

MEDITAÇÃO LAICA EDUCACIONAL

Alberto de Souza – asouza@iff.edu.br

Kezia Campos Coelho da Silva - kezicamposcs@gmail.com

Nathália Campanário da Silva - nathy_camps11@hotmail.com

Resumo

O projeto Meditação Laica Educacional visa aplicar e ensinar a técnica da Meditação Laica Educacional e sua inserção dentro da realidade escolar. Prevê a oferta de oficina contínua de meditação com duração de 15 minutos, ofertado em horário de contraturno, semanalmente, para estudantes, professores, servidores e demais pessoas envolvidas na realidade escolar. No ambiente escolar o propósito do preparo para o exercício da cidadania, conforme prevê a atual Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB 9.394/96), fica seriamente comprometido pela ausência de uma educação emocional. É possível constatar que, como seres humanos, ao nascermos recebemos e aprendemos, prioritariamente, todos os cuidados físicos necessários ao nosso crescimento e desenvolvimento corporal. Após alguns anos, entramos para escola onde recebemos e aprendemos todos os conhecimentos necessários para um bom desenvolvimento cognitivo e intelectual, porém, ao longo da vida não recebemos nenhum cuidado formal com nosso desenvolvimento emocional. A proposta do presente projeto está fundamentada nos resultados encontrados através da implantação dessa inovação junto aos alunos e publicada em livro de autoria da criadora da técnica, "Meditação Laica Educacional para uma Educação Emocional" (Rato, 2011). Apesar de estarmos tangenciando um conceito carregado de simbolismos religiosos e espirituais nos quais também a prática da meditação pode estar encerrada, cabe ressaltar que a denominação "laica" define a proposta de empregabilidade das técnicas meditativas, isentas de seu vínculo e apologia religiosos, conforme a proposta e metodologia consagrada já desenvolvida pela pesquisadora Claudia Rato em seu livro "Meditação Laica Educacional para uma educação emocional". Como resultados do projeto, ofereceu-se um curso de capacitação no campus Macaé para docentes da instituição e da rede pública de ensino de Macaé e Rio das Ostras. Pretende-se obter os benefícios supostos da prática da meditação e avaliar sua eficácia na melhoria da qualidade de vida e rendimento no ensino aprendido junto à comunidade atendida pelo projeto.

Palavras-chave: Meditação, Educação, Laicidade.