



Convivències 2n BTX
Lestonnac 2017/18

Cap cim és prou alt!



Cap cim és prou alt

Tastet de Gospel - Oh Happy Day

LLETRA ORIGINAL

Cap cim és prou alt,
cap vall prou avall,
cap riu és prou ample.

Si et faig falta truca'm.
On siguis tant hi fa,
prop o lluny és igual (tu no et preocupis).

Només m'has de cridar
i vindré en un moment.
No hi has de patir gens, perquè ja saps que:

Cap cim és prou alt,
cap vall prou avall,
cap riu és prou ample
per impedir-me d'estar amb tu.

Ja saps que és així des de que et vaig dir que sempre més podries comptar amb mi.
Des de llavors, el compromís és fort.
Hi seré quan tu vulguis, no importa com.
Perquè ja saps que:

Cap cim és prou alt,
cap vall prou avall,
cap riu és prou ample
per impedir-me d'estar amb tu.

Ni el fred, ni el vent,
ni res no em pot fer deturar ni un moment.
Per mi ets el primer.
Quan te'n passi alguna anirem tots a una.
Tu ja saps que vindré tan ràpid com podré.
L'amor és molt fort si és del fons del cor,
la distància res no hi pot.

Si et cal una mà, per ajudar ja saps que vindré tan ràpid com podré.
O és que no saps que:

Cap cim és prou alt,
cap vall prou avall,
cap riu és prou ample
per impedir-me d'estar amb tu.

O és que no saps que:
Cap cim és prou alt,
cap vall prou avall,
cap riu és prou ample
per impedir-me d'estar amb tu

... per impedir-me estimar més

La cançó "Cap cim és prou alt" (Víctor i Elena Gadel) ens parla de l'amistat, de reptes, de compromís... sembla que això no va amb nosaltres, que ja tenim prou feina amb els nostres petits turons i que, precisament, el segon de batxillerat es torna sovint una muntanya infranquejable. Però potser ens cal prendre perspectiva, visualitzar nous paisatges, noves rutes i camins que ens ajudin a transitar per la complexitat d'aquest curs i també més enllà.

Potser necessitem un espai i un temps per revisar el nostre equip personal i fer llistat de coses que ens cal adquirir al nostre "decathlon anímic".

Preguntes per fer en una "roda de seients":

- Quines coses se't fan costa amunt i són per a tu una muntanya?
- T'ha passat mai que deixes una cosa per fer i, al cap del temps, el que era una petita tasca passa a ser un problema i finalment ha acabat esdevenint una molèstia?
- Quins són els teus tres reptes més importants per aquest curs? i quins diries que són els teus tres reptes més importants per als propers 10 anys?
- Quin paisatge t'espera després de la muntanya de batxillerat?
- Fas el camí en solitari perquè a vegades "la gent et molesta" o cerques companys de camí encara que sigui un destorb?
- Creus que la teva parella fa camí amb tu, la trobaràs pel camí o bé t'espera al final del camí?
- Sovint es parla dels reptes personals però... creus que la gent espera de tu que prenguis reptes col·lectius o socials? Quins?

Text complementari



BARRET: Què hi tinc al cap? Quines idees em guarnixen en plan "postureo", o bé les meves idees em protegeixen?

PIOLETS: Com ajuda un piolet (que no "piolet") a caminar? Qui és el meu suport? Qui m'ajuda en el meu camí? Qui m'acompanya com si fos jo mateix?

BOTES: Com em relaciono amb la realitat que trepitjo? Voy "pisando fuerte"? Sóc capaç de posar-me les sabates de l'altre (en la seva pell)?

CANTIMPLORA: De què tinc sed / ganes? Què neteja i refresca la meua ànima? Compartixo allò que és vital per a mi amb els altres? De quins font prenc l'aigua?

CREMA SOLAR: Com em proteixo per no "creuar-me" de les coses o persones que m'envolten? Tinc la "pell sensible" o "em rellisca" el que passa al meu voltant?



CAPELINA: Què em protegeix del mal temps i dels "maltrons" que em trobo? Què m'ofereix atenció en el meu caminar? Amb quina "pell" em presento als altres?

CARMANYOLA: Col·laboro amb les tasques de casa (cuina, roba...)? Quin és el meu menjador favorit? Miro de dur una dieta (o vida) equilibrada?

BARRETA DE CEREALS: Què m'aporta energia en moments de desgast? Amb qui compartint la barreta?

MÀRFEGA: Què em dona descans? Què faig del meu temps lliure? A on "em deixo coure"?

FOGONET: Què em manté el cor enlloc? Porto energia suficient per poder cuinar (ser útil) als altres?

BRÚIXOLA: Quin és el meu mapa vital de referència? Què considero el meu nord? A on o a qui acollixo quan em sento perdut? Sóc referent pels altres?



LLANTERNA: Què il·lumina el meu camí en el dia a dia? Sóc "sal i llum" del món (Mt 5, 13-16)?

MOTXILLA: Quants litres puc carregar a les meves espatlles? Què puc suportar? Tot el que hi dic és necessari? Què considero imprescindible? Puc carregar les motxilles dels altres?

NAVALLA MULTIÚS: Quines són les meves habilitats? Com me'n surto dels problemes? Tinc estratègies d'estudi? Sóc responent als reptes que es presenten?

SAC DE DORMIR: Qui veu els meus somnis? Qui em guarda en la meua fragilitat? Quines coses o persones "em descansen"?

TENDA DE CAMPANYA: Què considero "casa meua"? Sóc capaç de crear una llar en qualsevol racó de món? Faig del món un lloc més habitable? Sóc un "ecòlogista de postal"?

Repassa l'equipatge

Per escalar cims i davallar per fondalades et caldrà anar ben equipat. Repassa el teu equipatge i passa't pel [decathlon anímic](#) a veure què et manca ;)

Extret dels prega-rocks.