convida a refletir sobre as fases que enfrentamos, encorajando um profundo autoconhecimento e um reconhecimento dos ciclos naturais da vida. Assim, o Tarô se transforma em um espelho poderoso, revelando não apenas o que somos, mas também quem podemos nos tornar ao longo de nossa própria jornada.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

4. Interpretação dos Arcanos Menores e seus Significados Profundos

Os Arcanos Menores do Tarô são frequentemente vistos como uma extensão mais sutil e cotidiana da poderosa simbologia contida nos Arcanos Maiores. Enquanto os Arcanos Maiores frequentemente encapsulam grandes temas e arquétipos da vida humana, os Arcanos Menores mergulham nos pormenores e nas experiências diárias que nos moldam ao longo da jornada. Compreender seus significados profundos não só enriquece a prática de leitura de Tarô, mas também proporciona uma janela para aspectos específicos da vida em que precisamos prestar atenção em nossa autoexploração.

Os Arcanos Menores são divididos em quatro naipes: Copas, Espadas, Ouros e Paus, cada um representando elementos e aspectos diferentes da experiência humana.

No naipe de Copas, que simboliza as emoções, intuições e relações, as cartas podem indicar como nos conectamos com os outros e com nós mesmos. Por exemplo, o Dois de Copas sugere uma união harmoniosa ou uma amizade significativa, enquanto o Três de Copas pode evocar celebrações e conexões sociais. Mensagens de amor, compaixão e apoio estão centralizadas neste naipe, ressaltando a importância das relações emocionais em nossa jornada.



O naipe de Espadas, por outro lado, é ligado ao intelecto, à verdade e aos desafios. Aqui, a luta e conflito são temas recorrentes. O Cinco de Espadas, por exemplo, pode sugerir uma vitória que vem à custa de relações danificadas, sinalizando a necessidade de refletir sobre como nossos pensamentos e ações impactam nossa vida e a vida dos outros. As cartas deste naipe nos encorajam a buscar soluções racionais para nossos problemas, mesmo quando isso significa confrontar verdades desconfortáveis.

Os Ouros estão associados a questões práticas como segurança, carreira e a materialidade da vida. O Seis de Ouros, por exemplo, fala sobre o equilíbrio entre dar e receber, sugerindo a importância de generosidade e gratidão nas relações interpessoais e financeiras. Por meio desse naipe, somos convidados a considerar nossas ambições materiais e o impacto que elas têm sobre nossa saúde emocional e espiritual.

Por último, temos o naipe de Paus, que abrange energia, criatividade e ação. O Nove de Paus é um cartão de resiliência e defesa, encorajando-nos a perseverar mesmo diante das dificuldades. Este naipe, por sua natureza ardente, sinaliza também a importância do impulso criativo e da determinação ao perseguir nossos objetivos. As cartas de Paus frequentemente nos lembram de que a ação é necessária para transformar sonhos em realidade, simbolizando a força necessária para avançar na



jornada.

Cada carta dos Arcanos Menores pode trazer significados diversos dependendo de sua posição em uma leitura, sua relação com outras cartas e a situação pessoal do consulente. Por conta disso, um entendimento mais profundo das cartas, das representações visuais e dos simbolismos associados a cada um deles, é essencial para a interpretação eficaz.

Portanto, ao trabalhar com os Arcanos Menores, não só olhamos para as mensagens declaradas nas cartas, mas nos lembramos de como cada uma delas reflete ciclos da vida, permitindo que o praticante entenda nuances emocionais e experiências práticas que se desenrolam na longa jornada do herói em direção ao autoconhecimento.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

5. Métodos Práticos de Uso do Tarô na Autodescoberta

O uso do Tarô como ferramenta de autodescoberta oferece uma rica tapeçaria de métodos práticos que podem ajudar os indivíduos a explorarem não apenas suas circunstâncias externas, mas também suas paisagens internas. Esses métodos vão além de meras leituras superficiais, levando em consideração a complexidade da psique humana e a profundidade das experiências vividas. Neste contexto, apresentaremos algumas abordagens que podem ser implementadas para maximizar os benefícios do Tarô na jornada pessoal de cada um.

Um dos métodos mais eficazes é a prática da leitura diária. Ao tirar uma carta por dia, o praticante se compromete a refletir sobre o significado daquela carta em relação ao seu momento de vida. Essa prática não apenas fornece insights específicos, mas também serve como um convite à introspecção, possibilitando a identificação de padrões de pensamento e comportamento. Ao longo do tempo, a repetição desse exercício pode revelar nuances da personalidade que antes poderiam estar ofuscadas ou ignoradas, criando um diálogo contínuo entre o indivíduo e os Arcanos.

Outra estratégia poderosa é a elaboração de um diário do Tarô. Neste diário, os usuários podem registrar suas leituras, reflexões e as associações pessoais que surgem de cada carta e de cada leitura. O simples ato de escrever pode



ajudar a solidificar entendimentos, enquanto a análise das entradas ao longo do tempo permite identificar temas recorrentes e transformações internas. Fazer anotações sobre sentimentos e mudanças de estado emocional em resposta às cartas pode lançar luz sobre áreas de crescimento ou bloqueios psicológicos que precisam de atenção.

A prática de spreads (distribuições de cartas) específicos para cerimônias de autoconhecimento pode ser particularmente frutífera. Spreads como a Cruz Celta ou a Tiragem em Três Cartas podem ser ajustados para abordar questões internas específicas, como desafios emocionais, metas de vida ou decisões a serem tomadas. Esses layouts não apenas organizam a informação de forma clara, mas também ajudam a situar o indivíduo como parte de uma narrativa maior, permitindo uma compreensão mais ampla de sua jornada e desafios.

Além disso, a meditação com as cartas do Tarô é uma técnica que pode intensificar a conexão entre o usuário e os Arcanos. Escolher uma carta em particular e meditar sobre suas cores, símbolos e significados pode revelar insights que a análise racional não alcança. Essa prática incentiva uma resposta intuitiva à carta e abre espaço para interpretações que emergem da intuição e da criatividade, levando a novas abordagens em situações difíceis.

Arquetipicamente, o Tarô também pode ser usado para explorar a própria

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

jornada do herói pessoal. Cada Arcanos Maior representa diferentes estágios que todos experienciamos ao longo da vida. O praticante pode escolher uma sequência de cartas que representa sua própria jornada, identificando onde se encontra e quais desafios ou aprendizagens estão à frente. Esse tipo de reflexão facilita o autoconhecimento, ajudando a esclarecer o que cada fase da vida traz de lições e simbolismos.

Afinal, os métodos práticos de uso do Tarô na autodescoberta são uma combinação de auto-reflexão, meditação, escrita e interpretação simbólica. Cada leitura e cada carta podem servir como espelhos, refletindo não só quem somos, mas quem estamos nos tornando. Em última análise, o Tarô não é apenas uma ferramenta mística, mas uma aliada no caminho de autoconhecimento e autotransformação.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

6. Conclusão: A Jornada Transformadora do Tarô na Vida Pessoal

A exploração do Tarô como uma ferramenta de autodescoberta culmina em uma reflexão aprofundada sobre a transformação pessoal que este sistema simbólico pode facilitar em nossas vidas. Ao longo da obra, Hajo Banzhaf nos guiou por uma jornada repleta de significados e interpretações, mostrando como os Arcanos Maiores e Menores ecoam as etapas da Jornada do Herói proposta por Joseph Campbell. Essa conexão não apenas enriquece nossa compreensão sobre o Tarô, mas também traz à tona a profunda ressonância que essas cartas têm com nossas experiências pessoais e coletivas.

O Tarô, em sua essência, é mais do que um conjunto de cartas; é um espelho que reflete as complexidades da alma humana. Cada tiragem não deve ser vista apenas como uma previsão do futuro, mas como uma oportunidade de olhar para dentro de si mesmo. Isso é especialmente relevante na busca incessante por autoconhecimento e transformação. Através dos Arcanos, somos convidados a confrontar nossos medos, desejos e dilemas, o que nos permite não apenas entender nossas circunstâncias atuais, mas também nos orientar nas escolhas que moldarão nosso destino.

Ao longo da jornada proposta por Banzhaf, aprendemos que a prática do Tarô não deve se restringir à mera adivinhação. Em vez disso, pode ser um



guia poderoso na nossa vida cotidiana, ajudando-nos a navegar por dificuldades emocionais, incertezas e transformações pessoais. Cada carta, desde o Mago, que simboliza o potencial e as possibilidades, até o Mundo, que representa a realização e a integração, serve como um lembrete das diversas facetas que compõem nossa existência.

A prática do Tarô nos ensina não apenas a confiar em nossa intuição, mas também a aceitar a impermanência das situações em que nos encontramos. Em momentos de crise ou confusão, as cartas podem revelar verdades que, por vezes, não conseguimos reconhecer por conta própria. Isso propicia uma jornada de crescimento pessoal, onde o autoconhecimento se torna uma forma de empoderamento.

Além disso, a abordagem prática do Tarô para a autodescoberta encoraja a reflexão e a meditação sobre os significados das cartas. O legado de sua simbologia antiga se entrelaça com as narrativas do herói, reforçando a ideia de que todos nós somos, de certa forma, heróis em busca de nossas verdades. Esta jornada não é linear nem livre de desafios, mas a cada passo dado com a ajuda do Tarô, nos tornamos mais conscientes de nossas escolhas e de como elas impactam a nossa trajetória.

Em conclusão, a jornada transformadora do Tarô vai além do misticismo; ela se desdobra como um caminho de crescimento e autodescoberta. Ao integrar

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

o Tarô em nossas vidas, não só nos tornamos mais íntimos de nós mesmos, mas também despertamos para as forças maiores que nos cercam. Este processo contínuo de interpretação e reflexão, como enfatizado por Hajo Banzhaf, promove não apenas uma compreensão mais profunda de nosso próprio ser, mas também um esforço mais consciente para vivermos integralmente e em harmonia com nossa história pessoal. Assim, o Tarô se revela como um companheiro fiel em nossa jornada, nos guiando através das lições que a vida tem a nos oferecer.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

5 citações chave de O Tarô E A Jornada Do Herói

1. O Tarô é um espelho da alma, refletindo nossas dúvidas, medos e anseios mais profundos.
2. A jornada do herói é uma metáfora poderosa que nos ajuda a entender nossos próprios desafios e transformações pessoais.
3. Cada lâmina do Tarô é uma etapa de um caminho que se entrelaça com a trajetória da vida e do autodescobrimento.
4. O encontro com o Mago nos ensina sobre a importância da ação consciente e da manifestação dos nossos desejos.
5. A cada arquétipo do Tarô, somos chamados a explorar diferentes aspectos de nós mesmos e a enfrentar as lições que a vida nos oferece.





Digitalizar para baixar



Bookey APP

Mais de 1000 resumos de livros para fortalecer sua mente

Mais de 1M de citações para motivar sua alma

Clipes de ideias de 3 minutos

Acelere seu progresso

Evitar Críticas em Relacionamentos Interpessoais

Criticar os outros apenas provoca resistência e prejudica a autoestima deles, despertando ressentimento ao invés de resolver problemas. Lembre-se de que qualquer tolo pode criticar, mas é preciso caráter e autocontrole para ser compreensivo e perdoar.

Exemplo(s) ▶

Como Fazer Amigos e Influenciar Pessoas

Mantenha a Sequência

Desafio de crescimento de 21 dias

Desafio de Crescimento Pessoal de 21 Dias

Meta diária: 0/5 min
Lêla ou ouça para atingir sua meta

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20

DIA 21
Obter recompensa do desafio

0 vezes
Você completou

Descobrir Biblioteca Eu

Escolha sua área de foco

Quais são seus objetivos de leitura?

Escolha de 1 a 3 objetivos

- Ser uma pessoa eficaz
- Ser um pai melhor
- Ser feliz
- Melhorar habilidades sociais
- Abrir a mente com novos conheci...
- Ganhar mais dinheiro
- Ser saudável

Continuar