Anjos de Evolução

Curso Instrutores

de filosofia de vida



by Andreia Mascarenhas

A arte cura

01

...Para além da imaginação intelectual, existe a imaginação sentimental, a imaginação sexual, a imaginação corporal, a imaginação econômica, a imaginação mística, a imaginação científica...

A imaginação atua em todos os terrenos, incluindo os que consideramos racionais.



Devemos, portanto, desenvolvê-la, para abordar a realidade, não a partir de uma perspectiva única, mas a partir de vários ângulos.

02

Deveremos aceitar o poder terapêutico da imaginação.

“...A Arte cura porque teremos que nos curar de não sermos nós mesmos e de não estarmos no presente.

Há uma frase que diz: “Se não és tu, quem és? Se não estás aqui, onde estás? Se não és agora, quando serás?”. Se conseguirmos solucionar o quando, o aqui e o quem, estamos sendo nós próprios, e já nos conseguimos curar.”



03

O curso

"Uma nova forma de viver a vida!
Uma nova realidade, para a cura da humanidade"



01

Método

SENTECOMVIDA

Criatividade | Expressão Corporal | Dança | Filosofia de Vida | Espiritualidade | Sexualidade Sagrada | Vida

04



O que vais *aprender?*

- Expressão criativa
- Expressão corporal
- Libertação corporal e expansão de consciência
- Dança & Mindfulness
- Os diversos estados emocionais e os seus ciclos
- Os Arquétipos
- Noções dos bloqueios emocionais no corpo físico
- Teatro terapêutico com as nossas diversas personalidades
- As novas práticas terapêuticas do futuro
- O Ser Espiritual & Alma & Matéria
- O ciclo da vida

05

Desde 2014, quando iniciei o meu caminho no desenvolvimento pessoal e espiritual, que me deparei em diversos cursos e aprendizagens, que todas as técnicas baseavam-se em processos, atrás de processos, em dor atrás de dor, sendo que me parecia um ciclo sem fim.

Acredito que todos, que mergulham neste campo, chegam ao um momento, de pensar:
Quando é que isto têm fim? Quando é que existe paz?!

Eu também atravessei esse momento.
Primeiro enquanto aluna, e depois enquanto formadora.
Sempre que continuava a lidar com, a dor dos alunos e pacientes, naquela roda sem fim de processos de cura, que parecia não ter fim a vista, mais clareza tinha: eu tinha de criar algo, onde pudéssemos elevar a luz, a vibração através da alegria, vivendo a vida, com vida.



06

Numa consulta com um Mestre de renome, foi me dito:

"Andreia, cria algo para que os outros possam beneficiar através de ti da cura. Andreia, serve. Serve através da criatividade, da cura e da fé, para que outros possam sair do processo de dor, rumo à cura da alma."

E assim, numa tarde, nasceu o Método SenteComVida.

Porque é exatamente isso, que espero que te sintas... Cheio de vida!

Eu estarei aqui, deste lado á elevar este processo, para que possamos juntos, iniciar um caminho de elevação e de cura, através da criatividade.

Com amor e fé

Andreia Mascarenhas

1º Módulo

Qual é o Método SenteComVida?

07

Espaço para desenhares

1º Módulo

O que é a criatividade?

08

Espaço para desenhares

1º Módulo

De que forma os Facilitadores devem implementar o Método?

09

Espaço para desenhares

1º Módulo

Técnicas para aceder a criatividade, e curar os bloqueios internos. Conhecer os fundamentos da criatividade, do poder da imaginação para obter a cura pessoal e da humanidade.

Espaço para desenhares

1º Módulo

Conhecer os novos paradigmas de cura.

Espaço para desenhares

2º Módulo

A Expressão Corporal, Noções do Corpo & Mente e Espírito.

Espaço para desenhares

2º Módulo

A Noção do Eu versus Ego Versus Alma.

Espaço para desenhares

2º Módulo

A Liderança da Alma versus a Liderança do Ego.

Espaço para desenhares

2º Módulo

A Auto estima e Poder Pessoal.

Espaço para desenhares

2º Módulo

As Feridas da Alma e as Feridas da Humanidade.

Espaço para desenhares

2º Módulo

As nossas diversas personalidades.

Espaço para desenhares

2º Módulo

As nossas diversas personalidades.

Espaço para desenhares

3º Módulo

Dança e Libertação Corporal.

Espaço para desenhares

3º Módulo

A consciência dos nossos bloqueios emocionais, através da linguagem corporal.

Espaço para desenhares

3º Módulo

Técnicas de Mindfulness.

Espaço para desenhares

3º Módulo

Quem eu sou? A Filosofia como método de vida.

Espaço para desenhares

4º Módulo

Técnicas de Criatividade. Exercícios criativos. Música e Conceitos.

Espaço para desenhares

4º Módulo

Dança e Libertação Corporal.

Espaço para desenhares

4º Módulo

Como aplicar o Método e a quem está destinado?

Espaço para desenhares

4º Módulo

O método como Terapia de Cura da Nova Era.

Espaço para desenhares

4º Módulo

A cura através da elevação espiritual.

Espaço para desenhares

4º Módulo

A gestão de grupos.

Espaço para desenhares









Caderno de exercícios

Qual é o Método SenteComVida?

Se O Método SENTECOMVIDA, *fosse uma foto ou várias fotos, quais seriam?*

O que é a Criatividade?

Se a Criatividade fosse um desenho, como seria?

Exercícios

(A seguir tens um espaço onde podes escrever e desenhar de acordo com cada uma destas questões teóricas.)

1. De que forma os Facilitadores devem implementar o Método? - Como te revês a dar as tuas sessões de Filosofia de Vida? Como te vês a organizar e a orientar os teus alunos, nos teus grupos de Filosofia de Vida?
2. Técnicas para aceder a criatividade, e curar os bloqueios internos.
3. Conhecer os fundamentos da criatividade, do poder da imaginação para obter a cura pessoal e da humanidade - Foi te oferecido a lâmpada magica do Aladdin. A partir de agora, tens o super poder de transformar as feridas da humanidade em amor, em alegria, em leveza. ***O que vais fazer? Recordo... Não se pode tocar em feridas de dor.***
4. Conhecer os novos paradigmas de cura - Deixou de haver feridas e dor na humanidade? Como vai ser a nossa vida, o nosso dia a dia agora?
5. A Expressão Corporal, Noções do Corpo & Mente e Espírito - Grava um vídeo, com a tua música, e sente o teu corpo, sente a tua mente. Torna o teu vídeo, um bailado da tua essência.
6. A Noção do Eu versus Ego Versus Alma - Cria um vídeo, como se encarnados duas personalidades: a personalidade que encara os desafios da vida, pela lente do ego, e a personalidade que encara os desafios da vida, pela lente da alma.
7. A Liderança da Alma versus a Liderança do Ego - Faz uma entrevista a alguém que te inspire, onde o tema é Liderança da Alma versus a Liderança do Ego. Veste o papel de entrevistador e faz no final as tuas observações.

Exercícios

- 8. A Auto estima e Poder Pessoal - Coloca uma foto tua, que marque o pior momento pelo que passaste na tua vida. E ao lado a foto onde te sentiste com o teu poder pessoal no auge. Escreve a tua frase " grito de guerra"

Espaço para escreveres e desenhares

40

Exercícios

(A seguir tens um espaço onde podes escrever e desenhar de acordo com cada uma destas questões teóricas.)

- 9. As Feridas da Alma e as Feridas da Humanidade - Assinala para ti, quais são as feridas da humanidade que te criam mais impacto. Escolhe uma música de cura, para cada uma dessas feridas.
- 10. As nossas diversas personalidades - Escolhe aquele teu lado sombra, que sabes que habita em ti, mas muitas vezes recusas a ver. Faz um vídeo a gozar com ele.
- 11. Dança e Libertação Corporal - Escolher 5 músicas, que o foco seja a libertação corporal.
- 12. A consciência dos nossos bloqueios emocionais, através da linguagem corporal. - Faz um vídeo, onde somente se veja as tuas mãos. As tuas mãos, iram ter a tarefa de representar os bloqueios emocionais, através de um movimento de alma.
- 13. Técnicas de Mindfulness. - Cria uma meditação guiada
- 14. A Criatividade da criança interior - Desenha a tua criança feliz, numa folha de papel
- 15. Quem eu sou? A Filosofia como método de vida. - Desenha numa tela, uma representação com cores, de quem sentes que és! E No final escreve uma frase que seja a frase da tua Filosofia de Vida.

Este é um processo de imersão e transformação.
Acredito e sei que esta, será uma ferramenta forte, para alinhar os dons da nossa verdade, rumo a nova cura que a humanidade tanto anseia.

É CHEGADO O TEMPO DA ELEVAÇÃO

Vamos juntos, colorir a vida com mais criatividade e alegria no coração.

Podes seguir o meu trabalho, clicando nos icons a baixo.



Andreia Mascarenhas

Com fé e Amor
Desde 2014 transformando vidas.
Formadora de Desenvolvimento Humano
Terapeuta Familiar e criadora do Método Cura o teu Sistema Familiar & Curso de Constelação Familiar Espiritual
Criativa e Sonhadora - Criadora do Método SenteComVida