

PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PARA A PAZ

Caderno de Anotações

Material Suplementar

escolha

dignidade

clareza

entendimento

paz

esperança

autoconhecimento

apreciação

força interior

contentamento



The Prem Rawat Foundation

PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PARA A PAZ

“A paz que você procura está dentro de você.”

- Prem Rawat

Índice

Bem-Vindo	3
1 Paz	4
2 Apreciação	5
3 Força Interior	6
4 Autoconhecimento	7
5 Clareza	8
6 Entendimento	9
7 Dignidade	10
8 Escolha	11
9 Esperança	12
10 Contentamento	13
Sobre a Fundação	14
Próximos Passos e Reconhecimentos	15

Bem-Vindo

O Programa de Educação para a Paz (PEP) é um programa educacional baseado em mídia e criado pela Fundação Prem Rawat. O propósito é ajudar você a explorar a possibilidade da paz pessoal e a descobrir seus recursos internos – ferramentas para viver, tais como força interior, escolha, apreciação e esperança.

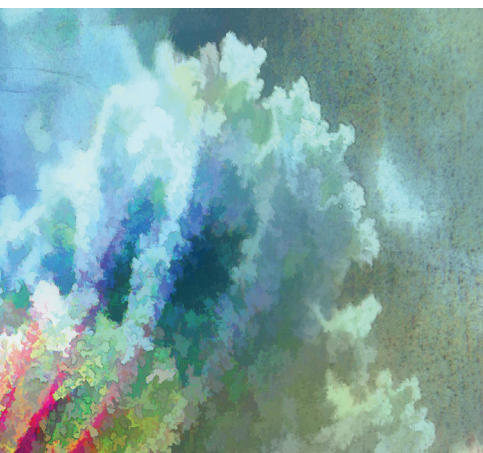
O Programa de Educação para a Paz consiste em 10 horas de material de trabalho focadas na seleção de temas essenciais extraídos de palestras internacionais de Prem Rawat. Cada tema inclui uma seleção de vídeos, tempo para reflexão e material suplementar. Este é o seu caderno de trabalho pessoal.

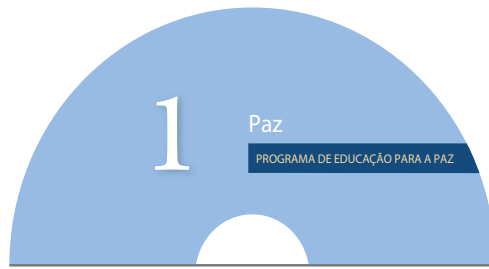
Não existem testes, porque o programa é sobre autodescoberta individual, algo único para cada pessoa. Ao concluir o programa, você será solicitado a compartilhar observações sobre o que aprendeu, o que desfrutou, o que o desafiou e o que poderia ser melhorado a respeito do programa.

Gostaríamos de saber seus comentários sobre os formulários que serão entregues no final do programa e no endereço pep@tprf.org

Mais informação estão disponíveis em: tprf.org/programs/peace-education-programme/

Este
é seu
caderno
de anotações
pessoal
para escrever
ou desenhar





Vídeo **Cidadãos da Terra** (1:43 min.)
 “É cada ser humano assumindo a responsabilidade por esta paz que vai fazer a diferença.”



Cidadãos da Terra

Vídeo **Afirmando o Óbvio** (8:50 min.)
 “Você está vivo. Isso é óbvio. Tudo o mais, em qualquer momento, pode mudar. A única coisa que não muda é sua força, sua beleza, sua alegria.”



Afirmando o Óbvio

Reflexão Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.



Reflexão

Vídeo **Pacificadores: Entrevista com Jeremy Gilley e Prem Rawat** (23:51 min.)
 “Cada ser humano carrega o conflito dentro de si, e cada pessoa também carrega um lugar de paz dentro do coração.”



Pacificadores:
Entrevistas com Jeremy
Gilley & Prem Rawat

Reflexão Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.



Reflexão

Artigo **Paz é...**
 “A Paz está dentro de todos nós. Sempre esteve e sempre estará.”



2

Apreciação

PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PARA A PAZ

Vídeo

Onde está a Paz?

(1:30 min.)

“Onde está a Paz? Esta é a questão fundamental. A sede pela paz está dentro de você, e a paz está dentro de você. Descubra-a, explore-a, sinta-a.”



Onde está a Paz?

Vídeo

25.550 Dias

(8:47 min.)

“Nós reconhecemos o que significa estar vivo enquanto estamos vivos? Ou só entendemos quando essa possibilidade não existe mais?”



25.550 dias

Reflexão

Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.



Reflexão

Vídeo

Possibilidades Ilimitadas

(24:30 min.)

“Dentro de você existe a possibilidade de sentir dor, mas existe a possibilidade ilimitada de sentir felicidade. Não há limite para a alegria em você.”



Possibilidades Ilimitadas

Reflexão

Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.

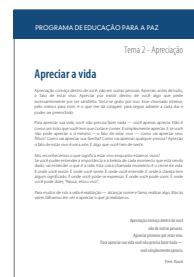


Reflexão

Artigo

Apreciar a vida

“Esta coisa chamada *momento* é o núcleo da vida. É onde você existe. É onde você pode se expressar. É onde você pode dizer: ‘Nossa, estou vivo!’”



3 Força Interior

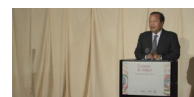
PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PARA A PAZ

Vídeo

Comentários Sobre a Paz

(15:07 min.)

“Todos os seres humanos têm forças e fraquezas. Qual é a sua força?”



Comentários Sobre a Paz

Reflexão

Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.



Reflexão

Vídeo

Hoje

(22:34 min.)

“Esta é a sua hora. Este é o seu momento. Abrace-o ou rejeite-o. Ele virá, porque é um presente. Ele virá de novo e de novo e de novo, até



Hoje

Reflexão

Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.



Reflexão

Artigo

A verdadeira força

“Se você quiser ser forte, então seja gentil. Se quiser ser rico, seja generoso. Se quiser ser poderoso, seja bondoso. E se você quer ser sábio, seja simples.”



4

Autoconhecimento

PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PARA A PAZ

Vídeo

Paz é um Direito Fundamental

(4:41 min.)

“O que eu digo às pessoas – e é aí que minha mensagem é tão diferente – é que a paz é fundamental aos seres humanos. Você tem que descobri-la dentro de si.”



Paz é um Direito Fundamental

Vídeo

PEP na Prisão de Zonderwater

(4:34 min.)

“Você tem uma arma secreta – a arma mais poderosa. Essa arma é a sua escolha.”



PEP na Prisão de Zonderwater

Reflexão

Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.



Reflexão

Vídeo

Entrevista com Fernando Mauro Trezza: Parte 1

(25:29 min.)

“Esta é a maior honra: poder fazer a diferença na vida de outra pessoa.”



Prem Rawat com Fernando Mauro Trezza: Pt. 1

Reflexão

Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.

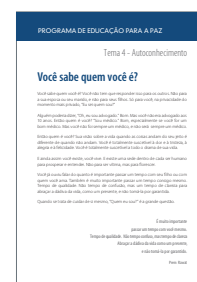


Reflexão

Artigo

Você sabe quem você é?

“A paz de que falo é alcançada sendo consciente, consciente de si mesmo, sendo cômico do presente chamado hoje. Sendo cômico de que você está vivo.”





Vídeo **Mensagem para o Dia da Paz de Prem Rawat** (1:57 min.)

“Agora é tempo para a paz no coração de todos os seres humanos. É isso que nossos corações desejam há muito tempo.”



Mensagem para o dia da Paz de Prem Rawat

Vídeo **Prem Rawat na Universidade Nacional Dong Hwa** (10:03 min.)

“Você tem em você a possibilidades de ser mau e a possibilidade de ser bom. A maior realização de um ser humano é estar em paz.”



Prem Rawat na Universidade Nacional Dong Hwa

Reflexão Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.



Reflexão

Vídeo **A Jornada da Vida** (22:21 min.)

Nesta jornada da vida, “você tem que caminhar. Se você prossegue com clareza, se prossegue com este coração, a jornada não será apenas bem-sucedida, mas repleta de alegria.”



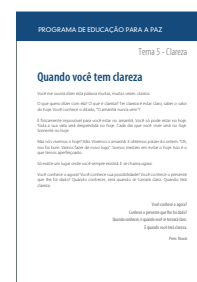
A Jornada da Vida

Reflexão Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.



Reflexão

Artigo **Quando você tem clareza**
 “Você conhece o presente que lhe foi dado? Quando o conhecer, é quando você se tornará claro. É quando você terá clareza.”



6

Entendimento

PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PARA A PAZ

Vídeo

A Paz Começa com Você

(1:38 min.)

“Precisamos ver a nós mesmos como a fonte da paz. Se usarmos essa abordagem, então a paz virá.”



A Paz começa com Você

Vídeo

O Poder de Transformar – Soweto

(9:26 min.)

“Todo ser humano tem esse poder de transformar.”



O Poder de Transformar Soweto

Reflexão

Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.



Reflexão

Vídeo

Perguntas e Respostas com alunos de Mazara

(22:35 min.)

“A paz começa com cada um de nós. Se não pudermos fazer a diferença, quem fará?”



Perguntas e Respostas com alunos de Mazara

Reflexão

Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.

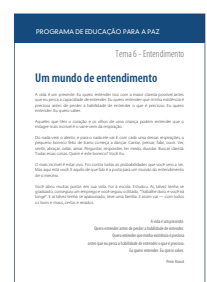


Reflexão

Article

Um mundo de entendimento

“É maravilhoso estar vivo. Você veio a existir contra todas as probabilidades. Mas aqui está você. E o que falo é sobre uma porta para um mundo do entendimento de si mesmo.”



7 Dignidade

PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PARA A PAZ

Vídeo

Uma Possibilidade

(2:30 min.)

“Esta é uma possibilidade que está sendo despertada, pois o que você busca já está dentro de você. Trata-se de apresentar você a você mesmo.”



Uma Possibilidade

Vídeo

Fórum da Paz em Ibarra

(6:58 min.)

“Aprenda a respeitar a si mesmo. Torne-se belo, forte, a partir de dentro.”



Fórum da Paz em Ibarra

Reflexão

Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.



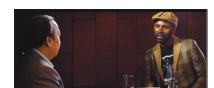
Reflexão

Vídeo

Mr. Gee em Conversa com Prem Rawat: Parte 1

(22:35 min.)

“Você tem que escrever sua própria história. Seu entendimento se torna a tinta desta caneta. Seu coração, o papel.”



Mr. Gee em conversa com Prem Rawat: Pt. 1

Reflexão

Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.

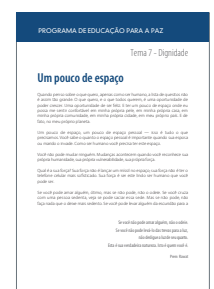


Reflexão

Artigo

Um pouco de espaço

“O que eu quero é ter um pouco de espaço onde eu possa me sentir confortável em minha própria comunidade, meu próprio país. Um pouco de espaço – isso é tudo o que precisamos.”



Vídeo

Sua arma secreta

(1:24 min.)

“Escolha paz e não o caos. Escolha o amor e não o ódio. Escolha o respeito e não o desrespeito. Escolha a clareza e não a confusão. E você encontrará seu poder.”



Sua arma secreta

Vídeo

Conferência Nórdica de Paz

(14 min.)

“A paz é necessária ao nosso bem-estar, ao bem-estar de todos os que compartilham este planeta conosco. Não é apenas uma ideia; É uma necessidade.”



Conferência Nórdica de Paz

Reflexão

Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.



Reflexão

Vídeo

A Semente

(21:52 min.)

“Nos foram dadas sementes. Mas a oportunidade, verdadeiramente, é o que fazemos com essas sementes. Cada semente que você tem possui uma qualidade específica, algo a oferecer.”



A Semente

Reflexão

Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.



Reflexão

Article

Sua Escolha

“Ouça uma voz muito simples que vem, não de sua cabeça, mas do seu coração. Sabe o que ela pede? Para ser feliz. Você pode ser feliz? A escolha é sua.”



9

Esperança
PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PARA A PAZ

Vídeo

O Poder de Transformar – Ezeiza

(16:48 min.)

“Você tem o poder de transformar. Use-o. Use-o para transformar a si mesmo, para cumprir esse propósito em sua vida.”



O Poder de Transformar
Ezeiza

Reflexão

Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.



Reflexão

Vídeo

Mr. Gee em conversa com Prem Rawat: Parte 2

(23:06 min.)

“Você é único. Você está em um planeta único, uma pessoa única, uma oportunidade de conhecer a si mesmo, de estar pleno.”



Mr. Gee em conversa
com Prem Rawat: Pt. 2

Reflexão

Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.

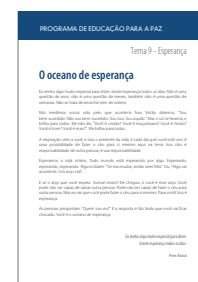


Reflexão

Article

O oceano de esperança

“As pessoas perguntam, ‘Quem sou eu?’ E a resposta é tão linda que você ficará chocado. Você é um oceano de esperança.”



10

Contentamento

PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PARA A PAZ

Vídeo

Paz é um Sentimento

(1:18 min.)

“Tentamos definir a paz como algo externo. Eu me refiro a paz fundamental que reside dentro de cada ser humano.”



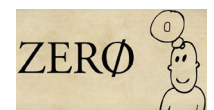
Paz é um Sentimento

Vídeo

Zero

(6:45 min.)

“Você é um. Quando você prioriza tudo o mais, você permanece como um. É uma questão de prioridade... onde você coloca o um e o zero.”



Zero

Reflexão

Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.



Reflexão

Vídeo

A Busca da Plenitude

(22:23 min.)

“O preenchimento verdadeiro vem somente do mais profundo do seu ser. Paz não é uma filosofia. Paz é um sentimento.”



A Busca da Plenitude

Reflexão

Agora, um tempo para você pensar no que acabou de ouvir, escrever sobre isso em suas anotações ou compartilhar suas reflexões.

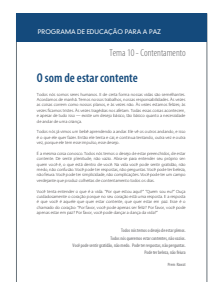


Reflection

Artigo

O som de estar contente

“Você quer ouvir o som de estar contente? Você não precisa de ouvidos para ouvi-lo. Tudo o que você tem que fazer é estar em contato com quem você é.”



Sobre a Fundação

Prem Rawat

A mensagem de paz de Prem Rawat ressoa em públicos de todos os estilos de vida, independentemente de educação, crenças, idade ou status. Ele fala diante de pequenas plateias ou de vastas audiências – às vezes com mais 300.000 pessoas, como na Índia.

Ele já foi convidado a falar em importantes instituições e fóruns. Incluindo o Parlamento Europeu, as Nações Unidas (UN), o Senado Italiano, a Organização dos Jovens Presidentes e o Guildhall, em Londres. Ele também foi a inspiração para o Compromisso com a Paz – uma chamada para uma ação pacífica – assinado por 37 instituições e lançado no Parlamento Europeu.

Em 2001 ele criou a Fundação Prem Rawat (TPRF), que ajuda a tornar sua mensagem de paz mundialmente disponível através de fóruns com líderes públicos e do Programa de Educação para a Paz.

A Fundação

A missão da Fundação é atender às necessidades humanas fundamentais de comida, água e paz. Através de uma variedade de programas e iniciativas, a TPRF dedica-se a ajudar a construir um mundo de paz, uma pessoa por vez, para que possamos viver com dignidade, paz e prosperidade.

Paz para as Pessoas: a TPRF trabalha para promover a mensagem de Prem Rawat de que a paz é possível para cada indivíduo. As iniciativas incluem: eventos internacionais com líderes governamentais, educacionais e empresariais para promover o entendimento de que a paz individual é a base para a paz mundial.

Programa de Educação para a Paz (PEP): O Programa de Educação para a Paz ajuda as pessoas a descobrirem seus recursos internos, como força, escolha e esperança, e a explorar a possibilidade da paz pessoal. O currículo é composto por 10 DVDs, cada um enfocando um tema específico.

Comida para as Pessoas (FFP): Comida para as Pessoas é um programa modelo que provê refeições quentes e nutritivas, conforme a cozinha local, para crianças e adultos em dificuldades. A primeira foi aberta em Bantoli, Índia (2006), depois em Tasarpu, Nepal (2009) e Otinibi, Ghana (2012). O programa foi o responsável pela melhoria da saúde da comunidade, pelo aumento da frequência escolar e trouxe um sopro de esperança nas comunidades atendidas.

Próximos passos e Reconhecimentos

Online

Se você quiser ouvir mais a respeito de Prem Rawat, pode acessar as informações, das seguintes formas:

The Prem Rawat Foundation (TPRF) website: www.tprf.org

There are more videos to watch (at no charge) at these web addresses:

www.tprf.org/videos

www.wopg.org/watch-listen-discover

www.premrawat.com

e-mail ou Telefone

Escreva ou ligue com qualquer dúvida ou para solicitar material:

Email: pep@tprf.org

The Prem Rawat Foundation
PO Box 24-1498
Los Angeles, CA 90024, USA
Attn: Peace Education Programme

1.310.392.5700

Reconhecimentos

Texto: trechos e citações selecionados de palestras internacionais de Prem Rawat.

Equipe de Desenvolvimento do PEP TPRF: Catherine Gavigan, Rosie Lee, Sherry Weinstein, Mary Wishard

Vídeos: Produzido pela TPRF e Palavras de Paz Global

Agradecimento especial a: Rives McDow, produtor; Joshua Lewis do DVD Rei Arthur; Helen Waters pelo licenciamento de música; Sara Reichenthal pela transcrição; Max Deryagin pelos subtítulos; Pierluigi Bargerò (Gigi) pelo preparo dos materiais e autoria do idioma europeu; Bjorn Bergman pela autoria do idioma escandinavo.

Desenho gráfico e produção: Phil Van Kirk, Peter McDonald, Rachna Kanitkar, Amy de Boenville



The Prem Rawat Foundation

PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PARA A PAZ

pep@tprf.org

THE PREM RAW AT FOUNDATION

PO Box 24-1498 Los Angeles, CA 90024 USA

Tel: 1-310-392-5700 www.tprf.org

© Todos os direitos reservados de acordo com a Convenção de Berna