

PLANO DE AULA

FEDERAÇÃO ESPÍRITA BRASILEIRA
DEPARTAMENTO DE INFÂNCIA E JUVENTUDE
SETOR DE PLANEJAMENTO
PLANO DE AULA N.º 4
CICLO: 2º CICLO DE JUVENTUDE (18 a 21 anos)

II UNIDADE: PRECE
SUBUNIDADE: A PRECE COMO FATOR DE EQUILÍBRIO FÍSICO E ESPIRITUAL.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTEÚDO	ATIVIDADES DO EVANGELIZADOR	ATIVIDADES DO EVANGELIZANDO	TÉCNICAS / RECURSOS
<ul style="list-style-type: none"> * Reconhecer na prece um fator indispensável ao nosso equilíbrio físico e espiritual. 	<ul style="list-style-type: none"> * Sozinho ou em grupo, em qualquer lugar ou hora, pode e deve o Espírito orar, para alimentar-se das emanções divinas, como se alimenta dos elementos materiais. * A prece cotidiana, no início e ao final do dia, é poderoso auxílio ao equilíbrio das atividades diárias e igualmente do sono. * A prece feita em conjunto, no reduto doméstico, pelos familiares, pela vizinhança, para todos em fim, é elemento-força de valor inestimável para o equilíbrio de cada um e do grupo como um todo. * "(...) A prece de cada dia consiste no cumprimento dos vossos deveres, sem exceção de nenhum, qualquer que seja a natureza deles. (...)" (9) 	<ul style="list-style-type: none"> * Iniciar a aula escrevendo no quadro-de-giz os assuntos anteriores. ⇒ Ação magnética da prece. ⇒ A prece como instrumento de auxílio ao próximo e a si mesmo. ⇒ Ação preventiva e corretiva da prece. 	<ul style="list-style-type: none"> * Ler com atenção os itens apresentados no quadro-de-giz, relacionando-os aos assuntos já estudados. 	<p>TÉCNICAS</p> <ul style="list-style-type: none"> * Exposição dialogada. * Trabalho de grupo. * Exposição participativa. * Leitura expressiva. <p>RECURSOS</p> <ul style="list-style-type: none"> * Cartaz ou transparência. * Texto.
		<ul style="list-style-type: none"> * Estabelecer um diálogo com o grupo para revisar o que já foi estudado nas outras aulas. * Apresentar, em cartaz ou transparência, (Anexo 1) a expressão: ⇒ <i>A Prece como fator de equilíbrio físico e espiritual.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> * Participar ativamente do diálogo estabelecido, demonstrando a assimilação do assunto. * Observar com atenção o cartaz ou a transparência. 	
		<ul style="list-style-type: none"> * Dar alguns minutos para que os alunos reflitam sobre o assunto da expressão. 	<ul style="list-style-type: none"> * Refletir sobre o assunto da expressão apresentada. 	

AValiação: A AULA SERÁ CONSIDERADA SATISFATÓRIA SE OS EVANGELIZANDOS PARTICIPAREM DAS ATIVIDADES PROPOSTAS; RESPONDEREM CORRETAMENTE ÀS PERGUNTAS APRESENTADAS NO TRABALHO EM GRUPO E DEMONSTRAREM ASSIMILAÇÃO DOS ASSUNTOS JÁ ESTUDADOS.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTEÚDO	ATIVIDADES DO EVANGELIZADOR	ATIVIDADES DO EVANGELIZANDO	TÉCNICAS / RECURSOS
	<p>* (...) A prece é de essência divina. Registros especiais captam as rogativas da Terra e as transformam em repostas de socorro celeste. Nenhum apelo, neste Universo de vibrações e intercâmbios, jaz sem resposta. Quem se compraz na revolta sintoniza com as mentes carregadas de ira, que se conjugam em comércio de longa duração, assim como quem vibra esperança e amor sincroniza com as forças emissoras da paz e da harmonia, estabelecendo ligações que favorecem o otimismo e a saúde.</p> <p>Não poucas vezes nos admiramos de como algumas frágeis criaturas sobrevivem sob cargas de penosas agonias, sem desfalecerem; de outras que resistem a alucinantes situações; de muitas que exalam paz, embora o coração estiolado pelas conjunturas da adversidade... Todas elas haurem, através da prece, a vitalidade que as sustenta e mantém pelo concurso da oração, através do recolhimento, na meditação, ampliando os processos de captação pelas antenas psíquicas que recebem as repostas divinas, jamais atrasadas." (2)</p>	<ul style="list-style-type: none"> * Dizer-lhes, a seguir que esse é o assunto desta aula. * Pedir aos alunos que, por meio da técnica do cochicho (Anexo 2), discutam a expressão apresentada. * Desenvolver a aula propondo um estudo por meio de um trabalho em grupo (Anexo 3). * Encerradas as tarefas do trabalho em grupo, solicitar que em plenária seja feita a leitura das conclusões. * Após, tomar como base os textos de subsídios (Anexo 4) e concluir o assunto, esclarecendo pontos não suficientemente compreendidos e diminuindo dúvidas. * Como atividade final, fazer a leitura expressiva do texto <i>O tesouro da oração</i>. (Anexo 5) * Atividade alternativa: análise e reflexão de uma música (Anexo 6) 	<ul style="list-style-type: none"> * Discutir o assunto apresentado. * Realizar a tarefa proposta com interesse. * Reorganizar-se no grande grupo para ouvir as conclusões. * Participar ativamente da conclusão da aula, questionando, emitindo opiniões e formulando perguntas para diminuir dúvidas. * Ouvir em silêncio a leitura. * Participar com atenção e interesse 	

II UNIDADE: PRECE
2º CICLO DE JUVENTUDE
PLANO DE AULA Nº 4
RECURSO DIDÁTICO

**“A PRECE
COMO
FATOR DE
EQUILÍBRIO
FÍSICO E
ESPIRITUAL.”**

ANEXO 2

II UNIDADE: PRECE
2º CICLO DE JUVENTUDE
PLANO DE AULA Nº 4
TÉCNICA DE ENSINO

TÉCNICA DO COCHICHO

Também conhecida como grupo de murmúrio, consiste na divisão do grande grupo em pequenos segmentos de dois ou de três alunos.

Objetivos:

- discutir problemas, idéias, opiniões e conceitos;
- facilitar e promover a aproximação dos alunos;
- favorecer a participação individual.

Desenvolvimento:

- Esta técnica, por ser informal, não estabelece passos a serem seguidos. O Evangelizador orientará o aluno quanto:
 - ◆ à duração da discussão;
 - ◆ ao assunto a ser discutido;
 - ◆ à formação das duplas ou trios.

Após o tempo previsto, os grupos apresentarão suas conclusões.

Obs.: O Evangelizador deverá ficar atento para que o barulho das vozes não perturbe o desenvolvimento da técnica.



ANEXO 3

II UNIDADE: PRECE
2º CICLO DE JUVENTUDE
PLANO DE AULA Nº. 4
TÉCNICA DE ENSINO

TRABALHO EM GRUPO

1. Dividir a turma em grupos de 4 a 5 elementos.
2. Solicitar aos grupos que escolham um coordenador, um cronometrista e um relator o qual deverá, ao final, ler as conclusões do seu grupo.
3. Explicar aos evangelizando que realizarão um estudo por meio de um questionário e de fichas-resumo.
4. Distribuir o questionário, orientando para que ele seja respondido sem consulta prévia, determinando para isso um tempo (sugestão: 20 a 30 minutos).
5. Após o tempo estabelecido, entregar as fichas-resumo para que possam ler e refletir sobre as respostas dadas no questionário. Se necessário for, os grupos deverão corrigir e complementar as respostas que foram elaboradas.

*

SUGESTÃO DE UM QUESTIONÁRIO

1. A prece atua sobre as deficiências orgânicas do Espírito encarnado? Como?
2. O lugar onde oramos pode influir sobre os efeitos da prece? Justifique?
3. Qual o efeito da prece sobre o ambiente em que nos achamos?
4. Qual a utilidade de oramos ao despertar do sono físico? E ao ingressarmos nele?
5. Podemos compreender a prece como um meio de nos alimentarmos de vibrações enobrecidas? Por quê?
6. Quais os efeitos da prece feita no lar?
7. Para orar, devemos estar constantemente pensando em Deus? Por quê?
8. A oração em conjunto modifica a ação da prece?

CONTEÚDOS MÍNIMOS PARA CONFECÇÃO DAS FICHAS

“(…) No circuito de forças estabelecido com a oração, a alma não apenas se predispõe a regenerar o equilíbrio das células físicas viciadas ou exaustas, através do influxo das energias renovadoras que incorpora, espontaneamente, assimilando os raios de Vida Mais Alta a que se dirige, mas também reflete as sugestões iluminativas das Inteligências desencarnadas de condição mais nobre, com as quais se coloca em relação.” (8)

“O valor da prece está no pensamento (...) pode-se orar em qualquer lugar e a qualquer hora, só ou em comum. A influência do local ou da ocasião depende de as circunstâncias favorecerem ou não o recolhimento. (...)” (3)

“(…) Enquanto formulava a prece, radiosa luz adentrou-se pelo recinto, procedente das Regiões Felizes. Flocos delicados caíam suavemente, desfazendo-se ao contato com os corpos. As harmonias do ambiente repetiam as células do Cristianismo primitivo, nas noites inesquecíveis do intercâmbio espiritual que as sustentavam, quando visitadas pelos Embaixadores do Senhor, nos dias do testemunho...” (1)

“(…) A prece do cristão, do espírita, seja qual for o seu culto, deve ele dizê-la logo que o Espírito haja retomado o jugo da carne; (...) Deve ela subir humilde aos pés do Senhor, para lhe recomendar a vossa fraqueza, para lhe suplicar amparo, indulgência e misericórdia. (...)” (2)

“(...) não prescindimos do equilíbrio que converte a oração da noite numa força de introdução à espiritualidade enobrecida, porque, através da meditação e da prece, o homem começa a criar a consciência nova que o habilita a atuar dignamente fora do corpo adormecido. (...)” (5)

“(...) a prece é abençoada luz, assimilando correntes superiores de força mental que nos auxiliam no resgate ou na ascensão. (...)” (7)

“(...) Renovemos o contato com os ensinamentos de Jesus, tanto quanto seja possível, e não somente o lar que nos acolhe se transformará em celeiro de compreensão e solidariedade, mas também, a própria vida se nos fará luminoso caminho de ascensão à felicidade real.”(6)

“Esforço e prece completam-se no todo da atividade espiritual. (...)”

A oração ilumina o trabalho, e a ação é como um livro de luz na vida espiritualizada. (...)” (4)

“(...) A prece em comum tem ação mais poderosa, quando todos se associam de coração ao mesmo pensamento, objetivando o mesmo fim, porque é como se muitos cantassem, em coro, ao mesmo tempo. (...)” (3)

**Bibliografia dos conteúdos mínimos para a
confeção das fichas-resumo**

1. FRANCO, Divaldo Pereira. Revelações Surpreendentes. In: __. Grilhões Partidos. Ditado pelo Espírito Manoel Philomeno de Miranda. 10. ed. Salvador, BA: LEAL, 1997, p. 177.
2. KARDEC, Allan. Pedir e Obter. In: __. O Evangelho Segundo o Espiritismo. Trad. de Guillon Ribeiro. 115. ed. Rio [de Janeiro]: FEB, 1998. Cap. XXVII. Item 22, p. 381.
3. __. Pedir e Obter. In: __. A Prece Segundo o Evangelho. 44. ed. Rio [de Janeiro]: FEB, 1994. Item 15, p. 56.
4. XAVIER, Francisco Cândido. Esforço e oração. In: __. Caminho, Verdade e Vida. Pelo Espírito Emmanuel. 17. ed. Rio [de Janeiro]: FEB, 1997. Lição 6, p. 27.
5. __. Além do sono. In: __. Instruções Psicofônicas. 7. ed. Rio [de Janeiro]: FEB, 1995, p. 221.
6. __. Evangelho em casa. Mais Luz. Pelo Espírito Baturá. 6. ed. São Paulo: GEEM, 1980, p. 129.
7. __. Mediunidade e Oração. In: __. Nos Domínios da Mediunidade. Pelo Espírito André Luiz. 25. ed. Rio [de Janeiro]: FEB, 1998. Cap. 20, p. 197.
8. __. Oração. In: __. Mecanismos da Mediunidade. Pelo Espírito André Luiz. 16. ed. Rio [de Janeiro]: FEB, 1998, p. 179.

ANEXO 4

II UNIDADE: PRECE
2º CICLO DE JUVENTUDE
PLANO DE AULA Nº. 4
SUBSÍDIOS PARA O EVANGELIZADOR

A PRECE

« A prece, em verdade, nada pode mudar às leis imutáveis; ela não poderia, de maneira alguma, mudar os nossos destinos; seu papel é proporcionar-nos socorros e luzes que nos tornem mais fácil o cumprimento da nossa tarefa terrestre. A prece fervente abre, de par em par, as portas da Alma e, por essas aberturas, os raios de força, as irradiações do foco eterno nos penetram e nos vivificam.

Trabalhar com sentimento elevado, visando a um fim útil e generoso, é, ainda — orar. O trabalho é a prece ativa desses milhões de homens que lutam e penam na Terra, em benefício da Humanidade.

A vida do homem de bem é uma prece contínua, uma comunhão perpétua com seus semelhantes e com Deus. Ele não tem mais necessidades de palavras, nem de formas exteriores para exprimir sua fé: ela se exprime por todos os seus atos e por todos os seus pensamentos. Ele respira e se agita sem esforço em uma atmosfera fluidica cheia de ternura pelos desgraçados, cheia de boa vontade por toda a Humanidade. Essa comunhão constante se torna uma necessidade, uma segunda natureza. É graças a ela que todos os Espíritos de eleição se mantêm nas alturas sublimes da inspiração e do gênio.

Os que vivem no organismo e na materialidade, e cuja compreensão não está aberta às influências do Alto, esses não podem saber que impressões infáveis faculta essa comunhão da Alma com o Espírito Divino.

Todos aqueles que, vendo a espécie humana deslizar sobre os declives da decadência moral, procuram os meios de sustar sua queda, devem esforçar-se por tornar uma realidade essa união estreita de nossas vontades com a vontade suprema! Não há ascensão possível, encaminhamento para o Bem se, de tempos a tempos, o homem não se volta para o seu Criador e Pai, a fim de lhe expor suas fraquezas, suas incertezas, sua miséria, para lhe pedir os socorros espirituais indispensáveis à sua elevação. E quanto mais essa confissão, essa comunhão íntima com Deus for frequente, sincera, profunda, mais a Alma se purifica e emenda. Sob o olhar de Deus, ela examina, expande suas intenções, seus sentimentos, seus desejos; passa em revista todos os seus atos e, com essa intuição, que lhe vem do Alto, julga o que é bom ou mau, o que deve destruir ou cultivar. Ela compreende então que tudo quanto de mau vem do "eu" deve ser abatido para dar lugar à abnegação, ao altruísmo; que, no sacrifício de si mesmo, o ser encontra o mais poderoso meio de elevação, por que quanto mais ele se dá, mais se engrandece. Deste sacrifício faz a lei de sua vida, lei que imprime no mais profundo do seu ser, em traços de luz, a fim de que todas as ações sejam marcadas com o seu cunho.

.....
O' meu Deus! O' meu Pai! fonte de toda a sabedoria, de todo o amor, Espírito Supremo cujo nome é Luz, eu te ofereço meus louvores e minhas aspirações! Que elas subam a ti, qual um

perfume de flores, qual sobem para o céu os odores inebriantes dos bosques. Ajuda-me a avançar na senda sagrada do conhecimento, para uma compreensão mais alta de tuas leis, a fim de que se desenvolva em mim mais simpatia, mais amor pela grande família humana; pois sei que, pelo meu aperfeiçoamento moral, pela realização, pela aplicação ativa em torno de mim e, em proveito de todos, da caridade e da bondade, aproximar-me-ei de ti, e merecerei conhecerte melhor, comungar mais intimamente contigo na grande harmonia dos seres e das coisas. Ajuda-me a desprender-me da vida material, a compreender, a sentir o que é a vida superior, a vida infinita. Dissipa a obscuridade que me envolve; depõe em minha alma uma centelha desse fogo divino que aquece e abrasa os Espíritos das esferas celestes. Que tua doce luz e, com ela, os sentimentos de concórdia e de paz se derramem sobre todos os seres!

De "O Grande Enigma".

* * *

A prece deve ser uma expansão íntima da alma para com Deus, um colóquio solitário, uma meditação sempre útil, muitas vezes fecunda. É, por excelência, o refúgio dos aflitos, dos corações magoados. Nas horas de acabrunhamento, de pensar íntimo e de desespero, quem não achou na prece a calma, o reconforto e o alívio a seus males? Um diálogo misterioso se estabelece entre a alma sofredora e a potência evocada. A alma expõe suas angústias, seus desânimos; implora socorro, apoio, indulgência. E então, no

santuário da consciência, uma voz secreta responde: é a voz d'Aquele donde dinama toda a força para as lutas deste mundo, todo o bálsamo para as nossas feridas, toda a luz para as nossas incertezas. E essa voz consola, reanima, persuade; traz-nos a coragem, a submissão, a resignação estóica. E então nos erguemos menos tristes, menos atormentados; um raio de sol divino luziu em nossa alma, fêz despontar nela a esperança.

Há homens que desdenham a prece, que a acham banal e ridícula. Esses jamais oraram, ou talvez nunca tenham sabido orar. Ah! sem dúvida, se só se trata de padre-nossos proferidos sem convicção, de resposos tão vãos quanto intermináveis, de todas essas orações classificadas e numeradas, que os lábios balbuciam, mas nas quais o coração não toma parte, pode-se compreender tais críticas; porém nisso não consiste a prece. A prece é uma elevação acima de todas as coisas terrestres, um ardente apelo às potências superiores, um impulso, um vôo para as regiões que não são perturbadas pelos murmúrios, pelas agitações do mundo material e onde o ser bebe as inspirações que lhe são necessárias. Quanto maior for seu alcance, tanto mais sincero é seu apelo, tanto mais distintas e esclarecidas se revelam as harmonias, as vozes, as belezas dos mundos superiores. É como que uma janela que se abre para o Invisível, para o infinito, e pela qual ela percebe mil impressões consoladoras e sublimes. Impregna-se, embriaga-se e retempera-se nessas impressões, como num banho fluídico e regenerador.

De "Depois da Morte".»

* * *

ANEXO 5

II UNIDADE: PRECE
2º CICLO DE JUVENTUDE
PLANO DE AULA Nº. 4
TEXTO PARA LEITURA EXPRESSIVA

O TESOURO DA ORAÇÃO

*A oração
deve abrir espaços
no templo do cristão,
a fim de preencher-lhe
os vazios do sentimento.*



*Mais do que
um amontoado de palavras,
a oração é
um ato de interação
entre a alma
e Deus.*



*Não importa
a posição do corpo,
no ato de orar, mas
a da alma que se eleva
quanto mais reconhece
a própria pequenez.*



*Ato
de humildade, de adoração,
de fé,
a oração é o pulsar
do desejo humano
na vibração do amor divino.*



*O homem que ora
abre-se ao amor,
e a vida plenifica-o
com paz.*



*A Oração, talvez,
não mude as circunstâncias
nem impeça as ocorrências, mas
dá visão
para compreendê-las
e forças para superá-las.*



*Mediante a oração,
o homem
marca o seu encontro
com Deus.
Sem esse contato,
desacostuma-se de conversar
com Ele,
perde a compreensão para
os Seus desígnios,
terminando por esquecê-LO, e,
quando deseja reatar
o intercâmbio, aturde-se,
sem saber como fazê-lo.
Deus
espera pelo homem, e
a oração
é o veículo que o aproxima
dEle.*



*Muitas criaturas
buscam Deus
quando estão desesperadas,
e, porque
perderam o Seu endereço,
o apelo não consegue alcançar
o alvo.
A oração é o meio seguro de saber
onde Ele se encontra.*



*A oração mais eficiente
é a que se faz
através da ação do bem
ao próximo
sob a inspiração
do amor.*



ANEXO 6

II UNIDADE: PRECE
2º CICLO DE JUVENTUDE
PLANO DE AULA Nº. 4
TEXTO PARA A ATIVIDADE ALTERNATIVA

SE EU QUISER FALAR COM DEUS

CARLOS AUGUSTO ABRANCHES

O compositor e cantor Gilberto Gil escreveu a música *Se eu quiser falar com Deus* e deixou uma mensagem muito interessante, diante da reflexão dos que não imaginam como se portar diante do diálogo com o Criador da Vida. Queremos, nesta página, atentar para alguns trechos, numa possível releitura à luz da Doutrina Espírita, para que possamos, caso necessário, compreender as frases de maneira diferente.

A primeira estrofe diz:

*"Se eu quiser falar com Deus
tenho que ficar a sós
tenho que apagar a luz
tenho que calar a voz
tenho que encontrar a paz
tenho que folgar os nós
dos sapatos, da gravata dos
[desejos, dos receios
tenho que esquecer a data
tenho que perder a conta
tenho que ter mãos vazias
ter a alma e o corpo nus".*

Para estar com Deus, realmente a solidão é um elemento íntimo favorável, mas não a solidão que fere, e sim a que me aproxima de minhas necessidades de forma equilibrada e amiga. A luz que devo apagar é a das questões exteriores, para que brilhe a chama da quietude íntima, única forma de calar a voz com grandeza e afrouxar os nós do que teima

em me reter no atraso de mim mesmo. Eis o começo do esvaziar-se, para se ter a alma e o corpo nus.

A segunda estrofe diz:

*"Se eu quiser falar com Deus
tenho que aceitar a dor
tenho que comer o pão
que o diabo amassou
tenho que virar um cão
tenho que lambar o chão
dos palácios, dos castelos
suntuosos do meu sonho
tenho que me ver tristonho
tenho que me achar medonho
e apesar de um mal tamanho
alegrar meu coração".*

Para se estar com Deus, a aceitação da dor é fundamental, mas não a aceitação passiva, alienada, e sim a que gera a libertação de quem sofre, do próprio sofrimento, pela conquista da sabedoria em enfrentá-lo. Por outro lado, a Lei do Amor garante que ninguém come o pão que o *outro* diabo amassou, mas só aquele que nossas próprias criações inferiores fermentaram. Devo, igualmente, ser fiel a mim mesmo, como o cão o é a seu dono, para não me perder nas ilusões dos sonhos vazios, e de maneira nenhuma me ver tristonho, e sim feliz, porque Deus é amor, e o aroma do amor é a felicidade.

O último trecho canta:

*"Se eu quiser falar com Deus
tenho que me aventurar
tenho que subir aos céus
sem cordas pra segurar
tenho que dizer adeus
dar as costas, caminhar
decidido pela estrada
que ao findar vai dar em nada,
[nada, nada
do que eu pensava encontrar."*

Finalmente, se eu quiser estar com Deus, devo me aventurar, sim, mas somente se for através da sublime viagem

de tomar consciência de mim mesmo. Certamente, subirei aos céus pelas cordas invisíveis da fé raciocinada, que me harmonizam razão e afeto. Preciso, ainda, dizer adeus para as ilusões do homem velho e caminhar decidido pela estrada, que ao findar vai dar em nada do que eu, com minha visão limitada, pensava encontrar.

Essa estrada, o rumo seguro do progresso sem fim, vai dar no que ainda não conheço, a paz integral, aonde vamos morar com Deus, eu e você, que também quis vir falar com Ele, e encontrou o caminho certo...

* * *



**Apostilas de Didática,
Jogos Recreativos e
Recursos Didáticos.**



Pedidos à Federação Espírita Brasileira
Av. L2 Norte - Quadra 603 - conj. F
Cep.: 70830-030 — Brasília - DF.
Fone: (061) 225-5195
Fax: (061) 226-2688