



E-book – Etapa 1 – Workshop Transforme

Por: Ana Carolina Barbosa Faria Gonçalves





Quem sou eu?

Sou Ana Carolina, Fisioterapeuta há 15 anos, trabalho com terapias integrativas: Microfisioterapia, Thetahealing®, Barras de Access®, Reiki, Terapia Multidimensional, Florais de Bach e Aromaterapia.

Eu amo a vida, e acredito que somos merecedores de nos realizarmos, com bem-estar, alegria e saúde de maneira ampla e integral. Sou uma buscadora de conhecimento, principalmente para compreender o funcionamento do corpo humano e sua relação com a psique/mente e a importância destes aspectos na manutenção da saúde física, mental e espiritual.

Ao acessar o conhecimento mais profundo do ser humano, procuro lidar com todos de forma a apresentar um trabalho diferenciado e individualizado, no sentido de entender que somos semelhantes em muitas questões, porém nos diferenciamos em muitos outros aspectos. Compreendo que dentre todas as semelhanças, cada pessoa tem sua individualidade, e que isto deve ser considerado e respeitado, então cada pessoa é um ser único, com necessidades únicas, e por isso busco incrementar minha bagagem profissional com diferentes ferramentas de trabalho, para que possa selecionar a melhor forma de contribuir para cada pessoa de acordo com seu momento e contexto de vida.

Busco me aprimorar e aperfeiçoar constantemente para realizar meu propósito de vida da melhor maneira, com responsabilidade, compromisso e ética com todos aqueles que confiam em meu trabalho, das mais diversas maneiras, e assim poder contribuir com a melhora da qualidade de vida das pessoas.

Nesta jornada, aprendo a cada dia que sozinhos nem sempre é possível se realizar, ou que sozinho o caminho é mais puxado, mas ao estabelecer uma relação de parceria, onde cada um faz a sua parte, este caminho torna-se mais leve e acessível.

Eu agradeço as escolhas que fiz, mesmo que no decorrer do caminho houveram mudanças, porém com elas me despertei para meu propósito de alma que é me tornar uma facilitadora da harmonia, melhora da qualidade de vida e equilíbrio físico e emocional das pessoas que confiam seu maior bem em meu trabalho: sua vida. Hoje descobri que existem várias maneiras de executar isso, seja nos atendimentos presenciais, online e também agora, por meio do Workshop Transforme, que transpõe as barreiras físicas.

E com essa nova forma de contribuir com as pessoas que ressoam comigo, meu coração se alegra e se renova de uma força motriz, pois sei que o **amor** e o **puro intento** que me move, me trouxe até aqui, e foi possível manifestar este conteúdo e material, com o objetivo de compartilhar o que acredito, que me proporciona auxílio, que me faz bem e que facilitou muito dos meus processos. Afinal, eu AMO compartilhar o que me faz bem e facilitar as transformações das pessoas!



A jornada evolutiva continua, por isso me mantereí em constante aprendizado e tudo aquilo que me for permitido compartilhar, estarei em constante atualização e partilha. E para aqueles que escolherem vir comigo, receber as experiências que adquiro, é uma grande alegria, pois tudo que compartilho são aprendizados que considero verdadeiros presentes recebidos. Acredito que aquilo que me faz bem, pode fazer ao outro também. Apresento um pouco das minhas perspectivas e reflexões diante dos desafios que podem surgir no nosso dia a dia.

Tudo que apresento no Transforme, **não é uma fórmula mágica**, não é um único, nem o melhor caminho, mas pode ser uma opção de um caminho mais fácil e leve, para que você chegue onde deseja! E pode agregar valor ao caminho que você estiver no momento.

O transforme nasceu graças a participação de muitas pessoas, todos aqueles que já atendi, os que me dão um feedback de perceberem que meus atendimentos, vídeos, textos contribuíram de alguma forma para seu bem-estar, independente se muito ou pouco, mas **cada pessoa que teve uma interação comigo**, me incentivou a elaborar e criar o Transforme! E eu sou infinitamente grata!

Por isso afirmo, que todos trabalhamos em parceria, um com o outro, e assim, contribuímos mutuamente de diversas formas, mantendo equilibrada a energia da troca, tão essencial para o ser humano! Assim, apresento os valores que estou fundamentada:

- Missão: contribuir oferecendo o meu melhor de acordo com minhas competências e habilidades profissionais para facilitar o equilíbrio físico emocional e assim promover saúde, bem-estar e qualidade de vida.

- Visão: respaldada na busca constante de conhecimento, por meio de cursos, leituras, atualizações, para que assim me capacite cada vez mais para estar à serviço do ser humano, com compromisso, ética, responsabilidade, coerência e eficiência. Nesta linha, minha visão se respalda no objetivo de atingir o máximo de pessoas possível para semear saúde, bem-estar, qualidade de vida, equilíbrio, luz e amor, com inclusão e respeito às diferenças e individualidade de cada ser.

- Valores: estruturados no conhecimento do ser humano de forma integral, composto pelas relações físicas, emocionais, ambientais, sociais, profissionais, pessoais e relacionais, incluindo a relação de si consigo mesmo e as interpessoais. Desta forma, minha ética está baseada no respeito, compreensão, amorosidade, na qual minha essência compreende o entendimento de que como seres humanos, somos biológicos e semelhantes, porém compreendo que cada ser é único com sua individualidade, que é respeitada e considerada por mim neste aspecto amplo, por isso minha abordagem é única para cada pessoa, mesmo ao utilizar uma mesma técnica, ela é aplicada de acordo com a necessidade da pessoa e da maneira em que a contribuição será da melhor e mais elevada maneira.





Também sou aquela que chora, ri, escorrega na casca da banana, erra querendo acertar, erra sem querer, continua errando, aprende com o erro, melhora, se preocupa, sente medo, ansiedade, insegurança, mas que procura dar a volta por cima e seguir em frente, com dias melhores, outros nem tanto, mas com tudo que venho compartilhar, a caminhada se tornou mais leve, fácil e divertida. Sendo formada por mais dias de sol!

Sou casada com Matheus, há 8 anos, juntos há 17 anos, meu grande parceiro e incentivador da minha jornada. Juntos, somos pais da doce Alice, de 4 anos. Considero minha família minha base e estrutura, aquilo que me motiva e me nutre diariamente para seguir a diante. Faz parte integral de mim, com meu crescimento profissional, melhorei como esposa, mãe e ser humano, pois somos um só, a união de todos os nossos “eus”.

Transforme e o Arco-Íris

Eu escolhi o **arco-íris** como imagem característica do Transforme, por ser um **arquétipo divino**. Suas cores emanam cura e transformação. Cada cor que compõe o arco-íris tem um significado e um atributo divino que pode ser trabalhado em nós. Por isso eu o escolhi, pois caracteriza 100% meu objetivo com o Transforme!



Imagem: Google imagens, palavra-chave: arco-íris

“Você nunca achará o arco-íris, se estiver olhando para baixo”

Charles Chaplin

Somos todos um, fazemos parte do todo e o todo em nós. Nosso coração vibra com o coração Divino. **Somos centelhas da criação Divina a caminho da perfeição.** Como diz nosso Mestre, guia e irmão Jesus: “Somos também deuses (João, 10:34), o reino de Deus está dentro de nós (Lucas, 17:21). Jesus denomina Deus como “Meu Pai” e afirma que na casa do Pai (Universo / Criador) há muitas moradas (João, 14:2). ”

