

**el material  
complementari**



**FamíliaEscola**  
Acció Compartida

***FEAC especial confinament***

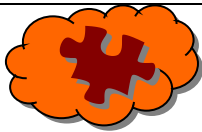


***Butlletí FEAC extraordinari***



Accedeix al  
Butlletí FEAC  
des d'aquí





## L'essencial és invisible als ulls

Aquesta frase ben coneguda del llibre *Le Petit Prince*, d'Antoine de Saint-Exupéry, publicat el 1943, posa de manifest la relació entre l'ésser humà, el seu proïsme i el món que l'envolta, tot destacant l'amistat, l'estimació, la responsabilitat i, en últim terme, el sentit de la vida.

Iniciem la presentació d'aquest darrer Butlletí del FEAC extraordinari sota el títol **Família i Escola A Casa!** tot ressaltant passatges d'*El Petit Príncep* per la bellesa, la inferència, la proximitat i la inspiració que ens aporta al moment actual.

*Diu:*

*O sigui que he viscut sol, sense ningú amb qui de veritat poder parlar, fins que vaig tenir una avaria al desert del Sàhara, fa sis anys. S'havia trencat alguna cosa del motor. I com que no anava amb cap mecànic ni amb cap passatger, em vaig preparar per mirar de fer, tot sol, una reparació difícil. Per mi era una qüestió de vida o mort...*

Portem més de 50 dies vivint unes circumstàncies excepcionals, una situació sense precedents, una situació inimaginable; un confinament amb mesures estrictes de protecció, amb canvis radicals en la nostra quotidianitat, en les relacions personals, sentint el dolor, la impotència, el trasbals, la incertesa, la feblesa... I en aquest moment resorgeix amb força i pren identitat la frase del llibre: l'essencial és invisible als ulls. Però ho és realment? I tant! L'essencial és invisible als ulls!

Què és l'essencial en la nostra vida? Apuntem una llarga llista de valors-virtuts: esperit de servei, imaginació, complicitat, valentia, esforç, generositat, responsabilitat, prudència, empatia, respecte, educació, constància, amabilitat, equilibri, bondat, motivació pel coneixement, curiositat, introspecció, senzillesa...

L'essencial és invisible als ulls!

Invisible als ulls perquè la seva percepció és a través del cor, a través de l'emoció que sentim, el que ens fa pessigolleig... i en aquests moments se'ns han posat en primera línia les percepcions a través del cor... i tant!

Les hem posat en primera línia quan la impotència personal ens ha fet sensibles per valorar i reconèixer als altres; quan hem compartit sense condicionants la donació gratuïta; quan hem sentit la impotència davant quelcom incontrolable que ens superava; quan hem experimentat la generositat, la bondat, l'empatia en relacions potser endormiscades; quan hem posat al servei dels altres la creativitat, la imaginació, l'alegria, la paraula, el cant, la pintura, la manualitat, l'enginy...

Hem posat en primera línia les percepcions a través del cor quan hem interposat la valentia per davant de la comoditat personal...

Hem posat en primera línia les percepcions quan hem visionat imatges belles d'un paisatge urbà amb menys contaminació, escoltant i sentint amb sorpresa el cant dels ocells, sentint el silenci al carrer... sorpresos, sí, i fascinats pel descobriment.

I ara tomem a la pregunta:

Què és l'essencial en la nostra vida?

Vivim la vulnerabilitat del nostre sistema. Hem llegit "el nostre món està malalt"... Ara toca donar-hi resposta, resposta personal en primer terme, resposta pausada, amatent a la interpel·lació que ens fa la natura, resposta valenta i que, com una taca d'oli, s'escampi.

Aquest malson es va iniciar en temps de Quaresma i ara, després de celebrar la Pasqua, hem anat a l'encontre del Crist amb l'esperança i la seguretat que amb Ell transformarem les dificultats i tribulacions en possibilitats de vida nova, ressorgirem amb més força encara.

Aquesta serà la nostra missió en el temps que s'esdevindrà, tenir cura de la nostra salut, tenir cura del proïsme, tenir cura del medi com un bé preuat, un bé que ens ha estat confiat, un bé al nostre abast i que hem de llegar.

Que la pregària ens doni la força i la valentia per redreçar el camí, per no defallir, per no oblidar, per avançar amb l'esperança que **l'essencial és invisible als ulls!**

### **Hi haurà un demà**

Hi haurà un demà  
malgrat tot i contra tot, hi haurà un demà.  
Quin goig de certesa, aquesta certesa de goig,  
i quina força dóna per lluitar,  
quan el present sembla boig  
i el futur es veu incert, tempestuós, llunyà!

Vivim, tan sovint, a frec d'apocalipsi!  
Per cada amor que acaba, acaba un món,  
i no ho sabem -o ho sabem massa, i ens confòn  
mirar com a final el que és eclipsi!

Hi haurà un demà, no sabem quan, no sabem quin,  
hi haurà un demà en sortir del laberint,  
un demà que ara estem fent de preguntes i d'espera,  
desitjant, debatent, resistint,  
sense brúixola ni mapa, per afany i per instint  
de salut, de llibertat, de futur, de primavera.

*David Jou*  
abril 2020

## Pregària en família

*Desitjant que tots estigueu bé de salut, aquest butlletí extraordinari pretén ser una pausa. En aquests moments tan diferents a tot el que hem viscut fins ara, és important saber mirar endins i trobar, o retrobar, aquella serenor que ens fa avançar com a persones i com a cristians.*

*En les properes línies us oferim pregàries, activitats diverses, per tal de poder viure millor aquests dies a casa. Senzillament busqueu un lloc (potser aquesta serà la part més complicada) i gaudiu del moment... el vostre moment.*

*Us oferim alguna pregunta per a la reflexió.*

### **Parla'm de Déu**

P. Miquel Estradé

Vaig dir tremolós al sol ponent: Parla'm de Déu!  
El sol es colgà sense dir-me res.  
I el somni es convertí en realitat.

L'endemà al matí,  
quan jo obria la finestra,  
el sol ja m'esperava somrient.

Vaig dir a l'ametller: Parla'm de Déu!  
I l'ametller florí.

Vaig dir a la font: Parla'm de Déu!  
I l'aigua brollà.

Vaig dir a la natura: Parla'm de Déu!  
I la natura es va cobrir de bellesa.

Vaig dir al meu fill: Parla'm de Déu!  
I l'infant em va dir: Parla-me'n tu.

Vaig dir al meu pare: Parla'm de Déu!  
I ell se'm quedà mirant i estimant.

Vaig dir a la meva mare: Parla'm de Déu!  
I la mare em va fer un petó.

Vaig dir al pagès: Parla'm de Déu!  
I al pagès m'ensenyà a llaurar.

Vaig dir al obrer: Parla'm de Déu!  
I ell em va dir: Treballa i el trobaràs.

Vaig dir al pobre: Parla'm de Déu!  
I em donà un tros de pa que es duia a la boca.

Vaig dir a l'enemic: Parla'm de Déu!  
I l'enemic em va donar la mà.

Vaig dir a un nen: Parla'm de Déu!  
I el nen em somrigué.

Vaig dir a un soldat: Parla'm de Déu!  
I el soldat va deixar les armes.

Vaig dir a la gent: Parla'm de Déu!  
I la gent m'estimà.

Vaig dir a la mà: Parla'm de Déu!  
I la mà esdevingué servei.

Vaig dir al dolor: Parla'm de Déu!  
I el dolor es féu agraïment.

Vaig dir-te: Parla'm de Déu!  
I tu ja saps prou què em vas dir.

Vaig dir a la Bíblia: Parla'm de Déu!  
I la Bíblia s'ofegà de tant parlar-ne.

Vaig dir a Jesús: Parla'm de Déu!  
I Jesús resà el Parenostre.

Vaig dir a Déu: Parla'm de Déu!  
I Déu em va dir: Et parlaré de tu.

### **PREGÀRIA DE SANT FRANCESC**

Oh Senyor,

feu de mi un instrument de la vostra pau!

On hi ha odi, que jo hi porti amor.

On hi ha ofensa, que jo hi porti el perdó.

On hi ha discòrdia, que jo hi porti unió.

On hi ha dubte, que jo hi porti la fe.

On hi ha error, que jo hi porti la veritat.

On hi ha desesperació, que jo hi porti l'esperança.

On hi ha tenebra, que jo hi porti la llum.

Oh Mestre,

feu que jo no cerqui tant:  
ser consolat, com consolar;  
ser comprès, com comprendre;  
ser estimat, com estimar.

**PREGÀRIA DE CARLES DE FOUCAULD**

Pare, em poso en les Vostres mans,  
feu de mi el que us plagui.

Per tot el que fareu de mi,  
us en dono gràcies.

Estic disposat a tot,  
ho accepto tot,  
mentre es faci la Vostra voluntat  
en mi i en totes les criatures.

Poso la meva ànima en les Vostres mans,  
us la dono,  
Déu meu,  
amb tot l'amor del meu cor,  
perquè us estimo.

És una exigència del meu amor  
el donar-me,  
posar-me sense mesura en les Vostres mans,  
amb infinita confiança,  
perquè Vós sou el meu Pare.

***Pregàries conegudes i amb sentit en aquests moments que ens toca viure.***

- ***Estem aprofitant aquest dies per ser especialment sensibles amb la gent que ens estimem?***
- ***Els ho manifestem de manera clara, inequívoca?***
- ***Em poso a les mans del Pare?***



## Activitats per fer amb la família

Momo tenia un amic, Beppo Escombriaire, que vivia en una caseta que ell mateix havia construït amb rajoles, llaunes de deixalla i cartrons. Quan a Beppo Escombriaire li preguntaven alguna cosa, es limitava a somriure amablement i no contestava. Simplement pensava. I, quan creia que una resposta era innecessària, callava. Però, quan la creia necessària, la pensava molt. De vegades trigava dues hores a contestar, però unes altres trigava tot un dia. Mentrestant, l'altra persona havia oblidat la pròpia pregunta, així que la resposta de Beppo sorprenia gairebé sempre.

Quan Beppo escombrava els carrers, ho feia lentament, però amb constància. Mentre anava escombrant, amb el carrer brut davant seu i net darrere, se li anaven ocorrent multitud de pensaments, que després els explicava a la seva amiga Momo:

- Veus, Momo? De vegades tens davant teu un carrer que et sembla terriblement llarg i que mai podràs acabar d'escombrar. Llavors et comences a donar pressa, cada vegada més pressa. Cada vegada que aixeques la vista, veus que el carrer segueix igual de llarg. I t'hi forces més encara, comences a tenir por, al final t'has quedat sense alè. I el carrer brut segueix davant. Així no s'ha de fer. Mai s'ha de pensar en tot el carrer d'una vegada, entens? Cal pensar en el pas següent, en la inspiració següent, en la següent escombrada. Llavors és divertit: això és important, perquè llavors es fa bé la tasca. I així ha de ser. De cop i volta t'adones que, pas a pas, has escombrat tot el carrer. No et canses tant, ho fas i no et quedes sense alè.

És important. Per ventura no és EL MÀGNIFIC de la paciència el que pot concedir-nos temps per a conèixer-nos a nosaltres mateixos? Perquè, ens posem com ens posem, la paciència amb què no sapiguem mirar-nos a nosaltres mateixos serà la mateixa no-paciència que ens impedeixi mirar a la realitat com ha de ser mirada: amb-paciència, amb-passió, amb-com-passió, com-padint, com-padint-nos.

### **Evangeli de Mateu 6, 25 – 34**

»Per això us dic: No us preocupeu per la vostra vida, pensant què menjareu o què beureu, ni pel vostre cos, pensant com us vestireu. ¿No val més la vida que el menjar, i el cos més que el vestit? Mireu els ocells del cel: no sembren, ni seguen, ni recullen en graners, i el vostre Pare celestial els alimenta. ¿No valeu més vosaltres que no pas ells? ¿Qui de vosaltres, per més que s'hi esforci, pot allargar d'un sol instant la seva vida? I del vestit, per què us en preocupeu? Fixeu-vos com creixen els lliris del camp: no treballen ni filen, però us asseguro que ni Salomó, amb tota la seva magnificència, no anava vestit com cap d'ells. I si l'herba del camp, que avui és i demà la tiren al foc, Déu la vesteix així, ¿no farà més per vosaltres, gent de poca fe? Per tant, no us preocupeu, pensant què menjareu, o què beureu, o com us

vestireu. Tot això, els pagans ho busquen amb neguit, però el vostre Pare celestial ja sap prou que en teniu necessitat. Vosaltres, busqueu primer el Regne de Déu i fer el que ell té per just, i tot això us ho donarà de més a més. No us preocupeu, doncs, pel demà, que el demà ja es preocuparà d'ell mateix. Cada dia en té prou amb els seus maldecaps.

- **Quines són les nostres grans preocupacions en aquest dies feixucs?**
- **Confiem en Déu per poder tirar endavant?**

### **Aprendre a compartir**

(Marcelo A. Murúa)

Compartir perquè tothom visqui,  
aquest és, Senyor, el vostre ensenyament,  
el camí que ens convideu a fer,  
per renovar l'esperança de la humanitat.

Senyor de la Vida  
ensenyau-nos a reconèixer  
els nostres pans i els nostres peixos,  
potser semblen poca cosa  
però compartits amb els altres  
seran llavor de solidaritat fraterna.

Obriu, Senyor, les nostres mans  
perquè compartim els nostres béns,  
el nostre temps i els nostres dons,  
perquè fem un món més fratern.

Ensenyau-nos a construir el vostre Regne.  
Soterreu els nostres egoïsmes, i mesquineses,  
convideu-nos a donar més que a rebre,  
mostreu-nos el camí de la gratuïtat i el lliurement,  
perquè siguem forjadors de comunió i fraternitat.

¿Què has fet pel teu germà?  
Ressona en els nostres cors,  
clara i punyent,  
la teva paraula de vida.

Ajuda'ns a presentar  
les nostres mans buides



per haver-ho donat tot, Senyor.  
Tot perquè els altres visquin més.

**"Un virus encara pitjor"** (Papa Francesc a l'eucaristia del diumenge de misericòrdia a Sassia)

El papa Francesc va assegurar que la batalla contra la pandèmia és "temps per eliminar les desigualtats" i "el virus" de l'egoisme. Ho va dir durant la missa que va celebrar a porta tancada, sense fidels, el Diumenge de la Misericòrdia.

"Ara, mentre pensem en una lenta i àrdua recuperació de la pandèmia, s'insinua justament aquest perill: oblidar el que es va quedar enrere. El risc que ens colpegi un virus encara pitjor, el de l'egoisme indiferent", va advertir a l'Església de l'Esperit Sant a Sassia, a les portes del Vaticà.

El papa Francesc va explicar en la seva homilia que aquest "virus" es difon en la societat "al pensar que la vida millora si em va millor a mi, que tot anirà bé si em va bé a mi".

"Es parteix d'aquesta idea i se segueix fins a arribar a seleccionar les persones, descartar els pobres i immolar en l'altar del progrés a qui es queda enrere. Però aquesta pandèmia ens recorda que no hi ha diferències ni fronteres entre els que pateixen", assegurà.

I va afegir: "Tots som fràgils, iguals i valuosos. Que el que està passant ens sacsegi per dins. És temps d'eliminar les desigualtats, de reparar la injustícia que mina d'arrel la salut de tota la humanitat".

Com a exemple, en la seva homilia va meditar sobre els Fets dels Apòstols i va recordar les primeres comunitats cristianes: "Tots els creients vivien units i tenien en comú que venien les seves propietats i les repartien entre tots, segons la necessitat de cadascú".

"No és ideologia, és cristianisme", va afirmar el pontífex.

En aquest sentit, lamentà que "actualment sembla el contrari, una petita part de la humanitat ha avançat mentre la majoria es queda enrere", i va demanar d'aprofitar d'alguna manera aquesta pandèmia del coronavirus per preparar "el demà" del món.

"No pensem només en els nostres interessos, en interessos particulars. Aprofitem aquesta prova com una oportunitat per preparar el demà de tots. Perquè sense una visió de conjunt ningú tindrà futur", advertí.

**...I camineu plegats**

(Joaquim Guimerà)

No busquis a l'horitzó els camins ja fets,

No hi són!

El camí, el teu camí  
el trobaràs, sense saber-ho,  
tot caminant.

No busquis la seguretat de l'arbre  
amb les arrels inamovibles sota la terra.  
La teva seguretat és justament el caminar.

Busca, això sí,  
els amics que, com tu, continuen cercant.  
I feu camí junts...

Talleu les herbes. Respireu ben a fons.  
Aixequiu la mirada. Escolteu els ocells.  
I camineu plegats anys i anys  
fins a la posta definitiva del sol.

**Una abraçada enorme per a tu, que ens has acompanyat aquesta estona i que Déu estigui, ara i sempre, al teu costat. I camineu, caminem junts, que la vida és justament fer camí junts.**

**Per a INFANTIL**

Som conscients que una de les coses que estem aconseguint durant aquest confinament és fer-nos autèntics experts en buscar recursos per a entretenir la canalla? Segurament les activitats plàstiques i les receptes culinàries prenen rellevància; sense deixar de banda les activitats recomanades pels mestres, a partir de videotrucades o correus electrònics. Tot plegat anima a ser creatius i a mantenir l'esperança en família.

Us proposem fer una activitat en família, molt senzilla, però a la vegada molt emocionant: **un arbre genealògic**.

- Necessitarem una plantilla; però abans farem un esborrany en un full gran.
- Necessitem ajuda dels familiars, perquè algunes dades potser no les tenim molt clares.
- Necessitarem fotos, si pot ser, només de la cara, així es veurà millor. Si no la tenim, la dibuixem.
- En aquest procés hi hauran molts comentaris, anècdotes, històries del passat molt interessants. També hi haurà moments d'emoció continguda o no. És important.
- A més a més del nom i cognoms dels avantpassats, podem posar la data de naixement i mort i fins i tot, el lloc de naixement (poble o ciutat).
- Les xarxes socials ens ajudaran a aconseguir les fotos, dates,...dels nostres familiars. Per exemple el contacte per *Facebook* amb una cosina que viu en un altre país.
- S'ha de curar l'estètica del producte final. Ha de quedar un arbre ben pintat i decorat (col·laboració dels nens). No importa la grandària del full; el procés viscut val més.

Esperem que aquesta experiència familiar doni, encara més valor, els lligams.

- [https://www.canva.com/es\\_mx/aprende/como-hacer-un-arbol-genealogico-con-plantillas-gratis/](https://www.canva.com/es_mx/aprende/como-hacer-un-arbol-genealogico-con-plantillas-gratis/)  
Algunes idees sobre l'arbre genealògic.
- <https://www.multipleskids.com/> Joguines i jocs que treballen les Intel·ligències múltiples.
- <https://www.instagram.com/mutlucocukoyunlari/?hl=es> Activitats plàstiques.

**Per a PRIMÀRIA**

1. Què hem après o estem aprenent personalment aquest confinament? I com a família?

	<b>JO</b>	<b>FAMÍLIA</b>
<b>TEMPS</b>		
<b>FEINA</b>		
<b>ALIMENTACIÓ</b>		
<b>LLAR</b>		
<b>ECONOMIA</b>		
<b>FE</b>		

<b>NOVES TECNOLOGIES</b>		
<b>ALTRES</b>		

2. Quines emocions heu experimentat aquest temps? Com us heu sentit?
3. A què hem donat valor?
4. Ha canviat l'ordre de preferència de les coses? I de les persones?
5. Aquesta situació ha interpel·lat en les nostres creences i/o vivències de la fe?
6. A partir d'ara, fareu algun canvi? Quin?

### **Per a ESO, Batxillerat, Cicles Formatius**

Us proposem dues activitats en família per tal que pugueu asserenar els cors, donada la situació que tots estem vivint. Amb la *primera activitat* us convidem a buscar un lloc tranquil a casa, us col·loqueu en una postura còmoda i deixeu el vostre cos i la vostra ment relaxada, tot deixant-vos emportar per l'escolta d'una de les dues visualitzacions. Després podeu comentar tots junts com us heu sentit. Sigui el que sigui el que aparegui, ho acceptarem i ho deixarem anar, mentre aneu respirant amb plena atenció.

### **ETS TU!**

[https://www.youtube.com/watch?v=IRN3a\\_3BSuE](https://www.youtube.com/watch?v=IRN3a_3BSuE)

### **LA ETERNIDAD DEL MOMENTO PRESENTE.**

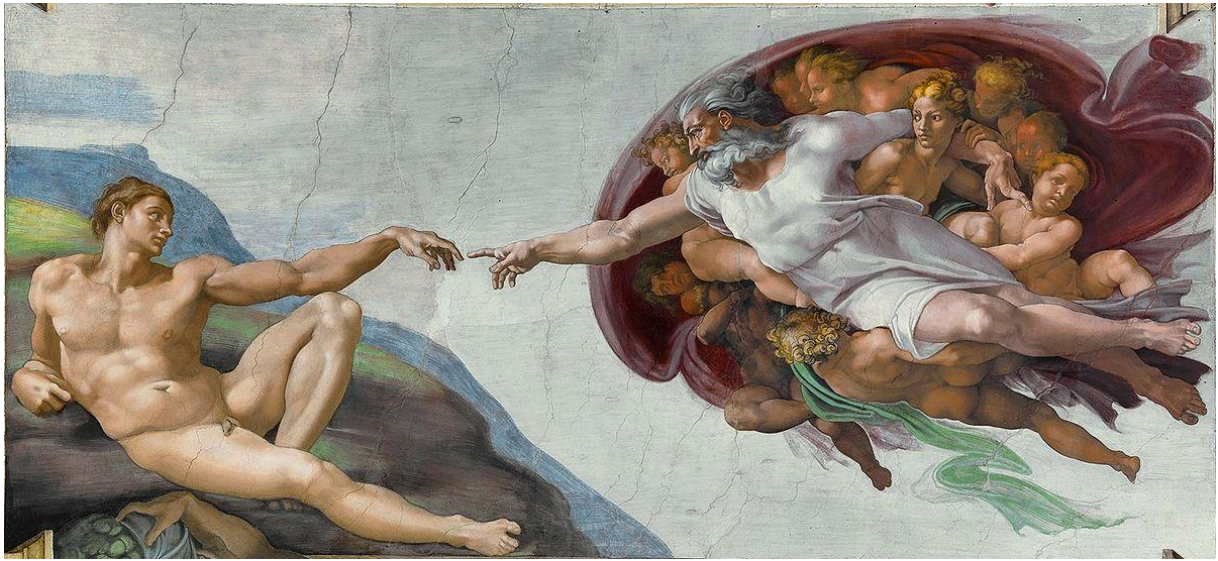
<https://www.youtube.com/watch?v=4Mwr-gPHhrE>

La *segona activitat* que us proposem és llegir en veu alta el següent decàleg de bones intencions per a practicar: **CUÍDA'T**, d'Anna M. Rifà, creadora i responsable del projecte ESCOLA ATENTA de la Fundació Vedruna Catalunya.

Un cop llegit, podeu comentar quines intencions ja practiqueu i en quines caldria posar-hi atenció i estima per viure aquests dies.

Si aquests dues activitats us fan bé, les podeu anar introduint en la vostra rutina diària.

Document adjunt: [CUÍDA'T](#)



**La creació d'Adam.**

Fresc a la volta de la Capella Sixtina, pintat per Miquel Àngel al voltant de l'any 1511

La mà d'Adam s'aixeca sense força ni objectiu i és en aquest instant que Déu, amb el seu dit, concentra l'alè de vida (RUAH) per a transmetre'l a l'home i convertir-lo en allò que és.

Una mà on es posa de manifest el lligam de l'home amb Déu, el vincle que uneix per sempre l'home amb Déu.