

CURSO SOBRE A OBRA ENSAIO FILOSÓFICO SOBRE A FELICIDADE E A SEXUALIDADE

Filipe Calhau – Criador do Método Individualogia

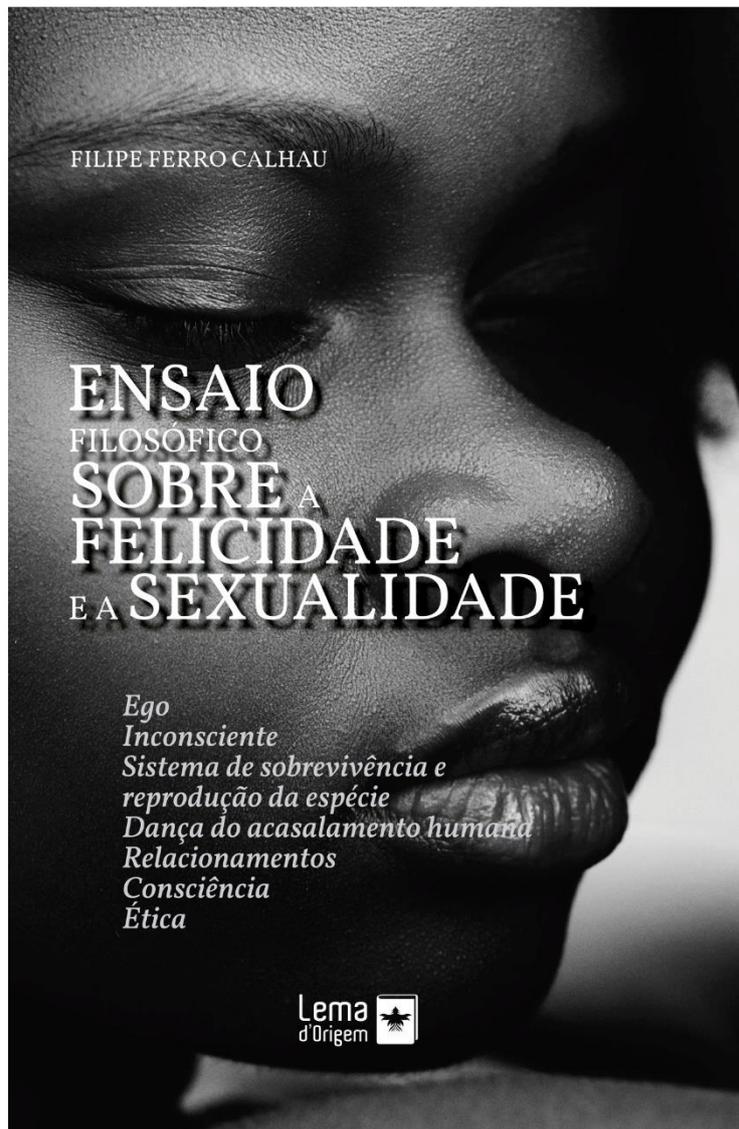
Licenciado em Filosofia pela Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra.

Membro da APAEF (Associação Portuguesa de Aconselhamento Ético e Filosófico).

Pós-graduação em investigação filosófica sobre a felicidade

*Investigador no projeto “Perspetivas sobre a felicidade”. Contributos para Portugal no WHR
(ONU)*

Investigador do IEF – Instituto de Estudos Filosóficos - FLUC



SINOPSE DA OBRA:

Esta obra propõe-se como uma desconstrução filosófica do ego e da sexualidade humanas. Contribuindo dessa forma para o desenvolvimento consciencial e felicitário do leitor, para o enquadramento individual, mas também para o relacional e coletivo. Ajudando a compreender a generalidade da condição humana, nas suas causas conscientes e inconscientes.

Este livro é um prolongamento do Ensaio Sobre o Individualismo Intelectual e Terapêutico. E mais um desenvolvimento da Individualogia.

Apresentação do formador:

Sou licenciado em Filosofia pela Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra.

Escritor, ensaísta e filósofo.

Membro da APAEF - Associação Portuguesa de Aconselhamento Ético e Filosófico, onde estou disponível para dar formação em Individualogia.

Investigador integrado no projeto "Perspetivas sobre a felicidade", Contributos para Portugal no WHR (ONU).

Fui Conferencista na 5ª edição do Seminário de Estudos sobre a Felicidade, com o tema: "Ética a Nicómaco", realizado na Universidade Católica Portuguesa a 29 de maio de 2019.

Investigador do IEF – Instituto de Estudos Filosóficos, da Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra.

Tenho um Canal de Filosofia no Youtube com o nome "Filipe Ferro Calhau", com mais de 600 vídeos publicados, entre eles palestras e sessões de apresentação de obras.

Obras publicadas:

- Ensaio sobre o Individualismo (Chiado Editora, 2016).
- A Liberdade e os escravos (Emporium Editora, 2018, com uma resenha feita pelo doutor Jorge Humberto Dias, publicada numa Revista Internacional de Filosofia Aplicada, Haser).
- Individualogia (Chiado Publishers, 2019, com prefácios dos doutores Jorge Humberto Dias e Joaquim Parra Marujo).
- Filosofia e felicidade (Chiado Publishers, 2019).
- Poesia individualista (Chiado Publishers, 2019).
- Ontem morri (Chiado Publishers, 2019).
- Filosofia aplicada à consciência e felicidade (Chiado Publishers, 2020, com prefácio do doutor Jorge Humberto Dias).
- Filosofia da ignorância (Editora Mikelis, 2020).
- Filosofia do prazer de viver (Sinapis Editores, 2021).
- Um ensaio sobre a atitude filosófica (Chiado Books, 2021).
- Filosofia do inconsciente (Chiado Books, 2021).
- Reflexões filosóficas sobre a felicidade (Chiado Books, 2021).
- Pedagogia da felicidade (Chiado Books, 2021).
- Reflexões filosóficas sobre a felicidade Volume II (Chiado Books, 2021).
- Reflexões filosóficas sobre a felicidade Volume III (Chiado Books, 2021).
- Reflexões filosóficas sobre a felicidade Volume IV (Chiado Books, 2021).
- Reflexões filosóficas sobre a felicidade Todos os Volumes (Chiado Books, 2022).
- Existencialismo, Budismo, Filosofia e Felicidade (Chiado Books, 2022).
- Ensaio sobre o individualismo intelectual e terapêutico (Lema D`Origem, 2024).
- Ensaio filosófico sobre a felicidade e a sexualidade (Lema D`Origem, 2025).

Por quê fazer este curso?

Antes de mais, porque a felicidade importa. O curso além de contribuir para a felicidade da pessoa individual, também contribuirá naturalmente para a felicidade relacional e coletiva. Ajuda a compreender o ego e a sexualidade num sentido geral, nos seus enquadramentos felicitários e infelicitários, conscientes e inconscientes.

Enquadramento filosófico:

Filosofia aplicada. Filosofia da consciência. Filosofia da felicidade. Filosofia da afetividade e sexualidade. Individualologia e individualismo intelectual e terapêutico. Ética. Epicurismo. Tantra. Budismo.

A atividade formativa centra-se nas seguintes áreas:

1. Ciências sociais e humanas.
2. Saúde (emocional).
3. Ética e filosofia (filosofia aplicada).
4. Educação.
5. Sexualidade e ego.

Objetivo geral:

Adquirir conhecimentos éticos e filosóficos para se poder tornar uma pessoa mais feliz, mais equilibrada e saudável, e um certificado em “Curso sobre a obra Ensaio filosófico sobre a felicidade e sexualidade”.

Objetivos específicos:

Pretende-se que no final da formação, os formandos tenham adquirido conhecimentos e competências na área da ética e da filosofia, da felicidade e da sexualidade.

Principais assuntos abordados: ignorância, meditação, afetividade, sexualidade, amor, relacionamentos, solidão, espiritualidade, depressão, emoções, desejos e carências, medos e bloqueios, repressões e opressões afetivas e sexuais, arquétipos socioculturais infelicitários, autoconsciência e espiritualidade. Compreensão do ego humano num sentido geral, da competição sexual que é a “dança do acasalamento humana”, com abordagem ética e filosófica.

Exemplos de problemas que poderão ser ajudados a resolver com este curso:

- 1) Ansiedade e desespero relativamente ao futuro.
- 2) Angústia relativamente ao passado.
- 3) Dilemas existenciais.
- 4) Medo da dor e da morte.
- 5) Falta de sentido de vida.
- 6) Solidão, depressão, frustração, carência, insatisfação, infelicidade e vazio interior.
- 7) Conflitos interpessoais.
- 8) Vícios e dependências.
- 9) Indecisão diante bifurcações na vida.
- 10) Dificuldade em pensar um projeto de vida.
- 11) Crenças conflitantes.
- 12) Incapacidade de construir uma narrativa positiva relativamente à interpretação que se faz às experiências passadas.
- 13) Falta de prazer de viver.
- 14) Compulsões alimentares por compensações afetivas e sexuais.

Conteúdos programáticos:

- 1) Orientação em filosofia da consciência, prática e terapêutica.
- 2) Aquisição de conhecimentos filosóficos (filosofia ocidental e oriental).
- 3) Compreensão da competição sexual que é a “dança do acasalamento humana”.
- 4) Desconstrução dos medos e das fobias.
- 5) Conhecimentos de filosofia “terapêutica” para resolver os problemas da insatisfação, frustração e infelicidade.
- 6) Desenvolvimento de apetências para potenciar a harmonia nos relacionamentos intersubjetivos.
- 7) Aprender a dar sentido e significado à própria vida.
- 8) Aprender a fazer uso do poder que se tem para se transformar a própria vida a partir de um processo de autorresponsabilização.

9) Aprender a analisar, desconstruir e criticar.

10) Desenvolvimento da humildade e da coragem para o crescimento consciencial e a libertação dos medos.

11) Aprender a importância da diferença e da mudança para crescimento e harmonização interior e relacional.

12) Compreensão do “desconforto intelectual” para o desenvolvimento da consciência.

13) Aquisição de conhecimentos fundamentais para se poder ser feliz.

14) Desenvolvimento de competências no âmbito da inteligência emocional para harmonizar as relações interpessoais.

15) Compreensão de uma outra visão do individualismo intelectual e terapêutico, que pode contribuir bastante para o desenvolvimento felicitário individual, relacional e coletivo.

Destinatários:

1) Interessados em adquirir conhecimentos filosóficos para efeitos pessoais, profissionais, e para poderem adquirir um certificado de “Filosofia, Curso sobre a obra Ensaio filosófico sobre a felicidade e a sexualidade”, para efeitos de consultoria filosófica, ora, Aconselhamento Filosófico, no enquadramento da Individualogia e do individualismo intelectual e terapêutico.

2) Certificado de 1ª categoria: No mínimo uma licenciatura. Certificado de segunda categoria: no mínimo o 12º ano. Certificado de 3ª categoria: menos do que o 12º ano.

3) Pessoas com vontade de ganhar mais prazer de viver.

Temas de cada aula (e conteúdos programáticos):

Todos os capítulos e assuntos da obra do curso são suscetíveis de serem abordados pedagogicamente nas aulas.

Aula 1

INTRODUÇÃO

- Introdução à obra “Ensaio filosófico sobre a felicidade e a sexualidade”.
- Compreensão genérica da obra.
- Introdução ao curso.

Aula 2

INDIVIDUALOGIA

- O que é a Individualogia e este “Individualismo terapêutico”?
- Compreensão do ego, enquanto sistema de sobrevivência e reprodução da espécie.

Aula 3

REALIZAÇÃO

- A tentativa de realização de “fora para dentro” e a tentativa de realização de “dentro para fora”.
Compreensão da atuação do ego, de forma inconsciente.

Aula 4

DANÇA DO ACASALAMENTO HUMANA

- Como acontece a competição sexual entre as pessoas: causas e consequências.
- A exibição de beleza e de poder.

Aula 5

BOLA DE NEVE DE DESEJOS SEXUAIS

- Como um simples desejo sexual pode gerar uma bola de neve de desejos, podendo causar estados de ansiedade e depressivos. Entre outros tipos de consequências infelicitárias. Mesmo que de forma indireta e inconsciente.

Aula 6

TANTRA

- O que é o tantra yoga? O que propõe? Como pode contribuir para uma sexualidade mais felicitária?

Aula 7

AUTOCONSCIÊNCIA

- O que é a autoconsciência? O que fazer para desenvolver a autoconsciência? O que impede o desenvolvimento da autoconsciência?

- Criação de uma sexualidade mais autoconsciente.

Aula 8

AUTOESTIMA

- O que é a verdadeira autoestima? O que é a “falsa autoestima”? Como desenvolver a própria autoestima?

Aula 9

AUTOCENTRAGEM

- A importância de uma autocentragem, para efeitos terapêuticos e felicitários. Consequências e causas da sua ausência.

- Sexualidade com autocentragem.

Aula 10

CONSEQUÊNCIAS INCONSCIENTES DO EGO

- Como o ego inconscientemente causa “compensações”, “projeções externas”, “fugas”, “compulsões”, ilusões, paixões, e uma sexualidade infelicitária.

Aula 11

EXTREMISMOS SEXUAIS

- Quais são e como se criam os extremismos na sexualidade humana.

- Dois principais extremismos da sexualidade humana.

Aula 12

RELACIONAMENTOS INFELICITÁRIOS

- Como são os relacionamentos infelicitários?
- Causas dos relacionamentos infelicitários.

Aula 13

RELACIONAMENTOS FELICITÁRIOS

- Como são os relacionamentos felicitários?
- Causas dos relacionamentos felicitários.
- Como criar (contribuir para) um relacionamento felicitário?

Aula 14

ÉTICA

- Ter uma sexualidade com ética felicitária.
- O que é uma sexualidade com ética felicitária?
- O que é uma sexualidade sem ética felicitária?

Aula 15

CONCLUSÃO

Conclusão do estudo da obra. Uma visão geral da mesma.

Organização final da matéria dada e do curso.

Algumas competências que também poder-se-ão adquirir:

- 1) Desenvolvimento da paz interior.
- 2) Desenvolvimento da autoconsciência.
- 3) Ensinaamentos acerca da meditação em termos terapêuticos e conscienciais.
- 4) Aquisição de conhecimentos prazerosos e felicitários.
- 5) Aquisição de conhecimentos e competências filosóficas para se saber lidar com os desafios em termos individuais e relacionais.
- 6) Aprender a cooperar e a mediar conflitos pessoais.
- 7) Aprender a identificar concretamente oportunidades, onde se poderia ver problemas.
- 8) Aprender a identificar, compreender e resolver os problemas que possam surgir no âmbito afetivo e sexual.
- 9) Desenvolvimento de competências no âmbito da inteligência emocional para harmonizar as relações interpessoais na vida pessoal (e laboral), no enquadramento interno e externo.
- 10) Desenvolvimento de competências conscienciais, intelectuais e éticas.
- 11) Desenvolvimento de uma filosofia de vida felicitária.

Estrutura e metodologia:

1. O curso é dado por um formador: Filipe Calhau. Desde o início, até ao fim do curso. Os formandos têm o total apoio do formador.

2. O curso é constituído por 15 aulas online. Aulas presenciais em condições excecionais.

(As aulas não são obrigatórias. O que importa é que o/a formando/a prove que adquiriu os conhecimentos suficientes para concluir o curso, através da apresentação de um relatório final. Pois poderá adquirir os conhecimentos necessários lendo a bibliografia principal e visualizando os vídeos certos no canal do YouTube, por exemplo.)

3. Início imediato, por e-learning. O e-learning, por exemplo, refere-se a um curso, programa, formação ou grau académico obtido de forma totalmente online. Permite uma aprendizagem ativa com recurso a materiais audiovisuais e outras ferramentas interativas. É um processo pelo qual o formando aprende através de conteúdos acessíveis no computador e/ou Internet e em que o formador, se existir, está à distância, utilizando a Internet como meio de comunicação (em simultâneo ou não) podendo existir sessões presenciais alternadas. Trata-se de um método de ensino flexível. É permitido aos formandos estudar as lições virtuais em casa, na biblioteca ou até numa esplanada de jardim. Ou seja, existe liberdade para escolher o local que permita aprender a matéria com maior facilidade. “O elearning está para a sala de aula como o telemóvel está para a cabine telefónica”, compara o artigo “How e-learning works” (Como funciona o elearning).

4. Cada aula tem o custo de 40 euros. O curso precisa de pelo menos o pagamento das 15 aulas (mesmo não assistindo às mesmas), para se poder adquirir um certificado, caso se tenha condições para se passar na avaliação.

5. A avaliação será qualitativa, entre “negativa” (com possibilidade de melhoria), “suficiente”, “satisfaz”, “bom”, “muito bom” e “excelente”. Avaliação contínua, oral e/ou por escrito. Também poderá ser realizada de 0 a 20. Tendo de ter no mínimo 10 para realizar o curso.

6. Necessária realização e apresentação de um relatório final por escrito.

7. Leitura de obras escolhidas pelo formador Filipe Calhau.

8. Visualização de vídeos do seu Canal no YouTube, que abordem as temáticas das aulas.

Recursos:

1. Material necessário: Condições básicas (como acesso à Internet) para se poder realizar uma vídeo chamada. Entre outras a combinar. As aulas também poderão ser dadas via chamada telefónica. Sendo este o método preferido.

2. Pode-se aceder ao curso a partir de qualquer computador (por exemplo, em casa e no escritório), tablet ou smartphone.

Datas e horas:

1. A combinar, entre as 15h e as 20h, durante a semana e excepcionalmente aos sábados. (Outros horários a combinar com o formador).
2. Aulas de uma hora.
3. A formação pode durar no máximo 15 meses após o seu início. A não ser que o formador aceite prolongar.

Bibliografia principal:

Ensaio filosófico sobre a felicidade e a sexualidade (Lema D`Origem, 2025).

Bibliografia (de apoio):

Ensaio sobre o individualismo intelectual e terapêutico (Lema D`Origem, 2024).
Estudo das outras obras do formador (com conteúdos direcionados ao formando).
Estudo das obras indicadas para cada caso em particular.

Mais informações contactar filipeferrocalhau@gmail.com