

## Un călător rătăcitor și un gânditor de sine stătător intră într-un bar...

Note personale din cadrul programului Erasmus+ "Who? What? Where? When? Why? How? Fostering Critical Thinking in Youth" din Clermont-Ferrand (Franța), 11-18 septembrie, 2023



### Joacă-te. Împărtășește. Învață

- **Pierde-te** - riscă, mergi pe drumuri neobișnuite; îmbracă-te ciudat; vorbește limbi necunoscute; ascultă cântece la întâmplare; explorează tabuuri; deschide conversații provocatoare; visează activ, cu ochii deschiși
- **Oferă-ți darul surprizei** - lasă un raft din dulap gol; nu planifica nimic; adresează mai multe întrebări decât răspunsuri; joacă jocuri noi sau după reguli noi; începe-ți călătoria cu mentalitatea de novice
- **Mișcă-te liber** - observă unde te afli; râzi cu voce tare; dansează liber; rămâi pe loc; ai răbdare; nu te grăbi să tragi concluzii, treci printre ele; fii prezent; pleacă oricând vrei

### Viața este doar despre tine. Și nu este deloc despre tine.

- **Intră în mintea ta** - încetinește; cercetează; învață în termeni științifici; descoperă cum gândești, ce îți declanșează și activează tiparele de gândire și de acțiune; rămâi deschis la schimbare în mod voit
- **Leși din cap** - scutură-te de ce știi; îmbrățișează pe cineva, mișcă-te pentru a-ți relaxa sistemul nervos; preia obiceiuri noi, bucură-te de oameni și locuri înălțătoare; pune-ți întrebări ca un explorator: *ce-ar fi dacă? ce altceva?*
- **Cultivă un mediu hrănitor** - onorează-ți rădăcinile, extinde-ți conștiința de sine; sădește preocupări noi, explorează-ți talentele; ai grijă de mediu; eliberează-ți natura interioară

### Simte-te mic să poți gândi la scară mare

- **Călătorește singur** - pleacă de unul singur; călătorește în locuri noi, trăiește alături de oameni diferiți, preia noi mentalități; lasă-te dus; fii îndrăzneț; încearcă feluri noi de mâncare; pregătește-te pentru neprevăzut
- **la-ți timp și spațiu să gândești** - trăiește în mod conștient; planifică riguros "timpul pentru mine" și respectă-l; trăiește prin fascinație; pune-ți întrebări până când te simți satisfăcut în mod rezonabil; reflectă profund
- **Urmează-ți natura** - află ce-ți place și ce nu-ți place; mănâncă puțin câte puțin; fii prezent; amintește-ți că totul este temporar; exprimă-ți recunoștința

### Ridică-ți spiritul mai sus decât ego-ul

- **Bucură-te de diversitatea din tine și ceilalți** - fii blând, acceptă cine ești cu inima deschisă; eliberează-te de critică sau judecata de sine; fii conștient de măreția lumii
- **Redu-ți ego-ul la un ecou** - lasă-te văzut, simțit și auzit de ceilalți așa cum ești; împrietenește-te cu feedback-ul; exprimă-ți liber autenticitatea; pune-ți întrebări critice/ importante
- **Transformă întâmplările în experiențe** - arată-te lumii în cea mai bună formă a ta și fii martor generos la creșterea celor din jur; distrează-te în tot acest proces!

**Cultivarea gândirii critice este un act de trezire deliberată, intenționată.** Dacă dimineața apeși butonul de amânare în loc să te trezești direct, este în regulă. Doar să fii conștient de acest lucru. Poate ai nevoie de mai mult timp pentru tine, să visezi mai profund sau să simți mai intens înainte de a trece pragul dincolo.