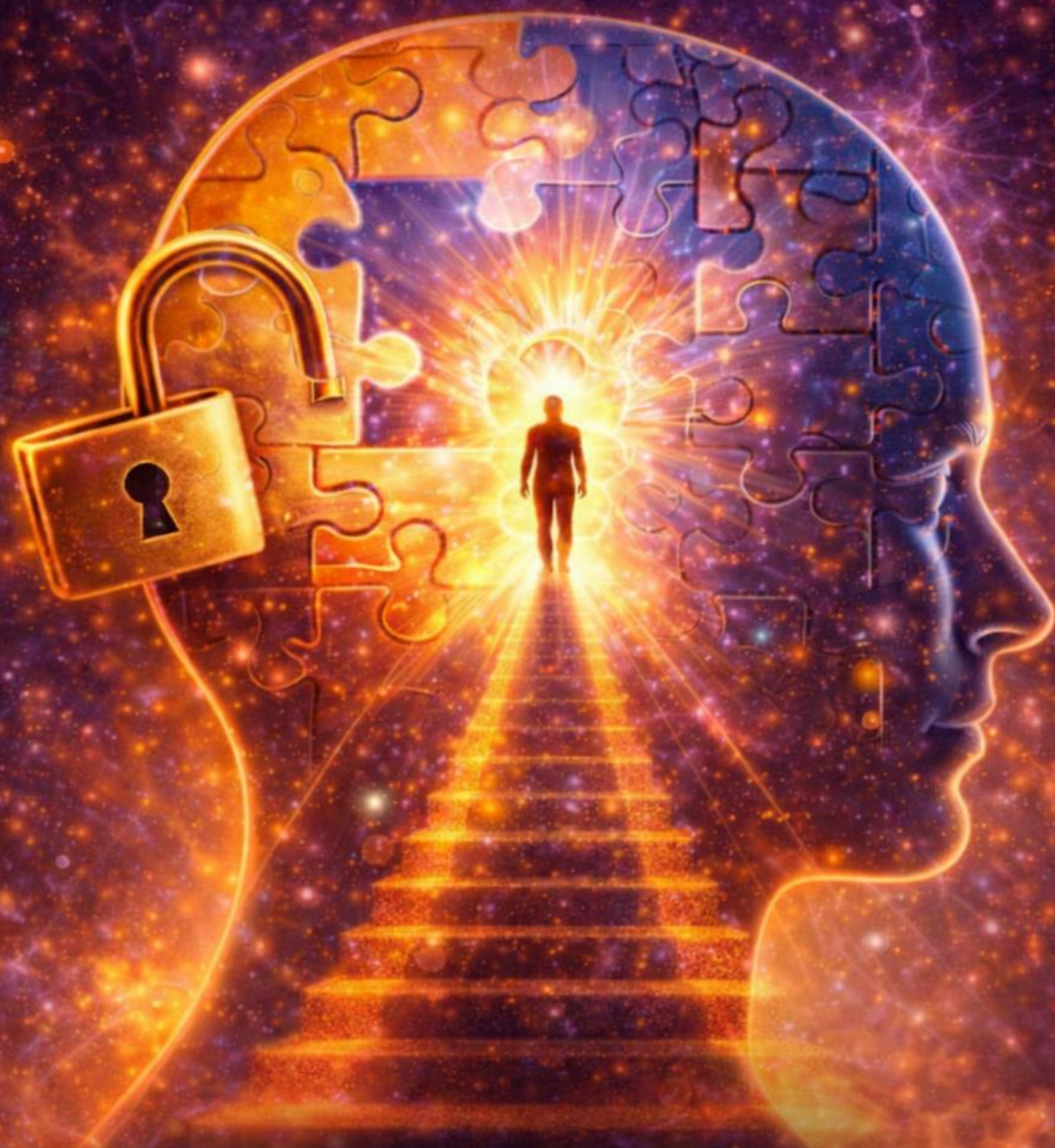


AULAS PARTICULARES DE AUTOCONHECIMENTO



LUIZ ROLIM - MÉTODO LURO

AULAS PARTICULARES DE AUTOCONHECIMENTO

Você já teve a sensação de que algo dentro de você não está certo? Mesmo quando tudo parece normal por fora, por dentro existe uma inquietação.

- Pensamentos que não param;
- Emoções que você não entende;
- Reações que parecem maiores do que a situação.

Às vezes você sente tristeza sem motivo claro, outras vezes sente raiva e depois nem sabe por quê. Talvez você já tenha se perguntado:

- *"Por que eu sou assim...?"*;
- *"Por que eu repito certos erros...?"*;
- *"Por que eu penso demais...?"*;
- *"Por que certas situações mexem tanto comigo...?"*.

Muitas pessoas passam anos vivendo dessa forma. Elas tentam seguir a vida normalmente:

- Trabalham;
- Cuidam da família;
- Cumprem suas responsabilidades.

Mas dentro delas existe uma sensação silenciosa de que algo precisa ser compreendido. Algumas pessoas percebem isso desde jovens:

- Sentem que enxergam a vida de forma diferente;
- Fazem perguntas profundas que ninguém parece responder;
- Observam comportamentos humanos e sentem que existe algo além daquilo.

Outras pessoas chegam nesse ponto depois de crises emocionais:

- Depressão;
- Ansiedade;
- Conflitos nos relacionamentos;
- Sensação de vazio;
- Dificuldade de entender a própria mente.

Muitas vezes as pessoas procuram respostas e encontram apenas frases prontas:

- "Pense positivo...";
- "Isso vai passar...";
- "É só ter fé...".

Mas quando a pessoa realmente quer compreender a própria mente, essas respostas não são suficientes. É nesse momento que começa o verdadeiro processo de autoconhecimento.

As aulas particulares de Autoconhecimento dentro do Método LURO foram criadas exatamente para ajudar a pessoa a compreender o que está acontecendo dentro dela.

Durante as aulas, você aprende a entender como sua mente funciona. Você aprende por que certas emoções aparecem. Você começa a perceber padrões internos que antes passavam completamente despercebidos.

Muitas das dificuldades emocionais que as pessoas enfrentam não surgem apenas no presente, elas são resultado de experiências da infância, crenças que foram formadas ao longo da vida e interpretações que a mente criou sobre o mundo.

Esses padrões ficam registrados dentro de nós e continuam influenciando pensamentos, emoções e decisões. Quando esses mecanismos começam a ser compreendidos, algo importante acontece.

A pessoa deixa de viver apenas reagindo à vida. Ela começa a viver com consciência.

SINAIS DE QUE VOCÊ PODE PRECISAR DESSAS AULAS

- Você pensa demais e sente dificuldade em desligar a mente;
- Você sente emoções intensas e nem sempre entende de onde elas vêm;
- Você percebe que repete certos padrões na vida;
- Você tem muitas perguntas sobre si mesmo e sobre a vida;
- Você sente que existe algo dentro de você que precisa ser compreendido;
- Você sente que está vivendo no piloto automático;
- Você sente que precisa se conhecer melhor, mas não sabe por onde começar.

O QUE VOCÊ APRENDE NAS AULAS

Durante as aulas particulares você aprende a compreender:

- Como a mente cria pensamentos e narrativas sobre a vida;
- Como emoções e sentimentos se formam dentro do cérebro e do corpo;
- Como crenças limitantes surgem e influenciam decisões;
- Como experiências da infância moldam a personalidade;
- Como reconhecer padrões emocionais que se repetem;
- Como desenvolver maior consciência sobre si mesmo;
- Como observar pensamentos e emoções sem ser dominado por eles.

COMO FUNCIONAM AS AULAS

As aulas são individuais. Isso significa que cada encontro é direcionado para a realidade da pessoa. Cada mente funciona de uma forma diferente. Por isso o processo é conduzido de forma personalizada.

Durante os encontros, Luiz Rolim utiliza a estrutura do Método LURO para ajudar o aluno a compreender sua própria mente, emoções e padrões internos.

O processo pode ocorrer em ciclos de aproximadamente cinco a quinze encontros, dependendo da profundidade que a pessoa deseje trabalhar. Cada encontro amplia a percepção sobre si mesmo.

O OBJETIVO DAS AULAS

O objetivo não é mudar quem você é, o objetivo é ajudar você a perceber quem você realmente é.

Quando a pessoa começa a entender seus pensamentos, emoções e padrões internos, algo importante acontece. A vida deixa de ser apenas reação. Ela passa a ser escolha.

PERGUNTAS FREQUENTES SOBRE AS AULAS PARTICULARES DE AUTOCONHECIMENTO

1. Preciso ter algum conhecimento prévio para participar das aulas?

Não. As aulas foram pensadas justamente para pessoas que estão começando a se questionar sobre si mesmas e sobre a própria mente. Muitas pessoas chegam sem saber exatamente o que é autoconhecimento. Elas apenas sentem que algo dentro delas precisa ser compreendido. Durante as aulas, todo o processo é explicado de forma simples, clara e progressiva, para que qualquer pessoa consiga acompanhar e aplicar o que aprende na própria vida.

2. Essas aulas são terapia?

Não. As aulas de autoconhecimento não substituem terapia, diagnóstico ou tratamento médico. O objetivo do processo é ajudar a pessoa a compreender melhor como sua mente funciona, como suas emoções se formam e como certos padrões internos podem influenciar sua forma de viver. É um trabalho de consciência, reflexão e compreensão pessoal.

3. Quem já faz terapia pode fazer as aulas?

Sim. Muitas pessoas que já fazem terapia procuram as aulas para ampliar a compreensão sobre mente, emoções e padrões internos. O processo pode funcionar como um complemento para quem deseja aprofundar o entendimento sobre si mesmo.

4. Preciso acreditar em espiritualidade para participar?

Não. O Método LURO não exige que a pessoa tenha uma crença religiosa específica. Durante as aulas são utilizados conhecimentos que integram psicologia, neurociência, filosofia, comportamento humano e estudos sobre consciência. Cada pessoa interpreta o conhecimento de acordo com sua própria visão de mundo.

5. As aulas são iguais para todas as pessoas?

Não. Cada pessoa possui uma história de vida diferente, padrões mentais diferentes e experiências emocionais diferentes. Por isso as aulas são individuais. O processo é conduzido de forma personalizada, respeitando o ritmo, o nível de compreensão e as necessidades de cada aluno.

6. Em quanto tempo posso perceber mudanças?

Cada pessoa tem seu próprio ritmo. Algumas percepções aparecem já nos primeiros encontros, quando a pessoa começa a observar padrões que antes passavam despercebidos. Outras mudanças surgem ao longo do processo, conforme a compreensão se aprofunda. O autoconhecimento não é uma mudança instantânea. É um processo gradual de percepção e consciência.

7. Preciso falar sobre toda a minha vida nas aulas?

Não. As aulas não funcionam como uma investigação sobre a vida da pessoa. O processo acontece através de explicações, observação interna e compreensão de padrões emocionais e mentais. Cada pessoa compartilha apenas aquilo que se sentir confortável em compartilhar. O objetivo não é expor a vida pessoal, mas ajudar a pessoa a compreender melhor seu próprio funcionamento interno.

CHAMADA FINAL

Se você chegou até aqui, talvez algo dentro de você esteja pedindo respostas. Talvez você esteja passando por um momento em que sente que precisa entender melhor o que está acontecendo dentro da sua própria mente. Talvez você tenha pensamentos que não consegue explicar.

Talvez existam emoções que aparecem e você não sabe de onde vêm. Talvez você perceba que repete certos padrões na vida, mas não entende por quê, ou talvez você apenas sinta que existe algo dentro de você que precisa ser compreendido.

Muitas pessoas vivem anos carregando perguntas que nunca foram respondidas. Perguntas sobre quem são, sobre por que pensam como pensam ou sobre por que sentem o que sentem. O autoconhecimento começa exatamente nesse ponto. Quando a pessoa decide olhar para dentro e compreender sua própria mente.

Se você sente que está em um momento em que precisa se compreender melhor, as aulas particulares podem ser o início dessa jornada.



CONTATOS

(🌐) [Site](#)

(✉️) [E-mail](#)

(📱) [WhatsApp](#)

(☎️) [Telefone](#)

(▶️) [YouTube](#)

(📷) [Instagram](#)

(📘) [Facebook](#)

(🎵) [TikTok](#)

(💰) [Hotmart](#)

(✉️) [Telegram](#)

Luiz Rolim - Método LURO