

INDICE

INSTRUÇÕES	3
1º MÓDULO	4
<i>Parte Teórica</i>	<i>4</i>
<i>Item 01 - O Corpo</i>	<i>4</i>
<i>Item 02 - As Mãos</i>	<i>5</i>
<i>Item 03 - O Olhar</i>	<i>5</i>
<i>Item 04 - Gesticulação</i>	<i>6</i>
<i>Parte Prática</i>	<i>7</i>
<i>Postura Corporal- (Sem Microfone)</i>	<i>7</i>
2º MÓDULO	10
<i>Parte Teórica</i>	<i>10</i>
<i>Item 01 - Como Falar</i>	<i>10</i>
<i>Parte Prática</i>	<i>13</i>
<i>Postura Corporal - (Com Microfone)</i>	<i>13</i>
3º MÓDULO	15
<i>Parte Teórica</i>	<i>15</i>
<i>Item 01 - Preparando A Palestra</i>	<i>15</i>
<i>Parte Prática - (Com microfone)</i>	<i>18</i>
4º MÓDULO	20
<i>Parte Teórica</i>	<i>20</i>
<i>Posturas Psicológica E Moral-Espiritual:</i>	<i>20</i>
<i>Parte Prática - (Sem Microfone)</i>	<i>22</i>
5º MÓDULO	24
<i>Parte Teórica</i>	<i>24</i>
<i>Respondendo Perguntas</i>	<i>24</i>
<i>Parte Prática - (Com microfone)</i>	<i>25</i>
6º MÓDULO	27
<i>Parte Prática</i>	<i>27</i>
SUGESTÕES PRÁTICAS PARA O DESENVOLVIMENTO DAS FACULDADES DE ORATÓRIA.	28
<i>Ocupar A Mente Com A Questão.</i>	<i>28</i>
REFLEXÕES	31
<i>Transmutação</i>	<i>33</i>
<i>Amor</i>	<i>34</i>

Censor Interno 34
Amor 35
Apaziguamento 36
Engramas 37

Se você tem sugestões a respeito deste trabalho contate-nos, temos certeza que tudo pode ser melhorado.

Sigmar Gama

sigmar.gama@gmail.com

INSTRUÇÕES

(OBS. CADA PARTICIPANTE DEVE RECEBER UMA CÓPIA)

Este curso é realizado por módulos e pode ter como instrutor qualquer pessoa que tenha boa cultura/instrução, seja observadora, saiba organizar e lidar com os outros de forma firme, embora democrática.

Não é necessário que seja um expositor ou orador.

A duração de cada módulo fica a critério dos organizadores e do número de participantes, tendo em vista que cada fase do adestramento só deve ser dada por concluída quando todos tiverem realmente assimilado a teoria e estiverem bem treinados na prática.

Observação: Os cursos de oratória ministrados nas instituições espíritas são geralmente apenas teóricos.

Neste, as aulas são essencialmente práticas.

A parte teórica é dada em apostila para o participante estudar em casa.

1º MÓDULO

PARTE TEÓRICA - PARA SER ESTUDADA EM CASA

ITEM 01 - O CORPO

- I. Durante a palestra não andar como leão enjaulado, de um lado para outro.
- II. Não andar o tempo todo, nem ficar todo o tempo no mesmo lugar. Movimentar o corpo, os braços, as mãos e a cabeça com naturalidade, sem exageros e em harmonia com o que está dizendo.
- III. Não adotar posturas teatrais, nem exagerar nas expressões faciais.
- IV. Livrar-se de quaisquer tipos de cacoetes, trejeitos ou vícios de postura. São terríveis.
- V. Se usar microfone com pedestal (tripé), ao mover-se ter cuidado em não afastar a boca para longe dele. Ao segurá-lo na mão, ter o mesmo cuidado. A distância e a direção do microfone é que irão fazer com que você seja ouvido.
- VI. Antes do início da palestra fazer algumas respirações lentas e profundas, dando a si mesmo um comando para relaxar. Se puder, faça alguns exercícios de aquecimento das cordas vocais (caretas com a boca e a língua),

- Quero que tenhas prosperidade, saúde e alegria.
- Quero Deus te abençoe e te faça feliz.

ENGRAMAS⁶

Outra sugestão interessante é esta dos engramas. São palavras ou frases com valores positivos que indicam objetivos a alcançar e que, repetidos continuamente, com vontade e convicção, ajudam a programar o comportamento.

Exemplos:

- I. Quero ser uma presença benéfica onde estiver;
- II. Paz e harmonia, amor e alegria em todo o meu ser;
- III. Perdoo você, “fulano”, de todo o meu coração; quero que esteja bem, com paz, saúde e alegria;
- IV. Que o amor de Deus envolva nosso planeta, etc.

⁶ Traço permanente deixado na psique por tudo que tem sido experimentado psiquicamente; traço latente de memória.

Imaginar-se passando a mão carinhosamente por seus cabelos ou rosto e dizer mentalmente:

- Que estejas bem... com paz e harmonia no teu viver; que Deus te abençoe, te dê alegria, saúde, bem-estar.
- Que tenhas equilíbrio na tua vida; que tenhas fé e confiança... Que Deus te ilumine e ampare sempre.

Em seguida fazer o mesmo com outra e mais outra pessoa...

Mas lembrando que **não é só dizer** tais palavras.

É preciso **senti-las em sua profundidade**; sentir verdadeiro carinho e solidariedade.

APAZIGUAMENTO

Quando for ofendido, quando estiver em presença, nas proximidades ou apenas pensando na pessoa com quem não simpatiza, que o magoou, feriu, etc., faça o seguinte:

Respire fundo procurando relaxar.

Dê a si mesmo um comando de **perdão pleno e incondicional**, de compreensão e amor, e diga mentalmente, com toda a sinceridade que puder:

- Quero que tu, fulano, estejas em paz.
- Quero que estejas bem...

movimentar os ombros e a cabeça para relaxar nuca.
Claro que você não os fará de forma que possam vê-lo.

ITEM 02 - AS MÃOS

Muitos expositores não sabem o que fazer com as mãos. Não se deve colocá-las nos bolsos. Não fica bem. Também não cruzar os braços ao peito, nem às costas, mas deixá-los, assim como as mãos, livres e soltos, com naturalidade, gesticulando de forma coerente e sem exageros. Pode-se também segurar o roteiro da palestra na mão, sem dissimulação. Segurar uma caneta ou outro objeto que não está sendo usado passa uma ideia artificial.

Não se preocupar em estar natural. Ser natural.

Muito cuidado para não sistematizar gestos, tais como, passar a mão no cabelo, na barba, coçar a orelha, pegar no pulso, olhar o relógio.

Quando quiser ver as horas, fazê-lo discretamente, para que o público não comece a preocupar-se mais com o horário do que com a palestra. Pode-se colocar o relógio num ponto estratégico, onde possa ser visto sem despertar a atenção do auditório.

ITEM 03 - O OLHAR

- I. Olhar o público como a um todo. Muitos expositores têm a tendência de olhar mais amiúde ou mesmo o tempo todo

para determinadas pessoas do auditório, que estejam lhes dando mais atenção.

- II. Correr o olhar tranquila e naturalmente por toda a plateia, demorando-o, por vezes, num ponto neutro no meio e logo acima do auditório, um olhar vago, como quem olha ao longe.
- III. Usando microfone com pedestal é possível movimentar o olhar pelo auditório, sem afastar a boca. Para tanto, girar o corpo levemente, ficando ora de frente para o lado direito da plateia, ora de frente para o centro, ora para o lado esquerdo, mas sempre em posição correta com relação ao microfone. Mas é importante não ficar nesse, vai-e-vém, de forma sistemática, como se fosse o pêndulo de um relógio. Fazê-lo vez por outra.

Observação: Antes da reunião é importante testar o som e observar a distância que deverá manter entre a boca e o microfone, nunca menos 2 dedos. Aproximar mais que isso é desagradável e anti-higiênico.

ITEM 04 - GESTICULAÇÃO

Gesticular de forma coerente e harmoniosa dá vida ao que se diz. Não deve ser lerda nem frenética e deve ser usada apenas como apoio para melhor passar a idéia ou dar-lhe força. Por isso deve

Com o tempo esta prática transforma-se em ação automática, num saudável condicionamento mental e emocional.

AMOR

Exercícios dos mais importantes são os do amor, por nos predispor à vivência da maior de todas as virtudes e também por gerar a mais elevada frequência vibratória, possibilitando a rápida recuperação de energias.

É bem fácil observar como a queda energética produz cansaço, irritação, impaciência, insônia e até mesmo problemas físicos. A respiração profunda nesses momentos, para equilibrar os ritmos internos, e o exercício do amor para elevar o teor vibratório, produzem mudanças tão profundas, que atestam, até mesmo para os incrédulos, a sua eficácia.

EXERCÍCIO

Respirar calma e profundamente algumas vezes.

Relaxar...

Começar a sentir amor por si mesmo e por todos que o circundam.

Se estiver num local público olhar para alguma pessoa (qualquer uma) com ternura, com carinho.

Assim é possível recondicionar-se, ou seja, transformar efetivamente o homem velho em novo.

Recomendar para que façam esse exercício sempre que perceberem que o seu interior está se carregando com emoções negativas.

AMOR

Convidar os presentes a relaxarem.

Induzi-los a sentirem amor por cada parte do próprio corpo...

Em seguida, a sentir afeto pelo vizinho da esquerda, da direita, todos da sala, familiares, etc.

Por fim estender essa vibração para a humanidade inteira.

Recomendar para que façam este exercício sempre que lembrarem.

CENSOR INTERNO

Outro exercício que pode ser ensinado à plateia.

Sempre que lembrar, observar o que estava pensando naquele momento e no imediatamente anterior.

O mesmo com relação aos sentimentos.

Analisar a qualidade positiva ou negativa desses pensamentos e sentimentos, ou emoções, e fazer sua própria censura.

Transmutar os conteúdos negativos para positivos.

sempre estar em coerência com o que está sendo dito, mas, muito cuidado com os exageros, porque todo exagero na comunicação já está na rota da palhaçada.

PARTE PRÁTICA

POSTURA CORPORAL- (SEM MICROFONE)

OBS. O instrutor deve advertir os participantes quanto à necessidade de humildade, para que ninguém se melindre com as observações ou críticas que forem feitas, porque sua finalidade será sempre a de ajudar.

Cada participante deverá falar sobre assunto de sua livre escolha. Pode contar uma estória, falar sobre si mesmo ou sobre um tema doutrinário, o que preferir. A duração recomendada é de aproximadamente três minutos. É importante que o tempo seja definido e obedecido, para que o candidato comece desde logo a aprender disciplina no horário. **Os demais alunos e o instrutor formam a platéia.**

Observação: EM TODAS AS AULAS PRÁTICAS SÓ PASSAR PARA O MÓDULO SEGUINTE DEPOIS QUE TODOS TIVEREM FEITO A SUA APRESENTAÇÃO.

O auditório (colegas de curso e o instrutor) observam sua postura e movimentação (lembrar que nesta aula está em foco **apenas a postura corporal**).

Ao final da apresentação o instrutor designa alguém do grupo para avaliá-lo, lembrando que o faça **apenas no tocante à postura corporal**.

Esta tática (encarregar sempre um dos participantes para avaliar o colega) leva todos a prestarem mais atenção em todos os detalhes do que está sendo ensinado e, também, a maior participação.

Em seguida o instrutor faz suas próprias observações e recomendações, com relação a cada um dos 4 itens em foco (postura e movimentação do corpo, as mãos, o olhar, a gesticulação) tendo sempre a preocupação de dizer a verdade, mas sem ferir, destacando os pontos negativos e também os positivos, visando ao incentivo salutar.

NO CASO DE TODOS TEREM FEITO SUAS APRESENTAÇÕES E O INSTRUTOR ENTENDER QUE JÁ PODEM DAR O SEGUNDO PASSO, INFORMAR QUE DEVEM ESTUDAR A PARTE TEÓRICA DO SEGUNDO MÓDULO E PREPARAREM PARA A PRÓXIMA AULA, NOVA PALESTRA DE APROX. 3 MINUTOS.

TRANSMUTAÇÃO

Sentar-se confortavelmente.

Respirar calma e profundamente algumas vezes para harmonizar os ritmos internos.

Lembrar alguma recente ocorrência desagradável, observando as emoções que produz: raiva, revolta, desespero...

Com o poder da vontade, deixar escoar essas emoções negativas, assim como a água escoar para o chão, que a absorve. O que ainda sobrar, transmutar em dinamismo saudável direcionado ao trabalho, ou outra atividade positiva.

Em seguida, adicionar sentimentos fraternos, preenchendo todo o ser com uma ambiência de contentamento, confiança, amor fraterno e bem-estar.

Degustar essas emoções de amor, de paz, de alegria, estendendo-as para toda a sala, envolvendo todos os companheiros nessa vibração.

Amplia-la para a humanidade inteira, abraçando mentalmente o planeta com muito carinho, muito amor...

Terminado o exercício, explicar ao auditório que em **vez de lutar contra os valores negativos da nossa personalidade fica bem mais fácil transmutá-los em outros positivos**.

Com algum tempo consegue-se essa transmutação de forma quase instantânea, bastando um comando mental.

Se as invirtudes⁵ são condicionamentos que adquirimos ao longo das encarnações, para corrigi-las, teremos de passar por um recondicionamento, e os expositores espíritas podem dar significativa colaboração, passando a seus auditórios essas ideias e enfoques, ajudando-os a assimilá-los.

Com esse fito coloco em suas mãos a seguinte sugestão, rogando que a leia com atenção, medite sobre a questão com o coração aberto e aplique-a em suas atividades junto àqueles que se reúnem para ouvi-lo.

Sugestão: utilizar sempre a última parte da palestra para tratar da questão da reforma, ou crescimento interior e finalizar os trabalhos com algum exercício prático, feito com o auditório.

OBS. Divaldo Franco, em seus workshops ensina muitas dessas práticas.

A seguir, alguns modelos de exercícios ou práticas que podem ser modificados ou adaptados conforme a necessidade e gosto de cada expositor, lembrando que a música suave ajuda a relaxar e elevar o teor vibratório:

⁵ Falta de virtude, defeito

CASO CONTRÁRIO, DAR CONTINUIDADE AO MÓDULO NA AULA SEGUINTE, E ATÉ QUE TODOS JÁ ESTEJAM CAPACITADOS A PASSAREM PARA OUTRO MÓDULO.

Observação: PARA O RESTANTE DO CURSO HAVERÁ NECESSIDADE DE MICROFONE COM E SEM PEDESTAL.

2º MÓDULO

PARTE TEÓRICA - PARA SER ESTUDADA EM CASA

ITEM 01 - COMO FALAR

Lembrar sempre que o expositor espírita não é um profissional da fé que precisa teatralizar, ou usar recursos outros para angariar fiéis. Sua tarefa é informar sobre este universo de novos conhecimentos que é o Espiritismo. Mas, deve lembrar também que está lidando com a religiosidade das pessoas, e que em cada uma ela se manifesta de forma diferente.

Há os místicos, cuja sensibilidade religiosa necessita de alimento adequado e este pode ser-lhes ministrado sem cair no pieguismo e sem transformar as práticas espíritas em canais salvacionistas.

Se a proposta espírita é a de libertar a criatura das amarras do igrejismo, através do conhecimento, essa libertação será sempre lenta e progressiva. Cabe então ao expositor ter isto em mente e colocar religiosidade em suas palestras, no momento certo, o que é diferente de igrejismo.

Há também os científicos que talvez estejam necessitando de mais religiosidade. Por isso, falar das coisas superiores com elevação, sem pieguismos¹, mas também sem frieza.

¹ Sentimentalidade excessiva, afetação exagerada e às vezes ridícula de sentimentos.

REFLEXÕES

Caro Expositor espírita:

Saúdo-o na paz do Inefável, convidando-o a algumas reflexões.

Qual é o principal papel da Terceira Revelação?

Não é a reforma moral do ser humano e o seu crescimento interior?

Essa reforma, porém, pelas grandes dificuldades que apresenta para sua consecução, acaba relegada a um plano secundário, ou substituída por trabalhos outros, como por exemplo, os de caridade...

Mas, já estamos caminhando sobre a ponte entre esta e a nova civilização, fase esta que pede novos **posicionamentos**.

Entendo que é preciso colocar a reforma interior na pauta das **primeiras prioridades** dentro das atividades espíritas, mesmo porque, o avanço do conhecimento no que diz respeito ao comportamento do ser humano já viabiliza “n” recursos que podem ajudar, não só nessa reforma, como também no crescimento interior do ser.

- VII. O assunto que aborda e a forma como o faz, está sendo realmente de utilidade a quem ouve?
- VIII. Sua intenção mais oculta é aparecer, ser visto, admirado ou ajudar o próximo?

Ter em mente que o expositor espírita não deve ser um mero divulgador do Espiritismo, mas acima de tudo, ter a mensagem espírita como um dos instrumentos que podem ajudar o ser humano a ser mais fraterno e viver mais feliz.

- I. Nunca tentar imitar oradores famosos.
- II. Criar estilo próprio, simples, sem exageros, lembrando que uma palestra num centro espírita é mais uma conversa do que uma conferência. Nada, portanto, de teatralidade.
- III. Falar claro e suficientemente alto para que todos possam ouvir, até os da última fila, mas sem gritar.
- IV. Ter o cuidado de pronunciar cada palavra integralmente, não engolindo sílabas, nem deixando a voz morrer na última.
- V. Se possível, fazer exercícios de aquecimento das cordas vocais, antes da palestra (caretas com o rosto e a boca, são muito bons - sem que o vejam, é claro).
- VI. Não falar como metralhadora, ta, ta, ta, ta..., mas com pausas e pequenas mudanças na entonação e volume da voz. Isto torna a palestra agradável e menos cansativa.
- VII. Pode-se deixar aflorar em momentos oportunos a sensibilidade e falar com emoção, mas sem exageros e sem semelhanças com o tipo melodrama.

- VIII. Cuidado com cacoetes, trejeitos ou vícios de postura ou fala.
- IX. A oratória nunca deve ser linear. Há sempre palavras e mesmo frases que devem ser ressaltadas.

Por exemplo:

“A finalidade essencial do Espiritismo é ajudar o ser humano em sua evolução, lembrando-lhe os ensinamentos de Jesus e trazendo-lhe todo um universo de novos conhecimentos”

- X. Para ressaltar ou destacar uma palavra, basta dizê-la um pouco mais devagar, ou mudar um pouco a entonação, apoiando o destaque com a expressão do rosto, a movimentação da cabeça, ou com o gesto, conforme o caso.
- XI. Não usar períodos longos, nem linguagem empolada ou difícil. Quando usar termos do vocabulário espírita, tais como, perispírito, umbral, desencarne, etc., explicar sempre o significado. Por exemplo: “... perispírito, ou corpo espiritual”.
- XII. A linguagem deve ser simples e de bom gosto, lembrando que se está ali a serviço do Cristo para explicar e fazer o público entender a mensagem do Espiritismo, não para exibir cultura. Sempre é possível explicar assuntos,

- I. Cada ponto, cada detalhe do que diz está em harmonia com o bom senso, a ética, a caridade e o conhecimento espírita?
- II. O seu enfoque interpretativo dos fatos é:
- a) cético,
 - b) cauteloso,
 - c) afoito,
 - d) deslumbrado,
 - e) sarcástico...?
- III. Acha que conhece suficientemente o assunto para dele falar com segurança e de forma correta?
- IV. Repense e observe se não disse algum absurdo ou tolice.

OBSERVAR A SI MESMO DURANTE SEUS DISCURSOS

MENTAIS E RESPONDER COM SINCERIDADE :

- I. Está sentindo prazer (vaidade) em mostrar sua erudição ou aptidão de oratória?
- II. Está enfrentando dificuldade por causa da timidez?
- III. Consegue sintetizar a fala, desenvolvendo-a de forma e em linguagem simples e objetiva?
- IV. Consegue criar na exposição um conteúdo realmente coerente e adequado a quem o estará ouvindo?
- V. Está sendo repetitivo?
- VI. Usa muitas vezes determinadas palavras ou chavões?

SUGESTÕES PRÁTICAS PARA O DESENVOLVIMENTO DAS FACULDADES DE ORATÓRIA.

OCUPAR A MENTE COM A QUESTÃO.

Nos momentos de pensamento livre, ficar imaginado que está diante de um auditório explicando algo sobre Espiritismo ou respondendo perguntas sobre o mesmo, ou ainda, sobre ocorrências, tais como, sonhos premonitórios, milagres, espírito que apareceu a alguém para informar onde estava seu cadáver e quem o matou, casos de poltergeist⁴ e outras tantas coisas que podem ser explicadas através do conhecimento espírita.

ENQUANTO ESTIVER FAZENDO SEU DISCURSO IMAGINÁRIO OBSERVAR OS SEGUINTE ITENS:

⁴ (do alemão polter, que significa ruído, e geist, que significa espírito) é um tipo de evento sobrenatural que se manifesta deslocando objetos e fazendo ruídos. Acredita-se que o foco dessa perturbação é muitas vezes uma criança na fase da puberdade, em geral do sexo feminino. O evento caracteriza-se por estar relacionado a um indivíduo e por ter curta duração. Difere da chamada assombração, que pode-se estender por anos, sempre associada a uma área, geralmente uma casa. No fenômeno poltergeist um espírito perturbado usa o indivíduo para se manifestar, às vezes de forma agressiva, fazendo objetos como pedras, por exemplo, voarem pelos ares atingindo objetos e outras pessoas. Para a manifestação desse espírito, segundo a literatura espírita, é necessária a presença de um médium de efeitos físicos, ainda que seja completamente alheio à sua faculdade, para que os fenômenos ocorram.

mesmo complexos e profundos, em linguagem acessível a uma platéia heterogênea. A pessoa culta entende uma linguagem simples mas a inculta não a entende, quando complexa.

- XIII. Ao preparar a palestra considerar o tipo de auditório que terá, escolhendo o assunto e a maneira de abordá-lo, sempre de acordo com o alcance intelectual e as necessidades daqueles que irão ouvi-lo.
- XIV. Não usar linguagem de imprensa.
- XV. Usar linguagem formal ou informal, de acordo com a ocasião. Em ocasiões solenes a linguagem deve ser formal, clara e educada. Preparar o discurso com antecedência, assim como tudo que for necessário, a fim de não interromper a fala para procurar nomes, datas, papéis, etc.
- XVI. Cuidado com chavões e frases de efeito. Sua repetição é desagradável e desfavorece o expositor.
- XVII. Buscar estoque maior de estórias e ditos engraçados, para não ficar repetitivo.

PARTE PRÁTICA

POSTURA CORPORAL - (COM MICROFONE)

Esta parte é semelhante à do primeiro módulo.

Cada participante deverá fazer sua palestra de três minutos solicitada na aula anterior, só que, desta vez, **usando o microfone**. É importante que o tempo seja definido e obedecido, para que o participante acostume-se a ter disciplina no horário.

Ao final da apresentação o instrutor designa alguém do grupo para avaliá-lo, lembrando que o faça **apenas no tocante ao que foi dado até o momento**.

Em seguida o instrutor faz suas próprias observações e recomendações, tendo sempre a preocupação de dizer a verdade, mas sem ferir, destacando os pontos negativos e também os positivos, visando o incentivo salutar.

Observação: NO CASO DE TODOS TEREM FEITO SUAS APRESENTAÇÕES E O INSTRUTOR ENTENDER QUE JÁ PODEM DAR O TERCEIRO PASSO, INFORMAR QUE DEVEM ESTUDAR A PARTE TEÓRICA DO TERCEIRO MÓDULO E PREPARAREM PARA A PRÓXIMA AULA, NOVA PALESTRA DE APROXIMADAMENTE 5 MINUTOS.

CASO CONTRÁRIO, DAR CONTINUIDADE AO MÓDULO NA AULA SEGUINTE, E ATÉ QUE TODOS JÁ ESTEJAM CAPACITADOS A PASSAREM PARA OUTRO MÓDULO.

6º MÓDULO

PARTE PRÁTICA

Conforme o número de participantes, este módulo será mais ou menos longo, podendo prolongar-se por várias aulas. O importante é capacitar realmente os participantes através, principalmente, do treinamento prático.

Cada participante faz seu discurso e, em seguida, os presentes fazem-lhe perguntas sobre os aspectos mais variados do conhecimento espírita.

Os que não forem aprovados deverão retornar para novas avaliações nas próximas aulas, até estarem perfeitamente aptos, ou serem dados como “não qualificados” para exercer a função de expositor.

É importante que o Instrutor não se deixe levar por sentimentalismos, nem por falsos conceitos de caridade, **a fim de não compactuar com a má qualidade** na exposição do Espiritismo.

OBS. Nas aulas seguintes e até o encerramento do curso, seguir o modelo do último módulo.

Esta parte é semelhante à dos módulos anteriores, só que, em vez das palestras, o aluno irá responder perguntas feitas pelos companheiros e o monitor. Também é importante que o tempo seja definido e obedecido, para que o participante acostume-se a ter disciplina no horário.

Ao final da apresentação o instrutor designa alguém do grupo para avaliá-lo.

Em seguida o instrutor faz suas próprias observações e recomendações, tendo sempre a preocupação de dizer a verdade, mas sem ferir, destacando os pontos negativos e também os positivos, visando o incentivo salutar.

Observação: NO CASO DE TODOS TEREM FEITO SUAS APRESENTAÇÕES E O INSTRUTOR ENTENDER QUE JÁ PODEM DAR O SEXTO PASSO, INFORMA-LOS DE QUE DEVEM PREPARAR PARA A PRÓXIMA AULA UMA PALESTRA DE APROX. 10 MINUTOS.

CASO CONTRÁRIO, DAR CONTINUIDADE AO MÓDULO NA AULA SEGUINTE, E ATÉ QUE TODOS JÁ ESTEJAM CAPACITADOS A PASSAREM PARA OUTRO MÓDULO.

3º MÓDULO

PARTE TEÓRICA - PARA SER ESTUDADA EM CASA

ITEM 01 - PREPARANDO A PALESTRA

O expositor espírita precisa estudar muito, conhecer as obras básicas da Codificação, as complementares, ler jornais e revistas espíritas para ficar a par do que acontece por aí, principalmente, quanto a pesquisa científica relacionada com fatos ou conceitos espíritas, assim como, também, sobre o que acontece no mundo.

- I. Em qualquer ocasião preparar cuidadosamente a palestra, mesmo que acredite que os espíritos irão assessorá-lo e inspirá-lo. É comum a inspiração fugir e o expositor ter um “branco”. Se tiver preparado devidamente a palestra será mais fácil retomar o “fio da meada”.
- II. Ao preparar a palestra é importante escrever os tópicos do que vai dizer. Se for fazer citações de datas, lugares, nomes etc., escrevê-los no roteiro.
- III. Ter o roteiro à mão, embora de forma discreta, mas natural. É preferível segurá-lo na mão, olhando-o discretamente, do que parar de falar, andar até a mesa e espichar o pescoço para lê-lo.

- IV. Ao preparar o roteiro, lembrar que a exposição deve obedecer a critérios de **começo, meio e fim**:
- V. O **começo** é onde o expositor ganha ou perde o interesse da plateia.

Vejamos dois exemplos de começo.

1. “- Um homem sonhou que acompanhava um enterro, mas sem coragem de olhar quem estava no caixão. De repente o cortejo parou e todos olharam para ele. Compreendeu que queriam que ele olhasse quem ia no caixão. Aproximou-se, levantou a tampa... e viu seu pai, ali, morto. Pouco tempo depois seu pai morria inesperadamente. Isto foi uma premonição²”.
2. “- Um termo muito usado nos meios espíritas e mesmo nos leigos é premonição. Vem do francês, *prémonition*, e é o mesmo que *metagnomia*³ profética, pré-conhecimento, presciência, ou previsão profética...”

- VI. Qual destes dois exemplos você escolheria? **Qual deles despertaria mais o interesse do auditório?**

² Sensação, pressentimento do que vai suceder. Imagem ou sonho profético

³ (meta+gnomo+ia1) Conhecimento de fenômenos não perceptíveis ou cognoscíveis pelos sentidos normais.

legiões de Maria de Nazaré, visando despertar a fé ou alertar o ser humano para uma conduta melhor. Mas **pode também ter sido** uma projeção mental, ou fenômeno ligado à imaginação das pessoas etc. **É perigoso e leviano afirmar algo que não se sabe com segurança.**

- IV. O expositor principiante começa a perceber que durante a palestra sua mente se expande e as idéias fluem com maior facilidade. Pode sentir, ou não, presenças espirituais. Alguns elogios surgem e as pessoas começam a procurá-lo ao final dos trabalhos. Estas coisas afagam qualquer EGO, e aí está o perigo, que tem posto a perder inúmeros bons talentos, por terem aceito o pedestal.
- V. Lembrar que as pessoas reencarnam com programas determinados e os que sentem-se chamados, certamente tem tarefas que prometeram cumprir. E, para isto, o alto dotou-as das condições necessárias e dá-lhes a ajuda de que carecem. Por isso, ao que fala em nome do Espiritismo, é natural que receba a inspiração superior de que precisa. Faz parte do trato. Portanto, nada há aí para entregar o Ego aos afagos da vaidade, coisa absolutamente incompatível com a evolução.

PARTE PRÁTICA - (COM MICROFONE)

5º MÓDULO

PARTE TEÓRICA - PARA SER ESTUDADA EM CASA

RESPONDENDO PERGUNTAS

- I. Quando for perguntado sobre alguma questão para a qual não tenha absoluta segurança na resposta, diga honestamente que não sabe com exatidão, mas que vai informar-se para posteriormente repassar ao interessado. Pode também indicar algum livro que trate do assunto. Ninguém é obrigado a conhecer todas as respostas. O Espiritismo é assunto sério, merece respeito.
- II. Ao ser perguntado, vá com calma e ponderação para a resposta, procurando sempre inspiração superior. **Nem sempre o que pensamos saber, sabemos-lo de fato**, e há muito expositor espírita por aí, dizendo afoitamente inverdades e até mesmo absurdos, sem parar para refletir no que diz.
- III. Quando a pergunta for sobre algum fato ou ocorrência, como aparições de Nossa Senhora, nunca afirmar: é isto, ou é aquilo. Mesmo pela ótica espírita há, geralmente, outras alternativas para qualquer resposta. Pode-se dizer, por exemplo, que o fenômeno **pode ter sido** ilusão de ótica, ou, quem sabe, aparição de algum espírito das

- VII. O **meio** é o desdobramento do assunto, a sua explicação ou exposição, o seu detalhamento.
- VIII. O **fim** é como um lampejo que lança luz sobre tudo o que foi dito e encerra a palestra. É importante encerrá-la procurando conduzir a um clima de contentamento, de esperança, valorizando sentimentos nobres, de fraternidade e/ou religiosidade, sem pieguices.
- IX. Cuidado com o uso do “eu” e do “nós”. A certo expositor que sempre se referia a si mesmo como “nós”, alguém da plateia perguntou quem era o outro ou outros. Apanhado de surpresa, respondeu que os outros eram os espíritos.
- X. Cuidado também com o “vós”, que está em desuso.
- XI. Não falar em “espiritiz” com termos desconhecidos do público, tais como perispírito, etc. sem dar a devida explicação, como, por exemplo: “perispírito, ou corpo espiritual”. Nos meios espíritas há certa terminologia que de tão repetida fica desagradável, como “orbe”, e outros pouco usados nos meios leigos, além de inúmeros chavões.
- XII. É importante prender a atenção da plateia, tanto pelo conteúdo da palestra, pela maneira de desenvolvê-la, como por pequenos recursos, tais como, contar alguma estória interessante para ilustrar ou reforçar o assunto em pauta, ou dizer alguma coisa engraçada que faça o público rir. Mas, cuidado. Para isso é necessário treino a

fim de poder retomar corretamente o assunto. Também é importante não exagerar.

- XIII. Não permitir que pessoas fiquem conversando durante a exposição. Na maioria das vezes basta calar-se e olhar para elas, esperando o silêncio necessário para continuar.

PARTE PRÁTICA - (COM MICROFONE)

Esta parte é semelhante à dos módulos anteriores.

Cada participante deverá fazer sua palestra de cinco minutos solicitada na aula anterior, usando o microfone. É importante que o tempo seja obedecido, para que o participante acostume-se a ter disciplina no horário.

Ao final da apresentação o instrutor designa alguém do grupo para avaliá-lo, lembrando que o faça **apenas no tocante ao que foi dado até o momento**.

Em seguida o instrutor faz suas próprias observações e recomendações, tendo sempre a preocupação de dizer a verdade, mas sem ferir, destacando os pontos negativos e também os positivos, visando ao incentivo salutar.

Observação: NO CASO DE TODOS TEREM FEITO SUAS APRESENTAÇÕES E O INSTRUTOR ENTENDER QUE JÁ PODEM DAR O QUARTO PASSO, INFORMAR QUE DEVEM ESTUDAR A PARTE TEÓRICA DO QUARTO MÓDULO E

Cada participante deverá fazer sua palestra de cinco minutos solicitada na aula anterior, desta vez sem o microfone, para acostumar-se a falar com e sem ele. É importante que o tempo seja obedecido, para que o participante acostume-se a ter disciplina no horário.

Ao final da apresentação o instrutor designa alguém do grupo para avaliá-lo, lembrando que o faça apenas **no tocante ao que foi dado até o momento**.

Em seguida o instrutor faz suas próprias observações e recomendações, tendo sempre a preocupação de dizer a verdade, mas sem ferir, destacando os pontos negativos e também os positivos, visando ao incentivo salutar.

Observação: NO CASO DE TODOS TEREM FEITO SUAS APRESENTAÇÕES E O INSTRUTOR ENTENDER QUE JÁ PODEM DAR O QUINTO PASSO, INFORMAR QUE DEVEM ESTUDAR A PARTE TEÓRICA DO QUINTO MÓDULO E QUE, EM VEZ DE PALESTRA, NA PROXIMA AULA IRÃO RESPONDER PERGUNTAS.

CASO CONTRÁRIO, DAR CONTINUIDADE AO MÓDULO NA AULA SEGUINTE, E ATÉ QUE TODOS JÁ ESTEJAM CAPACITADOS A PASSAREM PARA OUTRO MÓDULO.

feita discretamente, com ordens a si mesmo para relaxar e pedidos de ajuda aos planos mais altos.

- IX. É preciso ter muito cuidado com a vaidade dissimulada, como por exemplo, fazer saber aos companheiros que vai retirar-se para entrar em mais íntimo contato com as forças mais altas, na preparação da palestra, dando a entender que é alguém superior ao comum dos mortais. **Quem se detém a analisar com sinceridade seu próprio interior começa a descobrir as muitas máscaras com que a vaidade se apresenta.**
- X. Estudar sempre e quanto possa a Doutrina Espírita, principalmente as obras da Codificação, sem esquecer outros autores, encarnados e desencarnados. Lembrar que Espiritismo compõe-se de filosofia, religião e ciência, por isso o expositor deve estar a par dos avanços científicos e tecnológicos relacionados com o assunto. Há muitos jornais espíritas, revistas e livros que podem trazer o leitor bem informado sobre estas questões. A cultura geral também precisa fazer parte dos valores do expositor.

PARTE PRÁTICA - (SEM MICROFONE)

Esta parte é semelhante à dos módulos anteriores.

PREPARAREM PARA A PRÓXIMA AULA, NOVA PALESTRA DE APROXIMADAMENTE 5 MINUTOS
CASO CONTRÁRIO, DAR CONTINUIDADE AO MÓDULO NA AULA SEGUINTE, E ATÉ QUE TODOS JÁ ESTEJAM CAPACITADOS A PASSAREM PARA OUTRO MÓDULO.

4º MÓDULO

PARTE TEÓRICA - PARA SER ESTUDADA EM CASA

POSTURAS PSICOLÓGICA E MORAL-ESPIRITUAL:

- I. A primeira impressão causada sobre a platéia é importantíssima. Entrar, ou estar em cena de forma descontraída, mas não vulgar, com alegre sorriso, para levantar o astral da platéia e ganhar simpatia. Também é interessante dizer algumas palavras iniciais antes do discurso propriamente dito, para fazer um elo de ligação entre si e a platéia, como, por exemplo: “Estou muito feliz por estar aqui, hoje, com vocês... para buscarmos juntos o conhecimento superior, a fraternidade, a paz e harmonia interior. Eu gostaria que todos ficassem a vontade, relaxados, procurando, cada qual, sentir carinho, bem-querer, pelos demais companheiros. Vamos ver uns aos outros com simpatia, já que somos todos irmãos...etc.”
- II. Dizer que está ali para aprender com a platéia, soa falso. A humildade não precisa ser anunciada.
- III. O expositor espírita deve conscientizar-se da grande responsabilidade que assume ao usar a palavra, lembrando que ela, a sua palavra, será dita principalmente a pessoas predispostas a nele acreditar e

confiar. A tudo que disser peça inspiração superior, mas não esqueça de pautar sua vida pelos princípios que prega, a fim de ser verdadeiro e poder manter abertos seus canais de inspiração.

- IV. O expositor espírita, como qualquer outro “manipulador da fé”, passa sempre a ser visto como modelo. Daí a necessidade de fazer a si mesmo alguns questionamentos:
 - V. - Qual é o exemplo que estou passando aos outros?
 - VI. - Para as perguntas que me são feitas, tenho sempre a resposta na ponta da língua?... ou prefiro questionar-me sobre a resposta, se ela está realmente correta, se deve ser dita e sobre como deve ser apresentada?
 - VII. Certa mulher entrou em depressão profunda, sofrendo conseqüências psicológicas de difícil superação, depois que ouviu um expositor espírita falar sobre o aborto com fortes tintas de “crime imperdoável”. Ela perguntou-lhe qual seria o castigo para a mulher que fez abortos e ele respondeu dizendo que ela será abortada, em suas futuras tentativas de reencarnação, tantas vezes quantos abortos tenha feito.
 - VIII. Antes da palestra é importante buscar algum tempo de isolamento para relaxar e harmonizar-se. Se isto não for possível, pode fazer alguma leitura de teor evangélico. Também ajuda muito a respiração profunda, que pode ser