

Sobre a Formadora:



Janaína Araújo é graduada em Computação e pós graduada em Telecomunicações e Gestão de Negócios. Dedicou sua a primeira parte da sua vida profissional a atividades como Inovação, Implantação de novas áreas, Gestão de Mudanças Organizacionais, Gestão de equipes e Gestão de Projetos.

Desde 2014 é aluna do mestre Tulku Lobsang Rinponche com quem se formou Professora e Formadora de Professores nas práticas da tradição tibetana de Lu Jong, Tog Chod e Mindfulness. Em 2019 decidiu dedicar-se exclusivamente aos ensinamentos Tantrayana.

Também é aluna e praticante dedicada dos yogas secretos de Tsa Lung e Tummo e ao longo dos anos participa anualmente de retiros, palestras e workshops com o mestre Tulku Lobsang Rinponche e outros grandes mestres da via Tantrayana e da Linhagem Bon.

Desde o ano de 2014 o Lu Jong tem sido sua principal prática de autoconhecimento e transformação. Por meio do Lu Jong recebeu muitas bênçãos e realizações e pôde aprofundar seus estudos sobre o Tantrayana ao longo dos anos ajudando inúmeros alunos.

Desde o ano de 2016 transmite os profundos conhecimentos da tradição tibetana no Brasil, por meio de iniciativas próprias, e trazendo especialistas tibetanos ao país. No ano de 2016 iniciou a organização da primeira formação de professores no Brasil, que culminou com a formação dos primeiros 14 professores, e também, com a organização, da primeira Master Class internacional de Certificação no Brasil.

Desde novembro de 2018, a convite do mestre Tulku Lobsang, está responsável pelas atividades da Nangten Menlang International - NMI, no Brasil.

Principais Retiros e ensinamentos em que participou com o Mestre Tulku Lobsang Rinpoche desde 2014:

- "Guru Yoga - Despertar o Mestre Interior"
- "Despertar a Mente, Abrir o Coração"
- "Vajravahai Empowerment By His Holiness Kyapgon Ngawang Tenzin Rinpoche" 2016 e 2020
- "Shiné - Mindfulness Education"
- "Tummo – Bliss Retreat"
- "Psicologia Budista e Mindfulness"
- Lu Jong 1 - Certification Event
- "Nepal Pilgrimage: Guru Yoga Teachings With Tulku Lobsang Rinpoche"
- "Lu Jong 1 Retreat" – 2018 e 2020
- "Tog Chöd Educators Training"
- "Complete Tummo - Inner Fire Retreat" – 2016, 2018, 2019 e 2021 (online)
- Lu Jong - Tibetan Healing Yoga Retreat (mais recentes 2018 e 2019)
- "Bliss - Meditating on Substantial Love"
- "Heart Sutra – O sutra do coração" e "Despertar a mente, abrir o coração"
- Tradicional Medicina Tibetana 1 e 2
- Lu Jong- Treinamento Avançado de Professores 1 e 2
- RIGPA Retreat
- Seis yogas de Naropa - Curso Online ao Vivo

Mais informações sobre a formadora podem ser obtidas em: <http://www.lujong.org/janainaribeiroaraujo> e www.janaina-araujo.com/sobre/