Uma Hora Sem Pressa

TIPO	MODALIDADE
Compromisso	**Individual**

Ligação ao Texto Bíblico

Marta está ocupada com muitas tarefas. Maria senta-se aos pés de Jesus e dedica-lhe tempo. Jesus não critica o serviço de Marta, mas recorda-lhe que existe algo que não pode ser esquecido: a presença.

Este compromisso pretende ajudar os jovens a redescobrir o valor do tempo gratuito, da escuta e da presença junto das pessoas que amam.

Objetivo Educativo e Espiritual

• Desenvolver a capacidade de estar presente.

• Valorizar as relações acima das tarefas.

• Aprender a desacelerar.

• Descobrir a importância da escuta e da contemplação.

Como Realizar

Durante uma semana, cada participante escolhe uma pessoa importante da sua vida:

• pai;

• mãe;

• irmão;

• avó;

• amigo;

• catequista;

• vizinho.

Reserva uma hora para estar com essa pessoa sem telemóvel, televisão ou outras distrações.

O objetivo não é fazer algo extraordinário.

É simplesmente estar.

Conversar.

Escutar.

Partilhar tempo.

Critérios de Avaliação

• Realização efetiva do encontro.

• Qualidade da presença.

• Descobertas feitas sobre a outra pessoa.

Questões para Revisão

• O que descobri sobre esta pessoa?

• Foi difícil estar sem distrações?

• O que senti durante esse tempo?

• Porque é tão importante estar presente?

Aspetos a ter em conta pelo Animador

Ajudar os jovens a perceber que a qualidade da relação é mais importante do que a quantidade de atividades realizadas.

O compromisso não deve transformar-se numa tarefa.