

# **Cartilha de Procedimentos em Educação da Vida**

## **Superintendência das Atividades dos Educadores**

A Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL é responsável pela divulgação da "Educação da Vida", a qual prega que a "educação da criança parte da reeducação do adulto", através de "sorriso, elogio e palavras de incentivo".

## **Educação da Vida**

É a parte da filosofia de Masaharu Taniguchi que trata da educação, focada na "reeducação do adulto" e no "sorriso, elogio e palavras de incentivo". Tem como objetivo, acreditando na essência boa da criança, fazê-la crescer através do amor com sabedoria.

Esta cartilha tem como objetivo propor um conjunto de práticas a serem utilizadas por pais, professores e alunos com o sentido de criar ambientes de aprendizagem repletos de alegria, harmonia e amor. As práticas podem ser adaptadas aos diversos ambientes, pois seu objetivo é que reflitamos sobre nosso comportamento e nossas atitudes, tornando nossa vida iluminada.

### **Mês 1 - Prática consigo mesmo e na família.**

Não podemos levar paz aos outros se não tivermos paz dentro de nós. O Professor Taniguchi ensina que modificando nossas palavras podemos anular a força de pensamentos, palavras e ações que acumulamos no passado (carmas). Em primeiro lugar vamos amar e reverenciar a nós mesmos.

"Quando alguém está só, não é possível brigar com outras pessoas; mas, às vezes, ocorre conflito em sua mente. Por exemplo, pode ocorrer uma situação em que a pessoa, devido à circunstância, sinta-se tentada a mentir para escapar temporariamente de um problema, mas ouve a voz da consciência que o adverte:

‘Não faça isso. A mentira acaba sendo descoberta, e o resultado nunca é positivo. Portanto, não minta’. Então, a pessoa se angustia com a dúvida, mas, por fim, um dos pensamentos acaba prevalecendo e ela age de acordo com esse pensamento. (...)

Na essência, todo ser humano possui natureza benigna. Mesmo nas pessoas perversas, está latente o que chamamos de *consciência*. Um dia, a consciência desperta e se manifesta. Um exemplo disso é o caso do sr. Akito Shima (pseudônimo). Ele praticou muitos delitos, cometeu até um homicídio, e acabou sendo condenado à pena máxima. Esse homem, que parecia ser um criminoso irrecuperável, um dia se lembrou de que, quando era estudante, teve um professor que elogiou um trabalho seu, e resolveu escrever-lhe. A partir de então, ele passou a receber do seu antigo mestre aulas de poesia. Com isso, começaram a aflorar bons sentimentos e ele passou a escrever excelentes versos, conseguindo, tempos depois, publicar um livro de poesias.

Esse exemplo mostra que os bons sentimentos estão latentes em todas as pessoas e que essa é a verdadeira natureza do ser humano. Muitas vezes, essa bondade inata é chamada de *natureza divina* ou *natureza búdica*. Mas, embora a bondade seja inerente à natureza humana, às vezes as pessoas têm vontade de mentir, de vociferar, de infringir regras etc. Se, nessas ocasiões, a pessoa permitir que prevaleça o mau pensamento, acabará se acostumando a agir desse modo. Isso porque ela própria passa a se considerar uma “pessoa má” e, conforme a lei mental, manifesta-se o que a mente acredita”.

(Viver com Alegria, cap. 4)

### **Passos para manifestar o bem interior da criança.**

“Em primeiro lugar, deve-se empregar o poder da palavra. Vendo a criança com os olhos da mente, com o pensamento e com os sentimentos, consegue-se fazer com que ela manifeste o bem que existe em seu interior. A contemplação constante torna-se uma ‘oração’ poderosa. Nada melhor do que conseguir contemplar a criança sempre como ‘o bem absoluto’, isenta de maldade. (...)

Em segundo lugar, a ‘Educação da Vida’ emprega o poder da palavra. As palavras de amor e elogio constituem uma poderosa força que fazem manifestar o bem.

Em terceiro lugar, leva em conta a fisionomia, as atitudes e a atmosfera ambiental como elementos que atuam grandemente na educação. Não podem ser expressos como a palavra falada, mas constituem a visão da vida, do mundo e da educação que o educador mantém na mente, e exercem grande influência no destino, tanto do educador, quanto do educando”.

(Educação do Filho de Deus, vol.1, p. 44)

### **A primeira etapa**

“A primeira etapa [da Educação do Renascimento] consiste na prática da ‘docilidade, sorriso e presteza’, ou seja, *hai*, *niko*, *pon*. Não sei quem inventou essa expressão, mas ela possui uma força poderosa.

O *hai* é o ponto máximo da anulação do ego, significa também reverenciar. O *hai* é o estado espiritual do nada. Vivificando todas as coisas, você mesma será vivificada ao máximo. Quando a mulher pratica com empenho o *hai*, o sim incondicional ao marido, tudo o que ela deseja do marido se realiza.

*Niko*, ou seja, sorrir é realmente fascinante. Um sorriso alegre supera todas as outras virtudes e manifesta uma força maravilhosa.

A deusa Amaterasuse escondeu no Ame no Iwato, e o mundo ficou na escuridão. Começaram a acontecer muitos males. Os deuses se reuniram no Ameno Yasukawa e todos riram quando a deusa Ameno Uzume dançou desnudando-se. Ouvindo esse riso, a deusa Amaterasu saiu do Ame no Iwato.

Esta mitologia nos ensina que sorrir é o primeiro passo para a solução de um problema que nos deixa tristes, solitários, angustiados, achando que nada mais há a fazer.

*Pon* é ação. O importante é agir. O importante é o agora, é entrar imediatamente em ação”.

(KANUMA, Keiyo, Educação do Renascimento, 5ª ed., São Paulo, 2006).

## **Práticas para o mês**

“Anotemos as práticas diárias realizadas nos lares, comprometendo-nos a divulgar os resultados, juntamente com os participantes das reuniões de mães.

Primeiramente, providencie um caderno para registrar o que apresentamos a seguir:

### **Prática da primeira Semana**

#### **- ‘Caderneta de elogios’ para si próprio.**

Quando dizemos “caderneta de elogios”, a tendência é imaginar que nos referimos a elogios recebidos de outras pessoas. Mas não se trata disso. O eu que elogia é o Eu verdadeiro é o Eu positivo, que está no âmago do nosso ser.

Às vezes, quando estamos meditando, ouvimos uma voz que vem do profundo de nossa alma e nos diz: “Seja infinitamente puro”, “Seja infinitamente correto”, “Seja Infinitamente belo”, “Seja infinitamente nobre”. Devemos ouvir a voz do nosso Deus interior e anotar as suas palavras de elogio: “Você agiu muito bem”. Você é a pessoa elogiada, ou seja, o *eu* que serve ao Eu verdadeiro existente no seu interior, o *eu* positivo.

Por exemplo, quando estiver passando por um lugar público e encontrar um pedaço de papel caído no chão, a voz interior lhe dirá: “Recolha o papel”. É a voz do seu *eu* positivo. Se você hesitar, outra voz, a do falso eu, dirá: “Não, não precisa recolher o papel”. Em tais ocasiões, se obedecer imediatamente à voz interior do *eu* positivo e for elogiado, você deve anotar esse elogio no caderno.

(...) Se prestar atenção, você sempre ouvirá uma voz interior lhe dizendo ‘Faça assim’. Deve anotar a instrução recebida e agir o mais rapidamente possível. Procedendo desta forma, passará a receber elogios com mais freqüência, o que o levará a respeitar e reverenciar mais a si mesma. Este sentimento capacitará a educar melhor as crianças. Respeitar a si mesma é o primeiro passo para respeitar os filhos, a família e as demais pessoas, sendo também o primeiro passo da educação”. (Educação do Filho de Deus, vol.1, p. 44)

## II

### **O poder criador das palavras**

“Não há quem possa melhorar, sendo tachado de mau elemento por todas as pessoas a seu redor. Eis a razão pela qual os ex-presidiários dificilmente conseguem se regenerar. Também na educação é fundamental que o educando receba boas vibrações mentais de pessoas a seu redor. Por isso, quando soube da situação desse estudante, aconselhei a seus pais que o transferissem para outra escola. Assim foi feito, e, após a transferência, esse estudante se regenerou completamente. Isto porque no novo ambiente escolar não havia ninguém que o tachasse de mau elemento. Há ainda um outro fato surpreendente que ocorreu com esse mesmo adolescente. Ele tinha boa compleição física, mas, quando veio a minha casa pela primeira vez, em companhia da mãe, apresentava defeito de locomoção numa das pernas e mancava bastante. A mãe explicou que não se tratava de defeito congênito. Seu filho ficara assim depois que se tornara rebelde e agressivo e começara a levar uma vida desregrada, andando em companhia de desordeiros (percebi que era o problema da mente que se refletia no físico). Todos os tratamentos a que se submetera tinham sido vãos. Pois bem. Esse defeito, que parecia incurável, foi diminuindo à medida que o garoto ia melhorando sua atitude mental, e um dia ele percebeu que já não mancava nem um pouco. Assim, praticamente todos os problemas desse adolescente haviam sido resolvidos. Mas a força do hábito permaneceu por mais algum tempo e, devido a isso, ainda tinha acessos de raiva e tornara-se agressivo, quando não conseguia o que queria. Até algum tempo atrás, sempre que o filho reagia desse modo, a mãe o recriminava com palavras tais como ‘Deixe de ser malcriado!’, ‘Que mau menino que você é!’ etc. E, devido à força negativa dessas palavras, o filho se tornava mais agressivo. Porém, depois de ter recebido minha orientação, a mãe passou a proceder de modo diferente: sempre que o filho se enfurecia, ela se afastava da presença dele, ia para outro aposento e mentalizava: ‘Essa agressividade é apenas aparência fenomênica de meu filho. A verdadeira natureza dele é (...) paz e harmonia, que nunca tem de raiva e violência’. Então, como que por milagre, o filho logo se acalmava. Na verdade, não se tratava de um milagre. Antes, a mãe o recriminava sempre que ele tinha acesso de raiva. Justamente por dirigir-lhe palavras como ‘Você é malcriado’, ‘é um mau menino’ etc.,

tais idéias se tornavam mais nítidas e, devido à 'lei mental' segundo a qual tudo aquilo que se delineia na mente acaba por se manifestar concretamente, o filho tornava-se mais agressivo. Mas, quando a mãe deixou de se ater ao aspecto fenomênico imperfeito do filho e passou a mentalizar a perfeição da Imagem Verdadeira, ele deixou de ter acessos de agressividade. Assim é a 'lei mental'; e isso é um fato, não simples teoria. A verdade é que esse adolescente tornou-se calmo e aplicado nos estudos. Atualmente, ele faz o curso colegial longe de casa e escreve assiduamente para a família. Outro dia, a mãe mostrou-me uma carta dele, repleta de palavras carinhosas que denotavam o grande afeto que ele tem por seus pais. Restabeleceu-se, assim, a perfeita harmonia naquela família. Ficou comprovada dessa forma a veracidade dos ensinamentos da Seicho-No-Ie, segundo os quais 'os aspectos imperfeitos, embora pareçam reais a nossos olhos carnis, não passam de aspectos falsos (ilusões)". (A Verdade da Vida, vol. 25, cap. 1)

### **Harmonia no dia-a-dia**

Cada palavra carrega um peso e evoca uma imagem, uma sensação e um sentimento. Nossa atmosfera é formada pela vibração que expressamos no rosto, na mente e nas palavras. Por isso é importante:

- Cuidar para não deixar o pensamento vagar em más imaginações, corrigindo-o para imaginações criadoras e positivas. (Os psicanalistas Sándor Ferenczi e Melanie Klein, por exemplo, trabalham com o conceito de fantasia inconsciente, um panorama emocional que enquadra as visões de mundo dos sujeitos<sup>1</sup>) É bom evitar dizer "que droga de trânsito!" e preferir dizer "que bom que tenho um carro!". Evite palavras que tenham um tom de crítica; evite até mesmo uma atmosfera de crítica, ainda que as palavras sejam formais. Quando ficamos presos a um conceito de certo e errado rígido, afastamos as pessoas.

- Procurar um momento para meditar, focando a mente em bons pensamentos, em boas palavras. Segundo o psicólogo Daniel Goleman, "Milhões de norte-americanos têm tentado a meditação, e muitos têm - na incorporado a suas

---

<sup>1</sup> **Correspondência** – Sigmund Freud e Sándor Ferenczi – volume I/ tomo 2 - 1912-1914 – Editora Imago e Segal, Hanna, Notas sobre a formação de símbolos. Elizabeth Bort Spillius (org). **Melanie Klein hoje**: desenvolvimento da teoria e da técnica - volume 1. Nova biblioteca de psicanálise, vol. 7, Rio de Janeiro: Imago Editora, 1991.

vidas ocupadas. A meditação, hoje, é uma ferramenta-padrão, usada em medicina, psicologia, educação e autodesenvolvimento. Além disso, há muita gente tarimbada que se encontra hoje em sua segunda década como meditadores”.<sup>2</sup>

- Ter bastante atenção com as coisas que o cercam: trate com delicadeza os instrumentos, objetos e ferramentas que tornam sua vida mais confortável. Elas fazem parte de um ciclo de trabalho e criatividade de inúmeras pessoas, que não pode ser medido apenas por valores econômicos. Tenha um olhar generoso também pela natureza, fazendo tudo que pode para não desperdiçar, re-aproveitar e reciclar: lavando os plásticos utilizados, não dobrando o papel para que possa ser reciclado, etc.

- Demonstrar amor para com as pessoas ao seu redor: deixe claro que gosta delas, pare para dar atenção aos seus problemas, ajude-as a melhorar sua vida. Se não acha tempo, questione seus valores, que o fazem ficar tão ocupado: há ansiedade por que motivo?

(Nota do compilador)

### **Práticas para o mês**

#### **Prática da segunda Semana**

##### **- Diário de Elogios**

“Todos os dias, escreva sobre cada um dos membros da família e, dentre os fatos ocorridos durante o dia, procure os que mereçam ser elogiados e registre-os com gratidão no “Diário de Elogios”. Por exemplo:

“Meu marido (esposa) é saudável, é alegre, é o(a) melhor marido(esposa) do mundo. Agradeço profundamente pois hoje ele(a) fez.....  
Muito obrigado(a)”.

“Meu filho..... é saudável e alegre, é o melhor filho do mundo. Agradeço profundamente pois ele fez ..... Muito obrigado(a)”.

Repita essas palavras de gratidão e registre, item por item, as ocorrências desse dia.

\*

---

<sup>2</sup> Goleman, D. A mente Meditativa. São Paulo: Editora Ática, 1998, p. 131.

Há muitas mães escrevendo todos os dias no 'Diário de Elogios'. Algumas delas, cheias de satisfação, presenteiam seus filhos com esse 'Diário de Elogios'. (Registro de Gratidão) no dia em que eles se casam. É fácil antever o destino esplêndido que terão tais filhos, tão admirados e louvados pela mãe. Só podem ser felizes as mães que adotaram essa prática”.

(Educação do Filho de Deus, 8ªed., vol.1, p. 47)

### **Prática da terceira Semana**

#### **- Mentalização pelos familiares**

O mundo aparente é reflexo da mente - este é um ponto fundamental da Filosofia do Profº Taniguchi. Nesta semana, encontre um tempo para ficar sozinho e mentalize em silêncio:

“Meu pai, fulano, é belo e saudável de corpo e alma, e vive com fisionomia alegre, usando palavras afetuosas e de elogio”.

“Minha mãe, fulana, é belo e saudável de corpo e alma, e vive com fisionomia alegre, usando palavras afetuosas e de elogio”.

“Meu marido(esposa), fulano(a), é belo(a) e saudável de corpo e alma, e vive com fisionomia alegre, usando palavras afetuosas e de elogio”.

“Meu filho(a), fulano(a), é belo(a) e saudável de corpo e alma, e vive com fisionomia alegre, usando palavras afetuosas e de elogio”.

(Adaptado de Meditação Shinsokan *Nyoihoju-kan*, do Livro explicações Detalhadas sobre a Meditação Shinsokan, 7ªed, p. 144)



## **Mês 2 - Prática com os alunos**

Agora é o momento de começarmos a louvar a natureza verdadeira de nossos alunos e continuar a manifestar amor aos nossos familiares. Este mês iremos treinar o amor incondicional e a docilidade em relação a eles, primeiro treinando nossa mente a ver o bem interior.

### **Sorriso, elogio e palavras de incentivo**

“Nas ‘Palavras de Sabedoria’ da Seicho-No-Ie consta um preceito que diz: ‘Se tiveres de censurar alguém, procura seus pontos louváveis e elogia-o’. Por mais que alguém ame uma pessoa, se apenas a critica, sem dirigir-lhe uma palavra de elogio, dificilmente conseguirá melhorá-la.

Tanto as palavras de amor como as de elogio têm o poder de construir o bem. Certa ocasião, ouvi contar que havia um menino com vício de furtar e, como não houvesse meio de corrigi-lo, haviam decidido interná-lo num reformatório de menores. Quando chegaram a essa situação crítica, ocorreu à mãe do menino uma idéia sábia. Ela percebeu que, se continuasse a criticá-lo pelos furtos, iria reforçar mais ainda a idéia de furto na mente infantil dele, e o vício jamais se corrigiria. Então, parou de admoestar o filho e deixou cair propositadamente uma vultosa importância no caminho por onde ele iria passar. O menino encontrou o dinheiro, mas não sabendo como gastá-lo por ser uma quantia muito grande entregou-o à polícia. Elogiado na polícia e na escola, descobriu o quanto se sente satisfeita uma pessoa que pratica o bem, e assim curou-se do vício de furtar. Por trás dessa bela narrativa, existiu a força do amor da mãe -- que, para salvar o filho, jogou fora uma grande soma de dinheiro -- e a força do elogio que premiou a boa ação. Em suma, no íntimo de qualquer pessoa se aloja a natureza divina e, quando confiamos no outro e procuramos descobrir e elogiar suas partes positivas, essa natureza divina começa a brilhar, despertada pela força da palavra.

Segundo a biografia do sr. Kaichiro Nezu, que chegou a ser membro do Conselho Imperial, na época de sua mocidade, foi um assíduo e incorrigível freqüentador de locais não recomendáveis. Vivia em casas de chá e nem sempre voltava para casa. Seu pai era uma pessoa sábia e jamais se queixava. Trabalhava entregando mercadorias com um carrinho, no lugar do filho. Um dia, casualmente, o sr. Kaichiro viu o pai assim trabalhando e sentiu-se constrangido diante desse

profundo amor paterno. Ao voltar à casa de chá, encontrou uma carta que o pai havia lhe enviado. Em linhas gerais a carta dizia o seguinte: ‘Eu confio em você. Acredito que você é um homem que não erra, pois tem firmeza de caráter. Cuide da sua saúde’. Profundamente impressionado com a confiança e o amor de seu pai, desde então, deixou definitivamente de ir a lugares como aquele, esforçando-se a ponto de se tornar membro do Conselho Imperial.

(A Verdade da Vida, vol. 1, Introdução).

## **Práticas para o mês**

### **Prática para as duas primeiras semanas**

#### **1- Aprender “o modo correto de viver”**

“Antes de tentar ensinar aos filhos [e alunos], é indispensável que os pais se eduquem primeiro, ou seja, aprendam o modo correto de viver. A conduta correta dos pais constitui, por si mesma, um ensino prático para os filhos. (...) Aja como se fosse uma atriz famosa desempenhando o papel de mãe[professora] no palco da vida, segundo o roteiro da peça ‘Teatrinho da[o] Jovem Mãe [e Professor(a)]’ que se encontra inserida na primeira parte do livro. E, desta forma, pratique no cotidiano a maneira de viver corretamente.

#### **1 – Harmonizar a mente ao acordar pela manhã**

De manhã, logo ao despertar, harmonize a sua mente. Se a mente estiver mergulhada em tristeza ou revolta, é absolutamente impossível educar bem. Nesse caso, mude imediatamente o pensamento. Sente-se sobre a cama, em posição correta, e repita vinte vezes: ‘Tenho certeza de que hoje só me acontecerão coisas boas. Que alegria! Hoje só me acontecerão coisas boas. Que alegria! Papai, mamãe, muito obrigada’.

#### **2 – Como acordar os membros da família**

Quando se dirigir pela manhã aos familiares, faça-o sempre com voz e expressão agradáveis: ‘(...) meu filho, olhe que manhã maravilhosa! É mais um dia maravilhoso que chega!’.

### **3 – A atitude no portão**

Ao acompanhar os familiares até o portão, fite-os durante alguns segundos. Em seguida, sorria e abrace-os afetuosamente. Este é um momento importante para que eles iniciem bem o dia. Essa sua atitude os manterá com ânimo e coragem durante todo o dia.

### **4 – Oração após a saída dos familiares**

Depois que todos saírem, feche os olhos e, durante um minuto, mentalize a imagem dos filhos brincando e estudando com alegria na escola, e diga: ‘Tudo está bem. Tudo vai dar certo. Meus familiares convivem em total harmonia com professores e colegas. Muito obrigada’.

### **5 – Como recebê-los na volta**

Ao ouvir suas vozes, olhe-se no espelho e certifique-se de estar com uma fisionomia alegre. Receba-os com um sorriso, como se eles tivessem se ausentado do país por cinco anos, agradecendo pelo fato de não terem se acidentado nem sido seqüestrados. Não diga frases como: ‘Hoje não tem lição para casa?’, ‘Apreste-se para ir ao cursinho’. Em vez disso, diga: ‘Hoje, temos um doce delicioso.’ É mais importante alegrá-los do que lembrar-lhes as obrigações.

### **6 – Brinquem, brinquem, brinquem felizes**

Brincar é uma atividade importantíssima para o desenvolvimento das crianças. Deixe-as brincarem à vontade. Brincando é que se manifesta nitidamente a personalidade de cada uma. O ato de brincar é a livre expressão da vida das crianças. Ler livros, assistir à televisão, conversar com os pais – tudo para elas é brincar. Inclusive os estudos.

### **7 – Dizer “obrigada” com freqüência**

Habitue-se a agradecer a tudo: ‘Obrigada, lição de casa. Obrigada, professor, por passar lição de casa’. Não havendo, agradeça: ‘Obrigada, professor, por não ter passado lição de casa’. Agradeça a tudo.

## **8 – Palavras para serem repetidas ao adormecer**

Mentalize o rosto de cada membro da família e diga em pensamento: ‘Fulano, eu o amo muito. Você é sadio, é alegre, é amoroso e é amado por todos. Você vai bem nos estudos e nas atividades esportivas. Vai melhorar mais ainda. Muito obrigada! Muito obrigada’.

Adormeça gravando no profundo da mente que adora, que ama muito todos os seus familiares. Um bom destino se constrói durante a noite’.

(Adaptado de Educação do Filho de Deus, 8ªed., vol.1, p. 77)

## **2- “Diário de Elogios” para seus alunos**

Todos os dias, escreva sobre cada um dos alunos procure os pontos que mereçam ser elogiados, registrando-os com gratidão no ‘Diário de Elogios’. Por exemplo:

‘Meu aluno(a) fulano(a) é saudável, é alegre, é o(a) melhor aluno(a) do mundo. Agradeço profundamente pois ele (é, fez).....

Muito obrigado(a)’.

## II

### **Alguns Desejos do Ser Humano**

“Se a criança não gosta de estudar, descobrir a causa. Refletir se existe obstrução em algum dos cinco desejos básicos do ser humano.

Os cinco desejos:

- 1) Ser reconhecido
- 2) Ser amado
- 3) Ser elogiado
- 4) Ser útil
- 5) Ser livre”

(Educação do Filho de Deus, 8ªed., vol.1, p. 110)

#### **O desejo de ser reconhecido.**

“Todos possuem no íntimo o desejo e serem reconhecidos, principalmente pelas pessoas que amam e respeitam. (...) Quem assume a posição de liderança deve levar em conta a existência desse desejo em cada um de seus subordinados”.

#### **O desejo de ser amado.**

“(...) amar é o desejo de se unir ao outro. O desejo de ser amado, que todos possuímos em nosso íntimo, é, pois o desejo de se unir ao outro. Podemos, então, afirmar que o desejo de ser amado é o ‘desejo de não ser rejeitado”.

#### **O desejo de ser útil ao próximo.**

“Uma criança pequena deseja ser útil a um limitado número de pessoas: seus pais e irmãos. (...) para melhorarmos o nosso relacionamento humano é muito importante reconhecermos reciprocamente a utilidade do nosso trabalho.”

(A prosperidade está na mente, Katsumi Tokuhisa, 4ª ed., p. 95-100)

## **Práticas para as duas últimas semanas**

### **- pessoal:**

**Oração dos professores p/ os alunos** - Encontre um momento para visualizar a perfeição interior de seus alunos, realizando a Oração do professor ou mentalizando que são bons e inteligentes. Isto vai capacitá-lo a aceitar os pontos positivos de cada um e tratá-los com gentileza, o que refletirá na sua atitude.

### **Oração dos professores**

*Meus alunos, vocês são o espelho de minha mente.*

*(...)*

*Através de vocês eu aprofundo o meu amor.*

*Através de vocês eu elevo minha alma.*

*A imperfeição é irreal, somente a perfeição é real.*

*Por isso, não me irrita com o que não existe, não fico nervoso por causa da ilusão.*

*Estou sereno e tranquilo, olhando a perfeição interna. Obrigado, obrigado, obrigado...*

*(...)*

*Eu os educo o amor.*

*Eu os oriento com sabedoria.*

-

Pode-se mentalizar cada aluno, em especial os com maiores problemas, a mesma oração que fizemos para os familiares:

“Meu aluno(a), fulano(a), é belo e saudável de corpo e alma, e vive com fisionomia alegre, usando palavras afetuosas e de elogio”.

### **Prática com os alunos:**

#### **Mentalização da Aura Suave como a Lua Cheia**

Você pode realizar uma mentalização todos os dias no início das aulas, o que ajuda os alunos a começarem o dia com mais alegria e serenidade.

(Afirmações)

- Papai, mamãe muito obrigado. Vovô, vovó, muito obrigado!

Obrigado Brasil, muito obrigado!

Sou inteligente! Sou forte! Sou calmo! Sou útil! Tenho capacidade infinita!

(respirando fundo, mentalizamos)

*“Minha aura é suave,*

*Calorosa, pura e afável.*

*Transmito paz e alegria*

*A todas as pessoas*

*Perdão os pecados*

*De todas as pessoas*

*E amo todas elas”.*

### **Mês 3 – Prática com os alunos 2**

Agora é o momento de manifestarmos nas formas aquilo que viemos desenhando na mente, através de oficinas e atividades que incentivem nossos alunos a crer na sua capacidade infinita.

“Antigamente, prezava-se o vínculo espiritual entre o senhor e o vassalo, entre o mestre e o discípulo, entre os pais e os filhos, e entre os amigos. Mas os homens modernos, dominados pelo materialismo, esquecem-se deste bem mais precioso que é o vínculo espiritual e conduzem as suas relações humanas levando em consideração somente os interesses materiais. O que se nota é o relacionamento humano árido, em que as pessoas só se empenham em obter proveito para si próprias. Ao assistir à peça *Ude no Kizaburo*, em que o personagem age em função do vínculo espiritual que o une ao mestre, senti como se tomasse um frescor para mitigar a sede provocada pela aridez do mundo atual dominado pelo egoísmo.

(TANIGUCHI, M., Meditando sobre a Vida, Capítulo Amor)

A relação com os pais define, segundo o Prof<sup>o</sup> Taniguchi a relação do homem com toda a sociedade. Conforme o pensamento oriental, as relações com os pais definem as relações com todas as autoridades.

Um dos psicanalistas modernos que mais pesquisou a influência dos relacionamentos parentais no bebê foi Melanie Klein. Para ela, o recém nascido já trás sentimentos como medo e insatisfação (poderíamos chamar de carmas) que, unidos às suas experiências com a mãe, podem orientar seu psiquismo no sentido da inveja e destrutividade, ou gratidão e bondade. “Não presumiria que, para ele (o bebê) o seio seja simplesmente um objeto físico. A totalidade de seus desejos instintivos e de suas fantasias inconscientes imbui o seio de qualidades que vão muito além da nutrição real que ele propicia. Vemos na análise de nossos pacientes que o seio em seu aspecto bom é o protótipo da ‘bondade’ materna, de paciência e generosidade inexauríveis que de tal modo enriquecem o objeto originário que ele permanece como a base da esperança, da confiança e da crença no bom (...)” (Klein, Melanie. Inveja e gratidão. Apud. O Livro de Ouro da psicanálise, Ediouro, 2007).

Segundo o psicanalista Jacques Lacan, o bebê num estágio inicial pensa que sua mãe (seio) fazem parte dele, e só posteriormente percebe que está separado,



sendo fundamental o “Significante Nome do Pai”, as limitações impostas por leis e cultura, sem o que a criança não se inscreve no registro “simbólico”, na linguagem.

(Nota do compilador)

### **Crer na potencialidade infinita**

“A base da educação deve consistir em: crer na potencialidade infinita da criança; descobrir seus talentos e suas habilidades, elogiá-la, incentivá-la, fortalecer-lhe a autoconfiança e, assim, fazê-la interessar-se pelos estudos. (...) Não devemos nos ater aos defeitos, à inferioridade ou à maldade manifestados na criança no plano fenomênico. Ater-se às imperfeições do aspecto fenomênico é torná-las mais acentuadas. (...) A palavra é força criadora. É por isso que os métodos educacionais ortodoxos, que consistem em apontar os pontos negativos da criança e tentar corrigir-lhe os defeitos, sempre acabam fracassando. (...) Se agem assim é porque não conhecem os princípios da ciência mental segundo os quais ‘manifesta-se o que a mente concebe’.

(A Verdade da Vida, vol. 25, prefácio).

### **Práticas para o mês**

Continue a Mentalização da Aura Suave como a Lua Cheia e o “Diário de Elogios” para seus alunos.

Neste mês vamos descobrir atividades em sala de aula que expressem nosso amor por eles e nossa disposição a ajudá-los a compreender mais o mundo e relacionarem-se com seus pares de forma positiva, com amor sensato.

### **Cada um tem um talento**

O professor explica que a atividade de hoje visa descobrir o talento único de cada aluno. Assim, reúnem-se em grupos e todos participam, respondendo: “O João é bom em quê?” Fazem assim uma lista de talentos e qualidades de cada um. O objetivo é que todos se sintam importantes, dando especial atenção àqueles que não atingem os padrões sociais da idade, mais tímidos ou menos agressivos.

### **Avaliações positivas**

A avaliação é um momento importante tanto para avaliar a eficácia da comunicação como para reforçar a auto-estima do aluno. Ache uma forma de realizar medições contínuas e elogie com sinceridade sempre que os alunos conseguirem demonstrar sua inteligência. Interessante é realizar diversos tipos de atividades, onde cada um possa expressar sua habilidade. O professor Toru Kumon, famoso no mundo todo pelo seu método, afirma que “Se lhe for dado conteúdo adequado, a criança estudará com prazer e avançará além de sua série escolar”. (Pontos Importantes da Orientação - Kumon Instituto de Educação, 2001).

### **Elogio das notas**

Outra prática muito interessante é – de comum acordo com o orientador pedagógico ou o diretor- chamar aqueles alunos que têm apresentado baixo rendimento ou indisciplina na sua sala dizer-lhe: “Todo mês você virá aqui mostrar suas melhores notas”. Assim, somente elogiando o ponto positivo, o aluno tende a melhorar cada vez mais. O importante é deixar claro que ele não é medido por notas, já é inteligente, já é amado, e o que é fundamental é aprimorar-se para ser útil à sociedade.

### **Versos agradecendo aos pais**

Peça para seus alunos:

1) Escreverem sua autobiografia – Toda pessoa consegue escrever pelo menos uma obra-prima: a própria biografia. Ela é única no mundo e uma maravilhosa história verídica. Ao escrevê-la, pode ressurgir alguma desarmonia ou algum ressentimento antigo contra os pais e, nesse caso, deve ser esforçar para substituí-los pelo sentimento de gratidão. Já foi muito bem explicada a razão pela qual é preciso, antes de mais nada, agradecer aos pais.

2) Produzir versos de louvor aos pais. Durante a elaboração da autobiografia, exprimir toda lembrança emocionante em forma de poesia. A emoção é a base de uma boa poesia, a qual não é mera reunião de palavras sem sentimento.

## **Mês 4 - Prática com os pais**

Neste mês vamos incluir os pais na “Educação da Vida”. Os pais são aqueles que preparam o ambiente familiar do filho e também influenciam fortemente sobre seu crescimento, com incentivo ou preocupações. A escola e os pais são dois pilares fundamentais de um crescimento sadio. Também eles vivem inúmeras pressões: várias horas de trabalho, dificuldades econômicas, medo quanto ao futuro do filho, etc. O professor deve ser capaz de levar tranquilidade aos pais, fazendo-lhes crer na possibilidade de seu filho expressar-se com liberdade e progredir.

Recentemente a Psicologia Positiva surgiu como “o estudo científico das forças e virtudes que capacitam os indivíduos e comunidades a prosperar”.<sup>3</sup> Segundo Maria Angela Mattar Yunes, doutora em Educação e Psicologia da Educação pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, “resiliência é freqüentemente referida por processos que explicam a ‘superação’ de crises e adversidades em indivíduos, grupos e organizações”.<sup>4</sup> As famílias que tem grande resiliência apresentam algumas características, destacadas neste quadro:

### **PROCESSOS-CHAVE DA RESILIÊNCIA**

#### **SISTEMA DE CRENÇAS (o coração e a alma da resiliência)**

##### **1. Atribuir sentido à adversidade:**

- Valorização das relações interpessoais (senso de pertencimento)
- Contextualização dos estressores como parte do ciclo de vida da família
- Sentido de coerência das crises: como desafios administráveis
- Percepção da situação de crise: crenças facilitadoras ou Constrangedoras

---

<sup>3</sup>Disponível em: <http://www.ppc.sas.upenn.edu/index.html>. Positive Psychology Center. University of Pennsylvania.

<sup>4</sup> YUNES, Maria Angela Mattar. *Psicologia positiva e resiliência: o foco no indivíduo e na família*. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pe/v8nspe/v8nesa10.pdf>

## **2. Olhar positivo**

- Iniciativa (ação) e perseverança
- Coragem e encorajamento (foco no potencial)
- Esperança e otimismo: confiança na superação das adversidades
- Confrontar o que é possível: aceitar o que não pode ser mudado

## **3. Transcendência e espiritualidade**

- Valores, propostas e objetivos de vida
- Espiritualidade: fé, comunhão e rituais
- Inspiração: criatividade e visualização de novas possibilidades
- Transformação: aprender e crescer através das adversidades

## **PADRÕES DE ORGANIZAÇÃO**

### **4. Flexibilidade**

- Capacidade para mudanças: reformulação, reorganização e adaptação
- Estabilidade: sentido de continuidade e rotinas

### **5. Coesão**

- Apoio mútuo, colaboração e compromisso
- Respeito às diferenças, necessidades e limites individuais
- Forte liderança: prover, proteger e guiar crianças e membros vulneráveis
- Busca de reconciliação e reunião em casos de relacionamentos Problemáticos

### **6. Recursos sociais e econômicos**

- Mobilização da família extensa e da rede de apoio social
- Construção de uma rede de trabalho comunitário: família trabalhando junto
- Construção de segurança financeira: equilíbrio entre trabalho e exigências familiares

## PROCESSOS DE COMUNICAÇÃO

### 7. Clareza

- Mensagens claras e consistentes (palavras e ações)
- Esclarecimentos de informações ambíguas

### 8. Expressões emocionais “abertas”

- Sentimentos variados são compartilhados (felicidade e dor; esperança e medo)
- Empatia nas relações: tolerância das diferenças
- Responsabilidade pelos próprios sentimentos e comportamentos, sem busca do “culpado”
- Interações prazerosas e bem-humoradas

### 9. Colaboração na solução de problemas

- Identificação de problemas, estressores, opções
- “Explosão de idéias” com criatividade
- Tomada de decisões compartilhada: negociação, reciprocidade e justiça
- Foco nos objetivos: dar passos concretos; aprender através dos erros
- Postura proativa: prevenção de problemas, resolução de crises, preparação para futuros desafios.<sup>5</sup>

Dentro desta perspectiva, podemos estudar pensar em posturas positivas dos pais, citadas pelo Professor Keiyo Kanuma.

### **Dez normas fundamentais para melhorar o rendimento escolar do filho**

“O boletim escolar é alvo de muito interesse dos pais. Melhorar as notas escolares parece ser um objetivo imediatista e exibicionista, mas pode-se, a partir dessa busca, chegar a compreender o verdadeiro valor da vida.

---

<sup>5</sup> WALSH, **Strengthening family resilience**. 1998. Apud. YUNES, Maria. Op. Cit.

Procedendo conforme a orientação abaixo, todas as crianças tornam-se estudiosas.

### **1 – Estudar é uma brincadeira agradável e prazerosa**

Mude seu conceito sobre os estudos. Compreendendo que os estudos fazem exteriorizar o talento latente na pessoa, conclui-se que não existe atividade mais prazerosa do que estudar; então ela se torna uma brincadeira sadia e agradável.

### **2 – A criança não estuda quando os pais cobram muito: “Já estudou?”, “E a lição?”**

Originariamente, a criança gosta de estudar. São os pais que tolhem sua liberdade e lhe tiram o gosto pelos estudos.

### **3 – Elogiar as boas notas das matérias prediletas**

É errado os pais repreenderem os filhos na tentativa de fazê-lo melhorar nas matérias em que têm notas baixas. Elogiando as boas notas, estimula-se o filho a elevar também as notas das outras matérias.

### **4 – Agradecer aos professores**

Quando há desarmonia entre os pais e o professor, o rendimento do filho na escola não melhora. Os pais devem ver as qualidades do professor e da escola e elogiá-los (A criança não precisa ser forçada a proceder assim. Os pais é que devem fazê-lo).

### **5 – Respeitar o que absorve a atenção da criança no momento**

Às vezes a criança fica com a mente totalmente absorvida em atividades que desagradam os pais. Tratar desse problema requer profundo amor. Seja histórias em quadrinhos, seja televisão, os pais devem, com amor, procurar saber a causa dessa mania, desenvolvendo assim o seu Eu verdadeiro.

### **6 – Utilizar a força da palavra**

Existem três tipos de força da palavra: 1) pensamento; 2) fala; 3) fisionomia. São essas três forças que determinam o destino da criança.

### **7 – A criança cresce imitando**

A criança começa a imitar as atitudes físicas e mentais dos pais já no ventre materno e continua após o nascimento. Por isso é espelho e professor dos pais. Vendo o filho, os pais podem saber o que devem corrigir na própria conduta. O aspecto negativo como “criança que não gosta de estudar” tem origem no desinteresse dos pais pelos estudos ou nas restrições que eles impõem ao filho. Logo, não podem ficar somente repreendendo o filho.

## **8 – Em primeiro lugar, os pais devem erradicar o complexo de inferioridade e a vaidade**

Boas notas no boletim escolar, vontade de que os filhos ingressem em escola de renome, educação especial para torná-los gênios... Surpreendentemente, muito do que os pais desejam para os filhos é motivado pelo complexo de inferioridade ou vaidade, e não por pensarem realmente nos filhos.

## **9 – Opiniões divergentes entre os pais causam o fracasso dos filhos**

São freqüentes os casos de divergência de opiniões sobre educação entre marido e mulher, ou entre nora e sogra. O problema está na postura arrogante de não aceitar a opinião alheia, pensando: “Eu estou com a razão, pois o meu método de educação é melhor. Fulano é que está completamente errado”. Quando, apesar da divergência, ambas as partes aceitarem a opinião uma da outra, reconhecendo que o outro método diverge do seu, mas, para os filhos, pode estar suprimindo alguma carência que o emprego de apenas um método acarreta, consegue-se agradecer à outra parte e, então, manifesta-se um mundo maravilhoso, de total harmonia. O pensamento “Só eu tenho razão” leva à destruição.

## **10 – Espere até florescer**

A natureza verdadeira da Vida é bem, é belo (...) A Vida existe exclusivamente para exteriorizar o bem. Mas não se deve apressá-la. Germinar, florescer e dar fruto é a ação natural da Vida. (Da obra *Ensinando e Disciplinando os Filhos*, Apud. *Educação do Filho de Deus*, 8ªed., p.116 )

### **Práticas para o mês**

#### **Trazendo os pais para a “Educação da Vida”**

Continue praticando “rosto sereno, palavras amorosas e elogios”.

Mande bilhetinhos aos pais com elogios aos filhos. Convide os pais a participar de um encontro e elogie os pontos positivos do seu filho.

Convide os pais a ouvir uma palestra sobre o texto acima **“Dez normas fundamentais para melhorar o rendimento escolar do filho”**.

- Uma prática muito benéfica é pedir que os pais elogiem as melhores notas do filho, e digam “Filho, você é muito inteligente, teve ótimo aproveitamento em X, e como é filho de Deus e tem capacidade infinita, pode atingir o mesmo resultado em também em Y e Z.”





## Mês 5 – Aprofundando a prática com os pais

“Como outro exemplo, citemos um filho rebelde, preguiçoso e esbanjador. Por mais imprestável que ele seja, esse não é a sua Imagem Verdadeira. Esse aspecto que se apresenta como filho rebelde, preguiçoso e esbanjador é apenas o seu aspecto aparente, isto é, o falso aspecto. Vamos supor que o pai desse jovem resolva reconciliar-se com o filho. Se ele se reconciliar com o aspecto aparente do filho, pensando ‘Oh, meu filho imprestável, você faz bem em agir assim. Eu estou contente com a vida dissoluta que você está levando’, é claro que esse aspecto aparente assume maior importância e passa a se manifestar com maior vulto. Nas famílias ricas, onde os pais são por demais indulgentes, é bastante comum os filhos tornarem-se cada vez mais intratáveis, preguiçosos e dissolutos. Isso ocorre porque os pais, ao invés de repudiar o falso aspecto do filho, manifestado como ‘rebelde, preguiçoso e dissoluto’, reconciliaram-se com esse aspecto. **Reconciliando-se com o falso aspecto, este passa a se manifestar com maior força.** Não devemos deixar que isso ocorra. É por isso que na Sutra Sagrada *Chuva de Néctar da Verdade* da Seicho-No-Ie está escrito: ‘Enfrentai a imagem falsa com a Imagem Verdadeira, enfrentai o irreal com o Real’.

Harmonizar-se com a Imagem Verdadeira é compreender que o aspecto aparente ‘não existe’ originariamente.

Harmonizar-se verdadeiramente com alguém ou alguma coisa é reconhecer a sua Imagem Verdadeira perfeita e harmonizar-se com essa Imagem Verdadeira. Por exemplo, se se tratar de carrapato, não se deve ver o seu aspecto aparente de ‘sugador de sangue’, e sim harmonizar-se com a sua Imagem Verdadeira, sabendo que ele foi feito para viver em harmonia com outros seres, sem se prejudicarem ou se agredirem mutuamente. Em última análise, ‘harmonizar-se’ com alguém ou alguma coisa é contemplar a Imagem Verdadeira desse alguém ou dessa coisa e ver a sua perfeição”. (A Verdade da Vida, vol. 14, cap. 4)

## **Práticas para o mês**

Palestra com os pais sobre “**A educação que liberta**”:

*“Educação que liberta consiste em não amarrar o outro com ‘cordas mentais’; é soltar as amarras que tolhem a liberdade do outro.*

Os pais acreditam estar amando com desprendimento os filhos. O marido pensa estar amando com desprendimento a esposa e vice-versa. No entanto, observando bem, vemos que em muitos casos estão na verdade tolhendo um ao outro. Justamente por amarem os filhos, os pais anseiam que sejam bons, perfeitos em tudo. E ficam ansiosos para corrigir isto ou melhorar aquilo.

Entretanto, agindo dessa forma, os pais tolhem mentalmente a liberdade do filho e este não consegue exteriorizar o seu verdadeiro ‘brilho’. Quando os pais soltam as amarras e restituem ao filho a liberdade inata, manifestam-se realmente, com grande ímpeto, as qualidades dele.

**Para libertar seu filho** – à noite, antes de se deitar, sente-se calmamente, feche os olhos e contemple a imagem de seu filho. (No começo, poderá praticar olhando uma fotografia em que ele esteja sorrindo feliz.) Procurando fixar na retina essa imagem encantadora, diga em voz firme e audível somente para você, com todo o sentimento:

‘Filhinho, gosto muito de você. Eu o perdoei completamente. Você é bom assim como é. A minha maneira de vê-lo é que estava errada. Eu o perdoei, (nome do filho). Você também me perdoou. Eu o amo muito!’.

Sem ver a imperfeição aparente, tente visualizar a natureza verdadeira por trás do fenômeno, repetindo várias vezes a frase, até sentir no fundo do coração que ele é realmente um bom filho. Com isso, você estará “libertando” o seu filho. A partir desse dia, ele começará a melhorar.

Aplique o mesmo método para todos os familiares, a começar do seu cônjuge. Mas não se esqueça, principalmente, de que você também é um membro da família. Antes de mais nada, você precisa libertar a si própria. Quando conseguir se perdoar e passar a elogiar-se ao máximo: ‘Eu gosto muito de mim. Reverencio o meu Eu verdadeiro (...), estará praticando plenamente a ‘educação que liberta o educando e desperta a sua potencialidade’.

Para elogiar o filho, incentivá-lo, agradecer a ele e extrair sua maior virtude, os pais precisam primeiramente elogiar e agradecer a si próprios e descobrir a maior virtude de cada um. Este é o grande segredo.”

(Educação do Filho de Deus, 8ªed., p. 175)

Incentive os pais a realizarem o “Diário de Elogios” e a mentalização para os familiares. Realize palestras com as mães, falando sobre o *Hai, Niko, Pon*.

O Hai não é simples submissão. É um desapegar-se das coisas fenomênicas e um salto para uma esfera muito mais profunda da vida onde, através da meditação na perfeição interior, fazemos surgir o Real sem enfrentar a sombra com a sombra (emoções, raciocínios, quem está certo ou errado). No caso da mulher evita um perder-se nas minúcias e a raiva (originada no complexo de inferioridade), contra a agressividade instintiva do masculino, levando-a a observar as situações de um ângulo “neutro” e “ampliado” para compreender o motivo oculto nos comportamentos, perdoar e trabalhar no nível inconsciente com a contemplação do real (além das manifestações da mente). Quando uma mulher não encontra essa paz interior no nível inconsciente, pode ser dominada pelo que o psicólogo Gustav Jung chamou de *ânimus* (um arquétipo do inconsciente coletivo) uma força de destruição baseada em argumentos, críticas, queixas e vingança cotidianos, levando toda a família à ruína. Cabe à mulher mudar o mundo pela compreensão, palavras suaves e esforço em dominar-se.

(Nota do compilador)

Sugestões de temas para palestras/oficinas/estudos com pais/professores, do livro Educação do Filho de Deus, vol. 1:

- Aprender o “modo correto de viver” – p. 78
- Olhando somente as partes positivas- p. 81-87
- A criança e os estudos- p. 89-95
- Vivendo em meio à batalha da Educação- p. 98-100
- Como exteriorizar o talento das crianças- p. 100-103
- Para que estudar?- p. 107-111
- Como ver e considerar os estudos da criança- p. 111-112
- Emoção que liberta o educando e desperta sua potencialidade- p. 169-177

