

Petits sorbets, en clau de PAU

Els tresors d'en Pau, (P3)

-“Els Tresors d'en Pau és una proposta musical pensada per a infants fins a 4 anys, per tal de donar espai a la seva sensibilitat i l'alegria vers la música i compartir una experiència a través del cos, dels sentits i d'una escolta activa. El fil conductor d'aquest projecte musical és en Pau, un nen que ens rep a casa seva, a la platja de Sant Salvador. Ens convida a passejar amb ell, a escoltar els sons que l'envolten i a guardar-los dins nostre com a autèntics tresors. Cada so inspira una de les peces musicals d'aquest projecte, totes elles caracteritzades pel so del violoncel, un so ric en matisos.”

Iniciem el treball d'aquest meravellós recull de cançons amb els dos grups de P3. Peces molt acurades, amb molta presència de violoncel, i que ens evocuen a descobrir, progressivament, la persona de Pau Casals i el seu llegat, a fi de conèixer i reconèixer, en una mesura adequada, el seu compromís vital amb la Pau.

https://www.youtube.com/playlist?list=OLAK5uy_njnbPjBxgMDvUplzMgCsnKRbZJu0yglSk



El dofí i la lluna (P4)

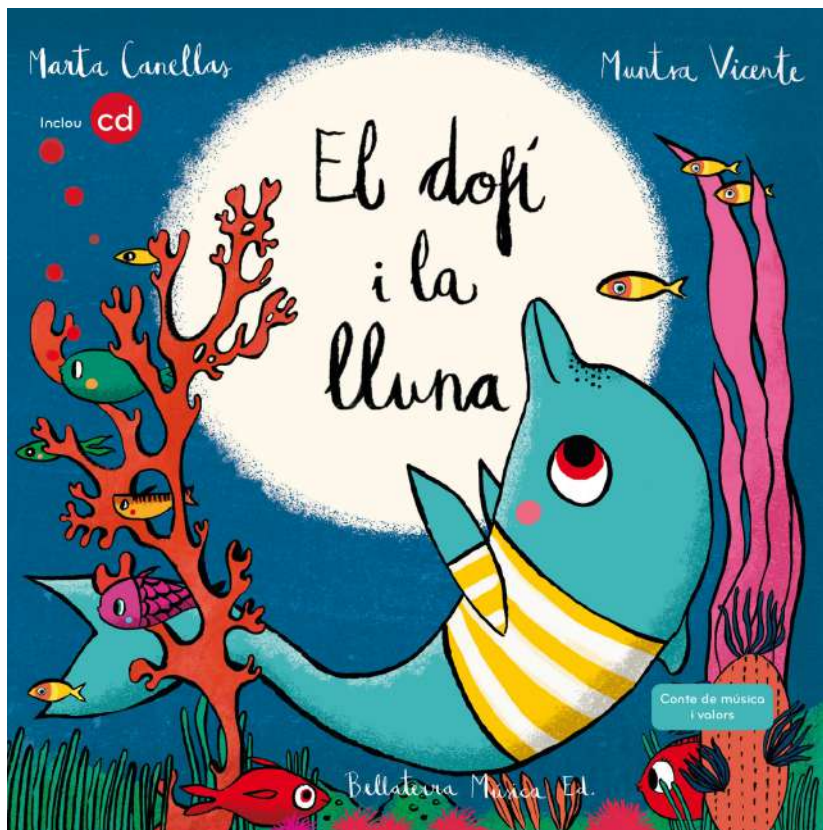
Ens parla del desig d'un petit dofí de tenir la lluna. Quan s'adona que ell sol no pot aconseguir-la, demana ajuda a altres animals marins. Concretament un tauró i un pop. Podrà descobrir finalment la manera d'arribar a la lluna?

Finalment, el petit dofí comprèn que malauradament, no podrà arribar a la lluna talment com s'imagina, i és la figura d'un bell pescador qui li fa descobrir el gran poder de la imaginació.

Observa la gran esfera atentament. Tanca els ulls, i ja és amb TU, dins teu...

Entre els diferents objectius que es podrien derivar de la cantata, m'agradaria destacar precisament el que té a veure amb el desenllaç de la història. Aquesta capacitat nostra d'imaginar-nos *en Pau*, a través d'algun element paisatgístic, com en aquest cas la lluna, però podem parlar d'una posta de sol, les siluetes d'unes muntanyes, un bosc, el cel, el mar, etc. i des d'aquí *teixir* una possible visualització vinculada amb el mateix relat.

<https://www.youtube.com/watch?v=UFZrB63S2iU&t=53s>



Tambor oceànic: Una dinàmica en cercle, que pot funcionar en qualsevol moment de la sessió. A tall d'obertura, tancament, etc.

Amb una música de fons (al youtube he descobert els vídeos "Deep Focus") amb imatges precioses de diferents paisatges. En aquest cas, el mar.

https://www.youtube.com/watch?v=_kwC8Et4mTU

L'instrument *recrea* el so de les onades. Cadascú emet el seu propi so, la seva pròpia onada, i entre tots/es podem ser el mar, amb tot el que conté, i amb un horitzó que ens *crida*. Cap onada *sona* de la mateixa manera, i aquest fet ens pot dur a treballar la *diferència* com a font de riquesa.



La fada de Dringuen Dingue:

La història de la fada sorprèn als infants: es pot estornudar un NO que tens a dins del cor i que el guardes des que ets petit? És possible que les cases ballin? Com seria la vida sense música i dansa? Per què no vol ballar la Bonafada? I per què deixa de ser "bona" la Bonafada?

Una història senzilla, però que ens recorda que un NO dit insistentment per altri, ens pot afectar la percepció que tenim de nosaltres mateixos. És important treure prejudicis i comprovar el que som capaços de fer...

No deixeu que un NO us privi de fer allò que us veieu capaços de fer. Sigueu valents i valentes i aposteu pel que creieu... i això val per a xics i grans!

Incidir en el tema de les creences. Què hi ha dins del meu cor? Com és el meu diàleg intern? En sóc conscient dels "no" que m'empresonen i em condicionen l'existència? Per descobrir la Pau de cor, cal fer net de tot aquell "borrissol" que no ens permet veure amb nitidesa.



Esfera de Hoberman: Fem ús de l'esfera en diferents moments/espais que poden resultar un benefici pel grup. Més enllà de ser un bon recurs a través del qual clarificar el cicle de la respiració, també pot ser-nos útil per representar diferents moviments d'obrir/tancar, com les onades, una pilota màgica que creix i decreix, el sol lluent petit i gran, etc.



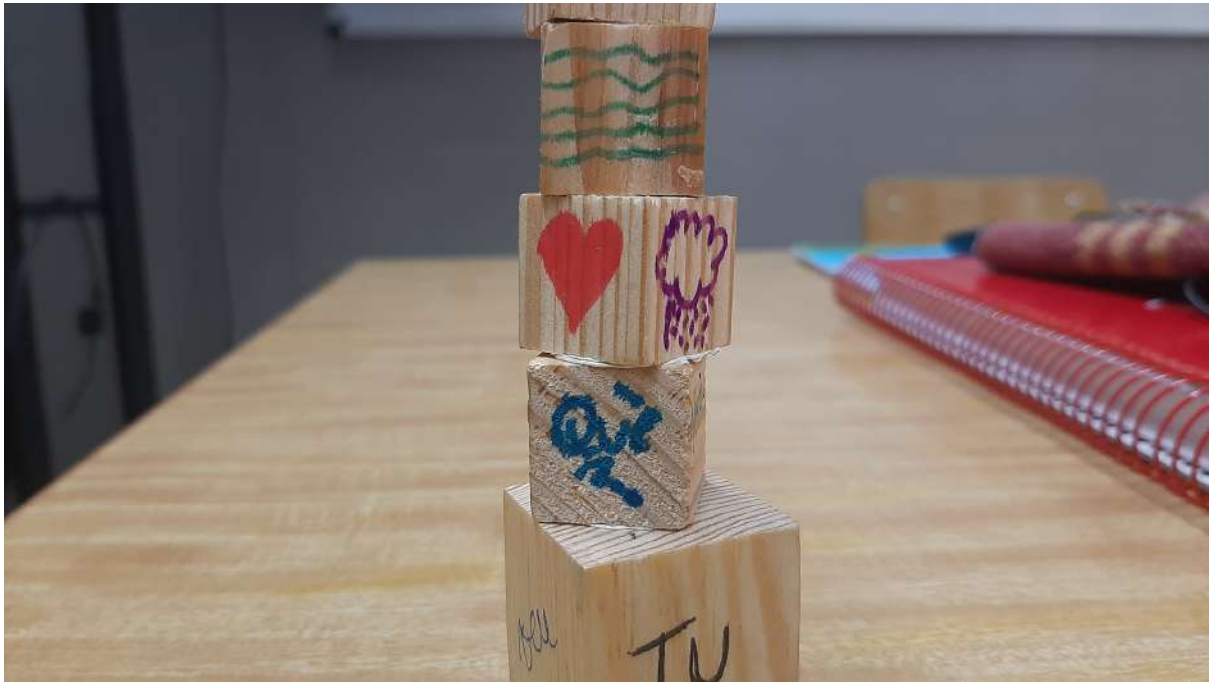
Si tingués la màgia d'un mag (Dàmaris Gelabert) Aquesta cançó ja ben coneguda ens ha convidat a pensar en un munt de possibilitats.

<https://www.youtube.com/watch?v=-lSx80tGzgg>

- La Pau com a experiència interna.
- La Pau com a *constructe* col·lectiu. Aquesta mateixa versió de la cançó, interpretada per diferents artistes, ja ens apropa a aquest esperit col·laboratiu.
- TRANSFORMACIÓ (Alquímia que procura el mag...) de quina manera podem "capgirar" les coses, podem educar la nostra mirada envers les coses?

Cercle: Totem sagrat (Preguntes restauratives)

El cercle com a disposició que afavoreix el bon intercanvi, la bona comunicació, l'equitat, i tants altres aspectes. El tòtem adquireix un caràcter un tant *sagrat*, ja que l'infant que el té entre les mans, és qui té la *paraula* en aquell moment, i per tant és també un bon moment per dur a terme una bona pràctica del *discurs* personal i l'escolta activa.



Conte: El violí d'en Patrick (Quentin Blake)

<https://www.youtube.com/watch?v=s19e4KYvA8k>

El conte conté, des del meu punt de vista, un rerefons senzill però especialment bonic. Essencialment, en Patrick *regala* les seves melodies amb el violí, sabent que d'aquesta manera ajuda a diferents personatges, ç a fi de sentir-se millor. Ho fa d'una manera totalment altruista, i precisament és aquest *donar sense esperar*, que té una afectació en ell, propiciant una certa Pau interna, que s'entreu a través del seu mateix rostre. Expressió de Pau, calma, i gaudi.



L'habitació del cor (Activitat derivada del conte “El monstre de colors”)

El conte de l'Anna Llenas, ens parla de les diferents emocions, atorgant un color diferent a cadascuna. L'habitació del cor, és una activitat inclosa en el llibre “Tranquils i atents com una granota”, i jo la plantejo de dues maneres una mica diferents.

- Pensem en com estem, i per tant ens aturem per copsar els colors del nostre cor. Entenem que els alumnes (en aquest cas P5) ja tenen clar que el vermell és la ira, el verd la calma, el groc l'alegria, etc. i per tant dins del cor hi quedarà un *collage* ben particular.

Una altra possibilitat és pensar quines són aquelles persones que portem sempre al cor. Persones que ens ajuden i ofereixen la seva estima. Podem escriure els seus noms, o senzillament dibuixar-les. És bo, en una mesura adequada, posar en comú les diferents creacions.



Història d'un pentagrama. (Transformem)

Un pentagrama està trist, perquè es troba sol. No hi ha notes, ni cap clau de sol, res.. tan sols les línies. Una casa buida, i trista.

Després de parlar sobre el pentagrama i la seva funció, demanem a l'alumnat de quina manera podem alegrar el pentagrama trist. La intenció, atents al paral·lelisme que es pot establir entre persones, és que en la mesura que el pentagrama es senti ben *habitat*, retornarà el goig i l'alegria. Igualment, fa esment a la força de la col·lectivitat com a motor de transformació i canvi.



Arreu, la Pau

***Tens la Pau descrita als ulls,
quan tens cura, quan abrades, i quan aculls.***

***Tens la Pau entre les mans,
quan perdones, quan et dones, sense espants.***

***Tens la Pau al pensament,
quan estires, fil daurat, aquest moment, present...***

***Tens la Pau vibrant al cor,
quan retrobes, cada instant,
l'esplendor del teu tresor.***

Raül