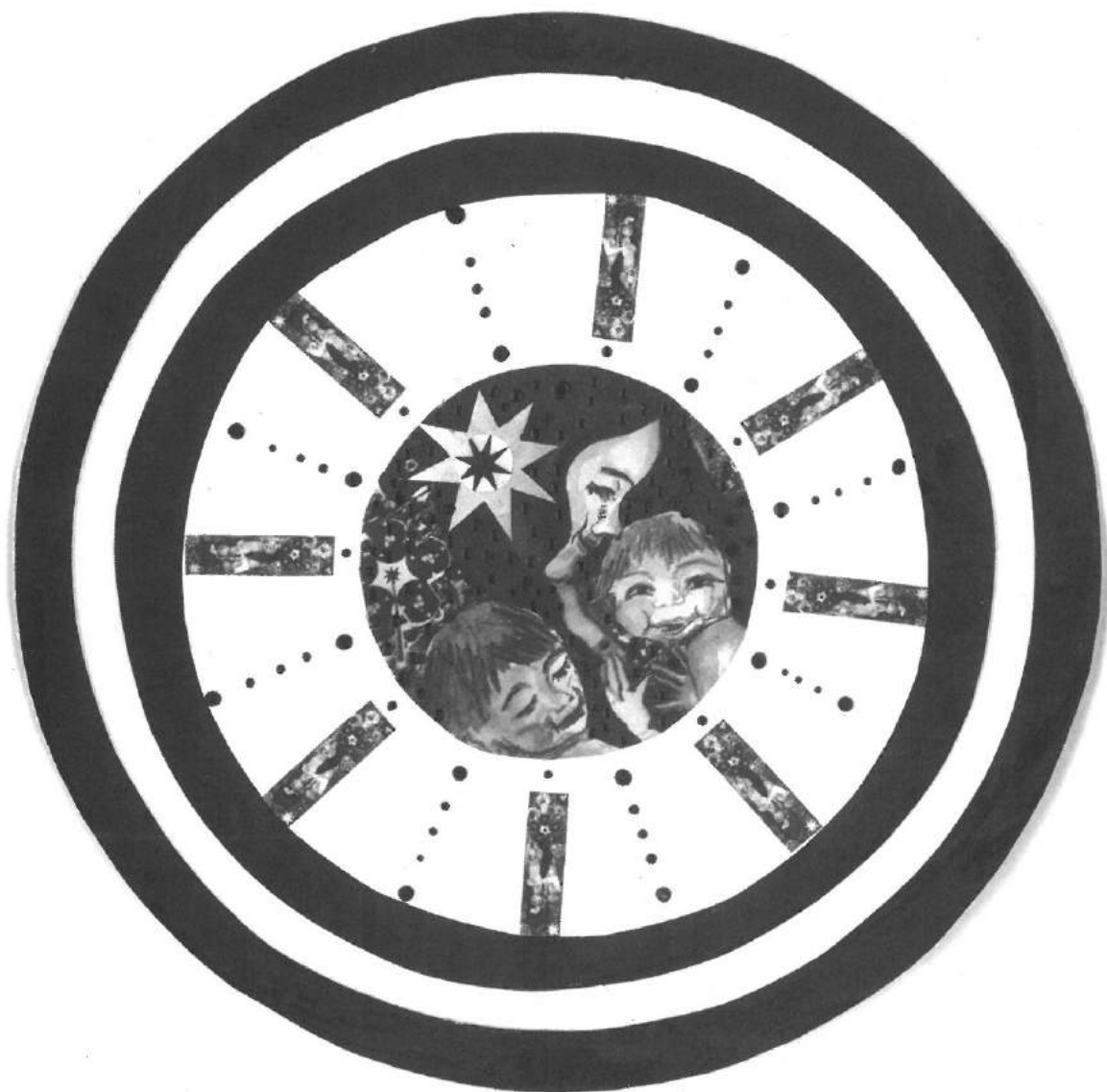


Manual dos Valores Humanos



Raïssa Cavalcanti (org.)
Patricia Isabel Vidal Hernandez
Vivianne Furtado Marzola

Sumário

Introdução	7
Capítulo 1 O que são Valores?	13
Capítulo 2 Os Valores Humanos Fundamentais	21
Capítulo 3 A importância dos Valores Humanos	31
Capítulo 4 A Necessidade da Mudança da Visão de Mundo para o Resgate dos Valores Humanos	39
Capítulo 5 O papel dos professores na transmissão dos Valores Humanos	47
Capítulo 6 O Valor Absoluto do Amor	63
Capítulo 7 Valor Absoluto da Paz	71
Capítulo 8 Valor Absoluto da Ação-Correta	79
Capítulo 9 Valor Absoluto da Não-Violência	89
Capítulo 10 Valor Absoluto da Verdade	99

Capítulo 1

O que são Valores?

É essencial que os estudantes adquiram o entendimento e o sentimento vivo pelos valores. Eles devem adquirir um sentido vivo da beleza e do bem moral. De outra forma, eles com os seus conhecimentos especializados, mais se parecem com cachorros bem treinados do que um ser humano harmonioso.

Albert Einstein

O homem vive cercado por um universo de valores. Toda pessoa se guia por algum tipo de valor, toma decisões, sente e atua a partir da ponderação do que é valioso para si. São os valores que motivam e orientam toda a vida do ser humano, determina o que é importante. Os valores sempre estão relacionados ao homem, não existe um valor que não seja uma possibilidade humana ou que revele uma forma de ser do homem.

Segundo o dicionário Aurélio, o valor se refere a: “juízo de valor, julgamento que enuncia uma apreciação (por oposição a juízo de realidade, que se limita a constatar um fato).”

Os gregos definiram os valores como virtudes, como qualidades potenciais do ser humano que deveriam ser desenvolvidas por todo aquele que desejas

se alcançar a excelência, a aretê. O ideal grego de desenvolvimento pessoal implicava na busca da excelência e que seria alcançada pelo conhecimento dos valores e através da sua prática. Sócrates foi o primeiro filósofo a falar sobre os valores eternos como um meio de humanização, de restauração da imagem do homem.

Atualmente, a disciplina que estuda os valores é a Axiologia e faz parte do campo da Filosofia. A Axiologia indaga sobre a essência dos valores e os concebe como qualidades e estruturas do ser.

Toda e qualquer escolha que o indivíduo faz pressupõe um valor. É impossível escapar da questão dos valores, eles exercem uma onipresença na vida do homem interpenetram a vida cotidiana e permeiam todas as suas atividades. Atribuir valor às coisas e se guiar por valores faz parte da essência do homem. Existe uma relação estreita entre o mundo dos valores e o próprio ser.

De maneira geral, os valores, se expressam existencialmente, como formas de sentir, de pensar e de se relacionar com a vida. Os valores revelam a forma como o indivíduo percebe o mundo, como se relaciona com a vida. Os valores são sentidos, intuídos através de uma vivência de uma experiência direta.

Os valores são aprendidos e assimilados inconscientemente, e por assim ser, não são questionados quanto a sua validade. Todo homem é condicionado por um conjunto de valores sociais e culturais que assimila e que passa a fazer parte da sua vida. É necessário portanto, que cada pessoa faça uma avaliação sobre os valores aos quais está condicionada inconscientemente.

É mesmo, fundamental fazer o exame sobre qual é o universo de valores que uma sociedade está pautando a sua vida e a dos seus cidadãos, para que seja possível fazer a correção da distorção ou a substituição por valores reais e corretos.

Os valores se encontram numa estreita relação com o sentido da vida e como o homem conduz a sua história pessoal. Assim, a escolha de um universo de valores define o que o homem é, as suas metas, as suas atitudes e o nível de desenvolvimento da sua consciência.

Constituindo um princípio de percepção e de interpretação da realidade, a escolha de determinados valores mostra tanto a identificação, quanto o condicionamento com uma particular percepção do mundo.

A eleição de um determinado grupo de valores fornece informações importantes sobre uma pessoa. E, geralmente, a aceitação de certos de valores, já é influenciada por uma atitude psíquica particular.

Portanto, os valores têm uma relação estreita com o psiquismo do homem, revelam o que uma pessoa é; os seus condicionamentos as suas identificações, as suas características de personalidade e o modo de ser dessa pessoa.

Os valores, a moral e a ética se assemelham. A palavra ética vem de "ethos" que quer dizer morada interior. Significa que a ética faz parte da interioridade do ser, da sua constituição essencial, que o define como homem. Ética é uma determinada forma de ser e estar no mundo. A ética diz respeito à condição humana de relação existencial e moral com o outro.

Por isso, os valores são definidos como princípios éticos fundamentais que norteiam as ações das pessoas. O valor como princípio ético está acima da moral. Mas, o valor como comportamento ético requer o desenvolvimento de uma consciência moral e que leva a uma atitude ética na vida. Mesmo quando se nega ou se distorce um valor, se está assumindo uma posição em relação à questão ética.

A moral se refere a um hábito, a um costume que geralmente também carrega uma conotação ética. A moral é um modo habitual de se comportar, de ser e que está condicionada ao tempo, ao espaço, a uma cultura particular.

Existe no ser humano um impulso inato em direção ao comportamento ético. O homem deseja tomar consciência dos valores, deseja conhecer a virtude para se tornar virtuoso. Por isso, se diz que há mais consciência em um homem virtuoso, do que naquele que não quer ter consciência.

É necessário ter uma consciência ética desenvolvida, para poder abrir mão de qualquer vantagem em função da atitude que julga ser correta. No entanto, aquilo que é eticamente bom, aquilo que é justo, nem sempre é agradável e vantajoso para aquele que o pratica.

O indivíduo sabe de alguma forma, que quando a vida não é regida por valores éticos, torna-se impossível o alcance da ordem, da harmonia e da saúde individual e coletiva. Não é possível uma sociedade viver em paz se a conduta dos indivíduos não estiver baseada em princípios éticos.

Os valores humanos se referem a valores éticos que são universais e perenes independentem do tempo e do espaço. O indivíduo que tem uma consciência ética definida sobre os valores humanos e procura se guiar, coerentemente, por eles vive em paz e realiza o verdadeiro sentido da vida humana.

Por outro lado, todo aquele que se orienta por valores incorretos ou distorcidos, estabelece uma relação de desarmonia com a vida e atrai infelicidade para si e para os que estão a sua volta. Aquele que nega os valores, nada vendo neles, se desorienta, cai numa espécie de descrença absoluta, de falta de fé em qualquer finalidade superior da vida.

Daí se deduz a importância que existe na reflexão sobre os valores realmente fundamentais, capazes de promover relações mais harmoniosas entre os homens e como instrumentos facilitadores da evolução do potencial humano.

Os valores possuem ainda um caráter prático imediato, uma relação direta com a vida exercem uma grande força e poder sobre toda a vida do indivíduo. Influenciam a política, a economia, a ecologia, a forma como o homem dirige o futuro da sociedade e do planeta.

Poucas pessoas sabem exatamente, o alcance e a importância dos valores para a vida do homem. Na sua expressão humana, os valores são sujeitos a uma graduação, a uma hierarquia a uma polarização, a sua deturpação ou mesmo a sua negação.

A reflexão sobre os valores adquire consideração fundamental para a compreensão do mundo e do homem, desde que são determinantes dos fatos e dos rumos sociais, econômicos e culturais de toda a vida humana. O sentido da vida se encontra numa estreita dependência dos valores, na sua atualização e realização sejam positivos ou negativos.

O que se observa hoje, infelizmente, é a completa inversão dos valores, fruto de uma visão de mundo e de homem distorcida. Aquele que tem consciência ética e pratica coerentemente, os valores espirituais em sua vida, é visto como ingênuo, quando não, como uma pessoa fora da realidade.

A predominância da visão de mundo materialista com os seus valores julga tudo em termos de ação e utilidade e levou o mundo a uma crise de valores. De acordo com esta visão, o próprio homem é desvalorizado sendo reduzido em sua humanidade, a ser um mero agente produtor e consumidor de bens, um indivíduo movido pela angústia e preocupação com a subsistência material.

Os valores assumidos como "normais" ou naturais pela concepção materialista prioriza o ter, no lugar do ser e enfatiza o sucesso financeiro, a fama, a posse de bens e o poder. Se o ter é o que é mais valorizado, a tendência é o indivíduo se auto-avaliar pelo que possui e também a avaliar o outro dessa forma.

Este condicionamento mental leva ao comportamento compulsivo de aquisição de bens o que produz ilusoriamente o sentimento de ter valor pessoal. Este fato é determinante na criação da ansiedade de posse, do comportamento voltado para o consumo exagerado de coisas, de bens culturais e até mesmo de pessoas.

Desde que uma sociedade é guiada pelo valor do ter, que motiva o comportamento de aquisição de tudo que aparenta riqueza, condiciona os seus membros a buscarem essa imagem aparente de riqueza.

Quando uma sociedade se submete a concepção materialista e utilitarista tende a desvalorizar todas as outras necessidades humanas, como as necessidades espirituais de auto-conhecimento e de evolução.

Quando uma sociedade adota e privilegia, de forma radical, o conhecimento técnico e científico e a sua utilização para o domínio e controle da vida ela está dirigindo os seus cidadãos para um processo de desumanização, para a desvalorização da vida e do próprio homem.

O indivíduo possui em sua natureza o livre arbítrio de se tornar verdadeiramente humano, através do comportamento guiado pelos valores essenciais ou de seguir um processo de desumanização, através da negação dos valores, da negação da sua natureza humana.

O caminho evolutivo é o caminho de compromisso com os valores, que permite ao homem transformar o seu mundo interno e externo, cumprindo plenamente o seu destino humano. O homem possui a escolha existencial de se humanizar ou se desumanizar. Cabe somente a ele a capacidade de usar a sua liberdade para seguir o caminho da evolução ou da involução.

A visão humanista estabelece princípios éticos capazes de orientar o homem para o alcance da dignidade humana, da fidelidade ao cumprimento de sua virtude, para que o homem se torne verdadeiramente humano.

Não existe humanismo sem uma concepção dos valores humanos universais. O humanismo sempre promove valores e ideais éticos que se originam de sua própria definição do humano. Humanismo e ética são conceitos inseparáveis.

O que torna o homem verdadeiramente humano é a consciência dos valo-

res e a sua prática. Cabe ao homem cuidar do seu ser, para se tornar cada vez mais humano, para realizar a sua excelência como homem, o seu processo de humanização, e recuperar o antigo ideal grego da aretê.

Portanto, torna-se necessário e urgente o trabalho de recuperação dos valores essenciais, que podem dirigir a vida do homem de forma mais harmoniosa.

Os Valores Humanos Fundamentais



Capítulo 2

Os Valores Humanos Fundamentais

A mais importante tarefa humana consiste em buscar a moralidade em nossos atos. Nosso equilíbrio interior e nossa própria existência dependem disso. Apenas a moralidade pode conferir beleza e dignidade à vida.

Albert Einstein

Em todas as épocas e culturas, sempre existiram determinados valores que constituem uma classe especial de valores e que pertence a esfera do ser ideal, estes são os Valores Humanos universais.

Os Valores Humanos, por serem universais e perenes, são espirituais, pressupõem a existência do espírito. Sem uma concepção do espírito é difícil se conceber, atualizar e viver os Valores Humanos, pois são construídos a partir de uma visão espiritual de mundo e de homem.

Quando desaparece a concepção espiritual do mundo, desaparece também o fundamento sobre o qual são semeados e difundidos os Valores Humanos. Cresce a tendência da sociedade a entrar em decadência e ser levada à destruição e a violência. Por isso, a necessidade de se examinar a visão de mundo que cada pessoa adota e os seus valores correspondentes.

Os Valores Humanos são estruturas ideais universais, atemporais e autônomas. Pertencem a uma categoria que está além do particular, subjetivo e individual, são arquetípicos, dizem respeito ao mundo supra-individual, trans-subjetivo e transpessoal.

Os Valores Humanos pertencem à esfera do transcendente, no entanto, não se conservam a parte da realidade imanente material, penetram essa realidade e assumem existência e temporalidade em todas as dimensões da vida humana. Estão vinculados ao espírito, mas também, a existência humana temporal.

É através do ser humano que os Valores Humanos se atualizam e se manifestam na existência. O valor é sempre o propósito de uma experiência humana, de uma vivência emocional, permeiam as relações entre os homens. Os Valores Humanos possibilitam que o ser humano manifeste o seu lado espiritual, a sua alma e a sua divindade interna. Por isso, sempre estiveram presentes na história da humanidade.

Constituindo um conjunto de virtudes que fazem parte da natureza do ser, os Valores Humanos são os fundamentos que definem a essência do homem. Pertencem à verdadeira natureza do homem, são as tendências positivas inatas que todo ser humano traz constitucionalmente. Os Valores Humanos são as qualidades e potenciais inerentes ao ser humano e que podem ser despertados e vividos, tornando mais humanas as relações interpessoais.

O conhecimento dos Valores Humanos universais é dado ao homem internamente e intuitivamente, está gravado na psique humana. No entanto, muitas vezes, o homem prefere esquecê-los, ou distorcê-los, em função do oportunismo, da obtenção de vantagens materiais e sociais imediatas.

Na sua manifestação temporal, os Valores Humanos, estão sempre sujeitos a uma graduação, a uma hierarquização, a sua deturpação ou mesmo a sua negação. Necessitam serem cultivados, para não serem esquecidos, em função de interesses oportunistas, ou dos desvios de comportamento.

Como qualidades eternas inerentes a toda a humanidade, os Valores Humanos independem da cultura, das ideologias, das crenças, da condição social, da religião ou da raça. São eternos porque transcendem o tempo, os padrões históricos e culturais.

Os Valores humanos estão presentes em todas as culturas, em todas as épocas, como parâmetros importantes da conduta humana. Não se encontram vinculados a nenhuma doutrina religiosa ou seita particular, contudo, estão presentes como os fundamentos originais e reais de todas as religiões.

Nunca desaparecem totalmente, em uma sociedade ou cultura. Ficam preservados no inconsciente coletivo, por mais que uma sociedade em crise de valores os tenha esquecido e se paute por valores incorretos ou distorcidos. Sempre existem pessoas que vivem estes valores.

A nossa época está carente do olhar espiritual da alma, do conhecimento e da prática dos Valores Humanos universais, como cura para a grande crise ética pela qual o mundo está passando. Mas, felizmente, existe hoje, por parte de alguns filósofos, psicólogos e educadores, a preocupação em restaurar os Valores Humanos como um antídoto contra a decadência, a desestruturação social e o

S.
LO
e
O,
a-
a-
li-
a,
es
ia
ia
er,
n.
as
a-
e
er-
as
io,
ei-
ja
ão
lu-
al,
es
as
am
re-
re-
lo-
ore
o e
ica
al-
es
o

processo de desumanização crescente.

Todas as pessoas envolvidas nessa tarefa estão de acordo que o caminho para a recuperação da concepção humanista do homem, da tranquilidade e da harmonia social, é através da conscientização e da prática dos Valores Humanos que sempre nortearam o ser humano em todas as épocas.

A recuperação da natureza essencial do homem, e o a atualização do poder da presença dos valores, é alcançada através do trabalho para remover as tendências negativas que também, fazem parte da natureza do homem.

O que torna o homem verdadeiramente humano é a consciência dos valores e a sua prática. Cabe ao homem cuidar do seu ser, para realizar, cada vez mais, a sua humanidade, para realizar a sua excelência como homem, para a recuperação do antigo ideal grego da aretê.

O que melhor define o homem é a capacidade de dotar o mundo de valores espirituais, que conferem sentido á vida e que o permite recriar a si mesmo e ao mundo realizando a sua humanidade, a sua evolução e transcendência.

O trabalho de transformação interior através dos Valores Humanos são aspectos importantes que devem ser conscientizados para o fortalecimento do caráter. No entanto, o caminho da ética não se realiza sem vontade, força de decisão e esforço pessoal, sem o Magnum trabalho, sem o desejo de se tornar um ser humano melhor.

Quando se pratica os Valores Humanos, as motivações egoístas são substituídas por motivos baseados no afeto, no amor, na paz e na justiça. Os desejos competitivos, egoístas, de levar vantagem sobre o outro, se transforma em desejo de troca criativa, de cooperação, de amizade. As motivações egoístas se transformam em anseios genuínos de ajuda ao próximo.

A prática dos Valores Humanos favorece o surgimento do que o homem tem de melhor em si, o despertar da sua humanidade. Quando se pratica os Valores Humanos, se inicia o surgimento de uma corrente de gentileza humana autêntica que tem o potencial de se ampliar através de todos os relacionamentos.

Os Valores Humanos pressupõem o interesse voltado para a motivação interna, mais do que para o resultado externo e concreto que se pretende obter. Essa maneira de analisar as ações e os comportamentos leva a modos mais profundos de entender o que se esconde atrás das intenções, "o que está por trás" das motivações individuais.

O Indivíduo pode tentar aparentar uma imagem de correção, ou de bondade para pelo interesse de obter alguma vantagem pessoal, para ser visto como uma boa pessoa. No entanto, somente ele conhece a verdade que se passa no seu íntimo.

Mas, quando o indivíduo descobre que fazer o bem, também traz bem estar para si mesmo, esta se torna a sua principal motivação. As motivações externas são substituídas por um sentimento genuíno de generosidade, justiça e correção.

A verdadeira bondade, justiça e ação-correta não gera expectativas de ganhos (sucesso, reconhecimento, lucro, aceitação) porque o que determina

o sentimento e a ação é o desejo de fazer o bem, é o amor e o respeito ao próximo. O que motiva a boa-ação é a satisfação e a sensação de bem-estar interior. A prática dos valores Humanos sempre traz o sentimento de contentamento interior. "Fazer o bem faz bem"

Estando em consonância com a essência humana mais profunda, a prática dos Valores Humanos, sempre traz um sentimento de alegria e bem-estar interno. Provou-se recentemente, através de pesquisa científica, que fazer o bem provoca alterações cerebrais que induzem à sensação de profundo bem-estar, tanto para quem pratica quanto para quem recebe a ação altruísta.

De alguma forma, o homem sabe o que é bom e benéfico para si mesmo e para o outro, qual a ação-correta, o que significa o amor, a paz e a não-violência, basta confiar na sua intuição e ter no coração a intenção de ser correto e agir bem.

Através da recuperação dos Valores Humanos fundamentais é possível se conseguir refrear a violência crescente que se assiste hoje em todos os setores da vida e que já se observou no passado, quando os Valores Humanos e éticos foram substituídos por valores distorcidos e perversos.

A prática dos Valores Humanos torna possível a construção de uma sociedade melhor, onde seres humanos conscientes e responsáveis são capazes de superar as suas tendências negativas como o egoísmo e a ambição desmedida e estabelecerem um relacionamento mais harmonioso com a vida.

Segundo o grande sábio hindu Sathya Sai Baba : "Todos os homens devem praticar os Valores Humanos, como a meta de um verdadeiro ser humano. Quando um ser humano declara ser um homem, esta é somente uma verdade parcial. Ele deve também declarar que não é um animal. Eliminar as características animais e praticar os Valores Humanos irá torná-lo um ser humano completo."1

Os cinco Valores Humanos fornecem uma visão mais completa do potencial de realização humano.

Os cinco Valores Humanos Fundamentais são:

A Verdade é aquilo que deve ser dito. Através da Verdade o homem pode preencher a sua busca de desenvolvimento intelectual.

A Ação-Correta é o que deve ser praticado. Através da Ação-Correta, o indivíduo pode realizar o seu desejo de expressar satisfação no que faz.

A Paz é o que deve preencher a mente. Através da Paz o homem pode resolver os conflitos emocionais e de relacionamentos humanos e adquirir calma interna e externa.

O Amor é o que deve se expandir dentro de nós. Através do Amor o homem pode expandir seu coração e deixar fluir a energia do amor.

A Não-Violência é o que devemos ser plenamente. É a realização da perfeita simpatia diante do mundo.

A Verdade é a força que move o ser humano em busca do conhecimento,

da sabedoria, da honestidade, da ação justa, da sinceridade na relação com o outro. A Verdade não está sujeita a mudança de acordo com a época e a cultura é sempre a mesma.

A Ação-Correta é a expressão prática das virtudes. É a prática daquilo que se conhece e acredita. A Ação-Correta é o ato que motiva o ser humano a realizar atividades que são benéficas para si mesmo, para o outro ou para a sociedade.

A Paz é o estado interno de calma e tranqüilidade. A Paz se expressa em sentimentos, palavras e ações e gera harmonia e tranqüilidade. A Paz depende dos pensamentos, dos bons sentimentos que quando cultivados se transformam em boas ações.

O Amor é o valor humano fundamental para a própria sobrevivência do homem. É o valor subjacente a todos os outros valores. Sem o Amor é impossível se construir uma atitude positiva diante da vida e o estabelecimento de vínculos nos relacionamentos humanos.

A Não-Violência é a manifestação do impulso eterno para a fraternidade, para a união, para o Amor, assim, exige que a Verdade, a Paz e o Amor estejam bem enraizados. A Não-Violência é a forma de perceber e sentir o mundo que leva o indivíduo a desenvolver um modo de vida e de ação que evita qualquer tipo de sofrimento ao outro, seja no pensamento, na palavra e na ação.

Os Valores Humanos Correlatos

Os cinco Valores Humanos fundamentais se desdobram em valores correlatos ou complementares. São as manifestações das várias formas particulares dos valores absolutos. Por isso, os valores correlatos estão intimamente relacionados aos Valores Humanos principais e constituem a forma de serem vividos na prática. A observação dos valores correlatos permite a expressão dos Valores Humanos fundamentais, porque moldam o caráter da pessoa.

Os Valores Humanos permitem ao homem realizar a sua verdadeira humanidade, a gerar, dentro de cada um, o homem mais humano que cada um é potencialmente, mas que somente pela consciência e prática dos valores pode se chegar a realizar.

1. "A Transformação pela Educação Espiritual. O Programa Sri Sathya Sai de Educação em Valores Humanos. Página 31. "Fundação Bhagavan Sri Sathya Sai Baba do Brasil. Rio de Janeiro. 2001.

Sugestão de Exercícios

Colocando em Prática o Trabalho com os Valores Humanos

Organizar painel de recortes de revista, com objetos de desejo comumente aceitos, situações desejáveis, e discutir os valores implícitos dominantes de nossa sociedade.

Recomendar como lição de casa que os alunos assistam uma novela e façam uma lista dos valores vigentes que identificaram.

Discutir as propagandas da TV que pregam valores distorcidos.

Discutir filmes e promover discussão sobre os valores identificados.

Explorar com os alunos suas aspirações de futuro, apontando os valores que determinam essas aspirações.

Discutir as conseqüências da adoção dos valores vigentes sem questionamento.

Promover atividades, onde o professor possa ampliar a percepção dos alunos sobre os valores. Como as discussões em grupo.

Ampliar a compreensão sobre o que é individual e ao mesmo tempo integrado em um contexto maior através de exercícios de reflexão como:

Receita de bolo – Onde os ingredientes são as expressões individuais e o bolo é o grupo que recebe a contribuição específica de cada componente.

Orquestra com diferentes músicos produzindo harmonioso algo em conjunto.

Discutir os sentimentos que decorrem do contato com quem e com o que é diferente.

Discutir qual a contribuição individual de cada aluno tanto em tarefas de grupo quanto em relação à sala, destacando os talentos de cada um.

Propor atividades de conscientização ecológica, enfatizando como cada pessoa pode colaborar para a criação de um meio ambiente mais saudável; Expor práticas de economia de energia, reciclagem, consumo consciente, etc.

Jogar quebra-cabeças, escondendo uma peça, e propondo discussão sobre os paralelos possíveis com a realidade da individualidade de cada indivíduo versus a unidade do grupo. Por exemplo:

Cada peça é única.

Cada peça se relaciona com outras peças.

As peças estão agrupadas naturalmente por cores ou desenhos, assim como subgrupos formam-se espontaneamente a partir de afinidades.

As peças formam algo maior do que si mesmas quando estão em conjunto.

Há um lugar especial para cada uma das peças.

Não há peças mais importantes que outras, todas as peças são fundamentais para formar o todo.

Há peças mais periféricas e outras mais centrais, que pode ser comparado a pessoas que gostam de ficar em evidência, são extrovertidas e outras que gostam de trabalhar mais nos “bastidores”, introvertidas Mas, todas contribuem para que o “show da vida” aconteça.

Capítulo 3

A importância dos Valores Humanos

*Quando uma sociedade perde os
seus valores humanos fundamentais,
a decadência é eminente.*

Raissa Cavalcanti

Através do estudo da História, verifica-se a queda de muitas civilizações e impérios. Civilizações poderosas tiveram suas estruturas fundamentais arruinadas, quando a ambição desmedida de conquista e enriquecimento sobrepujaram todas e quaisquer orientações éticas ou morais.

Foi o que aconteceu na Grécia, quando as invasões dos territórios de outros povos se tornaram mais importantes do que os valores de respeito ao espaço e a cultura do outro pregado pelo ideal grego de homem. O ideal de homem na cultura grega era a busca da excelência do ser humano.

A perda dos Valores Humanos fundamentais traz como consequência o declínio do respeito pela vida e pelo ser humano, instaurando a discórdia nas relações interpessoais e decadência da sociedade. Toda sorte de consequências acontece quando é ultrapassada a questão dos Valores Humanos.

É o que se assiste atualmente, o esquecimento dos valores fundamentais, o que vem provocando a crise ética que afeta todos os setores da sociedade e da

cultura. Muitos valores foram esquecidos, abandonados e mesmo considerados ultrapassados, pela maior parte das pessoas.

Os Valores Humanos são os parâmetros apropriados que definem a qualidade do próprio homem e são os meios de orientação das relações humanas em toda sociedade. A perda desses valores gera a crise ética que se constata e as crescentes dificuldades de relacionamento em todos os setores da vida.

Quando o indivíduo é visto como um objeto descartável que pode ser substituído facilmente, perde-se a consideração pelo homem no seu verdadeiro sentido humano. Quando as relações humanas se tornam oportunistas e predatórias se instaura o lema de que os fins justificam os meios e a lei do "vale tudo" para se conseguir atingir o que se almeja.

No entanto, quando os Valores Humanos são respeitados, servem de orientação para relações humanas individuais e sociais mais saudáveis. Conseqüentemente, os interesses coletivos não entram em conflito com os interesses individuais. Se alguma coisa é boa para um indivíduo deve ser também boa para todos os indivíduos envolvidos. Dessa forma, pode se criar as bases para a harmonia e a paz na sociedade.

O respeito aos Valores Humanos como medida e parâmetro de correção e equilíbrio para as relações humanas torna possível a aceitação e a consideração pelas diferenças humanas étnicas, raciais, religiosas e sociais.

O acolhimento as diferenças individuais, às diferentes formas de pensamento, opiniões e modos de ser, também se torna possível. Por outro lado, quando não se leva em conta os Valores Humanos, todas e quaisquer diferenças são acentuadas, cresce as oposições, as rivalidades e a intolerância.

O respeito às diferenças como um Valor Humano fundamental gera a aceitação da alteridade do outro e elimina a intolerância, os preconceitos e funda a base para a realização da vivência da paz entre os homens. A tolerância como virtude ética fundamental é essencial para a construção de uma sociedade em bases mais humanísticas.

O respeito às diferenças como um Valor Humano essencial cria um real interesse pelo outro, pela percepção das diferenças e também das semelhanças, motiva a curiosidade em observar o que existe de comum com as outras pessoas, em todo o ser humano. Propicia finalmente, um sentimento de comunhão, de empatia, de amizade, de respeito, de admiração e espírito de cooperação.

A consciência sobre a importância dos Valores Humanos cria também o sentimento de maior responsabilidade pessoal e social. Quando a conduta é guiada pelos valores essenciais, a pessoa se torna mais consciente das conseqüências de suas ações em relação ao outro. As atitudes e as ações são então decididas a partir de um grau maior de responsabilidade.

Os Valores Humanos geram delicadeza, gentileza, atenção e preocupação nas relações interpessoais. Dessa forma, é possível o abandono da excessiva auto-referência e a emergência do desejo de compreensão do outro a partir do seu próprio ponto de vista. Com a atitude de aceitação e compreensão se cria uma mudança significativa nas relações humanas.

A consciência dos valores geram transparência tanto na conduta quanto no propósito. A clareza existe quando não há intenção de enganar ou iludir os outros. Quando se tem consciência, se respeita e se pratica os Valores Humanos, existe clareza e coerência em relação ao que se pensa e ao que se faz.

A consciência da importância dos Valores Humanos é um movimento que poderá funcionar como um "despertar" para todo indivíduo que estiver aberto para rever seus valores e orientações, para se tornar um ser humano melhor. Através do exemplo silencioso, do comportamento correto é possível inspirar a mudança em outros, sem imposição de opinião, julgamento ou crítica.

A construção de uma sociedade mais justa e harmoniosa é possível a partir da substituição dos valores distorcidos por valores humanos espirituais que pautem a vida das pessoas. O processo de conscientização e de transformação pessoal em relação aos valores distorcidos por fundamentais é responsabilidade de cada pessoa.

A mudança dos valores deve começar individualmente, através da auto-reflexão e da auto-correção. A transformação interior de cada pessoa, quando significativa, termina se ampliando para o exterior e se refletindo na forma como o indivíduo se relaciona com o outro. Dessa maneira, todas as relações, afetivas ou profissionais são afetadas positivamente.

O autoconhecimento requer capacidade de auto-reflexão, de permanecer em silêncio para que se possa perceber o que acontece internamente. Além do desejo de disponibilizar tempo par esse processo.

A auto-reflexão é a pedra fundamental no processo de mudança dos valores. Sem o autoconhecimento é impossível haver a correção e a transformação dos valores, verdadeira revolução interior e exterior.

A emergência dos Valores Humanos como uma realidade genuína, somente pode ocorrer através da eliminação de determinadas tendências, que também fazem parte da natureza humana. Estas tendências são principalmente: a luxúria, a raiva, a ambição, o apego, a arrogância, a inveja.

Os objetivos mais comuns da luxúria são o poder, a fama, o dinheiro e o sexo. Estas tendências têm um caráter fortemente obsessivo e geralmente, levam o indivíduo, quando sob o seu domínio, a esquecer os verdadeiros valores.

A raiva se manifesta como um desejo de ferir o outro. Impulso que pode assumir um aspecto compulsivo e levar ao abandono dos Valores Humanos como o amor, o afeto e o respeito ao outro.

A ambição é o desejo por ter sempre mais. A ambição sempre leva à compulsão pela posse, à competição e ao esquecimento de outras finalidades superiores da vida, e ao esquecimento dos valores essenciais.

O apego é a ligação exagerada a pessoas, idéias e coisas, o que leva ao fanatismo, a intolerância pelas diferenças individuais, raciais e culturais.

A arrogância se expressa como sentimento de superioridade sobre o outro. O que conduz a deformação na auto imagem, ao desrespeito e violência na relação com o outro.

A inveja é o sentimento de infelicidade, o se sentir menos diante da pros-

peridade ou da felicidade do outro. O que leva a perda dos valores corretos como parâmetros reais do que realmente é valioso, gera o ciúme, o desamor, a raiva e o desejo de ferir o outro.

Essas inclinações são consideradas inimigas dos valores, porque quando estão presentes, tornam impossível a sua consciência e a sua prática.

A raiva e a malícia impedem que o amor, a não-violência e o perdão sejam praticados. Impede o florescimento do amor e da paz.

A ambição e o apego impedem a realização do amor, da ação-correta, da não-violência.

A arrogância impede o desenvolvimento do amor e da não-violência. A luxúria cria impedimento para a vivência da verdade.

Através do desenvolvimento dos valores humanos na consciência e na prática, esses inimigos podem ser eliminados.

O conhecimento e a vivência dos valores espirituais é um instrumento importante; um meio de reversão das tendências negativas humanas. Este processo exige auto-conhecimento, honestidade e humildade e leva a identificação do inimigo que deve ser eliminado, para a instauração da correção.

O homem possui a dupla tendência, tanto para o bem quanto para o mal, cabe a ele decidir qual o impulso que deseja seguir, para o alto, ou para baixo. Como disse Sófocles na Antígona: "O mais maravilhoso e o mais terrível que existe no mundo é o homem... de sua arte e de seu gênio criador, surge tanto o bem como o mal."

O mal, para os gregos era a violência contra o outro, o orgulho, a soberba, a injustiça, os desejos fora de controle, a falta de medida e de limites. De outro lado, a consciência dos valores, a natureza ética interna era considerada a parte mais valiosa e integrante do ser humano e representava o bem.

O bem é a capacidade de gerar a própria medida, a lei interna, através dos Valores Humanos que previne contra a desmedida, contra os excessos, contra o mal. A prática e a consciência dos Valores Humanos permite ao homem pautar a sua vida de forma ética e recuperar a sua humanidade.

Este acontecimento leva o indivíduo a acreditar na sua própria capacidade de transformação, a desenvolver a confiança na possibilidade de mudança social e a fé no potencial de evolução humana.

A importância da vivência dos Valores Humanos para o desenvolvimento do homem e para a evolução da sociedade como um todo, deve ser assumida como a tarefa principal de todo indivíduo. Essa é a contribuição pessoal para a criação de um mundo melhor e mais humano.

A correção dos valores negativos difundidos socialmente e a observância dos Valores Humanos é a proposta fundamental para uma nova humanidade e para a orientação de uma nova ordem social.

A família, como uma célula social tem uma função capital na transmissão dos valores corretos. É a partir da consciência da importância dos valores para o futuro da sociedade que a família pode realizar um processo educativo revolucio-

nário entre os seus membros. A contribuição da família se amplia através da ajuda na educação dos valores Humanos junto à escola.

Através de um processo educativo, que tenha por finalidade a formação de indivíduos mais éticos, com elevado padrão moral nos seus objetivos e responsáveis pelo futuro da humanidade, é possível a restauração de uma sociedade mais sadia e justa, fundamentada em ideais humanitários.

Tanto a família quanto os professores são os principais agentes potenciais de transmissão dos Valores Humanos. A parceria entre a família e a escola pode ser muito eficaz na eliminação dos valores distorcidos, na instauração dos valores corretos. O que pode provocar a interrupção no processo contínuo de decadência da sociedade humana que se assiste atualmente.

A consciência da importância dos valores possibilita que a transformação individual e coletiva se torne realidade. Dessa forma pode ocorrer, a nível individual e social, a emergência de uma verdadeira revolução humanística.

A percepção da necessidade dos Valores Humanos é um poderoso antídoto contra a crescente decadência e vazio espiritual a qual o homem contemporâneo chegou. Para que seja possível o restabelecimento de um sentido da vida mais profundo e harmonioso, é necessário que os Valores Humanos voltem a habitar a vida do homem.

Capítulo 4

A necessidade da mudança da visão de mundo para o resgate dos Valores Humanos

Nunca duvide que um pequeno grupo de cidadãos preocupados e comprometidos possam mudar o mundo: de fato, é só isso o que tem mudado.

Margaret Mead

Vivemos em uma sociedade orientada pela visão materialista de mundo e de homem, onde os valores correspondentes adotados são o “ter” no lugar do “ser”. Esta forma de perceber a realidade se expressa na competitividade exacerbada e na ansiedade pelo acúmulo de bens. O que é valorizado é a posse de bens de consumo, o sucesso econômico, o poder e o “status” social.

A concepção materialista institui valores transitórios e utilitários, retira o significado transcendente da vida, gera o esquecimento e a abandono dos Valores Humanos universais e finalmente, a criação de uma atitude pessimista e céptica diante da vida.

A perda da concepção espiritual da vida ajudou a gerar a crise ética e de valores pela qual o mundo passa atualmente. A crise de valores, por sua vez

produziu uma série de conseqüências sérias que se observa no mundo; guerras entre os povos, intolerância entre culturas diferentes, aumento da violência urbana, preconceitos raciais e religiosos, corrupção em todos os setores da sociedade e a degradação da natureza.

Os problemas sociais, culturais e ecológicos são o resultado visível da aceitação de uma visão de mundo distorcida que privilegia o aspecto material e esquece da dimensão espiritual do ser humano. A perda dos valores fundamentais que norteiam uma sociedade leva a decadência da sociedade humana e á criação de uma sociedade doente e infeliz.

Influenciados e condicionados inconscientemente, pela ideologia da visão materialista que gera a falsa idéia de que a segurança e a estabilidade está na posse material, os indivíduos se sentem impulsionados a criar a necessidade de acúmulo de bens, a ambição desmedida, o egoísmo e a ganância.

Os Valores Humanos fundamentam a vida de forma essencial e constituem os antídotos contra a crise de sentido ético que estamos vivendo. Pois, são capazes de sustentar e preservar a verdadeira essência do ser humano e garantir a paz e a harmonia de uma sociedade.

Sendo os valores fundamentados por visões particulares de mundo e de homem somente é possível a mudança dos valores através da mudança da percepção. A recuperação dos Valores Humanos essenciais só pode ocorrer por meio da correção da percepção da realidade.

A mudança das relações e atitudes sociais exige a transformação profunda da consciência. Dessa forma, os valores distorcidos podem ser corrigidos, eliminados ou substituídos por valores essenciais. Novos valores éticos e espirituais podem então ser integrados, vindo a constituir a base para a formação de uma nova humanidade.

O processo de educação e de transformação dos valores deve ser transmitido e vivido precocemente na infância. Por isso, a necessidade fundamental de uma educação, tanto familiar quanto escolar capaz de imprimir na alma das crianças a noção sobre os Valores Humanos.

Mas, para isso, é necessário que os pais e os professores tenham clareza suficiente sobre a visão de mundo, de homem e os valores correspondentes que estão transmitindo. E que possam assumir a responsabilidade na comunicação e na prática dos Valores Humanos. Dessa maneira, tanto os pais quanto os professores, podem se tornar agentes importantes na difusão dos valores fundamentais.

Uma sociedade voltada para o futuro deveria incluir em seu processo educativo o ensino e a prática dos Valores Humanos que formam o caráter das crianças e jovens, preparando-os para serem futuros agentes de mudança e de evolução social. Dessa maneira, crianças e jovens podem vir a se tornarem novos instrumentos sociais importantes capazes de construir uma sociedade mais saudável, equilibrada e criativa.

Essa deveria ser a função social essencial, promover a transmissão dos valores Humanos através dos seus principais instrumentos; a família e a escola. A transmissão dos Valores Humanos torna o indivíduo agente responsável pela construção de uma nova humanidade.

Vivenciar os Valores Humanos como uma necessidade prática diária possibilita a compreensão indispensável sobre o poder da mudança social que eles propiciam. O entendimento de que o próprio indivíduo pode ser um agente importante de mudança positiva pode desenvolver indivíduos mais conscientes e responsáveis.

A consciência do reconhecimento dos Valores Humanos como força poderosa de mudança, possibilita a maior amplitude de visão. O indivíduo sente-se estimulado a decidir, a partir de um grau mais elevado de lucidez, a realizar a transformação dos seus valores e a obter um crescente aumento de coerência entre seu sentimento, palavra e ação no mundo.

A compreensão da importância da prática dos Valores Humanos, envolve uma mudança, tanto a curto, quanto a longo prazo. E pode ser assumida e empreendida por todas as pessoas com um mínimo de consciência e de responsabilidade social.

Cada pessoa consciente da necessidade da prática dos Valores Humanos é um agente de transformação e de transmissão importante. Cada indivíduo pode oferecer uma alternativa mais saudável e harmoniosa de relação com o outro e servir de modelo para as novas gerações que necessitam de referências positivas.

Resgatar os Valores Humanos é resgatar o potencial humano que existe em todo indivíduo. Este é um papel importante disponível para todo o indivíduo que deseja dar a sua contribuição pessoal para o desenvolvimento do homem e para a melhora da vida em sociedade.

Uma sociedade que percebe a importância da consciência dos Valores Humanos e da sua transmissão pode formar melhores educadores para essa função. Dessa forma, cria a possibilidade de promover a conscientização e a disseminação dos valores de maneira mais ampla.

Em face do desespero do homem moderno, fruto da falta de identidade, da ausência de sentido, da carência do verdadeiro significado da vida, é necessário a renovação da visão de mundo e de homem capaz de recuperar os Valores Humanos como fundamentos principais para a construção de uma nova humanidade.

É necessário, também desenvolver uma nova antropologia que devolva ao homem o seu valor, a sua verdadeira essência humana, a sua dignidade e que restabeleça as qualidades de sua alma; a sua interioridade, a sua profundidade, a sua individualidade.

A nova concepção de homem deve ser capaz de libertar-lo da imagem tecnológica do "homo faber" e indiferente. A nova visão de homem deve ser apropriada para recuperar um novo sentido para a vida humana que o coloque além do medo da falta e da fatalidade. Deve também, ser capaz de extinguir a imagem desumanizada que o alienou de seu rosto humano e que o fez esquecer da sua especificidade ética que o define como homem.

A importância da consciência dos Valores Humanos está em devolver ao homem a sua humanidade, em possibilitar o desenvolvimento de um novo humanismo, para a criação de uma nova imagem de homem que resgate a sua excelência, a sua aretê.

E necessário também, construir uma nova ontologia que devolva a consciência dos valores como a parte mais importante do ser, que devolva a capacidade humana de amar, de ser verdadeiro e de se sentir em paz com o mundo.

A partir dessa perspectiva, o homem pode recuperar a sua dignidade, a sua humanidade e com isso, o seu poder de criador e de transformador de si mesmo e do mundo.

É a comprovação do poder do homem tanto para construir quanto para destruir que se pode desenvolver a consciência dos Valores Humanos como antídotos contra a desestruturação social. É essa constatação que se pode perceber a necessidade do resgate urgente dos Valores Humanos da Paz, do Amor, da Ação-Correta, da Não-Violência e da Verdade.

Capítulo 5

O papel dos professores na transmissão dos Valores Humanos

*A finalidade da educação é a formação do caráter.
Formar o caráter da criança por meio da educação
amorosa é a base filosófica do Programa de Educação
em Valores Humanos, que tem como princípio
o desenvolvimento integral do ser, levando-o
ao autoconhecimento e tornando-o consciente
de si mesmo e de seu semelhante.*

Sathya Sai Baba

A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) determina que a escola deve ser um lugar para a formação de cidadãos e de transmissão de valores que infundam cidadania e ética. No entanto, esse papel da escola ficou relegado a segundo plano, quando não esquecido.

Em uma sociedade onde os valores determinantes são o sucesso econômico, a produtividade, a busca por resultados concretos e a preocupação com a imagem, a educação convencional é pressionada a corresponder a esta expectativa. A educação termina privilegiando o desenvolvimento do aluno quanto à aquisição de conteúdos e a habilitação para a competição no mercado de trabalho.

É neste sentido que é necessário refletir sobre a finalidade última da educa-

ção. E sobre o papel da escola e do professor que deve ser concebido de forma mais ampla, e se ampliar para além da finalidade da transmissão de conteúdos e de instrumentalização técnica.

A escola quando vista também sobre o prisma de uma instituição que tem por obrigação a formação ética de pessoas, tem um papel fundamental na transmissão dos Valores Humanos. Através da educação, os professores podem oferecer às crianças e aos jovens a oportunidade de viver novas experiências e, por meio destas, corrigir e rever os valores sociais ultrapassados ou distorcidos.

A educação concebida dessa forma pode assumir o importante trabalho de transmissão e transformação dos valores através de seus educadores. É necessário, no entanto, que escola se conscientize da sua responsabilidade como veículo de transmissão de valores, para a formação de indivíduos de acordo com os princípios éticos presentes nos Valores Humanos.

A educação não deve priorizar apenas a informação dos conteúdos, que sem dúvida é importante, mas também ter como meta a formação moral e ética dos alunos. Dessa maneira, a escola pode assumir o seu papel fundamental de formadora de cidadãos éticos e responsáveis, participantes ativos de uma sociedade mais harmoniosa e justa.

Difundir os Valores Humanos, como princípios éticos fundamentais, para as gerações mais jovens é garantir uma sociedade mais humana e mais justa no futuro. É a soma de indivíduos conscientes da necessidade ética, da prática dos Valores Humanos que torna uma sociedade melhor. Esta é uma forma de conceber a educação como integrada socialmente e ampliada para todos os aspectos do desenvolvimento humano.

Com a compreensão, da importância dos Valores Humanos para o funcionamento harmonioso da sociedade, o professor pode adquirir maior responsabilidade na formação ética de pessoas. O professor realmente comprometido com a sua função de educador deve considerar como responsabilidade pessoal a formação do caráter ético dos alunos.

É a consciência do seu papel fundamental na educação que torna o professor um agente importante na transmissão dos valores fundamentais e um promotor de uma mudança real do indivíduo e da sociedade. O professor que realmente tenha essa consciência e propósito deve fazer questionamentos como: Que seres humanos queremos formar? Educação é cumprimento de um programa curricular? Qual a finalidade mais importante da educação? Qual a função principal do educador?

Cabe também ao educador fazer uma reflexão ampla e profunda sobre a questão dos valores. Quais são os valores determinados pela sociedade e pela cultura em que vive? Quais são os valores que são importantes adotar e seguir? Que valores estão distorcidos? Como os valores distorcidos são divulgados? E de que forma ele compactua com os valores vigentes na sua cultura e no seu meio social?

Nesse processo é necessário que o professor tenha consciência da visão de homem e de mundo e dos valores que adota e que está transmitindo para os seus alunos. Toda visão de mundo carrega consigo os seus próprios valores. Se a visão é materialista, isto é, que tudo consiste de matéria, o valor subjacente é o

material. Logo o professor transmitirá o conceito de que a finalidade da vida é o sucesso material. Nesta visão, o homem vale pelo que tem e não pelo que é.

Se a concepção do mundo e do homem é mecanicista, o modelo é o do "homem máquina" onde o próprio corpo é visto como uma máquina, sem nenhuma relação com o psiquismo. Nesta visão, todos os aspectos mais sutis da realidade, como o psíquico e o espiritual são desvalorizados.

E a função da escola e do professor fica restrita a instrumentalização do aluno para a vida prática. O que tem valor é o desenvolvimento de habilidades para enfrentar as exigências do mercado de trabalho em determinado momento. O valor do respeito às diferenças individuais e do desenvolvimento de acordo com os potenciais de cada um fica esquecido,

A responsabilidade do educador quanto à transmissão da visão de mundo e de homem que carrega os seus valores correspondentes é muito importante, por isso o professor deve examinar que concepção de mundo e que valores está transmitindo. Este fato está vinculado e é determinante na formação do caráter dos alunos.

O educador que arrisca fazer esses questionamentos empreende uma jornada interior de auto-reflexão. Dessa forma, se torna mais preparado para conduzir seus alunos à verdadeira transformação. Isto significa arriscar, criar e trilhar novos caminhos.

O educador consciente da necessidade da auto reflexão e da prática dos Valores Humanos pode proporcionar oportunidades especiais de auto-reflexão também, para os seus alunos. Pode levá-los a conhecer os seus sentimentos e as suas motivações internas e a verificar se elas estão de acordo com os Valores Humanos.

O aluno deve ser lembrado que possui um universo interior e que esse influencia diretamente a sua relação com o mundo exterior. Portanto, é necessário que o professor estimule a busca do autoconhecimento e da auto-reflexão sobre os sentimentos, pensamentos, para que conheça as suas motivações internas.

Os momentos de conscientização dos sentimentos fornecem oportunidades de avaliação honesta do próprio comportamento, se esse está de acordo com os valores essenciais e de mudança. Os momentos de conscientização dos sentimentos e de como os valores estão sendo vividos fornecem importantes informações sobre a própria pessoa.

Através do estímulo à auto-reflexão o professor pode mostrar ao aluno a importância dessa prática para o processo de autoconhecimento e que permite a correção e a transformação dos valores, para que se tornem seres humanos melhores.

É importante que o professor transmita aos seus alunos a importância de sua existência e a sua responsabilidade como ser humano participante da comunidade humana. É necessário que procure despertar nos alunos a consciência de que eles fazem parte de um todo maior, onde, cada ação e atitude individual gera conseqüências e efeitos positivos ou negativos. Dessa maneira, o professor leva o aluno a assumir a responsabilidade social de ser participante de um todo maior.

A educação que inclui no seu programa educacional a transmissão dos Valores Humanos torna mais fácil, ampla e efetiva a função do professor como formador de cidadãos éticos, sadios e responsáveis.

A compreensão sobre o processo educativo é ampliada e visto sobre uma nova perspectiva, como um caminho do auto-conhecimento e de transformação. O estímulo á busca do auto-conhecimento inclui o auto-exame e a observância dos Valores Humanos.

A reflexão sobre os valores deve fazer parte da prática diária na sala de aula, tendo como meta o exame e a correção dos comportamentos, atitudes e principalmente sentimentos ocorridos no dia a dia.

Através do reconhecimento do que é necessário ser corrigido, através da conscientização e prática dos Valores Humanos, da constante atenção ao momento presente e ao compromisso com a autotransformação, uma mudança significativa pode ocorrer nos professores e alunos.

A transmissão dos Valores Humanos se dá principalmente, em um nível não formal, através do exemplo vivo, e não através de "sermões". Devido a essa característica de transmissão e assimilação, é fundamental que o educador se submeta ao permanente auto-exame, na busca de oportunidades de obter maior consciência e consistência entre o que pensa, sente, acredita, fala e faz.

A educação plena é realizada quando o educador se torna coerente. Quando sua essência transparece na sua existência. Quando o que pensa coincide com o que é, quando o que fala coincide com o que sente e faz.

Educadores são modelos de comportamento, por excelência. Portanto, é importante saber que modelo humano o professor está transmitindo aos seus alunos em formação. Quem não se lembra de um professor que inspirava admiração e cujas características se desejava reproduzir.

A educação nos Valores Humanos implica na ampliação da consciência dos professores e alunos sobre si mesmos, possibilitando a gradativa mudança interior e exterior na relação com o mundo.

Uma das principais funções do professor é mostrar ao educando que ele é um ser em transformação, e que ele também pode vir a ser um agente transformador, através das suas próprias experiências e comportamentos cotidianos. A educação em Valores Humanos tem como finalidade auxiliar as crianças e os jovens no processo de formação pessoal, para que busquem o seu aperfeiçoamento como seres humanos.

O processo educativo deve estimular o indivíduo a conhecer e a desenvolver os seus dons, realizando o potencial de sua personalidade no mundo a serviço de seu próprio crescimento e a serviço do outro. Desta maneira, o educador pode contribuir para o desenvolvimento de pessoas destinadas a exercerem seus projetos de vida e de alma com alegria e sabedoria e para o desenvolvimento de adultos conscientes da sua responsabilidade social e humana.

Esta orientação auxilia as crianças e jovens a desenvolverem a autoconfiança, a aprenderem a refletir sobre as questões importantes da vida, a tomarem decisões com responsabilidade, a agirem com respeito a si e ao outro, a

cultivarem a autodisciplina e a cuidarem do meio ambiente e do planeta.

A ampliação do processo educativo através dos Valores Humanos possibilita a reconstrução da visão humanista na educação, a revalorização do homem. Educar, dentro de um contexto humanista é guiar, estimular e orientar o processo de transformação e desenvolvimento do potencial humano que se encontra latente em cada aluno.

A educação nos Valores Humanos é de caráter humanístico pois, envolve o despertar do interesse pelo auto-conhecimento e a motivação pela transformação constante, como um ciclo de auto renovação.

A educação nos Valores Humanos não exclui ou desvaloriza a informação e o desenvolvimento intelectual, mas complementa-os. Deve estar aliada à informação dos conteúdos das matérias, para que o professor possa cumprir a sua tarefa de educador, de formador de seres humanos integrados. Desta forma, o educador amplia o seu papel e pode contribuir para a formação de cidadãos mais conscientes e responsáveis e comprometidos consigo mesmos e com o outro.

Quando o professor é consciente de sua importância no processo educativo como transmissor de valores que fazem parte de uma visão humanística de homem e de mundo, ele se torna um verdadeiro agente da transformação, possibilitando a mudança dos valores vigentes distorcidos.

Dessa maneira, pode contribuir para a criação de um campo mais favorável de desenvolvimento, de modelos mais harmônicos de homem e de relacionamentos mais saudáveis e criativos com o mundo. A função primordial da escola e do educador é realizada quando forma o caráter das crianças e jovens de acordo com os Valores Humanos.

Como nos mostra Sathya Sai Baba: "O destino de um país se decide pelos ideais que professores e educadores, por meio do fortalecimento do caráter, cultivam nas mentes das crianças que estão sob seus cuidados."

Sugestões para reflexão e transformação do professor de acordo com os Valores Humanos

Ao longo de sua vida profissional, quantos alunos um único professor atende? Quantas pessoas ele pode auxiliar no processo de humanização, através da transmissão dos valores corretos? Esta constatação é importante para que o professor entenda a importância da educação e dos valores que transmite para os seus alunos.

É importante o professor examinar as situações nas quais pode expressar identificações com valores distorcidos da sociedade, sem ter consciência. Estar atento para quais são os valores e modelos de conduta que transmite continuamente aos alunos.

Procurar mudar a sua atuação como professor, a partir de um nível mais consciente, para tornar mais eficaz a sua atuação como agente de mudança e

transmissor dos valores humanos. Através da reflexão o comportamento pode ser corrigido e dessa forma, é possível se alcançar a atitude de coerência entre o que pratica e o que ensina.

Procurar obter níveis crescentes de coerência, fazendo com que suas atitudes e comportamentos reflitam suas crenças e valores atuais.

Examinar os modos cristalizados de comunicação com os alunos, que possam estar contaminados com valores coletivos distorcidos (por exemplo, questão da autoridade) Exercitar o desprendimento dos pensamentos e comportamentos condicionados favorece as mudanças e o aprendizado do novo.

Rever os modos cristalizados de avaliar seu papel como educador, principalmente, condicionando o valor recebido pelo seu trabalho como prova da validade ou valor da sua função.

Aproveitar cada oportunidade que se apresenta na sala de aula ou na sua vida, para fazer reflexões que levem à correção dos próprios valores. Com este objetivo o professor pode adquirir o hábito de questionar: o que eu posso aprender e melhorar com esta situação?

O que significa esta atitude? O que posso aprender com esta situação? Como me sinto em relação a isso? Como poderia mudar?

Atitudes que devem ser desenvolvidas pelo professor

O processo de autoconhecimento está intimamente ligado ao nível de consciência, de percepção dos sentimentos e de coerência que o educador poder demonstrar entre o que sente e o que pratica. O autoconhecimento deve envolver a consciência sobre os valores e a sua prática, assim como a transformação dos valores condicionados e a reformulação dos valores distorcidos.

Cultivar a atitude de humildade. Compreender que sempre há oportunidade de aprendizado, para o professor, a partir da escuta interessada pelo que os alunos têm a dizer. Todo fato que ocorre na sala de aula, ou que os alunos trazem, pode inspirar alguns questionamentos e correção dos próprios valores. Com humildade e aceitação o professor pode aprender todos os dias o que é preciso para exercer a atitude correta.

Cultivar a atitude de compreensão. Procurar compreender que o que está sendo mostrado ou reivindicado através do comportamento do aluno.

Cultivar a atitude de observação e de atenção diante do que lhe é mostrado através de detalhes sutis, como comportamentos e sentimentos expressos pelos alunos. Tudo que o que acontece na sala de aula é um sinal que deve ser observado com atenção, para que seja possível perceber o que é importante no momento presente e o que exige correção. A atenção plena é a manifestação de um alto nível de integridade da presença do professor junto aos alunos.

Cultivar a paciência e o respeito por cada aluno. Compreender que existem diferentes modos e ritmos presentes no processo de aprendizado. A paciência exige o desenvolvimento de valores correlatos como a atenção, a dedicação, a calma e a tolerância.

Cultivar o equilíbrio. Procurar não agir automaticamente, mas, escolher conscientemente, a resposta mais adequada, amorosa, objetiva e eficaz para cada situação.

Cultivar a honestidade. Ser verdadeiro e transparente em suas relações com os alunos, pares e superiores. E, sobretudo, consigo mesmo. A honestidade é o valor que exige a reflexão e a análise objetiva do significado do próprio comportamento e atitude. Para cultivar a honestidade é necessário também, o exercício dos valores da coragem, justiça e coerência.

Sugestões de trabalho em sala de aula com os Valores Humanos

Espelhando a singularidade

Uma linha de ação para o cultivo dos Valores Humanos em sala de aula é aproveitar as oportunidades que se apresentam para espelhar, mostrar a singularidade de cada aluno. Isto pode ser obtido da seguinte forma:

Reconhecer os talentos. Perceber e estimular a exploração e o desenvolvimento das potencialidades de cada aluno. Auxiliar a criança a perceber que cada pessoa possui um talento particular e que cada talento tem o seu valor. Mostrar a contribuição de cada indivíduo, com seus diferentes talentos na construção do todo social e cultural.

Descobrir e estimular habilidades adormecidas. Criar oportunidades para a experiência de atividades novas que estimulem a criatividade. Ex: canto, mímica, desenho, teatro, redação, dança. O professor pode ser o mediador e facilitador destas descobertas encorajando e destacando as habilidades afloradas nestas experiências.

Atividades. Mostrar como todos os órgãos e partes do corpo tem a sua função específica no funcionamento sadio e harmonioso do corpo humano como um organismo. Os alunos podem representar as diferentes partes do corpo e perceber a sua integração e funcionamento harmônico. E como a deficiência de um órgão prejudica o funcionamento do organismo total.

Mostrar a importância das diferentes profissões, desde as mais humildes as mais importantes, para o funcionamento harmônico da sociedade. Os alunos podem representar as diferentes profissões e perceber a importância de cada uma.

Estas atividades podem ajudar o aluno a perceber a importância dos talentos e das diferenças individuais para o funcionamento do todo social. O aluno pode descobrir como as diferenças acrescentam e não atrapalham. Dessa forma, ele pode se libertar do sentimento de querer ser igual ao outro e valorizar aquilo que é.

Ensinar a apreciar o processo e não somente o resultado final

Estimular a satisfação que o aluno pode obter em cada passo da aprendizagem. Mostrar que o resultado é apenas a consequência de um processo de aprendizado.

Mostrar respeito ao ritmo de cada um na execução de cada tarefa. A criança quando é respeitada no seu ritmo e na sua diferença ela aprende a respeitar a diferença do outro.

Cada atividade executada na sala de aula pode servir como exemplo para mostrar as diferenças do ritmo e as facilidades e habilidades de cada um.

Respeito ao outro, as regras e leis e limites

O desenvolvimento emocional saudável da criança requer o estabelecimento de limites, que tanto são parâmetros que a orientam no respeito as regras e leis e a o outro, quanto são a expressão de que ela é importante. O reconhecimento dos limites é necessário e saudável pois, prepara o jovem para a vida em comunidade. A falta de limites muitas vezes é sentida como desinteresse, desproteção e falta de amor. Negligenciar a necessidade de ordem e limites promove hostilidade e angústia.

As crianças e os adolescentes aceitam a autoridade e a colocação de limites quando o estabelecimento de regras é feito com clareza e coerência. Quando há uma relação de confiança e afeto entre eles e a figura de autoridade. Observa-se que a falta de assertividade e a ambigüidade com relação às leis e normas contribuem para os comportamentos de indisciplina e o desrespeito.

O estabelecimento dos limites pode ser trabalhado através da sensibilização para o respeito aos direitos do outro, e através da construção do auto-respeito. É importante fazer a ampliação da consciência dos limites da situação particular para o geral, para a sociedade como um todo, pois, sem limites claros obedecidos, a desordem social se instala. Por exemplo, mostrar os limites através da observância às leis de trânsito.

A aceitação dos limites pressupõe o desenvolvimento do discernimento entre desejo e necessidade. A criança precisa ser educada para saber diferenciar o que é essencial e supérfluo na vida. Ou seja, o que é necessidade e o que é um desejo, um capricho.

Atividade: Pedir para que os alunos relacionem tudo que desejam ter. Depois, na lousa fazer duas colunas: Desejo-Necessidade, onde o professor vai escrever e questionar, diante da lista dos alunos o que é considerado desejo e o que é uma realmente uma necessidade.

Ajudar os alunos a discernir o que é essencial do que é um simples capricho e porque este desejo se torna tão importante em alguns momentos, o que acompanha este desejo, o que significa este desejo. Um tênis, por exemplo, é essencial para poder correr, fazer esportes, proteger e evitar contusões. Um Tênis da marca "X" revela a preocupação com o status e não apenas o conforto e qualidade.

Desenvolvimento da Autonomia-Soberania

Autonomia é a capacidade de tomar decisões e assumir responsabilidades. Os pais e professores são responsáveis e exercem a soberania sobre as crianças, são soberanos sobre as decisões, enquanto elas não são ainda capazes de lidarem com estes recursos internos. Mas, a cada fase do desenvolvimento as crianças e jovens devem ser incentivadas a aprimorarem e desenvolvem a autonomia e a responsabilidade. Exigir que a criança assuma autonomia e responsabilidade precocemente, prejudica o amadurecimento e o desenvolvimento de suas capacidades.

A exigência deve acompanhar a capacidade da criança e do jovem de realizar determinada tarefa e ser responsável pelo que faz. A opção, por exemplo, de usar ou não uniforme, freqüentar ou não a escola, não são assuntos para a criança decidir. A criança não tem discernimento suficiente para saber escolher, deve ser orientada, portanto, através do esclarecimento das razões sem, contudo, delegar-lhe o poder de decisão.

Ensinar a lidar com os sentimentos de medo, culpa e raiva através dos Valores humanos

A educação voltada para o desenvolvimento dos Valores Humanos no processo de auto-conhecimento, valoriza os sentimentos como meios através dos quais os sentimentos essenciais possam ser reconhecidos e compreendidos. Os sentimentos essenciais são muito importantes para a recuperação dos valores humanos e para a humanização do homem. No entanto, são muitas vezes nega-

dos ou não reconhecidos.

O professor deve estimular e permitir ao aluno expressar esses sentimentos de forma adequada. Na educação convencional esses sentimentos costumam ser reprimidos porque o professor não sabe como lidar com eles.

Os sentimentos essenciais que devem ser estimulados a serem percebidos.

Amor é o sentimento que nos humaniza.

Alegria é o sentimento que traduz a sensação de bem estar e satisfação.

TRISTEZA é o sentimento que nos ajuda a perceber que “algo não vai bem”, algo esta fora de equilíbrio.

RAIVA é o sentimento que nos auxilia a perceber que “algo” nos desagrada, nos fere, como um alarme que avisa uma “invasão”.

MEDO é o sentimento que vivenciamos em confronto com o desconhecido, o sentimento que nos avisa do perigo, mas que em excesso nos paralisa.

Quando essas emoções; Amor, Alegria, Tristeza, Medo e Raiva, não são expressas, sentimentos secundários surgirão disfarçados, como emoções distorcidas que encobrem as emoções naturais.

Os disfarces mais típicos para a negação desses sentimentos são:

Para o medo: ansiedade, fobia, inadequação, culpa, vergonha, ciúme.

Para a tristeza: depressão, ressentimento, mágoa.

Para a raiva: culpa, ódio, inveja, ciúme, vingança.

Ajudar a criança a reconhecer o que sente e como manifestar e agir em cada situação dentro de um parâmetro ético. A consciência gradativa destas emoções evita o desenvolvimento de atitudes de dissimulação, de covardia ou do estabelecimento de patologias como depressão, fobia, ansiedade.

Em uma situação, por exemplo, em que uma criança bateu na outra. Neste momento é importante perguntar o que ela sentiu. No caso da resposta ser raiva, perguntar o que a fez sentir raiva, e fazê-la compreender o que é a raiva e qual é a melhor maneira de lidar com esta emoção. Ao invés de fazê-la parar e reprimir o comportamento sem a compreensão do mesmo.

Esta prática propicia o exercício da reflexão, da auto-análise, do auto-conhecimento e da escolha da ação-correta.

Eliminação da resposta condicionada

A atenção constante na experiência em que se vive é fundamental para

não se responder automaticamente. A falta de atenção é fator desencadeante de erros e injustiças. Quando se responde a determinada situação de forma automática se reage a um repertório conhecido e não ao contexto específico no qual acontece o fato e não é dado o devido respeito e atenção que a pessoa merece. A atenção que o professor dispensa a cada aluno pode servir de exemplo de respeito e atenção ao outro.

Aplicação dos Valores Humanos nas situações práticas da sala de aula

Como lidar na prática com os Valores Humanos em situações de indisciplina, conflito ou crítica.

Aproveitar esses momentos para falar dos valores humanos, mostrando como a correção de atitudes é mais construtiva

Falar com firmeza e convicção, porém usando o Valor Humano Amor.

Mostrar o significado do ocorrido. Esclarecer quais os valores que estão envolvidos, como a Não-Violência na situação e propor um novo olhar e sentido.

Mostrar a atitude que represente um modelo mais construtivo, agregador e amoroso, diante do aluno. Mostrar a importância do valor Paz e dos seus valores correlatos.

Discutir os sentimentos que decorrem das diversas formas de reagir e as conseqüências das diversas formas de atuar.

Discutir a repercussão dos sentimentos, comportamentos e eventos ampliando para a perspectiva do grupo todo, escola, família, bairro, país, planeta.

Promover o hábito da auto-análise nos alunos, propiciando momentos de recolhimento.

Sugestões de ações práticas para o educador

O professor pode fortalecer e estreitar o laço da família com a escola ao promover maior concordância entre os dois ambientes quanto a orientação fornecida sobre a educação dos Valores Humanos.

Convidar os pais a conhecer melhor a Escola de seu filho. Mostrar como a escola trabalha e como está promovendo o trabalho sobre os Valores Humanos.

Valorizar e apoiar os pais como parceiros na educação e na transmissão dos Valores Humanos. Mostrar a necessidade fundamental da atenção dos pais na constante na correção dos valores fundamentais.

Mostrar como a parceria da família com a escola é uma ajuda valiosa para a transmissão dos valores e como prevenção a associação do jovem com as ditas

"más companhias" na adolescência.

Mostrar aos pais a importância dos Valores Humanos para a educação e para a sociedade.

Conscientizar sobre a importância dos pais como modelo na formação do caráter do filho e na transmissão do sistema de valores.

Indicar a necessidade de promover e reforçar em casa a reflexão e a prática dos Valores Humanos.

Levar os pais a tomarem consciência da influência dos valores no comportamento das crianças e adolescentes. Os valores cultivados precocemente contribuem para a formação ética que leva a uma vida harmoniosa e feliz. O comportamento da criança e do jovem reflete os valores dos pais e da escola.

O professor deve se perguntar constantemente "Como os alunos se sentem?" Eles se sentem acolhidos? A escola tem sido acolhedora e receptiva? Eu, como professor, tenho sido acolhedor e receptivo ao aluno? Que modelo tenho sido?

Lembremos que a educação inclui o clima emocional em que ocorre a socialização e o aprendizado. Atos educativos específicos só terão eficácia no contexto de uma relação emocional apropriada.

A afetividade é um valor fundamental para um bom aprendizado. Não existe memória sem emoção e afeto. Não há memória ou tomadas de decisões neutras, sem emoção. Cabe ao professor deixar uma memória afetiva da boa relação que teve com os alunos e dos valores que transmitiu.

Capítulo 6

O Valor Absoluto do Amor

*O amor em pensamento é verdade
Amor em ação é retidão
Amor como sentimento é paz
Amor como compreensão é Não Violência*

Sathya Sai Baba

O Amor é a energia inesgotável que põe a vida em movimento, é a força de criação, de transformação, de coesão e de sustentação da vida. É a energia vital. É o princípio que governa e ordena.

O Amor é a energia de unidade e de integração presente no universo que tudo une. O Amor é a capacidade de perceber a unidade que existe na diversidade. Através do Amor é possível unir os mundos mais diferentes e mais distantes. Quando se vive o amor, é possível se perceber a ação unificadora e restauradora que acontece nas relações.

O Amor revela a beleza que existe na vida e no outro, permite, que o ser humano conheça mais profundamente o semelhante e que se deixe revelar, na dimensão sagrada e transcendente da alma.

O Amor é a pulsão fundamental do ser, a energia que impele toda a existência a se realizar na ação. É o amor que atualiza as virtudes do ser. É a força que alimenta a alma, a psique. É a ordem, a harmonia. Onde não existe amor a desor-

dem se instala, onde existe amor surge a ordem. Amor é a força que concilia.

O amor é a alavanca que gera mudanças, desenvolvimento, transformação e conquistas. O amor flui a partir da verdade, ou seja, da sabedoria interna, do coração e da alma. O amor revela o aspecto sagrado, profundo e transcendente do ser.

Segundo Platão, a compreensão da natureza do homem é inseparável da natureza de Eros, do amor. Compreender o amor é compreender o homem e conhecer o homem é conhecer Eros. Para Platão o homem é Eros. É o estado erótico de desejo do outro. É o impulso positivo em direção ao outro. É a busca de plenitude, da harmonia, de encontro que fundamenta todos os Valores Humanos

Os Valores Correlatos do Amor

Alegria - estado natural da alma que inunda a mente e o coração e nos torna abertos para a vida e para o outro. Ligada ao reconhecimento do valor das coisas, a alegria é o estado genuíno que permite ver o lado positivo que reside em tudo. A alegria está relacionada à auto-estima porque tem origem no reconhecimento do que é bom em si mesmo e no outro. Segundo Sai Baba o homem deve procurar a fonte interna de alegria. É uma fonte que nunca falha porque é divina.

O estado de alegria por trazer completude tende a não valorizar a falta. Está também associada à necessidade de doação; quando se está alegre, se doa alegria, e se recebe de volta. A alegria leva a procura da luz, do lado mais leve, inocente e espontâneo, de cada situação. Com disse o poeta Mário Quintana: "O sorriso enriquece os recebedores sem empobrecer os doadores."

Amizade - Sentimento de união e de aceitação do outro. Ligada à empatia e simpatia, a amizade se desenvolve através da dedicação. Pressupõe uma atitude de receptividade, boa vontade e disponibilidade para doar ao outro o que ele necessita.

Ser amigo é ter uma atitude amável diante do outro. A amizade é reconhecida através do sentimento profundo de solidariedade, do desejo de beneficiar o outro e de confiança. Sai Baba recomenda não manter relações com aqueles que semeiam temor e dúvida.

Caridade - É o exercício do amor, da ajuda para alívio do sofrimento do outro. Doação e compaixão para com o próximo. A pessoa caridosa tem como meta ajudar, sem esperar recompensas pela dedicação oferecida. O próprio ato de doar promove o sentimento de realização e de satisfação interior. Segundo Sai Baba os recursos devem ser usados para fins retos.

Compaixão - É a capacidade de comungar com o outro e aceitar os seus erros. Olhar o outro com os olhos do amor de Deus. A compaixão tem relação com a empatia e a caridade e é distinta da piedade. Segundo Sai Baba a compaixão é a experiência emocional que surge do coração puro, cheio de amor e que deixou de pensar somente em si mesmo.

Ser compassivo é sentir e receber o outro de coração aberto, com disposição para o perdão. A compaixão é uma virtude que nos aproxima da compreensão do sofrimento do outro.

Compreensão - É a aceitação com a mente e o coração da motivação do outro. É a tentativa de olhar do ponto de vista da outra pessoa para compreender os seus motivos. Envolve simpatia, generosidade, compaixão e amor. A compreensão implica no profundo entendimento das motivações e limitações do outro, o que facilita o perdão. Sai Baba recomenda evitar a censura e o apontar da falta do outro. A reflexão sobre as próprias faltas, leva a auto-correção e a um mundo mais justo e correto.

Comprometimento - É o cumprimento da intenção em palavras, sentimento e ação. É a fidelidade aos acordos tratados. O comprometimento está ligado à dedicação, pois só pode haver comprometimento havendo dedicação.

Dedicação - É o amor e crença por uma causa, por uma atividade, pessoa ou propósito, que leva ao investimento afetivo constante. É a ação que envolve a consciência ética do dever, do empenho em fazer o melhor possível.

A pessoa dedicada possui uma meta, um foco e entrega-se ao que tem de fazer, fazendo bem feito, com a alma e com amor. O sentimento decorrente é de satisfação e alegria. "Tudo o que merece ser feito, merece ser bem feito," diz o ditado. Sem dedicação, não há progresso e criatividade. A dedicação ao fim que se propõe gera mais conhecimento e o desenvolvimento do potencial interno.

Generosidade - É a capacidade de doar bens afetivos, intelectuais, espirituais e materiais ao outro, sem expectativa de retribuição ou de resultado. Essa é a generosidade verdadeiramente amorosa. Doar amor através do conforto afetivo e das palavras.

A generosidade, geralmente está relacionada com o amor e visa aliviar o sofrimento do outro. A generosidade sempre é motivada pelo amor, no entanto, deve implicar em discernimento. Generosidade sem discernimento é indiscriminação, pode levar à desvalorização e desperdício do que é oferecido.

Gratidão - É a capacidade de reconhecer aquilo que recebemos de bom. A gratidão pode ser entendida, ainda, como um estado de atenção ao outro, de reconhecimento de um simples ato ou gesto. A gratidão leva ao desenvolvimento do amor. Pessoas não gratas não são amorosas.

A gratidão é a base do amor. Somente pode ser grata a pessoa que sabe amar. Pessoas invejosas não conseguem reconhecer a bondade do outro e o que o outro possui de bom.

A gratidão é a atitude que revela desenvolvimento psicológico e espiritual, pois, permite reconhecer que até mesmo as dificuldades, possibilitam transformações e crescimento.

Perdão - É a libertação da mágoa e do rancor em relação ao outro. Perdoar é se libertar da percepção do erro do outro, procurar compreender suas motivações e limitações. Quem não perdoa não se liberta dos ressentimentos e mágoas, alimentando ódio e sentimento de vingança.

Aquele que sabe perdoar e também sabe pedir perdão com sinceridade, demonstra humildade e evolução espiritual. A vaidade é o maior obstáculo para o perdão.

Simpatia - É a abertura e aceitação amorosa do outro. É a conexão com o lado mais luminoso e saudável do outro. A simpatia está ligada à auto-estima e à empatia, à capacidade de nos colocar no lugar do outro. A simpatia envolve amor e receptividade ao outro. A pessoa simpática atrai os outros pelo amor que emana.

Igualdade - É a percepção, além das aparências, do que nos une enquanto seres humanos. O sentimento de igualdade determina a orientação do sentimento para empatia com o outro e para o desejo de ajuda. Os seres humanos são iguais na essência espiritual. As diferenças são a manifestações das características individuais e pessoais, das crenças e culturas distintas.

Devoção - Devoção é entrega amorosa, que não deve ser confundida com fanatismo. Ser devoto é fazer de cada ato uma celebração do Amor. Devoção é um sentimento religioso de amor e fé. Segundo Sai Baba, a devoção envolve a paz espiritual, que protege o devoto do êxito e do fracasso, da vitória ou da derrota.

Espírito de renúncia e sacrifício - É o abdicar de algo, para a obtenção de um sentido mais nobre e amplo na vida. O sacrifício de um prazer efêmero pode proporcionar mais alegria, do que a sua satisfação, por mais intenso que possa parecer. Como disse o filósofo francês Jean Jacques Rousseau: "Triste daquele que não sabe sacrificar um dia de prazer em prol de seus deveres para com a humanidade."

Colocando em Prática o valor AMOR e seus valores correlatos:

*Iniciem o dia com amor.
Vivam o dia com amor.
Preencham o dia com amor.
Terminem o dia com amor.
Esse é o caminho para Deus.*

Sathya Sai Baba

Momentos de reflexão para professores e alunos

Sugerir que cada aluno reflita em casa sobre as questões:

O que entende por amor.

O amor é um sentimento necessário? Porque?

É possível o ser humano viver sem amor? Com seria um mundo sem amor?

Como cada pessoa expressa o amor?

Tem sido uma pessoa amorosa nas suas relações?

Tem dificuldades em demonstrar amor?

Quais são essas dificuldades?

2. Elos de corrente. Com os alunos em pé, pedir que se aquietem e se concentrem, entrelaçando os braços uns com os outros, de modo que se forme uma grande corrente. Alertar para que haja delicadeza a fim de que ninguém se machuque. Quando a “corrente” estiver firme, sugerir movimentos (para um lado, para cima ou para baixo, caminhar lentamente, etc) de forma que todos façam harmoniosamente e mantenham o equilíbrio.

Finalidade da atividade: Mostrar como o amor pode unir em uma grande corrente as pessoas e criar harmonia e entusiasmo para um objetivo comum.

3. Correio Elegante - Dia do Amigo: Disponibilizar uma caixa para que as crianças deixem mensagens carinhosas umas para as outras.

Finalidade da atividade: Levar as crianças a perceberem o sentimento de satisfação e de alegria que traz a expressão e a demonstração do amor.

4. Dinâmica de Feedback – Disponibilizar uma folha de sulfite para cada aluno, durex/fita crepe e caneta/lápis. Instruir os alunos a escreverem na folha de papel 5 qualidades que acreditam possuir.

Em seguida, prender a folha nas costas, na altura do colarinho, de modo que o verso em branco fique voltado para fora. Instruir que todos escrevam nas costas de todos os participantes, as qualidades positivas que identificam no colega.

Em geral, forma-se uma corrente, “trenzinho” durante a dinâmica, criando maior proximidade entre os alunos. Quando todos tiverem terminado, permitir tempo para que leiam o que foi escrito e comparem com sua auto-percepção.

Notar que o próprio ato de escrever nas costas do colega pode ser interpretado como um “carinho” também. Dependendo da idade dos alunos, pode-se esclarecer que o que vemos no outro também corresponde a uma característica que temos. Isso ocorre tanto quando identificamos qualidades quanto “defeitos”.

Finalidade da atividade: levar os alunos a aprenderem a reconhecer as qualidades que existem no outro. Exercício da generosidade.

Capítulo 7

Valor Absoluto da Paz

*Se tiver um mau pensamento
não o compartilhe com um
fraco, sussurre-o á sua sela e
cavalgue cantando.*

Rei Alfredo de Wessex

A paz é a base da felicidade humana. É o estado de silêncio interno preenchido com a verdade. Eliminar todo tipo de desordem, de barulho interior é o passo necessário para a conquista da paz. Como comenta o Dalai-Lama: "A paz interior é a principal característica da felicidade, não pode coexistir com a raiva, sem que uma arruíne a outra."

A Paz pode ser definida como uma forte motivação presente na vida, o impulso para alcançar a tranqüilidade emocional, o estado de contentamento mental e de harmonia consigo mesmo e com o mundo.

A Paz geralmente leva a um estado mental de calma interior que possibilita a conexão com aquilo que temos de mais profundo e essencial em nós mesmos e a um nível de consciência mais elevado. O reconhecimento de que o estado de paz interior se reflete no exterior leva a sua busca e se reflete nas relações com os outros e com o mundo que se tornam mais harmoniosas.

Segundo Sai Baba, para se conseguir a Paz é necessário purificar e disciplinar a mente. Somente se conhece Deus com a mente em Paz e purificada.

Valores Correlatos da Paz

Autocontrole - Controle na expressão dos impulsos e das emoções negativas. Somente tem autocontrole a pessoa que conhece seus impulsos negativos e têm consciência da importância da disciplina mental e do autoconhecimento para uma atuação mais pacífica e coerente no mundo.

A análise sistemática de “por que estou me sentindo assim?” é um passo interessante para que se possam buscar as motivações internas para a intranquilidade. Desta forma, a pessoa pode descobrir os motivos internos e escolher respostas mais positivas diante de determinada situação, manifestar autocontrole e assim, buscar integrar a busca de autotransformação e de coerência interna.

Calma - Conhecimento e combate de tudo aquilo que leva a intranquilidade interior e exterior. A calma é um estado de espírito que abre possibilidades de novos caminhos mais pacíficos. A calma traz lucidez e serenidade para o enfrentamento de situações difíceis e conflituosas, traz soluções para os problemas. Segundo Sai Baba a paz perfeita surge quando se elimina o aborrecimento, a inveja, a cobiça e o ódio.

Contentamento - Alegria e gratidão por tudo aquilo que recebemos. Estar contente é estar satisfeito, alegre e em paz nas diversas situações da vida e com o nosso momento presente. Para se conseguir um estado de contentamento Sai Baba recomenda não estimular a luxúria, não reforçar o desespero e não multiplicar as necessidades.

Paciência - Aceitação do outro e do tempo para a maturação das coisas. Ter paciência para confiar no fluxo normal da vida. Saber que tudo tem a hora certa e o momento certo. Aquele que é paciente consigo mesmo, terá paciência com o outro. Com paciência os problemas são superados de maneira mais leve, com esperança, fé, e em um estado interior de paz. Como afirma Sai Baba: “Quem acumula paciência e mansidão diminui seus ofensores e aumenta seus protetores.”

Silêncio interior - Direção do fluxo mental para o interior, com o objetivo de diminuir o “ruído” interno. É a busca do equilíbrio e o alcance da sensação de plenitude e de paz. Através do silêncio interior e do esvaziamento da mente, é possível se manter contato com a nossa essência e com o universo.

Para isto, é importante purificar a mente das emoções negativas, transformando-as, ao invés de negá-las. O silêncio interior acalma os pensamentos e as emoções que afligem a nossa mente e a nossa alma. Segundo Sai Baba, é apenas nas profundezas do silêncio interior que a voz de Deus pode ser ouvida.

Tolerância - Respeito e serenidade na aceitação de pontos de vistas diferentes. Ser tolerante possibilita o exercício de amor ao próximo em sua singularidade, aceitando-o da maneira que ele é. A tolerância pode levar a apreciação verdadeira do que é diferente de nós. Sai Baba recomenda o afastamento das pessoas más e a não-resposta às suas provocações.

Tranqüilidade - Equanimidade diante do sofrimento e da alegria. Estar tranqüilo é estar em paz consigo mesmo em todas as circunstâncias da vida. É ter confiança no fluxo normal do Universo e a consciência da transitoriedade de todas as coisas.

Sai Baba recomenda a purificação do coração dos pensamentos, sentimentos, emoções e palavras e o fortalecimento dos impulsos nobres, dessa forma, nada poderá tirar a sua estabilidade e sua paz.

Concentração - É a base necessária para poder se examinar, assimilar ou executar algo. A concentração nos leva à compreensão e a vivências mais profundas. Através da concentração em tudo o que realiza a pessoa terá resultados mais satisfatórios e eficazes.

Concentrar-se é colocar a energia da dedicação em tudo o que se faz. Segundo Sai Baba a concentração consiste em sintonizar a estação exata: o amor, em sintonizar-se para entender a realidade e a bem-aventurança que confere uma audição clara e feliz.

Auto-aceitação - Conhecimento e valorização dos talentos e qualidades pessoais. Envolve também, o conhecimento e a aceitação dos próprios limites e das limitações. A auto-aceitação, leva ao desenvolvimento da auto-estima e ao amor por si mesmo. A auto-aceitação também favorece a aceitação do outro.

Auto-estima - A ausência da auto-estima deprecia o indivíduo e traz tristeza e depressão. A auto-estima proporciona uma melhor relação consigo mesmo e com o outro. Desenvolver a auto-estima é aprender a reconhecer o que existe de bom e de valor em si próprio, é valorizar a própria vida.

A auto-estima é alcançada quando se transfere a identificação com o ego para a identificação com a alma. A identificação com o ego é superficial, e porque está baseada em imagens ilusórias, em falsos valores, sempre traz intranqüilidade interna. A identificação com a alma, leva ao reconhecimento da essência de cada, a sua valorização e a auto-estima e a paz.

Desprendimento - É o desapego das convenções sociais, da opinião pública, dos condicionamentos culturais e familiares, dos hábitos. Estes apegos nos submete a valorização de banalidades e a falta de autenticidade. Sem desprendimento das convenções, não há transformação, pois o apego entorpece o ser.

Ser desprendido é assumir a liberdade de ser quem se é, e estar em paz consigo mesmo. O desprendimento dos aspectos materiais significa valorizar o que realmente tem importância e a confiança na vida.

Autoconfiança- É a energia que nos anima e assegura a vitória sobre as dificuldades individuais e a vencer as situações desafiadoras. A auto-confiança traz coragem e força diante da vida. Segundo Sai Baba a autoconfiança gera um grande poder interno.

1. Sujestões para reflexão

Como você define o que é a paz?

Você se reconhece como uma pessoa pacífica?

O que mais lhe tira a calma? Porquê?

Tem manifestado descontrole na manifestação de emoções negativas?
Como se sente depois dessas manifestações?

Tem manifestado calma diante de situações difíceis?
Como tem se comportado?

Sou uma pessoa alegre e contente comigo mesmo?

Tem se mostrado impaciente freqüentemente com os outros?
Como manifesta a sua impaciência?

Tenho manifestado aceitação e tolerância com as diferenças do outro?
Como reajo a pontos de vistas diferentes do meu?

Tenho conhecimento das minhas qualidades e talentos pessoais?
Valorizo essas qualidades e procuro desenvolvê-las?

O que você reconhece que existe de bom em você?

Reconhece o que existe de bom no outro?

Valoriza essas qualidades do outro?

Costuma se sentir auto-confiante?

O que costuma tirar a sua auto-confiança?

O que você faz para recuperar a auto-confiança?

Capítulo 8

Valor Absoluto da Ação-Correta

*A excelência moral é fruto do hábito.
Tornamo-nos justos por praticar atos
justos; comedidos por praticar atos
comedidos; corajosos por praticar atos
corajosos*

Aristóteles

A Ação Correta é o ato que conduz o ser humano a realizar atividades que são benéficas para si mesmo, para o outro ou para a sociedade. A prática da Ação-Correta surge do fortalecimento do caráter e da consciência sobre os valores. Quem escuta a voz interna da consciência sempre escolhe a melhor ação e assim pode transformar o seu comportamento e o a sua relação com a vida.

A Ação-Correta e a Verdade estão intimamente relacionadas, porque seguir a Verdade é fruto de uma reflexão e de uma escolha que sempre conduz à Ação-Correta, como a falta de reflexão, de uma escolha consciente ou impulsiva leva ao erro na ação. A consciência interna sobre o certo e o errado é o guia real para determinar, qual o melhor caminho a seguir, qual a melhor a ação.

A Ação-Correta exige, inicialmente, o exercício e o esforço constante da vontade para a eliminação das tendências negativas e para que o caráter seja fortalecido e a ação então se torne natural.

Praticar a Ação- Correta exige o desenvolvimento do auto-conhecimento e



que o ato esteja baseado na Verdade. O exercício constante da Ação-Correta leva ao estado de contentamento e de paz interior e ao afastamento dos sentimentos negativos como a dúvida, a insegurança, a raiva, a inveja, o pesar e outros sentimentos semelhantes.

As antigas tradições sempre se referiram a Ação-Correta como o dharma que deve ser observado por todos. A filosofia tradicional hindu sempre falou do “reto agir”, que consiste em agir em nome e a serviço do Atman central do homem, (a alma) embora o ego possa servir como canal ou veículo para o Self.

Valores Correlatos da Ação-Correta

A Ação-Correta pressupõe a consistência nos sentimentos, pensamentos, e palavras e leva ao exercício das outras virtudes correlatas:

Coragem - É a responsabilidade pelas ações e a confiança em si mesmo que leva a ação. Determinação e respeito para assumir o que se é, o que se faz e o que se sente, sem temor ou receio de reprovação. É o afirmar-se como ser no mundo, pressupõe, portanto, a coragem de assumir o ser diferente. É necessário atenção para que a coragem não seja usada para ferir e punir. O respeito a si mesmo e ao outro implica em coragem e na aceitação de limites.

Dever - É a responsabilidade pessoal, que se origina na própria consciência. É diferente do “dever” imposto de fora, ou a obrigação. O reconhecimento do nosso talento, leva ao senso da necessidade de exercê-lo, para o próprio desenvolvimento pessoal no mundo e para o bem de todos. O dever é a consciência da tarefa de cada um, que deve ser desempenhada com prazer para o funcionamento harmonioso do todo social.

Disciplina - É o controle da energia dos impulsos com a finalidade de evitar a dispersão. Envolve valorização e respeito a si mesmo e ao outro. A disciplina demanda comprometimento e fidelidade a tarefa que deve ser feita. Envolve organização do tempo, da energia e dos sentimentos. Sem disciplina, não há continuidade das ações e processos. Está ligada à integridade e ao caráter.

Esforço - É o comprometimento com a vontade, e a responsabilidade em função de uma meta a ser atingida. Pode ser entendido como concentração de energia, dedicação, empenho e investimento. O esforço está intimamente ligado à responsabilidade e ao compromisso consigo mesmo e com o outro. Sem esforço, não há transformação em nenhum sentido.

Ética - Ser ético é a consciência profunda do bem, é o discernimento interno do que é correto e do que não é. Envolve a prática dos valores essenciais e morais em respeito ao outro e a si mesmo. Ética é a atitude de respeito a tudo o que envolve as relações humanas e o mundo.

Segundo Albert Einstein: "A mais importante busca humana é esforçar-se pela moralidade em nossas ações. Nosso equilíbrio interno, inclusive da existência depende disso. Somente o comportamento ético pode dar beleza e dignidade as nossas ações na vida. Fazer da ação ética uma força viva e trazê-la para a consciência é talvez a tarefa principal da educação."

Iniciativa - É o impulso e a coragem para assumir a energia transformadora que motiva ações e atitudes necessárias à transformação e a mudança pessoal e que determina a saída do comodismo. A iniciativa é a disposição que nasce internamente, do coração e assegura o valor da nossa ação, e a consciência de que está a serviço de algo maior. Quando superamos o medo, saímos da inércia e praticamos a ação correta, alcançando o caminho da verdade.

Integridade - É a atitude de honestidade em relação aos próprios valores, é ser e estar inteiro, coeso em relação aos princípios morais. É ter a coragem de ser fiel ao que se é, é o exercício do bom caráter. A integridade exige a eliminação dos conflitos e das dúvidas. Quando vencemos os conflitos, encontramos o equilíbrio e a calma para nos sentir-nos inteiros. A integridade abre as portas para a inspiração e para a voz da intuição.

Perseverança - É o fortalecimento da fé e da manutenção da atitude e da ação em relação ao propósito almejado. Perseverança é a atitude de manter-se firme, fiel ao objetivo e ao compromisso consigo mesmo e com os outros. A perseverança possibilita crescentes níveis de autoconhecimento e de conexão com nossa essência.

Responsabilidade - É o assumir as próprias palavras, sentimentos, pensamentos e ações diante do que nos foi confiado. Inclui a atitude de ser responsável pelo próprio desenvolvimento físico, intelectual, emocional e espiritual. A responsabilidade com o desenvolvimento e com a transformação interior é imprescindível para os que aspiram ser agentes de transformação no mundo.

Respeito - É a atitude de honrar a própria individualidade e a dos outros, reconhecendo as qualidades, os potenciais, assim como as limitações. Reconhecer os próprios limites e os do próximo. A atitude de respeito envolve o reconhecimento da individualidade e da privacidade do outro. O respeito é conquistado, quando a pessoa respeita a si própria e aos outros, então ela se torna respeitável. "Antes de tudo respeitem a vocês mesmos." Pitágoras.

Simplicidade - É a atitude de naturalidade e espontaneidade diante do outro e da vida. Quando se descobre a essência de tudo, se abdica naturalmente, dos excessos. O auto-conhecimento sempre leva ao reconhecimento da essência de cada um e ao desejo de ser fiel a alma, dessa forma, a simplicidade é conquistada.

A simplicidade é a ausência de impessoalidade, de formalidade, onde a pessoa real aparece, sem disfarces ou máscaras. Com a atitude de simplicidade, tudo se torna possível, viável e natural.

Vida Salutar - É a busca por uma forma de vida saudável que envolve a seleção dos alimentos que ingerimos, dos ambientes e das pessoas com quem convivemos. A vida salutar requer a definição dos hábitos de higiene e cuidados com o corpo, com a mente e com o espírito para que a harmonia e o equilíbrio possam ser alcançados.

Amabilidade - É o agir amorosamente na relação como outro, sem a intenção de obter aceitação. A expressão da amabilidade não está relacionada com a intenção de agradar para obter vantagens ou aprovação. A amabilidade é permitir que o amor guie as ações e palavras.

A amabilidade se manifesta como delicadeza, suavidade, empatia e atenção com o outro. A amabilidade significa muito mais que a simpatia e educação no contexto formal social. É a atitude de amor, com o propósito único de proporcionar bem-estar ao outro e de evitar qualquer tipo de sofrimento. "Não importa a causa do seu sofrimento, não firas teu semelhante." Buda

Bondade - É a manifestação espontânea e natural amorosa diante da vida e do outro. A motivação é interna, é o desejo de proporcionar bem estar ao outro, porque reconhece que "fazer o bem faz bem". A bondade traz uma sensação de plenitude, de bem estar e de alegria, pois se reconhece a manifestação da bondade como um bem interno. Através da bondade é possível se entrar na corrente de fraternidade com o outro.

Servir ao Próximo. É o exercício do ato de amor como doação. Para que se sirva ao próximo é preciso o reconhecimento do outro e da sua necessidade. O reconhecimento e o respeito às diferenças e as limitações de cada um, pode mobilizar o desejo de auxílio ao outro.

Honradez - O verbo honrar significa cumprir, ser fiel às próprias crenças. O caráter está acima de qualquer convenção social, raça, classe ou religião. O homem de caráter é o mesmo em toda parte e situação. A honradez desconhece o oportunismo. A honradez é escolher e priorizar a virtude, as boas ações e o caráter em todas as situações

Dignidade - É o respeito a si próprio, pelo outro e pela vida. O homem digno é merecedor da condição humana. A dignidade difunde segurança, respeito, harmonia e admiração.

Prudência - É o exame das possibilidades e conseqüências, antes da manifestação de um pensamento, de uma intenção ou de uma ação. O homem prudente manifesta atenção buscando sempre a melhor maneira de agir, em coerência com a sua consciência.

Limpeza - É a manutenção de idéias claras, de relações francas e do coração puro, eliminando, os preconceitos, os enganos e os sentimentos egoístas que possam contaminar a ação virtuosa. A limpeza também esta associada ao respeito e ao cuidado com o corpo, com o ambiente externo e com aquilo que é patrimônio de todos.

Ordem - É o respeito ao princípio ordenador que rege todas as coisas. A ordem estabelece a harmonia necessária para o bom funcionamento de tudo e todos. A ordem gera a harmonia e a beleza. Traz clareza, facilidade e bem-estar. É o contrário do caos e da confusão mental que se estendem para o ambiente, para a vida e para o trabalho.

Colocando em Prática o trabalho com o valor AÇÃO-CORRETA e seus valores correlatos:

1. Receita de bolo: o professor coloca uma receita de bolo no quadro-negro. Cada aluno pode ser um ingrediente (leite, farinha, ovo, açúcar...). Também pode haver um sorteio. O professor poderá questionar junto aos alunos algumas situações, como: Se faltar leite o que acontece com o bolo? E se faltar farinha?

Após ouvir os alunos o professor trabalhará a importância de cada ingrediente separadamente (individualidade) e em conjunto (unidade). Para que se faça um delicioso bolo é aconselhável que não falte nenhum dos ingredientes. Todos têm seu valor e devem estar na devida "validade", caso contrário, o bolo não ficará gostoso.

Discutir a analogia, ressaltando os valores correlatos da Ação-Correta: higiene (estarmos "limpos", prontos, para o contato afetivo com o outro), respeito (às diferenças e a si mesmo), ordem, prudência, responsabilidade, entre outros.

Finalidade: perceber a interconexão existente entre todos os componentes de um grupo ou comunidade, sensibilizando para a atenção à ação-correta que cada um pode observar, com o objetivo de colaborar com o todo mais harmonioso. Sensibilizar para o reconhecimento da importância da contribuição de cada um, dentro de sua individualidade e talento particular.

2. Elos de Uma corrente.

Dividir o grupo em 4 sub-grupos de igual tamanho. Para cada grupo serão fornecidos 2 materiais, porém todos os grupos deverão entregar os seguintes "produtos" após o prazo de tempo determinado:

1. Uma corrente com pelo menos 5 elos de pelo menos 3 cores diferentes.
2. Um triângulo isósceles com medida exata de 10 cm.
3. Quatro círculos recortados na medida de uma moeda de R\$ 1,00.
4. Bandeirinhas de decorações diversas, com 3 cores diferentes, na medida de 7 X 5 cm cada.

Distribuir o Material da seguinte forma:

Grupo 1 – tesoura e cartolinas verde, amarelo e rosa (uma de cada)

Grupo 2 – uma moeda de R\$ 1,00 e régua

Grupo 3 – cola e lápis

Somente será permitido usar o material distribuído, sendo vetado qualquer outro material.

Observar a dinâmica do grupo, verificando o grau de competitividade X cooperação.

Notar que não é informado que haverá um “vencedor”; sendo essa competitividade uma opção do próprio grupo.

Discutir como os participantes se sentiram, como perceberam seu comportamento, o impulso de colaborar e o de manter para si o material de que disputavam.

Discutir os valores correlatos de: ética, bondade, coragem (de fazer o gesto generoso), iniciativa (idem), ordem, servir ao próximo, amabilidade, respeito e perseverança.

Ampliar a discussão para o dia-a-dia, explicitando que através da Ação-Correta todos “ganham” e se beneficiam, alcançando os propósitos e todos crescem juntos.

Finalidade: vivenciar na prática a ação-correta como uma decisão consciente, nos menores atos e sentimentos. Percepção de como a nossa atuação interfere no todo. Reconhecer condicionamentos ligados a “levar vantagem”, conseguir o resultado a qualquer custo e competir, no lugar de cooperar.

Capítulo 9

Valor Absoluto da Não-Violência

Aquele que obtém uma vitória sobre os outros homens é forte; porém quem consegue vencer a si mesmo é todo poderoso.

Lao-Tsé

A Não-Violência é a manifestação do impulso para a serenidade, para a fraternidade e o amor na relação com o outro. A Não-Violência exige que a Verdade, a Paz, a Ação-Correta e o Amor estejam bem enraizados.

A Não-Violência está baseada na percepção da unidade de todas as coisas, na interconexão e interdependência significativa de tudo que existe no universo. Esta forma de perceber o mundo gera, naturalmente, uma atitude de maior aceitação do outro e compreensão de sua singularidade e diferença.

Estando alicerçada na percepção e sentimento do mundo de forma amorosa, a Não-Violência leva o homem a desenvolver o melhor relacionamento com a vida. A atitude mental de Não-Violência motiva a evitar impingir ao outro ser qualquer tipo de sofrimento, quer seja em pensamento, palavra ou ação.

A Não-Violência é alcançada através da superação de todo sentimento de raiva, agressividade, vingança e ressentimento contra o outro. Portanto, é necessário fazer a purificação desses sentimentos que constelam violência, através de

um esforço de transformação interna da mente.

Os Valores correlatos da Não-Violência

Cooperação - Cooperar é reconhecer que cada um tem seu próprio valor e importância no contexto da realização de um objetivo ou projeto comum. De acordo com o espírito da cooperação, a energia de cada indivíduo é aceita como importante para que se alcance o desenvolvimento de um bem comum.

A cooperação surge a partir do reconhecimento e da aceitação dos potenciais individuais. Na cooperação a proposta é do encontro de parceiros e não de adversários. O entendimento do valor da cooperação transforma a competição em colaboração e solidariedade e coloca a disposição os talentos individuais para a construção de algo que é para o bem de todos.

Fraternidade - "Ama a teu próximo com a ti mesmo." Nesta frase, Jesus expressou com precisão o conceito do que seja a fraternidade. A Fraternidade é a manifestação do amor, da reciprocidade e do espírito de unidade. A Fraternidade torna possível o reconhecimento de que, além das diferenças individuais existe algo maior que compartilhamos, que nos torna semelhantes e que nos aproxima um do outro.

Através do desenvolvimento do sentimento de fraternidade, as diferenças são respeitadas e surge a compreensão de que elas fazem parte da complexidade humana. A fraternidade é a percepção de que cada indivíduo, com as suas diferenças, faz parte da humanidade como um todo. Sai Baba aconselha procurar viver em constante contemplação do nosso parentesco com os outros e com o universo.

Respeito à cidadania - É o sentimento e a atitude de respeito ao espaço comum e ao patrimônio público. É a compreensão de que o cumprimento da ordem e das leis favorecem à todos. Está relacionada à consciência de que a harmonia e a felicidade humana dependem do respeito e do cuidado aos bens que são comuns e da participação de todos.

Respeito à natureza - O respeito à natureza se manifesta quando se desenvolve a percepção do aspecto sagrado que nela existe. É o entendimento de que a natureza é uma manifestação da bondade divina.

O respeito à natureza conduz à percepção fundamental da interdependência existente em todas as manifestações da vida. Sai Baba recomenda que se deve ver em cada pessoa, em cada ser vivo, a encarnação da energia, da beleza e da bondade de Deus.



Respeito pelas diferenças raciais, religiosas, culturais - Aceitação, sem preconceito, da diversidade humana seja racial, social, religiosa e cultural. Compreensão e acolhimento das diferentes formas de existência humana.

As diferenças individuais e culturais devem ser vistas, não como motivo para a separação e preconceito, mas, como a expressão de visões de mundo que podem conviver, e muitas vezes, se complementarem e promoverem o desenvolvimento do conhecimento. O divino se expressa através de várias formas, de vários rostos e não pode ser confinado a uma só forma.

Solidariedade - Superação da indiferença frente ao outro, desejo e disposição de ajudar. É a ação que enfatiza as semelhanças e desfaz as barreiras das diferenças culturais, raciais religiosas, ou de condições financeiras e econômicas.

Solidariedade é o exercício amoroso da cooperação empática. É o estar junto para compartilhar as alegrias, as tristezas, demonstrar apoio.

Altruísmo - É o sentimento que leva a desejar o bem do outro e o bem comum e leva a superação dos desejos individuais e egoístas. O altruísmo se manifesta quando se pratica o bem de forma desapegada e motivada unicamente pelo desejo de ajudar e pelo amor, sem visar o próprio interesse.

Concórdia - É o impulso para a compreensão e harmonização das diferenças, priorizando o bom-senso, para que o bem-estar comum seja alcançado. A concórdia é a busca da harmonia, da comunhão, é o ponto de convergência de opiniões e posições diferentes.

Força interior - É a coerência e a integridade do caráter, resultante do processo de auto-conhecimento, de auto-aceitação e de exercício de valores corretos. A prática dos valores humanos são os pilares sobre os quais é construída a força interior de caráter.

A incoerência e a fragilidade interna, por outro lado, são provenientes da ausência do auto-conhecimento, da falta de auto-aceitação e da ausência de valores fundamentais. A prática dos valores humanos reforça a força interior.

O fortalecimento da integridade interior promove, não somente a superação de dificuldades e conflitos internos e externos, mas, sobretudo a transformação emocional, que leva ao exercício da força interior. A Força interior possibilita o respeito pelos próprios talentos e características, conferindo um estado de paz interior e auto-respeito.

Unidade - É o reconhecimento da interdependência de tudo e de todos. O sentimento de unidade ajuda a desenvolver a percepção da unidade presente em todo o universo. É o entendimento de que cada ser humano faz parte de um todo maior.

Patriotismo - O patriotismo pode ser entendido como um compromisso de zelar por aquilo que nos foi dado pela natureza e pela cultura à qual pertencemos. A compreensão de que o respeito das fronteiras e das características territoriais não pressupõe uma atitude de separação entre as nações. O sentimento de patriotismo deve ser entendido como uma forma de reconhecimento da organização das nações e das culturas.

A prática do patriotismo implica na ajuda pessoal, através do uso dos próprios talentos para que a nação ou a cultura, na qual se vive, possa progredir e se desenvolver. Envolve também o oferecimento de recursos, intelectuais, materiais, espirituais, como contribuição individual com a finalidade do crescimento do todo.

Responsabilidade Cívica - Responsabilidade cívica é o reconhecimento de que estamos envolvidos em tudo o que acontece direta ou indiretamente na sociedade. Assumir responsabilidade cívica é contribuir ativamente com o processo de transformação social e cultural do país onde se vive.

Assumir responsabilidade cívica é reconhecer os erros e as deficiências sociais, como o primeiro passo para a participação ética e ativa nas mudanças que são necessárias.

Uso adequado do tempo - Significa aproveitar cada oportunidade como única para aprender e investir em autoconhecimento e auto-desenvolvimento, que se reflete como aprimoramento das relações interpessoais e sociais e na sociedade como um todo. O uso adequado do tempo demanda ordem, organização, priorização, equilíbrio e o não-desperdício com banalidades e ações não construtivas.

Uso adequado da energia do dinheiro - O dinheiro deve ser visto como um meio para o bem estar, para a promoção do conhecimento e para o auto-desenvolvimento e como a ajuda humanitária ao outro.

O dinheiro é um recurso precioso que pode gerar possibilidades de desenvolvimento e bem-estar, individual e coletivo. No entanto, o dinheiro é visto, geralmente, muito mais como a finalidade última da atuação no mundo e como instrumento de poder. Sempre que for usado com seu valor invertido, ou seja, não como meio, mas como fim, ele provocará conflitos, desperdício, disputas e infelicidade.

Uso adequado da energia vital - As necessidades do nosso corpo precisam ser reconhecidas e respeitadas. A manutenção adequada desta energia promove o equilíbrio. A consciência da importância dessa energia torna o indivíduo responsável sobre o seu uso adequado e saudável.

O não-desperdício dessa energia significa eliminar a ansiedade, a sobrecarga de trabalho, as preocupações excessivas, e tudo aquilo que signifique violência ao corpo e a psique.

Uso adequado da energia do alimento - Alimentar-se de maneira saudável e equilibrada é sinal de respeito a si mesmo. Reconhecer o que faz bem ao nosso corpo faz parte do processo de autoconhecimento. Quando escutamos o nosso corpo e estamos em contato com as suas necessidades, percebemos o que nos faz bem e o que nos faz mal.

Uso adequado do conhecimento - Como toda energia, o conhecimento deve ser doado e divulgado, porque é do domínio da humanidade, existe para a elevação da consciência de todos. O uso adequado do conhecimento pressupõe que não seja utilizado para conseguir vantagens, como processo de auto-afirmação ou forma de exercer poder.

O uso adequado do conhecimento implica na atitude de beneficiar o próximo. O conhecimento deve ser transmitido amorosamente, sem imposição nem julgamentos, respeitando os limites e o desejo do aprendiz.

Colocando em Prática o Trabalho com o Valor NÃO-VIOLÊNCIA e seus Valores Correlatos

1. A Lição dos gansos. Leitura e discussão do texto com a finalidade de trabalhar a importância da integração de cada participante no coletivo, formando-se, dessa forma, uma equipe. Através da união dos gansos há maior facilidade de se atingir o destino comum. "A união faz a força."

Discutir o texto pontuando os valores correlatos da Não-Violência que se aplicam, como: cooperação, fraternidade, uso adequado da energia, uso adequado do conhecimento, unidade, altruísmo, concórdia.

Lição dos Gansos

"No próximo outono, quando os gansos vierem dirigindo-se ao sul para o inverno, repare que eles voam formando um "V". Talvez lhe interesse saber o que a ciência descobriu sobre a causa de voarem dessa forma. Comprovou-se que quando bate as asas, cada pássaro produz um movimento no ar que ajuda o pássaro que voa atrás dele. Voando nessa formação, o bando completo aumenta seu poder em pelo menos 71 por cento do que se cada pássaro voasse sozinho.

Toda vez que um ganso sai da formação, sente de imediato a resistência do ar, percebe a dificuldade de fazê-lo só e não tarda a regressar à sua formação, para beneficiar-se do poder do companheiro que vai à frente.

Quando se cansa, o líder dos gansos passa para uma posição de trás e outro ganso toma seu lugar. Os gansos que vão atrás grasnam, para animar aos que vão à frente, para que mantenham a velocidade. Por fim, quando um ganso

adoece ou cai ferido por um disparo, outros dois gansos saem da formação e o seguem para ajudá-lo e protegê-lo. Eles o acompanham até que volte a estar em condições de voar ou até que morra, e só então os dois acompanhantes voltam ao seu bando ou se unem a outro grupo.”

2. Caixa de sapato. Tem como finalidade trabalhar a individualidade dos alunos. O professor pede que cada aluno traga uma caixa de sapato e decore a caixa da forma que lhe agradar. Cada caixa terá a “cara” do seu dono e dentro podem ser colocados objetos significativos para o aluno.

Através do comentário sobre as caixas, feito em grupo, o aluno perceberá a sua individualidade, que é diferente da do amigo. O professor deve apontar como cada aluno possui características, escolhas, gostos e interesses próprios. E que todas as caixas têm o seu valor próprio, independentemente de como ela é. Este trabalho pode ser aplicado em outras atividades.

Finalidade do exercício: discutir e conscientizar sobre os valores correlatos da Não-Violência associados ao exercício, como respeito às diferenças, força interior e fraternidade.

3. Refletir sobre o valor da Não-Violência para a vida pessoal e para a vida coletiva.

Como você tem manifestado a Não-Violência na sua vida pessoal?

Você costuma ser cooperativo e solidário?

Costuma respeitar os espaços públicos?

Sente algum tipo de preconceito?

Capítulo 10

Valor Absoluto da Verdade

*O amor e a verdade estão unidos
entre si como as faces de uma
moeda. É impossível separá-los.
São as forças mais abstratas e mais
poderosas desse mundo.*

Mahatma Gandhi

A Verdade é um princípio ético eterno e imutável, a essência que permeia todas as coisas, a força que dirige o pensamento e o sentimento humano, que dá significado e direção à vida.

A Verdade pode ser definida como a voz da consciência, como uma certeza que vem do fundo do coração e que diz que uma coisa é correta ou boa. O princípio da Verdade faz afirmações sobre o que é certo e o que é errado permitindo que os pensamentos, sentimentos e ações sejam examinados sob um critério universal que existe gravado no psiquismo humano. A Verdade como um Valor Humano, deve ser compreendida e vivida pelo ser humano, como parte de seu processo de humanização.

A Verdade é o valor que motiva e guia a conduta ética do homem e imprime significado e dignidade à vida. As pessoas verdadeiras podem ser definidas como sinceras, espontâneas e fiéis a si mesmas e aos seus princípios. Isso significa

que agem de modo coerente com seus pensamentos e palavras, seus compromissos e ideais. Para viver a Verdade como valor é necessário a busca da coerência interna e a atenção constante aos sentimentos e ao compromisso com os valores.

A verdade nos convida ao exercício constante de auto-reflexão. A partir dessa prática, é possível viver a Verdade e a transformação no modo de sentir e de pensar o que leva a nos tornarmos mais honestos. Vale, ainda, a observação de não confundir a "franqueza" agressiva como exercício da verdade.

Tornar-se uma pessoa verdadeira é um exercício de auto-transformação, é uma conquista, motivada pela intenção de auto-realização, de se tornar aquilo que se é, na essência.

A Verdade não significa meramente "afirmações sobre fatos" ou teorias que são vistos e ouvidos e confirmados pelos sentidos. A Verdade, em seu sentido mais profundo, é a motivação para a busca do divino.

Valores Correlatos da Verdade

Atenção - capacidade de estar presente, por inteiro, em tudo o que se faz. Ao focalizar a atenção em algo, com total estado de presença, novas idéias podem surgir e as oportunidades de criação.

O valor da atenção inclui, também, a atenção a si mesmo. Quando se observa o que se sente, se escuta o que se diz, é possível alcançar a experiência real das oportunidades de aprendizado e de crescimento que a vida oferece.

A atenção nas relações humanas envolve o estar completamente em contato com o outro, escutá-lo, em seus sentimentos e necessidades. A Atenção está relacionada, portanto, à empatia, ao respeito ao outro, o que é o contrário do egocentrismo.

Auto-análise - A verdade começa pela auto-análise, ou seja, olhar-se com sinceridade e integridade. Examinar-se a si mesmo com honestidade, coragem e fidelidade é fundamental para o encontro da Verdade interna, para a autotransformação.

Como muito bem afirmou o Dalai-Lama: "Se você quer transformar o mundo, experimente primeiro promover o seu aperfeiçoamento pessoal e realizar inovações no seu próprio interior."

Coerência - é a harmonia entre pensamentos, sentimentos, palavras e ações. Praticar aquilo que se prega e não pregar aquilo que não se pratica. É a unidade indissolúvel entre o pensar, o sentir, e o agir.

A Verdade somente é expressa quando há integridade interna, que decorre

da coerência conquistada. Portanto, é tarefa fundamental para todo aquele que busca a verdade o alcance de níveis maiores de coerência. Como afirmou o filósofo Sêneca: "Dizer o que sentimos. Sentir o que dizemos. Concordar as palavras com a mente."

Discernimento - é o uso da discriminação para avaliar e diferenciar aquilo que é certo, daquilo que é errado, o que é verdadeiro daquilo que é falso e assim poder se tomar a atitude correta diante de uma situação ou de um fato, de acordo com nossa consciência.

Discernimento é a ligação entre a lógica e o sentimento, e onde se usa a inteligência e a percepção interna como guia. A sabedoria consiste em saber discernir o que é bom do que é ruim, o que convém para nosso desenvolvimento e o que o atrasa.

Espírito de pesquisa - o Hábito da pesquisa tanto externa quanto interna amplia o conhecimento sobre si mesmo e sobre o mundo. A auto-reflexão auxilia descobrir que a causa do sofrimento é a falta de conhecimento da Verdade. Todo ser humano que busca a Verdade deve aprender a investigar, de forma inteligente o mundo exterior e interior.

Exatidão - É a expressão clara, sem subterfúgios de sentimentos e pensamentos. A exatidão se manifesta através da mente clara e do coração sem conflito. A exatidão pressupõe a orientação consciente, alinhada com os ideais e cujos objetivos são expressos de forma clara e precisa.

A exatidão corresponde à precisão. Este valor está relacionado à Verdade no sentido de que, quando se é verdadeiro, não há hesitação e a comunicação se dá de forma clara e precisa, porque há um compromisso com a verdade. A expressão com exatidão transmite segurança, conhecimento e verdade do que está sendo afirmado. Aquele que é honesto é exato e direto. E aquele que é desonesto não é exato nem preciso.

Honestidade - É a adesão total à verdade. Honestidade significa que não há contradições e incoerência entre palavras, sentimentos, pensamentos e ações. É a percepção do que é correto e apropriado no nosso papel, no comportamento e nos nossos relacionamentos.

A honestidade pressupõe a integridade em todos os aspectos da vida. O exame de nossa honestidade implica em força e estabilidade interiores, assegura a fidelidade ao princípio de desenvolvimento e leva a sabedoria.

Humildade - A humildade é reconhecimento de que não detemos toda a verdade, nem todo o conhecimento. É muito mais um sentimento interno do que simplesmente, a atitude externa. A humildade é alcançada através da auto-reflexão, que permite identificar erros, incoerências e injustiças cometidas.

É a virtude que se opõe à vaidade e ao orgulho e aos comportamentos auto-afirmativos. É a atitude demonstrada por quem está assegurado de seu valor pessoal e, por isso é tranqüilo e gentil na relação com o outro.

A humildade possibilita o desenvolvimento da flexibilidade e adaptabilidade nas diversas situações da vida e transformar as experiências em conhecimento e sabedoria. O desejo de servir ao outro se origina da humildade e beneficia através da ajuda as relações humanas.

Imparcialidade - É a neutralidade das emoções negativas e a superação das aversões, predileções e preconceitos. Ser imparcial diante de alguma situação consiste em assumir a postura de equidade, de não tomar partido.

A verdade exige a abertura e flexibilidade para perceber com discernimento, com racionalidade o contexto geral e não somente uma parte. Quando nos fechamos para apenas uma versão dos fatos, nos impedimos de perceber mais amplamente.

Interesse pelo conhecimento - É a procura de idéias que propiciem a ampliação da consciência. O interesse pelo conhecimento também envolve o autoconhecimento e leva a aumentar a percepção sobre o mundo, o outro e sobre nós mesmos.

O conhecimento não deve se restringir apenas ao aspecto teórico, e sim abranger a possibilidade de experimentação de novas e diferentes formas de relação com o mundo. Consiste em colocar em prática aquilo que se lê, que se aprende de novo, de desconhecido.

Como o conhecimento está sempre em processo dinâmico de transformação, querer saber é desejar descobrir novas possibilidades de percepção e novos caminhos que ampliem o desenvolvimento interno e externo.

O interesse pelo conhecimento pressupõe, portanto, a abertura para o novo, para o desconhecido, para a possibilidade de transformação.

O indivíduo que deseja permanecer fechado em uma única verdade, que não admite a possibilidade de outra interpretação, revela falta de interesse pelo conhecimento.

O desejo pelo conhecimento mostra a abertura para o diferente para o outro, para a linguagem do outro. Todas as abordagens e visões de mundo têm a sua contribuição a dar. O Interesse pelo conhecimento se revela, ainda, como amor pelo estudo e por informações que alimentam o intelecto e a psique.

Justiça - Está relacionada ao respeito pelos valores e pelos direitos humanos. A justiça promove harmonia e equilíbrio nas relações humanas. É a aplicação do princípio da justa medida, nem o excesso e nem a falta.

A Justiça estabelece a diferença entre o aspecto legal e o justo através da análise de diversos pontos de vista de uma questão. Capacidade ou qualidade de julgar imparcialmente e de agir conforme a lei e a ética, comungando com a Verdade.

Lealdade - É o exercício de fidelidade, ou adesão a uma causa, propósito ou pessoa, sem visar proveitos pessoais. Somente pode ser leal a pessoa que é verdadeira e comprometida consigo mesma e capaz de se comprometer com o outro. A lealdade é sempre imparcial.

Liderança - É a capacidade de conduzir, organizar, orientar, sem o uso de violência e de poder ou de interesses egoístas. Requer a ausência do desejo de dominar ou manipular. O verdadeiro líder conduz e orienta com auto-confiança, humildade, coerência, autoridade interna e discernimento.

Otimismo - É a atitude de fé e confiança em si mesmo, na vida e nas possibilidades do futuro, e que envolve o discernimento e a clareza. O otimismo estimula a criatividade e a força transformadora.

Quando se cultiva o otimismo os obstáculos são vivenciados de forma mais positiva. É o estado de espírito que cria a abertura para as possibilidades e para as mudanças necessárias e neutraliza o medo e a ansiedade diante do futuro.

Perspicácia - É a compreensão profunda do que reside por trás das aparências, é a capacidade de apreender o sentido último das coisas e das situações, avaliando-as, a partir da verdade que encerram.

A perspicácia emerge do potencial intuitivo da psique. A perspicácia é a habilidade que está ligada à intuição e que permite “ver além do aparente”. Pode ser usada para aumentar a sensibilidade para com os outros, aprofundando o conhecimento.

Reflexão - É a capacidade de introspecção, de aprofundamento da visão interior através do pensamento. A reflexão é um exercício de entrada no interior de si mesmo, para buscar as razões, os discernimentos e as percepções sobre um determinado assunto ou tema. O medo de lidar com a Verdade pode levar à repressão da reflexão.

A reflexão pode ser enriquecedora quando há necessidade de ampliação do entendimento sobre algum assunto. O hábito da reflexão não permite que a vida seja percebida de forma superficial e sem significado.

O hábito da reflexão leva ao contato com a natureza interior, com a alma, a realidade essencial que está por trás de toda as aparências.

Sentido de realidade - É o desenvolvimento da percepção objetiva em relação aos vários níveis de compreensão da verdade. É a capacidade de diferenciar o transitório, o circunstancial do eterno e do universal.

Refere-se, ainda, a ver a realidade do outro e a própria de forma objetiva e clara. Implica no desenvolvimento da percepção em vários níveis de compreensão da verdade.

Sinceridade - É o exercício da verdade nas mínimas coisas. É o pré-requisito para se atingir a honestidade, a força e o aperfeiçoamento do caráter. A sinceridade deve ser vivida tanto em relação a si mesmo quanto ao outro. Segundo Lao-Tsé: "Aquele que obtém uma vitória sobre outros homens é forte, porém, quem consegue vencer a si mesmo é todo-poderoso." Sai Baba recomenda: "Sejam valentes e não haverá necessidade de subterfúgios."

Colocando em Prática o Trabalho com o Valor VERDADE e seus Valores Correlatos

1. Espelhamento - Em duplas, propor que cada aluno observe seu colega, atentamente, tentando captar toda sua "verdade," seja no aspecto físico, como também – principalmente – seu estado de espírito, suas características de personalidade positivas mais marcantes. Ao mesmo tempo, permitir que cada aluno faça uma auto-reflexão. Pode-se fazer uso de anotações, para registrar o que for sendo levantado. Após esse momento, pedir que os alunos fiquem de costas com seu parceiro de dupla e cada um conta para o outro o que "captou".

A seguir, o professor deve comentar todas as percepções e ampliar a partir dos seguintes valores correlatos da Verdade: honestidade, sinceridade, imparcialidade, reflexão, perspicácia, lealdade, exatidão, sentido de realidade.

Finalidade. Desenvolver a percepção sobre a essência do outro, a sua verdade. Assim como, a própria essência. Ensinar a discernir a realidade objetiva do outro e de si mesmo, livre das projeções.

2. A história do Elefante - Trata-se da história de 7 sábios cegos que tocando diversas partes de um mesmo elefante, deduzem o que ele seria a partir de sua percepção limitada.

Contar a história e discutir à luz dos valores correlatos da Verdade. Sentido de realidade, perspicácia, interesse pelo conhecimento, humildade, espírito de pesquisa. Discutir com os alunos que todos temos nossas percepções que são verdadeiras, porém parciais, como as partes de um elefante percebidas pelos cegos. Ampliar para o contexto do dia-a-dia.

História do Elefante (folclore hindu)

Numa cidade indiana viviam sete sábios cegos. Como os seus conselhos eram sempre excelentes, todas as pessoas que tinham problemas recorriam à sua ajuda.

Certa noite, depois de muito conversarem acerca da verdade da vida e não chegarem a um acordo, o sétimo sábio ficou tão aborrecido que resolveu ir morar sozinho numa caverna da montanha. Disse aos companheiros:

- Somos cegos para que possamos ouvir e entender melhor que as outras pessoas a verdade da vida. E, em vez de aconselhar os necessitados, vocês discutem como se quisessem ganhar uma competição. Não aguento mais! Vou-me embora.

No dia seguinte, chegou à cidade um comerciante montado num enorme elefante. Os cegos nunca tinham tocado naquele animal. Por isso, foram para a rua ao encontro dele.

O primeiro sábio apalpou a barriga do animal e declarou:

- Trata-se de um ser gigantesco e muito forte! Posso tocar nos seus músculos e eles não se movem; parecem paredes...

- Que palermice! - Disse o segundo sábio, tocando nas presas do elefante. - Este animal é pontiagudo como uma lança, uma arma de guerra...

- Ambos estão enganados – retorquiu o terceiro sábio, que apertava a tromba do elefante. - Este animal é idêntico a uma serpente! Mas não morde, porque não tem dentes na boca. É uma cobra mansa e macia...

- Vocês estão totalmente alucinados! - Gritou o quarto sábio, que mexia nas orelhas do elefante. - Este animal não se parece com nenhum outro. Os seus movimentos são bamboleantes, como se o seu corpo fosse uma enorme cortina ambulante...

- Vejam!!! Todos vocês estão completamente errados! - Irritou-se o quinto sábio, tocando a pequena cauda do elefante. - Este animal é como uma rocha com uma corda presa no corpo. Posso até pendurar-me nele.

E assim, os sábios ficaram horas a debater... Até que o sétimo sábio cego, o que agora habitava na montanha, apareceu acompanhado por uma criança.

Ouviu a discussão, e pediu ao menino que desenhasse no chão a figura do elefante. Quando bateu os contornos do desenho, percebeu que todos os sábios estavam certos e enganados ao mesmo tempo. Agradeceu ao menino e afirmou:

- É assim que os homens se comportam perante a verdade própria. Pegam apenas numa parte e pensam que é o todo...

Finalidade da atividade. Levar os alunos a refletirem sobre as várias faces da verdade, a partir de distintos pontos de vista, abrindo-se para enxergar uma mesma situação de outras perspectivas, respeitando a “verdade” do outro.

Este exercício mostra como as sutis forças cinestésicas atuam no sistema nervoso, quando se está em estado de bem-estar e falando a verdade.

O Professor pede que os alunos se levantem e que cada um busque um parceiro. O professor instrui que vai demonstrar como as ações freqüentemente refletem no estado mental. O professor deve escolher em cada dupla, uma pessoa que será "A" e a outra "B", deixando que decidam quem será cada letra.

Em seguida, a pessoa "A" deverá pensar em algo do passado que tenha sido uma experiência muito positiva. O professor pede que fechem os olhos e que acenem para o parceiro "B" quando tiverem o quadro dessa experiência definido em suas mentes. O professor pede que as pessoas "A" levantem o braço direito até ficar paralelo ao chão, ainda com os olhos fechados. O professor pede que as pessoas "B" se aproximem e coloquem a mão esquerda sobre o braço erguido de seu parceiro. O professor pede que os "A's" digam seu nome enquanto que os "B's" tentam abaixar o braço levantado dos "A's", enquanto que estes resistem ao movimento. (tipicamente, as pessoas "A" conseguirão reagir à pressão de "B").

Então o professor pede que as pessoas "B" relembrem de uma experiência recente que não tenha sido prazerosa. E que os "B" fechem os olhos e acenem a cabeça quando tiverem a cena presente em sua mente. O professor pede que levantem seu braço direito até que fique em paralelo com o chão e indique que os parceiros "A" coloquem a mão esquerda sobre o braço dos "A". E que os "B" que escolham um nome fictício, que não o seu próprio e que o digam em voz alta "Meu nome é Fulaninho", enquanto os parceiros "A" tentam abaixar o braço de "B". (Na maioria dos casos, o braço poderá ser facilmente forçado para baixo).

Colher impressões, sensações e observações sobre o exercício e refletir sobre os impactos sobre o corpo, quando estamos felizes e sendo verdadeiros, quando estamos mentindo e infelizes. Refletir sobre os alunos se sentem no dia-a-dia, quando são honestos, quando não. Pesquisar sentimentos de inquietação, apreensão, medo, entre outros, que advém de comportamentos desonestos e também de paz, tranquilidade e contentamento, decorrentes de condutas transparentes.

Finalidade da atividade: Sensibilizar os alunos para o bem-estar decorrente de ações e atitudes verdadeiras e justas, bem como alterações corporais decorrentes de condutas não verdadeiras.