

# Formação Profissional de Instrutores de Mindfulness MTi 2026/2027

---



---

Lisa Bruna – Trainer MTi

*“Um professor é apenas alguém que está escutando.”*

— Namgyal Rinpoche

Ensinar mindfulness não começa na técnica.

Começa na qualidade de presença.

Nesta formação, o aprendizado se desenvolve a partir da prática pessoal e da experiência direta. Com o tempo, o participante amadurece a capacidade de sustentar espaços onde outras pessoas também possam explorar a própria experiência com atenção, curiosidade e cuidado.

O percurso formativo se apoia em três fundamentos:

### **Prática pessoal**

A prática de mindfulness é o centro da formação.

### **Pedagogia experiencial**

Aprender a partir da vivência e da reflexão sobre a experiência.

### **Linhagem contemplativa**

Inspirada nos ensinamentos transmitidos por Namgyal Rinpoche e desenvolvidos no contexto contemporâneo por Jangchub Reid no MTi.

O objetivo é formar instrutores capazes de criar espaço para o aprendizado com presença, clareza e responsabilidade ética.

Esta formação segue os princípios formativos do MTi — Mindfulness Trainings International.





# O PERCURSO DA FORMAÇÃO

Esta formação foi concebida como um processo de amadurecimento da prática e da postura do instrutor.

A formação compreende 108 horas, integrando prática pessoal, estudo, experiência de ensino e supervisão.

108 horas distribuídas entre:

- retiros presenciais
- aulas online ao vivo
- mentorias individuais e em grupo
- condução de um programa piloto de mindfulness
- encontros de supervisão

01

## Módulo 1 Fundamentos

Retiro presencial e encontros online dedicados ao estudo dos fundamentos do mindfulness, da postura do instrutor e dos princípios éticos do ensino.

02

## Programa Piloto Ensino na prática

Entre os módulos, cada participante conduz um programa piloto de mindfulness, colocando em prática o que foi integrado no primeiro módulo.

03

## Módulo 2 Aprofundamento e supervisão

Retiro presencial dedicado à integração da experiência, supervisão do ensino realizado e refinamento da postura do instrutor.



# PARTICIPAÇÃO

---



## Grupo reduzido

A formação é realizada com turmas pequenas, permitindo acompanhamento próximo e supervisão real do processo formativo.

## Certificação

A certificação como Instrutor(a) de Mindfulness é concedida aos participantes que:

- mantiverem a prática pessoal consistente
- conduzirem o programa piloto
- participarem das supervisões
- demonstrarem compromisso ético com o ensino



## Percurso de aprofundamento da prática

Participantes que desejarem apenas se aprofundar na prática podem participar da formação sem a realização do programa piloto e sem a certificação como instrutor.

*“A qualidade do seu Ser é mais importante do que o Fazer para criar um bom programa de aprendizagem.” — Jangchub Reid*



# INFORMAÇÕES PRÁTICAS

---

## 01

### **Local das Imersões**

A imersão presencial do **Módulo 1** será realizada na **Casa Sama Una**, no sertão da Barra do Una, em meio à exuberante natureza da Serra do Mar, um ambiente que favorece o silêncio, a presença e o aprofundamento da prática.

### **Primeira imersão presencial**

9 a 12 de julho de 2026

## 02

### **Investimento**

A formação é realizada em dois módulos presenciais, com investimento correspondente a cada etapa do percurso formativo.

#### **Módulo 1**

#### **Fundamentos**

Formação: R\$ 2.400,00

Hospedagem e alimentação (imersão presencial 1): R\$ 1.875,00

#### **Valor total**

**R\$ 4.275,00**

#### **Módulo 2**

#### **Aprofundamento e supervisão**

Formação: R\$ 2.400,00

Hospedagem e alimentação (imersão presencial 2): a confirmar

#### **Valor total**

**R\$2.400,00 + estadia**

## 03

### **Condições de pagamento**

Pagamento em até 6x no cartão

Desconto de 4% para pagamento à vista



# INSCRIÇÃO

---

Para confirmar a participação:

1. confirmação da inscrição via **Google Forms** - ([link de inscrição](#))
2. realização do pagamento

A gestão administrativa da formação, incluindo recebimentos e organização das hospedagens durante as imersões, é realizada em parceria com o ATMA Institute.

*“Criar espaços para o aprendizado começa na qualidade de presença que trazemos à prática.”* — Lisa Bruna





# CRONOGRAMA DA FORMAÇÃO PROFISSIONAL DE INSTRUTORES DE MINDFULNESS 2026-2027

---

## **01** Introdução à Formação - Ciclo Preparatório (online via Zoom)

- **Datas:** 08, 15, 22 e 29 de junho 2026 (segundas-feiras).
- **Horário:** das 20h às 21h.
- **Conteúdo:** Definições pragmáticas de mindfulness, benefícios baseados em evidências científicas, as 9 atitudes fundamentais da prática e os fundamentos da pedagogia do ensino (Sistema 4MAT)

## **02** Módulo 1: Fundamentos - Imersão Presencial

- **Período:** 09 a 12 de julho de 2026 na Casa Sama Una.
- **Vivência:** Desenvolvimento das práticas de mindfulness nas posturas sentada, caminhando, deitada e em movimento consciente. Práticas complementares e exercícios de presença.
- **Projeto Piloto:** Estruturação do protocolo de 8 semanas
- **Silêncio:** Retiro parcial em silêncio (1/2 dia) para aprofundamento da prática e integração da experiência.



### 03 **Aplicação do Protocolo e Mentorias (Online)**

- **Período:** Julho de 2026 a Fevereiro de 2027.
- **Condução:** Cada participante desenvolve e conduz um programa piloto de 8 semanas, aplicando na prática os fundamentos aprendidos ao longo da formação.
- **Suporte:** Encontros de mentoria e supervisão para suporte e acompanhamento do processo formativo.

### 04 **Módulo 2: Aprofundamento e Certificação**

- **Previsão:** Fevereiro de 2027.
- **Foco:** Supervisão do ensino realizado, refinamento da postura de instrutor e integração da experiência pessoal.
- **Silêncio:** 1 dia completo de silêncio em formato de retiro para consolidar a autoridade interna do instrutor.
- **Certificação:** Concessão do título de Instrutor(a) MTi após completar as 108 horas formativas, aplicação do protocolo de 8 semanas e participação nas supervisões.

### 05 **Aviso Importante**

Esta programação é dinâmica e serve como um guia inicial. Por respeitarmos o fluxo orgânico do grupo e as necessidades do momento presente, a programação poderá sofrer alterações ao longo do percurso.