



Sensibilizar-se é preciso

Convite à observação sensível

Se buscarmos respostas no dicionário, encontraremos a seguinte definição:

Sensibilidade (s.f.);

1. Qualidade do que é sensível.
2. Emoção, sentimento, a faculdade de sentir compaixão, simpatia pela humanidade; piedade, empatia, ternura.
3. Refere-se à percepção aguçada ou receptividade a respeito de algo, como por exemplo as emoções de um indivíduo.

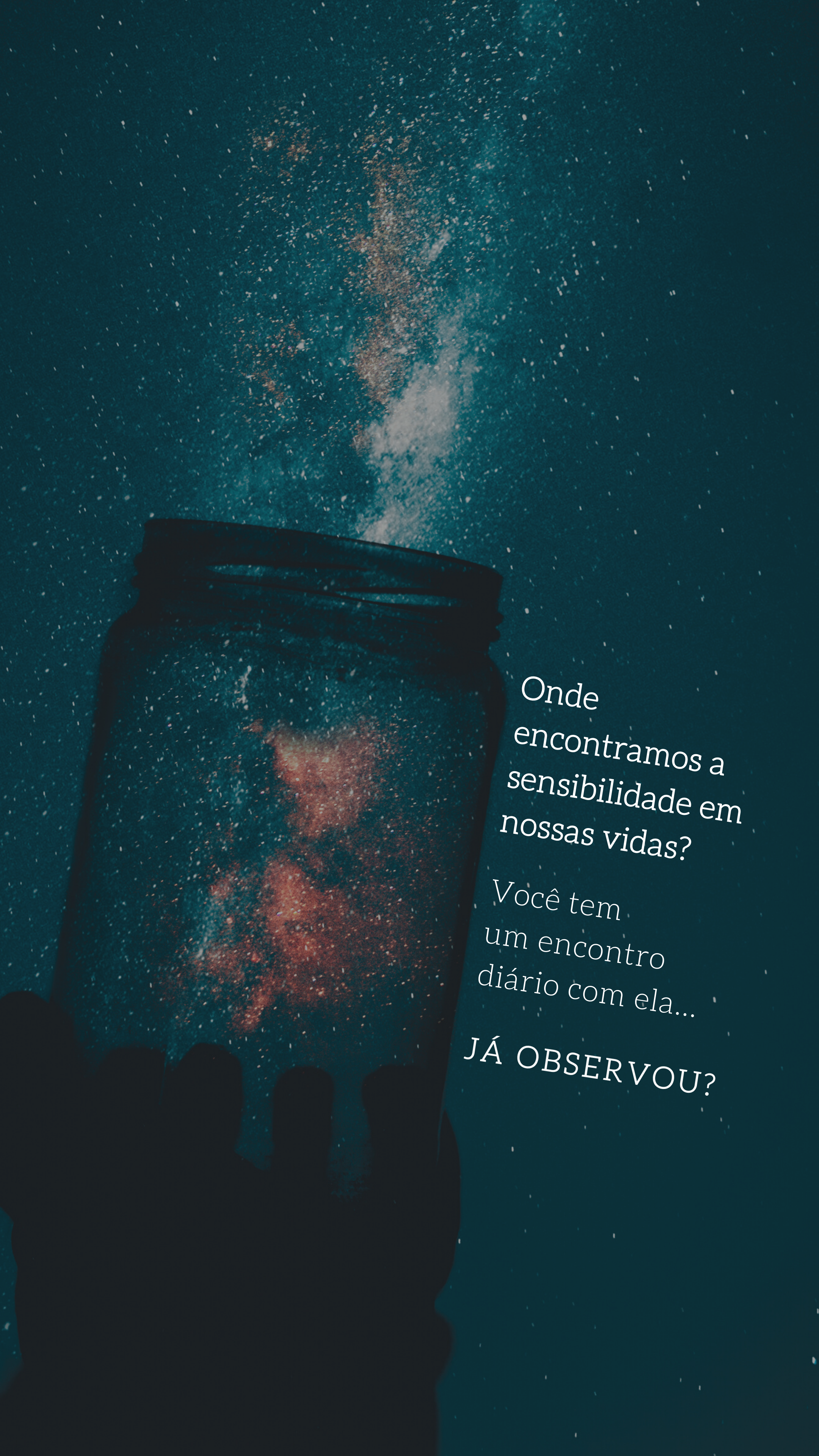
Faz sentido para você?

Nosso cotidiano é permeado por diferentes saberes, que atravessam as esferas psico-físicas e espirituais. Ouvimos, sentimos, tocamos e somos tocados, movimentamo-nos, vemos, enfim, por meio do corpo percebemos e aprendemos com a vida que nos envolve. Esse diálogo sensível, de alguma forma, nos constitui enquanto ser integral que somos.

Como tem sido isso pra você?

*Sensibilizar-se
é preciso!*



A hand holding a glass jar filled with a starry, teal-colored liquid against a dark, starry background. The jar is tilted, and the liquid inside is filled with small, bright white specks, resembling stars or dust. The background is a deep teal or dark blue, also filled with these specks, creating a cosmic or dreamlike atmosphere. The hand holding the jar is visible at the bottom left, with fingers wrapped around it.

Onde
encontramos a
sensibilidade em
nossas vidas?

Você tem
um encontro
diário com ela...

JÁ OBSERVOU?

Após trazer à consciência essas memórias...

Que tal registrar?

Registrar memórias e experiências nos ajuda a ver o mundo por outros olhares ressignificando nossas reflexões sobre nós mesmos.



O projeto "*Sensibilizar-se é preciso*" vai disponibilizar, semanalmente, no Instagram do Acolhe :

- Uma *live* (30min) para apresentar propostas de exercícios de observação sensível da e na vida.
- Um convite à prática e registro das suas experiências do ato de sensibilizar-se.

Anota aí...

CRONOGRAMA

16/06	Sentir a experiência
23/06	Os ritmos que o corpo tem
30/06	Os sons que a vida tem
07/07	Possibilidades do olhar sensível
14/07	Os aromas que a vida oferece
21/07	Os sabores da memória
28/07	Tateando a vida
04/08	Os movimentos que a vida faz

Todas às terças | 20h no
@acolhefacedufjf

