

JORNADA “EDUCAR O PROFUNDO DISPERTAR” REALIZADO EM
04/06/11 EM BARUERI – SÃO PAULO

IMPRESSÕES - ANDRÉ LOPES

Quero iniciar o meu depoimento falando da importância que vejo no evento. Hoje, apesar dos avanços da sociedade na liberdade de expressão e a abertura das pessoas para discussões que envolvam aspectos que vão além do cartesiano material, são, até agora, raros os espaços encontrados dentro das universidades para o trabalho que desenvolvemos. Por isso, o encontro, na minha opinião, ganha ainda mais importância. Por conseguinte, nosso trabalho é algo em que acredito e faço com um amoroso prazer, mesmo sabendo que tenho muito a aprender.

A primeira coisa que senti logo após o término da jornada foi muita alegria. Talvez porque acredito no trabalho, mas principalmente pela mensagem que foi passada, e confirmada pelos profundos depoimentos. Em todo meu histórico escolar de estudos e palestras frequentadas, eu nunca tinha visto falas de pessoas da platéia tão carregadas de sentimentos, um fenômeno. Somos acostumados a palestras focadas na informação, mas neste evento conseguimos tocar os sentimentos, através das palavras e das apresentações artísticas.

A primeira coisa do evento que gostei foi da aluna do primeiro ano que cantou. Independentemente da música cantada, ela se apresentou muito bem e pelas palmas após a música, senti uma identificação muito grande do público com ela. Todos nós temos talento para algo, mas devido à educação que recebemos em casa e na escola, acabamos sendo constantemente podados e por vezes não temos a oportunidade de desenvolvermos tal talento, nos restando uma dura aceitação. Já outros, nem encontram oportunidade de descobrirem seus talentos. Assim, ao abrir espaço para a aluna cantar, acredito estarmos incentivando todos a desenvolver seu talento na arte, sem julgamento.

Em seguida, quando Hermínia em sua fala propõe o fechar dos olhos para um contato com si mesmo, foi também especial. Quantas pessoas talvez nunca tenham feito isso? Por fim, não posso deixar de comentar a beleza que foi ver a neta ajudando a avó com seus exercícios, sem palavras.

O encontro permeado pela arte e assuntos que dizem respeito à vida e à consciência fizeram da manhã um momento muito especial. Espero que todos os presentes tenham percebido, que, independente da idade ou classe social, somos capazes de produzir beleza, amor e alegria, sem julgamentos, apenas expressando nossos sentimentos. Espero também que tenham entendido a importância disto - exercitem seus sentimentos através da arte.

IMPRESSÕES: TELMA ALMEIDA

Nossa estrela brilha quando brilhamos em conectividade com o toda a luz de hoje aponta-nos para o grande encontro com a espiritualidade, ela nos chama para nosso despertar mais profundo, o despertar para além de nossos sentidos visíveis, falo de uma grande conectividade, pois não podemos olhar somente o mundo visível para aquele momento, olhando além de nossos sentidos observamos que os seres presentes como platéia diríamos que são exatamente aqueles dos quais nossa expectativa foi atingida, estes são os pontos de luz que de uma forma sensível e harmoniosa conseguimos envolve-los.

Nosso profundo despertar inicia pelo carisma, acolhimento de tudo que foi preparado por Mônica e seus parceiros da Escola Ohana, pelo dom, talento e belíssima canção que nos trouxe Jaime Paulino e Priscila Lourenço, anjos guardiões e protetores que dão sentido através da arte ousada expressa pela música, despertando-nos para o sentido da arte e sinfonia da criação divina de poder desfrutar desta canção.

Eu, Telma Almeida em parceria com Jaime Paulino inserimos o sentido do despertar para o movimento através da respiração, onde relaciono com os princípios da Interdisciplinaridade: coerência, respeito, humildade, espera e desapego mostrando o quanto o ato de simplesmente observar nossa respiração faz toda diferença para nosso autoconhecimento unindo-se a expressão corporal, vivenciado por todos.

A metáfora do movimento continua expressa no canto do Sonho de Ícaro através da interpretação lindíssima por Priscila Lourenço de voar, voar, subir, subir, ir por for, descer até o céu cair... repetir o amor já satisfaz ... música indicada por Ana Maria Varella um grande anjo na minha vida, anjo de ternura, da busca e da valorização do ser humano, anjo do presente, sinto sua força e sintonia, obrigada eternamente, onde ela faz uma ponte com a história de Ícaro dizendo o quanto está metáfora é simbólica dentro da Interdisciplinaridade, perguntando em que momento está agora? Apresenta-nos a temática do Educar o Profundo Despertar mostrando-nos uma abertura para o novo sentido da expressão artística, ela nos abre não só para o sentido da questão física, mas mostra o quanto a ciência antes ficava engaiolada, pois o medo nos deixa aprisionado, o convite é para que abramos nossas gaiolas e tentamos buscar dentro de nós o que temos de melhor? Como fazer? Talvez nos perguntando de que lugar falamos? Registrar! Ouvir! Podemos usar a linguagem, pois ela é terapêutica. Escrevendo e lendo nas entrelinhas, nós enquanto grupos fazemos abertura do sentido pelo sentido, colocamos nossa energia pra fora, mudamos o foco do problema. Ela continua dizendo que ler, falar, fazer uma leitura ambiente dos nossos movimentos nos permite desenvolver nossas potencialidades, ou seja, como podemos fazer para nos transformar, refletimos então diante do fazemos, usamos movimento x transformação. Qual é o movimento interno? Deixamos o universo nos mostrar, seguimos nossa Intuição, construímos nossa vida permitindo enxergar nossos anjos. Agradecer, reconhecer, estar no aqui e no agora e permitir o encontro com o outro, dessa forma receberemos energias, e os grandes autores surgirão como pontos de luz.

Nosso encontro – mostra o nosso preparo para voar, nossas qualidades sabem voar, quem não sabe ainda voa inseguro, quem sabe cai em terreno melhor, saibamos o que podemos fazer com asas fortes, para trazermos o que temos de melhor, precisamos estar com as asas abertas, deveríamos fazer como as crianças, como nos diz Rubem Alves sair do trilho, perceber a vida, perceber nosso poder, sentir os anjos, estamos nos reconhecendo, valorizemos o que temos, Ana Varella expressa com clareza este reconhecimento.

Com a singela delicadeza de um anjo transformador ela Simone Andrade consegue nos mostrar a relação da vibração da música com a simbologia, dizendo da ligação do dia-a-dia, falando de tudo que nos traz aprendizado, qual nossa metáfora? Mostra a simbologia da Flor de Lótus, e pergunta? O que tenho que fazer para melhorar? Quais são nossos valores? Pensem em uma mochila, o que devemos carregar conosco para uma trilha? Esta trilha que todos os dias nos propomos a caminhar complementa sua fala com a lenda da Páscoa, distribuindo os ovos de chocolate, para que possamos despertar nosso paladar, que sentido é este que às vezes preferimos omiti-lo ao invés de usarmos todo nosso potencial e transformá-lo? Obrigada Simone por nos permitir saborear dos mesmos momentos com sua presença.

Eis que surge nosso anjo dos Kisses, Elenice, com uma imagem belíssima do Graal, oferecendo a simbologia do acolhimento, mostra que a busca do nosso momento é bastante complexa, propondo mostrar sua busca dentro do Ensino de Línguas, especialmente com a Língua Inglesa, inclusive sua fala era toda em inglês, revelando o grande momento da Páscoa, como oportunidade de estarmos neste significativo continente acolhedor com o reconhecimento de nós e do outro. Esta proposta toda sendo passada em inglês, mostrando seu grande potencial, nos convidou a uma vivência, onde escrevemos, desenhamos, expressamos nosso potencial, procurando em nós o nosso melhor e trocamos com os colegas presentes, formamos duplas e tivemos a oportunidade de mostrar que é possível transformar, no final nos presenteou com uma poesia composta por Ruy César do Espírito Santo cujo tema é “Encontrar o Graal” este além de anjo já possui o **Espírito Santo**.

Logo na seqüência entra no palco o anjo artístico chamado Gazy Andraus, lembrando que além da importância do texto escrito, existe o desenho como arte, assim como a música, destacando a importância da imagem, reforçando que as crianças que são forçadas a lerem muito cedo perdem ou inibem o desenvolvimento da criatividade. Mostra uma imagem do cérebro dividido entre o direito (expressão da criatividade) e esquerdo (potencial racional) onde encontra a linearidade. A nossa transcendência será potencializada através do processo intuitivo, onde existe a presença da arte e da música, se incluirmos nas escolas estes contextos através de metodologias interdisciplinares e com responsabilidade com certeza conseguiremos desenvolver o potencial artístico que estão intrinsecamente em cada ser humano.

Com toda sua sabedoria entra em cena o Anjo da Beleza, da Alegria e do Amor Ruy César do Espírito Santo, nos conscientizando que o ser humano deveria ser entendido com o movimento ascendente, aparecendo à música, a criatividade a consciência cósmica, embora este despertar é demorado. Jesus dizia olho por olho e dente por dente, era difícil compreender, durante todo período que o ser humano permaneceu em sua adolescência, houve as cruzadas e as inquisições, após o fim da adolescência, com uma nova consciência da humanidade surge várias reflexões como, por exemplo, Paulo Freire dizendo conscientizar antes de alfabetizar. Jung dizia que o ser humano precisa do processo de individuação - encontro do ego com o self – espírito, ter a consciência cósmica, transformar, explicando através da metáfora de que Deus é amor, nosso self é amor. Precisamos compartilhar o nosso melhor, o sentido profundo da nossa existência, por mais confusa que seja nossa sala de aula, precisamos acolher estas crianças, nosso ponto de partida é o amor, precisamos nos encontrar, o autoconhecimento só pode ser entendido com liberdade, conseguimos amar somente quem queremos, este é o profundo mistério da liberdade criativa. Queremos estar com as pessoas, energia profunda de si mesmo. Neste momento Ruy ilustrou e deu vários exemplos vividos no seu dia-a-dia com seus alunos em formação, de como podemos acolher o outro olhando nos olhos, buscar no outro o mais dentro, ouvir suas histórias, muitos vivem trancados em si mesmos, a primeira tarefa de um educador é deixar que o aluno fale. Ruy sugeriu aos presentes que pudessem fazer o exercício de olhar nos olhos no espelho, perguntando-se quem sou eu? A primeira coisa é sentir a alegria de estarmos vivos, após esta experiência olhar nos olhos de alguém que amamos. Este exercício nos permite acordar para a dimensão da beleza, do amor e da alegria, precisamos perceber a dimensão profunda de cada um. Existem dois tempos Kronos e Kairós – precisamos esquecer um pouco o cronômetro e viver nosso tempo interior, é preciso viver a eternidade do agora, com toda profundidade, ouvindo uma música, ver a beleza que existe em cada coisa, em cada ser, acordar.

Neste momento Ana Maria pediu a palavra para abrir com alguns questionamentos, ouvimos algumas reflexões importantes sobre o evento, terminamos com o abrir, ouvir e olhar todos os sentidos, o que estamos nos perguntando neste momento? O que aconteceu conosco hoje, qual sentido? O que estamos projetando para nossas vidas a partir de agora, do nosso encontro? O autoconhecimento nos convida a irmos fundo nas questões, é preciso estar acordados, nos conscientizarmos.

Eis que surge cantando e agradecendo um grande anjo Mônica, anjo do sorriso, e do pulsar, é preciso amor para poder pulsar, é preciso paz para poder sorrir, é preciso à chuva para florir... é preciso muito, muito querer para que tudo possa nos guiar e seguir em frente, tocando em frente nos iremos sem limites, pois nossa jornada amigos queridos só está começando, como falei na semana passada é tempo de semearmos, estação do plantio, do despertar, para vermos quem sabe florescer.

Grande abraço forte estamos sempre juntos.

Obrigada por aprender um pouquinho mais com o dia de hoje.

Minha sugestão é que todos possam incluir o seu contexto na seqüência.

Amo vocês.

O despertar para o movimento – Telma e Jaime

Trouxemos uma prática de respiração para expressarmos a questão do movimento onde à relação que se estabelece entre o tempo, o movimento, a vida e o fenômeno sonoro com a própria música que ouvimos, ganhamos uma dimensão que se mostra altamente reveladora das qualidades de um ambiente e dos seres nele inseridos. Ao mesmo tempo esta compreensão aponta para a possibilidade de “ouvir” a vida para além daquilo que pode ser ouvido por meio de nossos sentidos físicos.

Todo aquele que observa um movimento qualquer, notará que este movimento necessita de tempo para ser percebido. O movimento em si aparece como o fluxo de uma sucessão de estados ou posições de um ser ou objeto. Se suprimos o fator “tempo” tudo que teríamos seriam pontos estáticos.

Se olharmos à nossa volta e observarmos como concretizamos nossa experiência do tempo, veremos que os movimentos de nossa experiência do tempo são movimentos que nos possibilitam esta vivência. Nosso movimento hoje é interno e externo.

Individualmente temos os movimentos fisiológicos da respiração, batimentos e fluxo sanguíneo, os ritmos celulares e mesmo os movimentos dos membros, como por exemplo, o andar, portanto... Para nossa experiência prática trouxemos a relação do movimento da respiração com nossa consciência corporal ligada ao nosso processo interdisciplinar e espiritual que nos remete ao autoconhecimento, procurem durante o exercício mergulhar no conhecimento de si mesmo.

O nosso processo hoje está baseado nos princípios da Interdisciplinaridade: Coerência, Humildade, Respeito, Espera, Desapego.

Concentrem-se na sua respiração

Sinta o prazer de respirar

Lembrando que a respiração traz alguns princípios e o **primeiro deles é o apego e o desapego; é só observar;**

Se você inspira, você retém o ar. Se você segurar o ar, aprisionar o ar, reter o ar. Está é a lição do desapego, você precisa soltar o ar, liberar o ar.

Veja como é simples respirar.

Princípio da coerência – ninguém anda preocupado se vai haver ar suficiente para a próxima respiração, confiamos que teremos ar suficiente até o último suspiro; veja como é fácil respirar,

Princípio da espera – nos remete a importância de viver o momento presente.

O ar que nós inspiramos é o ar do agora, é o ar do momento; então por alguns instantes sinta o prazer de respirar; espere que o ar entre e solte-o lentamente, volte sua atenção para ar que entra e para ar que sai do seu organismo.

Veja como é fácil respirar

Princípio do Respeito - Observe o ar que leva vitalidade, saúde, progresso à sua vida, deixe passar os pensamentos e as preocupações, respeite o momento, volte à atenção para a respiração.

Sentindo o ar que entra.

Princípio da Humildade - Aprofunde na sua respiração, respire vida, saúde e amor; Respire energia e transformação; Respire felicidade e sabedoria;

Respire paz.

Convidamos a todos neste momento para praticar conosco os movimentos de expressão corporal como processo de autoconhecimento, consciência corporal e respiração.

A expressão corporal através dos movimentos do Lian Gong são movimentos que nos remete ao nosso autoconhecimento e nossa espiritualidade de uma forma simples, onde existe a concentração do nosso eu interior e ao mesmo tempo dos movimentos que estão sendo expressa, a música vem de encontro com a leveza permitindo a harmonia dos movimentos, nos conscientizando da importância de nossa transformação.

Baseado no *Tui Na*, milenar arte fisioterápica chinesa, e na tradição dos trabalhos corporais chineses, o Dr. Zhuang sintetizou, em um primeiro momento, um conjunto de *18 exercícios que atuassem no corpo humano, da coluna cervical aos dedos dos pés*. Ou seja, com a prática de 12 minutos diários de exercícios uma pessoa pode prevenir-se da maioria dos problemas decorrentes de má postura ou de movimentos agressivos à lógica do corpo humano. Os exercícios também podem beneficiar as articulações e tendões e fortalecer o coração e pulmão.