

Rifletti a voce con compagne e compagni.

L'empatia è il cuore dell'intelligenza emotiva. Significa sentire gli altri e comprenderli in modo profondo, cioè riconoscere i loro sentimenti e sintonizzarsi con loro. Questo è possibile grazie ai neuroni specchio presenti nel cervello e che ci danno la capacità di "metterci nei panni degli altri". L'empatia ci permette, dunque, di sentire ciò che altre persone stanno provando e di entrare in sintonia con i loro stati d'animo, cogliendone sfumature, bisogni e sentimenti anche senza le parole. Non si tratta di un atto razionale, di comprensione. Si tratta di sentire lo stesso sentire dell'altro. Empatia significa però anche rispettare le diversità, comprendere i diversi punti di vista delle persone con cui si entra in contatto, per cogliere il valore delle differenze.

- Cosa significa empatia?
- Hai mai provato a metterti nei panni di un altro durante un litigio?
- Come si rispettano le diversità di opinioni?
- Secondo te, l'empatia è legata al cuore o all'intelligenza?

Commenta in classe con compagne e compagni questa affermazione.

Se vogliamo costruire
la pace nel mondo,
costruiamola in primo luogo
dentro ciascuno di noi.

Dalai Lama

APPROFONDIMENTO

Con l'aiuto dell'insegnante,
cerca su Internet informazioni
sul Dalai Lama

Leggi, rifletti e rispondi in classe con compagne e compagni.

- Nella liturgia cattolica, «scambiatevi un segno di pace» è la formula con la quale il sacerdote invita i fedeli, prima della comunione, a scambiarsi una stretta di mano o un abbraccio.
Al termine della celebrazione della messa cattolica, il sacerdote saluta i fedeli con questa frase: «Andate in pace».
«Pace e bene» o «Che la pace sia con voi» un tempo erano formule di saluto usate da tutti. Erano un bell’augurio, vero? Oggi si usano soltanto nei contesti religiosi.
Il gesto della pace di solito è una stretta di mano, ma ci possono essere altri modi per esprimere la pace con il corpo, con il viso, con la gestualità... Quali sono, secondo voi?
- Gandhi disse: «Il giorno in cui il potere dell’amore supererà l’amore per il potere, il mondo conoscerà la pace». Che cosa significa?
- Non esiste una via per la pace, la pace è la via.
Che cosa significa? Sembra un gioco di parole, ma non lo è, anzi questa frase racchiude un insegnamento importante... Quale?

APPROFONDIMENTO

Nato il 2 ottobre 1869 nell’India coloniale che da secoli risiedeva sotto il controllo britannico, Mohandas Karamchand Gandhi era un rispettabile membro della casta dei Vaisya, il gruppo sociale formato da dirigenti, banchieri e mercanti.

Divenuto avvocato dopo proficui studi a Londra, Gandhi si appassionò alla politica e divenne un membro di spicco nei movimenti per ottenere l’indipendenza del suo paese dall’Impero coloniale inglese. Nel corso della sua attività, ottenne un immenso prestigio (non solo in India) per l’elaborazione della satyagraha, la «resistenza passiva», una tattica di disobbedienza non-violenta adottata da milioni di indiani per opporsi al dominio britannico senza alcun ricorso all’uso delle armi.

Gandhi si guadagnò così il titolo onorifico di Mahatma, «grande anima».

<https://www.focusjunior.it/scuola/storia/chi-e-stato-il-mahatma-gandhi/>

PACE

Rifletti sulle spiegazioni e l'uso della parola pace, poi pensa e scrivi un'altra frase di esempio sui puntini.

- Condizione di tranquillità materiale, di riposo, di quiete.

La mamma si gode un'ora di pace.

.....

- Non molestare, non disturbare.

Lasciami in pace!

.....

- In solitudine, a proprio agio, senza essere disturbato.

Starsene a leggere in pace.

.....

- A proposito di chi, potendo stare tranquillo, va in cerca di brighe, di noie.

Potrebbe starsene in pace, invece di occuparsi di loro.

.....

- Non dare pace, disturbare, infastidire continuamente, non concedere tregua, anche con riferimento a mali fisici.

I creditori non gli davano pace.

.....

L'acrostico è un componimento poetico in cui le lettere iniziali dei versi lette dall'alto in basso formano una parola o una frase. Usa la parola pace per formare un acrostico, come nell'esempio.

POSSIAMO

AMARCI,

COMPRENDERCI,

ESSERE AMICI.

P.....

A.....

C.....

E.....