



Curso Introdutório de Auto-Ajuda

Autor: Nei Naiff

Este pequeno curso é um material de apoio para as pessoas que buscam algum significado na vida. O curso é gratuito e nos reservamos o direito de reestruturá-lo ou retirá-lo da internet sem aviso prévio. *Os textos foram baseados no livro "Onde Está Minha felicidade? Editora Nova Era".*

Atenção. O presente trabalho pode ser impresso para estudo e consulta pessoal, mas é vetado o seu uso para fins comerciais, como também a inclusão do texto integral ou parte dele em sistema mecânico (apostilas, livros etc.) ou digital (internet, fotos etc.) sem os devidos créditos ao autor.

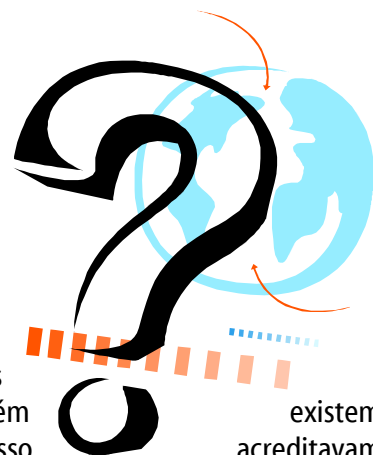
A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Nei Naiff' with a stylized flourish at the end.

Quem precisa de conselhos?

INTERESSANTE COMO MUITAS PESSOAS NÃO ACEITAM ACONSELHAMENTOS POR acharem que ninguém as compreende ou que todos desconhecem a verdadeira razão do sofrimento e, dessa forma, por mais que as oriente nunca será o suficiente para resolverem suas angústias.

Todas perguntam o que fazer, mas nenhuma segue a orientação!

O mais peculiar de tudo é que as histórias se repetem; pois, geralmente, escutamos o relato de pessoas que não deram ouvidos aos conselhos dos amigos ou familiares e terminaram por fracassar. Também aquelas pessoas que nunca tiveram grandes problemas, por isso que conselhos seria uma perda de tempo; e encontramos outras que perderam por deixarem toda a responsabilidade nas mãos da pessoa amada.



existem
acreditavam

Em resumo, todos esperavam obter reconhecimento, fidelidade, paixão, dinheiro; contudo, muitos terminaram em experiências que não conheciam: sozinhos, endividados, fracassados, depressivos; outros seguiram com raiva, ódio, rancor, culpando o destino pela fatalidade ou a situação pela própria desgraça. Em qualquer um desses casos o resultado sempre foi o mesmo: INÉRCIA, FRUSTRAÇÃO, RESENTIMENTO, DESESPERANÇA, TRISTEZA — o oposto do que sonharam.

É possível que por acharem que poderiam contornar todos os revezes — como sempre o fizeram — não deram muita importância aos conflitos e obstáculos continuando sob o mesmo ponto de vista. **Podemos apagar o nosso futuro?** Sim, porém, jamais, o nosso passado. Então, a saída é ter coragem para mudar, reconstruir o presente e abastecer o coração com novas esperanças. Às vezes, sem passar por situações de opressão, perdas irreparáveis ou grandes dificuldades pode ser difícil entender a extensão da vida, das pessoas ou de si mesmo.

Claro que “não ter que passar pelo caminho da dor” como esboçado no livro “ONDE ESTÁ MINHA FELICIDADE?” (Editora Nova Era) seja mais agradável; porém, como tudo possui um preço, corre-se o risco de não amadurecer, fortalecer a alma ou conhecer os próprios limites. Não, não estou pregando a dor como uma via da evolução; contudo, quem não passa por dissabores em algum momento? Todos nós, óbvio! Saber extrair a beleza dessa terrível experiência é uma sabedoria que deve ser explorada por cada um de nós. Aprender com as dissoluções ou tentar evitá-las é a evolução mais importante para o ser humano.

Nota.

Se você é da opinião de que "se conselhos fossem bons seriam vendidos", não se esqueça de que todos os terapeutas cobram por suas consultas. E, todos, invariavelmente, estão sempre corretos em sua orientação. Também, um amigo de confiança sempre fornece bons conselhos. Enfim, aprenda a ouvir mais, a mediar o que você deseja com o que os outros pensam. Quem sabe da próxima vez termine escolhendo melhor os seus caminhos.

O medo do futuro!

OS SENTIMENTOS DO MEDO DO FUTURO SÃO: PREOCUPAÇÃO, INSEGURANÇA, ansiedade, irritação, e podemos ficar aflitos, inquietos, receosos, tensos, insones. Nesse parâmetro temos a sensação de que alguma coisa vai ou pode dar errado; somos impelidos por nós mesmos a escolher o que julgamos verdadeiro ou ter um comportamento perfeito sob nosso ponto de vista. Assim, por almejarmos o melhor, não nos ofertamos a chance de errar; ou ainda, por desejar o êxito total, não vislumbramos que possam ocorrer obstáculos. Pronto! Está instalado a preocupação de não poder fracassar ou perder o que conquistou.



A inação, a inércia, o adiamento ou a hesitação somente agrava os obstáculos e os problemas, pois se cria o medo do desconhecido. O medo é como uma floresta fechada, quanto mais profunda, mais escura e aterrorizadora. Assim, a imaginação, a fantasia e o devaneio, agem contra nós; traímos-nos com pensamentos negativos e partimos do pressuposto de um resultado que ainda não ocorreu.

Entenda que a **preocupação** é uma fé cega no pior resultado, podemos dizer que em determinados momentos poderá tanger a uma obsessão; essa atitude nunca resolve nada e nem nos prepara para nada. Afinal, nosso universo mental não consegue encontrar uma verdadeira solução e quanto maior a preocupação, maior a probabilidade de situações negativas ocorrerem. A melhor maneira de enfrentar o medo, a preocupação, a ansiedade ou a insônia, é deixar as situações fluírem e, a cada momento, pensar somente no que for preciso, nem mais, nem menos.

Ninguém poderá descobrir exatamente como será o desfecho de nada, tudo na vida é uma variável e ninguém é auto-suficiente em todas as situações. Quando perceber que ninguém fica a seu lado por obrigação, que a vida sempre oferta novos caminhos e que as chances são dadas de forma igual, você ficará menos preocupado com possíveis abandonos, solidão, falta de dinheiro e poder sobre as pessoas.

Tenha certeza de que cada ser humano é um mundo diferente e maravilhoso; portanto, ninguém desenvolverá a mesma atitude, que possamos julgar negativa ou positiva, conosco, a não ser que continuemos no mar do egoísmo, vaidade e medo. Quanto mais **medo** nós tivermos do futuro, mais nos fecharemos para a vida, e mais amargos, desconfiados e tristes estaremos. Não tenha medo daquilo que não existe no plano real da vida, o temor dos resultados apenas indica nossa insegurança e a falta de auto-estima; pois com receios ou não, o que estiver correto, pleno de verdade e consciência brotarão.

Nota:

O **segredo** em eliminar o medo do futuro é perdoar a si mesmo e aos outros pelos erros que possam ser cometidos, aceitar a vida como ela é: dinâmica; também, ter absoluta autoconfiança. Somente assim poderemos sentir a paz interior, caso contrário, o amor dificilmente brotará de novo em nossos corações.

Quem pode me ajudar?

QUANDO O SER HUMANO ENTRA EM DESESPERO PELO SEU FRACASSO, ELE espera que um padre, um tarólogo ou um psicólogo (mais uma dezena de similares) responda de que forma poderia retirar o insuportável sofrimento que carrega ou como tudo irá se desenvolver no futuro próximo.



Com certeza, todos aqueles ajudariam de alguma forma, mas eles não poderiam retirar a nossa angústia com as mãos, fazer o tempo voltar ou decidirem o que é melhor para o nosso futuro. Devemos compreender que eles não possuem o poder sobre as vidas alheias e não estão à mercê de nossos caprichos. Na realidade, eles são auxiliares para que cheguemos ao autoconhecimento, a nossa própria responsabilidade.

A busca de um alento só resolve momentaneamente uma situação; contudo, para que o equilíbrio perdure deve-se fazer a renovação de conceitos, buscar quem somos, qual nossa potencialidade. Toda vez que somos afrontados pelas pessoas ou situações da vida, com perdas e complicações, o nosso medo aflora e perdemos o contato com a realidade. Assim, não somos capazes de enfrentar o problema porque o confronto entre o que nós queremos e o que os outros desejam são diferentes — então, recuamos e sofremos.

Este ponto é a principal característica do início do **autoconhecimento** que poderá nos levar a iluminação interior ou se o negarmos tenderá à escuridão da alma. Se a pessoa gosta de sofrer e sentir-se culpada por todas as mazelas de sua vida, então, ficará inerte, sem achar uma saída. Se a pessoa passa por grandes revezes e consegue continuar planejando a vida, então, conseguirá encontrar uma solução satisfatória. Bem, mas é difícil descobrir novos caminhos quando se está sem esperança, não é verdade?

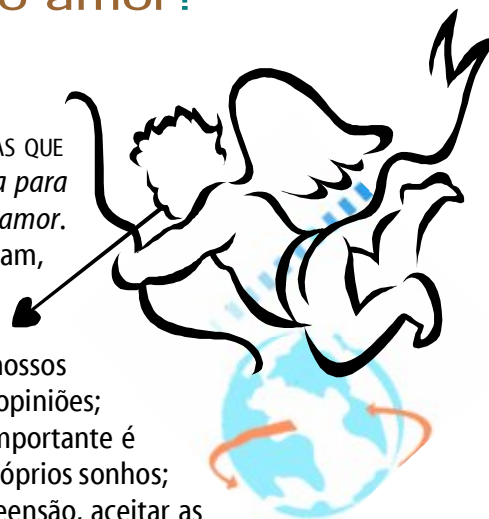
O único caminho capaz de atingir o autoconhecimento é a profunda reflexão das experiências obtidas na vida, pois podemos analisar nosso comportamento e compreender nossas ações. Agindo dessa forma, tendemos a evitar a repetição de erros, tais como: *sempre brigarmos pela mesma coisa, termos idêntico desfecho em todos os relacionamentos ou no trabalho*. Somente parando, refletindo e analisando a nós mesmos é que poderemos encontrar a paz interior. Nunca é tarde para iniciar o autoconhecimento!

Nota:

A saída será sempre uma só: reconhecer as falhas, erros, potencialidades, qualidades; assim, sabendo quais são os limites (bons e maus) é que poderemos iniciar o processo de autoconhecimento. Por exemplo, se sou orgulhoso, tenho de desenvolver a humildade; se sou egoísta, devo ser mais generoso; se sou reflexivo, busco ser mais expansivo; se sou sonhador preciso ser mais prático; se fui traído careço aprender a perdoar; se sofro necessito buscar a harmonia.

Onde está minha felicidade no amor?

O AMOR, O RELACIONAMENTO E O CASAMENTO SÃO SITUAÇÕES DISTINTAS QUE PODEM OU não estarem em harmonia. *O amor não é a garantia para um casamento, como um relacionamento não é a garantia do amor.* Se o amor fosse à única base da felicidade, como todos pensam, nós viveríamos satisfeitos desde o primeiro namoro, não é verdade? Sinceramente, não basta *unicamente* amar, temos de nos relacionar! Relacionar? Sim, falar, dialogar, expressar nossos ideais, mas também aceitar os dele(a). Devemos expor as opiniões; contudo, saber ouvir as do parceiro(a). Na verdade, o mais importante é planejar (juntos) um futuro melhor e não impor somente os próprios sonhos; também necessitamos ter o respeito mútuo, buscar a compreensão, aceitar as qualidades e os defeitos um o outro.



O amor sem o devido relacionamento não há futuro, estejamos casados ou não. Em qualquer união onde haja uma boa relação consegue-se suportar o declínio natural do êxtase inicial do amor e do sexo; mas qualquer relação afetiva, namoro ou casamento, não suporta a falta de um bom relacionamento, mesmo que os parceiros se amem e se desejem. Somente quando o casal consegue estabelecer metas em comuns, afetividade mútua, respeito e tolerância nas diferenças, é que eles conseguem preservar a união. Quando estivermos preparados para entender que ao contrair um matrimônio assinamos apenas um contrato jurídico e não uma posse afetiva, já estaremos muito mais próximos de garantir a segurança e paz interior.

Minhas avós diziam: antes de casar, sussurramos: *meu bem*; depois da separação, clamamos: *meus bens!* Ou seja: o casamento é uma instituição jurídica, não a garantia do amor eterno. Quantas pessoas pensam que o casamento traz o amor do parceiro, que basta uma amar? Muitas. Quantas pessoas se casam por causa de uma gravidez indesejada? Um monte. Quantas crêem que os filhos serão os seguranças de uma união duradoura? Centenas. Quantas juram fidelidade e, depois, traem? Milhares. Posso afirmar que todos esses exemplos são bases do CAMINHO DA DOR — relatado no livro “Onde Está minha felicidade?, Editora Nova Era” —; mas cada um escolhe o seu caminho na vida. Seguramente, o amor deve ser uma via de mão dupla; pois ele é indivisível, não podemos amar por dois e cada qual estabelecer os limites de suas prerrogativas afetivas.

O relacionamento é tão importante na vida de um casal que o seu desequilíbrio pode terminar numa indigesta traição e essa, talvez, seja a maior decepção final de uma união. Sempre tenha em mente que a infidelidade não indica, necessariamente, a falta do amor, mas unicamente e exclusivamente a degeneração do relacionamento. Quando possuímos ou procuramos uma relação extraconjugal é porque a reciprocidade está se findando e não, particularmente, o amor. Muitas vezes quem foi traído possui tanta culpa de quem foi infiel, seja por ingenuidade, ilusão ou negligência. Tal fato é um alerta para retornarmos, observarmos nossos erros e tentarmos melhorar o convívio; seguir adiante é ir ao encontro do divórcio ou de grandes prejuízos afetivos. Por isso a questão não é amar ou ser amado, mas conseguir um relacionamento com propriedade, tanto com um bom diálogo quanto na interação dos objetivos em comum.

Só para as mulheres:

Saiba que a visão do amor para um homem é bem diferente da mulher, é menos romântica e nada lírica; mas isto não quer dizer que ele não consiga amar. Na realidade, a grande diferença é que ele observa o amor, o sexo, o casamento e os filhos como planos distintos; portanto, a essência masculina transita de uma situação a outra sem levar a emotividade inerente a cada uma delas. É como se ele percebesse tudo como blocos isolados; por isso, geralmente, numa separação, eles partem sem serem afetados por um ou mais “blocos” afetivos e deixam tudo ao sabor do tempo. Eles costumam reclamar que depois do casamento, as mulheres perdem o poder de sedução e só se preocupam com os filhos e os afazeres domésticos; também que ela só pratica o sexo na mesma posição e eles se sentem na obrigação de satisfazê-la.

- Ø Para ter o amor eterno de um homem tente separar a postura afetiva entre o que seja o comportamento de uma esposa e o de uma mãe; não deixe os afazeres domésticos bloquearem sua sexualidade. Também, jamais exponha o seu ciúme; pois você despertará nele o desejo que ele nunca percebeu, apenas sua imaginação.

Só para os homens:

O conceito afetivo das mulheres não observa distinção entre o amor, o sexo, o casamento e os filhos. Para elas, ou se tem tudo ou não se tem nada, não há meio termo, é como se tudo fosse um único bloco de raciocínio. Assim, se você ferir uma área, invariavelmente, afetará a outra; então, ela irá reclamar diariamente ou se fechará como uma ostra. O que uma parceira deseja é o reconhecimento de sua feminilidade e, principalmente, do sacrifício que dispensa ao lar, a família e a você. Elas freqüentemente se queixam de que após o casamento, os homens ficam indiferentes, passam a se vestir mal e, se eram esbeltos, engordam gradativamente; também, quando voltam do trabalho mergulham num silêncio mórbido ou ficam prostrados diante da televisão. Na realidade, o que as mulheres desejam não é um marido perfeito, mas um homem capaz e afetuoso que possa dar continuidade às idéias dos tempos de namoro. Defeitos? Elas entendem, compreendem, adoram dar conselhos e ajudar.

- Ø O segredo para mantê-las sedutoras é sempre encantá-las com elogios e palavras doces, ou seja, namore-as eternamente! Não deixe que suas preocupações com o futuro ou as contas a pagar bloqueiem seu afeto e expressão. Também, jamais exponha a sua possessividade; pois você despertará nela a desconfiança e o afastamento gradativo.

Só para o casal

Nenhuma das partes deve criticar os antigos relacionamentos; pois, o passado afetivo deve ser encarado como ausente e sem perigo. Ciúmes e piadas de antigos namoros poderá ser uma ofensa que dificilmente será esquecida. Também depreciar os parentes do parceiro(a), nem pensar! Por mais que se tenha razão! Sangue é sangue. Tentar apaziguar a relação familiar é mais salutar; se não puder, a neutralidade é o melhor caminho. Para finalizar esse assunto: um parceiro(a) fiel não significa que nunca sentiu atração sexual por alguém, mas sim que o seu princípio moral e afetivo (honra, maturidade, amor) foram mais fortes que os seus instintos. Pensem nisso.

Nota

Portanto, meu caro leitor, o relacionamento (expressão, comportamento, cumplicidade) é a única ponte segura entre o nosso amor (um sentimento abstrato) e o nosso casamento (uma instituição jurídica). Somente quando esses dois fatores: o amor (sentimento, desejo) e o relacionamento (planejamento, expressão) estão em equilíbrio é que encontramos o bem estar, vivemos com alegria, somos fiéis e prosperamos; dessa forma podemos percorrer o CAMINHO DO PRAZER OU DA EVOLUÇÃO com a felicidade plena.

Livros de Nei Naiff

	<p>Tarô, Carma e Numerologia, Editora Nova Era. 2004. Quem sou eu? O que devo aprender? Qual a melhor profissão? Como obter o sucesso? O que é carma e como superá-lo? Perguntas como essas vêm sendo feitas diariamente. Agora você terá a sua disposição um livro para analisar e orientar toda a sua família, amigos ou clientes. Descubra através das cartas do tarô e da numerologia quem é você e o que pode fazer para melhorar a sua vida através da terapia holística. O método apresentado é inédito e foi desenvolvido pelo autor.</p>		<p>Tarô, Ocultismo & Modernidade, Editora Elevação, 2000. O que é o tarô? Para que serve? O que podemos extrair destes enigmáticos símbolos? Qual sua linguagem oculta? Numa abordagem inédita, Nei Naiff revela a conexão entre os 78 arcanos para o autoconhecimento e o oráculo, desvenda os limites da associação com a astrologia, numerologia, mitologia e a cabala; também registra a história documentada dos últimos seis séculos sobre as cartas e a introdução do tarô no Brasil. Uma rara obra que discute claramente o universo do passado, presente e futuro das cartas do tarô.</p>
	<p>Onde está minha felicidade? Editora Nova Era. 2004. Vença todos os obstáculos! Não existe classe social perante as angústias, pois os sentimentos humanos serão idênticos em qualquer mortal. Para alguns a felicidade pode se traduzir em amor, para outros em sucesso e existem os que desejam somente o aconchego familiar ou a paz interior. Este livro elabora os conceitos da prosperidade, do bem estar e da sabedoria em viver.</p>		<p>Tarô, Vida & Destino, Editora Elevação, 2001. Quer aprender a jogar? Qual o verdadeiro significado de cada carta do tarô? Como extrair uma linguagem segura numa consulta? O autor esclarece tudo sobre cada um dos 78 arcanos, desde suas análises simbólicas até a arte adivinatória e seus aconselhamentos. Nei Naiff também revela o lado oculto do tarô em relação a vida humana e introduz o conceito estrutural dos métodos, formulações e diretrizes, para jogos e consultas. Tarô é tarô.</p>
	<p>Curso Completo de Tarô, Ed. Nova Era. 2002 (grátis: 78 cartas do tarô). Seja seu próprio mestre! Nei Naiff ensina de forma prática e dinâmica todo universo dos 78 arcanos do tarô. Sua larga experiência profissional com mais de 1.500 alunos em salas de aula, 8.000 estudantes on-line e 6.000 clientes, possibilitou que desenvolvesse uma didática exclusiva, clara e objetiva, sobre os arcanos do tarô. Além das 25 lições você encontrará mais 11 textos para estudo e 10 avaliações de seu conhecimento.</p>		<p>Tarô, Oráculo & Terapia, Editora Elevação. 2002. Estudos avançados! Neste terceiro e último volume da série é abordado os estudos avançados da taromancia, incluindo as modernas técnicas de terapia e meditação com os arcanos do tarô. O autor revela linguagens mais depuradas sobre assuntos específicos na simbólica das cartas: amor, relação, saúde, trabalho, finanças, espiritualidade; traz métodos específicos para cada uma destas áreas e mostra o potencial do tarô a ser explorado por todos.</p>
			<p>* CONSULTE O TARÔ * CONSULTE AS RUNAS * CONSULTE O I CHING * NOVA EDIÇÃO PREVISTA PARA JUNHO/2005. Direcione a sua vida para o sucesso! O livreto pode ser levado em sua bolsa, ao trabalho, à escola, na viagem, numa festa! Pequeno, medindo apenas 12 cm X 12 cm, é como se você estivesse embaralhando as cartas, jogando as Runas ou o I Ching e recebendo uma mensagem imediata! Assim, quando você precisar, terá um aconselhamento muito especial.</p>

NEI NAIFF também fez a REVISÃO TÉCNICA das seguintes obras: **Aromaterapia para o Amor, Felna Tuner; Velas, magia e ritual, J. Conway; Pêndulos, magia e ritual, J. Conway; Altar, magia e ritual; J. Conway; Guia completo do cristal, Uma Silbey.** Todos pela Editora Nova Era.

MAIORES INFORMAÇÕES sobre os livros de Nei Naiff abra o seguinte endereço à <http://www.neinaiff.com/livros>