

# CAIO

de Hollanda

## TERAPEUTA SONORO



### Sound Healing:

O Sound Healing (literalmente "curando pelo som" ou terapia do som) é uma terapia complementar corpo-mente não invasiva baseada na visão do ser humano como camadas de frequências e sistemas de ressonância, trabalhando a energia vibratória desons emitidos por instrumentos musicais, tonais, rítmicos, tecnológicos ou arcaicos, incluindo a voz humana, no intuito de reforçar os pilares do autocuidado e restabelecer a harmonia e bem-estar físico, emocional, mental e energético.

O Sound Healing poderá aliviar sintomas físicos, trazer conforto e aliviar dores emocionais e apoiar um tratamento clínico, se esse for necessário. A vivência com o som poderá também trazer uma autorreflexão sobre a própria condição do paciente, conectando-o com sua maestria interior, trazendo clareza e insights a partir do espaço criado pelo som e da capacidade de autoescuta.



### Massagem Sonora:

A massagem de som utiliza instrumentos terapêuticos em benefício dos 4 corpos (físico, mental, emocional e energético), trazendo uma resposta imediata de relaxamento, pois estimula o sistema parassimpático que é responsável pelas ações do organismo a responder situações de calma e repouso, beneficiando todo o sistema nervoso central.

A partir desse estado profundo de relaxamento, o corpo do paciente ganha espaço para iniciar autorregulações, liberando bloqueios e tensões, aliviando o sistema nervoso central, restabelecendo qualidade do sono e revitalizando as células.

Em um estado de presença, a pessoa que recebe uma massagem sonora ganha a oportunidade de se conectar com o seu mundo interior, seu universo íntimo, onde se propicia um ambiente saudável de autorreflexão gerando um movimento mais amplo em busca da cura de si.



Uma sessão de Massagem Sonora dura em média de 50 minutos a 1h e 20 minutos.



### Benefícios proporcionados pelo Sound Healing:

#### FÍSICO

- Estimulo à coerência cardíaca
- Relaxamento físico
- Melhoria na mobilidade
- Redução de dores musculares
- Redução em dores por trauma
- Normalização da pressão sanguínea
- Fortalecimento do sistema imunológico
- Desenvolvimento de sensibilidade auditiva

#### EMOCIONAL

- Diminuição das oscilações de humor
- Desenvolvimento do equilíbrio emocional
- Integração para momentos de mudança
- Melhoria na adaptabilidade
- Integração para momentos de luto

#### MENTAL

- Redução do estresse
- Redução da ansiedade
- Melhoria na concentração
- Melhoria do sono
- Gerenciamento da depressão
- Relaxamento mental
- Desenvolvimento da autoconfiança

### O corpo humano é composto de 70% de água:

Masaru Emoto executou experiências com a água, submetendo-a a diferentes palavras, músicas, sons, pensamentos e sentimentos humanos (amor, felicidade, gratidão, raiva e ódio, por exemplo). Congelou amostras de água, fotografou-as e trouxe resultados visuais. De acordo com esse experimento, palavras e pensamentos fazem com que as moléculas de água se comportem de formas diferentes, pois as amostras mostraram uma grande variação nas formas dos cristais. Sentimentos positivos fizeram com que os cristais da água adquirissem formas bem definidas e sentimentos negativos fizeram com que ficassem completamente deformados. Ele publicou em sua obra "As Mensagens da Água" as fotografias microscópicas das moléculas de água observadas em suas experiências que falam por si só.



Como nosso corpo é constituído por 70% de água, cada célula terá a possibilidade de entrar em ressonância com a frequência emitida e vai se harmonizando, fluindo, liberando energias bloqueadas e trazendo um novo padrão energético saudável.

### Quem sou eu?

Caio de Hollanda é terapeuta, sound healer e comunicador, formado em Sound Healing pela escola Soundfulness Education® criada pelo multi-instrumentista e sound healer Pierre Stocker.

Por anos, mergulhei na busca pelo autoconhecimento através da filosofia, psicologia, psicanálise e sabedorias do oriente, até que encontrei no som e na música portas de entrada para os locais da nossa psique e consciência onde a linguagem

convencional não penetra, porém o som como uma linguagem universal e ancestral percebi ser uma ferramenta e veículo de aprofundamento da auto-descoberta.

Espero que possamos juntos dar esse passo de autocuidado e acolhimento de nós mesmos para assim sermos seres humanos melhores no aqui e agora construindo uma vida mais generosa, amorosa, lúcida propagando nossa sabedoria individual para aqueles que levarão o nosso legado para frente.

### Contato:

WhatsApp: (35) 99857-8969

Instagram: @caiodehollanda