

# GARDIENII NATURII

## Spiritele animalelor

**Obiectiv:** Crearea empatiei pentru animalele sălbatice și conservarea lor

**Materiale:** niciunul

**Activitate:** Începeți prin a le cere participanților să se întindă pe spate și să închidă ochii. Invitați-i să plece într-o călătorie din mintea lor, să se ridice din corpul lor și să călătorească prin spațiu, peste acoperișuri și vârfuri copacilor, până când ajung într-un loc natural frumos. Apoi, sugerează-le să audă un sunet, iar când privesc de unde a venit sunetul, văd un animal. Invitați-i să urmărească acest animal pentru o vreme - cum se mișcă, ce sunet scoate, ce ar putea face - apoi invitați-i să pășească în pielea acestui animal și să devină animalul pentru un timp - luând încet forma animalului și începând să se miște ca această creatură în jurul camerei cât de precis pot. Fă-ți timp pentru această transformare și explorare. Diferitele animale din cameră ar putea interacționa.

Acum, invitați-i pe toți să se întindă înapoi și să devină nemișcați și ghidați spiritele animale să părăsească trupurile actorilor. Participanții, în mintea lor, călătoresc acum înapoi peste pădure și acoperișuri, înapoi în cameră și în propriile lor corpuri. Permiteți participanților să se trezească încet.

Acum, cereți participanților să stea într-un cerc și să împărtășească ce animal au fost și mesajul pe care spiritul animal l-a lăsat cu ei pentru a-l transmite lumii umane.