

### INTERIORITAT "CONREAR L'ESPIRITUALITAT"

En primer lloc, parlarem de la interiorització com a exercici que possibilita la trobada amb un mateix, això és, veure amb claredat el que un és, descobrir que l'experiència interior es connecta. Cal superar el buit existencial i el materialisme; de cada vegada som més conscients que ens oblidam de la part profunda, que ens dirigim cap a la superficialitat com a conseqüència de l'egocentrisme i la buidor.

Per treballar la interioritat espiritual, és bàsic experimentar estats interiors de pau, equilibri, amor, harmonia, alegria... els quals potencien sentiments de confiança en si mateixos, en els altres i en la vida. És una pràctica que cerca desenvolupar la plena atenció al cos, a les emocions i als pensaments.

És aprendre a asserenar la ment i desenvolupar actituds contemplatives mitjançant la pràctica del silenci.

És una pràctica molt necessària dins aquest món on vivim.

#### EDUCAR ELS NINS I NINES A LA INTERIORITAT ESPIRITUAL

És ensenyar a meditar. Hem d'ajudar l'alumnat a adquirir eines i distintes formes d'accedir a la interioritat, al descobriment de la seva dimensió espiritual o a la pràctica de la meditació; els nins han d'experimentar la dimensió pregona de la realitat, viure des d'allà: superar la dimensió materialista, ja que de cada vegada són ells també més conscients, com hem dit abans, que ens oblidam de la part profunda.

Els educadors tenim la necessitat d'educar la interioritat espiritual. Això vol dir educar la dimensió profunda i deixar tot el que l'humà empobreixi. Vivim en un món on l'home es veu arrossegat cap a l'exterior enmig d'un univers que es transforma sota el domini de les ciències i les tècniques, a través de les notícies que ens arriben de la terra i de l'agitació dels problemes econòmics, socials i polítics que reclamen la nostra atenció. Per educar la interioritat espiritual, és convenient fer una seqüència de pràctiques que ens permetin educar i potenciar la connexió dels alumnes amb la seva interioritat i descobrir, així mateix, aquest espai interior intuïtiu i misteriós de l'ésser humà.