

Saber de si mesmo é sempre um prazer.

Quem é você? Quem sou eu? Quem somos nós? Quem são os outros? Estas pequeninas perguntas pedem uma resposta grande, ou melhor,



respostas imensas. Tudo isso pelo fato de que não é tão simples respondê-las. A

dificuldade está no fato de que nós não nos criamos, não programamos nossa existência, apenas de imediato nos percebemos existindo.

E existir é muito bom,

mas como e porque existimos? Esta e as perguntas anteriores são objetos de estudo, poesia, oração, investigação científica e até e motivo de angústia e alegria.

Parece que entender o antes de nós e até o depois de nós mesmos (a morte) é uma tarefa com muitos métodos: ciência, religião, filosofia, etc. Contudo somente, e principalmente existir é uma tarefa teórica e prática para cada um. Já que o antes, e o depois nos encham de diferentes sensações, podemos nos ocupar com o “durante”, que também exige empenho, mas nos traz uma percepção mais próxima e nos ajuda a entender, imaginar e confiar no antes e depois de nós.

Se existe algo que deve ser conhecido para sabermos manusear, encaminhar, controlar, amar, perdoar, investir, confiar este algo ou, melhor alguém, sou eu. Para tanto, aquilo ou aquele que vem antes de nós, ou acima de nós ou envolto em nós nos deu a razão, a mente o pensamento, as emoções e sentimentos para que possamos conhecer, memorizar e projetar a nossa existência.

E assim, é muito interessante que façamos um reconhecimento de nossa própria existência. Se ainda não fizemos isto segue uma sugestão didática e lúdica. Com certeza é muito mais amplo o exercício de análise existencial, mas é importante fazê-lo.

Árvore da Vida

Siga os passos:

- a) **Desenhe uma árvore com raiz, tronco, folhas, flores e frutos.**
- b) **Nas ramificações da raiz, escreva:**
 - a data de seu nascimento;
 - o nome de pessoas importantes na sua vida;
 - acontecimentos marcantes dos seus primeiros anos de vida.
- c) **No tronco, anote suas atividades diárias.**
- d) **Nas folhas, nas flores e nos frutos, escreva suas esperanças, seus desejos, seus sonhos.**
- e) **Dê um nome a sua árvore.**
- f) **Pinte a árvores com as cores que mais lhe agradam.**
- g) **Guarde este simples exercício como uma ilustração central de sua vida. E sempre que necessário olhe o desenho como se fosse uma síntese de seu projeto pessoal de vida.**
- h) **Se desejar de tempos em tempo acrescente ou retire algo, simbolizando a própria dinâmica de crescimento da vida/árvore.**

Obs: este texto e dinâmica está no conteúdo sobre desenvolvimento e crescimento humano da 7ª série no primeiro trimestre do ano.