

IPUINA: GORPUTZA ETA PRESENTZIA

Ariketa honetan Anthony de Melloren *Minutu bat absurdorako* liburuko zati bat aurkezten da, ikasleekin presentziari buruz irakurtzeko, eta, ondoren, hausnartzeko.

Gonbidatu batek bere burua eskaini zuenean afalostean platerak garbitzeko, Maisuak galdetu zion:

«Ziur al zaude harrikoa egiten dakizula?»

Gizonak bere bizitza osoan egin zuela esanez protestatu zuen. Eta Maisuak esan zion:

«Ez dut zalantzarik platerak garbi uzteko gai zarenik, baina ez daukadana argi da ea gai izango zaren harrikoa egiteko».

Eta hauxe da geroago bere dizipuluei eman zien azalpena:

«Harrikoa egiteko bi modu daude: bata, harrikoa egitea platerak garbi uzteko, eta bestea, harrikoa egitea harrikoa egiteko».

Eta, artean argi ez zegoenez, erantsi zuen:

«Lehenengo ekintza hildako ekintza bat da, zure burua plater garbiketan finko dagoelako; bigarrena ekintza bizia da, zure burua zure gorputza dagoen lekuan dagoelako».

Aipuaren sinadura. Anthony de Mello. *Minutu bat absurdorako*, 2009.

ARIKETA: ipuina taldean kontatu edo irakurri ondoren, elkarrekin presentziari buruz hausnartzeko galdera lagungarri batzuk proposatu ahal dizkiegu ikasleei:

- Zer zalantza dauka maisuak? Eta zergatik?
- Zein dira harrikoa egiteko bi moduak maisuaren iritziz?
- Platerak garbitzen dituzunean (edo zure logela garbitzen duzunean), zeure (burua) egiten ari zaren ekintzan kontzentratuta dago edo beste gauzetan pentsatzeko joera duzu?
- Norbaitek hitz egiten dizunean, arretaz entzuten diozu edo tarteka zure burua beste leku batean egon daiteke?

- Burua beste leku batera joaten zaizunean, berehala konturatzen zara edo oharkabea gertatzen den zerbait izaten da?
- Harrikoa egiten kontzentratuta egotea, beste gauza batean pentsatu gabe, erraza edo zaila dela uste duzu?
- Kontzentratuta egoten da beti zure burua gorputza egiten ari den horretan?
- Egon al daiteke zure gorputza zure burua ez dagoen lekuren batean?
- Harrikoa egitea zuretzat dibertigarria ala aspergarria da? Zergatik?
- Ongi pasatzen ari zarenean, egoten dira zure burua eta arreta zure gorputza dagoen lekuan?
- Aspertzen zarenean, egoten dira zure burua eta arreta zure gorputza dagoen lekuan ?
- Zure ustez, loturaren bat dute gorputza sentitzeko ariketak eta ipuin honek?