|  |
| --- |
| **OPBOUW STILTE-WANDELING** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | Wim, 24 april 2018 / met heel veel dank aan Maggy |

LEERPLANDOELEN (onvolledig overzicht).

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| GRAAD | JAAR | TERREIN | DOEL |
| I A | 1 | Tijd | Het 'in handen nemen' en 'uit handen geven' van de eigen tijdsbeleving verwoorden. |
| 2 | Aarde & lichaam | Het omgaan met de natuur verduidelijken vanuit een christelijke kijk op leven en God. |
| Innerlijkheid | Luisteren en openstaan voor wat mensen beroert. |
| Persoonlijk en gezamenlijk verschillende vormen van innerlijkheid oefenen. |
| I B | 1 | Samenleven | Negatieve en positieve ervaringen die ze zelf hebben met in groepen durven uiten. |
| 2 | Iemand zijn, iemand worden | Verschillende gevoelens bij gebeurtenissen uit het eigen leven durven uitdrukken en bespreken. |
| Verhalen beluisteren van mensen die zoeken naar wie ze echt zijn en wat hen te doen staat. |
| Natuur & lichamelijkheid | In teksten de natuur als vindplaats voor God kunnen aanwijzen. |
| II A | 1 | Bronnen van leven | Opsporen en bespreken waar mensen vandaag zoal leven, visie en kracht uit putten. |
| Openheid vertonen voor het gebruik van symbolen, rituelen en tweede taal. |
| 2 | Een cultuur van ontmoeten | Geloven als een ontmoetingsgebeuren omschrijven. |
| II B | 1 | Waar sta je nu in het leven | Werken aan jezelf omschrijven als blijvende opdracht. |
| Wat geeft je leven | Iets van de eigen – levensbeschouwelijke - zoektocht verwoorden tegenover anderen. |
| 2 | Wat valt er te kiezen in het leven | Ontdekken en onderscheiden welke kleine en grote vragen het leven mij stelt. |
| Hoe leef je met verschillen | Ontdekken hoe het handelen vanuit de eigen persoonlijkheid gepaard gaat met vreugde en verdriet, verbondenheid en verdeeldheid. |
| II T/K | 1 | Bronnen van leven | Dragende levenservaringen aangeven en verwoorden. |
| 2 | Op weg | Christenen als ‘mensen van de weg’ typeren. |
| Het belang omschrijven van plaatsen en momenten voor rust, inspiratie, ontmoeting, … |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| III A | 1 | Omgaan met grenzen | De vraagstelling bespreken die groeit in en uit grenservaring. |
| Bemind worden en liefhebben | De kwaliteit van het leven aanduiden en illustreren. |
| Levens -beschouwing en ethiek | De oriënterende en evaluerende functie van het geweten verwoorden. |
| 2 | Communicatie van zin(-vragen) | Het belang van communicatie over zin(vragen) omschrijven. |
| De ruimte en het ontbreken van ruimte voor communicatie rond levensvragen en zin in het eigen leven en de samenleving bespreken. |
| Leven als christen | Bespreken van waaruit mensen grijpend of gevend in het leven kunnen staan. |
| III B | 5 | Wat ervaar ik aan grenzen in het samenleven | Het denken omtrent goed en kwaad, zonde in onze samenleving bespreken. |
| 6 | Wat boeit mij in het samenleven | Verschillende concrete vormen van zinzoeken aanwijzen en kritisch beoordelen. |
| Accenten van hedendaagse geloofsbeleving aangeven. |
| 7 | Terrein: Groeiend persoonlijk engagement. Spoor 1: De persoonlijke weerbaarheid. | De beweegredenen voor persoonlijk leven, de eigen oorspronkelijkheid (uniciteit: talenten, genade, roeping) opsporen. |
| De persoonlijke weerbaarheid op het vlak van de eigen gelovige / levensbeschouwelijke identiteit bij zichzelf en anderen, uitdrukken en bespreken. |
| III T/K | 5 | Goed mens zijn | De eigen grondhoudingen bevragen op deugdzaamheid, menswaardigheid en mensvervullende kwaliteit. |
| Samenlevings – opbouw tussen inspiratie en appèl | De wisselwerking tussen het omgaan met de natuur en een mens-, wereld- en godsbeeld ontdekken en bespreken. |
| 6 | Grondervaringen en geloof | Het openstaan voor de eigen grondervaringen bespreken. |

LEVENSBESCHOUWELIJKE VAARDIGHEDEN

1. Attent worden voor de levensbeschouwelijke dimensie van de werkelijkheid.

3. De eigen positie motiveren t.a.v. levensbeschouwelijke vragen en ervaringen.

6. De eigen levensbeschouwelijke ervaringen en reflecties expliciteren.

PRACTISCH

* Deze stiltewandeling kan in een bos maar ook in een park of op het schooldomein (indien mogelijk). Tip: op voorhand de wandeling verkennen.
* Uitleg wandeling + uitdelen van materiaal kan eventueel (best) vooraf.
* Teksten kunnen meegegeven en / of voorgelezen worden.
* Duur wandeling: +/- 1,5 uur (maar kan ook korter).

VERLOOP

O. Opdracht: (tussendoor)

|  |  |
| --- | --- |
| * Materiaal: (papieren) kadertje. * Opdracht: iedereen krijgt een eigen kadertje. Tijdens de wandeling mag je een stukje natuur dat jou aanspreekt ‘inkaderen’. * Op het moment dat je een plekje gevonden hebt, zeg je ‘stop’ tegen de groep. Plaats het mooie landschap in het kadertje en laat de groep mee genieten van je rustgevend landschap. |  |

1. Start: 10 minuten wandelen in stilte. Met een tekst om over na te denken:

|  |
| --- |
| Een man die ervaren was in meditatie, werd eens gevraagd,  hoe hij ondanks zijn vele bezigheden zo ingekeerd kon zijn.  Hij antwoordde :  “Als ik sta, dan sta ik;  als ik ga, dan ga ik;  als ik zit, dan zit ik;  als ik eet, dan eet ik;  als ik spreek, dan spreek ik ..."  Zij die de vraag stelden, zeiden: "Dat doen wij toch ook!  mediatMaar wat doet u dan nog meer?"  Hij antwoordde wederom:  "Als ik sta, dan sta ik;  als ik ga, dan ga ik;  als ik zit, dan zit ik;  als ik eet, dan eet ik;  als ik spreek, dan spreek ik ..."  Weer zeiden de mensen: "Dat, doen wij toch ook!"  Maar hij zei tot hen:  "Neen, als je zit, dan sta je al;  als je staat, dan loop je al;  als je loopt, dan ben je er al;  en als je eet, dan ben je al klaar". |

2. Opdracht:

|  |  |
| --- | --- |
| * Materiaal: afbeelding cd + pen. * Opdracht: een CD maken. * Je bent stil gedurende 1 minuut, je luistert (eventueel met de ogen dicht) en noteert de geluiden die je hoort op het papieren CD-tje. * Harde geluiden noteer je kort bij het centrum van de CD en zachte geluiden bij de rand. * Vragen & bespreking. | Afbeeldingsresultaat voor cd |
| * Welke geluiden heb je gehoord? * Wie maakt geluid? * Kan je de geluiden indelen in 2 groepen? Welke? Bvb.: stil/luid of natuur/mens. * Wie heeft er last van geluidshinder? * Wanneer? * Wanneer wordt geluid lawaai? | |

3. Opnieuw wandelen in stilte … met een tekst om over na te denken:

|  |
| --- |
| *Laat ze los Laat ze heel even los Je lasten en je zorgen Leg ze allemaal neer Ze lopen echt niet weg.*  *Laat ze los om stil te staan Stil te worden Tot jezelf te komen En tot elkaar Tijd voor verstilling Er is immers nog tijd genoeg Voor je lasten en je zorgen.* |

4 Bezinningsmoment (even neerzitten):

|  |  |
| --- | --- |
| De stilte als de meester jou een vraag stelt en je het antwoord niet weet  de stilte als je broertje keihard valt vlak voor hij in huilen uitbarst  de stilte zo fijn als papa de stofzuiger eindelijk uitzet  de stilte als je vraagt waarom mama ruzie heeft met oma  de stilte die je opzoekt als je heel graag even alleen, helemaal alleen met jezelf wilt zijn.  *🕮 Gerrie Huiberts, uit "Het begon met licht"* | kind met slee, stilte |

5 Opdracht:

|  |  |
| --- | --- |
| * Materiaal: afbeelding cd + pen. * Opdracht: een CD maken. * Ga opnieuw even zitten of staan en noteer alle geluiden die je hoort hier in het bos. * We vergelijken het cd-hoesje van het begin van de wandeling nu even met dit nieuwe hoesje. Welke gelijkenissen en verschillen zie je? * Wat is vervolgens volgens jou het ‘mooiste’ geluid op dit moment? Deel dit met de groep. | Afbeeldingsresultaat voor cd |

6. Laatste opdracht (op het eind van de wantdeling): bezinningsmoment & kort gesprekje over ‘stilte’.

|  |
| --- |
| Soms valt het gesprek bijna stil Dan praten we maar wat In het wilde weg Nietszeggende woorden Om de stilte te vullen.  Hoe moeilijk kunnen we zwijgen En enkel luisteren Naar elkaars ademhaling Naar wat niet gezegd hoeft worden Naar wat niet gezegd kan worden.  Uit angst voor de stilte Missen we soms de mooiste taal De taal van het zwijgen.  *🕮 Tomas Bruyland* |
| * Richtvragen: * Vond je het moeilijk om te ‘zwijgen’ tijdens de wandeling? * Ervaar je stilte als iets rustgevend of eerder als ‘onrustig’. * Zwijgen mensen soms te weinig? |

