

LBRIS

We know
books

*Jocul inițiativ al
rostirii magice*

*Un fermecător joc lăuntric al
expresiei emoționale*

Tuturor celor care au sufletul trezit și vor să regăsească candoarea și puritatea copiilor.

Copilului interior al fiecăruia dintre noi, o fetiță visătoare, generoasă și entuziastă, cu scilpiri aurii în ochi, sau un băiețel ștrengar, pus pe șotii, dar dornic să descopere noi târâmurii și ființe de basm. El ne arată, dansând și zburdând, cărările minunării.

Tuturor copiilor invizibili, dar foarte prezenți, pe care i-am întâlnit în energia adulților pasionați și care au deschis pentru noi căile inspirației.

Tinerilor liceeni și altor creatori de jurnale de călătorie către interior. Ei conturează, prin radiația lor, aceeași cale unică, fără limite, către un viitor mai uman.

Tuturor micilor călători, zâne sau magicieni ai rostirii magice, pe care covorul zburător îi poartă în afara pereților școlilor... Cu fiecare cuvânt, ei construiesc legături invizibile cu câmpul infinit al posibilităților benefice.

„Când ai încetat să mai fii copil, ai murit de mull.“

(Constantin Brâncuși)

Bine ai venit in universul sufletului!

„A respecta cuvântul copiilor
înseamnă a respecta copiii.“

Maria, 7 ani

Acest set de lamele este destinat copiilor de toate vârstele. Este un adevărat ghid „fermecat“ pentru părinții sau profesioniștii din educație, care doresc să contribuie la dezvoltarea personală a copiilor. Acest joc permite un moment de destăinuire recreativă, de explorare a sentimentelor, de deschidere către intuiție, de elevare, de exprimare a adevărului personal, de descoperire a resurselor interioare și de reflecție la întrebările majore despre sensul vieții.

Eroul nostru interior este un personaj alcătuit din poezie și fantezie. De la o lamelă la alta, el își dansează existența, ca fiind ceva evident. Copil fără vârstă și naționalitate, spiriduș îndrăzneț, solar și lunar în același timp, pune la dispoziție formulele sale secrete pentru conectarea trupului, minții și inimii. Cu atenția îndreptată către interior, el ne antrenează în reveriile sale, explorând ceea ce este invizibil pentru ochi. El povestește, în șoaptă, despre călătoriile sale către peisaje mirifice. El ascultă, păstrând secretul pentru

IBRIS | We know books

încrederea oferită, fiecare cuvânt, unic, magic, ce este un portal care surmontează obstacolele, care conectează spiritele. Cu picioarele desculțe pe pământ și aproape de stele, el întrupează o generație de copii noi, înzestrați cu o inimă deschisă, care luminează calea către alte lumi.

Bine ai venit în acest univers fără frontiere! Vei putea să crezi propriile tale spații atemporale, să inventezi covoare zburătoare, purtate spre infinitatea posibilităților posibile... spre momentul când libertatea de exprimare a copiilor anunță soluții colective de evoluție umană.

De ce să jucăm acest joc?

„În camera mea există un loc special lângă jucăriile vii, unde dorm cei care nu s-au născut încă.”

Sorina, 8 ani

În primul rând, pentru a avea grijă de nevoile relaționale ale copiilor.

Acest joc reprezintă o resursă pedagogică de evoluție personală și colectivă. Facilitează exprimarea naturală a copilului și servește drept ghid pentru profesioniștii care conduc

întâlniri de discuții. Meditația asociată unei întrebări se însoțește de interiorizare și facilitează exprimarea senzațiilor, emoțiilor, intuițiilor și chestionărilor personale.

În al doilea rând, pentru a evidenția calitățile specifice copilăriei.

A prețui entuziasmul, încrederea, imaginația creatoare benefică, curiozitatea, uimirea, minunarea, bucuria și vitalitatea înseamnă a dezvălui dincolo de simțurile fizice alte simțuri mai „magice”, precum emoția, inspirația, intuiția, creativitatea și conștiința.

În al treilea rând, pentru a oferi un loc jocurilor imaginare ale copiilor.

Cele 42 de lamele din categoriile: „Reguli de aur”, „Ritualuri feerice” și „Întrebări secrete” permit copiilor să se amuze cu ușurință descoperindu-și puterile magice: să deschidă ochii sufletului, să asculte vocea discretă din profunzimea lor, să descopere comori noi și să le împărtășească prin cuvinte din inimă.

Fiecare intenție se realizează concret sub forme ludice:

Să trezească sufletul în fiecare dintre ei;

Să se amuze jucând jocul lui „eu”;

Să asculte mesajul emoțiilor;

Să transpună ceea ce este neplăcut în cuvinte;

Să vizeze împreună pentru a se încânta unul pe altul;
Să creeze punți între sensibilitățile lor;
Să inspire și să fie inspirați.

Trezirea sufletului în fiecare

„A afla ceea ce resimte celălalt
înseamnă a-l înțelege.“

Tudor, 10 ani

Multe întrebări au inspirat crearea acestui joc de discuții: Cum să vii în întâmpinarea copiilor în toate aspectele ființei lor? Cum să ții cont de nevoile fiecăruia, fără a fi nevoie să revoluționăm realizările instituțiilor noastre de învățământ? Cum poate fi îmbunătățită exprimarea individuală și colectivă în același timp? Cum pot fi îndrumate noile generații către o regenerare necesară a lumii?

Cercetările neuroștiinței și psihologiei pozitivistice au avansat. Ele pun în evidență ceea ce Organizația Mondială a Sănătății definește ca abilități psiho-sociale. Să se joace, să asculte cu empatie și să dialogheze cu bunăvoință sunt modalități simple de a consolida încă de la o vârstă fragedă cunoștințe reale despre a fi uman; să se joace și să observe

fără a evalua, să participe la luarea deciziilor pentru a rezolva o problemă, să învețe să dea înapoi în fața condiționărilor și să iasă dintr-un anumit conformism.

Din punct de vedere emoțional, imaginația creatoare și exprimarea liberă sunt buni aliați. Ele ajută la detașare, pentru recunoașterea și transformarea durerii, furiei, sentimentului de vinovăție, rușinii sau anxietății. Alchimia inteligenței emoționale funcționează pentru a face față apoi la diferite situații stresante. A te juca în mod regulat cu acest proces, alternând experiența de interiorizare și de împărtășire, permite construirea de legături umane, aducând la lumină legătura primordială cu iubirea de sine.

Distrează-te jucând jocul „eu“

„Este nevoie de curaj
ca să te iubești pe tine însuși.“

Mihai, 10 ani

Jocul rostirii magice spune „eu“... și povestește... într-o ușoară plăcută. Mai este și vocea discretă care transmite mesajele esențiale către interior, spre un cuvânt eliberat, unic și unificator, împărtășit cu bunăvoință. El are puterea

de a proteja visele copiilor de azi, de a elibera sufletele împovărate de emoții vechi, oboseite, și de a trezi adulții adormiți.

Acest joc oferă copiilor de toate vârstele „timp din afara timpului“. Experiența colectivă a tăcerii este un moment rar, favorabil autocunoașterii într-o formă inocentă. Într-o logică a tranziției către o lume mai puțin contradictorie și mai puțin contracronometru, pare oportun pentru copii să fie antrenați să-și manifeste puterea creatoare de la vârste fragede, afirmându-se ca „eu“... printr-o experimentare a autenticului și responsabilității.

Activități diferite cultivă starea de bine la fel de mult ca și starea de a exista. Construind o susținere lăuntrică, se evită afectarea lor prin reacții emoționale la evenimente exterioare. Ritualurile creează o atitudine liniștitoare. Fiecare etapă ajută copilul să-și construiască resursele creative pentru adaptare. El învață să recunoască semnalele trupești: „eu simt...“; să exploreze lumea sa interioară: „eu văd...“; să se elibereze de emoțiile dificile: „eu mă simt...“; să-și asume responsabilitatea deschizându-se către propriile sale întrebări.

A asculta mesajul emoțiilor

„Când îi cunosc mai bine pe cei din jur,
trăiesc amplificat alături de ei.“

Liana, 8 ani

Copiii de vârstă școlară trebuie să învețe să verbalizeze ceea ce simt, deoarece aceasta are o influență directă asupra creierului lor încă maleabil. Ei exprimă uneori prin reacții nepotrivite nevoi care trebuie să fie auzite, înțelese și recunoscute, dacă este posibil, cu un răspuns adecvat. Expriarea emoțională favorizează dezvoltarea lor emoțională, cognitivă și socială, actuală și viitoare. Conceput împreună cu copiii, acest joc ia în considerare vocabularul emoțiilor de bază și un set de nevoi specifice vârstei lor. El stabilește o dinamică între universul interior și relația cu lumea.

Încrederea depinde de siguranța interioară resimțită în trup. De aici și importanța readucerii constante a copiilor la a se ancora, a resimți senzațiile lor din momentul prezent. Această încredere se cultivă în relația cu adultul de referință, ca figură potențială de atașament, care le poate răspunde într-o manieră empatică și coerentă.

Ascultarea unei emoții care apare ajută la înțelegerea mesajului acesteia. Dacă există furie, ar putea ascunde această teamă care, la rândul ei, ascunde o tristețe?... Acest amestec uluitor poate conduce până la acea nevoie care nu este împlinită. Pe scurt, a deveni un mic investigator de sine însuși este o modalitate de a atenua conflictele lăuntrice, de a se afirma mai bine și de a nu mai repeta aceleași reacții.

Transpune în cuvinte ceea ce este neplăcut

„Pentru a nu mai simți tristețea singurătății,
este suficient să împărtășești cu ceilalți.“

Gabriel, 10 ani

Inteligența emoțională este o problemă relațională și socială. Într-o epocă a lui „tot, imediat și tot timpul“, tinerii sunt suprasolicitați într-un timp în mod artificial accelerat și dezvoltă o „hipersensibilitate“ care îi poate conduce la evadarea din lume. Este momentul să reanalizăm tiparul repetitiv al unui sistem competitiv învechit care implică raportul de forță și presiunea, care se îndreaptă către excludere și hărțuire.

Cel mai bun antidot este acela de a-i învăța pe copii, de mici, cum să se exprime. Mai mult chiar, să-și identifice

sentimentele și nevoile specifice, pentru a le pune în cuvinte. Astfel, ei își dezvoltă capacitatea de a-și observa reacția emoțională la anumite situații stresante și de a-l înțelege pe celălalt prin efectul de oglindire.

Exprimarea de sine hrănește sentimentul de a exista prin sine însuși. A avea alegerea de a se exprima sau nu, de a vorbi cu propriile cuvinte și de a fi ascultat cu atenție este o condiție prealabilă pentru a simți că aparține unui grup și că are un loc acolo. A se descoperi împreună înseamnă ca fiecare să recunoască faptul că este unic, cu sentimentele, nevoile și motivațiile sale. A se expune privirii altcuiva fără teama de a fi judecat, îi permite să se afirme. Astfel, înlăturarea carapacelor inconștiente protejează în mod paradoxal tinerii de riscul supra-adaptării la un sistem în control și uneori anihilant.

A visa împreună pentru a se re-incanta

„Dragostea este o bucurie
în inima care bate cu putere.“

Rafaela, 7 ani

Acest joc ajută persoana adultă să regăsească copilul din interiorul său. Educatorii, profesorii, profesioniștii din

LBRIS



2

We know
books
Am dreptul să nu vorbesc...



**Fac alegeri eminentamente benefice,
înțelepte, într-o deplină stare
de libertate.**



1

Am dreptul să vorbesc...



**Fiecare cuvânt rostit în mod intenționat
este magic.**

LIBRIS



4

We know
Momentul emaliei...
books



Aleg să spun doar câteva cuvinte ce sunt
pline de înțelepciune, dar veghez totodată
să fie cuvintele potrivite.



3

Am dreptul la secret...



Renunțarea la grijile prostești, inutile,
îmi eliberează conștiința