



Agir de acordo com a sabedoria

Cada uma das sabedorias já é uma manifestação espontânea da nossa própria natureza. Por isso, muitas vezes somos capazes de agir de acordo com elas de forma espontânea, mas nem sempre somos capazes de acioná-las quando queremos.

É comum enfrentarmos obstáculos, por isso nossa prática consiste em tomar refúgio na sabedoria também em nível de ação. Quando treinamos assim, podemos oferecer nosso próprio exemplo para as crianças, que assim podem aprender “pelas costas”, ou seja, através do exemplo.

Neste roteiro, vamos praticar o acolhimento através de ações de três níveis: ações de corpo, ações de fala e ações de mente. Esse roteiro e a divisão desses níveis são inspirados no roteiro de 200 itens do CEGB. O roteiro inclui o nível de paisagem, mas na escola vamos deixar a paisagem para um detalhamento mais ampliado, em um outro roteiro, que inclui o planejamento do educador através dos oferecimentos às crianças, sejam eles vivências, repertório ou projetos.)

Quando realizar os exercícios propostos neste roteiro, tente responder às perguntas com ações, verbos, mesmo que sejam ações de mente, procure pensar em coisas que você possa realizar, seja em nível de corpo, fala ou mente, para praticar essa sabedoria.

SABEDORIA DO ACOLHIMENTO

Roteiro de Contemplação de Atitudes
em corpo, fala e mente

“Somos aquilo que fazemos de forma repetida.” Aristóteles

Acolher | Ver o mundo da pessoa | Ver que a pessoa não é aquilo, mas surge daquele modo em seu próprio mundo. | A pessoa pode ser eu mesmo ou o outro, ou mesmo algum outro ser da biosfera. | Outros termos análogos: respeitar, compreender, pacificar.

1. Acolher - a si

1.1. Corpo | Pense como você pode acolher a si mesma através de uma ação que você possa realizar com seu próprio corpo. Como, através de uma ação de corpo, você pode ter uma atitude acolhedora, respeitosa e pacificadora consigo mesma.

1.2. Fala | Pense em como você pode acolher a si mesma através de uma ação de fala. Como a sua fala/energia pode ser mais acolhedora, respeitosa e pacificadora com você mesma.

1.3. Mente | Pense em como você pode acolher a si mesma através de uma ação de mente, através de seus pensamentos, ideias e crenças. Como a sua mente pode ser mais acolhedora, respeitosa e pacificadora com você mesma.

2. Acolher - ao outro

2.1. Corpo | Pense em uma pessoa. Agora pense como você pode acolher essa pessoa através de uma ação que você possa realizar com seu próprio corpo. Como, através de uma ação de corpo, você pode ter uma atitude acolhedora, respeitosa e pacificadora com essa outra pessoa.

2.2. Fala | Pense em como você pode acolher a outra pessoa através de uma ação de fala. Como a sua fala/energia pode ser mais acolhedora, respeitosa e pacificadora com essa pessoa.

2.3. Mente | Pense em como você pode acolher a outra pessoa através de uma ação de mente, através de seus pensamentos, ideias e crenças. Como a sua mente pode ser mais acolhedora, respeitosa e pacificadora com essa outra pessoa.

3. Acolher - Ao grupo

3.1. Corpo | Pense em um grupo do qual você faz parte. Agora pense como você pode acolher ao grupo através de uma ação que você possa realizar com seu próprio corpo. Como, através de uma ação de corpo, você pode ter uma atitude acolhedora, respeitosa e pacificadora consigo mesma.

3.2. Fala | Pense em como você pode acolher ao grupo através de uma ação de fala. Como a sua fala/energia pode ser mais acolhedora, respeitosa e pacificadora com o grupo.

3.3. Mente | Pense em como você pode acolher ao grupo através de uma ação de mente, através de seus pensamentos, ideias e crenças. Como a sua mente pode ser mais acolhedora, respeitosa e pacificadora com esse grupo.

Aspiração:

Do fundo do coração, eu gostaria que os seres se sentissem acolhidos; gostaria de me sentir acolhido e de ser capaz de acolher; gostaria que pudéssemos criar um ambiente coletivo no qual o acolhimento profundo fosse possível.