

ÉPOCA DE MICHAEL



JORNALZINHO SEMEAR NO 3

SETEMBRO 2018



ESPAÇO BEM VIVER
Pedagogia Waldorf

Lembrete

O nosso lanche é comunitário. Esse momento de ofertamos o lanche quinzenalmente, é uma OPORTUNIDADE, do fazer! Fazer com nossos filhos, fazer para ofertarmos a nossos amigos, fazer bem feito, cheio de carinho, amor e fartura. É através dele que nossas crianças se reúnem à mesa, para compartilhar, para saborear e celebrar o dia que começa. Não esqueçam de preparar sempre com carinho.

E atenção!!! O lanche deve vir pronto para consumo, higienizado adequadamente e na quantidade solicitada. O lanche é um momento mágico para nossos pequenos e para eles tem uma grande importância esse compartilhar algo que trouxeram.

Se tivermos dúvidas no modo de higienizar ou nas quantidades, nossa nutricionista Camila Freitas estará à disposição.

Higienização dos Alimentos

Queridos pais,

Tão importante quanto ofertar uma alimentação nutritiva às nossas crianças é a garantia da segurança alimentar. A má higienização dos alimentos pode levar a uma série de prejuízos para a saúde como o risco de verminoses, infecções bacterianas, diarreia e vômito.

Para a completa higienização das frutas, verduras e legumes enviados para o lanche das crianças, orientamos os seguintes cuidados:

Legumes e frutas

1. Lavar em água corrente um por um. Se necessário, use uma bucha de uso exclusivo para lavagem de alimentos.
2. Se for servir com casca e cru (ex: uva, morango, maçã, tomate entre outros):

Deixar em solução clorada por 15 minutos (hipoclorito de sódio, tipo HIDROSTERIL, 20 gotas por litro de água ou água sanitária, 1 colher de sopa diluída em 1 litro de água).

Enxaguar em água corrente e servir em utensílio higienizado.

OBS: Alimentos cozidos, como beterraba, batata e ingredientes usados para produção de sopas não precisam ser esterilizados, apenas lavados.

FOLHAS

1. Lavar em água corrente folha por folha.
 2. Deixar em solução clorada por 15 minutos (hipoclorito de sódio, tipo HIDROSTERIL, 20 gotas por litro de água ou água sanitária, 1 colher de sopa diluída em 1 litro de água).
 3. Enxaguar em água corrente e servir em utensílio higienizado.
- OBS: Alimentos refogados não precisam ser esterilizados, apenas lavados.

Camila Freitas - Nutricionista



BRIGADEIRO SEM LEITE

8 tâmaras Medjol ou 1 xícara cheia da tâmara menor
6 colheres de chá (c.c.) de cacau em pó
2 c. c. de óleo de coco
¼ c. c. de essência de baunilha (opcional)
Picar as tâmaras e bater bem no microprocessador com o restante dos ingredientes.
Untar as mãos com óleo de coco e enrolar.
Ralar chocolate para cobertura, ou usar granulado, oleaginosas trituradas não muito fino, coco ralado ou chocolate em pó para enrolar os brigadeiros

Referência da receita - Alana Rox

[https://www.youtube.com/redirect?](https://www.youtube.com/redirect?q=http%3A%2F%2Fbit.ly%2F2FNHACGNT&redir_token=kwGML_hhF4A9Y_WTIZAUf6cXJ258MTUzNzcxODI1MkAxNTM3NmXODUy&v=u4t0djEWuEQ&event=video_description)

[q=http%3A%2F%2Fbit.ly%2F2FNHACGNT&redir_token=kwGML_hhF4A9Y_WTIZAUf6cXJ258MTUzNzcxODI1MkAxNTM3NmXODUy&v=u4t0djEWuEQ&event=video_description](https://www.youtube.com/redirect?q=http%3A%2F%2Fbit.ly%2F2FNHACGNT&redir_token=kwGML_hhF4A9Y_WTIZAUf6cXJ258MTUzNzcxODI1MkAxNTM3NmXODUy&v=u4t0djEWuEQ&event=video_description)

Aconteceu

MUTIRÃO DO BAZAR DE NATAL

No dia 01/09 realizamos com os pais as oficinas de artesanato para o nosso bazar de Natal.

Acontece

GRUPO SEMEAR

Quinzenalmente, às terças-feiras pela manhã, na escola. O grupo ajuda na organização das festas, cotidiano da escola e o que mais precisar. Retomaremos o nosso coral também.

ESCOLA DE PAIS

Acontece todas as sextas pela manhã. Inicia-se com uma aula de Yoga (dada pela Joyce). Seguida de estudo sobre a Pedagogia Waldorf (Estamos estudando "A Pedagogia Waldorf" - Rudolf Lanz). Temos um lanche e depois uma parte artística.

GRUPO DE ESTUDO DE ANTROPOSOFIA

Acontece todas as segundas das 20:00 hs às 21:00 hs. Estamos estudando o livro: "A Ciência Oculta"

ORGÂNICOS

São pais da escola que entregam os orgânicos da Prana Shala todas às terças na escola. Quem desejar, entrar em contato com Patrícia ou Pedro 11 94021-2624.

Acontecerá

PORTAS ABERTAS

Sábado, 29/09, às 9:30h. Convite aos pais de alunos e também às pessoas interessadas em conhecer nossa escola.

OFICINA DE FELTRAGEM

Dias 05 e 26/10, das 8h às 12h a Danielle, da Fada Amada, virá ensinar a feltragem do mini presépio. Confirmar presença com Amanda no 9 7173-2617

PAI WALDORF CONTRATA PAI WALDORF

Queridos pais, o grupo Semear entrará em contato com vocês para fazer um levantamento dos profissionais que temos na nossa comunidade. Sabemos que existem muitas pessoas que poderíamos contratar, mas não sabemos como, nem o que fazem. Acabamos indo buscar fora o que poderíamos encontrar na nossa escola. O intuito disso é fortalecer cada vez mais esse nosso grupo.



PORTAS ABERTAS

DIA 29/09/2018 ÀS 9:30

Inscrição pelo telefone ou link:
<http://espacobemviverwaldorf.com.br/portas-abertas/>

PASSAGEM DAS PAINEIRAS, 35 - CAPUAVA - EMBU DAS ARTES - SP



Venha participar

Esse é um dia em que o corpo pedagógico prepara com muito carinho, para que nós, mães e pais, possamos experimentar um pouco do que nossas crianças vivenciam todos os dias num Jardim de Infância Waldorf. Por mais que possamos ler a respeito e ver o resultado nos bazares, experimentar isso é uma oportunidade única de aprofundar esse saber. Por isso, esse evento é pensado para que tenhamos essa oportunidade de viver e sanar possíveis dúvidas sobre como essa pedagogia que tanto acolhe as crianças

Agenda

- 9:30hs Café com visita nas salas
- 10:00hs às 11:30 Vivência de Micael e conversa
- 11:30 História



www.espacobemviver.com.br

Tel.: 4777-0474



dias 5 e 26 de outubro das 8 às 12hs

- ÉPOCA DE MICAEL -

Nas escolas Waldorf a época de Micael é trazida aos alunos através de conteúdos que se coadunam com as diferentes faixas etárias.

Micael é o espírito regente de nossa época. Segundo a Antroposofia essa atuação de Micael sobre a Terra reside na espera, no silêncio e no observar das consequências de nossa atuação no mundo. Ele não faz com que o homem atue, ou tenta impulsioná-lo para que cumpra seu papel, mas aguarda, confia e defende a liberdade que o ser humano tem de fazê-lo. Micael defende e acredita nessa liberdade do homem como um ser criador e não como uma criatura a ser comandada.

Como ligamos essa qualidade Micaélica a nossa existência? Ao nosso cotidiano educar?

Na visão trimembrada do homem, trazida pela antroposofia e pedagogia Waldorf, o pensar, o sentir e querer são capacidades da alma humana e aperfeiçoam-se como parte de nossa evolução como humanidade e de nosso ser individual. De maneira muito simples, quero exemplificar como essas três qualidades no homem podem ligar-se a nossa era de Micael. As três estão presentes no ser humano, mas cada uma torna-se mais forte e evidente com o desenvolvimento desde o nascimento até a idade adulta. Primeiro observamos como uma criança bem pequena é toda ação. Seus movimentos e atos, não precisam de um significado que os impulse. Eles são pura exploração e prazer em si mesmos. Esse querer é puro e isento de julgamento. Ela corre e pula pela satisfação que isso lhe traz. Seu corpo é sua medida e forma de expressão. Ela o permeia com seu vigor físico e sua vontade. Nossas vivências de Micael nessa fase de vida, estimulam a coragem e o enfrentamento de pequenos desafios, que possam trazer confiança à criança. Esse enfrentar do dragão físico, o transpor barreiras, trará às crianças o domínio e autonomia de sua corporalidade. Ela conhece sua Coragem, mesmo sem poder ainda denominá-la como tal.

Depois desse sistema neuro motor ligado ao querer, vai maturando seu sistema rítmico e uma metamorfose ocorre no comportamento da criança. Seu puro querer, caminha agora para uma busca mais direcionada. Sua vontade estará, cada vez mais, sendo intencionalmente usada e - mais do que isso - aliada a um sentimento. A troca é essencial e o ser social surge. O julgamento aos poucos aflora e os atos, nesse segundo setênio de vida, assumirão profunda ligação com seu estado de humor, sua interação com o outro, suas emoções positivas, suas frustrações e como consegue expressá-las; enfim com suas simpatias e antipatias. A fala passará a ter enorme importância na relação com o outro. O que eu digo ou escuto, passa a ter um novo significado e relevância. A força da palavra que consola ou a que fere, vai tornar-se parte da comunicação que se estabelece. O estético e o sutil passam a se incorporar na valoração do que faço e do que expresso verbalmente. O senso de Justiça se aguça e torna-se presente no lidar com o mundo e com o outro. Nessa fase a figura de Micael com sua balança e equilíbrio justo são trabalhadas. Contos, a História da humanidade e biografias trarão a elas exemplos de condução através da palavra. Já ao fim do segundo setênio e no terceiro, o pensar permeia e ressignifica a nossa ação e fala. O jovem busca sentido no mundo, nas ações humanas e tem que perceber a honestidade naquilo que o adulto lhe traz como informação e conteúdos. Deve-se falar com o jovem sobre o que se vive internamente, sobre o que se refletiu e experienciou, sobre o que transformamos e nos apropriamos daquilo que estudamos e agora transmitimos. O jovem questionará o adulto que só repete teorias sobre as quais não trabalhou em si mesmo. Ele quer Verdade.

Esse é a tarefa de Micael com a humanidade. Cuidar do legado Crístico: "Eu sou o caminho, a verdade e a vida". Micael representa a coragem de enfrentar o caminho, a reta justiça em nossos julgamentos e a busca ética pela verdade em nossos valores e ideais. Essas qualidades só serão alcançadas com a Consciência.

Deixo abaixo uma linda imagem de Karl König

Maria Cecília Bonna

"Nos tempos atuais existe uma irmandade de cavaleiros cujos membros não cavalgam através da escuridão das florestas como antigamente, mas através de florestas de mentes obscuras. Eles possuem armaduras espirituais e um sol interior os torna radiantes. Através deles brilha a cura que flui do conhecimento do homem como um ser espiritual. Eles precisam criar ordem interna, justiça interna e confiança na escuridão de nossos tempos."



Calenário das Épocas

3 a 28/09 - Micael

1/10 a 1/11 - Primavera

5 a 30/11 - Pastores

3/12 a 14/12 Nicolau e Advento.

A Bola de Cristal



Era uma vez uma feiticeira que tinha três filhos que se amavam como bons irmãos. A velha, porém, não se fiava neles, temendo que quisessem arrebatar-lhe o poder. Transformou, então, o mais velho, em águia, obrigando-o a viver no alto de uma montanha. De vez em quando via-se a ave descrevendo largos círculos no céu. Ao segundo filho converteu em baleia, condenando-o a viver nas profundezas do mar e só às vezes vinha à superfície para projetar um poderoso jato de água a grande altura. Eles voltavam à forma humana apenas por duas horas cada dia. Diante disto, o terceiro filho, receando ver-se também convertido em animal- um urso ou lobo, por exemplo - tratou de fugir secretamente.

Tinha ele ouvido falar que no castelo do Sol de Ouro havia uma princesa encantada, que aguardava sua libertação. Quem procurasse salvá-la, arriscaria a vida e já vinte e três jovens haviam morrido. Um, ainda, poderia experimentar a sorte e, depois deste, ninguém mais. Como era um rapaz de coragem, resolveu ir à procura do castelo do Sol de Ouro.

Já havia andado muito, sem o menor resultado, quando entrou numa floresta imensa. Passando algum tempo, perdeu o caminho e não mais encontrou a saída. De repente viu dois gigantes que lhe faziam sinal com a mãos e, quando se aproximou, lhe disseram:

- Estamos brigando por causa de um chapéu. É preciso resolver qual dos dois ficará com ele.

Em força somos iguais e nenhum pode vencer ao outro. Como vocês, homenzinhos, são mais espertos do que os gigantes, queremos que tu decidas.

- Não é possível que briguem por causa de um chapéu velho! - exclamou o jovem.

- É porque não sabes as suas qualidades. É um chapéu mágico. Quem o usa, num instante é transportado a qualquer lugar que deseje.

- Deem-me o chapéu.- disse o rapaz. - Caminharei um trecho com ele e, quando eu gritar, comecem a correr. Será daquele que me alcançar primeiro.

Pôs o chapéu e saiu andando. Mas, como estivesse com a cabeça cheia da princesa, esqueceu-se dos gigantes e seguiu sempre em frente.

- Ah, se eu pudesse estar no castelo Do Sol do Ouro! - disse, num suspiro.

Nem bem essas palavras lhe haviam saído dos lábios, viu-se no cimo de uma alta montanha, diante do portão do castelo.

Entrou e percorreu todos os salões até que no último encontrou a princesa. Mas que susto levou ao vê-la! Tinha o rosto cor de cinza, coberto de rugas, os olhos baços e o cabelo cor de fogo.

- Serás tu a princesa tão linda que a todos encanta?- perguntou.

- Ah! - suspirou ela. - Esta que vês não é, realmente, minha aparência. Os olhos humanos só podem ver-me neste horrível aspecto. Mas, para que vejas como sou na realidade, olha neste espelho que não mente e que reflete minha verdadeira imagem.

E alcançou-lhe um espelho, onde o jovem viu a figura da moça mais linda do mundo, com lágrimas de tristeza a lhe correrem pelas faces.

Disse-lhe, então, o jovem:

- Como podes ser salva? Não tenho medo de nenhum perigo.

- Quem conseguir a bola de cristal e apresentá-la ao feiticeiro, quebrará seu poder e me restituirá a forma antiga. Ah! - suspirou ela, - muitos já perderam a vida por isso e, vendo-te assim tão jovem, fico penalizada, pois terás de enfrentar grandes perigos.

- Nada me impedirá, - replicou ele. - Mas dize-me o que devo fazer.

- Já saberás, - respondeu a princesa. - Ao desceres esta montanha, encontrarás embaixo, junto a uma fonte, um búfalo selvagem, com o qual terás de lutar. Se conseguires matá-lo, logo se erguerá dele um pássaro de fogo que leva no corpo um ovo incandescente; este ovo tem por gema a bola de cristal. O pássaro não soltará o ovo sem que seja forçado a isso e, se por acaso a bola de cristal cair no chão, há de incendiar-se queimado tudo quanto haja em seu redor, inclusive a bola de cristal. E todo o teu esforço terá sido inútil.

O rapaz desceu à fonte, em seguida, ouviu o resfolegar e os bramidos ferozes do búfalo. Depois de uma luta tremenda, o jovem conseguiu trespassá-lo com a sua espada, fazendo-o tombar sem vida. No mesmo instante desprendeceu-se do seu corpo a ave de fogo e levantou voo, mas a águia, ou seja o irmão do jovem, que estava voando entre as nuvens, lançou-se em sua perseguição, obrigando-a a dirigir-se para o mar. Durante o voo, desferiu-lhe tantas bicadas que a outra ave, incapaz de continuar resistindo, soltou o ovo. Este, porém, não caiu no mar mas sim sobre a cabana de um pescador, situada na margem, onde logo começou a fumer e a lançar chamas. Elevaram-se, então, gigantescas ondas que, inundando a choça, apagaram o fogo. Haviam sido provocadas pelo outro irmão transformado em baleia e, uma vez extinto o incêndio, o nosso jovem correu em busca do ovo, tendo a sorte de encontrá-lo. Não se havia derretido, ainda, mas a casca, com o choque da água fria, partira-se e assim, ele pode extrair, inteira, a bola de cristal.

Apresentou-se com ela ao feiticeiro e, quando a mostrou, este disse:

- Meu poder está destruído e de agora em diante, serás rei do Castelo do Ouro. Poderás, também, devolver a forma humana aos teus irmãos.

O jovem correu ao encontro da princesa e, ao entrar no aposento dela, a viu em todo o esplendor de sua beleza. Alegres e felizes, trocaram, então, seus anéis, em sinal de noivado.



Verso para Época de Micael
Rudolf Steiner

"Temos de erradicar da alma todo medo e terror que o futuro possa trazer ao homem.
Temos de adquirir serenidade em todos os sentimentos e sensações a respeito do futuro.
Temos de olhar para a frente com absoluta equanimidade para com tudo o que possa vir. E temos que pensar somente que tudo o que vier, nos será dado por uma direção mundial plena de sabedoria.

Isto é parte do que temos que aprender nesta era, a saber viver com pura confiança, sem qualquer segurança na existência, confiança na ajuda sempre presente do mundo espiritual.

Em verdade nada terá valor se a coragem nos faltar.

Disciplinemos nossa vontade, e busquemos o despertar interior, todas as manhãs e todas as noites."

(Rudolf Steiner)

DEPOIMENTOS

Com o intuito de encorajar todos a participar frequentemente do grupo de estudos, gostaria de compartilhar meu sentimento ao término do nosso encontro ontem, me senti renovado, reenergizado e leve para enfrentar a semana de trabalho que acabara de começar.

Ontem, em nosso grupo de estudos, ao ler a obra de Steiner e principalmente a forma como ele descreve o mundo supra sensível, no livro Ciência Oculta, paramos para refletir como pode existir pessoas que não acreditam em algo além da matéria...essa reflexão do grupo nos levou ao museu da Mineralogia de Ouro Preto (está em meus planos uma visita lá com a família) e as belezas dos minerais, fomos também para um passeio as cavernas do parque Petar aos 12 anos de vida (também em meus planos).

Para não comprometer o tempo de leitura, guardei pra mim, e compartilho agora com vocês, ainda na linha da descrença do mundo espiritual, como não acreditar em algo superior quando nos deparamos com o nascimento de um amor por um filho? Quando nos emocionamos com uma música? uma obra de arte? e por fim a beleza da natureza? Como?

Depois, não lembro qual foi o gancho, mas entramos também em uma reflexão do atual momento político que estamos vivendo, falamos da Guerra de todos contra todos prevista por Steiner e da importância de nos mantermos centrados na questão moral e ética e passarmos esses valores aos nossos filhos, familiares e amigos, para que possamos ter a esperança de que lá na frente um futuro melhor nos espera.

Enfim, minha intenção era trazer um pouco da importância para nossas vidas desse nosso encontro às segundas feiras em um lugar realmente especial onde levamos de manhã nossos filhos para um desenvolvimento salutar e a noite utilizamos o mesmo espaço, carregado de energia boa, para continuarmos firmes em nosso caminhar, aprendendo e nos fortalecendo. TV desligada e nosso encontro as segundas, pra mim já tá de bom tamanho para não me perder. Boa semana a todos.

(Jefferson, pai da Luiza, Laura e Tiago)