

Música à flor da pele

Daniel Rezende Lopes

Regente do Coral AEA EnCanto



FAZ MAIS DE 20 ANOS QUE estou envolvido com o canto coral. Comecei a cantar ainda no colégio, quando era um adolescente inquieto em Conselheiro Lafaiete.

Rapidamente, cantar junto se revelou uma grande paixão. Viajei com o coral para diversos lugares, fiz grandes amigos e descobri que juntar vozes e fazê-las soar em harmonia seria minha missão de vida.

A verdade é que fazer música em conjunto e mergulhar nesse universo trouxe calma àquele jovem em busca de conexão, amizade e afeto.

Neste ano, tive a honra de começar a conduzir o trabalho com o Coral AEA EnCanto, um grupo que, por meio de sua generosidade e sensibilidade, me ajuda a lembrar do que há de mais essencial no fazer artístico e na vida: o encontro consigo mesmo e com o outro.

Cada ensaio tem sido uma alegria. Fico realizado ao perceber a conexão afetiva que temos construído através dessa grande paixão em comum: a música.

De colega de CAIXA a **terapeuta**: uma jornada de virada de chave

Maurício Borges

Associado



TRABALHAR NA CAIXA por 33 anos foi uma das maiores honras da minha vida. Cada etapa da minha trajetória, dos primeiros desafios à conquista de novos cargos, responsabilidades e aprendizados, contribuiu para formar quem eu sou hoje. Cresci profissionalmente, fiz amizades que levarei para sempre e tive a chance de participar de histórias que marcaram comunidades inteiras. A CAIXA sempre foi muito mais do que um trabalho: foi uma escola, uma família, um propósito.

Quando me aposentei, imaginei que entraria em um período de tranquilidade, descanso e celebração. Mas a verdade é que a mudança me abalou mais do que eu esperava. Sem a rotina, sem

o ritmo intenso, sem o ambiente que por tantos anos foi meu espaço de pertencimento, vivi uma compulsão que desestabilizou minha vida. Veio também a depressão — *silenciosa, profunda e desafiadora*.

Foi então que, em meio à busca por ajuda, conheci a TRG (*Terapia de Reprocessamento Gerativo*). E ali começou minha verdadeira virada de chave. A TRG me ajudou a ressignificar dores antigas, a reorganizar emoções e a reencontrar o equilíbrio que eu acreditava ter perdido para sempre. Aos poucos, fui me reconectando comigo mesmo, recuperando vitalidade, clareza e paz. Mais do que me curar, a TRG me transformou. A transformação foi tão profunda que decidi seguir por um novo caminho: tornei-me terapeuta. Hoje, dedico minha vida a ajudar outras pessoas

a reencontrarem seu próprio eixo, sua força e sua liberdade emocional — assim como eu encontrei. A aposentadoria, que parecia o fim de um capítulo, tornou-se o começo de uma nova missão. E é com alegria, gratidão e propósito que sigo caminhando, agora não mais como bancário, mas como alguém que também cuida de pessoas.

A todos os colegas aposentados da CAIXA: nunca é tarde para recomeçar. A vida sempre oferece novas portas, e às vezes é justamente depois de uma grande mudança que encontramos nosso verdadeiro caminho.

Para quem quiser conhecer a TRG ou agendar uma sessão, estou à disposição no **WhatsApp: (31) 99818-6897**. Ofereço descontos especiais para associados da CAIXA e seus familiares.

Em cada região de Minas, há uma AEAMG pulsando junto aos associados. É nos encontros, nas visitas, nas conversas de perto e nas demandas acolhidas com atenção que a Associação ganha vida para além da sede.

Confira a seguir as mensagens deixadas pelos nossos representantes regionais.



Prezado(a) associado(a) da AEAMG

Que as festas de final de ano sejam de muita paz e união e que no ano novo possamos desfrutar de muita saúde e alegria de viver. Muita gratidão a Deus pela vida!

Zulmira Amélia Pontes Sabino
Representante Regional Uberaba



Aos associados da AEAMG,

O Natal é uma época mágica de alegria, amor e união! Luzes cintilantes, árvores enfeitadas e momentos inesquecíveis com a família e amigos. É um tempo para compartilhar gratidão, esperança e criar memórias que duram para sempre. Feliz Natal!

Helder Barizon
Representante Regional de Juiz de Fora