

V TIŠINI

VAJA 1

PRED ZA ETKOM KOSILA ALI VE ERJE BOSTE POSKUŠALI BITI NEKAJ MINUT V TIŠINI. VSAK MISLI NA TO, KAR ŽELI. KO BO AS POTEKEL, BO VSAK LAHKO POVEDAL DRUŽINI, O EM JE RAZMIŠLJAL. DRUGI GA BODO POSLUŠALI.

CENILI BOMO TEH NEKAJ MINUT TIŠINE, KI NAM JE OMOGOILA RAZMIŠLJANJE, IN MINUTE, KO SMO POSLUŠALI.

KO SE NAUIMO MOLATI, NAM TO POMAGA, DA ZNAMO POSLUŠATI IN RAZMIŠLJATI.

Vir: knjiga 'ENA VRLINA ZA VSAK TEDEN'
AVTORICE LAURE BLANCO IN SILVIE CARBONELLI'



VAJA 2

OGLEJ SI NEK PRED TABO LEŽE PREDMET - PRIBLIŽNO 30 SEKUND PREU UJ PODROBNOSTI I ZBRANEGA PREDMETA. ZAPRI O I IN PREU UJ PREDMET VO ESU SVOJEGA UMA. POSKUSI I ZOSTRITI PODROBNOSTI. POVE AJ VELI KOST. V UMU SKUŠAJ ZASUKATI PREDMET IN SI GA OGLEJ I Z VSEH ZORNIH KOTOV.

