

o CUIDADO de SI

Pensando e Sentindo Fora da Caixa

"A disciplina do cuidar, define um espaço de pausa, gera clareza e dá liberdade no dia a dia"

Isis Pristed

CURSO ON LINE COM O PROFESSOR GERALDO RAMOS SOARES

Desde jovem cultivou uma busca interior que o levou em 1987 a conhecer o trabalho de *Healing*. Desde então, vem regularmente estudando e vivenciando esse processo de autoconhecimento e desenvolvimento humano, tanto no Brasil como em sucessivos períodos na Europa. Estudou com Robert (Bob) Moore no Psykisc Center na Dinamarca e em 2020 completa 33 anos de uma relação de intenso estudo e trabalho individual com Isis Pristed, discípula de Bob. É Mestre em Ciências Sociais e Doutor em Educação pela Universidade Federal da Bahia, onde ensinou por mais de 38 anos na Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas.



o CUIDADO de SI é como eu nomeio o meu trabalho com o *Healing*: um conjunto de conhecimentos e práticas ancestrais que vem sendo contemporaneamente transmitido, desenvolvido e ensinado por Isis Pristed (www.healingisispristed.com), que permite a cada um de nós, ao seu modo, integrar dimensões espirituais desenvolvendo responsabilidade em relação ao (auto)cuidado, uma das mais importantes características do *Healing*.

O curso terá como foco, o *cuidado com as nossas crenças*. Essa consciência de como pensamos e no que acreditamos, é fundamental, nesses tempos de recolhimento, provocado pela pandemia que nos confronta o tempo todo com os nossos pensamentos e crenças sobre o sentido da vida, a relação com as pessoas, com o meio ambiente, etc. Por outro lado, o modo como pensamos, interfere no modo como sentimos e vice-versa. Tudo isso muitas vezes forma uma verdadeira caixa ! Durante algum tempo, essa caixa pode ter servido como um "lugar seguro e protegido", mas, depois de certo tempo, como agora, essa caixa pode transformar-se em uma gaiola, uma prisão, impedindo-nos de ver e apreciar o que acontece fora dela, na realidade.



A crise contemporânea não está aí para nos prender em casa e sim, para nos **libertar** ! Talvez esse seja um pensamento novo, que precisamos alimentar e estender. Porém, primeiro, precisamos reconhecer as estruturas emocionais, principalmente o medo, que nos mantém dentro da caixa.

Ao promover a integração de dimensões progressivas de consciência, este curso busca ampliar a compreensão do que se passa conosco e ao redor em nossa vida cotidiana, para que possamos criar coletivamente uma nova visão de futuro.

Pela primeira vez o curso O CUIDADO de SI será oferecido no formato não presencial, através da plataforma Zoom, abrindo-se um campo para explorar novas conexões e formas de absorver e manifestar as Qualidades espirituais.

OBJETIVOS

Criar e alimentar, com novas ideias e sentimentos, uma rede de suporte para atravessarmos esta fase de transição paradigmática representada pela pandemia;

Contribuir para libertar o pensamento de condicionamentos e comportamentos repetitivos;

Fortalecer a capacidade de autonomia para pensar por conta própria, desenvolvendo o discernimento e a responsabilidade;

Construir um espaço para novas Utopias.

PROGRAMA

A busca de si mesmo: descoberta do potencial; O mito da caverna; O autocuidado; Desejo e Necessidade; Aceitação como ponto de partida; A meditação; Mente ocupada; Mente ativa; Sonhos; O Ser Humano: o físico e as demais estruturas paralelas; Individualidade e identidade; A interferência do ego; Os corpos sutis;

Vivendo uma vida com propósito; Gratidão e Entrega; Responsabilidade; O novo normal; Inovação; Autoestima; Relaxamento; Crença; inspiração e intuição; Motivação; Saúde; A vida como uma sucessão de ciclos;

A Realidade como um processo; As dimensões não físicas; Do não físico para o físico; Do invisível para o visível; Do desconhecido para o conhecido; O desconhecido em nós e fora de nós; A incerteza como ingrediente da realidade; Novas sinapses e conexões;

A (in)capacidade dos líderes de tomar decisões; O líder como um cuidador; Liderança como serviço e manifestação de uma Qualidade Espiritual; Lideranças emblemáticas: Angela Merkel(Alemanha), E. Chantawong Tailândia), Jacinda Adern (Nova Zelândia), Erna Solberg (Noruega), Sanna Marin (Finlândia), Tsai Ing-wen(Taiwan), Katrín Jakobsdóttir (Islândia), Luiza Trajano (Brasil) e Kate Raworth(Inglaterra);

A crise contemporânea como uma oportunidade de viver transformações; A relação Indivíduo x Sociedade; Mudança e transformação; A polarização; O poder e o medos coletivos; A questão dos paradigmas; Do paradigma das “relações de poder” para o paradigma do “poder das relações”; Redes de conexões e vínculos.

**INÍCIO 06 DE MAIO
TÉRMINO 29 DE JULHO**

**Aulas às quartas-feiras
das 19:00 às 21h Via ZOOM**

O conteúdo teórico é mínimo e funciona apenas como elemento de suporte e inspiração pois a interiorização é a base do trabalho. No intervalo entre as aulas os participantes serão encorajados a desenvolverem algumas práticas e exercícios de *Healing* e poderão, contactar o professor para receber orientação individual.

Material didático (textos, filmes, músicas, artigos, etc.) será enviado via e-mail e WhatsApp. Todos os alunos receberão orientação prévia sobre o ambiente virtual de aprendizagem e um link será enviado para permitir o acesso às aulas, via celular ou computador.

Os participantes que obtiverem 75% de presença, receberão certificado.



VAGAS LIMITADAS

SAIBA + EM: WWW.HUMANO.UFBA.BR



@profgeraldoramossoares



ocuidadodesi.healing@gmail.com



(71) 98838 9234



desenvolvimentohumanoeh healing

**VALOR DO CURSO: R\$ 720,00
PARCELADO EM ATÉ 4 VEZES NO CARTÃO DE CRÉDITO**

**INSCRIÇÕES ABERTAS EM: WWW.HUMANO.UFBA.BR
DE 27 A 01 DE MAIO**