

EDUCAZIONE AI VALORI UMANI

Piani di lezione Per lo Sviluppo Sostenibile

**Scuola Primaria
Terza, Quarta e Quinta Classe
Unità 3**

**Istituto di Educazione Sathya Sai - Educare - Sud Europa
ISSE SE**



© 2024 ISSE SE

Istituto di Educazione Sathya Sai - Educare - Sud Europa

Tutti i diritti sono riservati

Prodotto e pubblicato da ISSE SE

Via Renaccio, 1/5

48018 Faenza RA

www.isse-se.org

www.isseducare-italy.org

email contatti: italy@isseducare.org

email segreteria organizzativa: corsi.isseducare.it@gmail.com

Seconda Edizione 2024

Gruppo editoriale

Wanda Becca

Teresa Daniela De Stefano

Bettina Di Carlo

Carla Gabbani

Illustrazioni

© pictures shutterstock

Tiziana Mesiano

Progetti formativi

Fabiana Laruccia

Redazione

Matteo Camorani

Cinzia Lutti

Pietro Ricò

Elisa Turatti



Premessa

Una buona educazione è il fondamento di società sane e felici.

Negli ultimi anni gli eventi vissuti e i cambiamenti in atto in tutto il mondo hanno sfidato i modelli correnti di istruzione mettendoli a confronto con problemi come:

- mancanza di senso civico, scopo, motivazione e felicità nella vita;
- indebolimento della coesione sociale e della solidarietà tra le persone;
- problemi ambientali: cambiamenti climatici, deforestazione, inquinamento del mare, ...
- mancanza di valori morali;
- minacce globali e insicurezza.

Sfide come queste richiedono lo sviluppo di una nuova coscienza etica e di una maggiore consapevolezza della stretta interconnessione che esiste tra l'uomo e la natura, per promuovere un nuovo modo di pensare ed agire, valoriale e sostenibile.

Diventa essenziale una pedagogia più completa e olistica, che ponga l'accento su un processo educativo globale di autoconoscenza e di autosviluppo della persona. Un processo in grado di favorire nei bambini e nei giovani lo sviluppo di un buon carattere, di un agire valoriale basato su principi di solidarietà, uguaglianza e rispetto dell'ecosistema, facilitando una maggiore cooperazione e unità in una società globalizzata.

EDUCÆRE: IL PRINCIPIO DI BASE

L'Educazione Sathya Sai ai Valori Umani – SSEHV - è un programma educativo che mira a far emergere i Valori Umani e il potenziale di bontà latenti in ogni cuore umano, rispondendo proprio alle suddette esigenze.

Il programma è basato sulla filosofia ed i principi di EDUCÆRE.

Esistono due tipi di conoscenza: una riguarda la conoscenza delle cose esterne; la testa manifesta questo potere. Dall'altro canto, il cuore permette di far emergere la conoscenza interiore. La vita diventerà ideale quando si farà sì che entrambi i tipi di conoscenza si manifestino in armonia. A questi si fa riferimento con i termini Educazione ed EDUCÆRE.

Sathya Sai

Il Dizionario Inglese Oxford afferma che la parola “Educazione” ha una doppia radice latina. La prima è “educare” che significa allevare, nutrire, alimentare. La seconda è “educere”, che significa trarre fuori, far uscire e portare alla luce.

Entrambi gli approcci sono necessari e complementari tra loro. L'arte di ‘tirare fuori’ non solo le abilità e i talenti all'interno del bambino, ma quel tesoro nascosto dei Valori universali di Verità, Rettitudine, Pace, Amore e Nonviolenza. La pratica dei Valori Umani trasforma la vita, apre il cuore e affina l'intelletto, consentendo di raggiungere uno stato di armonia, benessere e felicità a tutti i livelli sociali e nella relazione con la natura e tutto il pianeta.

L'immagine di uno scultore, la cui opera d'arte rivela la bellezza nascosta all'interno di un blocco

di marmo ancora grezzo, ci aiuta a cogliere il senso e il significato di questo processo.

“Michelangelo diceva che ogni blocco di marmo contiene una statua, e che lo scultore la porta alla luce togliendo l'eccedenza che cela il ‘divino volto umano’. Allo stesso modo, secondo Platone, è compito del maestro ripulire l'anima del suo allievo di quelle escrescenze e incrostazioni innaturali che nascondono la sua vera natura, fintantoché la divina anima umana non si stagli in tutta la sua grazia e purezza originarie.” (The Republic of Plato, ed. James Adam, Cambridge University Press, 1902, v.2, p. 98).



La normale istruzione si collega alle informazioni che si ottengono e raccolgono dall'esterno, mentre un processo interiore di trasformazione fa emergere i Valori Umani che sono innati in tutti gli esseri umani.

A un uccello, per volare, sono necessarie entrambe le ali. Abbiamo scelto di adottare il termine EDUCÆRE per evidenziare entrambi i significati di educazione, sottolineandone al tempo stesso il ruolo primario: far emergere i valori umani innati nel bambino. Il processo diventa, allora, a tuttotondo: una educazione non solo orientata a guadagnarsi da vivere, ma anche a costruire una vita nobile e giusta.

Sviluppare i principi di EDUCÆRE permette di avviare un processo educativo orientato alla Consapevolezza di Sé e alla pratica dei Valori Universali, contribuendo così agli obiettivi di Sviluppo Sostenibile in una cornice di Educazione alla cittadinanza attiva e responsabile.

Obiettivi di EDUCÆRE:

- formazione di “esseri umani completi”, in cui corpo, mente e anima si uniscono armoniosamente in ciò che possiamo definire una personalità integrata;
- formazione di un carattere virtuoso, il risultato di unità di pensiero, parola e azione;
- comprensione profonda della personalità umana;
- cambiamento comportamentale positivo;
- autodisciplina, l'autocontrollo e la fiducia in se stessi;
- consapevolezza dell'importanza dei 5 Valori Umani: Verità, Rettitudine, Pace, Amore, Nonviolenza;
- realizzazione pratica dei Valori Umani nella vita quotidiana;
- responsabilità sociale e interazione sociale positiva;
- dialogo interculturale e interreligioso;
- consapevolezza del ruolo della coscienza;
- rispetto e cura dell'ambiente;
- sensibilità verso il bisognoso e pratica di attività di servizio disinteressato.

Bibliografia:

EDUCÆRE, ISSE SE, 2019, pg.15,17,21,24

Educazione ai Valori Umani in una cornice di Educazione Ambientale e delle indicazioni nazionali educative

L'obiettivo dell'agenda 2030 che coinvolge principalmente la scuola è **l'Obiettivo 4 - FORNIRE UN'EDUCAZIONE DI QUALITÀ EQUA ED INCLUSIVA, E OPPORTUNITÀ DI APPRENDIMENTO PER TUTTI.**



Al Punto 4.7 Garantire entro il 2030 che tutti i discenti acquisiscano la conoscenza e le competenze necessarie a promuovere lo sviluppo sostenibile, anche tramite un'educazione volta ad uno sviluppo e uno stile di vita sostenibile, ai diritti umani, alla parità di genere, alla promozione di una cultura pacifica e non violenta, alla cittadinanza globale e alla valorizzazione delle diversità culturali e del contributo della cultura allo sviluppo sostenibile.

La scuola può fare molto per tutti gli obiettivi enunciati nell'Agenda, fornendo competenze culturali, metodologiche, sociali per la costruzione di una consapevole cittadinanza globale e per dotare i giovani cittadini di strumenti per agire nella società del futuro in modo da migliorarne gli assetti.

Nelle indicazioni educative emanate a livello nazionale troviamo l'accento sulla:

- formazione spirituale e morale
- azione educativa in tutti i suoi aspetti:
cognitivi, affettivi, relazionali, corporei, estetici, spirituali e religiosi.

In particolare nella legge del 28 marzo 2003, n. 53

A) sono promossi il conseguimento di una formazione spirituale e morale, anche ispirata ai principi della Costituzione, e lo sviluppo della coscienza storica e di appartenenza alla comunità locale, alla comunità nazionale ed alla civiltà europea.

Inoltre, nelle indicazioni nazionali per il curricolo della scuola d'infanzia e del primo ciclo d'istruzione 2012 della Pubblica Istruzione viene riportato nella sezione "Centralità della persona" l'importanza dell'educazione completa della persona in tutti i suoi aspetti:

Lo studente è posto al centro dell'azione educativa in tutti i suoi aspetti: cognitivi, affettivi, relazionali, corporei, estetici, spirituali e religiosi. In questa prospettiva i docenti dovranno pensare a realizzare i loro progetti educativi e didattici non per individui astratti ma per persone che vivono nel qui ed ora, che sollevano precise domande esistenziali, che vanno alla ricerca di orizzonti e di significato.

Struttura delle Unità didattiche

Il programma educativo si struttura in 4 unità didattiche con relativi piani di lezione che mirano ad approfondire il programma di Educazione ai Valori Umani, i principi di **EDUCÆRE**, i Valori di Verità, Rettitudine, Pace, Amore e Nonviolenza ed i valori ad essi correlati.

Un percorso per la trasformazione e per la vita, idoneo all'insegnamento dell'educazione ambientale, conoscenza e tutela del patrimonio e del territorio, e finalizzato a sviluppare competenze trasversali per contribuire agli obiettivi di Sviluppo Sostenibile (SDGs) dell'Agenda 2030.

Le 4 unità permetteranno agli insegnanti di avviare percorsi didattici sviluppando specifiche tematiche volte a favorire negli studenti autosviluppo, saggezza e pace interiore, più equi stili di vita, etica e buona comunicazione, oltre a promuovere il principio di unità tra tutti gli uomini, rispetto degli animali e della natura.

Le 4 unità:

1. **P.A.C.E.**: Pensieri in Armonia, Comportamenti in Equilibrio (*ambito educazione alla salute e al benessere psicofisico*)
2. **Etica e buona comunicazione** (*ambito legalità e comunicazione*)
3. **Unità nella diversità** (*ambito rispetto verso le persone, la natura, il patrimonio comune e culturale, orientamento al volontariato*)
4. **Armonia uomo-natura** (*ambito educazione ambientale e allo sviluppo ecosostenibile*).

FORMAZIONE PER INSEGNANTI

“Educazione ai Valori Umani - Un percorso per la vita”



Il programma di “Educazione ai Valori Umani - Un percorso per la vita.” prevede un training formativo volto a facilitare la comprensione dell’essenza e del significato dei principi base della filosofia EDUCÆRE, arricchendo profondamente il senso e il significato del ruolo educativo dell’insegnante.

L’intento è introdurre un modello educativo valoriale che si avvale di un approccio di pedagogia integrale in grado di favorire nello studente:

- un processo di autoconoscenza, autoconsapevolezza e trasformazione
- lo sviluppo di un carattere buono e armonioso, nell’unità di testa-cuore-mani
- il fiorire di una coscienza etica basata su rispetto, pace, unità e armonia con la comunità, la natura e tutto il creato.

La scuola può essere considerata come un giardino dove il seme del potenziale umano viene coltivato. Il terreno deve essere preparato con cura e amore in modo che lo studente possa essere messo nelle condizioni di crescere con saggezza e buon senso, sviluppare una visione unitaria nella profonda comprensione della stretta interconnessione che esiste tra tutte le cose, esprimere le proprie virtù, comprendere senso e scopo per essere felice nella vita.

La qualità della relazione e dell’ambiente di apprendimento è quindi essenziale.

Gli insegnanti che creano un’atmosfera di armonia, che ispirano con l’esempio, che esprimono unità di pensiero-parola-azione e che creano una relazione da cuore a cuore con gli studenti, pongono le migliori basi per il risveglio dei Valori Umani Universali di Verità, Rettitudine, Pace, Amore e Nonviolenza per contribuire alla creazione di un mondo migliore.

Struttura del percorso formativo

Il percorso formativo si compone di 3 corsi.

Ogni corso ha una durata di 20 ore:

- una parte di approfondimento teorico/esperienziale di 10 ore
- una parte pratica/applicativa da svolgere con gli alunni di 10 ore.

Durante il corso vengono forniti spunti per lavori didattici e piani di lezione per i diversi cicli di istruzione.

Struttura del percorso formativo



CORSO 1 – P.A.C.E. Pensieri in Armonia, Comportamenti in equilibrio

- **EDUCERE** – Educazione ai Valori Umani
- Il Valore della Pace. Pensieri, emozioni e la natura della mente
- Consapevolezza e saggezza interiore
- Coerenza di pensiero parola e azione
- Silenzio, Meditazione e Neuroscienze
- Mindfulness e meditazione
- La pace attraverso il rapporto con la natura
- Fiducia e saggia Volontà
- Verso la Felicità
- Le 5 tecniche e pratiche compatibili

CORSO 2 – Etica e buona comunicazione – Dall'Io al Noi

- Educazione ai Valori Umani e Il Valore della Verità.
- Il Valore della Rettitudine
- Buona Comunicazione
- Intelligenza razionale, pensiero sistematico e cooperazione dei gruppi
- Approcci e progetti sui Valori Umani
- Valore Amore e Valori correlati
- Valore Nonviolenza e Valori correlati



CORSO 3 – Armonia Uomo - Natura

- Educazione ai Valori Umani nell'Armonia Uomo – Natura
- Educazione per l'era Planetaria
- Meditazione, Mindfulness e Silenzio
- Principio di Unità
- I 5 elementi della natura per la vita
- Stili di vita
- Tutto ai desideri e buone abitudini
- Rispetto e cura per l'ambiente
- Rispetto dei Diritti Umani

Indice

AMICIZIA	5
AMORE IN FAMIGLIA	11
AMORE PER LA NATURA	18
COOPERAZIONE	23
GENEROSITÀ	28
GRATITUDINE	33
NONVIOLENZA	38
RISPETTO PER LE DIVERSITÀ CULTURALI	46
SENSO CIVICO	52
SERVIZIO DISINTERESSATO VERSO GLI ALTRI	57
SOLIDARIETÀ	65
UNITÀ DELLE RELIGIONI	71
UNITÀ NELLA DIVERSITÀ	76

TECNICHE E PRATICHE COMPATIBILI

Le tecniche e pratiche compatibili per l'applicazione delle lezioni sono: Il racconto di storie, Yoga e racconto di storie, sedere in silenzio, ascolto del respiro, citazioni, attività di gruppo, canto di gruppo, circolo di studio, attività di servizio. Un'attenzione particolare è rivolta alle seguenti tecniche:

Sedere in silenzio

Sedere in silenzio ad occhi chiusi prevede di stare in silenzio alcuni minuti all'inizio e al termine delle lezioni e quando lo si ritenga opportuno. È una tecnica semplice bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

Non significa semplicemente restare seduti senza parlare, perché, anche quando siamo in silenzio, la nostra mente è attraversata da una miriade di pensieri. Il dialogo interiore dovrebbe cessare, altrimenti si verificherà uno spreco di energia. Si dovrebbe riuscire a ridurre i pensieri che scorrono nella mente, a pochi e quei pochi ad uno solamente.

Si possono condurre i bambini e ragazzi a pensare a una situazione in cui hanno provato pace oppure a concentrarsi su un solo oggetto in modo che la mente si calmi dai molteplici impulsi che arrivano dai sensi e che creano in loro una iperattività.

I benefici che potremo trarre dallo stare seduti in silenzio, riguarderanno, in primo luogo, l'aumento della capacità di concentrazione. Il secondo vantaggio sarà la pace mentale, un migliore equilibrio emozionale, nonché la padronanza di sé. Questa pratica condurrà, inoltre, ad un aumento della tolleranza, della pazienza e dell'indulgenza nei confronti degli altri nonché ad un miglioramento della memoria e della ricettività. Ad un livello più profondo, la pratica dello stare seduti in silenzio risveglierà l'intuizione e la creatività.

Sedere in silenzio inoltre regola il battito cardiaco e il respiro, calma e rilassa, riduce lo stress e la tensione nel corpo; promuove una buona salute.

Ascolto del respiro

L'ascolto del respiro è una tecnica semplice. Ascoltare l'aria nell'atto di inspirazione e espirazione calma il respiro, riportandolo a un ritmo naturale, e lo stato emotivo.

Il circolo di studio

Il circolo di studio è uno strumento per la trasformazione individuale. Il circolo di studio è una tavola rotonda in cui i ragazzi si dispongono in circolo, per discutere argomenti, comprenderli e metterli in pratica. Vengono poste delle domande e ognuno esprime, a turno, il proprio punto di vista che rappresenta una delle molteplici sfaccettature dello stesso diamante per poi giungere a coglierne la faccia superiore, l'aspetto generale che le comprende tutte. Scoprire la faccetta superiore è il compito del circolo di studio.

L'insegnante ha il ruolo di facilitatore per condurre gli allievi a dare le risposte da soli. "Educere" è far emergere i valori.

La modalità di partecipazione alla discussione di gruppo è quella dell'"ascolto attivo", vale a dire un atteggiamento di sincero interesse e curiosità intellettuale per le diverse esperienze e opinioni, considerando ciascuna come un contributo per una visione più ampia dell'argomento. È come se ognuno portasse un dono, il proprio dono.

Le regole del circolo di studio:

- Sedersi in cerchio
- Ognuno a turno dà la propria risposta seguendo l'ordine del cerchio
- Si stabilisce un tempo massimo per le risposte (1/2 minuti)
- Rispettare il punto di vista altrui
- Umiltà, apertura mentale, disponibilità, parlare dolcemente, modalità di relazione empatica sono atteggiamenti necessari per raggiungere unità nella discussione di gruppo
- Non seguire i propri impulsi dettati dall'emotività
- Comportamenti da evitare: contrapposizione di opinioni, dibattito, la prevaricazione verbale, la critica, il giudizio, il personalismo, l'incapacità di sintesi, andare fuori tema.

UNITÀ 3: EDUCAZIONE AL RISPETTO E AL VOLONTARIATO

Unità nella diversità

L'Unità tratta del rispetto delle persone, degli animali, della cura del bene comune e culturale, del servizio altruistico per un buon vivere solidale. Si esplorano i Valori dell'Amore e della Nonviolenza. Molteplici le virtù che fluiscono dall'energia pura dell'Amore: gioia, compassione, premura, aiuto, condivisione, tolleranza. La forma più alta dell'amore è pura e disinteressata, porta a vivere secondo principi di Nonviolenza nei pensieri, parole e azioni e nel percepire un sentimento di unità con gli altri, gli animali e tutto il creato.

L'intento è porre dei semi di un modello educativo valoriale che si avvale di un approccio di pedagogia integrale in grado di favorire e sensibilizzare verso la cura e l'attenzione per gli altri, l'empatia e la compassione, la tolleranza, la costruzione di ponti di pace.

Facilitare la comprensione che l'energia d'amore che risiede in se stessi si trova in tutti gli esseri e in tutto il creato, sviluppare la consapevolezza dell'unità nella diversità e promuovere valori come la collaborazione, la condivisione e la solidarietà.

In merito all'educazione al rispetto e volontariato troviamo nell'Agenda 2030:

Obiettivo 10



RIDURRE L'INEGUAGLIANZA ALL'INTERNO DI E FRA LE NAZIONI

Al punto 10.2

Entro il 2030, potenziare e promuovere l'inclusione sociale, economica e politica di tutti, a prescindere da età, sesso, disabilità, razza, etnia, origine, religione, stato economico o altro.

Obiettivo 11



RENDERE LE CITTÀ E GLI INSEDIAMENTI UMANI INCLUSIVI, SICURI, DURATORI E SOSTENIBILI

Al Punto 11.4

Potenziare gli sforzi per proteggere e salvaguardare il patrimonio culturale e naturale del mondo.

Obiettivo 12



GARANTIRE MODELLI SOSTENIBILI DI PRODUZIONE E DI CONSUMO

Al Punto 12.8

Entro il 2030, accertarsi che tutte le persone, in ogni parte del mondo, abbiano le informazioni rilevanti e la giusta consapevolezza dello sviluppo sostenibile e di uno stile di vita in armonia con la natura.

Obiettivo 16



PROMUOVERE SOCIETÀ PACIFICHE E INCLUSIVE PER UNO SVIUPPO SOSTENIBILE, GARANTIRE A TUTTI L'ACCESSO ALLA GIUSTIZIA, E CREARE ISTITUZIONI EFFICACI, RESPONSABILI ED INCLUSIVE A TUTTI I LIVELLI

Al Punto 16.1

Ridurre ovunque e in maniera significativa tutte le forme di violenza e il tasso di mortalità ad esse correlato.

AMICIZIA

INTRODUZIONE

Provare amicizia significa sentire affetto vivo e reciproco tra due o più persone.

Sinonimi: benevolenza, familiarità, simpatia, intimità.

Contrari: inimicizia, odio, avversione.

Il percorso sull'amicizia ruota attorno alla gioiosa esperienza dello stare insieme agli altri, cercando di accettare e valorizzare le differenze, sviluppando atteggiamenti e sentimenti positivi nei confronti degli altri. Occorre costruire le condizioni più favorevoli e adeguate perché i bambini si aprano con fiducia agli altri, cercando di superare paure e diffidenze che emergono dalla mancata conoscenza degli altri.

OBIETTIVO EDUCATIVO

- Riconoscere se stesso e gli altri come componenti di un gruppo, partecipando a giochi di gruppo e scambi di ruolo.
- Essere disponibili a collaborare ad un fine comune.
- Favorire atteggiamenti di ascolto dei discorsi altrui.

ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

STORIA

Il sole dell'amicizia

La famiglia di Mimmo andava volentieri a fare le vacanze in montagna.

Mimmo era un ragazzo timido; preferiva leggere o estasiarsi a contemplare le montagne e tutta la natura intorno. Nei prati verdi osservava tutti i colori dei fiori, la luce del sole, dietro le nuvole, che cambiava loro il colore e, quando pioveva, c'erano arcobaleni spettacolari. Giocava a stare fermo e in silenzio ad ascoltare il rumore dell'acqua del ruscello e gli animali che uscivano dalle loro tane.

Immerso nella natura, osservava quanto grande e potente era la Creazione.

Durante una passeggiata, incontra un giovane che se ne stava seduto su dei massi, da solo.

“Salve” dice Mimmo: “Com’è bello qui! “



“Sì, è splendido! Ciao, io mi chiamo Paolo e tu?”, risponde il giovane.

“Mimmo...”

“Sei un villeggiante?”, chiede Paolo.

“Sì, sono a Cortina con la mia famiglia, e tu?”

“Io sono nato qui, amo molto i boschi, la valle, le montagne e ogni giorno, terminato il turno di telegrafista, vengo qua a inebriarmi con i profumi del fieno, dei fiori e della terra, mi faccio accarezzare dal vento e scaldare dal sole, ascolto ogni suono e rumore e mi riempio di armonia.”, dice Paolo.

Mimmo: “È bello quello che dici! Vorrei rimanere qui ancora un po’, ma si è fatto tardi e ora devo andare.”

Paolo: “Anch’io è bene che mi avvii.” Si alza piano, piano, prende il bastone, ma non lo usa come un montanaro. Lo usa tastando l’aria e la terra alternativamente ed è così che Mimmo si accorge che Paolo è cieco.

Il giorno dopo, durante la solita passeggiata, Mimmo rivede Paolo. Avrebbe voluto chiedergli tante cose, soprattutto sulla sua cecità. Si fa coraggio: “Perché porti con te sempre il bastone?”

Paolo risponde con serenità: “Sono cieco dalla nascita; il bastone per me è una specie di vista tattile.”

Mimmo, che già gli voleva bene, avrebbe voluto aiutarlo. Improvvisamente ha un’intuizione: “T’insegnereò a vedere i colori!”

“E come?”, chiede Paolo.

“Senti, tocca questa maglietta, concentrati su ciò che percepisci, studia le sensazioni e le emozioni che ti provoca.”

Paolo: “Sento caldo, mi sento un po’ nervoso, che colore è?”

Mimmo: “È il rosso! Ora prova a toccare questo fazzoletto, cosa senti?”

Paolo: “Sento un senso di purezza, di chiarore.”

Mimmo: “Già, è il bianco”, porgendogli subito il proprio cappellino di stoffa verde, “Concentrati sulle vibrazioni e dimmi cosa provi.”

Paolo, dopo una grande concentrazione, dice: “Mi sento rilassato, ma sento anche una grande energia e una certa vitalità.”

Mimmo: “Bravissimo, questo è il verde! Che ne dici? Le tue mani possono leggere i colori tramite il tatto. Con un po’ d’esercitazione, saprai “vedere” i colori.”

“Fantastico!” Paolo è entusiasta. Desidera ricambiare Mimmo per quella gioia che gli aveva fatto provare, facendogli fare un’esperienza particolare.

“Mimmo, tu hai la vista, essa ti porta a vedere tutte le forme esistenti, mentre chi è cieco, è costretto a “vedere” solo dentro di sé. Vieni, chiudi gli occhi, abbandonati e guarda dentro di te, sempre più profondamente e stai così, tranquillo e fermo. Cerca una piccola luce nel tuo cuore.”

“Sì”, risponde Mimmo dopo qualche manciata di secondi, “La vedo, è una luce che diventa sempre più grande.”

“Ecco”, dice Paolo, “quella è la luce dell’amicizia, dell’amore, della verità e della conoscenza e c’è in ognuno di noi.”

Mimmo si sente pervaso da una grande pace e gioia. Poi lentamente apre gli occhi e dice con slancio: “Sento che tu sei il mio più grande amico, il mio preferito. Ti ringrazio per avermi fatto scoprire il sole che c’è in me, ora posso vedere oltre.”

I due amici, prima di ritornare alle proprie case, si abbracciano forte.

DOMANDE

1. Ti è piaciuta la storia? Perché?
2. Paolo, il giovane che è cieco, ti sembra che sia triste per la sua disabilità? Se ti sembra triste, da cosa lo capisci? Se ti sembra felice, da cosa lo capisci?
3. Perché Mimmo, il ragazzo che non ha problemi di vista, vuole aiutare in qualche modo Paolo a “vedere”?
4. E perché Paolo insegna a Mimmo a scoprire la luce dentro di lui?
5. Nella storia, che cosa fa capire che i due ragazzi sono diventati amici?

POESIA

Il sole dell’amicizia

di Martina

L’amico vero: è come avere
il sole nel cuore,
che riscalda il mondo
e gli dà colore;
quando tremi per il freddo,
lui ti copre con il suo mantello.

Gli amici amano giocare e scherzare
e tutto il giorno continuare a sognare.
Si divertono con carte, bambole e pallone,
qualcuno poi rincorre un aquilone.
Come l’ultimo pezzo del puzzle
un amico completa
la tua vita.

E poi, se dei tuoi problemi vuoi parlare,
un amico è sempre pronto ad ascoltare,
darti dei saggi consigli e conforto,
prendersi cura di te
come fa un contadino con il suo orto.
Io sono come un girasole
e l’amico è il mio sole.



CITAZIONI

L'amicizia è avere cura dell'amico, è condividere e non prendere tutto per se stessi, esprime se stessa nella forma del perdono, è una strada a doppio senso.

Sathya Sai

I veri amici non saranno mai distanti, forse lo saranno nello spazio, ma mai col cuore.

Helen Keller

L'amicizia raddoppia le gioie e divide le angosce.

Francesco Bacone

Gli amici veri sono come le stelle: non sempre li vedi, ma sai che ci sono.

Anonimo

L'amicizia è in bocca a tanti, ma nel cuore di pochi.

Livia Cassemiro

Quando un amico chiede, non esiste la parola domani.

G.Herbert

L'amicizia è l'espressione di un amore irrevocabile, un amore nobile, puro, libero da desiderio ed egoismo.

Sathya Sai

Vademecum dell'amicizia

L'amico è:

- Colui che ti porta a casa il resoconto della giornata di scuola quando tu sei ammalato.
- Colui che sa ascoltarti quando hai dei problemi che non riesci a risolvere.
- Colui che ti incoraggia a fare qualcosa di cui non sei molto sicuro.
- Colui che ti incita a prepararti meglio quando hai sbagliato un compito.
- Colui che ti vuole capire, anche se sei diverso da lui.
- Colui che ti può dare una mano in mille occasioni.
- Colui che ti difende da chi fa il gradasso contro di te.
- Colui che ti vuole bene e ti soccorre quando ti fai male.
- Colui che partecipa sia ai tuoi momenti felici che ai tuoi momenti tristi.
- Colui che ti offre una parte della sua merenda quando tu non ce l'hai.
- L'amico è ... un amico su cui si può sempre contare!

CONCLUSIONE

Avere un'amicizia significa anche saperla coltivare. Essa è una grande risorsa nella vita e, per mantenerla, bisogna concentrarsi sulla relazione e sforzarsi di stimolarla costantemente, bisogna imparare ad accettare gli altri con i loro difetti e i loro pregi perché tutti possiamo sbagliare. Nel momento del litigio, occorre essere forti e cercare di ricordare le cose belle degli amici; poi ci sarà anche il tempo di correggerli quando sbagliano, di incoraggiarli quando hanno ragione, di chiedersi vicendevolmente perdono.

CANTO

Per un amico

45° zecchino d'oro

Un vero amico chi è?

È quello che non lascia mai.

Un vero amico ha qualcosa che poi
gli manca se tu te ne vai.

Un vero amico si sa, aiuta e non chiede perché.

Ma se per caso si mette nei guai,
tu lascia tutto e corri da lui.

Per un amico metti su il sorriso più grande che hai
(più grande che hai),

prova a fare sempre tutto quello che puoi
(quello che puoi).

Un amico vero non lo scorderai mai.

se pensi che sia giusto, non fare caso a tutto il resto.

Un amico è il bene più prezioso che hai

(il bene che hai),

ogni cosa è meno bella senza lui
(senza lui).

Un amico vero non ti lascerà mai.

Non fare caso al resto, per un amico questo ed altro.

Con un amico però a volte si litiga sai.

Ma una parola, una stretta di mano
non può partire sempre da lui.

Per un amico metti su il sorriso più grande che hai
(più grande che hai).

Tiri sempre il cuore in ballo fra di voi
(fra di voi).

Un amico vero non lo perderai mai.

Tu lascia stare il resto, per un amico questo ed altro.

È un'avventura che se vuoi, può non finire mai.

Quando incontri un altro bambino

hai un amico vicino e così ...

per quell'amico metti su il sorriso più grande che hai
(più grande che hai),

prova a fare sempre tutto quello che puoi
(quello che puoi).

Un amico vero non lo scorderai mai.

Se pensi che sia giusto, non fare caso a tutto il resto.

Un amico vero non lo perderai mai,

tu lascia stare il resto perché un amico è tutto questo.

Perché un amico è tutto questo ...

<https://www.youtube.com/watch?v=pic0Qhl0J8E>

ATTIVITÀ DI GRUPPO

Parole da dimenticare quando si è veri amici

Materiale: un foglio da pacco da appendere al muro oppure una lavagna, matite e/o gessetti.

Partecipanti: la classe intera.

Svolgimento

Si scrivono alla lavagna una ventina di parole, tra le quali se ne inseriscono sette che ostacolano l'amicizia e la fratellanza. I partecipanti devono individuare e tagliare le sette parole. Quando tutti i partecipanti hanno terminato, si apre una discussione sulle parole tagliate.

Per esempio: dolcezza, **menefreghismo**, felicità, umanità, **pettegolezzo**, **prepotenza**, altruismo, gruppo, **razzismo**, gioia, condivisione, tenerezza, **intolleranza**, comprensione, **invidia**, sorriso, ascolto, **egoismo**, amore.

PROPONIMENTI PRACTICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

- Alla fine di un litigio, invitare i bambini a battere “cinque”.
- Stimolare i bambini a stare con tutti i compagni, senza escludere nessuno.
- Tenere un diario individuale, giornaliero, per una settimana, dove scrivere ogni giorno le azioni fatte per consolidare l'amicizia con uno o più compagni e la collaborazione nella classe (puoi prendere quattro fogli del formato A 4, piegarli a metà sul lato lungo e scrivere su ogni facciata il giorno della settimana).

AMORE IN FAMIGLIA

INTRODUZIONE

Un vecchio e un bambino si preser per mano
e andarono insieme incontro alla sera;
la polvere rossa si alzava lontano
e il sole brillava di luce non vera...

L' immensa pianura sembrava arrivare
fin dove l'occhio di un uomo poteva guardare
e tutto d' intorno non c'era nessuno:
solo il tetro contorno di torri di fumo...

I due camminavano, il giorno cadeva,
il vecchio parlava e piano piangeva:
con l' anima assente, con gli occhi bagnati,
seguiva il ricordo di miti passati...

I vecchi subiscon le ingiurie degli anni,
non sanno distinguere il vero dai sogni,
i vecchi non sanno, nel loro pensiero,
distinguer nei sogni il falso dal vero...

E il vecchio diceva, guardando lontano:
“Immagina questo coperto di grano,
immagina i frutti e immagina i fiori
e pensa alle voci e pensa ai colori

e in questa pianura, fin dove si perde,
crescevano gli alberi e tutto era verde,
cadeva la pioggia, segnavano i soli
il ritmo dell' uomo e delle stagioni...”

Il bimbo ristette, lo sguardo era triste,
e gli occhi guardavano cose mai viste
e poi disse al vecchio con voce sognante:
“Mi piaccion le fiabe, raccontane altre!”

Francesco Guccini

L'amore si esprime con un forte affetto per l'altro, derivante o da parentela o da altri legami. È un leale e benevolo interesse per il bene degli altri. Questa forza, che chiamiamo amore, è l'energia più potente dell'universo, che mantiene le stelle al loro posto, unisce gli atomi per formare nuove sostanze e ordina ciò che è animato o inanimato: è la creazione stessa.

“Amor che move il sole e le altre stelle.”

Dante Alighieri

Le virtù che possono essere stimolate (attraverso storie e riflessioni) e che rivelano aspetti dell'Amore, sono: pazienza, gentilezza, tolleranza, perdono, altruismo, generosità, accettazione, apertura, condivisione, fiducia, empatia, devozione, compassione, premura e cura degli altri.

Per stimolare la capacità di amare, la cosa migliore è dare l'esempio. La famiglia è l'ambiente ideale in cui imparare ad amare tramite l'emulazione, la cura e l'attenzione nei vari ruoli: coniugale, materno, paterno, filiale, fraterno, parentale (nonni, zii ...).

OBIETTIVO EDUCATIVO

- Comportarsi educatamente in famiglia, avendo amore, rispetto e considerazione l'uno per l'altro.
- Essere gioiosi, sereni, creativi, affettuosi, gentili, compassionevoli e responsabili.
- Avere migliori relazioni sociali con chi già si frequenta e con le persone nuove che si incontreranno nella vita.

ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

STORIA

Ogni donna è mia madre

Non molto tempo fa, in una piccola città dell'India, una vecchina se ne stava tutta tremante in un angolo della strada, rannicchiata su un marciapiede a guardarsi intorno con sguardo spaurito. In India, quando piove, l'acqua viene giù torrenziale, simile a una fitta cascata, e le strade si riempiono di fango scivoloso e grandi pozze d'acqua. E la donna, infreddolita per essersi inzuppata di pioggia dalla testa ai piedi, non si azzardava ad attraversare senza l'aiuto di qualcuno. Temeva che nell'attraversare sarebbe caduta e che il traffico non l'avrebbe risparmiata. Ma nessuno sembrava fare caso a lei, avevano tutti troppa fretta per accorgersene. Tutti, tranne Mohan, che era appena uscito da scuola assieme ai compagni. Appena ebbe messo il piede fuori dal cancello, il ragazzo si accorse subito che l'anziana donna tremava di freddo. Senza neppure dare ascolto agli amici che lo chiamavano, Mohan si avvicinò alla vecchina e le domandò perché se ne stava lì tutta tremante e se poteva fare qualcosa per lei.



Il volto della donna si illuminò di gioia "Madre, posso aiutarti?", le aveva chiesto Mohan. Fino a un momento prima la donna si era sentita sola e trascurata da tutti. Ora, ecco che un ragazzo la chiamava dolcemente "madre" e si offriva di aiutarla! Di colpo la paura sembrava essersi dileguata e la donna si sentì risollevata. "Figliolo caro", rispose la vecchina, "Potresti sostenermi per attraversare la strada così scivolosa? La mia casa

è proprio là di fronte, dietro quel negozio.” Mohan pose intorno al suo collo il braccio tremolante della donna e disse: “Vieni, madre, cammina lentamente. Io sono qui di fianco a te finché non arrivi a casa ...” Quando giunsero sulla porta di casa, la donnina aveva gli occhi pieni di lacrime per la gratitudine. Guardò il ragazzo con dolcezza infinita e gli disse: “Che Dio ti benedica, figliolo.” Possa tu essere sempre felice.” Mohan sentì davvero un guizzo di felicità nel suo cuore. Quando raggiunse gli amici, essi gli domandarono: “Perché ti sei dato tanta pena per aiutare una vecchia donna che neppure conosci?”

“L’ho aiutata perché penso che sia la madre di qualcuno.” Rispose Mohan tranquillamente, e aggiunse “Ogni donna è come mia madre.”

DOMANDE

1. Chi sono i protagonisti della storia?
2. Cosa doveva fare la vecchina?
3. Com’era la situazione?
4. Di cosa aveva paura la vecchina?
5. Cosa fece Mohan?
6. Cosa gli disse la vecchina?
7. Cosa chiesero i suoi amici, e cosa rispose loro?

Riflessioni

Il livello dei valori in una società si misura in base al trattamento riservato agli elementi “improduttivi” (vecchi e bambini piccoli). I nonni hanno un rapporto speciale coi nipotini: hanno tempo per ascoltarli, conversare e raccontare storie e avventure vissute. I bambini li adorano, perché, anche se a volte li viziano troppo, rappresentano gli “amici saggi” che sanno dare risposte e non danno troppi “ordini”. La famiglia è il terreno dove si può imparare l’amore anche solo condividendo e ascoltando da cuore a cuore. Il primo livello della capacità di amare è la gratitudine ed è auspicabile che i bambini crescano con l’abitudine di essere grati, anche ai nonni, per ogni dono ricevuto.

CITAZIONI

La buona condotta del padre e della madre, gli esempi sani e continui di: onestà, armonia e rispetto delle regole sociali concorrono a formare nei bambini un buon carattere e la loro futura moralità.

G. Sergi

Le donne sono le artefici della famiglia, della nazione e del mondo: sono le madri che forgiano le generazioni a venire. Perciò esse devono custodire nei loro cuori, come una reliquia, un desiderio spirituale per la luce e per l’amore, per la saggezza e la beatitudine. Il principio femminile rappresenta le fondamenta di un mondo pacifico e felice. Quando le madri sono sincere, coraggiose, gentili e compassionevoli, il mondo può aspettarsi un’era di pace e di gioia.

Sathya Sai

Papà, grazie per essere il mio eroe, autista, supporto finanziario, confidente, guardia del corpo, amico, custode, e grazie semplicemente per esserci ogni volta che ho bisogno di un abbraccio.

Agatha Stephanie Lin

Ai nonni che hanno ricevuto la benedizione di vedere i figli dei figli, è affidato un compito grande: trasmettere l'esperienza della vita, la storia di una famiglia, di una comunità, di un popolo; condividere con semplicità una saggezza ... e la stessa fede: l'eredità più preziosa! Beate quelle famiglie che hanno i nonni vicini. Il nonno è padre due volte, la nonna è madre due volte!

Papa Francesco

CONCLUSIONE

In una famiglia si viene a consolidare un patto tacito tra i componenti basato sull'affetto reciproco, sulla protezione vicendevole, oltre ad altri diritti e doveri sanciti dalla legge.

La famiglia che accoglie è quella che ha un progetto di vita in comune tra persone che si vogliono bene e che si sentono impegnate reciprocamente perché l'affetto, la solidarietà e la condivisione vengano costantemente alimentati e siano il volano di crescita per i figli.

I bambini hanno bisogno di vivere in un ambiente che li protegga, costruito per favorire una crescita all'insegna dell'autonomia e della preparazione ad affrontare il mondo esterno con competenze emotive e sociali, apprese e vissute nell'ambito familiare.

L'amore è un dono, non è un dovere da compiere o una ricompensa da ottenere: non è possesso né dipendenza, è gratuito, non necessita di essere guadagnato. Il vero amore è condivisione, luce e fragranza.

CANTO

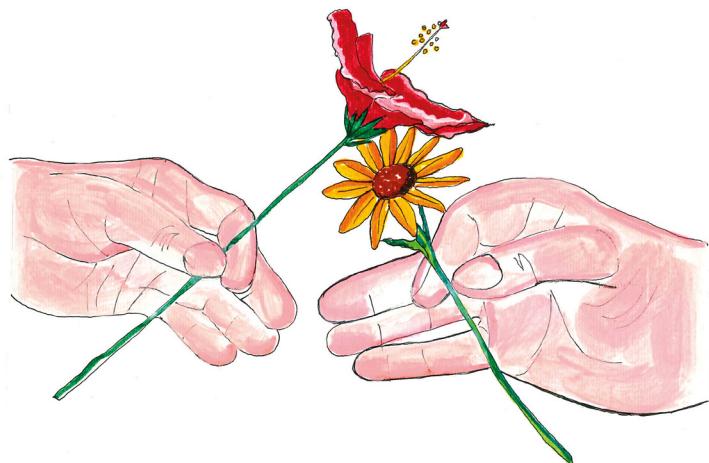
Amore e rispetto

*Da te io ricevo
a te io do
insieme impariamo
a donar con amor.*

*È come una squadra
che deve giocar,
se giochi da solo
non vincrai mai.*

*Rispetta ogni cosa
ed ogni pensier
insieme impariamo
a donar con amor.*

*Non basta l'astuzia,
non basta la forza,
dobbiamo imparare
ad amarci di più.*



*Sapendo che insieme
possiam migliorare
accetta il difetto
che c'è in ogni cuor.*

*Rispetta ogni cosa
ed ogni pensier
insieme impariamo
a donar con amor.*

*Rispetta ogni cosa
ed ogni pensier
insieme impariamo
a donar con amor.*

https://drive.google.com/file/d/1-7SuPCWKSXEvuZkq1PV_GME_Zfv8Gq9/view?usp=sharing

STR. IN DO

Solo CHITARRA

RE

RE+

MI-

RE+

MI-

LA7

RE+

MI-

RE+

LA7

RE+

FA#-

MI-

SI-

MI-

LA7

RE+

MI-

RE+

LA7

RE+

OUE VOLTE
TUTTA

ATTIVITÀ DI GRUPPO

Costruzione dei burattini di mano

Occorrente: 6-8 palline da ping-pong (per bambino) - cartoncino bristol - puntatrice - forbici - colla - nastro adesivo trasparente.

Dopo aver tolto una “lunetta” da ogni pallina, preparare alcuni burattini, seguendo le immagini, che poi verranno usati per creare i personaggi di una scenetta familiare (a coppie).

PROPONIMENTI PRATICI

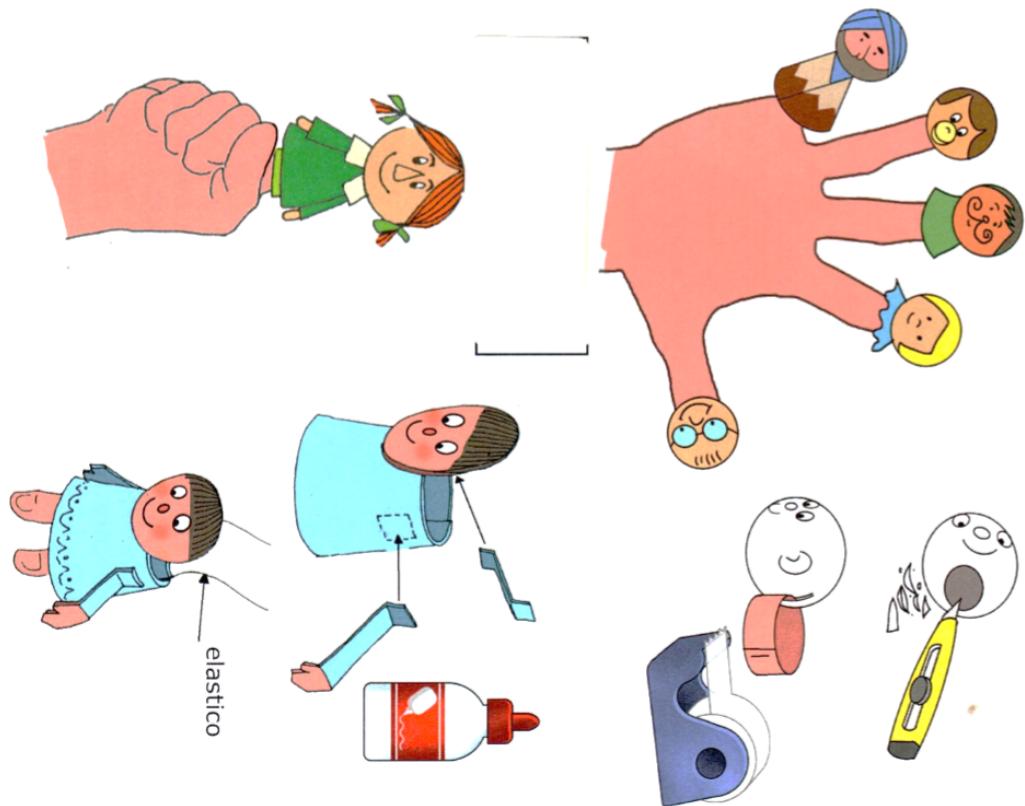
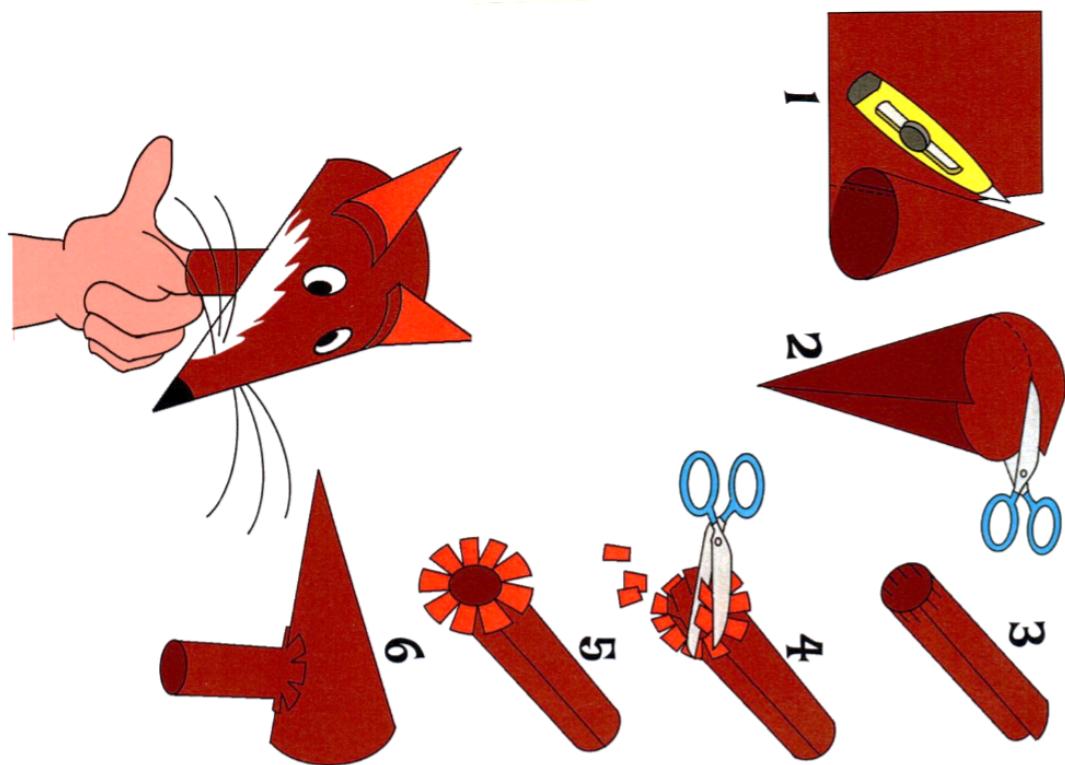
Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Ogni sera, prima di dormire leggere a voce alta la promessa e, ogni tanto, confrontarsi con papà e mamma sui propri porgessi nel comportamento in famiglia.

*Come figlio, nipote e fratello (o sorella),
prometto sinceramente di fare del mio meglio
per essere utile all’armonia della mia famiglia
come una candela accesa:
portare luce dove c’è buio
donare calore là dove manca
fare qualcosa perché ogni giorno sia bello per tutti
creare pace in me stesso, così che anche gli altri siano in pace.*

*Se non ci riuscirò, non mi scoraggerò,
proverò di nuovo, ancora e ancora ...
Quando ci sarò riuscito, il mio cuore sarà colmo di
amore
pace
gioia
speranza*



AMORE PER LA NATURA

INTRODUZIONE

Ringraziamento

Dolores La Chapelle

Rivolgiamo il nostro ringraziamento alla terra
che ci dona la nostra casa.

Rivolgiamo il nostro ringraziamento ai fiumi e ai laghi
che ci donano le loro acque.

Rivolgiamo il nostro ringraziamento agli alberi
che ci donano frutti e noci.

Rivolgiamo il nostro ringraziamento al sole
che ci dona calore e luce.

Tutti gli esseri sulla terra: gli alberi, gli animali,
il vento e i fiumi si donano l'un l'altro
così tutto è in equilibrio.

Rivolgiamo la nostra promessa di iniziare
a imparare come stare in armonia
con tutta la terra.

Insegnare ai bambini **l'amore per la natura** significa aiutarli a capire meglio il mondo che li circonda ed è un valido strumento per formare la loro personalità in modo equilibrato. Infatti, il contatto con la natura ristabilisce l'equilibrio psicofisico e dona emozioni gioiose che alimentano la serenità.

Autiammo i bambini a sviluppare nei confronti della Terra un sentimento di rispetto e gratitudine, poiché il rispetto per l'ambiente è un valore e un patrimonio che i bambini porteranno con sé per tutta la vita.

OBIETTIVO EDUCATIVO

- Conoscere ed interagire con l'ambiente circostante.
- Comprendere l'effetto delle nostre azioni sull'ambiente, promuovendo atteggiamenti consapevoli e responsabili per il rispetto della natura e per l'utilizzo delle sue risorse.
- Favorire comportamenti corretti per la crescita di una coscienza ecologica.
- Creare un rapporto personale costruttivo con l'ambiente naturale.
- Sviluppare la capacità di ideare ed attuare azioni e comportamenti responsabili ed ecosostenibili.

ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

STORIA

Il bosco degli alberi parlanti

Rita Bimbatti

Pochi bambini lo sanno, ma non molto lontano da qui, esiste un bosco dove crescono alberi particolari, dai grossi tronchi e ricoperti da rigogliose chiome di un verde brillante: sono alberi che parlano...

Alberi parlanti?

Si, ma bisogna ascoltare con attenzione e senza fare rumore, altrimenti non si sentirà nulla.

Appena arrivati, ci si deve addentrare lentamente nel bosco, percorrendo i minuscoli sentieri. Durante il giorno, il sole penetra fra i rami degli alti alberi, illuminando di fili dorati il sottobosco.

A terra, tra la soffice e fresca eretta, si possono scorgere le testine dei funghi, fiori colorati e piantine robuste cariche di mirtilli di un color nero bluastro; qua e là crescono cespugli rampicanti di succose more e rossi lamponi.

Al calar della sera, gli alberi parlano tra loro, parlano agli uccelli, agli scoiattoli, a tutti gli animaletti che popolano il bosco.

Mentre una dolce melodia si propaga tutt'intorno nell'aria e una leggera brezza muove le foglie, gli alberi parlano sottovoce.

Discutono dei tanti disastri che affliggono l'ambiente e la natura: dall'inquinamento atmosferico, dovuto alle emissioni di gas nocivi, all'abbattimento degli alberi per motivi di consumo, alla carenza idrica e siccità, poiché l'acqua è vita e oramai risorsa limitata, all'aumento dei rifiuti a causa del crescente progresso della civiltà. Gli alberi hanno paura...

Qualcuno dice che non esiste questo bosco, qualche altro, camminando tra i sentieri in silenzio e munito solamente di una torcia dalla luce fioca per non disturbare gli animaletti che dormono, sembra sia riuscito a sentire le voci di questi alberi.

Da tempo ho chiesto indicazioni su questo luogo magico, ma pare che nessuno lo conosca.

Io ho fiducia. Prima o poi lo troverò e potrò finalmente sentire le voci degli alberi parlanti.

DOMANDE

1. Come sono fatti gli alberi parlanti?
2. Cosa bisogna fare per sentire la loro voce?
3. Quando parlano fra loro?
4. Cosa si dicono?
5. Cosa provano gli alberi?
6. Quali sono le opinioni riguardo a questi alberi?

Seconda fase

Domanda: Secondo voi, cosa possiamo fare per i molti disastri che affliggono la natura?

Troviamo la soluzione con il Metodo del Problem solving.

Procedimento:

1. Stabilire qual è il problema (l'inquinamento)
2. Decidere un obiettivo (quello che desideriamo che avvenga)
3. Pensare alle soluzioni possibili
4. Scegliere la soluzione migliore (in base alle possibilità)
5. Fare un piano graduale per attuare la soluzione

Registrare tutti i vari passaggi su un cartellone di sintesi.

FILASTROCCA DELL'ALBERO

Sabrina Giarratana

*Albero abbraccio e respiro del mondo
Strade radici che arrivano in fondo
Chissà da dove arriva il tuo suono
Suono che parla di un cuore buono
Chissà da dove arriva il tuo canto
Canto di foglie, che vibra d'incanto
Mentre ti ascolto, ti parlo e ti penso
E il mio discorso diventa denso:
Tieniti stretto a questa terra
Cresci più libero che in una serra
Afferra il cielo, portalo a noi
Tendi i tuoi sogni più in alto che puoi
E se qualcuno ti vuole strappare
Tu vienimi a chiamare.*

CITAZIONI

Il creato non è una proprietà di cui possiamo spadroneggiare a nostro piacimento; né, tanto meno, è solo di alcuni, di pochi: il creato è un dono, è un dono meraviglioso che Dio ci ha dato, perché ne abbiamo cura e lo utilizziamo a beneficio di tutti, sempre con grande rispetto e gratitudine.

Papa Francesco

Siamo tutti farfalle. La Terra è la nostra crisalide.

LeeAnn Taylor

Non è l'uomo che deve battersi contro una natura ostile, ma è natura indifesa che da generazioni è vittima dell'umanità.

Jacques-Yves Cousteau



Non ereditiamo la terra dai nostri antenati, la prendiamo in prestito dai nostri figli.

Proverbo del popolo Navajo

Tutto dipende dallo scopo; neanche un filo d'erba deve essere tagliato senza uno scopo degno.

Kulàrnava Tantra

CONCLUSIONE

Mai come oggi è importante e urgente trasmettere alle nuove generazioni, attraverso il “conoscere, sperimentare, utilizzare e riciclare”, il senso dell’interdipendenza uomo/natura, per arrivare a sviluppare una vera e propria coscienza ecologica.

CANTO

Ci vuole un fiore

testo di Gianni Rodari, musica di Sergio Endrigo e Bacalov

*Le cose di ogni giorno raccontano segreti
a chi le sa guardare ed ascoltare.*

*Per fare un tavolo ci vuole il legno
per fare il legno ci vuole l’albero
per fare l’albero ci vuole il seme
per fare il seme ci vuole il frutto
per fare il frutto ci vuole il fiore
ci vuole un fiore, ci vuole un fiore
per fare un tavolo ci vuole un fio-o-re. (2 Volte)*

*Per fare un fiore ci vuole un ramo
per fare il ramo ci vuole l’albero
per fare l’albero ci vuole il bosco
per fare il bosco ci vuole il monte
per fare il monte ci vuol la terra
per far la terra ci vuole un fiore
per fare tutto ci vuole un fio-r-e. (2 Volte)*

*Per fare un tavolo ci vuole il legno
per fare il legno ci vuole l’albero
per fare l’albero ci vuole il seme
per fare il seme ci vuole il frutto
per fare il frutto ci vuole il fiore
ci vuole un fiore, ci vuole un fiore
per fare tutto ci vuole un fiore.*

<https://youtu.be/mQNMTKF9zsw>



ATTIVITÀ DI GRUPPO

1. E tu... che albero sei? Produzione grafica con tecniche varie.
2. Costruiamo il cartellone con al centro la Terra e tutt'intorno i vari alberi disegnati dai bambini.
3. Disegniamo le radici degli alberi che affondano nella Terra e sono legate fra loro a simboleggiare l'unità degli esseri.

PROPONIMENTI PRATICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Creiamo un piccolo orto con un pezzettino di terra o dei vasi. Lavorare la terra e piantare i semi sono due attività che permettono ai bambini di mettere alla prova le loro capacità manuali. Inoltre, assistere alla crescita delle piantine è un'emozione indescrivibile poiché mostra il senso stesso della vita, della nascita e dello sviluppo fino al raccolto. Prendersi cura delle piante, durante il loro sviluppo è un'importante sperimentazione diretta del senso di responsabilità e dell'accudimento.

COOPERAZIONE

INTRODUZIONE

Crescere insieme!

Muoversi insieme!

Sviluppare tutta la nostra intelligenza
necessaria per vivere insieme
in modo armonico.

Vivere insieme senza conflitti
o incomprensioni per accrescere l'amicizia.
Questa è unità nella diversità.

Sathyra Sai

Educare alla cooperazione significa preparare le nuove generazioni a vivere e lavorare insieme; questo strumento, infatti, sviluppa nei bambini la solidarietà, educa alla partecipazione democratica e all'accettazione dei diversi, all'assunzione di responsabilità personali e collegiali, alla gestione e al controllo dei vari progetti.

Significa anche sviluppare la collaborazione per raggiungere obiettivi comuni, perché si impara l'uno dall'altro, l'uno con l'altro, l'uno per l'altro.

OBIETTIVO EDUCATIVO

- Superare l'egocentrismo per favorire la cooperazione, la riflessione comune per un unico scopo.
- Stimolare la consapevolezza dell'interdipendenza, per la quale il successo individuale dipende da quello comune.
- Sviluppare la capacità di pensare ed agire in modo consapevole e solidale.
- Saper riconoscere e correggere i propri errori/limiti e saper valorizzare il contributo degli altri.
- Saper lavorare con gli altri.

ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

STORIA

Piccolo Uomo e Grande Vecchio

Piccolo Uomo e Grande Vecchio avevano passato il pomeriggio a far legna nel bosco, su tra le alte montagne. Ormai le ombre della sera si allungavano: l'aria si era infreddolita e bisognava caricare i tronchi sul carro, poi, finalmente, avrebbero potuto prendere il sentiero che conduceva a casa.

Piccolo Uomo era contento: aveva maneggiato la sega e la scure come Grande Vecchio, senza risparmiarsi. Ma la fatica, ora, ce l'aveva tutta stampata in faccia.

Grande Vecchio lo osservava, silenzioso: i suoi occhi sorridevano e facevano trasparire un affetto dolce e morbido come il leggero sole di primavera.

Ormai mancava solo l'ultimo tronco da caricare: il più pesante. Grande Vecchio stava per dirigersi a sollevarlo, ma Piccolo Uomo lo anticipò.

“Grazie, Grande Vecchio, non ti preoccupare, ci penso io.”

Grande Vecchio, discretamente, si ritrasse in disparte.

Piccolo Uomo si chinò e raccolse tutte le sue forze, poi abbracciò il tronco e cercò di alzarlo.

Niente.

Riprovò, dopo aver tirato un profondo respiro ed aver allargato le braccia, come per far entrare in petto tutta l'aria della montagna.

Il tronco non voleva staccarsi da terra.

Piccolo Uomo era diventato rosso in viso come un peperone.

“Ce la farò, Grande Vecchio, vedrai.” Ma sollevando lo sguardo verso Grande Vecchio capì che lui non ne era certissimo.

“Non credi che ce la possa fare?” Chiese Piccolo Uomo.

“Dipende”, rispose Grande Vecchio, “Se userai tutte le risorse a tua disposizione, certamente sì.”

Rincuorato, Piccolo Uomo fece l'ultimo tentativo. Il tronco si mosse, si alzò di qualche centimetro appena, poi ricadde: le braccia di Piccolo Uomo cedettero.

“Ce l'ho messa tutta, ma non ce l'ho fatta”, concluse abbattuto Piccolo Uomo.

“Davvero hai usato tutte le tue risorse?”, domandò dolcemente Grande Vecchio.

“Tutte, Grande Vecchio. Non so cos'altro avrei potuto fare.”

“Non mi hai chiesto aiuto”, concluse benevolmente Grande Vecchio.



DOMANDE

1. Chi erano i protagonisti della storia?
2. Dove avevano passato il pomeriggio?
3. Quale lavoro facevano?
4. Cosa doveva fare Piccolo Uomo? Ci riuscì?
5. Quale consiglio gli aveva dato Grande Vecchio?
6. Piccolo Uomo tenne veramente conto di questo consiglio?
7. E tu, ti sei mai trovato nella situazione di dover chiedere aiuto? Come ti sei comportato?
Racconta.

POESIA

Il giuramento dell'amicizia

Bruno Tognolini

Tutti per uno, uno per tutti
è questo il patto che noi giuriamo
nei giorni belli, negli anni brutti.
Tutte le foglie da un unico ramo
e tutti i fiumi in un solo mare.
Tutte le forze in un solo braccio
e questo braccio ce la può fare
voi ce la fate se io ce la faccio.
Perché non resti più indietro nessuno:
uno per tutti, tutti per uno.

CITAZIONI

Ciò che i bambini sanno fare insieme oggi, domani sapranno farlo da soli

Vygotskij

Mettersi insieme è un inizio, rimanere insieme è un progresso, lavorare insieme
un successo.

Henry Ford

Nessun uomo è un'isola, completo in se stesso; ogni uomo è un pezzo del continente, una
parte del tutto.

John Donne

Ogni uomo deve decidere se camminerà nella luce dell'altruismo creativo o nel buio
dell'egoismo distruttivo. Questa è la decisione. La più insistente e urgente domanda della
vita è: Che cosa fate voi per gli altri?

Martin Luther King

CANTO

Diamoci una mano

Avere tanti amici è proprio divertente
stiamo tutti allegramente quando ci troviamo qua.
Per giocare meglio insieme noi tiriamo fuori tutto,
ma dopo arriva il brutto
e a riordinare tocca a me, solo a me, solo a me.

Rit: Se mi dai una mano ti darò una mano
Tante cose faremo tutti insieme di più.
Se ci diamo una mano molto prima facciamo
Meno fatichiamo te ne accorgi anche tu
Uh uh uh uh poi giochiamo di più.
Uh uh uh uh poi giochiamo di più.



Se abbiamo amici veri nessuno sarà escluso
su dai non tenere il muso, giocheremo anche con te.
C'è da fare questa cosa, ce l'ha detto la maestra
e non stare alla finestra dai una mano pure tu, pure tu, pure tu.

Rit. Se mi dai una mano ti darò una mano
Tante cose faremo tutti insieme di più.
Se ci diamo una mano molto prima facciamo
Meno fatichiamo te ne accorgi anche tu
Uh uh uh poi giochiamo di più.
Uh uh uh poi giochiamo di più.

<https://www.youtube.com/watch?v=Qx6mcuqSor4>

ATTIVITÀ DI GRUPPO

Disegnare insieme

Organizzazione della classe: Dividere la classe in gruppi. I bambini sono seduti intorno ad un foglio grande e lo osservano per prendere coscienza che quel foglio appartiene a tutti.

Musica in sottofondo

Materiale occorrente: Un foglio grande (1,50x80) per ciascun gruppo.

Pastelli a cera, pennarelli, matite colorate.

Al comando dell'insegnante i bambini devono disegnare dei piccoli punti sparsi per tutta la superficie del foglio e, successivamente unire i punti fino a formare un unico disegno.

Colorare tutti gli spazi, rispettando le linee, con pennarelli o matite colorate.

Infine commentare il lavoro fatto ed esprimere le proprie emozioni.

La ragnatela della collaborazione

MATERIALE: Un Gomitolo di lana o spago

DESCRIZIONE: i bambini sono in piedi in cerchio. L'insegnante lancia un gomitolo ad un bambino che a sua volta lo lancerà ad un compagno e così via. Quando si riceve il gomitolo bisogna tenere il filo fino al termine del gioco per formare la nostra "ragnatela della collaborazione."

Alla fine del giro, si cerca di sciogliere la ragnatela passando sopra e sotto il filo.

La costruzione della ragnatela ha i seguenti significati:

- all'interno della ragnatela tutti sono importanti e speciali e l'unione fa la forza;
- come il mare unisce paesi diversi, o il treno con i suoi binari collega città lontane, così la ragnatela ci lega ai compagni;
- tutti facciamo parte della stessa ragnatela e nessuno è escluso e, se qualcuno dovesse uscir fuori, è impegno di tutti farlo rientrare;
- se un compagno ha bisogno, gli altri lo aiutano a superare le difficoltà;
- il filo si può allentare, si può tendere troppo, si può anche rompere, ma di certo si può riannodare. Allo stesso modo, noi possiamo incontrare delle difficoltà nelle relazioni con i nostri compagni, però possiamo superarle ed essere amici più di prima.

CONCLUSIONE

La cooperazione è comprendere che tutti siamo parte dell'universo, con tutte le sue creature e le sue forme di vita.

Cooperare significa prendere coscienza che soltanto nell'unità, nella collaborazione porteremo avanti la nostra vita, la vita di tutti, perché non esiste un lavoro fine a se stesso, ma tutto è parte di una grande catena ed ogni anello contribuisce a formarla.

PROPONIMENTI PRATICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Anche quando ci è difficile, cerchiamo di essere gentili con tutti. Collaboriamo per il benessere comune con piccoli servizi in famiglia, come: apparecchiare e sparcchiare la tavola, tenere in ordine le proprie cose, non creare situazioni di conflitto né con i genitori, né con i fratelli. Nel gruppo classe aiutiamo un compagno in difficoltà, telefoniamo ad un compagno ammalato, teniamo in ordine le cose comuni....

Annotiamo su di una scheda quanti servizi facciamo in una settimana.

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
Apparecchiare/ Sparecchiare						
Mettere a posto i giochi						
Non creare conflitti						
Sono stato gentile con la mia famiglia						
Aiutare i compagni						
Telefonare a un compagno ammalato						
Tenere in ordine le cose comuni						
Sono stato gentile con i miei compagni						

GENEROSITÀ

INTRODUZIONE

Generosità: è la qualità di colui che dimostra altruismo, bontà e grandezza d'animo; è l'atteggiamento positivo del dare senza aspettarsi niente in cambio e dividere ciò che si ha con gli altri, soprattutto con coloro che hanno meno di noi, anche se non fanno parte del nostro gruppo di amici. Un atto generoso nasce dal cuore in modo spontaneo e significa dividere qualsiasi cosa, sia materiale, come un giocattolo o del cibo, sia non materiale, come la conoscenza, il tempo e gli sforzi. Per una persona generosa, l'atto del dare viene da dentro, è un gesto spontaneo che non si aspetta riconoscimenti pubblici o lodi per le sue azioni.

I bambini, soprattutto quelli molto piccoli, sono egocentrici e talvolta anche prepotenti perché il mondo in cui vivono è costruito intorno a loro e il concetto di "esigenze degli altri" è del tutto estraneo alla loro comprensione. Perciò, man mano che crescono, è fondamentale educare i bimbi alla generosità.

Contrari: egoismo, avarizia.

OBIETTIVO EDUCATIVO

- Educare i bimbi a condividere, dare, lasciare agli altri, farsi da parte.
- Abituare i bambini a "privarsi" di qualcosa da regalare ad altri che ne hanno bisogno.
- Insegnare ai bambini a condividere con gli altri le loro merende.
- Abituare i bambini ad aiutare i compagni in difficoltà, quelli che hanno problemi ad imparare, studiare assieme, mettere a disposizione di tutti le proprie conoscenze.
- Comprendere che è importante contribuire a migliorare la qualità di vita delle persone che ci stanno vicino e di quelle che incontriamo per un certo periodo.

ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

STORIA

Teo e i risparmi

Quando Teo compì dieci anni, la mamma e il papà gli diedero la sua prima paghetta.

"Puoi farne quello che vuoi" gli disse il papà, "ma ricordati che durante il mese non avrai altro." E allungandogli un salvadanaio a forma di porcellino, la mamma aggiunse: "Devi imparare a gestire i tuoi soldi, caro Teo, guarda quanto è carino questo maialino, ti aiuterà a mettere da parte i tuoi risparmi..."



Da quando Teo aveva i soldini in tasca e sapeva che poteva usarli senza chiedere il permesso a nessuno, voleva solo spenderli! Sembrava che non potesse più fare a meno di possedere tutto quello che vedeva! Poi si accorgeva con sgomento che la maglietta appena comprata ce l'aveva già ed era sepolta sotto un vestito malriposto o nascosta in fondo ad un cassetto!

Ma, per fortuna, questo sperperare non durò a lungo: presto Teo si rese conto che doveva cominciare a capire come andavano usati i soldi, ad usare il maialino salvadanaio e a mettere un tetto ai suoi desideri, come diceva la mamma.

Parlando con un amico, Teo disse: "Funziona così, che tu pensi al tuo desiderio e ti chiedi se ti serve veramente." E Teo cominciò lui stesso a fare di questa regola una buona abitudine.

Ogni volta che rinunciava ad un suo desiderio, riusciva a mettere un soldino nel salvadanaio e lui si sentiva sempre più forte e sicuro di sé.

Un giorno la mamma gli disse: "Forse potrai usare i tuoi risparmi per uno scopo nobile, Teo."

"Ma dai, scommetto che Teo sta mettendo da parte i soldi per comprarsi quelle scarpe alla moda che tanto gli piacciono!" disse sua sorella Tina.

"Uhm, veramente no ..." mugugnò Teo.

Così andò avanti per parecchio tempo, finché un giorno Teo svuotò il maialino, contò i suoi soldi, ne prese una gran parte e uscì allegro da casa.

Stette fuori tutto il pomeriggio e quando tornò, era visibilmente felice, eppure aveva le mani vuote e anche le tasche!

"Cosa hai fatto con i tuoi soldi, Teo?", gli chiese il papà.

Teo rispose così: "Tutte le mattine, andando a scuola, faccio un tratto di strada con una vecchietta che va a lavorare lontanissimo da dove lei vive e fa molta più strada di me! Mi ha detto che stira per una signora e pulisce la casa per un signore, entrambi più anziani di lei. È molto povera e non può acquistare nemmeno il biglietto per il tram, per risparmiare anche quei pochi soldini! Oh mamma, se la vedessi, ti farebbe una gran pena. Così ho pensato che se riuscivo a rinunciare io a qualcosa che non era così importante per me, avrei potuto mettere da parte abbastanza soldi per comprarle la tessera e viaggiare in tram!"

"Teo, che bel gesto che hai avuto. Come sarà stata felice!"

"Ah, non se l'aspettava proprio da un ragazzino come me e le venivano le lacrime agli occhi quando gliel'ho data. Lei voleva ridarmela indietro, ma io ho insistito. Le ho detto che sarei stato davvero contento sapendo che non avrebbe dovuto fare tutta quella strada a piedi, almeno per un mese."

I genitori e la sorella non ebbero tempo di parlare.

"Ehi!, ma non vi ho detto ancora tutto!", disse il ragazzo, allargando a più non posso un luminoso sorriso. "Sapete, sono riuscito a risparmiare molto più del previsto e così ..."

"... ti sei comprato quelle scarpe alla moda! Lo sapevo!", disse con una nota di trionfo la sorella.

“No! Le ho comprato una bella borsa con le rotelle e l’ho riempita fino all’orlo di cose buone! Ci ho messo dentro pure una torta con le gocce di cioccolato, quella che piace tanto anche a me!”

DOMANDE

1. Secondo te, questa è una storia vera o fantastica? Perché?
2. Teo ha imparato a gestire i suoi soldi? Da cosa lo capisci?
3. Quanto tempo sarà servito a Teo, per mettere da parte i soldi per comprare la tessera per il tram e la borsa con le rotelle piena di cibo?
4. Anche tu ricevi una paghetta dai tuoi genitori o da qualche parente oppure in occasioni speciali come compleanno, Natale ...?
5. Dove conservi i tuoi soldi? Hai anche tu un salvadanaio oppure un posto speciale dove li nascondi? Come usi i tuoi soldi? Racconta.

CITAZIONI

Se un bambino vive con la condivisione, impara la generosità ... Se un bambino vive con la benevolenza, impara che il mondo è un bel posto dove vivere.

Dorothy Law Nolte

La gentilezza a parole crea confidenza. La gentilezza nei pensieri crea profondità. La gentilezza nel dare crea amore.

Lao Tse

Il valore di un uomo dovrebbe essere misurato in base a quanto dà e non in base a quanto è in grado di ricevere.

Albert Einstein

Dona, perché hai tutto ciò che serve al prossimo ... Ama, perché l’amore è l’unica cosa che ti riempirà la vita ...

Madre Teresa di Calcutta

CANTO

Dai quello che hai

<https://youtu.be/4UaVRJW5zkU>

Tutto ciò che ho
è un dono per davvero,
ti dirò di più:
discende giù dal cielo,
questi doni io
non li voglio conservare,
come un seme in terra
li voglio far sbucciare.

Dai quello che hai,
quello che puoi
senza pentirti mai.



*Se aiuterai chi incontrerai,
più ricco tu sarai.
Se capiterà che anche tu
l'aiuto cercherai,
sorridi già
perché lui ti raggiungerà. Ti raggiungerà.*

*Più gioia c'è nel dare
che nell'accumulare,
basta poco sai
e tutto cambierai.*

*Dai quello che hai,
quello che puoi
senza pentirti mai.*

*Se aiuterai chi incontrerai,
più ricco tu sarai.*

*Se capiterà che anche tu
l'aiuto cercherai,
sorridi già
perché lui ti raggiungerà. (2 volte)*

ATTIVITÀ DI GRUPPO

Gratitudine al sole

Disegno e riflessione

Il sole che ci illumina, che diffonde calore che espande tutto attorno: quale più grande esempio di totale e completa generosità! Già i grandi sacerdoti dell'antichità avevano riconosciuto l'astro dorato come un Dio, il Dio Sole. Era infatti riconosciuto come colui che allontana l'oscurità della notte, che ci risveglia alla gioia della vita, che scandisce il tempo, le stagioni, gli anni e i secoli.

In questo contesto, accennare anche alla magnanimità di tutta la natura che ci circonda perché ci offre tutto spontaneamente, senza chiedere nulla in cambio!

Disegnare un prato con degli alberi, un piccolo rio che scorre attraverso il prato, fiorellini qua e là e un grande sole in alto sul cielo, con i raggi che si diramano e si assottigliano sulla punta; colorare il disegno e poi scrivere sotto perché il sole è un esempio di generosità.

CONCLUSIONE

Noi adulti, con il nostro comportamento fatto di parole, gesti ed emozioni, siamo un modello per i nostri bambini: la traccia da cui attingere, quella che fornisce istruzioni. I bambini si nutrono di ciò che vedono. Ascoltano, intuiscono, assorbono tutto, anche ciò che trasmettiamo loro inconsapevolmente. La generosità è uno di quei valori che è importante insegnare ai bambini, concepita come l'intenzione di essere utile all'altro. Perciò è fondamentale che imparino fin da piccoli ad essere generosi con gli altri, attraverso il nostro esempio. Contemporaneamente dimostrare amore per le piante e gli animali, che va perseguito e stimolato per imparare dalla generosità della natura che è armonia e perfezione, quando l'uomo le porta rispetto e riguardo. Poco a poco riusciranno ad interiorizzare questo valore essenziale, facendolo proprio, un domani, nella loro vita di adulti.

PROPONIMENTI PRATICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

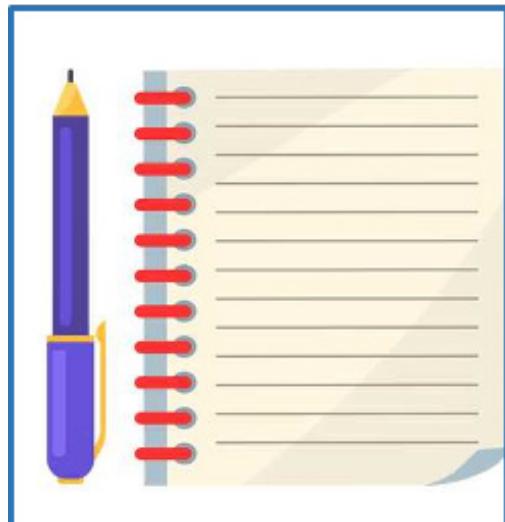
Per esempio:

Indire due settimane di generosità; durante la prima settimana, impegnarsi a rilevare, scrivendole su un quaderno, tutte le situazioni in cui amici, compagni, genitori e adulti in generale, si sono comportati in modo generoso verso gli altri.

Durante la seconda settimana, ogni bambino si impegnerà a comportarsi lui stesso in modo generoso verso gli altri e a rilevarlo scrivendo tutto sullo stesso quaderno.

Seguirà un'ampia discussione in classe che potrà ruotare intorno alle seguenti domande:

- È stato facile osservare e riscontrare esempi di generosità intorno a noi?
- È stato facile o difficile per te comportarti in modo generoso? Perché?
- Hai sentito la necessità di essere ringraziato per i tuoi atti di generosità oppure ti è bastato sentire la contentezza dentro di te, semplicemente per aver aiutato gli altri?



GRATITUDINE

INTRODUZIONE

La gratitudine appartiene sia alla mente che alle emozioni, grazie è una parola magica che, se usata ogni giorno, e con consapevolezza, diventa la chiave del nostro successo. Arricchisce la nostra esistenza e la trasforma in un dono prezioso per noi e per gli altri. La spirale del vivere quotidiano, improntato alla vuota realizzazione dei desideri, ci ha fatto dimenticare che l'essenza della nostra vita ha uno dei suoi pilastri nella gratitudine. Gratitudine è un valore in relazione all'amore, e al retto agire nei confronti dell'abbondanza che ci circonda, e altresì un valore della pace che rasserenava i nostri cuori nei momenti di difficoltà, e perfino alla nonviolenza perché la gratitudine ci fa riconoscere come tutti siamo immersi nella magnificenza della creazione e che possiamo fare solo del bene e ringraziare per quello che riceviamo.

La gratitudine così diventa un potentissimo magnete per la felicità, l'ottimismo, l'entusiasmo, l'energia vitale e percepiamo internamente una sensazione di benessere che ci fa comprendere quanto siamo fortunati. La trasformazione che ne deriva è uno stato di serena umiltà che ci rende forti e, con gli altri ci relazioniamo esprimendo la nostra grande nobiltà di animo, virtù fondamentale per la crescita umana e spirituale.

OBIETTIVO EDUCATIVO

- Aiutare i bambini ad avere uno stato mentale felice attraverso la riflessione, la pratica, l'esercizio alla gratitudine.
- Riconoscere le emozioni che derivano dall'apprezzare e ringraziare per tutto ciò che si ha come la grande prosperità della natura, considerare ciò che quotidianamente abbiamo a disposizione: gli oggetti che distrattamente usiamo, i servizi, l'affetto della famiglia, i compagni di scuola, le amicizie.

ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

STORIA

Le Oche del Campidoglio

Roma affrontò un grave pericolo quando il popolo dei Galli, comandati da Brenno, discese in Italia, attraversando le Alpi. Questo popolo marciò veloce contro Roma. Invano i Romani cercarono di contrastarlo, ma furono battuti. Solo pochi soldati romani, rifugiatisi sul Campidoglio, continuarono a resistere. I difensori romani cominciarono ben presto a patire la fame a causa dell'assedio. Osservando le oche sacre che vivevano nei paraggi del tempio di Giunone, pensarono che con esse



avrebbero dato fine ai patimenti causati dal lungo digiuno.

Purtroppo le oche erano sacre alla dea e ucciderle sarebbe stato un sacrilegio. Una notte un valoroso soldato, Marco Manlio, il quale dormiva presso il tempio di Giunone, sentì uno strano rumore che lo destò all'improvviso. Subito egli impugnò la spada e balzò in piedi. Immediatamente comprese che le oche sacre stavano starnazzando. Manlio si precipitò alle mura della rocca, e nel sincerarsi di cosa stava succedendo si trovò viso a viso con un Gallo.

I nemici tentavano un assalto e in quel momento un loro manipolo si accingeva a superare il parapetto per entrare nella fortezza. Manlio afferrò il braccio teso del primo Gallo, lo lanciò giù per la rocca e diede subito l'allarme, mentre lo starnazzare delle oche cresceva sempre di più. In pochi minuti tutti i soldati erano svegli ed, afferrate le armi, corsero alle mura pronti alla difesa. La sorpresa dei Galli fallì. In breve, essi furono sconfitti e cacciati. Da quel giorno le oche passarono alla storia e sono ancora ricordate con gratitudine per aver salvato Roma.

DOMANDE

1. Ti è piaciuta questa storia?
2. Perché le oche si misero a starnazzare?
3. Cosa accadde dopo?
4. Cosa continuaron a fare le oche?
5. Perché bisogna ringraziarle?
6. Chi vorresti ringraziare?
7. Perché?

CITAZIONI

A prescindere da dove uno si trova, la gratitudine è altamente necessaria.

Sathya Sai

Gli abitanti dei villaggi anticamente avevano gratitudine! Se qualcuno dava loro un po' di aiuto, essi non lo dimenticavano per tutta la vita. La sacralità e la gratitudine dovrebbero essere parte dell'uomo al pari del proprio sangue.

Sathya Sai

Colui che sa corrispondere ad un favore ricevuto è un amico che non ha prezzo.

Sofocle

Dobbiamo essere grati alle persone che ci rendono felici, sono gli affascinanti giardinieri che rendono la nostra anima un fiore.

Marcel Proust

Noi siamo facili a chiedere, ma non a ringraziare.

Padre Pio

La gratitudine, come certi fiori, non cresce in alta quota e rinverdisce meglio nella terra buona dell'umiltà.

Josè Martí

CANTO

Un cuore colmo di gratitudine vuole esprimere la sua riconoscenza.

Lo possiamo fare cantando!

Grazie! Per questo buon mattino.

Grazie! Per questo nuovo giorno.

Grazie! Per ogni pena che potrò donare a te.

Grazie! Per tutti i buoni amici.

Grazie! Signore, per ciascuno.

Grazie! Quando io posso al mio nemico perdonar.

Grazie! Per qualche mia tristezza.

Grazie! Per la parola buona.

Grazie! Pe la Tua mano che mi guida fino a Te.

Grazie! Di ogni Tua parola.

Grazie! Di ogni Tuo consiglio.

Grazie! Tu da lontano e da vicino sei con me.

Grazie! Tu sei la mia salvezza.

Grazie! A Te mi affiderò.

Grazie! perché quest'oggi posso ringraziare Te.

Grazie! Signore della vita.

Grazie! Del giorno che ci dai.

Grazie! Perché le nostre ansie.

Prendi su di te!

Attività didattica

Siamo grati perché...

Cerca la risposta esatta della scheda attiva.

1 Siamo grati alle api perché...	A Sono una riserva enorme di acqua
2 Siamo grati agli alberi perché...	B Impollinano i fiori e producono il miele
3 Siamo grati alle mucche perché ...	C Determina il giorno e la notte, scalda il nostro pianeta, produce energia e permette la vita sulle Terra
4 Siamo grati agli uccelli perché...	D Producono ossigeno, dai loro fiori si hanno i frutti, sui suoi rami possono posarsi gli uccelli e nel tronco possono farci la casa. Ai suoi piedi ci si può riposare all'ombra, ma non solo...
5 Siamo grati al sole perché ...	E Ci scalda se abbiamo freddo, può fare la luce se manca l'elettricità, può servire per cucinare all'aperto, e molto di più...
6 Siamo grati alla pioggia perché ...	F Ci dicono quando arriva la primavera e i loro canti rallegrano le giornate
7 Siamo grati ai ghiacciai perché ...	G Crea i fiumi, i mari e gli oceani e disseta tutti gli esseri viventi della Terra
8 Siamo grati al fuoco perché ...	H Brucano nei prati, producono il latte dal quale si possono ottenere i latticini cioè formaggio, ricotta, yogurt

Attività motoria

La fontana della gratitudine

I bambini si posizionano in cerchio e immaginano che al suo centro ci sia una fontana da cui zampilla l'acqua della gratitudine. Uno sì uno no, fanno un passo avanti e con le mani a coppa mimano il gesto di prendere acqua dalla fontana.

Ritornano nella posizione iniziale portando con sé l'acqua che condividono con il compagno accanto, rimasto fermo nel cerchio.

A questo punto tutti i bambini hanno un po' di acqua e mimano un gesto di condivisione, immaginando di donarla a chi vogliono: genitori, fratelli, zii e via dicendo fino a comprendere piante e animali. Volendo si può mettere una musica di sottofondo e alla fine i bambini avranno fatto una danza bellissima.



CONCLUSIONE

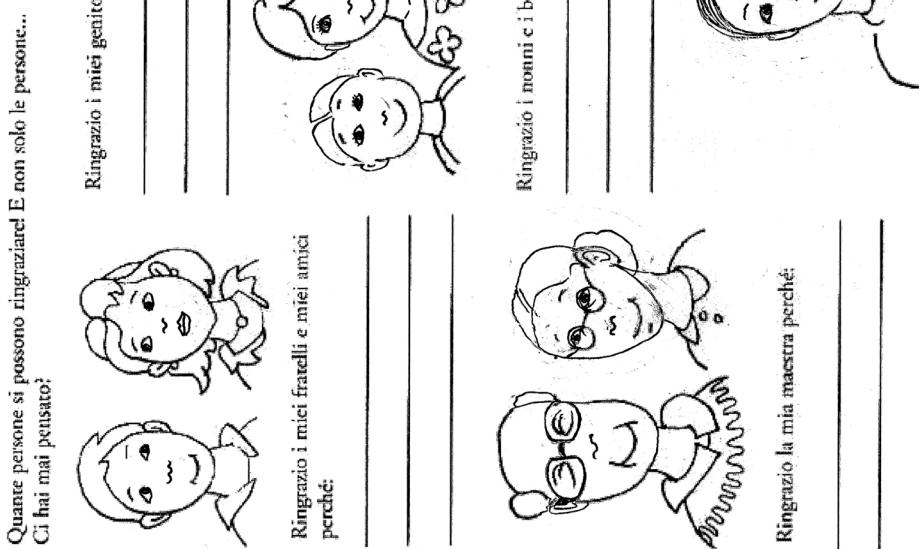
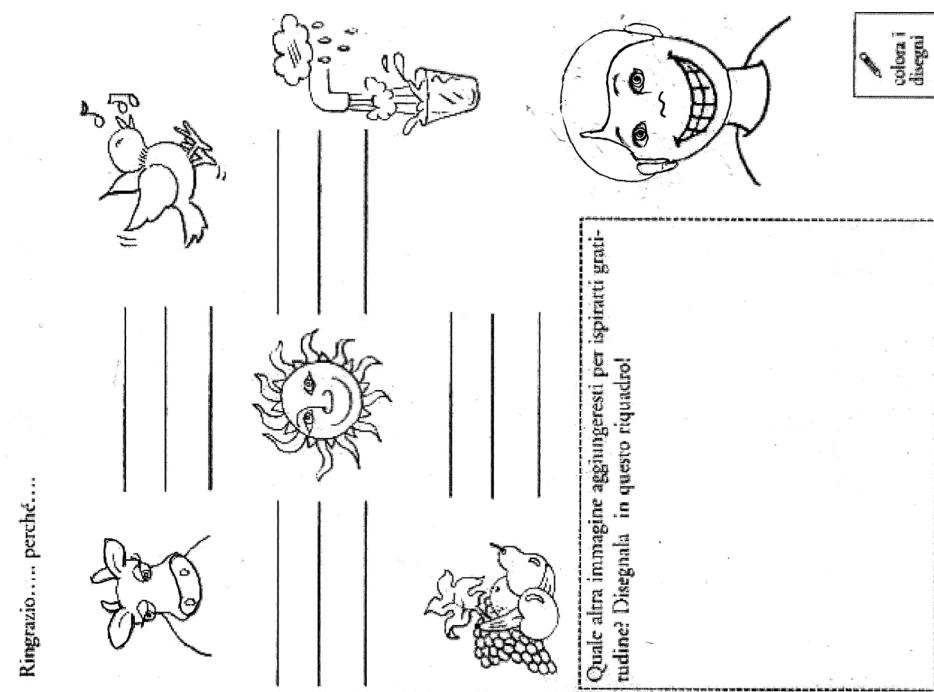
La magia della gratitudine e, della parola magica "Grazie", dissolve tutte le fasi negative di ansia, apatia, scarsa autostima, paura, e consente di avere energia sufficiente per rompere questo incantesimo di negatività; ci rimbalza in uno stato di felicità ed entusiasmo con tutto ciò che ne segue cambiando in meglio la nostra esistenza.

PROPONIMENTI PRACTICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Fare il diario della Gratitudine, preparando un foglio, come lo schema sottostante, su cui ogni giorno scrivere un pensiero di gratitudine.



NONVIOLENZA

INTRODUZIONE

Nonviolenza non significa soltanto non fare del male agli altri fisicamente (che è l'atteggiamento più negativo). Il modo con cui guardiamo gli altri, le parole che usiamo quando ci rivolgiamo a qualcuno e il modo in cui agiamo (postura, gesti, sguardo e altro) possono ugualmente ferire. Le parole sono potenti, possono alimentare la gentilezza o provocare paura, rabbia o risentimento.

Anche l'ascolto degli altri deve essere attento e rispettoso, non giudicante e attivo! Se si sa come comunicare si è promotori di pace; a volte non c'è nemmeno bisogno di parole perché la comunicazione migliore avviene da cuore a cuore.

Non ospitare nella mente alcun pensiero che possa ferire o fare danno alcuno, non pronunciare parola nociva, non compiere alcuna azione a svantaggio di altri: ecco il vero significato della nonviolenza.

Sathyia Sai

La Nonviolenza è il risultato della più alta equazione:

saggezza + amore = Nonviolenza.

È il frutto di uno straordinario processo di apprendimento che ci porta pian piano alla conoscenza del Sé. Diventare consapevoli del principio d'amore che ci anima dall'interno ci fa emancipare ed elevare. Perciò esprimere ciò che è connaturato alla forma umana, l'Amore, essendo questa la Verità, ci renderà liberi e felici, senza bisogno di confrontarci con prepotenza con gli altri, né, facendo da specchi, provocarne l'aggressività! Solo quando ci si sente UNO con tutto e con tutti si raggiunge lo stadio della Nonviolenza.

OBIETTIVO EDUCATIVO

- I bambini fanno vincere il pensiero positivo riguardo a se stessi ed al resto del "creato": dimostrano di aver riguardo del loro benessere e di quello degli altri (Nonviolenza personale).
- I bambini hanno rispetto per tutte le forme di vita e non nutrono pensieri né azioni inappropriate che possano danneggiare altri (Nonviolenza sociale).
- I bambini fanno del loro meglio per alleviare la sofferenza ed il dolore altrui: hanno altresì cura dell'ambiente e del pianeta terra e sentono unità con tutte le forme di vita, astenendosi dal violare le leggi che governano l'interconnessione della Natura e dell'Universo (Nonviolenza universale).

ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

STORIA

Serena e l'alieno arrabbiato

Serena si infila a fatica la divisa ufficiale della Fondazione ricerche sulla vita intergalattica.

“Me la devo proprio mettere?” protesta.

“Oh, non importa, togilitela pure,” dice il comandante Polo, “è più importante che tu ti metta al lavoro.” Così Serena, la bambina esperta di forme di vita extraterrestre, entra nella sala centrale delle Ricerche extraterrestri.

La sala è piena di ricercatori, tutti in divisa, che lavorano freneticamente attorno ai tavoli.

“Che ci fa qui, quella? I bambini fuori!” Urla qualcuno.

Serena e il comandante si voltano: alle loro spalle c’è un militare alto e tutto rosso in faccia.

“Capitano Aggredo, questa è Serena, la bambina cosmica esperta di vita extraterrestre; è qui su ordine del governo per darci una mano con l’essere vivente RAD 33.”, risponde il comandante Polo in tono deciso.

“Una bambina! La mia squadra di bio-genetisti ha lavorato sul caso per un mese senza risultati e tu mi porti una bambina!”

“Non c’è scelta, capitano. Per ordine dell’Istituto e del Ministro, deve metterla in condizione di lavorare, chiaro?” Dice il comandante.

Con sforzo evidente, il capitano le dà una rapida stretta di mano e dice: “Beh, meglio che tu venga con me!”

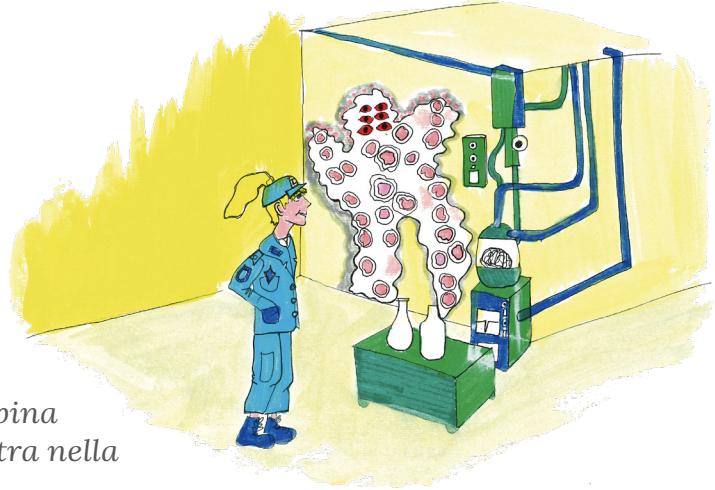
“Vieni a vedere RAD 33.”, aggiunge il capitano con voce tagliente. Si avvia a grandi passi verso un’altra stanza con una grande vetrina. Batte un colpo sulla parete di vetro con un righello e una creatura enorme, di aspetto gelatinoso, si scaglia contro la parete. Contro il vetro si vedono sei enormi occhi rossi fiammegianti circondati da una massa di carne punteggiata di bitorzoli rosa.

Il capitano fa un balzo indietro, alzando il pugno “Tu, tonto, grumo schifoso di gelatina e palla di gomma galattica, non credere di farmi paura! Adesso ti sistemo io!”

Serena se ne sta in disparte, sbalordita da quelle espressioni di collera. RAD 33 sembra arrabbiato quanto il capitano, che ora se ne sta a debita distanza dal vetro, agitando il pugno. RAD 33 è decisamente la forma di vita più arrabbiata e aggressiva che abbia incontrato finora. “Mi lasci sola con lui, capitano.” Dice Serena. Il capitano, di pessimo umore, se ne va senza fare obiezioni.

Serena, immobile davanti al vetro, osserva attentamente la creatura. Nessun abitante di questo pianeta è ancora riuscito a comunicare con lui. Deve essere molto cauta!

Cerca di ricordare quello che le ha insegnato Dido, il suo vecchio maestro di forza vitale



sul pianeta Pluros. "Proteggiti con uno schermo, un muro, qualcosa ..." Quelle parole le risuonano nella testa. Il cristallo è spesso. Sì, è al sicuro. "Regola numero 2: ricordati che la forma di vita è spaventata oppure soffre. Dimentica la tua paura e concentrati sulla sua paura." Serena alza uno sguardo tranquillo su RAD 33 e abbandona le braccia lungo i fianchi. Apre entrambi i palmi per far vedere che non ha niente in mano.

"ASCOLTA, Serena, ASCOLTA!" Le sembra che Dido, il suo maestro, sia lì vicino a lei: "Se solo sapessimo ascoltare risolveremmo i problemi di tutto l'universo." Serena fissa il suo sguardo nei sei occhi furibondi di RAD 33. Inclinando la testa verso il corpo rosa bitorzoluto tende l'orecchio per cogliere altri suoni. Cerca anche di sentire le emozioni della creatura.

Che cosa prova RAD 33? Che cosa tenta di dire? Non si odono parole ma, quando la bambina cosmica di nove anni e RAD 33, la creatura di età indefinita e piena di rabbia, stanno uno di fronte all'altro, fra di loro si instaura una comunicazione. Sono entrambi bloccati e prigionieri, al momento del loro primo incontro sul Pianeta Terra.

Serena capisce. L'altro è solo, imprigionato in una stanza strana, su un pianeta che non conosce; è stato rapito dagli invasori mentre era a spasso con la famiglia nella sua galassia. Non ha niente da mangiare. Dov'è il suo succomuschio, la sua fonte di energia? Vuole la libertà. Serena si avvicina lentamente al vetro. RAD 33 si ritrae leggermente e lancia dagli occhi raggi lampeggianti arancione e rosso cupo. Serena si ferma. "Ricordati che il problema ce l'ha chi è arrabbiato. Se ti lasci spaventare avrai anche tu un problema.", sussurra il suo maestro.

"Il problema è di RAD 33, non mio. È spaventato, solo e sofferente." Sente risuonare in testa la voce di Dido che dice: "Fagli capire che hai colto il suo problema, Serena." Serena con lo sguardo e il pensiero e l'atteggiamento del corpo cerca di trasmettere i suoi sentimenti e comincia a pensare come se fosse RAD 33. Avverte tutta la sua paura. Con il potere della mente comunica a RAD 33 che comprende e condivide la sua sofferenza.

Immediatamente, Serena percepisce che qualcosa si addolcisce e si rilassa un po'. RAD 33 allontana la sua massa carnosa dal vetro, si sente compreso. Anche Serena si rilassa: "Trasmetti la tua energia positiva, Serena.", il maestro le sussurra nella memoria.

Come una scia di luce, la forza parte da lei, attraversa il cristallo e avvolge RAD 33. I suoi occhi diventano più dolci e tristi. Piange perché è solo e spaventato. Dolcemente, Serena si avvicina al cristallo e appoggia il palmo della mano. Dalla massa tondeggiante spunta lentamente una specie di ramificazione che sfiora la mano di Serena attraverso il cristallo: contatto!

Il giorno successivo, Serena arriva presto. Questa volta va direttamente dal capitano Aggro. Vuole evitare che turbi RAD 33. "Ah! Arriva la beffa cosmica! Sei venuta a giocare con gli alieni, eh? Questo non è uno zoo. Vai a prenderti un gelato al bar, ragazzina."

"Ascolta, Serena, il problema ce l'ha chi è arrabbiato", ripeteva l'eco nella mente di Serena. Serena cerca di rilassarsi e cerca di andare oltre la faccia del capitano rossa di rabbia.

"Quest'uomo ha un problema? Ha paura. Ha paura di me. Ha paura dei suoi collaboratori." "Che cosa vuoi da me?" dice il capitano Aggro." "Lei è spaventato.", dice tranquillamente Serena. "Spaventato io? Io, aver paura? Ma sei matta? Si può sapere che cosa vuoi?"

“Lei ha paura che io riesca a fare qualcosa che lei non sa fare. Lei teme che gli altri si accorgano che non è veramente grande e potente, ma che è solo uno che ha paura.”

Il capitano Aggredo balbetta: “Non è vero, non è vero!” Nessuno gli ha mai parlato in quel modo. Si accascia su una sedia. Serena gli sorride dolcemente, ed entra tranquillamente nella stanza di RAD 33. I sei occhi penetranti di RAD 33 la vedono immediatamente e si accendono. Sta ferma al centro della stanza.

Serena gli trasmette un po' della sua energia rosata e riceve un lampo giallo in risposta. Serena stacca l'allarme dell'ingresso, abbassa lentamente la maniglia, apre la porta ed entra nella stanza. La porta si richiude rumorosamente alle sue spalle. Si concentra con tutte le sue forze a far incontrare i suoi sentimenti con quelli di RAD 33. Sempre tenendo i sei occhi fissi su Serena, RAD 33 si alza pesantemente dal pavimento, esita un attimo, poi si muove lentamente verso di lei.

“Mantieni salda la speranza e la forza vitale, Serena”, sussurra il suo vecchio amico. Serena resta ferma dov'è. La forma bitorzoluta di RAD 33 le si avvicina. Le protuberanze la toccano e poi l'avvolgono. Il suo corpo è bloccato, ma Serena tira la testa fuori dalla stretta per riuscire a respirare.

La forma ora l'avvolge tutta, ad eccezione delle spalle e della testa. Sente l'odore della carne. È dolce. E anche morbida. “È la prima volta che sono felice sul tuo pianeta.”, sembrava dire senza parole.

Il corpo che l'avvolge si increspa e Serena ha la sensazione che qualcosa simile a delle palline la massaggi dolcemente. Scoppia a ridere. Anche le palline si mettono a saltellare come se ridessero.

Quella sera Serena scrive la sua relazione per il Ministero degli Affari Alieni: chiede di riportare RAD33 su Pyros, il suo pianeta, perché lui soffre troppo lontano dal suo mondo e bisogna rispettare ogni essere vivente senza mai usargli violenza.

Serena, inoltre, sente che dal suo contatto con RAD 33 ha imparato molto!

DOMANDE

1. Chi sono i protagonisti della storia?
2. Com'è RAD33?
3. Perché RAD33 ha paura? Subisce la paura da qualcun altro?
4. Com'è Serena?
5. Come riesce, Serena, a non avere paura?
6. Chi altri aveva contattato l'alieno? Come lo trattava?
7. Come ha fatto Serena a rassicurarla?
8. Oltre alla violenza fisica e verbale, conosci un altro tipo di violenza?

Riflessioni

Chi agisce o parla violentemente spesso lo fa per paura; perciò per comunicare con quella persona bisogna farle sentire di essere ascoltata. Pian piano la paura e la rabbia svaniscono e c'è pace perché c'è unità e scambio di rispetto e comprensione.

La violenza e l'abuso sono comportamenti: si possono imparare quelli positivi, ma anche modificare quelli negativi. Gli atteggiamenti da assumere, per modificare i comportamenti negativi, sono:

- esprimere il proprio sentire (la rabbia o la paura) senza far danni né ferire alcuno
- riflettere su come cambiare la situazione in modo pacifico
- sfogarsi con qualcuno e dire ciò che si prova (il disagio)
- cercare sostegno presso qualcuno in grado di ascoltare, capire e aiutare.

CITAZIONI

La violenza non è forza, è debolezza.

B. Croce

La Nonviolenza non è un indumento da mettere e togliere a piacimento. La sua sede è nel cuore, e deve essere parte integrante del nostro essere.

Mahatma Gandhi

Al centro della Nonviolenza si trova il principio dell'amore.

Martin Luther King, Jr.

Quando vi sentite agitati per la rabbia o l'odio bevete acqua fredda, sdraiatevi in silenzio, oppure camminate a lungo da soli.

Sathya Sai

La Nonviolenza conduce alla più alta etica, che è l'obiettivo di tutta l'evoluzione. Se non smettiamo di danneggiare tutti gli altri esseri viventi, siamo ancora violenti.

Thomas A. Edison

La guerra è così ingiusta ed empia che tutti coloro che la intraprendono devono cercare di soffocare la voce della coscienza dentro di sé.

Leone Tolstoj

La mente deve diventare serva dell'intelletto e non schiava dei sensi. Quando qualità come avidità e rabbia entrano nel cuore, la luce scompare e l'oscurità domina la visione, cosicché l'uomo diventa il bersaglio di innumerevoli sofferenze e perdite.

Guardate attentamente l'universo e contemplate la gloria di Dio. Osservate le stelle, milioni di esse, scintillare nel cielo notturno, tutte con un messaggio di unità, parte della natura stessa di Dio.

Sathya Sai

CONCLUSIONE

Da dove nasce la violenza, negli esseri umani, poiché veniamo creati attraverso un gesto d'amore?

Cinque sono le cause fondamentali del comportamento violento:

1. Espressione delle nostre qualità animali
2. Mancanza di modelli
3. L'ascolto e la visione, attraverso i media, di eventi negativi
4. Declino del dialogo
5. Mancanza di amore

1. La violenza come mezzo di comunicazione è un tratto animale. L'uomo primitivo, secondo gli studiosi, aveva una comunicazione che prevedeva anche la violenza per reagire alle minacce ricevute dall'ambiente intorno. Quindi è principalmente la paura e poi il senso del mio e dell'io che alimentano la violenza.
2. Spesso, indagando, si è scoperto che le persone violente non hanno avuto, da piccoli, delle persone-guida, vicino, per dare loro l'esempio e per illuminare il loro cammino. Assumono poi, per emulazione, o come miti, i comportamenti violenti.
3. L'ascolto e la visione, attraverso i media, di eventi negativi.
4. C'è un declino di dialogo tra le persone. Già da bambini, ormai, l'unica compagnia sono gli smartphone e gli iPad e quindi pian piano ci si abitua a non spiegarsi con le parole, ma a reagire fisicamente per affermarsi.
5. Alcuni studiosi (tra cui il dott. Benjamin Spock, psichiatra) si sono interessati alle storie dei carcerati e hanno scoperto che la quasi totalità dei sociopatici ha avuto, nella vita familiare, la mancanza di affetto. Non hanno mai sentito di appartenere ai loro genitori, quindi il loro comportamento sociale ha origine nella mancanza d'amore.

L'individuo raggiunge lo stato di pace interiore (e quindi di Nonviolenza) quando ha la consapevolezza della sua unità con tutto e tutti.

L'aspetto di questo valore si manifesta su quattro livelli:

- a livello personale
- a livello interpersonale
- a livello della natura
- a livello sociale.

La Nonviolenza si manifesta nella pratica attraverso la corretta gestione di:

- energia
- tempo
- denaro
- cibo
- conoscenza

la gestione di tutto questo può essere usata in modo lecito oppure illecito. Perciò occorre riflettere a fondo sul modo di agire per essere certi di non sprecare queste risorse usandole con "violenza".

Perciò educare i bambini alla Nonviolenza significa aiutarli a prendere coscienza del potere dei pensieri, della volontà e dell'intenzione.

CANTO

Lo scriverò nel vento

Lo scriverò nel vento
col rosa del tramonto
di questa mia città.
Che voglio bene al mondo
e a tutto il mondo il vento
so che lo porterà.
Lo soffierà sul mare
per farlo navigare

*fin dove arriverà.
Lo leggerà la gente
di un altro continente
e mi risponderà.*

*Saremo tutti amici
saremo mille voci
un coro che cantando cancellerà.
Le lingue, le distanze
non conteranno niente
e questo mondo, che mondo sarà!
Così sarà.*

*Lo leggerò nel vento
nel Rosa del tramonto
di questa mia città.
L'amore che dal mondo
mi sta portando il vento
soffiando fino a qua.*

*Volando sopra il mare
fino a toccarmi in cuore
ma non si fermerà.
Negli occhi della gente
di un altro continente
come risplenderà.*

*Saremo tutti amici
saremo mille voci
un coro che cantando cancellerà.
Le lingue, le distanze
non conteranno niente
e questo mondo, che mondo sarà!
Così sarà
così sarà.*

*Vento soffia più piano
così l'amore si fermerà.
Forte soffia sul pianto
ed un sorriso rinacerà*

*Forte soffia sul pianto
ed un sorriso rinacerà.
RINASCERÀ!*

https://www.youtube.com/watch?v=2_Ai3YZkyZ8



Attività creativa

Colorare le faccine e descrivere con una parola l'emozione che esprimono (gioia, tristezza, serenità, stupore, paura ecc...)



PROPONIMENTI PRATICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Ogni sera, prima di dormire fare introspezione e disegnare una stellina, nella tabella sui comportamenti nonviolenti tenuti nella giornata.

buoni ensieri	buone parole	buone azioni	buone maniere
comprensione	collaborazione	rispetto per ogni cultura	considerazione
rispetto per le religioni	unità	amore per la natura	non fare del mare
giustizia sociale	moralità	amore per la patria	rispetto per l'ambiente
fratellanza	compassione	giustizia	amore universale

RISPETTO PER LE DIVERSITÀ CULTURALI

INTRODUZIONE

Intercultura significa mettere insieme storie, conoscenze, saperi, immagini diverse del mondo e della vita, creare complicità tra ragazzi e bambini di culture diverse, facilitare lo scambio, la cooperazione, aiutarli a superare gli stereotipi i pregiudizi, avere un atteggiamento di apertura, curiosità, senso critico e rispetto nei confronti di culture diverse.

G. Favaro

La composizione multiculturale delle odierne società, favorita dalla globalizzazione, è divenuta un dato di fatto.

La sempre maggior presenza di minori stranieri nelle scuole implica la necessità di aprirsi alle esigenze di una scuola sempre più multiculturale e di contribuire ad una piena integrazione degli alunni stranieri e delle loro famiglie nella nostra società, tenendo presente che la presenza simultanea di culture diverse, rappresenta una grande risorsa ed una fonte di reciproco arricchimento.

“L’educazione si trova ad essere impegnata in una sfida centrale per il futuro: rendere possibile la convivenza fra la diversità delle espressioni culturali e promuovere un dialogo che favorisca una società pacifica. Tale itinerario passa attraverso alcune tappe che portano a scoprire la multiculturalità nel proprio contesto di vita, a superare i pregiudizi vivendo e lavorando insieme, ad educarsi “attraverso l’altro” alla mondialità, alla cittadinanza e alla pace”. UNESCO, Convenzione per la protezione e promozione della diversità delle espressioni culturali, Parigi (20 ottobre 2005), art. 4

OBIETTIVO EDUCATIVO

- Promuovere la conoscenza e l'accoglienza reciproca quali prerequisiti per la costruzione di relazioni positive basate sul dialogo.
- Mostrare attenzione alle diverse culture valorizzandone gli aspetti peculiari.
- Confrontarsi positivamente con gli altri.
- Riconoscere nella diversità un valore e una risorsa.
- Rafforzare l'identità individuale e di gruppo, portando il bambino a riflettere su di sé, sugli altri, sugli stereotipi, sui pregiudizi, in maniera critica.
- Creare un clima relazionale favorevole al dialogo, alla comprensione e alla collaborazione, intesi non solo come accettazione e rispetto delle idee e dei valori e delle altre culture, ma come rafforzamento della propria identità culturale, nella prospettiva di un reciproco cambiamento e arricchimento.

ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

STORIA

In una notte di temporale

Yuichi Kimura

Una delicata e profonda parola sulla diversità e l'amicizia.

Durante una spaventosa notte di temporale, una piccola capretta bianca si rifugiò in una capanna abbandonata alle pendici di una collina. Il temporale infuriava, la pioggia scrosciava e la capretta si mise a riposare nell'oscurità, aspettando che il temporale finisse. Quando, improvvisamente, arrivò qualcuno, ma non era una capra: era un lupo! Solo che era così buio, che non si vedeva niente. La capretta, sollevata di non essere più sola, si rivolse al nuovo arrivato: "Bel temporale, vero?"

"Come? Chi ha parlato? Con questo buio non si vede un accidente! Per fortuna ho trovato questo rifugio dopo essermi trascinato sotto il temporale."

La capretta, che non aveva capito che il suo compagno fosse un lupo, rispose: "Che sollievo che ci sia anche tu!"

"Anch'io sono contento di avere compagnia; se fossi capitato in questa capanna da solo, in una notte di temporale, mi sarei sentito perduto."

Anche il lupo non aveva capito che il suo compagno era una capra!

Eeeeciuuuu!" Starnutì il lupo.

"Tutto bene? mmmmm....devi esserti beccato un raffreddore..."

"Penso anch'io. Non sento per niente gli odori!"

"Beeeeee, ora capisco perché hai questa voce!"

"Ahahah, dev'essere per questo!"

La capretta sentendo la risata del lupo stava per dire: "Che voce profonda da lupo", ma, pensando, che fosse scortese lo tenne per sé.

Anche il lupo stava per dire: "Che voce stridula da capra", ma, pensando, che il compagno si sarebbe offeso, preferì tacere.

Nella capanna si sentiva solo l'ululato del vento, il picchiettare della pioggia e il brontolio delle loro pance.

"Ho una grandissima fame." disse il lupo.

"Davvero, anch'io ho lo stomaco vuoto, rispose la capra. Che bello avere qualcosa da mettere sotto i denti quando si ha fame."

"Ti capisco. Stavo proprio pensando la stessa cosa. Di solito vado a cercare qualcosa da mangiare nei dintorni, ai piedi della montagna dove abito."

"Anch'io faccio così. Da quelle parti il cibo è molto buono. Solo a pensarci muoio dalla voglia. Ho l'acquolina in bocca, ah che fame!"



E, contemporaneamente: “Che buona l’erba.” disse la capra.

“Che buona la carne” disse il lupo, ma il fragore di un tuono coprì le loro parole.

“Sai... da bambino ero magrolino. Anche adesso lo sono, ma a quei tempi mia madre mi diceva sempre: mangia ancora, mangia ancora...” disse il lupo.

“Ma guarda!” rispose la capretta “Anche la mia a pranzo mi diceva: “Se non mangi abbastanza non riuscirai a scappare. Ti mancherà il fiato per correre.”

“Anche a me dicevano la stessa cosa: “Ti mancherà il fiato per correre.... ah ah ci assomigliamo veramente molto!”

“Bee, anche se non ti vedo, sicuramente ci assomigliamo!”

Il temporale era cessato e soffiava un leggero venticello fresco. Nell’oscurità, prima dell’alba, le due ombre si salutarono dandosi appuntamento al giorno successivo. Che cosa sarebbe successo il giorno dopo ai piedi di quella collina? Questo, neanche il sole che aveva appena mostrato la faccia per far brillare le gocce sulle foglie, poteva saperlo...

DOMANDE

1. Quali sono i personaggi del racconto?
2. Perché non si riconoscono?
3. Perché pensano di assomigliarsi?
 - Approfondimento

Stimolare i bambini a riflettere su quanto si possa essere simili, pur nella diversità.

Successivamente, dal momento che l’autore lascia sospesa la fine del racconto, dividere la classe in due gruppi, ognuno dei quali proverà ad immaginare, scrivere e disegnare, come potrebbe concludersi la vicenda.

Segue un momento di confronto e di condivisione.

- Drammatizzazione del racconto

POESIA

Il dromedario e il cammello

Gianni Rodari

Una volta un dromedario,
incontrando un cammello,
gli disse: - Ti compiango,
carissimo fratello;
saresti un dromedario
magnifico anche tu
se solo non avessi quella brutta gobba in più.

Il cammello gli rispose:

- Mi hai rubato la parola.

È una sfortuna per te

*avere una gobba sola.
Ti manca poco ad essere
un cammello perfetto:
con te la natura
ha sbagliato per difetto.*

*La bizzarra querela
durò tutta una mattina.
In un canto ad ascoltare
stava un vecchio beduino
e tra sé, intanto, pensava:
“Poveretti tutti e due,
ognun trova belle
soltanto le gobbe sue.
Così spesso ragiona
al mondo tanta gente
che trova sbagliato
ciò che è solo differente!”*

CITAZIONI

Se voi però avete diritto di dividere il mondo in italiani e stranieri allora vi dirò che, nel vostro senso, io non ho Patria e reclamo il diritto di dividere il mondo in diseredati e oppressi da un lato, privilegiati e oppressori dall'altro. Gli uni son la mia Patria, gli altri i miei stranieri.

Don Milani

Non giudicare sbagliato ciò che non conosci, cogli l'occasione per comprendere.

Pablo Picasso

Il vero viaggio di scoperta non consiste nel trovare nuovi territori, ma nel possedere altri occhi, vedere l'universo attraverso gli occhi di un altro, di centinaia d'altri: di osservare il centinaio di universi che ciascuno di loro osserva, che ciascuno di loro è.

Marcel Proust

Colui che differisce da me, lungi dal danneggiarmi mi arricchisce... La nostra unità è costituita da qualcosa di superiore a noi stessi: l'Uomo.

Antoine de Saint-Exupéry

Sono lieto di vedere che siamo diversi. Che insieme si possa diventare più grandi della somma di entrambi.

Leonard Nimoy

CONCLUSIONE

La diversità deve essere intesa come risorsa, arricchimento, straordinaria opportunità di scambio, cooperazione e stimolo alla crescita personale di ciascuno, come paradigma dell'identità stessa nel pluralismo e come occasione per aprirci ed accogliere tutte le differenze. Significa abituare il bambino, fin da piccolo, ad avere un atteggiamento curioso, accogliente, aperto nei confronti di tutto ciò che è diverso, aiutarlo a superare la paura verso il nuovo (sia delle persone che delle situazioni nuove), educarlo ad avere un pensiero divergente e a

“Riconoscere che non vi è un solo modo di pensare, ... di vestirsi, di mangiare, di amare...”

T.B. Jelloun

ATTIVITÀ DI GRUPPO

Per stimolare la conoscenza reciproca tra i bambini, l'insegnante chiede ad ognuno di loro, di portare qualcosa di rappresentativo del proprio Paese d'origine, scegliendo da una lista di materiali suggeriti:

- una cartolina o una fotografia di un angolo della propria città;
- una canzone (con testo in lingua originale e musica, se è possibile);
- una storia o una favola della tradizione popolare del proprio Paese;
- una fotografia o un disegno di una festa tradizionale;
- una fotografia o un disegno di un abito o di un costume tradizionale.

Con il materiale raccolto, costruzione del cartellone di gruppo: “Il mondo in classe” su cui incollare tutti i materiali presentati dai bambini sui loro rispettivi Paesi d'origine. Ne risulterà un collage colorato e multiforme in cui ognuno potrà riconoscersi, come parte insostituibile del gruppo.

CANTO

Diversi eppur uguali

<https://youtu.be/gmP1ZipY728>

Chi siamo? Chi siamo? Scoprirlo è solo un gioco!

Chi siamo? Chi siamo? Chi lo indovinerà?

Chi siamo? Chi siamo? Se ci ascoltate un poco!

Chi siamo? Chi siamo? Chi siamo chi lo sa?

Col bello e col tempaccio
pellicce in mezzo al ghiaccio
dormiamo nell'igloo
e le foche fan cu cu.

Scriviamo strani segni
e non abbiam forchette
mangiamo sempre il riso



usando le bacchette.

Al ritmo dei tamburi
tra scimmie ed elefanti
balliamo con gran gioia
pelle scura e denti bianchi.

E noi facciamo siesta
col poncho rosso e nero
nel golfo gli uragani
ci strapazzano il sombrero.

Chi siamo? Chi siamo? Scoprirlo è solo un gioco!

Chi siamo? Chi siamo? Se ci ascoltate un poco!

Diversi eppure uguali, con una voce sola
un sacco di pensieri ma il mondo corre e vola.

Diversi eppure uguali, miliardi di parole
che strette in un sorriso non ci faranno sentire soli.

Chi siamo? Chi siamo? Scoprirlo è solo un gioco!

Chi siamo? Chi siamo? Chi lo indovinerà?
Chi siamo? Chi siamo? Se ci ascoltate un poco!

Chi siamo? Chi siamo? Chi siamo chi lo sa?

Siam dentro lo stivale,
con Roma capitale.

Dai monti fino al mare
ci piace cantare.

Abbiamo belle piazze
e un sacco di dialetti
mangiamo mille pizze
e camion di spaghetti.

Mai mai sembriamo uguali
siam piccoli e giganti,
diversi nella pelle,
negli occhi e gli orizzonti.

Ma il cuore è come un forno
e in tutti i continenti
cucina il pane buono
dei nostri sentimenti.

Chi siamo? Chi siamo? Scoprirlo è solo un gioco!

Chi siamo? Chi siamo? Se ci ascoltate un poco!

Diversi eppure uguali, con una voce sola
un sacco di pensieri ma il mondo corre e vola.

Diversi eppure uguali, miliardi di parole
che strette in un sorriso non ci faranno sentire soli.

Diversi eppure uguali, miliardi di parole
che strette in un sorriso non ci faranno sentire soli.

PROPONIMENTI PRATICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Ogni volta che mi troverò di fronte qualcuno diverso da me, non lo giudicherò, ma accoglierò la sua diversità come possibilità di arricchimento e di crescita per entrambi, attraverso atteggiamenti di ascolto, di apertura, di rispetto e di attenzione.

SENSO CIVICO

INTRODUZIONE

Il senso civico è una potenzialità innata nell'individuo che porta a comportamenti responsabili di interazione e rispetto degli altri, del luogo dove si vive, della natura e delle sue creature. Vuol dire anche sentirsi parte complementare e integrante di un gruppo, di una comunità, capire che dipendiamo gli uni dagli altri e che possiamo tutti cooperare per il miglioramento della società in cui si vive.

Per senso civico dei cittadini ci si riferisce a quell'insieme di comportamenti e atteggiamenti che attengono al rispetto degli altri e delle regole di vita in una comunità.

(istat.it)

OBIETTIVO EDUCATIVO

Per i bambini è importante fare emergere le qualità nobili racchiuse nel profondo di ognuno e manifestarle come:

- **Gentilezza:** che invita a parlare con grazia e comportarsi con delicatezza nei confronti degli altri, della natura, dell'ambiente, ...
- **Gratitudine:** riconoscere i propri sentimenti di affetto per il bene ricevuto, per un aiuto inaspettato, per il benessere di cui godiamo e mostrarli in vari modi, con parole o azioni.
- **Autodisciplina:** come effetto spontaneo di darsi e accogliere le regole per il bene comune.
- **Solidarietà:** come spirito di collaborazione e senso di compassione che spinge ad azioni di empatia.
- **Cooperazione:** scoprire la gioiosità del collaborare insieme agli altri per il bene comune.

ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

STORIA

Festa al castello

Il villaggio ai piedi del castello fu svegliato dalla voce dell'araldo del castellano che leggeva un proclama nella piazza. "Il nostro signore beneamato invita tutti i suoi buoni fedeli sudditi a partecipare alla festa del suo compleanno. Ognuno riceverà una piacevole sorpresa. Domanda però a tutti un piccolo favore: chi partecipa alla festa abbia la gentilezza di portare un po' d'acqua per riempire la riserva del castello che è vuota. "L'araldo ripeté più volte il proclama, poi fece dietrofront e scortato dalle guardie ritornò al castello. Nel villaggio



scoppiarono i commenti più diversi. “Bah! È il solito tiranno! Ha abbastanza servitori per farsi riempire il serbatoio. Io porterò un bicchiere d’acqua, e sarà abbastanza!” “Ma no! È sempre stato buono e generoso! Io ne porterò un barile!” “Io un ditale!” “Io una botte!” Il mattino della festa, si vide uno strano corteo salire al castello. Alcuni spingevano con tutte le loro forze grossi barili o ansimavano portando grossi secchi colmi d’acqua. Altri, sbraitando i compagni di strada, portavano piccole caraffe o un bicchierino su un vassoio. La processione entrò nel cortile del castello. Ognuno vuotava il proprio recipiente nella grande vasca, lo posava in un angolo e poi si avviava pieno di gioia verso la sala del banchetto. Pietanze squisite e abbondanti, danze e canti si succedettero, finché verso sera il signore del castello ringraziò tutti con parole gentili e si ritirò nei suoi appartamenti. “E la sorpresa promessa?”, brontolarono alcuni con disappunto e delusione. Altri dimostravano una gioia soddisfatta: “Il nostro signore ci ha regalato la più magnifica delle feste!” Ciascuno, prima di ripartire, passò a riprendersi il recipiente. Esplosero allora delle grida che si intensificarono rapidamente. Esclamazioni di gioia e di rabbia. I recipienti erano stati riempiti fino all’orlo di monete d’oro! “Ah! Se avessi portato più acqua.”

tratto da <https://crescitaindividuale.com/consapevolezza/storie-con-morale/>

Riflessione

Non possiamo pensare soltanto di ricevere, ma anche come noi possiamo contribuire al benessere della società.

DOMANDE

1. Il signore del castello cosa ha detto al suo araldo?
2. Le persone cosa hanno commentato prima di partecipare alla festa?
3. Cosa hanno portato al castello?
4. Quale sorpresa hanno trovato alla fine del banchetto?
5. Cosa hanno imparato gli abitanti del villaggio da questa esperienza?
6. Chi è stato premiato alla fine della festa, chi aveva delle aspettative e non era mai contento di niente, oppure chi ha dato con generosità e non si aspettava niente in cambio?

CITAZIONI

Ama tutti, servi tutti.

Sathya Sai

Non esiste dovere più indispensabile di quello che impone di restituire una gentilezza.

Cicerone

Alcuni obblighi sono divertenti quando li contrai, ma nessuno è divertente quando ti accingi ad assolverli.

Oghden Nash

Domandato a un tale qual cosa al mondo fosse più rara, rispose: “Quello che è di tutti, cioè il senso comune.”

Giacomo Leopardi

Non vale la pena avere dei diritti che non derivano da un dovere assolto bene.

Mahatma Gandhi

ATTIVITÀ DI GRUPPO

Ricicliamo



Valore del gioco: senso civico

Gioco da fare all'aperto o al chiuso

Numero dei giocatori 10

Tema: La spazzatura ci sta sommersendo. Un possibile aiuto è la raccolta differenziata, facciamola insieme giocando e imparando.

Materiale:

- 10 contenitori piccoli di diverso materiale (5 per squadra)
- 1 contenitore grande per la spazzatura

Si dispongono 5 recipienti per squadra con un responsabile del riciclo. Carta, vetro, plastica, metalli, umido. Dall'altra parte del campo da gioco si dispone la spazzatura: un grande recipiente pieno di tanti fogliettini disegnati o scritti che rappresentano varie cose che costituiscono i diversi tipi di rifiuti. Il percorso può essere movimentato a piacere.

Al via dell'arbitro, ogni giocatore corre dalla sua postazione prende un bigliettino dal grande cesto della spazzatura, torna indietro e lo legge ad alta voce: se può essere smaltito da lui direttamente lo mette nel corrispondente contenitore, altrimenti torna e lo ripone nella spazzatura. Si danno 10 punti per ogni elemento distribuito correttamente. Si sottraggono 5 punti per ogni elemento distribuito in maniera sbagliata.

CANTO

Dove lo metto

<https://www.youtube.com/watch?v=CUoVRCqsy5o>

Ho finito l'aranciata
avevo sete da impazzire
la lattina ora è lì, io la butto!
No, non fare così!
Dove la metto? Dove la metto?

Guardati attorno c'è un cassonetto.
In questo o in quello?
Tante cose che tu butti via
le puoi trasformare e non è magia
il nuovo metallo, vetro e carta apparirà
e la natura ti ringrazierà.
Ho sbagliato il disegno
questa pagina la strappo
va finire nel cestino, io la butto!
No, non fare così!
Dove la metto? Dove la metto?
Tutta la carta si può riciclare
Questa è bella ora lo so.
Tante cose che tu butti via
le puoi trasformare e non è magia
il nuovo metallo, vetro e carta apparirà
e la natura ti ringrazierà.
Un po' di musica in cuffia
ma non sento più niente
batterie da cambiare, queste le butto!
No, non far così!
Dove le metto? Dove le metto?
C'è un posto sicuro per non inquinare.
Mi puoi dire dove?
Tante cose che tu butti via
le puoi trasformare e non è magia
il nuovo metallo, vetro e carta apparirà
e la natura ti ringrazierà.
E tutta questa plastica, bottiglie e bottigliette
non so cosa farmene, io le butto.
No, non fare così!
Dove le metto? Dove le metto?
Qui dentro la plastica e qui va il vetro
Grazie farò sempre così!
Tante cose che tu butti vai
le puoi trasformare e non è magia
il nuovo metallo vetro e carta apparirà
e la natura ti ringrazierà (2 volte).

CONCLUSIONE

Aiutare i bambini ad apprendere, attraverso un atteggiamento di fiducia:

- a rispettare gli altri e le regole della comunità,
- a sviluppare un'attitudine di sicurezza e di disponibilità
- a cooperare per il bene comune,
- migliorare la società in cui si vive
- e diventare cittadini esemplari.

PROPONIMENTI PRATICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

- Tenere in ordine il proprio banco a scuola.
- Usare gli appositi contenitori per smaltire ciò che non utilizziamo.
- Salutare per primi quando siamo per strada le persone che conosciamo.
- Parcheggiare la bici negli spazi appositi.
- Al parco comportarsi correttamente quando si usano i giochi senza eccessivi schiamazzi e senza danneggiarli.

SERVIZIO DISINTERESSATO VERSO GLI ALTRI

INTRODUZIONE

Dai poco se dai tue ricchezze.

Ma se doni te stesso tu dai veramente.

Infatti che cos'è la tua ricchezza se non ciò che curi e nascondi con il timore di servirtene domani?

E domani, che cosa porterà il domani al cane troppo prudente che seppellisce l'osso nella sabbia senza traccia, mentre segue alla città santa i pellegrini?

E che cos'è la paura del bisogno, se non il bisogno stesso?

Il terrore della sete quando il pozzo è colmo, non è forse insaziabile sete?

Vi sono quelli che danno poco di molto, e per essere ricambiati, e la prudenza nascosta avvelena il loro dono.

E vi sono quelli che hanno poco e lo danno tutto,

Essi credono alla vita e alla sua munificenza e la loro tasca non è mai vuota.

Vi sono quelli che danno con gioia e la gioia è la loro ricompensa.

E quelli che danno con rimpianto e il rimpianto li battezza.

Vi sono quelli che danno senza pena e senza gioia, e senza premura di virtù;

Essi sono come il mirto che sparge nell'aria, laggiù nella valle, il suo incenso.

Nelle loro mani Dio parla e dietro i loro occhi egli sorride alla terra.

È bene dare se ci chiedono, ma è meglio capire quando non ci chiedono nulla.

E per chi è generoso, cercare il povero è una gioia più grande che donare.

Che cosa vorresti mai trattenere?

Tutto quanto possiedi sarà dato un giorno.

Per questo dà oggi, affinché la stagione dei doni sia tua e non dei tuoi eredi.

Kahlil Gibran

Il servizio disinteressato agli altri è la più importante disciplina spirituale; è la messa in pratica della Condivisione, che esprime bontà, compassione e tolleranza. Per mezzo di queste virtù si possono percepire le qualità più elevate presenti in se stessi e negli altri. La tenerezza del cuore è spesso condannata dal giudizio comune come debolezza, codardia o scarsa intelligenza, ma le persone sono nate per condividere, servire e dare, non per arraffare e dimenticare. Il vero segreto della gioia risiede nel sacrificio: lasciare o condividere ciò che ci viene dato, è una legge della vita che si applica a tutto. Le ricchezze che si possiedono (denaro, conoscenze, capacità, tempo, energia fisica...) devono essere restituite alla società sotto forma di servizio disinteressato.

È tramite la Condivisione che tutto acquisisce uno scopo: se non si trasmette ciò che si sa e ciò che si ha, diventa inutile averlo conquistato.

La gioia più grande nasce dalla completa dedizione di sé, che è la massima soddisfazione spirituale.

Il servizio disinteressato si esprime attraverso:

- Coerenza tra pensieri, parole e azioni.
- Rispetto della natura.
- Retto vivere (dare l'esempio).
- Espressione della propria personalità (attività, creatività e dedizione).

OBIETTIVO EDUCATIVO

- Cercare di promuovere nei bambini un'attitudine e un comportamento volti a comprendere gli altri, accettando e rispettando le differenze di cultura e valori senza vanità e con Amore (Compassione).
- Sviluppare le virtù che danno luce alla personalità: disponibilità, generosità, consapevolezza, distacco, non giudizio, fratellanza, fiducia, forza, sacrificio, condivisione, empatia e senso di unità.
- Con il servizio disinteressato si alimenta la fede in Dio e la fiducia negli uomini, si contribuisce a sconfiggere l'egoismo, a sviluppare l'amore universale e cogliere l'unità nella diversità. Il servizio disinteressato diventa un "abito" per relazionarsi con tutto il creato, con l'universo intero.

ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

STORIA

Madre Teresa di Calcutta

Madre Teresa di Calcutta, al secolo Agnes Gonxha Bojaxhiu, nasce il 26 agosto 1910 a Skopje (ex-Jugoslavia, oggi Macedonia), da una famiglia cattolica albanese.

Cresce nella parrocchia di Cristo Re dove frequenta il Sodalizio, un gruppo di preghiera e aiuto per le missioni. Lì incontra dei Padri Gesuiti che lavorano nella lontana Calcutta, una città del Bengala.

L'esperienza dei missionari la colpisce profondamente, tanto che a 18 anni decide di entrare nella Congregazione delle Suore Missionarie di Nostra Signora di Loreto, presente anche in India.

Partita nel 1928 per l'Irlanda, un anno dopo è a Darjeeling, alle pendici dell'Himalaya, per il periodo di noviziato.

Nel 1931 la giovane Agnes emette i primi voti, prendendo il nuovo nome di suor Mary Teresa del Bambin Gesù (scelto per la sua devozione alla santa di Lisieux), e per circa un



ventennio insegnerebbe storia e geografia alle ragazze di buona famiglia nel collegio delle suore di Loreto a Entally, zona orientale di Calcutta.

Oltre il muro di cinta del convento c'era Motijhil con i suoi odori acri e soffocanti, uno degli slum (borghi) più miserabili della megalopoli indiana, la discarica del mondo. Da lontano suor Teresa poteva sentirne i miasmi che arrivavano fino al suo collegio di lusso, ma non lo conosceva.

Era l'altra faccia dell'India, un mondo a parte per lei, almeno fino a quella fatidica sera del 10 settembre 1946, quando avvertì la "chiamata" mentre era in treno diretta a Darjeeling, per gli esercizi spirituali.

Stretta in un cantuccio, faticosamente conquistato, pensava alla folla di affamati, storpi, ciechi e lebbrosi che popolavano i marciapiedi di Calcutta. Suor Teresa quella notte non riusciva a chiudere occhio e continuamente ripeteva a se stessa: "Devo fare qualcosa...".

Durante tutto il viaggio una frase le rimbombava nella testa e nel cuore, il grido dolente di Gesù sulla croce: "Ho sete!".

Un misterioso richiamo che, con il passare delle ore, si faceva sempre più chiaro e pressante: lei doveva lasciare il convento per i più poveri tra i poveri. Non i poveri, ma "i più poveri tra poveri": quel genere di persone che non sono niente, che vivono ai margini di tutto, il mondo dei derelitti che ogni giorno agonizzavano sui marciapiedi dell'India, senza neppure la dignità di poter morire in pace.

Ritornata a Calcutta, domandò all'arcivescovo, monsignor Périer, l'autorizzazione a lasciare la sua congregazione per lavorare con i poveri. La prima risposta fu un secco "no".

Un anno dopo, era il 1947, ripetè la sua istanza. E finalmente le arrivò l'autorizzazione da Roma, con la firma di Papa Pio XII.

Suor Teresa lasciò allora il convento di Entally con cinque rupie in tasca e il sari orlato di azzurro delle indiane più povere, dopo ben vent'anni trascorsi nella congregazione delle Suore di Loreto. Era il 16 agosto 1948: era tra i più poveri dei poveri.

Teresa prese un treno per Patna, dove trascorse tre mesi presso le Medical Sisters per apprendere le prime rudimentali nozioni di medicina, poi rientrò a Calcutta alla ricerca dei più miseri negli slum. Passò da una baracca all'altra e iniziò l'opera con acqua e sapone: lavò i bambini, i vecchi piagati, le donne sofferenti. Andò in giro chiedendo cibo e medicine, mendicando per curare e sfamare i suoi poveri. Dopo tre giorni aprì una scuola, all'aria aperta, sotto un albero. "Come lavagna - dirà - avevamo la terra polverosa dove con un bastoncino io disegnavo le lettere."

Dopo la "scuola" andava a camminare senza sosta per le strade della città, letteralmente assalita da uno stuolo di mendicanti e di bambini affamati, ai lati sui marciapiedi, dei quali non si sapeva se fossero ancora vivi oppure morti.

Ogni giorno la fragile, ma indomita suora, dal sari bianco bordato di azzurro, con una piccola croce appuntata sulla spalla sinistra, continuava la sua opera per le vie di Calcutta e il suo corpo era tutto dolorante per la fatica, ma non si fermava un attimo. Il suo "sì" ai poveri era deciso, "perché i poveri - dirà - sono il tramite attraverso il quale esprimiamo a Dio il nostro amore."

La sua abitazione era una baracca sterrata e lì ricoverava quelli che non venivano accolti negli ospedali.

Sei mesi più tardi (febbraio 1949) un funzionario dell'amministrazione statale metteva, a disposizione di suor Teresa, un locale all'ultimo piano di una casa di Creek Lane.

Là venne raggiunta dalla prima consorella, Shubashini, una ragazza di famiglia agiata, ex alunna del collegio di Entally, che, spogliandosi del suo sari elegante, indosserà la nuova veste a buon mercato e prenderà il nome di Agnes, quello secolare della fondatrice.

Presto le suore divennero quattro, poi otto, poi dodici; la comunità andava formandosi. La piccola Gonxha di Skopje diventava Madre Teresa e iniziava da quel momento la sua corsa da gigante.

Madre Teresa muore il 5 settembre 1997

Le suore di Madre Teresa sono attive in tante parti del mondo: esse sono felici e credono nell'opera che svolgono, perché "tutti meritano Amore ed attenzione."

DOMANDE

1. Chi era madre Teresa di Calcutta?
2. Perché la portiamo come esempio di servizio disinteressato?
3. Quali sono i Valori che l'hanno guidata?
4. Quale era il suo obiettivo principale?
5. Quali difficoltà ha dovuto superare per essere coerente nella sua scelta?
6. Qual è l'eredità che ha lasciato al mondo, con il suo esempio?

Riflessioni

Per poter fare servizio disinteressato è importante sviluppare alcune virtù come: disponibilità, condivisione, distacco, equanimità, senso di fratellanza, senso di unità, non giudizio, disciplina e avere raggiunto un'ampia consapevolezza, grazie anche a qualità innate e pian piano valorizzate, come generosità ed empatia.

Un aspetto fondamentale del servizio è saper ascoltare, cercando di mettersi nei panni dell'altro, non dare nulla di scontato, comprendere, conoscere e non giudicare l'altra persona.

È necessario avere altresì la coscienza dei propri limiti, ma saper rischiare e scegliere il "sì" anziché il "no" e il "ma", con fiducia in sé e fede in Dio e nell'uomo.

CITAZIONI

Dare è ricevere. È la legge dell'amore. Secondo questa legge, quando diamo il nostro amore agli altri, ci arricchiamo e, contemporaneamente, ciò che diamo ci ritorna. La legge dell'amore si basa sull'abbondanza: siamo sempre completamente sati d'amore e la nostra riserva è sempre piena e traboccante. Quando diamo agli altri, incondizionatamente, senza aspettative di aver nulla in cambio, l'amore, dentro di noi, aumenta, si espande e ci unisce. In questo modo, dando il nostro amore, aumentiamo l'amore che è in noi e tutti si arricchiscono.

Gerald Jampolsky

Coltivate l'amore puro, non contaminato da desideri egoistici e condividerlo coi vostri fratelli sorelle di ogni credo, colore e paese. Permettete al vostro amore di fluire nel cuore degli altri. L'acqua stagnante imputridisce mentre l'acqua corrente è fresca e chiara ... L'amore è beatitudine, l'amore è forza, l'amore è luce, l'amore è Dio.

Sathya Sai

L'opera umana più bella è di essere utile al prossimo.

Sofocle

Ama donando e dimenticando, ama donandoti e dimenticandoti.

Sathya Sai

CONCLUSIONE

Come tutti gli esseri appartenenti all'universo, anche gli esseri umani, tra loro, sono interdipendenti, con vari ruoli interscambiabili: nelle relazioni bisogna essere attenti e sensibili, così da poter alleviare, negli altri, sofferenze, difficoltà, paure e rabbia e sviluppare in noi empatia e distacco, perché l'amore è la nostra natura e quando riusciamo a esprimere ci sentiamo felici e in pace.

I saggi usano il denaro, la forza, l'intelligenza, le capacità, le attitudini e le opportunità per aiutare gli altri e rendere più felici le loro vite. Il servizio a chi è in difficoltà è la più alta forma di adorazione. Non è la quantità di servizio e il numero di persone aiutate che va considerato, ma l'autenticità dell'amore e della compassione di cui il servizio è colmo, nonché la motivazione che spinge a servire i bisognosi, senza traccia di ego.

Si può trovare vera pace e gioia solamente elevando i propri pensieri e facendo servizio disinteressato a chi ha bisogno.

CANTO

Girotondo intorno al mondo

Se tutte le ragazze
Le ragazze del mondo
Si dessero la mano
Si dessero la mano

Allora si farebbe un girotondo
Intorno al mondo
Intorno al mondo

E se tutti i ragazzi
I ragazzi del mondo
Volessero una volta
Diventare marinai



Allora si farebbe un grande ponte
Con tante barche
Intorno al mare

E se tutta la gente
Si desse la mano
Se il mondo, veramente
Si desse una mano

Allora si farebbe un girotondo
Intorno al mondo
Intorno al mondo

Se tutte le ragazze
Le ragazze del mondo

Si dessero la mano
Si dessero la mano
Allora si farebbe un girotondo
Intorno al mondo
Intorno al mondo

E se tutta la gente
Si desse la mano
Se il mondo, finalmente
Si desse una mano

Allora si farebbe un girotondo
Intorno al mondo
Intorno al mondo (2 volte)

<https://www.youtube.com/watch?v=S-7dOM84qq4>

GIROTONDO INTORNO AL MONDO (Sol)

Do
.
Se tutte le ragazze
Sol
Le ragazze del mondo
Fa
Si dessero la mano
Do
Si dessero la mano
. **Do7**
Allora si farebbe
Fa
Un girotondo
Do
Intorno al mondo
Sol7 **Do**
Intorno al mondo

.
E se tutti i ragazzi
Sol
I ragazzi del mondo
Fa
Volessero una volta
Do
Diventare marinai
. **Do7**
Allora si farebbe
Fa
Un grande ponte

Do
Con tante barche
Sol7 **Do**
Intorno al mare

Fa . **Mi**
E se tutta la gente si desse la mano
Lam **Re** **Sol7**
Se il mondo veramente si desse una mano

Do **Do7**
Allora si farebbe
Fa **Rem**
Un girotondo

Do
Intorno al mondo
Sol7 **Do**
Intorno al mondo
. **Do7**
Allora si farebbe
Fa **Rem7**
Un girotondo
Sol
Intorno al mondo
Do
Intorno al mondo

Fa **Do** **Sib** **Fa**

ATTIVITÀ DI GRUPPO

Educazione all'Ascolto

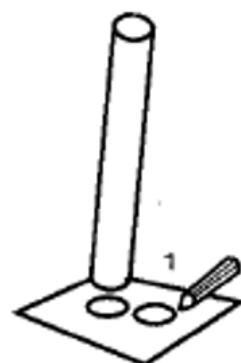
IL BASTONE DELLA PIOGGIA

Occorrente:

*il tubo interno di un rotolo di carta da cucina
un foglio di carta non troppo sottile (quella per le fotocopie va benissimo),
colla (tipo attaccatutto),
una manciata di riso,
una matita, colori a tempera o pennarelli.*

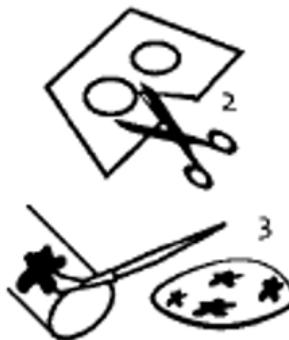
1

Appoggia un'estremità del tubo sul foglio di carta e disegnane il contorno (per 2 volte).



2

Ritaglia i dischi leggermente più grandi (circa 1 cm).



3

Colora i dischi, ti serviranno da tappo.
Disegna e colora il tubo come preferisci.



4

Applica la colla sul bordo del tubo, appoggiaci sopra un disco di carta; quando sarà bene asciutta, ripiega verso il basso la carta "in più" e incollala al tubo.

5-6

Versa dentro al tubo il riso e chiudi con il secondo disco di carta anche questo lato.



... pronto il tuo strumento musicale, muovilo lentamente... e sentirai...



Gioco

Il grande orecchio – educazione all'ascolto

Obiettivo: percezione auditiva. Numero di partecipanti: massimo 20 Età: dagli 8 anni in su.

Il gruppo si raduna su un lato della sala. Un volontario sta rivolto di schiena a circa 5 metri di distanza dal gruppo. Una persona del gruppo, cambiando il tono abituale della sua voce, dice: "Grande orecchio, mi senti?", e il volontario deve indovinare chi è stato.

Ha tre possibilità di indovinare altrimenti cambia posto con chi ha parlato con la voce alterata. Il gioco finisce quando tutti hanno avuto la possibilità di indovinare una volta.

Il gioco è particolarmente adatto ai bambini, per aumentare la percezione auditiva e l'orientamento dei suoni. Funziona meglio quando il gruppo già si conosce un po'.

Attività di servizio

Si propone un'attività di servizio per esempio verso la natura: i ragazzi provvedono a pulire e sistematizzare il giardino della scuola.

Distribuire a turno la merenda.

PROPONIMENTI PRATICI

Alla fine della lezione si proporanno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Tra le parole dell'allegato 2, sette sono quelle che non avranno più significato quando gli esseri umani si sentiranno uniti in fratellanza. Cancellane una al giorno col bianchetto: dopo sette giorni cerchia le parole rimaste e dai loro un numero da 1 a 13 per importanza.

PAROLE DA DIMENTICARE

DOLCEZZA	ARTE	FELICITÀ	MENEFREGHISMO
POESIA	MASCHILE	UMANITÀ	NATURA
PADRE	CULTURA	PETTEGOLEZZO	GIOIA
EGOISMO	GRUPPO	FEMMINILE	IPOCRISIA
RAZZISMO	INTOLLERANZA	MADRE	PREPOTENZA

SOLIDARIETÀ

INTRODUZIONE

La solidarietà è accordo, unione, assistenza e aiuto reciproco nel bisogno, unisce gli individui tra loro; è l'insieme dei legami affettivi e morali che uniscono il singolo uomo alla comunità di cui fa parte e questa a lui. La solidarietà è un sentimento di fratellanza e unione davanti ad una causa comune o per una responsabilità condivisa, per migliorare la condizione di qualcuno in particolare o di una intera comunità.

I bambini, anche se talvolta ciò viene dimenticato, imparano più dai nostri comportamenti che dalle nostre parole. Occorre quindi che gli adulti trasmettano empatia ed attenzione al prossimo ed essere d'esempio ai bambini, sin dalla loro più tenera età, quando iniziano a socializzare.

Spesso crediamo che con i bambini si debbano fare gesti eclatanti, si debba parlare loro di situazioni lontane e drammatiche per aiutarli a comprendere la fortuna che hanno. Mentre invece è proprio il nostro atteggiamento il linguaggio da mettere in atto, è il cercare di essere solidali con le persone che quotidianamente ruotano attorno alla nostra routine e alle nostre giornate, alla famiglia, al vicinato e così via: solidarietà tra genitori nell'assolvere le incombenze di casa, solidarietà tra familiari nelle piccole e grandi problematiche di ogni giorno, mettersi nei panni degli altri cercando di riconoscere e dominare le emozioni ...

OBIETTIVO EDUCATIVO

Trasmettere l'importanza del "Prendersi cura di", occupandosi con amorevolezza di una semplice pianta, di un animale, di un componente della famiglia, di un vicino di casa ... stimolando la capacità di comprendere i bisogni dell'altro e di riconoscerne la priorità dinnanzi ai propri, in un'ottica di altruismo e solidarietà.

ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

STORIA

I due asini

Quella mattina il contadino andava al mercato a vendere le sue mercanzie. Tirò fuori dalla stalla i suoi due asini e pose sulla groppa di ognuno quattro grossi sacchi: al primo asino toccò un carico di frutta, al secondo quattro sacchi di spugne.

Essendo le spugne molto più leggere della frutta, il secondo asinello trottava leggero, gonfiando il petto, mentre il primo asino faceva una grande fatica.

Il mercato era molto lontano e, schiacciato da quel grosso peso, il primo asino chiese aiuto al compare: "Sono sfinito,



amico mio, che ne diresti di prendere in groppa almeno un sacco di frutta?"

"Fossi matto! Cosa ti viene in mente? Vuoi far arrabbiare il padrone? Lui sa bene come vanno distribuiti i pesi e lui non sbaglia mai!"

Proseguirono ancora un po' e inutilmente il primo asino cercava di convincere l'amico a prendersi parte del carico.

Ad un certo punto del tragitto però, il primo asino, quello con il carico pesante, inciampò in un sasso, si azzoppò e non fu più in grado di risollevarsi. Il padrone allora, per farlo rialzare, lo alleggerì del carico di frutta e lo trasferì tutto sulla groppa del secondo asino!

Ora il secondo asino era ben pentito di non aver aiutato l'amico.

Nell'attraversare un torrente, l'asino con il carico pesante di frutta sarebbe morto se ... l'amico non l'avesse sorretto con i fianchi e condotto sano e salvo fino alla riva.

Da quel giorno i due asini furono davvero amici per la pelle, solidali e uniti in tutti i lavori che gli venivano assegnati dal padrone perché l'unione fa la forza.

DOMANDE

1. Perché l'asino con il carico leggero si rifiuta di aiutare l'amico con il carico pesante?
2. Perché il secondo asino aiuta subito l'amico, quando tocca a lui avere il carico pesante?
3. Secondo te, l'asino che si era rifiutato di aiutare l'amico, ha capito l'errore che aveva commesso?
4. Come ti sentiresti se, dopo aver rifiutato di aiutare un compagno, lo vedessi triste e in difficoltà?
5. A te è capitato di aiutare qualche compagno? Racconta.

CITAZIONI

Guardandoti dentro, puoi scoprire la gioia, ma è soltanto aiutando il prossimo che conoscerai la vera felicità.

Sergio Bambaren

Se vuoi arrivare primo, corri da solo. Se vuoi arrivare lontano, cammina insieme.

Anonimo

Vivi per te stesso e vivrai invano. Vivi per gli altri e ritornerai a vivere.

Bob Marley

Se ci diamo la mano, i miracoli si fanno e il giorno di Natale durerà tutto l'anno.

Gianni Rodari

La carità separa il ricco dal povero, l'aiuto solleva il bisognoso e lo pone allo stesso livello dei ricchi.

Evita Peron

L'opera umana più bella è di essere utile al prossimo.

Sofocle

La libertà non è fine a se stessa; essa è autentica solo quando viene posta al servizio della verità, della solidarietà e della pace.

Karol Wojtyla

CANTO

La bellezza della solidarietà

<https://youtu.be/x9MFPi-qIhU>

A come aiutare

B come bontà

C come coraggio di donare a chi non ha,
la grande ricchezza dell'umanità
sta nella solidarietà.

La felicità non appartiene a chi possiede,
ma a chi sa apprezzare ciò che ha.

La gentilezza è la catena che unisce le persone.
Aiutare gli altri rende il mondo un po' migliore.
e scalda il cuore, sai perché?

La solidarietà è un coro che fa trallallalà!
È una magica parola che entra in ogni cuore,
fa circolar l'amore!

Noi siamo come delle gocce
in un mare indefinito,
ognuno è un frammento,
insieme siamo l'infinito.
Se piantiamo indifferenza
nessun fiore crescerà,
se semini bontà, felicità!

Un fiore da solo è già molto bello,
ma un intero mazzo è stupendo!
Si sopravvive di ciò che si riceve,
ma si vive di ciò che si dona,
l'aiuto è un abbraccio per consolare,
l'aiuto è un sorriso che fa stare bene,
chi fa qualcosa per aiutare gli altri
per me è un vero eroe!

La gentilezza è la catena che unisce le persone,
aiutare gli altri rende il mondo un po' migliore
e scalda il cuore sai perché?

La solidarietà è un coro che fa trallallalà!
è una magica parola che entra in ogni cuore,
fa circolar l'amore!

Noi siamo come delle gocce
in un mare indefinito,
ognuno è un frammento,
insieme siamo l'infinito.

Se piantiamo indifferenza nessun fiore crescerà,
se semini bontà, felicità!

La solidarietà è un coro che fa trallallalà!



*è una magica parola che entra in ogni cuore,
fa circolar l'amore!
Noi siamo come delle gocce
in un mare indefinito,
ognuno è un frammento,
insieme siamo l'infinito.
Se piantiamo indifferenza nessun fiore crescerà,
se semini bontà, felicità!*

ATTIVITÀ DI GRUPPO

Gioco

Il funzionamento è lo stesso dei famosi giochi “cosa apparirà?” in cui, annerendo gli spazi contrassegnati da un puntino, compare una figura; nel gioco seguente compariranno delle lettere per colorare la solidarietà.

MATERIALE OCCORRENTE: un foglio da pacco bianco, 11 fogli bianchi formato A4, matite colorate e pennarelli.

SVOLGIMENTO: si dividono i bambini in coppie o a gruppi di tre e si distribuisce ad ogni gruppo un foglio contenente una lettera. Scaricare le lettere dal seguente link:

<https://drive.google.com/file/d/1vwFqTUNtjLCwzfNknjt37Dqlh4eaKh8/view?usp=sharing>

Ogni gruppo colora tutti gli spazi col puntino, ottenendo una lettera dell’alfabeto. Successivamente, a lavoro finito, tutti i bambini si riuniscono e accostano le lettere una accanto all’altra, cercando di scoprire quali parole formano le lettere. Una volta scoperta, incollano le lettere sul foglio da pacco, in modo creativo e non lineare, e appendono il cartellone ottenuto su una parete della classe.

CONCLUSIONE

La cultura della solidarietà può essere intesa come un patto di convivenza, sul quale si fonda la relazione con le altre persone, un patto basato sulla messa in comune delle motivazioni affettive ed emozionali costituite dall’accettazione degli altri, dal desiderio di andare oltre la diversità di cui ciascuno di noi è portatore rispetto alle altre persone, dall’accettazione e non dalla negazione delle differenze culturali.

La solidarietà va proposta come uno stile di vita; si tratta di avviare i bambini ad un modo di pensare e di agire aperto al dialogo, al confronto, all'accoglienza, al pluralismo, alla reciprocità.

Il primo sforzo educativo che deve essere prodotto è uno stile di rapporti di classe, di scuola, di territorio che stimoli il bambino/ragazzo ad una “cittadinanza attiva”.

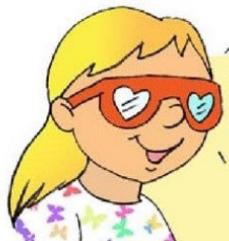
PROPONIMENTI PRATICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Si può proporre di costruire occhiali “speciali” senza lenti e di indosiarli perché sono talmente speciali che permettono di vedere le qualità di chi ci sta accanto. Questa azione, se praticata frequentemente, allena i bambini ad ascoltare maggiormente gli altri e ad essere perciò più solidali.

GLI OCCHIALI DEL CUORE



Il mondo è meraviglioso quando lo guardiamo attraverso la finestra del cuore! Tutto diventa più bello e più luminoso e le mie esperienze si fanno più ricche e colorate!

Quando indossiamo gli occhiali del cuore vediamo meno gli errori commessi da noi stessi e dagli altri e impariamo ad avere più pazienza e più comprensione con tutti. Il cuore vede solo il bene e aggiusta ogni cosa.

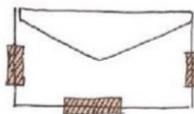
Crea i tuoi occhiali del cuore!

Materiali: carta modello, cartoncino, plastica colorata.

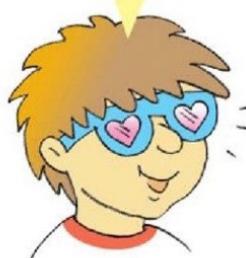
Ritaglia la carta modello e posizionala sul cartoncino. Traccia le sagome con l'aiuto di un pennarello nero e ritaglia due sagome d'occhiale.

Raddoppia il cartoncino si irrobustisce. Piegalo lungo le righe tratteggiate e incolla anche le asticelle. I tuoi occhiali sono pronti da colorare, e soprattutto da indossare! Che bello regalarne ora un paio agli amici!

QUESTI OCCHIALI SONO FANTASTICI! NE HAI UN PAIO ANCHE TU?



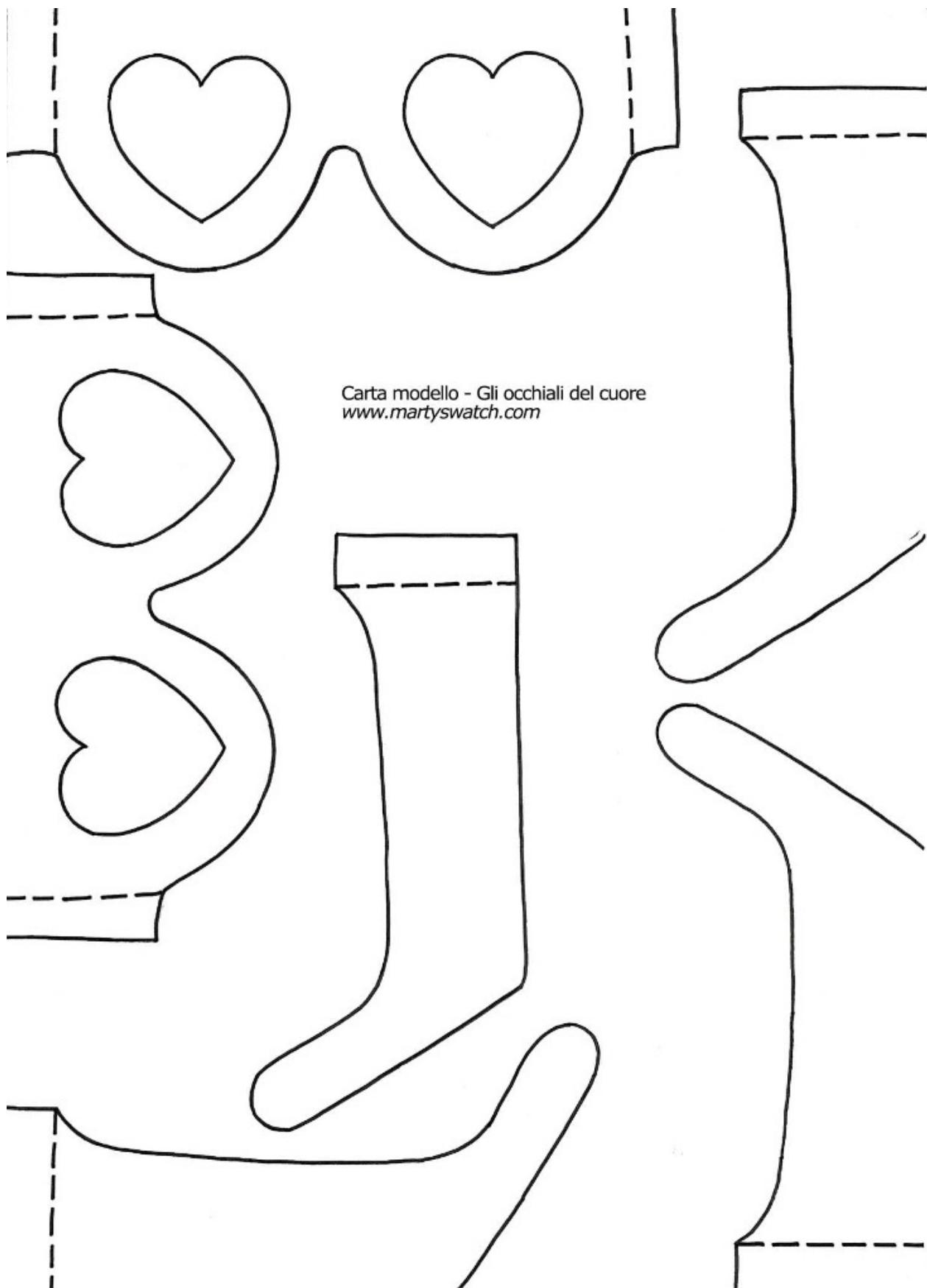
SE INCOLLI UNA BUSTA NEL TUO QUADERNO DA ESPLORATORE AVRAI UNA CUSTODIA PER I TUOI OCCHIALI!



QUANDO INDOSSO QUESTI OCCHIALI TUTTI QUELLI CHE INCONTRÒ MI ASSOMIGLIANO!



www.martyswatch.com



Carta modello - Gli occhiali del cuore
www.martyswatch.com

UNITÀ DELLE RELIGIONI

INTRODUZIONE

Affermare che l'Induismo, il Buddhismo, il Cristianesimo, l'Islam e altre religioni sono diverse, tradisce non solo una ristrettezza di mente, ma anche un equivoco sul senso della parola "Religione". Religione vuol dire "realizzazione" e, dal momento che il realizzarsi è la meta unica ed identica per tutti, indipendentemente da qualsiasi religione sia professata dagli uomini, che sono diversi, ne consegue che tutte le religioni sono fondamentalmente riconducibili all'unità. Per essere più precisi, c'è una sola Religione.

Sathy Sai

La società di oggi è caratterizzata da una veloce e diffusa mobilità a livello planetario. Milioni di persone si spostano da un luogo all'altro con le più diverse motivazioni, portando con sé tutti gli elementi della loro cultura di appartenenza. Nel bagaglio culturale che accompagna queste persone nei loro spostamenti, una parte rilevante e significativa è costituita dal fattore religioso, inteso sia come insieme di credenze, sia come complesso di valori e di pratiche condivise che rimandano ad una precisa appartenenza. Per molti gruppi e per molte persone, il fattore religioso rappresenta un elemento identitario fondamentale e una chiave di lettura per capire atteggiamenti e comportamenti, sia personali che sociali. La società multiculturale è dunque anche società multireligiosa.

In questo contesto, la scuola è il luogo preposto per eccellenza alla valorizzazione della cultura e delle culture, alla formazione del giudizio critico, alla costruzione di relazioni interpersonali basate sulla conoscenza, sul dialogo e sul reciproco rispetto.

OBIETTIVO EDUCATIVO

- Maturare modalità consapevoli di convivenza civile, di rispetto delle diversità religiose, di confronto responsabile e di dialogo nei confronti di qualsiasi scelta religiosa.
- Promuove il dialogo interreligioso per favorire l'integrazione e il benessere scolastico dei bambini che appartengono a differenti religioni.
- Riconoscere gli elementi che identificano le religioni come esperienza di rapporto con Dio che si esprime attraverso un complesso di credenze, atti rituali e comportamenti.

ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

STORIA

Sapienza rabbinica

Una volta, un rabbino istruiva i suoi discepoli. Nel corso dei suoi insegnamenti, domandò loro: "Quando comincia il giorno?" Uno tra loro rispose: "Quando si alza il sole ed i suoi dolci raggi abbracciano la terra e la rivestono d'oro. Allora, un nuovo giorno comincia." Ma il rabbino non fu soddisfatto da tale risposta. Così, un altro discepolo s'arrischiò ad aggiungere: "Quando gli uccelli cominciano a cantare in coro le loro lodi e la natura stessa riprende vita dopo il sonno della notte. Allora, un nuovo giorno comincia." Anche

questa risposta non accontentò il rabbino. Uno dopo l'altro, tutti i discepoli tentarono di rispondere. Ma nessuno riuscì a soddisfare il rabbino. Infine, i discepoli si arresero e con agitazione domandarono loro stessi: "Allora, dacci tu la risposta giusta! Quando comincia il giorno?"

Ed ecco il rabbino rispondere con estrema calma: "Quando vedete uno straniero nell'oscurità ed in lui riconoscete vostro fratello, in quel momento il giorno è nato! Se non riconoscete nello straniero vostro fratello o vostra sorella, il sole può essere sorto, gli uccelli possono cantare, la natura può ben riprendere vita, ma fa ancora notte e le tenebre sono nel tuo cuore!"



DOMANDE

1. Quali sono i personaggi del racconto?
2. Quale domanda fa il rabbino ai suoi discepoli?
3. Cosa risposero i discepoli?
4. Come rispose, a sua volta, il rabbino?
5. Secondo te, qual è il significato di avere le tenebre nel cuore?
6. Cosa possiamo fare per avere il cuore pieno di luce?

CITAZIONI

Guardiamo alle religioni come alle mille foglie di un albero, ci sembrano tutte differenti, ma tutte riconducono a uno stesso tronco.

Mahatma Gandhi

Cristiano, ebreo, musulmano, sciamano, zoroastriano, pietra, terra, montagna, fiume, ognuno ha un modo segreto e unico di relazionarsi con il mistero e non può essere giudicato.

Jalâl âl-Dîn Rûmî

Non considerate voi stessi Cristiani, Musulmani o Indù. Infatti, Dio è uno. Tutti i Musulmani sono uno, tutti gli Indù sono uno e tutti i Cristiani sono uno. E le genti di tutte le religioni sono uno. Chi coltiva Dio nel campo del proprio cuore è un vero Indù ed un vero Cristiano. Se colmate il vostro cuore d'amore, di qualsiasi religione voi siate, diventerete uno e potrete percepire l'unità.

Sathya Sai

Chiunque coltivi l'amore nel campo del suo cuore è un vero cristiano, un vero sikh, un vero indù, un vero musulmano. In verità, è un vero essere umano e un vero Maestro.

Sathya Sai

POESIA

Ibn Al -Arabi

Il mio cuore si è aperto a tutte le forme:
chiostro per il monaco,
tempio per gli idoli,
pascolo per le gazzelle,
Ka'ba dei fedeli,
tavole della Thora,
libri del Corano.
L'amore è il credo che sostengo
e in qualunque direzione avanzino le sue carovane,
l'Amore sarà sempre la mia religione e la mia fede.



ATTIVITÀ DI GRUPPO

Prima fase

Tecnica del brainstorming

1. Scrivere alla lavagna la parola “RELIGIONE” e raccogliere quante più parole, idee e pareri possibili per definire il concetto di RELIGIONE.
2. Nella poesia, quando il poeta parla di chiostro per il monaco, Ka'ba e libri del Corano, tavole della Thora, a quali religioni si riferisce? Cerchiamo insieme la risposta.

Seconda fase

Esprimere alcune metafore ed immagini sul pluralismo religioso.

Le religioni sono tante e diverse, sono come.... (i petali di un fiore, i colori dell'arcobaleno, i sentieri che portano alla cima della montagna...)

Terza fase

Costruire cartelloni che raccolgano i risultati dei lavori.

CANTO

Strade e pensieri per domani

<https://www.youtube.com/watch?v=tl8iB1EiBSs>

Sai da soli non si può fare nulla,
sai io aspetto solo te.
Noi, voi, tutti, vicini e lontani insieme si fa...
Sai ho voglia di sentire la tua storia:
dimmi quello che sarà.
Il corpo e le membra nell'unico amore insieme si fa...

Rit. Un arcobaleno di anime
che ieri sembrava distante.
Lui traccia percorsi

*impossibili:
strade e pensieri per domani!*

*Sai se guardo intorno a me, c'è da fare,
c'è chi tempo non ne ha più.
Se siamo solidi e solidali insieme si fa...
Sai oggi imparerò più di ieri,
stando anche insieme a te.
Donne e uomini, non solo gente, insieme
si fa...*

Rit. *Un arcobaleno di anime...*

*Sai c'è un'unica bandiera, in tutto il mondo
c'è una sola umanità.
Se dici "Pace - Libero tutti" insieme si fa...
Sai l'ha detto anche B.P*: «Lascia il mondo un po' migliore di così».
Noi respiriamo verde avventura e insieme si fa...*

Rit. *Un arcobaleno di anime...*

*Il fondatore dello scautismo, **Robert Baden-Powell**

Accordi

SOL SIm LAm DO RE

Sai da soli non si può fare nulla,

SOL SIm LAm

sai io aspetto solo te.

DO RE SIm Em DO RE

Noi, voi, tutti, vicini e lontani insieme si fa...

Sai ho voglia di sentire la tua storia: dimmi quello che sarà.

Il corpo e le membra nell'unico amore insieme si fa...

RIT SOL RE SOL

Un arcobaleno di anime

DO SOL RE7

che ieri sembrava distante.

SOL RE SOL

Lui traccia percorsi impossibili:

DO RE SOL

Strade e pensieri per domani!

CONCLUSIONE

Le religioni sono come petali dello stesso fiore e facce dello stesso diamante. Ci guidano verso una più profonda e più intima connessione alla vita. Esse si riferiscono tutte a un aumento del potere dell'amore puro e della compassione e puntano all'ideale della Natura Divina. Se tutte le religioni camminassero assieme, nello splendido compito di alimentare la vita morale e spirituale di tutte le genti, potrebbero contrassegnare la strada verso la pace nel mondo. Lo studio delle diverse fedi e religioni, è di fondamentale importanza per i bambini. Imparare a rispettare la saggezza insita in tutti i sacri insegnamenti, a riconoscere non solo i propri bisogni materiali, ma anche quelli spirituali, nonché a rispettare le regole di buona condotta, sono elementi essenziali della loro crescita.

PROPONIMENTI PRATICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

La mattina appena svegli e la sera prima di dormire mandiamo un pensiero di amore e di luce a tutti gli esseri della Terra, attraverso la preghiera: "Possano tutti gli esseri, ovunque si trovino, ottenere un oceano di felicità."

UNITÀ NELLA DIVERSITÀ

INTRODUZIONE

L'unità è quella qualità o condizione di ciò che è unico e indivisibile.

La diversità è quella qualità o condizione di ciò che è difforme, differente.

Contemplare l'unità nella diversità significa sentire la spinta interiore a contrastare la tendenza alla separazione e all'isolamento che generano difficoltà e conflitti, talvolta anche molto gravi. Unire nella diversità significa liberare noi stessi dalla prigionia e dall'attaccamento che ci limita ai nostri desideri personali, allargando il cerchio della nostra compassione fino ad abbracciare tutte le creature viventi. È difficile imparare a collaborare, competitività ed esclusivismo sono spesso forti, anche nei più piccoli. I bambini hanno bisogno che qualcuno insegni loro a "fare qualcosa insieme" e farlo in modo che tutti si sentano importanti. Si deve viaggiare su un doppio binario: ognuno deve imparare a scoprire ed apprezzare le doti degli altri e contemporaneamente scoprire ed apprezzare le proprie. Le persone sono sempre uniche e originali e proprio per questo la collaborazione arricchisce. Quando si parla di unità nella diversità, si deve intendere la salvaguardia delle differenze di chi ci sta accanto come dono per la crescita di ognuno.

OBIETTIVO EDUCATIVO

- Riflettere sul valore della diversità, che ci rende unici, e sul valore dell'uguaglianza che ci accomuna a tutti gli esseri umani per riconoscere la diversità come specificità e risorsa.
- Imparare a conoscere se stessi, conoscere ed accogliere l'altro; dall'io all'altro occorre passare al noi e dal noi nascerà la consapevolezza di essere tutti insieme cittadini del mondo.

ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

STORIA

Come un mazzo di fiori

La Quinta B è in subbuglio. La maestra proprio non riesce a conciliare le esigenze di tutti i suoi scolari. Sembra improvvisamente che nessuno sia più amico di nessuno.

"Per piacere maestra, non mi metta in gruppo con Cecilia."

"Uffa! Siamo insieme a Roberto ... ci fa perdere sempre!"

"Se mette Salvatore con me, io non potrò mai fare niente!"



È la stessa storia tutti gli anni. Quando si devono fare i gruppi di studio, di gioco, di discussione, succede la rivoluzione.

“Cecilia non sa disegnare e quando colora sporca tutto!”, strilla Giovanni, tutto rosso in volto.

“Ma sa recitare così bene le poesie ...”, suggerisce la maestra.

“Bella roba!”, bofonchia Giovanni poco convinto.

“Allora tutti fermi, seduti e zitti!”, intima la maestra, “Ora vi racconto la storia dei sette amici!”.

Lontano lontano, dietro le montagne, c’era un uovo piccolino tutto bianco e trasparente che, annoiandosi, decise di vedere il mondo.

Si mise in cammino, rotolando di qua e di là, quando incontrò un’anatra che anche lei voleva vedere il mondo. Così ripartirono insieme, l’uovo rotolando e l’anatra dondolando.

Camminarono per un po’, quando incontrarono un gallo che anche lui voleva vedere il mondo. Così ripartirono insieme, l’uovo rotolando, l’anatra dondolando e il gallo tutto impettito.

Procedevano allegramente, quando incontrarono un gambero che, volendo vedere il mondo, si unì ai tre amici camminando all’indietro.

Dopo un po’, incontrarono il ferro da maglia di Nonna Rosina che voleva vedere il mondo.

“Proprio come noi”, dissero i quattro amici, “Unisciti a noi”. E così anche il ferro da maglia, facendo capriole, pic sulla punta, pac sulla testa, si unì ai quattro amici.

Dopo un po’, anche un bue e un cavallo si unirono all’allegra combriccola per vedere il mondo, chiudendo il corteo.

Arrivò la notte e i sette amici trovarono riparo in una casetta apparentemente disabitata (in realtà apparteneva a tre lupi che erano andati a caccia). Così entrarono e ognuno si sistemò nell’angolo che più gli confaceva.

Si addormentarono subito per la gran stanchezza e ben presto nella casa regnò il silenzio più assoluto.

Ma i tre lupi erano ritornati e fiutavano nell’aria qualcosa di strano ... Il lupo più giovane, che non aveva paura di niente, coraggiosamente entrò nella casetta. Si diresse subito verso il caminetto per cercare i fiammiferi, dato che non ci vedeva per niente, ma il gallo e l’anatra cominciarono a strepitare, creando un pandemonio di schiamazzi e di micidiali beccate.

Terrorizzato da quel putiferio, il lupo cercò un tizzone nella cenere del focolare, ma l’uovo gli schizzò in faccia un bel po’ di cenere.

Accecato, il lupo si precipitò verso la bacinella per lavarsi, ma il gambero gli pizzicò energicamente il naso con le sue tenaglie. Il povero lupo afferrò l’asciugamani, ma il ferro da maglia gli punse le zampe.

Sempre più spaventato, il lupo arretrò verso il centro della stanza, ma il cavallo gli assestò un tale calcione da proiettarlo nel cortile, dove il bue lo fece rimbalzare a cornate.

A quel punto il lupo cominciò ad urlare: “Ci sono i mostri nella casa! Il caminetto strilla, la cenere salta negli occhi, l’acqua pizzica, l’asciugamani punge, il pavimento dà i calci e dei forconi buttano in aria! Fratelli, scappiamo!”

I lupi fuggirono nella foresta a gambe levate e la casa ripiombò nel silenzio e i nostri amici si riaddormentarono. Il giorno dopo, si rimisero in cammino. Chissà, forse un giorno li incontrerete sulla vostra strada.”

Come sempre, alla fine della storia, c’è un momento di silenzio.

“Ho capito!”, la vicina di Chiara sorprende un po’ tutti, “A essere diversi, ci guadagniamo, se ci aiutiamo.”

“Io disegno anche per Cecilia e Cecilia dirà le poesie per me!”, Giovanni aggiunge trionfante.

La maestra sorride e annuisce senza dire niente e Chiara riprende: “È come fare un mazzo di fiori, perché sia bello, ci vogliono fiori diversi e colori diversi ... ci vogliono le rose, i garofani, ma anche le violette timide timide ...” E sorride teneramente a Lino.

DOMANDE

1. Ti sei accorto che in questo racconto ci sono due storie? Quali sono le due storie?
2. I sette personaggi della seconda storia, uno rotolando, il secondo dondolando, il terzo facendo capriole ecc., erano proprio tutti ...
3. Perché gli alunni della prima storia non vanno d'accordo tra loro?
4. Perché la maestra racconta ai suoi alunni la storia dei sette personaggi diventati amici?
5. Hai un amico che è proprio diverso da te, ma stai bene con lui e insieme siete una forza unica? Rac conta.
6. Conosci il significato della parola complementarietà? Riesci a collegarla nella storia degli alunni?

CITAZIONI

L'amore non sta nell'altro, ma dentro noi stessi. Siamo noi che lo risvegliamo. Ma, perché questo accada, abbiamo bisogno dell'altro. L'universo ha senso solo quando abbiamo qualcuno con cui condividere le nostre emozioni.

Paulo Coelho

C’è una sola razza: la razza dell’umanità. C’è una sola religione: la religione dell’Amore. C’è un solo linguaggio: il linguaggio del cuore. C’è un solo Dio ed è onnipresente.

Sathyia Sai

Non giudicare sbagliato ciò che non comprendi, prendi l’occasione per comprendere.

Pablo Picasso

Differenze di abitudini e linguaggi non contano se i nostri intenti sono identici e i nostri cuori aperti.

J. K. Rowling

La vita è un viaggio dall’ “io” al “noi”, dal singolare al plurale, dall’individuo prigioniero all’individuo liberato, fino all’Uno che racchiude la molteplicità.

Sathyia Sai

CONCLUSIONE

Tutti siamo unici e abbiamo qualcosa di speciale da offrire agli altri e condividere con gli altri. La diversità e la molteplicità ci arricchisce. Il mondo intero è come un palazzo e i vari paesi sono le diverse stanze con varie nazionalità; nomi, forme, colori e linguaggi della gente possono essere diversi, ma l'umanità intera è una sola famiglia. La lezione da apprendere è quella che insegna ad aiutare gli altri, ad esaltare la predisposizione ad essere benevoli che è dentro ciascuno di noi e ad intravedere l'unità ovunque, nella natura e nella razza umana.

CANTO

Io più te fa noi

Zecchino d'oro 2008

<https://www.youtube.com/watch?v=dQ57o-vbQ-w>

Paletta, secchiello e due pinne blu, le onde che vanno su e giù.
Mi manca un amico che giochi con me e già son passate le tre.
Poi come un regalo arrivi tu. Ciao, chi sei?
Amico dal naso all'insù, vuoi giocare con me?
Mi prendi per mano e la noia sarà
immensa felicità!

Tu di dove sei?
Le parole che dici non so
ma vedo che mi stai sorridendo.

Tu di dove sei?
Dammi tempo e con te imparerò
la lingua più bella del mondo.

Gelato, macchinina, bici e focaccina
granita di limone, giochiamo col pallone,
gelato, macchinina, bici e focaccina
granita di limone, giochiamo col pallone.

Io più te fa noi
semplici parole,
leggere come il vento e calde come il sole.
Io più te fa noi.

Cantiamo una canzone,
dammi un cinque e poi ...
Mangiamo un bombolone!

Vacanza finita e per Bucarest, oggi riparto alle tre.

Amico italiano dal naso all'insù
perché non ci vieni anche tu?
Una grande conchiglia raccogli per me.
Sentirai ...
Dicendomi che dentro c'è
Tu sentirai ...
Il suono del mare che ricorderà



un'estate di felicità.

Io più te fa noi.

Che risate facciamo perché

con le parole stiamo giocando

Io più te fa noi.

Una lingua come un frappé

poco a poco stiamo inventando.

Io più te fa noi.

Semplici parole

leggere come il vento e calde come il sole.

Io più te fa noi.

Cantiamo una canzone,

invece bombolone ...

in rumeno sai non c'è!

Parla come noi,

un amico non parla lo sai

con la bocca ma con il cuore,

imparalo e vedrai

quanti amici così troverai

dal Polo fino all'Equatore.

Io più te fa noi,

semplici parole

leggere come il vento e calde come il sole.

Io più te fa noi, insieme canteremo

e un dolce bombolone ... felici mangeremo!

ATTIVITÀ DI GRUPPO

Lettere con il corpo

Occorre avere a disposizione uno spazio abbastanza grande come l'aula, dopo aver spostato i banchi verso le pareti, oppure un corridoio abbastanza largo, meglio ancora la palestra.

Si divide la classe in due squadre. Mentre la prima squadra è impegnata nell'esecuzione di una lettera dell'alfabeto, l'altra guarda e deve indovinare di che lettera si tratta.

L'obiettivo è creare una lettera dell'alfabeto con il corpo, a terra, assumendo stranissime posizioni.

Questa attività diverte i bambini per le strane e contorte posizioni da assumere per formare le lettere e rimanda al valore positivo dell'unità nella diversità, nell'unione di vari elementi per creare un'unica lettera.

L'intervista

Uno degli aspetti dell'unità nella diversità è accettare gli altri, valorizzando le differenze.

Proporre le seguenti domande, dando ampio spazio alla discussione in classe:

- Come sarebbe il mondo se tutti accettassero tutti?
- Riuscite a trovare una qualità per ciascuno di voi che vi rende unici?
- In quale modo la classe si arricchisce, se uniamo le nostre diversità?

PROPONIMENTI PRATICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Imparare e mettere in atto il Gioco del grazie.

Si può fare oralmente oppure per iscritto. Si dedica a questo gioco un giorno per settimana.

Consiste nell'essere attenti alle persone che, durante la giornata, ci fanno dei "doni" e i bambini sono invitati a trovare il modo per far sentire il loro grazie a queste persone, sentendosi nel contempo uniti ad esse amorevolmente.

