



FUNDAÇÃO MOKITI OKADA - M.O.A.

PROJETO  
**PLANETA**  
**AZUL**  
DIV. EDUCACIONAL



# *Campanha da Obrigada*

## Ter gratidão por todas as coisas

Agradecer cada pequena coisa que acontece no dia a dia e também o que ainda não se conseguiu obter são os primeiros passos para alcançar a verdadeira felicidade. Com treino, paciência e humildade, pode-se fazê-lo com a maior naturalidade.

Tudo o que acontece com o homem vem de alguma coisa que ele acumulou em sua vida. Segundo Mokiti Okada, ocorre um processo de limpeza das impurezas ou a eliminação de toxinas do organismo. Mas, às vezes, o homem não consegue enxergar as razões ocultas, que transcendem à sua volta, e que mais adiante podem ser o melhor para si mesmo. Apenas consegue ver o que está à sua frente e isto nem sempre é o que gostaria que fosse. Assim, é preciso encarar os desafios da vida como obstáculos a serem superados e que se transformarão em crescimento interior. Certamente haverá evolução se pensar com otimismo e agir com esperança.

Atualmente, os próprios médicos concluíram que muitas doenças são psicossomáticas, criadas no pensamento do homem e que acabam se refletindo no corpo físico. Por isso, para mudar de atitude, o homem tem que primeiro corrigir seu pensamento. Se tiver um copo de água, pode pensar: "só isso de água" ou "ainda bem que tenho isso de água". Através desses dois pensamentos, obtêm-se resultados diferentes. "Gratidão gera gratidão, lamúria gera lamúria. Quem vive agradecendo, torna-se feliz e otimista. Quem vive reclamando, torna-se infeliz e pessimista", afirma Mokiti Okada. Dessa forma, é preciso agradecer o que já se conquistou, em qualquer circunstância, pensar no que se pode melhorar, e não apenas no que se quer conseguir.

As pessoas sempre estão com pressa, precisam correr atrás do dinheiro, realizar negócios extraordinários, sair lucrando. Vivem para trabalhar e não trabalham para viver. Na verdade, ser rico e possuir bens materiais é consequência. No entanto, a maioria julga que se tiver dinheiro para comprar um carro do ano, uma casa na praia, rendimentos em bancos, conseguirá ser feliz. Pura ilusão. Certamente as pessoas precisam de alguma coisa que complete a sua existência, o vazio interior. Quando elas não têm sonhos nem objetivos concretos, vivem em conflito. São "imediatistas", querem tudo hoje e para si. Sem perspectivas, colocam seu destino nas mãos de outras pessoas. Mas Mokiti Okada explica que cada um escolhe seu destino de acordo com seus pensamentos e atitudes.

O importante é ser uma pessoa honesta, sincera e altruísta e que não almeja apenas méritos, mas sim a justiça. Esses são os maiores bens que um ser humano pode ter e que são impossíveis de comprar. A paz, a felicidade, o amor e a sabedoria são bênçãos que independem do saldo da conta bancária, mas que estão estritamente relacionados com o acúmulo de virtudes e boas ações do ser humano durante toda a sua existência.

Se ao acordar pela manhã o homem agradecer a chuva, o dia ensolarado, a comida, as roupas, a família, o trabalho, enfim, tudo que possui, seu dia será maravilhoso. Por isso, é bom procurar dar vida às coisas, cuidando da casa, das flores, enfeitando tudo a sua volta, dando um toque especial à comida, fazendo o próximo feliz, pensando em como alegrar o marido, a esposa, os filhos, os pais, os amigos e, acima de tudo, olhando o lado positivo das pessoas, valorizando as qualidades de cada um. Quanto mais o homem estiver agradecido, mais motivos terá para agradecer! Afinal, gratidão gera gratidão!

"Quando algo que você goste acabar ou simplesmente ir embora, lembre-se que as folhas de outono não caem porque querem, e sim porque chegou a hora"

"A vida só pode ser compreendida olhando-se para trás; mas só pode ser vivida olhando-se para a frente"

"Amar é saber perdoar, agradecer, acompanhar, ceder, ajudar, ouvir, sonhar..."

## Sejam bem-vindos ao Planeta Azul

A Campanha do Obrigado tem por finalidade desenvolver o altruísmo (o contrário de egoísmo), através da prática de boas ações, que por sua vez, vão provocar a gratidão de outras pessoas, em relação à criança que procurou fazer alguém feliz.

Esse movimento interno trará à tona mais amor, maior percepção do outro, mais honestidade, ética e solidariedade.

Espera-se também que a criança desenvolva a criatividade, espontaneidade, iniciativa e vontade própria, na busca para conseguir os obrigados.

Quando temos um grande objetivo na vida, precisamos desenvolver qualidades para conseguir atingi-lo. Feito isso, nossa vida terá mais sentido, mais significado.

Mokiti Okada dizia que a felicidade que sentimos quando fazemos outras pessoas felizes é uma felicidade inigualável.

Quanto mais altruísta (o contrário de egoísta) a pessoa for, mais virtudes ela acumulará e mais feliz ela será. Essa é uma coisa infalível, que não tem o menor erro. É natural que pensemos em nós mesmos, que desejemos coisas bacanas na vida, mas essa é uma forma egoísta de amor. Esse tipo de amor pode ser ampliado, crescer e tornar-se um amor que envolve nossa família, nossos amigos, nossa classe e muito, muito mais gente, até chegar a toda a humanidade!

Já pensou que sensação maravilhosa poder conseguir viver esse tipo de sentimento?

Pelo simples fato de existir, toda pessoa merece respeito e consideração. O mundo será um lugar bem melhor para se viver, se cada um de nós conseguirmos tratar os outros como gosta de ser (bem) tratado, não é mesmo?

**Estamos aguardando você, mande suas sugestões, críticas,  
opiniões e boa missão !!!!!!!**

*envie para: [contato@planetaazul.com.br](mailto:contato@planetaazul.com.br)*

*TURMA DO PLANETA AZUL*



## Campanha do Obrigado

<p><b>Possibilidades para reflexão:</b> Gratidão, Amizade, Bondade, Cortesia e Solidariedade</p>
<p><b>Atividades Permanentes Relacionadas:</b> Pensamento da Semana, Ikebana, Horta, Relaxamento, Livro da Aprendizagem e Músicas do CD Planeta Azul</p>

<b>Sugestões de Atividades</b>	
<b>Infantil</b>	<b>Fundamental</b>
Apresentação dos personagens aos alunos através da confecção de desenhos e máscaras. Importante apresentar o perfil de cada um deles. Utilizar músicas do CD Planeta Azul.	Apresentação dos personagens aos alunos fazendo a leitura do perfil de cada um e identificar entre os alunos aquele que é parecido (cuidado para não valorizar o aspecto físico) com cada um dos personagens possibilitando assim afinidades entre eles. Explorar músicas do CD.
Explicar para sobre a CAMPANHA DO OBRIGADO	Apresentar a CAMPANHA DO OBRIGADO
Conversar sobre o que devemos fazer para receber OBRIGADOS (até concluírem que devemos fazer algo para AGRADAR alguém)	Discutir sobre a diferença entre FALAR e RECEBER OBRIGADOS
Listar ações que podem ser feitas em casa	Listar com os alunos as ações possíveis na escola, em casa, etc., para receber OBRIGADOS.
Listar ações que podem ser feitas na escola	Os alunos montarem o painel onde serão anotadas as ações que fizeram para colecionarem os OBRIGADOS recebidos.
Dinâmica dos MOMENTOS MÁGICOS: diariamente ouvir dos alunos qual foi seu momento mágico do dia anterior. Explicar que mágico é alguém ficar feliz por algo que fizemos para agradá-la. Pedir que contem aos seus familiares também.	Ouçã de pelo menos 3 alunos diariamente aquele foi o OBRIGADO mais significativo recebido no dia anterior.
Montar painel para que possam anotar os MOMENTOS MÁGICOS	
Explicar aos alunos como são feitas as histórias das Revistas Planeta Azul, estimulando-os a contar suas experiências para que em breve sua história também seja publicada.	
Faça o lançamento da Campanha. Possibilite aos alunos produzir algum MIMO para oferecer a alguém para ganhar seu primeiro OBRIGADO da Campanha. Na revista temos umas sugestões, mas fique a vontade, o importante é criar um momento em que todos pensem em alguém para oferecer algo.	
Faça uso das histórias da Revista e das músicas do CD para ajudar nas atividades	

## CAMPANHA DO "OBRIGADO"

TABELA PARA VOCÊ MARCAR SEUS PONTOS: 1 OBRIGADO = 1 PONTO  
PARA CADA "OBRIGADO" QUE RECEBER, PINTE UMA CARINHA, E ASSIM, VÁ ACUMULANDO  
SEUS PONTOS ATRAVÉS DOS OBRIGADOS CONQUISTADOS.  
TENENTE RECEBER NO MÍNIMO "10 OBRIGADOS POR DIA". BOA SORTE!!

### 1ª SEMANA

D	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	TOTAL
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
T	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
Q	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
Q	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	

### 2ª SEMANA

D	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	TOTAL
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
T	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
Q	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
Q	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	

### 3ª SEMANA

D	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	TOTAL
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
T	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
Q	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
Q	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	

### 4ª SEMANA

D	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	TOTAL
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
T	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
Q	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
Q	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	

### 5ª SEMANA

D	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	TOTAL
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
T	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
Q	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
Q	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	

### 6ª SEMANA

D	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	TOTAL
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
T	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
Q	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
Q	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	

### 7ª SEMANA

D	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	TOTAL
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
T	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
Q	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
Q	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	

### 8ª SEMANA

D	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	TOTAL
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
T	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
Q	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
Q	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
S	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	

TOTAL DE "OBRIGADOS" DO PERÍODO: \_\_\_\_\_ PONTOS