



Rețeaua Națională de Producere și Distribuire Materiale Pedagogice

3	5	0	0	1
Ramura de varsta: EXPLORATORI				
Aria de dezvoltare: DEZVOLTARE SPIRITUALA				
Data publicarii: 10 iunie 2000				

PSALMUL 151

Locul de desfasurare	Durata	Numar de participanti
In natura, intr-un loc potrivit pentru meditatie.	Aproximativ o ora.	Unitatea, lucrand individual sau in grupuri.

Materiale necesare
Pentru fiecare participant: hartie si un instrument de scris.

Obiectivele activitatii
<ol style="list-style-type: none">1. De a se gandi la propria situatie.2. De a scrie o rugaciune in care sa-l spuna lui Dumnezeu ceea ce simte.3. De a intelege rugaciunea ca si un act de comunicare cu Dumnezeu.

Descrierea activitatii

Intr-un loc potrivit din natura, tinerii se gandesc la anumite situatii ale propriei vieti si la modul in care Dumnezeu poate fi prezent in viata. Ca rezultat al gandurilor lor, fiecare va scrie un al "151-lea Psalm", numit asa pentru ca va fi o continuare a psalmilor biblici, care sunt in numar de 150.

Pe calea motivarii, liderii vor spune intregii unitati cum, in diferite momente ale istoriei, credinciosii au vorbit cu Dumnezeu, si l-au transmis sperantele si temerile lor intr-un limbaj simplu. De exemplu, sclavii negri din America de Nord, au compus cantece prin care isi exprimau credinta si speranta in Dumnezeu, pe care le cunoastem drept "negro spirituals". Intr-un alt timp si loc, evreii exilati in Babilonia au vorbit cu si despre Dumnezeu in limbajul de fiecare zi, si asa au fost compusi cei 150 de psalmi biblici ai Vechiului Testament, ca si cantece in Biblie.

Dupa aceasta motivare, liderii vor continua explicandu-le activitatea, spunandu-le ca ea implica urmatorii pasi:

- Singur si individual, fiecare membru al unitatii se gandeste cu atentie la cateva situatii din viata lui. Poate fi orice situatie pe care o considera potrivita sa o analizeze si care reprezinta un conflict, o teama, o speranta, fericire, indoiala, sau alte sentimente similare.
- In timpul meditatiei, tinerii lasa cuvintele sa vina din ei in mod natural - simple cuvinte care explica sau reprezinta sentimentele pe care le-au trait in acele momente: cuvinte de fericire, speranta, confuzie, manie, etc.
- Folosind aceste cuvinte simple, tinerii noteaza fraze scurte si simple care exprima gandurile lor cu privire la situatia examinata. De exemplu, un tanar care se gandeste la singuratate sau simte teama cauzata de aceasta, poate exprima in mod simplu "Sunt singur si mi-e frica..." sau "Mi-e teama de aceasta singuratate...".
- Dupa aceea, fiecare se intreaba pe sine cum a fost si este prezent Dumnezeu in aceste situatii. Continuuand cu exemplele de mai sus, el sau ea poate scrie ceva de genul "poate am nevoie de aceasta singuratate sa aflu..." sau "poate tu esti in altii si n-am fost capabil sa te recunosc...".
- Psalmul e completat cu o a treia parte care contine o cerere, o expresie de multumire sau lauda. Exemplul nostru de al 151-lea psalm poate fi:

Tata,
Mi-e frica de aceasta singuratate,
Dar poate am nevoie de ea ca sa Te descopar,
Ajuta-ma sa Te gasesc in prietenii mei.

- Cand tinerii au terminat perioada de reflectie, se intorc la locul de intalnire cu intreaga unitate, in liniste. Liderii trebuie sa se ingrijeasca sa fie mentinuta o atmosfera de pace si liniste.
- Cand toti s-au intors, cei care doresc sa-si impartaseasca psalmii lor cu ceilalti, pot sa o faca.
- Activitatea se termina cu o rugaciune comuna sau un cantec religios, care poate fi foarte bine un "negro spiritual".

Cum sa obtinem cat mai mult din aceasta activitate

- Perioada de meditatie poate sa aiba loc si in grupuri mici in loc sa fie individuala. In acest caz, psalmii vor fi trecuti in caietul de notite al unitatii.
- Cele doua versiuni pot fi combinate: prima data meditand si compunand psalmii individual, apoi comunicand cu echipa proprie, inainte ca intreaga unitate sa se adune. In acest caz intalnirea in plen va fi mai scurta, si va depinde de fiecare echipa sa spuna unitatii ceea ce considera ca este mai potrivit.
- Timpul estimativ pentru aceasta activitate este doar de referinta. Ce este important este ca participantii sa aiba timp suficient pentru a gandi atent si intr-o atmosfera calma.
- Cu cateva imbunatatiri, activitatea poate fi extinsa intr-o activitate de reflectie pentru o zi intreaga de camp sau pentru o iesire a unitatii. In acest caz, psalmul poate fi scris intr-o prima sesiune de meditatie, iar restul zilei, sau in functie de timpul alocat, poate fi folosit pentru a discuta aspectele care au iesit in evidenta.

Evaluarea activitatii

In timpul activitatii, liderii pot fi atenti la interesul acordat, la seriozitatea si atasamentul pentru activitate manifestate de catre participanti, precum si la respectul pentru propria munca si pentru cea realizata de prietenii si colegii lor.

In timpul meditatiei, liderii pot petrece cateva momente cu orice tanar care poate parea la inceput neinteresat, plictisit sau nemultumit de activitate. In aceste cazuri, liderii ar trebui sa incerce sa vorbeasca cu el despre cat de important este sa se gandeasca la propria persoana; dar liderii sa nu intervina daca tanarul nu doreste asta.

La finalul activitatii, la intalnirea in plen, liderii ar trebui sa-i incurajeze pe tineri sa se evalueze pe ei insisi si apoi sa petreaca cateva momente cu fiecare din membrii unitatii care pare ca ar avea nevoie de mai mult suport.

In cadrul acestei intalniri tinerilor li se cere parerea referitor la activitate. Liderii trebuie sa ghideze acest proces de evaluare si sa noteze reflectiile lor referitor la aceasta activitate precum si orice alte comentarii ce pot fi folosite pentru crearea unor activitati similare sau adaptarea altora.

La urmatoarea intalnire a liderilor, liderii vor discuta acele aspecte ale activitatii care pot fi schimbate sau imbunatatite. De asemenea, vor schimba pareri asupra fiecarui tanar care a participat si vor nota observatiile pe care le au referitor la progresul personal al acelui tanar.

Experienta unitatii mele cu aceasta activitate						
Data	Comentarii, rezultate, sugestii	3	5	0	0	1

Dupa ce ati completat acest tabel, va rugam sa fotocopiatii aceasta pagina si s-o trimiteti la cea mai apropiata adresa a R.N.P.D.M.P. sau la sediul O.N.C.R. – str. Dem. I. Dobrescu nr. 4 – 6, sector 1, Bucuresti, pentru Departamentul Programe indicand pe plic numele unitatii, Centrul Local si adresa completa a corespondentului.

Ideea originala apartine lui: Francois Xavier Favre, Franta ; REME-Interamerican Scout Office.

Adaptare: Rheea Popa Editare: Razvan Savu

R.N.P.D.M.P. este parte a programului RAPROM, realizat de catre Departamentul de Programe al O.N.C.R. cu sprijinul Biroului European Scout.

**Departamentul de Programe
Scout Romania – 2000**



**The European Scout Region
European Programme Team**