

# PRIMARIA

## SESIÓN 1: ¿QUIÉN ME ENSEÑARÁ A VIVIR?

### **Objetivo:**

- Descubrir el carácter sagrado de la vida y el respeto a cualquier forma de la misma.
- Favorecer la proyección personal a lo largo del curso, objetivando aquellos cambios que se desean.

### **Materiales:**

- Música danza Hola Dios
- Reproductor de música
- Libro de la Vida-Imagen
- Folios con las letras de la palabra ADIV
- Hojas de tamaño cuartilla
- Libretas pequeñas a modo de diario personal

### **Ambientación:**

- Música danza <https://www.youtube.com/watch?v=q3OBQRMPRm0>
- Libro de la Vida en el centro
- Situarnos alrededor del libro de la Vida y comenzar la danza sin indicaciones previas, desde el silencio, y siguiendo los pasos que va haciendo el profesor.
  - Hola Dios estoy aquí: pies un poco separados, brazos extendidos hacia delante, a la altura de la cintura y palmas hacia abajo.
  - Gracias te doy por darme la vida: brazos extendidos hacia arriba, manos abiertas, cabeza hacia arriba.
  - Hazla nueva todos los días: brazos hacia delante a la altura del pecho, codos flexionados, manos extendidas.
  - Buenos días mi Señor: manos sobre el corazón.

Balance suave a un lado y a otro, de todo el cuerpo durante toda la danza.

- A medida que se van incorporando en la danza vamos invitando a hacer silencio e ir interiorizando la música y letra de la canción.

### **Dinámica activa:**

- Al finalizar la danza, nos disponemos sentados en círculo, y les vamos a mostrar el símbolo: El libro de la Vida. Podemos generar varias preguntas sobre el símbolo:
  - ¿Qué será eso de un libro de la vida? ¿En qué puede consistir?
  - ¿Qué cosas debemos aprender en la vida?
  - ¿Está todo escrito en un libro?
  - ¿Para qué nos puede servir un libro como este?
- Seguidamente, preguntamos cuál es la mejor forma de conocer un libro... ¡Muy bien!, comenzar a leerlo...

Lo primero que nos mostrará el libro será una historia fantástica sobre su origen. Podemos leerlo de forma pausada y dándole mucha importancia al relato, que debe cautivarles para que empiece a formar parte del grupo.

### **Historia sobre El libro de la Vida:**

*Érase una vez una montaña alta, muy alta, altísima, que dominaba toda la llanura. Desde cualquier lugar se podía ver la cima de la montaña, majestuosa, serena, solemne... Todos los días, al amanecer, la montaña aparecía rodeada de un anillo de nubes suaves como el algodón y ligeras como el vapor de agua. Y allá, en lo alto, parecía que su cumbre quería pinchar el cielo con su pico.*

*No muy lejos vivía una niña llamada Eluvira. Pertenece al clan de los Adiv. Vivían en el bosque donde nada les molestaba y su vida era muy sencilla. Cultivaban la tierra, de donde sacaban lo necesario para vivir, y también tenían algunos animales domésticos. Pero Eluvira todavía era joven y todos los días acudía a la cueva de la enseñanza, donde el maestro enseñaba a todos los niños y las niñas del clan. Una vez reunidos, saludaban con una danza a la montaña sagrada: ella había estado allí siempre, protegiendo a los Adiv, y lo primero era darle gracias por todo lo bueno que recibían: el cariño, los alimentos, la protección...*

*Tras el saludo, cada niño y cada niña se situaba delante de una piedra en la que había depositado un libro. El maestro entonces les contaba una historia de su clan, de los Adiv. A veces la leía de su propio libro, que ya estaba viejo, pero del cual, en ocasiones, extraía maravillosas historias que les hacían volar con su imaginación años y siglos atrás, y con las que podían imaginar cómo eran sus antepasados.*

*Eluvira, como los demás cuando el maestro terminaba de hablar, sabía que tenía un tiempo de silencio para pensar sobre lo que había oído y, tras un ratito, abría con cuidado su libro y, poco a poco, empezaba a escribir.*

*Nadie supo qué ocurrió aquel día. Unos dicen que la vieja montaña sacó de su interior lágrimas de fuego, otros que fue el cielo el que se cubrió de oscuridad y el agua que cayó*

*arrastró todo a su paso. Quizá los Adiv escaparon a toda prisa. Lo que sí que es cierto es que al menos uno de los libros quedó olvidado, pero a salvo en la cueva de la enseñanza. Desde entonces se cuentan historias sobre el clan de los Adiv y se dice que cada uno de ellos escribía su propio Libro de la Vida. En él apuntaban todas las cosas que querían conseguir y todas las normas que les ayudaban a convivir entre ellos y ser un clan feliz. Eluvira descubrió algo de las enseñanzas del maestro: el verdadero nombre de los Adiv. Pero para conocerlo, con sus letras que bailar tendréis.*

*Mario Piera Gomar*

- Al finalizar la lectura, realizamos comentarios en voz alta sobre qué les ha parecido la historia.
- Seguidamente, podemos colocar delante del grupo a cuatro niños voluntarios con un folio en las manos, en los que previamente hayamos escrito una letra de la palabra ADIV, y preguntar a los demás cómo habría que ordenar a los niños para encontrar el verdadero nombre del clan, que será: VIDA. Hoy aprenderemos: que hay cosas que aprender y que son importantes para nuestra vida.
- Ponemos una música tranquila y les pedimos que cierren los ojos, que respiren profundamente varias veces.
  - Les proponemos que imaginen qué les gustaría escribir en el libro de su vida cuando terminara el curso (por ejemplo: cuando termine el curso me gustaría que estuviera escrito en mi libro de la vida que yo aprendí a...; que hice...; que me dijeron...).
  - Al terminar les pedimos que lo escriban en una hoja y las colocamos dentro de una pequeña funda de plástico que añadimos a nuestro símbolo El libro de la Vida, libro que podemos ir completando con reflexiones de sucesivas sesiones que hagamos.
  - Podemos finalizar la sesión repitiendo la danza
  - Al terminar de bailar, escriben en su diario cómo se sienten después de la sesión.

Libro de la Vida – Imagen-