

OFICINA AGIR E TRANSFORMAR:

Sorriso, elogio e palavras de incentivo

Objetivo:

Reunindo grupos pequenos de professores, criar ambientes de reflexão onde se possa estudar e exercitar modelos positivos de ação - por exemplo, a técnica do elogio - na transformação do lar e da escola.

Público Alvo:

Professores.

Método de trabalho:

Grupos de trabalho com professores de escolas municipais, em dois encontros e oficinas de 40 ou 45 minutos.

Justificativa:

São muitos os desafios que invadem hoje a sala de aula: por um lado, os pais estão mais ausentes da criação dos filhos, e, conseqüentemente, as crianças demonstram indisciplina, ansiedade quanto à aceitação e agressividade¹; por outro, as crianças recebem influências de filmes, televisão e outros meios que lhes mostram um mundo de violência, competitividade e medo.

Também torna-se importante refletirmos sobre que modelo de educação e de vida que estamos propondo: ser egoísta é ser feliz), sucesso é o sucesso econômico, felicidade é acumular coisas. Como coloca a Dra. Susan Linn, Professora de Psiquiatria do Baker Children's Center de Harvard: "A mensagem corporativa que está sendo implantada nas crianças é que comprando coisas você será feliz. As coisas vão fazer você feliz. Mas, na realidade, a pesquisa mostra que isso não é

¹ "Hoje, a maioria das escolas reforça a idéia de que é dentro delas que as crianças aprendem normas de etiqueta e convívio quando os pais não estão presentes". **Quem ensina civilidade?** Jornal da Tarde, 27 abr. 2008. Caderno Revista JT.

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

verdade. O que faz as pessoas felizes são desafios no trabalho. E bons relacionamentos. Não é o que você possui".²

Apesar do excesso de informações as crianças não estão preparadas para enfrentar um mundo onde administrar conflitos internos e externos, através de "tecnologias do ser" pode ser essencial.

Em 2002, em Nova York, no mês de abril, foi realizada a oficina "Spirit in Business", com a participação dos especialistas David Cooperrider, Peter Senge e Daniel Goleman, reunindo mais de 500 pessoas (empresários, consultores, diversos líderes da sociedade). Em junho de 2002, a oficina "Lucrar também para o mundo - a espiritualidade nos negócios" reuniu cerca de 400 pessoas em São Paulo, sob a organização da World Business Academy (WBA) e do Instituto Ethos, voltado à ética nas empresas.

Os debates chegaram à conclusão de que, no novo milênio, para que os negócios tenham sucesso, terão de ser observadas algumas premissas:

- nosso cotidiano de trabalho não pode mais permanecer separado de nossa vida interior;
- a ética e a economia da sociedade podem e devem ser integradas;
- o sucesso dos negócios, no presente estágio da humanidade, depende de desenvolvermos habilidades e adotarmos princípios que contemplem os ambientes naturais, humanos e espirituais.³

Segundo o professor Yves Bertrand, a civilização industrial não satisfaz uma necessidade fundamental que é a de compreender o porquê da nossa presença na Terra. "Dispomos de muita informação, mas de poucas explicações quanto ao sentido da vida!"⁴ O paradigma industrial teria valorizado temas como a investigação e o controle da natureza, individualismo, predomínio da sociedade de consumo e da ética do trabalho, enquanto as teorias espiritualistas valorizariam o desenvolvimento do indivíduo através da comunidade, valores que transcendem o

² Marketing to kids, Dr. Susan Linn –Disponível em: <http://www.thecorporation.com/media/linn.pdf>

³ **Espiritualidade nos negócios**, Sergio Buaiz, Revista Vencer, Edição Nº 34.

http://www.vencer.com.br/materia_completa.asp?codedition=34&pagenumber=16

⁴ Bertrand, Yves. Teorias Contemporâneas da educação. Lisboa: Instituto Piaget, 2ª ed, 2001

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

indivíduo como amor e respeito sobre a vida, a relação com a Natureza e o Cosmos.

Dentro do trabalho do sociólogo suíço Philippe Perrenoud, um dos pensadores mais influentes da atualidade na área - cujas teorias estão presentes inclusive nos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN) e no Programa de Formação de Professores Alfabetizadores (Profa), estabelecidos pelo MEC - dá-se uma grande ênfase em "ligar esses recursos (do saber) à situações da vida", preocupando-se em que o aluno seja capaz de conseguir mobilizar o que aprende em situações reais, questionando assim a finalidade da escola.⁵

Diz o autor que buscou identificar os saberes fundamentais para **a autonomia** das pessoas, chegando a oito grandes categorias:

- saber **identificar, avaliar e valorizar** suas possibilidades, seus direitos, seus limites e suas necessidades;
- saber **formar e conduzir** projetos e desenvolver estratégias, individualmente ou em grupo;
- saber **analisar** situações, relações e campos de força de forma sistêmica;
- saber **cooperar**, agir em sinergia, participar de uma atividade coletiva e partilhar liderança;
- saber **construir e estimular** organizações e sistemas de ação coletiva do tipo democrático;
- saber **gerenciar e superar** conflitos;
- saber **conviver com regras**, servir-se delas e elaborá-las;
- saber **construir normas negociadas de convivência** que superem as diferenças culturais

⁵ Disponível em: http://novaescola.abril.com.br/ed/135_set00/html/fala_mestre.htm
<http://centrorefeducacional.com.br/perrenoud.htm>
<http://www.unige.ch/fapse/SSE/teachers/perrenoud/>

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

Segundo Maslow⁶, o professor deve ser aberto, ter um olhar positivo para o estudante e, sobretudo, ajudar o aluno a descobrir-se. Deve satisfazer as necessidades psicológicas fundamentais da criança: a segurança, o sentimento de pertença, o amor, o respeito e a estima. (idem)

Também a Educação da Vida, do professor Masaharu Taniguchi enfatiza estes aspectos. Coloca, por exemplo, no capítulo "Pedagogia da Seicho-No-Ie", do volume 14 da coleção "A Verdade da Vida": "Se acreditar em seu filho, é impossível que não melhore."⁷

O professor Taniguchi trabalha profundamente a questões da relações humanas, apontando três fatores fundamentais: transformação do conceito sobre a vida ("a mente inconsciente vai criando as situações"⁸, transformação da atitude, transformação do pensamento ("O pensamento, a fala e a expressão fisionômica direcionam nosso destino"⁹).

A mudança do conceito sobre a vida e a mudança da atitude mental refletem-se num relacionamento humano harmonioso e produtivo; por outro lado somente através de vivências e esforços a mudança de conceito vai se processando profundamente. "Sorriso, elogio e palavras de incentivo" são três pilares da Educação da Vida. Uma mente serena, palavras doces e paciência são posturas que ajudam a desenvolver capacidades de auto-controle e relacionamento interpessoal.

Uma criança que passa pela péssima experiência de ser constantemente criticada, apontada como tola ou incompetente, acaba tornando-se incapaz de confiar em si mesma e na vida.

Para que o professor possa atuar na relação intersubjetiva é preciso que esteja preparado para perceber e transcender seus conflitos internos e seja capaz de adotar modos de vida que ajudem o aluno a conquistar autonomia, desenvolva suas potencialidades e tenha uma percepção mais ampla de sua vida e de sua comunidade.

⁶ Bertrand, Op. Cit., p.

⁷ Op. Cit., p. 145.

⁸ Taniguchi, Seicho, O amor entre pais e filhos, p. 58

⁹ Tokuhisa, Katsumi, Como atrair a boa sorte, São Paulo: Seicho-No-Ie do Brasil, 2006., p. 26

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

Módulo 1 - O ambiente é reflexo da mente

Justificativa:

Capital Espiritual, gestão de pessoas e espiritualidade: o amor chega aos negócios

Em 2002, em Nova York, no mês de abril, foi realizada a oficina "Spirit in Business", com a participação dos especialistas David Cooperrider, Peter Senge e Daniel Goleman, reunindo mais de 500 pessoas (empresários, consultores, diversos líderes da sociedade). Em junho de 2002, a oficina "Lucrar também para o mundo - a espiritualidade nos negócios" reuniu cerca de 400 pessoas em São Paulo, sob a organização da World Business Academy (WBA) e do Instituto Ethos, voltado à ética nas empresas.

Os debates chegaram à conclusão de que, no novo milênio, para que os negócios tenham sucesso, terão de ser observadas algumas premissas:

- nosso cotidiano de trabalho não pode mais permanecer separado de nossa vida interior;
- a ética e a economia da sociedade podem e devem ser integradas;
- o sucesso dos negócios, no presente estágio da humanidade, depende de desenvolvermos habilidades e adotarmos princípios que contemplem os ambientes naturais, humanos e espirituais. ⁱ

Assuntos fervilhantes no mundo empresarial são hoje a "gestão de pessoas" (grosso modo, como relacionar-se e organizar equipes) e a "gestão de conhecimento" (como compartilhar e trocar informações). Citando Flávio Farah, mestre em Administração de Empresas da Fundação Getúlio Vargas (FGV), autor do livro "Ética na gestão de pessoas: uma visão prática": "os sistemas competitivos são incompatíveis com o trabalho em equipe, já que a competição interna destrói a cooperação e estimula os atos imorais como a sonegação de informações, a recusa de ajuda a colegas de trabalho e até a sabotagem do trabalho alheio."ⁱⁱⁱ

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

Na década de 90 o psicólogo americano Daniel Goleman teve grande impacto no mundo empresarial sugerindo que os melhores cargos nas empresas não eram ocupados por aqueles que detinham maior Q.I., mas pelos que tinham maior Q.E.: a inteligência emocional, a capacidade de autoconsciência, controlar impulsos, ter persistência, empatia e habilidade social. Atualmente Goleman vem pesquisando o que chamou de "Inteligência Social" (Ed. Campus/Elsevier). Comenta o autor: "aparentemente, o amor pode fazer diferença na saúde e na doença. Entre os homens submetidos à angiografia como parte do tratamento para a doença coronariana, aqueles cujos entes queridos os apoiavam menos tinham 40% mais obstruções do que os que relataram ter ligações mais afetuosas com os entes queridos".ⁱⁱⁱ

A filósofa americana Danah Zohar, autora do livro "QS: Inteligência Espiritual (Editora Record, 2000), vem fazendo sucesso no mundo corporativo realizando conferências sobre o que chama "Capital Espiritual": ter auto – consciência – refletir sobre quem sou, o que quero e porque quero; motivação por visão e valores – ir além de nossos interesses e de nossa família, praticar o idealismo que transforma o mundo; capacidade de lidar com adversidades – ser capaz de transformar as dores em aprendizagem; ser holístico – é o interessar-se por tudo, ter uma visão ampla e criativa ; celebração da diversidade – é ir além de uma porcentagem de minorias em nossa empresa e de ter tolerância aos "diferentes"; acreditar no que faz ; questionar por que devo fazer isto?; habilidade de conter-se – sempre que vemos o quadro maior devemos equilibrar nossos desejos e aspirações individuais com os do todo; espontaneidade – é a habilidade de responder com o coração para quem está à nossa frente, sem preconceitos; compaixão – é o sofrer com, é curar a alegria e dor dos outros, é estender a compaixão a todo o Universo.^{iv}

O Prof^o Masaharu Taniguchi recomenda: "Dominar a agressividade, suavizar as arestas, moderar as palavras"¹⁰. E o professor Seicho Taniguchi

¹⁰ Taniguchi, M., Comande Sua Vida com o Poder da Mente, capa.

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

recomenda: "nunca as coisas evoluem maravilhosamente quando os fracassos são ferozmente criticados"¹¹.

No livro "Você é Dono de Potencialidade infinita", o professor Kamino Kusumoto relata o caso do diretor do banco mais importante do Japão que foi falar-lhe, após uma palestra, questionando as medidas que o banco tomava ao se sentir ameaçado por outro, medidas que, segundo ele, "levavam cada funcionário a considerar seus colegas como rivais e inimigos". O referido diretor comenta ter visto na Seicho-No-Ie uma visão de vida adequada à natureza humana, em que a pessoa não se compara com os outros, mas "compara o seu nível atual com o nível em que se encontrava no passado"¹².

Muitas pessoas tendem a ver o mundo como um palco de lutas. Quando percebemos que "o mundo é projeção da mente", deixamos de temer o ambiente e os outros. Se sofremos é porque o acúmulo de vibrações mentais (carma) do passado está se auto-desintegrando. Segundo o professor Seicho Taniguchi, "acumulando bons atos, estaremos anulando o carma criado pelas más ações"¹³.

Quando compreendemos que "tudo que acontece no mundo visível é manifestação daquilo que já aconteceu no mundo mental"¹⁴, passamos a corrigir a mente, por exemplo, praticando meditação e praticando atos de amor, criando assim comunidades solidarizadas.

Historicamente o objetivo de uma empresa tem sido considerado aumentar o lucro. Hoje percebemos que respeito à natureza, aos relacionamentos humanos e ao bem coletivo passam a ser considerados "valores" que têm um retorno. São ondas mentais positivas, que se materializam como riqueza. É por isso também que as antigas tradições valorizavam tanto o dízimo, como meio de transformar meu sucesso no sucesso de todos, o que retorna como um bom ambiente. Se, no dia-a-dia, cuidarmos para manter, como nos orienta o Professor Seicho, "fisionomia alegre, palavras afetuosas e elogios"¹⁵ e respeitarmos os cinco desejos

¹¹ Taniguchi, S., Aos que desejam a Prosperidade, p. 119.

¹² Kusumoto, K., Você é Dono de Potencialidade infinita, p.11.

¹³ Taniguchi, S., Aos que desejam a Prosperidade, p. 39.

¹⁴ Taniguchi, M., A Verdade da Vida, vol. 21, p.50.

¹⁵ Taniguchi, S., A Verdade da Vida é Maravilhosa, p. 50

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

essenciais do homem - ser amado, ser reconhecido, ser útil, ser elogiado e ser livre - com certeza atingiremos sucesso em todos os sentidos.

- 1º Encontro – O exterior reflete o interior – 45 min.

O profº Masaharu Taniguchi, diz que o ambiente é reflexo da mente. Ou seja, quando temos uma mente em conflito, quando temos uma visão incorreta da vida e quando, por isso, tratamos os outros com agressividade ou rigidez, o ambiente se torna para nós um inferno. Portanto, "se alguém quer melhorar o seu destino, precisa melhorar primeiramente o que pensa, o que fala e o que expressa através do rosto. A 'palavra pensada' significa o pensamento constante que a pessoa mantém na mente; em outros termos, é o que ela mais pensa." (Como atrair a Boa Sorte, Katsumi Tokuhisa, p. 29)

O profº Taniguchi diz que: "(...) o tipo de visão da vida humana e tipo de filosofia de vida que a pessoa possui, estão diretamente relacionadas com o destino que irá ter. Se possuir, por exemplo, a concepção de que 'o sofrimento purifica o homem', acabará por atraí-lo para si, com o intuito de se purificar". (A Verdade, Vol. 10, Cap. V, p. 291)

No livro "O que é a Seicho-No-Ie" esclarece-se que a mente que gera o sofrimento é a "mente em ilusão", ou seja:

- 1- mente repleta de inquietação, ansiedade e temor
 - 2- mente sombria e deprimida
 - 3- mente (coração) repleto de queixas e insatisfações
 - 4- frieza
 - 5- ingratidão
 - 6- mente repleta de egoísmo, ciúme desconfiança e inveja
 - 7- mente obcecada
- (O que é a Seicho-No-Ie, p. 66).

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

Ou seja, o ambiente se manifesta de acordo com as seguintes leis mentais:

- 1- "Hás de colher o que semeaste"
- 2- "Seja-te feito conforme creste"
- 3- "Os semelhantes se atraem"
- 4- "Dás e receberás"

(Comande sua vida com o poder da mente, p. 23)

Podemos alterar nosso destino através das palavras que proferimos, por exemplo, na fisionomia, pensamentos e atitudes. Entretanto, segundo o profº Taniguchi, quando para sintonizar com a felicidade, "é preciso manifestar plenamente o amor". (A Verdade da Vida , vol. 3, p. 119)

Programação:

- **Dinâmica** (15´): Segundo as Bases Legais dos Parâmetros Curriculares Nacionais do Ensino Médio:

"Os princípios axiológicos que devem inspirar o currículo foram propostos para atender o

que a lei demanda quanto a:

- fortalecimento dos laços de solidariedade e de tolerância recíproca;
- formação de valores;
- aprimoramento como pessoa humana;
- formação ética;
- exercício da cidadania.

- **Qual o objetivo da educação?** Baseados no conceito de que a felicidade é fruto de bens materiais e *status*, muitas escolas têm apenas incentivado seus alunos a buscar um sucesso econômico, representado pelo ensino conteudista, que visa apenas aprovação no vestibular.

Nossos **valores** interferem na forma como educamos: uma educação centrada no sucesso egoísta gera mais competição e agressão.

Vamos fazer agora uma dinâmica de grupo; com os colegas ao lado, em grupos, por gentileza, debatam o tema: - **Qual o objetivo da educação? Que valores queremos para nossa sociedade?**

Palestra: O ambiente é reflexo da mente – 20´

Prática: Treino do riso (10´)

Módulo 2 - Harmonia

Justificativa:

Podemos dizer que o estresse e a ansiedade são alguns dos grandes problemas do mundo atual. O estresse está em todas as revistas, na TV, nos jornais... Por outro lado, as oportunidades de informação e lazer são inúmeras. Pensamos que temos de fazer tudo, agora, saber tudo e mais um pouco e responder a mil estímulos ao mesmo tempo. Além dos fatores externos, essa ansiedade gera, por exemplo, falta de paciência no ambiente de trabalho e a epidemia, principalmente entre os jovens, da falta de concentração, do estar "ausente", sempre pensando em outra coisa. Se estamos agitados e nervosos, tendemos a usar palavras indelicadas, também na família, como "por que você fez isso?!", ao invés de "quem sabe não fazemos desse jeito" e "faça isso?!" ao invés de "por favor, preciso de sua ajuda, você poderia fazer isso para mim"?

Recentemente dentro das empresas começou a se falar em "gestão de pessoas" ou "inteligência espiritual", pois os relacionamentos humanos, principalmente na formação de equipes e lideranças, mostraram ser um diferencial importante na conquista dos objetivos empresariais. Por exemplo:

"No livro QS: Inteligência Espiritual (Editora Record, 2000), a filósofa americana Danah Zohar afirma que a espiritualidade aumenta os horizontes das pessoas, tornando-as mais criativas, pela necessidade de encontrarem um significado para a vida. Há pouco mais de um ano, o assunto foi abordado na capa das revistas americanas Newsweek e Fortune. Além de Danah Zohar, muitas pessoas vêm debatendo esses assuntos em todo o mundo."^v

Provavelmente é correto estabelecer uma escala que vai do medo à ansiedade e à depressão. Esta, uma das doenças do momento: estima-se que 20 milhões de americanos sofram de depressão. De acordo com Stephen Maren, professor-associado de psicologia e neurociências na University of Michigan em Ann Arbor, a ansiedade e o medo estão correlacionados, sendo a primeira uma avaliação subjetiva de medo. "A ativação do córtex pré-frontal por ameaças distantes e imprevisíveis pode promover a ansiedade", diz ele.^{vi}

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

Uma das fontes maiores da ansiedade é uma avaliação incorreta dos nossos objetivos e do que seja a felicidade. Como coloca a Dra. Susan Linn, Professora de Psiquiatria do Baker Children's Center de Harvard: "A mensagem corporativa que está sendo implantada nas crianças é que comprando coisas você será feliz. As coisas vão fazer você feliz. Mas, na realidade, a pesquisa mostra que isso não é verdade. O que faz as pessoas felizes é desafios no trabalho. E bons relacionamentos. Não é o que você possui".^{vii}

O medo de não acertar e não ser reconhecido é fonte de imenso estresse. Muitas pessoas estão sofrendo de um medo obsessivo de não atingir os padrões da cultura, uma insegurança quanto a estar sendo "correto", o que as leva a tentar demonstrar sua "correção" de forma autoritária. Como coloca o psicanalista Contardo Calligaris:

"Numa sociedade narcisista, cada um depende excessivamente dos outros. Somos desprovidos de essência: sou filho SE meus pais me amam, sou pai SE meus filhos gostam de mim, sou psicanalista SE pacientes e colegas me reconhecem, sou colunista SE você agüentou ler até aqui. O espelho que nos define não é o de Narciso, é o da bruxa de Branca de Neve, um espelho que interrogamos, ansiosos".^{viii}

Um sentimento profundo de inferioridade, alimentado algumas vezes pela publicidade e pelo "mercado" de modos de ser da indústria cultural, faz com que muitas pessoas queiram impor seu eu aos outros com o desejo oculto de ser reconhecido, dando razão a frase lapidar do psicanalista Jacques Lacan segundo a qual "o desejo do homem é o desejo do outro". Está na hora de perguntarmos: o que é a felicidade?

2º Encontro - A Harmonia interior – 40´

A meditação, assim como a obtenção de novos valores além da competitividade, tem sido apontada como um caminho eficiente para controlar o

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

estresse e a ansiedade. Também pode ajudar no controle da hipertensão, dor crônica, hiperatividade, dos problemas gastrintestinais, além de diversos outros males. Entre outros motivos, por que aumenta a presença do neurotransmissor (uma molécula envolvida na comunicação entre neurônios) responsável pela "felicidade". Foi constatado que o nível de serotonina no sangue de pacientes deprimidos ou de vítimas de stress pós-traumático se equilibra depois de um período de prática da meditação.^{ix}

Por exemplo, tendo estudado durante cinco anos pacientes que aprenderam técnicas de meditação para tentar controlar suas doenças coronárias crônicas, o cardiologista americano Herbert Benson, da reputada Universidade Harvard, percebeu, que após cinco anos "os pacientes que meditavam disciplinadamente todos os dias tiveram taxas de recuperação superiores às do grupo de doentes que nunca levaram a sério a meditação".^x

Entre diversos outros estudos, Sara Lazar, neurologista da escola de medicina de Harvard, comparou o cérebro de 20 americanos que praticavam entre 20 e 60 minutos diários de meditação com o de outros 15 que não meditavam e afirma que meditação estimula a concentração e retarda o envelhecimento do cérebro. Comenta a cientista: "Os resultados de nosso estudo indicam que a meditação e outras formas de exercício mental similares podem gerar nos adultos modificações de algumas regiões do córtex cerebral importantes para as funções cognitivas, as emoções e o bem-estar".^{xi}

O relatório de um estudo sobre a ciência do bem viver do Centro Nacional de Pesquisas de Opinião dos EUA, afirma: "A fé nos conecta com outras pessoas, dá sentido e propósito para nossa existência, ajuda também na auto-aceitação e sustenta a esperança de que, no final, tudo ficará bem".^{xii}

Podemos então perceber o quanto um momento de recolhimento interior e meditação pode ser útil no sentido de administrarmos nossas ansiedades e conectarmos nossa intuição.

Palestra: Sobre a Ansiedade, o Stress e Meditação – 10 ´

Dinâmica:

Com os textos acima, refletir em grupo sobre:

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

- as causas do stress
- o que é a felicidade?
- como adquirir paz? (20´)

Durante 10´ os participantes treinam respiração profunda (contando de 1 a 10, 11, 12... progressivamente)

2º Encontro- Harmonia na comunidade - 40´

Antes de sermos educadores, somos membros de uma sociedade, de uma família. Assim, se no lar enfrentamos problemas não estaremos preparados para lidar com os conflitos do aluno, nem compreender sua situação familiares. Podemos modificar nosso lar se transcendermos os defeitos aparentes e manifestarmos profunda gratidão, através de sorrisos, elogios e palavras de incentivo.

1) A desarmonia e o distanciamento nascem simplesmente de decepções, indiferenças, desconsiderações, palavras desrespeitosas e sem docilidade. O rosto mal humorado é tão desagradável quanto gás venenoso. Convém que, ao menos após levantar-se e lavar o rosto pela manhã, as pessoas se cumprimentem amavelmente dizendo "Bom-dia". Faça da vida cotidiana uma obra de arte. Use apenas palavras positivas. Abandone as atitudes e as palavras grosseiras, substituindo-as por expressões suaves e elegantes.

2) A pessoa que percebe pequenas coisas, que deixa seus pertences em ordem, que torna belo seu ambiente, que sorri e sabe aceitar com paciência os defeitos dos outros torna-se um oásis que atrai a todos.

3) A alegria da vida consiste em ir realizando dia a dia novas idéias. Da estagnação nasce o tédio e do tédio vem a fase de desânimo da vida conjugal.

4) A pessoa sábia, com sorrisos, transmite a todos sabedoria, enquanto os tolas, com impertinentes repreensões, espalham a revolta ao seu redor.

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

Quando cada um procurar compreender a personalidade do outro e reciprocamente deixa que cada um tenha a liberdade de ser o que é, então, nascerá a harmonia. Há momentos em que a pessoa prefere ficar em silêncio.

A felicidade deve ser construída com esforço. O amor não é mero sentimentalismo, é um esforçar-se.

8) Não existe neste mundo um homem sem defeitos. Por isso, mesmo que as pessoas tenham defeitos, não há motivos para você fixar sua atenção nisso.

Veja seus pontos positivos do esforço e do caráter, em vez de ver os defeitos. Fixe os olhos da mente nos pontos positivos dele. Assim, esses pontos se tornarão cada vez maiores e você conseguirá finalmente viver com alegria.

(A Felicidade da Mulher, vol. 1, págs.189 ~ 198;
agradecemos a Preleitora Mary Nonaka, que realizou a pesquisa.)

Dinâmica - Podemos ser felizes sozinhos? Nossa sociedade está propondo um modelo de felicidade baseada no individualismo: cada jovem dentro de seu quarto, com um computador. Além disso, muitos pais impõe aos filhos uma educação voltada ao acúmulo de conhecimentos para um sucesso financeiro, esquecendo o ensino dos valores para se viver em sociedade. Em grupos de 4. Cada grupo receberá um texto sobre o tema "**Limites e felicidade: vivendo com**". (15´) Ao fim os participantes apresentam suas conclusões.

"O papel dos pais é impor limites, dar uma referência afetiva. Eles começaram a tratar os filhos como se fossem árvores: só regam. Põe o filho no mundo e arrumam um bom pediatra, uma TV de plasma, uma boa

Palestra: Sorrisos, elogios e palavras de incentivo (15´)

Prática: Os participante elogiam um ao outro (10´)

3º Encontro - Harmonia com o Planeta- 40´

"Com calma e persistência, a Natureza ensina a relação de causa e efeito. Nós, seres humanos, temos prejudicado demais o nosso planeta, causando danos

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

aos seres vivos, poluindo as águas e a atmosfera. De agora em diante, devemos cuidar bem dele, com espírito de gratidão, para que a 'Escola Terra' seja cada vez melhor e mais agradável. Se não fizermos isso, no próximo século será cada vez mais difícil a vida neste planeta, e em diversos países o povo passará necessidade. Muitos habitantes desses países em dificuldade resolverão refugiar-se nos países ricos pensando que ali será fácil viver. No entanto, com a invasão dos refugiados, os países considerados ricos passarão a enfrentar diversos problemas e, neles, se tornará também difícil de viver. No mundo moderno surgem novas doenças uma após outra. Significa que, paralelamente ao avanço da civilização, a humanidade cria outras variedades de doença.

Pode-se dizer que todos esses problemas são resultados da falta de respeito à Natureza. Não respeitar a Natureza é não aprender a lição que ela ensina. Hoje em dia, existem muitas pessoas que só comem alimentos enlatados e bebem sucos artificiais. E o pior é que elas jogam os recipientes vazios em qualquer lugar, criando acúmulos de lixo. Isso é praticar agressão contra a Natureza.

Acho que os alimentos artificiais exageram no sabor: alguns são doces demais, outros são excessivamente salgados. Não só a comida, mas também as bebidas artificiais não agradam ao paladar, pois são muito diferentes dos produtos naturais, que, além de agradar ao paladar, fazem bem à saúde. São realmente deliciosas as frutas amadurecidas naturalmente. Mas, atualmente, muitos produtores se preocupam mais com a aparência das frutas, acrescentando-lhes algum produto para torná-las mais coloridas, e recorrem a um processo para uniformizar o tamanho delas para aumentar o preço de venda. Os sucos enlatados contêm açúcar demais e estragam os dentes. A maioria dos alimentos artificiais não fortalece os ossos, e, em consequência, os dentes e os maxilares perdem a firmeza. Além disso, por ser doce demais ou salgada demais, acaba deixando o organismo fraco e doentio. Tudo isso ocorre porque as pessoas não aprendem com a Natureza. Só pensam em lucros financeiros não dando importância aos maravilhosos materiais de estudo da "Escola Terra", e acabam sofrendo as consequências dessa postura mental.

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

Devemos intensificar o sentimento de gratidão à Terra e viver todos os dias mentalizando 'Obrigado, Terra, por tudo que nos proporciona'. Agradeçamos aos raios solares, à chuva, à água, ao ar, às flores, às árvores, aos montes, enfim, a todos os elementos da Natureza. Façamos o possível para não poluir o ambiente. Os motoristas devem procurar diminuir a emissão de gases poluentes, evitando pisar com excessiva frequência no acelerador. Empenhemo-nos em manter limpa a atmosfera, recorrendo às fontes de energia não poluente. No caso específico de veículos, é urgente viabilizar o uso prático de carros elétricos e carros movidos a hidrogênio.

Também no tocante à conduta pessoal, é necessário cuidado para não sujar o ambiente. Não se devem praticar atos como: cuspir no chão, urinar em locais impróprios, jogar nas vias públicas pontas de cigarro, goma de mascar etc. É essencial não sujar a 'Escola Terra'. Precisamos também efetuar treinamentos para viver de modo a não causar danos às pessoas e a todos os seres vivos.
(Taniguchi, Seicho, Viver com Alegria, cap. 1- Obrigado, Planeta Terra)

Dinâmica:

Conforme as Orientações Educacionais Complementares aos PCN, no módulo sobre Ciências Humanas e suas Tecnologias:

"Mais do que reproduzir dados, denominar classificações ou identificar símbolos, estar formado para a vida, num mundo como o atual, de tão rápidas transformações e de tão difíceis contradições, significa saber se informar, se comunicar, argumentar, compreender e agir, enfrentar problemas de qualquer natureza, participar socialmente, de forma prática e solidária, ser capaz de elaborar críticas ou propostas e, especialmente, adquirir uma atitude de permanente aprendizado".

Em grupos, debatendo o texto, reflitam sobre o tema: "Quais os valores que norteiam meu estilo de vida?" Os grupos apresentam. (20')

Consumo e descarte

Quanto mais consumimos, mais lixo produzimos. Os resíduos naturais, ou matéria orgânica, podem ser inteiramente absorvidos e reutilizados pela Natureza, mas o tipo de resíduos que nossa civilização produz nos dias de hoje, especialmente os plásticos, não podem ser eliminados da mesma forma.

Eles levam milhares de anos para se desfazer no ambiente. Você já mediu quanto você, sua família ou seu grupo de trabalho produzem de lixo por dia? A média nos grandes centros urbanos é de 1kg por pessoa. É muito lixo!

Mas você pode contribuir bastante se separar os materiais descartados. Comece separando o lixo entre seco (reciclável) e o úmido (orgânico). Você irá observar que o peso do seco é pequeno, porém seu volume é enorme.

Já o lixo úmido, ocupa menos espaço, porém é bastante pesado. Parte do lixo seco pode ser encaminhado para a reciclagem e o lixo orgânico, por sua vez, pode ser destinado à compostagem.

Esta atitude pode ser difícil no início, pois é necessário envolver todos que estão à sua volta, mas se você tem vontade de fazer algo que realmente contribua com a preservação do nosso planeta, continue tentando e implante a coleta seletiva.

http://www.wwf.org.br/wwf_brasil/pegada_ecologica/estilo_vida/index.cfm#consumo

Módulo 3 – Buscando a Paz com atitudes

Justificativa:

A ética tem ocupado espaço entre os temas debatidos pelos formadores de opinião. Na ocasião da celebração dos 50 anos da Declaração Universal dos Direitos Humanos, em Paris, em 1998, um grupo de pessoas reconhecidas com o Prêmios Nobel da Paz se reuniu e criou o "Manifesto 2000 por uma Cultura de Paz e Não-Violência", um compromisso que cada pessoa escolhe assumir em benefício da Paz no planeta.

No Simpósio sobre "Ciência e as fronteiras do conhecimento: prólogo do nosso passado cultural", realizado em Veneza Itália, de 3 a 7 de março de 1986 pela Fondazione Giorgi Cini em conjunto com a UNESCO, um grupo de especialistas de diversas áreas escreveu um documento para sintetizar os debates sobre o futuro do planeta. Diz a Declaração:

“O conhecimento científico, devido a seu próprio movimento interno, chegou aos limites em que pode começar o diálogo com outras formas de conhecimento. Neste sentido, reconhecendo as diferenças fundamentais entre a ciência e a tradição, constatamos não sua oposição, mas sua complementaridade. O encontro inesperado e enriquecedor entre a ciência e as diferentes tradições do mundo permite pensar no aparecimento de uma nova visão da humanidade, até mesmo num novo racionalismo, que poderia levar a uma nova perspectiva metafísica”.¹⁶

O Programa Ética e Cidadania - Construindo Valores na Escola e na Sociedade, no qual estão envolvidos o Ministério da Educação, a Secretaria Especial dos Direitos Humanos e as Secretarias de Educação dos Estados e Municípios, tem como objetivo Iniciar, retomar e/ou aprofundar ações educativas que levem à formação ética e moral de todos os membros que atuam e participam das instituições escolares, por meio de ações com a comunidade escolar e

¹⁶Disponível em: http://www.unesco.org.br/publicacoes/copy_of_pdf/decveneza.pdf

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

sociedade local, como a constituição do Fórum Escolar de Ética e Cidadania em cada escola. Diz o site do Programa:

"Democracia, justiça, solidariedade, generosidade, dignidade, cidadania, igualdade de oportunidades, respeito às diferenças são alguns dos valores almejados pela sociedade brasileira e que devem ser alvo de ações dos membros da comunidade escolar em busca de sua construção e disseminação".¹⁷

O filósofo Hans-Georg Gadamer propõe que: "A experiência da tradição histórica ultrapassa fundamentalmente aquilo que nela é pesquisável. Ela não apenas é verdadeira e não-verdadeira, no sentido sobre o qual decide a crítica histórica - ela medeia constantemente a verdade na qual importa tomar parte".¹⁸ Podemos inferir que toda ação baseia-se em uma pré-concepção do mundo, um resumo feito pelo julgamento. Toda ação pedagógica têm, implícita, uma filosofia da educação.

Esse "horizonte" ético é ressaltado pelo prof^o. José J. F. Lara: "Não há métodos neutros. Não há técnicas neutras. No bojo de qualquer teoria, de qualquer método, de qualquer técnica está implícita uma visão de homem e de mundo, uma filosofia. (...) Ora, avaliar é emitir juízos de valor e estes implicam sempre, queiramos ou não, consciente ou inconscientemente uma posição filosófica, uma filosofia."¹⁹

Para o Prof^o. Dr. Denis Coitinho Silveira, a reflexão ética contemporânea vê como possível e imprescindível resgatar a validade intersubjetiva dos juízos normativos (de dever ser), visando ao estabelecimento de um mínimo comum

¹⁷ Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/index.php?option=content&task=view&id=503>

¹⁸ Disponível em: <http://www.cfh.ufsc.br/~wfil/gadamer.htm>. Caderno *Mais*, Folha de São Paulo, 24 mar. 2002.

¹⁹ Disponível em: <http://educalara.vilabol.uol.com.br/lara2.htm>. **Estudos Leopoldenses**, São Leopoldo, v. 21, n. 85, p. 29-36. Revisado e modificado pelo autor em 18 fev. 2001

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

para orientar a convivência nas sociedades plurais. Seria de fundamental importância destacar que:

"Isto ressalta o papel primordial da educação no processo de formação dos indivíduos, pois pode oportunizar um local dialógico para possibilitar o estabelecimento da validade dos princípios que vão orientar esta mesma convivência em sociedade. É aqui que obtém destaque a relação de pertença entre ética e educação, em que só faz sentido pensar na educação como um processo que possibilite aos indivíduos a validação dos princípios morais que servem de pressupostos para a (con)vivência em sociedade".²⁰

Recentemente, a UNESCO, unida a um grupo de entidades da sociedade civil – UNIPAZ, Associação Palas Athena, Viva Rio, Iniciativa das Religiões Unidas, grupo Cultural Afro Reggae - criou o Projeto "Gente que faz a Paz", com o objetivo de propagar a Cultura de Paz, capacitando profissionais e voluntários através de metodologias, reflexões e práticas sobre o tema. O site do Projeto explica:

"A violência começa na mente de cada pessoa e é aí que também deve nascer a paz. Para isso, trabalhamos com o conceito de Paz Positiva e Ativa, pois é preciso enfrentar os conflitos que se apresentam em nossas vidas e lidar com eles de forma construtiva e não-violenta para reverter as situações de guerra e violência"²¹.

Sendo assim, como podemos implementar atitudes baseadas em valores, em uma filosofia de paz? Um caminho é a compreensão das necessidades do ser humano, e a transformação interior que se reflete em nossas atitudes, fisionomia e palavras.

²⁰ Disponível em:

www.sinpro-

rs.org.br/paginasPessoais/layout1/..%5Carquivos%5CProf_430%5CÉtica%20e%20Educação.doc-
Site do SINPRO-RS, Sindicato dos professores da rede privada de ensino do Rio Grande do Sul.

²¹ Disponível em: <http://www.gentequefazapaz.org.br/publique/cgi/cgilua.exe/sys/start.htm?sid=7>

4º Encontro - Alguns Desejos do Ser Humano - 40´

Os cinco desejos essenciais do homem são: ser amado, ser reconhecido, ser útil, ser elogiado e ser livre.

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". (p.97)

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)

Extraia a perfeição utilizando elogios e palavras de amor.

No artigo quarto das *Sete Declarações Iluminadoras*, a primeira Declaração da Seicho-No-Ie, após sua fundação, diz o seguinte: "Acreditamos que o amor é o alimento da Vida e que a oração, as palavras de amor e o elogio constituem o poder criador da palavra, que concretiza amor". Por pior que seja a aparência de um ser humano, ele se torna realmente bom quando recebe elogios. Porque assim é a força da palavra. O que foi expresso em palavras acaba se concretizando.

O ensinamento diz que, quando você descobre imperfeição em qualquer pessoa, deve agir como se estivesse tratando um doente. Você atacaria uma pessoa doente? Teceria duras críticas contra um doente? Claro que não. Quando alguém está manifestando falha ou defeito, significa que sofre de uma espécie de doença. Toda ausência de aparecimento da perfeição é uma espécie de doença e, por

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

isso, devemos compreender, perdoar, sentindo profunda compaixão, desejando que se manifeste logo a perfeição interior.

(Imagem Verdadeira e Fenômeno, p. 159 ~ 172. Agradecemos a Preleitora Mary Nonaka, que realizou a pesquisa.)

“Se você tiver espírito agressivo e estiver em atrito com alguém, precisa esforçar-se para se reconciliar com ele. Se for alguém próximo a você, vá encontrar-se com ele, converse com franqueza e busque um entendimento; se for alguém que está distante, escreva-lhe pedindo desculpas pelo desentendimento e tome a iniciativa de reconciliação; se a pessoa com quem você teve atrito foi-se embora e não se sabe o seu paradeiro, proceda da seguinte forma: tome a postura de oração, juntando as mãos e fechando os olhos, diga o nome dessa pessoa várias vezes, como se estivesse chamando-a, e mentalize, por alguns instantes, com sinceridade: ‘Naquela questão, errei porque me faltou o sentimento de amor. Reconheço meu erro e lhe peço perdão’. Em seguida, afirme mentalmente, repetidas vezes, com ênfase: ‘Você e eu já nos reconciliamos. Já somos grandes amigos’. Mantenha esse pensamento.”

(Meditando sobre a vida, Cap. Oração.)

Palestra: Alguns Desejos do Ser Humano- 10´

Dinâmica: em grupos, refletir com o texto da justificativa, sobre: **como posso usar o conhecimento sobre os cinco desejos básicos em sala de aula?**

Prática: escrever dez pontos positivos do filho/marido/chefe e enviar-lhe uma carta de agradecimento (20´)

Módulo 4 – Refletindo sobre nossas atitudes

5º Encontro – Palavras carinhosas e elogio -40´

Dinâmica – 20´

Recebendo os textos abaixo, do Professor Masaharu Taniguchi, em grupos, vamos refletir sobre:

- Que seres humanos queremos formar?
- Como se pode exteriorizar o talento das crianças?
- Qual seria o modo melhor de viver?

Cada grupo apresenta suas conclusões.

“A base da educação deve consistir em: crer na potencialidade infinita [da pessoa](...); 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. (...) Sem 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)

Dez normas fundamentais para melhorar o rendimento escolar do filho (e aluno):

- 1- Estudar é uma brincadeira agradável e prazerosa.
- 2- A criança não estuda quando os pais (e professores) cobram muito “Já estudou?”, “E a lição?”
- 3- Elogiar as boas notas das matérias prediletas.
- 4- Agradecer aos professores.
- 5- Respeitar o que absorve a atenção da criança no momento.
- 6- Utilizar a força da palavra.
- 7- A criança cresce imitando.
- 8- Em primeiro lugar, os pais devem erradicar o complexo de inferioridade e a vaidade.
- 9- Opiniões divergentes entre os pais causam a ruína dos filhos.
- 10- Espere até florescer.

(Educação do Filho de Deus, p. 96)

Palavras de Sabedoria para a Educação das crianças

- Elogiar e confiar, para despertar a potencialidade infinita que se aloja na criança.
- Filho (aluno) revoltado ama os pais (professores); ele quer o amor dos pais (professores)
- A mãe (professora) sábia educa o filho (aluno) com sorrisos, e a tola implanta a revolta com reclamações
- O filho (aluno) muda quando mudam os pais (professores)
- Os pais (professores); educam pelo exemplo, antes do que pelo falar
- O sorriso, as palavras de amor e o elogio melhoram a criança
- A criança cresce na direção em que for elogiada. Bons filhos (alunos) formam-se num lar alegre.
- Criança feliz estuda voluntariamente.
- Amar, louvar e, confiante, libertar.

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

Prática: Escrever um poema vendo a parte positiva de um aluno. (20')

6º Encontro – As mentes se comunicam

Dinâmica – 15´

Recebendo os textos abaixo, do Professor Masaharu Taniguchi e Seicho Taniguchi, em grupos, vamos refletir sobre:

- Que influência têm as palavras no seu dia-a-dia?
- Como podemos mudar nossas atitudes mentais, serenando nossa mente?

- **Avaliação do processo- 20´**

- **Confraternização.**

“Até esse momento, porém, Yoshinobu ainda não havia compreendido a essência dos ensinamentos. É evidente que o desejo de ‘mudar o outro, sem que eu próprio mude’ é resultado de uma exigência egoísta. O outro reagirá fatalmente, acabando em brigas e lutas (...) Entretanto, se admitir a natureza divina ou búdica do outro, visualizar as suas manifestações positivas e demonstrar amor ao próximo com **fisionomia alegre, palavras afetuosas e elogios**, começará a melhorar, ele próprio, o outro, o corpo carnal e o ambiente”.

(A Verdade da Vida é maravilhosa, Seicho Taniguchi, p. 111)

“Peça ao professor para que diga, sempre que tiver oportunidade: ‘Ayakawa é muito inteligente! A nota pode piorar por algum azar, mas o fato de que é inteligente está visível em suas respostas’. (...) Primeiramente, durante a Meditação Shinsokan realizada toda manhã ou toda noite, mentalize o nome do professor, visualize o rosto dele e agradeça diversas vezes em voz baixa: ‘professor X, obrigada por cuidar sempre do meu filho. obrigada por ter orientado até esse ponto, (...) Quando esse sentimento de gratidão for captado pelo professor, ele terá boas idéias para orientar seu filho, como também suscitará vibrações espirituais de verdadeiro amor em relação a ele. Se seu filho sentir essas vibrações de amor, passará a ter prazer em ir à escola”.

(A Verdade, vol. 6, p. 22)

Prática: Diário do “Tenho” - treine ver as partes positivas escrevendo tudo que você possui e é bom. Por exemplo: “Obrigado, tenho uma casa confortável, tenho um pai amoroso, tenho lindas roupas, obrigado!”

Bibliografia

Bertrand, Yves. Teorias Contemporâneas da educação. Lisboa: Instituto Piaget, 2^a ed, 2001.

Kanuma, Keyo. Educação do Filho de Deus, vol. 1, São Paulo: Seicho-No-Ie do Brasil, 2007.

Taniguchi, Masaharu. Coleção “A Verdade da Vida”, vol. 14. São Paulo: Seicho-No-Ie do Brasil, 1989.

Taniguchi, Seicho, O amor entre pais e filhos, São Paulo: Seicho-No-Ie do Brasil, 1992.

Tokuhisa, Katsumi, Como atrair a boa sorte, São Paulo: Seicho-No-Ie do Brasil, 2006.

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

Sites:

Construindo competências, Revista Nova escola, edição Setembro de 2000, disponível em:

http://novaescola.abril.com.br/ed/135_set00/html/fala_mestre.htm

Centro de referência educacional. Disponível em:

<http://centrorefeducacional.com.br/>

Pierre Weil. Disponível em: <http://www.pierreweil.pro.br/01-BR.htm>

ⁱ **Espiritualidade nos negócios**, Sergio Buaiz, Revista Vencer, Edição Nº 34. Disponível em: http://www.vencer.com.br/materia_completa.asp?codedition=34&pagenumber=16

ⁱⁱ **Forças em comum**. Revista melhor: gestão de pessoas. Rodolfo C. Bonventti- Disponível em: <http://revistamelhor.uol.com.br/textos.asp?codigo=12224>

ⁱⁱⁱ Disponível em: <http://www.goleman.com.br/>

^{iv} **Capital Espiritual**, Transcrição de anotações da palestra de Danah Zohar e observações de Gustavo G. Boog- Disponível em: <http://www.guiarh.com.br/pp51.htm>

^v **A espiritualidade nos negócios**, Buaiz, Sergio, Revista Vencer, edição nº 34. Disponível em: http://www.vencer.com.br/materia_completa.asp?codedition=34&pagenumber=16

^{vi} **O fator medo**: quando o cérebro decide que é hora de dar no pé, *Nikhil Swaminathan*, *Scientific American Brasil* 27 ago. 2007 Disponível em: http://www2.uol.com.br/sciam/noticias/o_fator_medo_quando_o_cerebro_decide_que_e_hora_de_dar_no_pe.html

^{vii} Marketing to kids, Dr. Susan Linn - Disponível em: <http://www.thecorporation.com/media/linn.pdf>

^{viii} **Fama e narcisismo**, Calligaris, Contardo. Folha de S.Paulo - 15 de mar. 2007

^{ix} **Meditação X Prozac**, Tânia Nogueira, Suzane Frutuoso e Renata Leal, Disponível em: <http://revistaepoca.globo.com/Revista/Epoca/0,,EDG73080-6014,00.html>

^x Veja Edição 1 731 - 19 de dezembro de 2001, Disponível em: http://veja.abril.com.br/191201/p_130.html

^{xi} **Meditação retarda envelhecimento cerebral**, diz estudo – Folha On line – 16 nov. 2005- Disponível em: <http://www1.folha.uol.com.br/folha/ciencia/ult306u13970.shtml>

Superintendência das Atividades dos Educadores da SEICHO-NO-IE DO BRASIL.
"Sorriso, elogio e palavras de incentivo".

^{xii} **A ciência de viver bem**, Mariana Sgarioni e Paula Chinelli, revista Superinteressante,
Disponível em: http://super.abril.com.br/super2/superarquivo/2006/conteudo_112858.shtml