Quinze Minutos de Presença

TIPO	MODALIDADE
Compromisso	**Individual**

Ligação ao Texto Bíblico

O Samaritano oferece aquilo que mais escasseia na vida moderna: tempo.

Não dá apenas dinheiro ou recursos.

Pára.

Cuida.

Permanece.

Este compromisso procura desenvolver a capacidade de estar verdadeiramente presente.

Objetivo Educativo e Espiritual

• Desenvolver escuta ativa.

• Valorizar as relações humanas.

• Combater a indiferença.

• Descobrir a presença como forma de amor.

Como Realizar

Durante sete dias, cada participante dedica quinze minutos por dia a uma pessoa específica.

Sem telemóvel.

Sem distrações.

Sem fazer outra tarefa simultaneamente.

Apenas presença.

Pode ser:

• um avô;

• um irmão;

• um amigo;

• um colega;

• um vizinho.

Critérios de Avaliação

• Regularidade do compromisso.

• Qualidade da interação.

• Descobertas realizadas sobre a outra pessoa.

Questões para Revisão

• O que aprendi sobre esta pessoa?

• Como me senti ao estar totalmente presente?

• Foi difícil desligar distrações?

• Que diferença fez este tempo?

Aspetos a ter em conta pelo Animador

Muitos jovens confundem proximidade com comunicação digital.

Importa ajudá-los a experimentar a força do encontro real.