

sussidi didattici

Vittorio Merlini

# Esploratori di Pace

Itinerari educativi



Centro **Gandhi** Edizioni



sussidi didattici

Vittorio Merlini

# Esploratori di Pace

Itinerari educativi



Centro **Gandhi** Edizioni

# Quaderni **Satyāgraha** *perseverare nella verità*



## **Direzione, redazione e casa editrice**

Centro Gandhi - via santa Cecilia, 30 - 56127 Pisa - tel. 050.542573  
centro@gandhiedizioni.com | www.gandhiedizioni.com

**Direttore** Rocco ALTIERI

**Vicedirettore responsabile ai sensi della legge sulla stampa** Angelo GACCIONE

**Redazione** Marinetta CANNITO, Erika DEGORTES, Aristide DONADIO, Ermete FERRARO, Gloria GERMANI, Rosario GRECO, Antonio LOMBARDI, Adriano MARIANI, Marco PIERONI, Francesco PISTOLATO, Claudio POZZI, Itala RICALDONE, Mariella RATTI, Raffaello SAFFIOTI, Enzo SANFILIPPO, Maria Erminia SATTA, Tommaso VACCARI

**Editing e grafica** Andrea ROSELLINI

## **Abbonamento annuo** (due numeri)

€ 30,00 da versare su c/c postale n° 19254531 intestato a

*Centro Gandhi associazione per la nonviolenza*

Codice IBAN: IT67 Z076 0114 0000 0001 9254 531

Codice fiscale: 93047610501 | Partita IVA 01879330502

ISBN 978 88 7500 049 2 | ISSN 1720-402X

# Indice

Presentazione	
<i>Rocco Altieri</i>	7
Prefazione	
<i>Rossana Poggioli</i>	9
Introduzione	
<i>Vittorio Merlini</i>	11
<b>PERCORSI DIDATTICI</b>	
L'ABC del conflitto.	
Come riconoscere e gestire i piccoli conflitti quotidiani	19
Mostra Inter-Azioni di Pace.	
Percorso per la trasformazione dei conflitti	63
Il lupo dentro di noi	
Fare pace con se stessi	75
Guerre dimenticate e pace da costruire.	
La gestione dei macroconflitti	79
Streghe, roghi e inquisizione	113
Senz'armi dal feroce Saladino.	
Il dialogo ai tempi delle crociate	141
Nord-Sud: guardare il mondo a testa in giù...	171
Le vie del cibo.	
Conoscere il mondo senza uscire di casa	181
La diversità come ricchezza	199

## **LABORATORI DI PACE**

L'orto del Governatore	205
Gite scolastiche particolari	208
Peer educator	211
Il mandala dell'acqua	213
Pane e formaggio: un bel groviglio	217
Giochi di pace in piazza	223
Abbondanza e sobrietà: quale la via?	226
Ringraziamenti	229
Vittorio Merlini si presenta	230

*A mia madre*





# Presentazione

Rocco Altieri

Dopo aver pubblicato nel n° 38 dei **Quaderni Satyāgraha** il racconto dei principi e delle pratiche di educazione alla pace, svolta da “Rocca di Pace” negli ultimi 20 anni nei paesi dell’Appennino modenese intorno al Comune di Sestola, segue ora un secondo quaderno, che si rivolge in modo specifico agli educatori, con la proposta di un’ampia gamma di moduli didattici, scelti tra i numerosi realizzati nelle scuole e che oggi possono funzionare come guida e ispirazione per altri laboratori, riproducibili anche in altri contesti.

Il filo conduttore delle varie proposte è il tema del conflitto, rappresentato secondo la geometria del triangolo di Galtung, da cui l’autore Vittorio Merlini ha tratto la sua principale ispirazione.

Nella progressione dei vari interventi si affina la comprensione di cosa sia un conflitto e come sia possibile gestirlo e trasformarlo in modo non-violento, ponendosi in ascolto dell’altro, dominando le proprie emozioni e riconoscendo i bisogni di tutte le parti. Troviamo, così, inverati nella pratica educativa di “Rocca di Pace” tutte le problematiche legate al necessario sviluppo dell’empatia e della comunicazione nonviolenta in ambito scolastico.

L’autore Vittorio Merlini è un agronomo della comunità rurale della Guadrara e non è un caso che coincidano in lui l’arte dell’educare e l’arte del coltivare, confluendo secondo l’identica radice etimologica nella parola “cultura”: coltivare il campo e coltivare la mente.

C’è bisogno di moltiplicare gli operatori comunitari come Vittorio che fuori dalle gabbie riescano a introdurre elementi di profondo rinnovamento della didattica istituzionale.



# Prefazione

Rossana Poggioli

Le mie parole vogliono essere un invito a conoscere, attraverso la lettura di questa raccolta, quale opportunità unica ha avuto la scuola del territorio appenninico e della provincia modenese.

Sono stata tra i privilegiati.

Ho avuto il grande onore di conoscere operatori competenti e appassionati.

Ho sperimentato percorsi nuovi per me, efficaci e coinvolgenti.

Ho visto ragazzi riconoscersi e sciogliere nodi.

Rimangono indelebili i ricordi delle parole nelle ricerche poetiche, i giochi che rendevano plastiche e assordanti le ingiustizie del mondo, la scoperta della grande economia in una barretta di cioccolato, grandi piccoli conflitti tra i nostri banchi, il significato della parola Pace...

Siamo stati accompagnati nella conoscenza di noi, degli altri, di noi con gli altri, di noi contro gli altri, per poi scoprire la forza di noi insieme.

A scuola succede che non sia sempre facile, che non sia tutto bello nello spazio della classe, che non siano sempre sorridenti gli occhi dei bambini e che non siano tutti attivi gli sguardi dei ragazzi.

E allora spesso si diceva “C’è Rocca di Pace”, “Ci sono i progetti di Rocca di Pace”, quasi ad aggrapparsi a una soluzione salda e buona.

Ed era proprio così.

L’indagine pacata e rispettosa delle dinamiche, delle frizioni, delle sofferenze ci ha accompagnato a riconoscerne valore e forza, a svelare la realtà, a identificare problemi e soluzioni. Il coinvolgimento è totale, ogni tipologia di linguaggio è utilizzata, lo spazio smontato e dall’aula si possono investigare

immensi mondi in noi e fuori da noi. Le metafore del conflitto che rendono visibile il malessere, che danno una dimensione al tormento permettono di affrontare insieme il lupo, di conoscere l'iceberg non detto.

Quello che succede in classe rimane in noi per tutta la vita, può essere indelebile nello spazio emozionale di ciascuno, in classe abbiamo la ricchezza del gruppo, del punto di vista multiplo, delle parole, dei segni.

Abbiamo imparato a tenere traccia, a non perdere occasioni, ad essere esploratori di pace, a non dimenticare la valenza del gioco, del teatro, del mimo, del disegno, dello scarabocchio, del colore, della rima, dell'acqua, del cibo... a non dare nulla per scontato.

Un'esperienza preziosa per chi fa scuola.

Rossana Poggioli  
*Dirigente Scolastico*

# Introduzione

*Chi ascolta dimentica,  
chi vede ricorda,  
chi fa impara.*

Proverbio giapponese

In questo libro non troverete nessuna teoria ma solo proposte pratiche ampiamente sperimentate. Cerco di raccontare, passo dopo passo, come conducevo le attività in classe o nei gruppi.

Per chi è curioso di conoscere le motivazioni, il metodo e il mio percorso formativo e di crescita interiore come educatore rimando all'articolo *Quarant'anni di ricerca e azione nel campo dell'educazione alla pace*<sup>1</sup>. Il mio stile si può riassumere in due parole: olistico e maieutico.

Olistico nel senso di mettere in gioco tutti i molteplici aspetti della personalità umana: corpo, mente, emozioni, sensazioni, bisogni, anima e spirito. Maieutico nel rinunciare a dare spiegazioni ma stimolare le risposte che affiorano dentro ognuno.

Le attività descritte le ho attinte da libri, frequentando corsi di formazione, poi modificate e adattate alle diverse situazioni, o semplicemente create per l'occasione.

Ho lavorato soprattutto in provincia di Modena, principalmente in montagna, dove risiedo.

Spesso da solo, ma volentieri con stupendi colleghe e colleghi, inizialmente con il Gruppo Sottosopra<sup>2</sup> e successivamente con Rocca di Pace<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> V. Merlini, a cura di, *Rocca di Pace. Costruire Pace in se stessi, in comunità e nel mondo*, Pisa, Centro Gandhi Edizioni, 2020, p.43.

<sup>2</sup> Iniziativa all'interno dell'Associazione *Overseas* di Spilamberto (MO), ONG che si occupa di promozione dello sviluppo globale di comunità in Paesi extraeuropei.

<sup>3</sup> V. Merlini, *cit.* Rocca di Pace è un'associazione che ha riunito comuni, scuole, organizzazioni e comuni cittadini per promuovere la cultura della pace sull'Appennino modenese.

Il libro si compone di due parti:

**Percorsi didattici:** sono percorsi strutturati, generalmente di sei ore, presentati prevalentemente in ambito scolastico. Questi sono descritti dettagliatamente.

**Laboratori di pace:** si tratta di attività educative più brevi, a volte create per eventi specifici, utilizzate anche solo una volta, in ambito scolastico e non, per studenti o adulti, al chiuso o in piazza. Sono descritti in modo sintetico.

Ho riportato solo gli itinerari più recenti, per me più vivi. Tante attività, più datate e in parte dimenticate, sono rimaste nell'archivio.

## Le agende

Per progettare i percorsi ho utilizzato diversi strumenti.

Quando partecipavo all'attività del Gruppo Sottosopra utilizzavamo una specifica tabella. Nella prima pagina mettevamo titolo, destinatari, motivazioni, descrizione del percorso e obiettivi. Questi ultimi erano suddivisi in sapere, saper fare e saper essere. Nella seconda pagina si riportava l'agenda dettagliata con specificato, per ogni incontro: obiettivi, contenuti, attività, materiali, tempi e spazi.

Col tempo e l'esperienza ho semplificato il modo di preparare un'agenda. Prima mettevo a fuoco i contenuti e poi costruivo la parte pratica, sempre interattiva.

Nel creare un'agenda ho cercato di alternare diverse tipologie di attività: a una più tranquilla e riflessiva ne facevo seguire una più fisica e dinamica, mescolando tecniche diverse. In questo modo c'era sempre la curiosità di scoprire cosa c'era di nuovo e l'attenzione restava alta.

Ho cercato di costruire agende precise calcolando bene i tempi. A scuola c'è sempre una campanella che suona prima e dopo! E se arriva l'intervallo non puoi assolutamente sfiorare! È un diritto sindacale!

Ho cercato comunque di essere flessibile: se si apriva una discussione interessante non conveniva interromperla per rispettare il programma prestabilito. Oppure, se l'attenzione calava e restavano dei tempi morti ho sempre cercato di avere delle piccole attività o giochi di riserva.

Qualche volta ho modificato l'agenda durante il percorso inventando nuovi strumenti per rispondere a una situazione particolare. Ecco un esempio.

## **La lampadina**

In una scuola primaria alcuni semplici giochi cooperativi si svolgevano con difficoltà a causa di un bimbo particolarmente agitato, bisognoso di essere sempre al centro dell'attenzione. Per la volta dopo preparai un gioco particolare. Diedi a ogni alunno un pezzo di filo elettrico spellato alle estremità. Chiamai il bimbo che faceva fatica a collaborare e gli chiesi di aiutarmi. Doveva collegare una pila da 4,5 volt a due fili e, all'estremità opposta del cerchio, posizionare una lampadina. Se il cerchio dei fili era ben collegato si sarebbe dovuta accendere la lampadina. La classe era molto attenta e ansiosa di vedere il risultato. Il bimbo si impegnò per verificare che tutti i collegamenti fossero corretti e alla fine si accese la lampadina, con grande soddisfazione di tutti!

Ho cercato di fare attività di due ore consecutive senza interruzioni, come il cambio d'ora o l'intervallo, perché in tal caso si spezza la magia del lavoro e si rende più faticosa la ripresa del tema e la concentrazione. Due ore scolastiche, spesso di 50 minuti, compresi gli spostamenti e la sistemazione, si possono reggere bene.

Di norma gli incontri erano tre e cercavamo di organizzarli con cadenza settimanale. Era il giusto ritmo che permetteva una pausa di riflessione (in classe o autonoma) senza disperdersi in un periodo troppo lungo.

## **La conduzione**

Ho sempre pensato che per una conduzione ideale occorresse essere in tre: uno è centrato sulla classe e sull'attività, uno fa da regista calcolando i tempi ed eventualmente modificando l'agenda, il terzo prende nota, registra, filma quello che emerge.

Trovandomi a lavorare spesso da solo ho cercato di fare del mio meglio. Per un periodo ho registrato i momenti di condivisione e di dibattito per poi

restituire il tutto all'insegnante. Un lavoro faticoso che poi ho interrotto limitandomi a una sintesi.

Ho anche cercato di limitare al massimo, per poi rinunciare, l'uso di lucidi, diapositive e *slides*: hanno un potente effetto soporifero, come le lezioni frontali.

Ho utilizzato molto i cartelloni da costruire insieme mentre si sviluppava l'attività. È una buona sintesi, spesso con schemi e disegni, che resta poi alla classe come traccia per riflessioni autonome con l'insegnante.

A volte, per stanchezza, per la presenza di un giovane supplente o per l'assenza dell'insegnante la classe tendeva a distrarsi. In questo caso mi fermavo e restavo in silenzio. Poco alla volta l'attenzione ritornava e prima di ricominciare verificavo la disponibilità a prendersi la responsabilità dell'apprendere.

Cerco di mettere molta attenzione a spiegare le regole di un gioco o di un'attività. Se lo faccio in fretta si può creare confusione nella fase esecutiva e si perde tempo. Mi soffermo a chiedere: "Avete capito bene cosa dobbiamo fare? Lo devo ripetere? Avete domande?"

Chiedere di parlare facendo il giro è un metodo per coinvolgere tutti che ha vantaggi e svantaggi. Da una parte tutti hanno l'opportunità di parlare, e non i soliti dalla parola facile, dall'altra si tratta comunque di una forzatura rispetto ai più timidi e riservati.

Se in classe succede qualcosa di particolare, fuori programma, mi fermo e cerco di coinvolgere la classe nel gestire la situazione. Faccio un esempio.

## **Sono un mostro!**

Una volta, in una quinta di una scuola primaria, una bimba, che appariva un po' ai margini nel gruppo classe, scoppiò a piangere dicendo: "Io sono un mostro!" L'insegnante cercava di consolarla dicendo: "Non ti preoccupare, il prossimo anno cambierai scuola e vedrai che ti troverai bene". Cercai di far parlare la bimba ma era bloccata. Allora chiesi alla classe: "Secondo voi come si sente la vostra compagna? Che emozioni prova?" I rimandi dei compagni aiutarono la compagna a calmarsi e a raccontare. Quand'era in prima un divario con le compagne per una questione di biro mosse la reazione protettiva della mamma, maestra nella stessa scuola. Il risultato fu che le compagne



la emarginarono. La bimba visse cinque anni da incubo, con tanti sensi di colpa. Il sentirsi, per la prima volta, vista, compresa e accolta le ha permesso di essere più serena.

## **Gli insegnanti**

All'insegnante chiedevo di svolgere il ruolo di osservatore neutrale di quello che accadeva in classe. A volte l'insegnante abbandonava l'attività per andare fuori a sbrigare "pratiche urgenti". Poteva essere per la classe un segnale di poco interesse per l'argomento e poi l'impossibilità di riprendere in classe il tema. In questo caso mi limitavo a ricordare all'insegnante che la responsabilità della classe restava sempre sua.

In altri casi l'insegnante si sentiva in dovere d'intervenire in momenti non opportuni per correggere, o precisare. A volte interveniva a sproposito senza aver capito l'argomento che si stava trattando. Non potevo correggere l'insegnante di fronte alla sua classe. Ricordo una volta in cui stavamo lavorando sulla differenza tra giudicare e osservare. L'insegnante intervenne con giudizi su un alunno. Mi sono rivolto alla classe chiedendo: "Secondo voi quello che ha detto il professore è un'osservazione o un giudizio?" La classe rispose con precisione.

In altri casi, per percorsi di più puntate, l'insegnante poteva essere ogni volta diverso. In tal modo nessuno aveva la visione completa del percorso e quindi si era nell'impossibilità di lavorarci successivamente. Un'occasione sprecata.

## **Il bagaglio**

Per la mia attività di educatore e animatore di gruppi di adolescenti mi son fatto un elenco di attività e giochi suddivisi per tipologia, obiettivi, modalità che sperimentavo per verificarne l'efficacia.

Alla fine mi ero costruito un elenco di oltre duecento strumenti. Una specie di pozzo a cui attingere a seconda dei bisogni. Alcuni di questi vengono descritti nel paragrafo Stare bene in classe.

## **Il libro mancante**

Durante le attività sono emerse cose molto interessanti, a volte inaspettate, argute, non scontate. Ricordo di una classe in una scuola primaria di Modena: si accese una discussione così approfondita sul tema della diversità da rimanerne stupito al punto da chiedermi: “Sono alla primaria o all’Università?”

Da una domanda possono scaturire venti risposte. E ancora altre domande.

Veramente il materiale emerso è stato tanto e meriterebbe più di un libro, anche se molte cose rimangono nascoste dentro le persone e magari affiorano dopo anni. L'educatore affida semi al vento e solo poche volte ne vede i frutti.

## **Gli autori**

È solo un'approssimazione indicare in copertina un solo autore. In realtà questo libro ha visto la partecipazione attiva di centinaia di studenti, decine di insegnanti, insieme a genitori, volontari e colleghi. Ogni volta il percorso era arricchito da idee geniali, suggerimenti, dubbi e perplessità. Per non parlare di tutte le persone che hanno contribuito alla mia formazione.

Sarebbe più corretto parlare di curatore, nel senso di chi, con amore e gratitudine, si prende cura di una piccola pianta.

## **Portare pace**

Mi sono molto divertito a preparare i percorsi ma ancor di più a interagire con le classi e i gruppi. Ogni volta una sfida. Portare provocazioni e stimoli in contesti spesso nuovi, con persone che non conosci e che incontri per poche ore non è stato sempre facile. Ma sentivo che quello che facevo era il mio modo per portare un po' di pace nel mondo.

# **Percorsi didattici**



# L'ABC del conflitto

## Come riconoscere e gestire i piccoli conflitti quotidiani

### Premessa

La prima versione del percorso è stata ideata nel 2003 con gli amici del Gruppo Sottosopra dell'associazione *Overseas* di Spilamberto (MO). Poi ha subito numerose varianti e aggiornamenti. Questo è il percorso che mi è stato più richiesto per il bisogno di insegnanti e classi di migliorare la gestione dei conflitti in classe e di conseguenza il clima relazionale. Non saprei dire quante decine di classi ho incontrato, soprattutto della scuola primaria e delle medie.

Lo schema di riferimento è sempre stato il triangolo del conflitto di J. Galtung<sup>1</sup>. Questo materiale l'ho utilizzato anche per incontri formativi per adulti (insegnanti, genitori, volontari).



<sup>1</sup> J. Galtung, *Pace con mezzi pacifici*, Milano, Esperia, 2000. Galtung è considerato il più autorevole ricercatore delle scienze per la pace. Il testo contiene un capitolo sulla teoria del conflitto.

## Scheda di presentazione del percorso

### Durata:

- tre incontri di due ore.

### Utenti:

- scuola primaria, secondaria di primo e secondo grado.

### Sintesi:

- proporre agli studenti nuovi strumenti per vivere con più serenità e competenza i conflitti nelle relazioni interpersonali;
- capire com'è strutturato un conflitto per trasformarlo in modo empatico e creativo;
- cogliere il conflitto come risorsa.

### Obiettivi:

- fornire agli studenti alcune competenze di base per saper vivere il conflitto;
- *sapere*: conoscere la struttura del conflitto e la sua trasformazione, il processo di risoluzione dei problemi, l'arte del dialogo, i meccanismi della violenza, il significato di negoziato e di mediazione;
- *saper fare*: ascoltare se stessi, ascoltare gli altri, emettere un messaggio efficace, ricercare i bisogni profondi;
- *saper essere*: esplorare i propri sentimenti, saperli riconoscere e accettarli; sapersi mettere in comunicazione con i sentimenti dell'altro; sapere essere creativi.

### Contenuti:

- raccolta della percezione del conflitto nella dimensione quotidiana della vita;
- modalità di gestione del conflitto e presentazione di alcuni strumenti per una sua trasformazione;
- centralità del dialogo e dell'ascolto;
- riconoscere e accogliere i sentimenti;

- la rabbia come energia positiva;
- sperimentare l'ascolto empatico;
- emettere messaggi non offensivi e cercare soluzioni creative di un conflitto.

### **Modalità operative:**

attività interattive con giochi di simulazione, laboratori teatrali, animazione, narrazione, meditazione e momenti di rielaborazione e condivisione delle sensazioni e degli stimoli raccolti.

### **Documentazione:**

vengono rilasciati agli insegnanti una sintesi del lavoro realizzato e materiale di approfondimento.

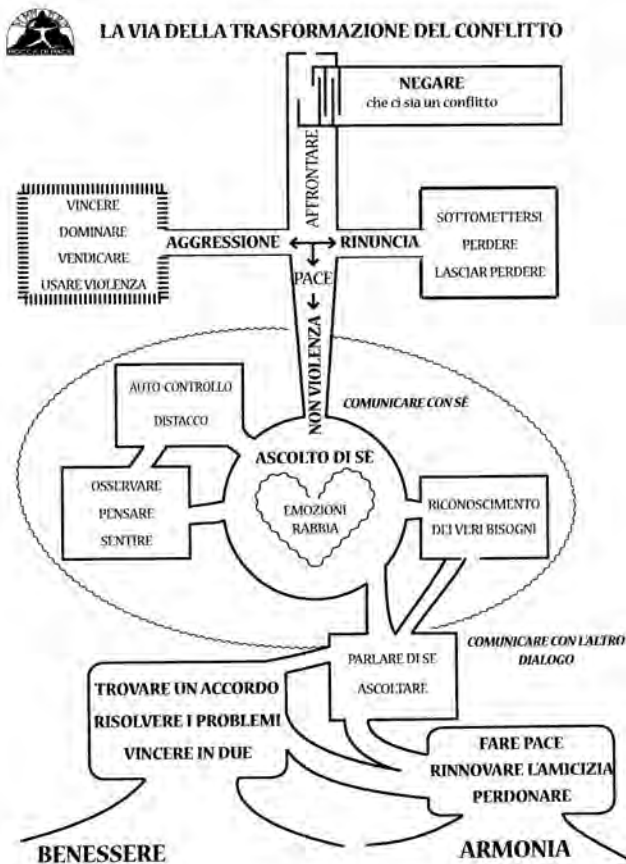
## **Agenda delle attività con domande e stimoli**

### **Premessa**

Riordinando il materiale di questo percorso ho scoperto che, attorno al nucleo centrale, avevo sviluppato una serie di attività per adattare il tema alla classe. In altre parole c'è stata una grande flessibilità nel preparare l'agenda, che dipendeva da molti fattori: il tempo a disposizione, l'età degli alunni, le richieste particolari degli insegnanti e quello che nasceva in classe. A volte la richiesta riguardava un particolare aspetto del tema, per cui sono nati percorsi come: l'angolo della rabbia, l'angolo dell'ascolto, stare bene in classe e altri. Percorsi che ho realizzato anche insieme a diversi collaboratori. Alla fine ho contato un centinaio di attività utilizzate, imparate nei corsi di formazione, lette nei libri o semplicemente inventate. Accanto agli esercizi specifici legati all'argomento conflitto mi sono trovato a utilizzare giochi finalizzati a obiettivi più generali: fiducia, cooperazione, armonia, attenzione, divertimento, corporeità, ecc. Di solito cercavo di alternare un esercizio più tranquillo, meditativo e mentale con uno più dinamico, corporeo, teatrale. Questi ultimi avevano il vantaggio di scaricare le tensioni e di ridare energia

e vitalità al gruppo. Impossibile in questo capitolo descrivere tutto questo. Nell'allegato Stare bene in classe ho riportato una sintesi di questi esercizi integrativi.

Per un lungo periodo ho proposto una serie di attività che ruotavano attorno allo schema dell'iceberg, dove si lavorava sulle competenze che potevano essere di aiuto. Una sorta di negozio con tanti scaffali dove prendere quello che ci serviva: Il supermercato del conflitto. Tutto questo fino a quando, in una scuola media, è uscita l'idea di legare tutto il percorso in un filo logico che abbiamo chiamato labirinto.





Questo schema è stato sperimentato in una scuola superiore e in un convegno di Rocca di Pace. Da quest'idea è nata la Mostra interattiva per la trasformazione dei conflitti, nelle sue versioni in furgone e in valigia, e la Scuola di Pace<sup>2</sup>. La cosa interessante è che alcuni oggetti della mostra in valigia li ho poi utilizzati, separatamente, nei successivi percorsi didattici. Con la differenza che la mostra veniva visitata in due ore mentre il percorso era di norma di sei ore. Introdurre nelle attività degli oggetti originali e colorati suscitava sempre interesse e curiosità. La partecipazione era assicurata (cfr. La mostra in valigia).

Comunque l'agenda, anche se personalizzata, non l'ho mai considerata qualcosa di rigido. Se nella classe emergeva un piccolo conflitto, un disagio, una tensione, mi fermavo e lavoravo su quello che si manifestava. Di seguito non riporto un'agenda precisa ma lo schema del percorso nelle sue diverse tappe con le possibili attività, prima elencate e poi descritte.

## Introduzione allo stile degli incontri

### Il cerchio

Come vi sentite a stare nel cerchio? Vi sentite a vostro agio o a disagio? Cosa significa per voi il cerchio?

Guardate ad esempio i nativi americani: hanno le tende fatte a cono e l'accampamento è circolare. Il cerchio rappresenta l'unità del popolo. Se ci sono problemi interni o esterni il cerchio si spezza, il popolo non è più unito ed è più debole. La classe è come una piccola tribù: se è unita vive bene e impara meglio. Percepите in questo momento l'unità della classe o cogliete delle divisioni?

### Cosa succede ora?

Cosa vi aspettate che succeda ora?

Sapete cosa accade qui, adesso? Forse non lo sa nessuno perché dipende da noi, se avremo voglia di esplorare e creare qualcosa di nuovo.

Lo stile è quello dell'esplorazione scientifica: con curiosità e ascolto, senza giudicare ma semplicemente osservando.

Possiamo imparare cose nuove, non per la scuola ma per la vita.

<sup>2</sup> V. Merlini, *cit.*, p. 121 e p. 129.

## Come lavoriamo?

Lo stile è olistico: non solo la mente, ma emozioni, corpo, anima.

In ascolto di noi stessi, di quello che succede dentro e fuori di noi.

Siamo invitati ad essere attivi ma senza forzature.

Non c'è niente di obbligatorio: se mi sento a disagio provo a sentire quello che risuona in me senza giudicare.

È necessaria la presenza: distrarsi è facile, così “esco” (non sono più qui) e si rompe il cerchio.

## Patto formativo

Ci possiamo prendere la responsabilità dell'apprendere?

Siamo disponibili a metterci in gioco?

Siete pronti per cominciare la nostra avventura?

## Introduzione al tema

In questi incontri lavoreremo sui piccoli conflitti, su litigi che tutti conosciamo e che possono farci stare male. Soprattutto quando litighiamo con persone che amiamo: un'amica, la mamma, la nonna.

Quando riusciamo a fare pace siamo più contenti. Possiamo avere più pace nel mondo se ci sarà pace nei nostri paesi, nelle nostre famiglie e dentro di noi. La pace è un'arte che si può imparare.

## Elenco delle attività

Primo incontro: esplorare il conflitto

Percorso classico

Elencare esperienze di conflitto.

Mettere in scena il conflitto.

Analizzare il conflitto.

L'iceberg.

Con gli strumenti della prima stanza della mostra in valigia (la violenza)

La prima porta: affrontare o evitare?

Tirare la corda.

Battere il cuscino.  
Calpestare le faccine.  
Sottomissione.

#### Altre attività

Sottomissione 2 (cfr: Il lupo dentro di noi).  
Proviamo a immaginare una storia diversa.

#### Secondo incontro: ascolto interiore (emozioni e bisogni)

Il corridoio del silenzio (mostra).  
La catena della violenza (mostra, domino).

#### Emozioni

Mimare le emozioni.  
Gli alberi delle emozioni.  
Le carte delle emozioni.  
Le farfalle delle emozioni (mostra).  
Cercare le emozioni nei piccoli conflitti.  
Emozioni in movimento.

#### Rabbia

Gli animali dell'arca di Noè.  
Il riccio.  
Schieramenti: prospettive diverse (cfr. Il lupo dentro di noi).  
La catena della rabbia.  
La rabbia nel corpo.  
Il vulcano della rabbia.  
*Time out.*  
Le regole della rabbia.  
I consigli di Salomone.  
La storia di Truong.  
I biscotti.  
Il messaggio del lago.  
La casa che brucia.

## Bisogni

- Pescare i bisogni (mostra).
- I bisogni del bambino.
- Cercare i bisogni in piccoli conflitti.
- Emozioni e bisogni.

## Osservare

- Lo sgabello dell'osservatore (mostra).
- Osservare o giudicare?
- Il mostro e i cinque saggi.
- È un 6 o un 9? (cfr. Senza armi dal feroce Saladino).
- Distinguere la persona dal comportamento.
- La storia di Cappuccetto Rosso vista dalla parte del lupo.

## Terzo incontro: l'arte del dialogo e del negoziato

### Ascolto

- La porta verso l'altro (mostra).
- Semi di verità (mostra).
- Simulazione di non ascolto.
- Cos'è ascolto?
- Ascolto a coppie.
- Simulazione di ascolto.
- Doppio cerchio di ascolto.
- Ascolto empatico.

### Comunicazione nonviolenta

- La finestra del dialogo (mostra).
- Esercizio di comunicazione nonviolenta.
- Il messaggio di Noè.
- Noci di cocco.

### Negoziato e soluzioni

- Un indovinello (cfr. Guerre dimenticate).
- Il gioco delle corde.

I nove punti (cfr. Streghe, roghi e Inquisizione).

La villa nascosta.

Un'arancia in due.

Cercare più soluzioni (cfr Guerre dimenticate).

Il messaggio di Kirikù.

Puzzle (mostra).

## Mediazione

Simulazione di mediazione.

## La pace interiore

L'ultima porta (mostra).

La pace interiore (mostra).

## Altri strumenti

Elaborazione di un'idea creativa per la campagna di prevenzione degli omicidi domestici.

Il supermercato del conflitto.

## Descrizione delle attività

### Elencare esperienze di conflitto

“Appendiamo un cartellone e proviamo a elencare tutti i piccoli conflitti che conosciamo, dove siamo stati protagonisti o diretti osservatori. Non quelli che abbiamo visto nei film o in tv. Per piccoli intendiamo quelli tra due o più persone. Non necessariamente un fatto di sangue, ma una cosa semplice, un momento di tensione, un'incomprensione, qualcosa che ci ha fatto stare male. Qualcosa di quotidiano, che accade tutti i giorni. A casa, a scuola, per strada. Non c'interessa sapere il nome dei protagonisti ma solo chi è coinvolto e cos'è successo. Li elenchiamo, in forma anonima, man mano che vengono in mente. Tutti siete invitati a contribuire a quest'elenco. Quando abbiamo riempito il cartellone ci fermiamo.

Bene. Ora osserviamo quello che abbiamo fatto. Che cosa vediamo? Che sensazione proviamo di fronte a quest'elenco? Riusciamo a osservarlo in modo scientifico, distaccato, come scienziati che analizzano un fenomeno?

Che tipo di conflitti osserviamo? Chi sono i protagonisti? Dove si svolgono? Per quale motivo accadono? Ci sono luoghi o categorie di persone che non sperimentano i conflitti? Quanto dura un conflitto? È facile o difficile parlare di queste cose?”

Nota: questo modo collettivo e un po' anonimo di elencare i conflitti permette a tutti di far uscire allo scoperto vissuti ed esperienze e di osservarli in modo distaccato. Spesso la sensazione che emerge è di sconforto nel vedere tanta conflittualità nella nostra vita quotidiana.

### Mettere in scena il conflitto

“Ora dividiamo la classe in gruppi di 4-5. Ogni gruppo sceglie dal nostro elenco un piccolo conflitto. Uno che vi ha colpito. Non necessariamente uno che vi ha coinvolto direttamente. Poi avete cinque minuti per preparare una scenetta. Decidete i personaggi e come si svolge. Siete liberi d'interpretare come volete la storia.

Terminata la fase preparatoria mettiamo in scena, uno dopo l'altro, le diverse storie. Mentre un gruppo recita gli altri osservano con attenzione quello che accade”.

Nota: recitare piace sempre molto ai ragazzi. Spesso, a distanza di anni, ricordano ancora con piacere questo genere di attività. Drammatizzare è anche un modo per sdrammatizzare. Affrontare un tema serio con più leggerezza. A volte un gruppo non entra in scena ma resta in disparte con il compito di osservare, con una traccia.

#### OSSERVATORI DEI CONFLITTI

##### OSSERVATORE DEI COMPORTAMENTI

Osservate i corpi, come si muovono, se sono rigidi o elastici (il corpo ... parla!!).

Osservate il linguaggio.

Osservate se ci sono violenza (fisica, verbale...), minacce, ricatti.

Osservate se c'è sottomissione, rinuncia.

Osservate le distanze...

##### OSSERVATORE DELLE EMOZIONI

Osservate se le emozioni vengono comunicate verbalmente.

Cercate di “sentire” come si sentono, anche se non lo esprimono.

#### OSSERVATORE DELLE SOLUZIONI

Osservate se il clima è ostile o di cooperazione.

Osservate se cercano una soluzione, un accordo.

Osservate se c'è qualcuno che vince o che perde.

Osservate se alla fine il conflitto è risolto.

### Analizzare il conflitto

“Ora consegno a ogni gruppo una scheda e una biro. Abbiamo fatto gli attori o gli spettatori di alcuni conflitti. Adesso, con calma, ci fermiamo per guardarli e capire che messaggio contengono. Abbiamo quindici minuti per compilare la scheda”.

#### ANALISI DEL CONFLITTO

##### COSA È SUCCESSO?

Nella realtà succede come nella scenetta?

C'è stata violenza?

Qualcuno si è fatto male?

Qualcosa è stato distrutto?

##### DIAMO UN NOME AI SENTIMENTI.

C'è stata rabbia?

Come si è manifestata?

Sono emersi altri sentimenti?

##### IL CONFLITTO È STATO TRASFORMATO?

Hanno fatto la pace?

Chi ha vinto?

Chi ha perso?

Hanno trovato una soluzione soddisfacente per tutti?

### L'iceberg

“Prendiamo un cartellone e sintetizziamo il lavoro dei gruppi, un insieme di domande alla volta”.

Nota. In pratica procedo così: scrivo in alto al centro quello che emerge rispetto ai comportamenti osservati; in basso a sinistra le emozioni e i bisogni e in basso a destra i problemi e le soluzioni. Alla fine inserisco il tutto in un

grande triangolo con il vertice in alto (vedi figura a pag. 19). Poi traccio una riga orizzontale appena sotto la punta. Uso lo stesso strumento per grandi e piccoli perché anche questi ultimi riconoscono facilmente un iceberg.

“Il conflitto è come un iceberg. Sopra affiora quello che vediamo: i comportamenti, la violenza, le parole. Sotto troviamo le emozioni, i bisogni, i problemi e le eventuali soluzioni. Spesso sconosciuti. I protagonisti delle scenette avevano comunicato verbalmente le loro emozioni e i loro bisogni? Che tipo di comportamenti abbiamo osservato? C'è stata della violenza? Conflitto uguale a violenza? Sono stati utilizzati mezzi distruttivi o non distruttivi? È stata trovata una soluzione? È stata fatta la pace? Quanto dura un conflitto?”

Questo schema ci mostra anche il nostro percorso: esplorare quello che c'è di nascosto per trasformarlo, fare in modo che ci sia meno violenza e più pace. C'interessa scoprire come?”

Un conflitto è trasformato quando:  
è stata ridotta o eliminata la violenza tra le parti;  
è stata trovata una soluzione accettabile e realizzabile;  
è migliorata la relazione e le persone stanno meglio.

Per le definizioni di pace: cfr. Guerre dimenticate.

Proviamo a immaginare una storia diversa

Si consegnano a cinque gruppi altrettanti fatti di cronaca nera e una scheda con una traccia per provare a trasformare il conflitto.

Come vi sentite dopo aver letto questa cronaca?  
Che sentimenti cogliete nei protagonisti?  
Cosa volevano ottenere?  
L'hanno ottenuto?  
Qualcuno ha vinto?  
Cosa potevano fare prima per evitare il peggio?  
Cosa potevano fare durante il conflitto per avere un finale diverso?  
In quale punto potevano cambiare la loro storia?  
Cosa potevano fare gli altri?  
Come poteva cambiare il loro ambiente?



Alla fine del lavoro i gruppi relazionano in cerchio.

Si può mettere in scena un episodio e provare a trasformarlo attraverso il Teatro forum<sup>3</sup>.

### Mimare le emozioni

Utilizzo dei biglietti con riportate le emozioni più comuni (almeno una per alunno) e poi singolarmente o a coppia vengono mimate le emozioni per farle indovinare alla classe.

Gli alberi delle emozioni, le carte delle emozioni<sup>4</sup>, le farfalle delle emozioni (mostra)

Questi strumenti, pur essendo diversi tra loro, possono essere usati per le stesse finalità. A causa del diffuso analfabetismo emozionale avere in mano un semplice elenco di emozioni può rendere più facile dare loro un nome. Gli alberi delle emozioni sono due disegni raffiguranti due alberi. Sopra sono riportate delle emozioni. L'albero con le foglie ha quelle di benessere e quello senza foglie le emozioni di disagio. Si appendono i disegni su due pareti distanti. Le carte invece vengono distribuite sulle sedie vuote o sopra dei tavoli. Le farfalle sono appese a un ombrello.

“Facciamoci venire in mente un momento in cui siamo stati particolarmente bene; il primo che ci viene in mente. Se ne arrivano diversi ne scegliamo uno. Quando l'ho trovato mi alzo in piedi. Non è richiesto di comunicarlo. Se qualcuno fa fatica a trovarlo aspettiamo un minuto. Ora ci muoviamo in silenzio e cerchiamo le nostre emozioni. Sento dentro di me se una parola corrisponde all'emozione che ho provato in quel momento di benessere. Potrei trovarne più di una. Quando ho finito il giro mi siedo.

Rifacciamo l'esercizio ripensando a un momento in cui ci siamo sentiti particolarmente a disagio.

Una versione più semplice è quella di suggerire situazioni come: “Quan-

<sup>3</sup> È una tecnica del *Teatro dell'oppresso* di A. Boal. *Il teatro degli oppressi. Teoria e Tecnica del teatro*, Molfetta, Edizioni La Meridiana, 2011.

<sup>4</sup> L. Piatti, A. Terzi, *Emozioni in gioco. Carte per educare alle competenze emotive*, Molfetta, Edizioni La Meridiana, 2008. Un'interessante parte introduttiva e soprattutto 98 simpatiche carte da giocare e cinquanta giochi per allenarsi.

do mi fanno un bel regalo una parte di me si sente...” e anche “quando mi prendono in giro una parte di me si sente...”

Qualcuno si sente di condividere? La condivisione può essere limitata ai due vicini, in modo sussurrato: è un modo per mantenere un po’ di privato su una cosa intima come l’emozione.

È stato facile o difficile trovare le emozioni? Ci sono emozioni giuste o sbagliate, negative o positive? Cosa succede a un’emozione se la giudico, non l’accetto e non la voglio vedere? Che messaggio profondo porta l’emozione?”

Nota: preferisco usare “una parte di me si sente” anziché “io mi sento” per abituarli alla disidentificazione e a osservare le mie diverse parti.

EMOZIONI: dentro di me c’è una parte che si sente...

*Gioiosa*

Affascinata Affettuosa Alleggerita Allegra Amabile Amichevole Appagata Apprezzata Calma Carica Commosa Compiaciuta Contenta Coraggiosa Desiderosa Distesa Divertita Elettrizzata Entusiasta Felice Fiduciosa Grata Impaziente Incoraggiata Ispirata Lieta Riconoscente Rilassata Serena Sicura Soddisfatta Sollevata Speranzosa Tranquilla Orgogliosa.

*Triste*

Abbattuta Afflitta Amareggiata Angosciata Annoiata Ansiosa Avvilta Colpevole Cupa Delusa Diffidente Disinteressata Dispiaciuta Distrutta Esausta Esclusa Ferita Fredda Frustrata Ignorata Imbarazzata Impacciata Impotente Inadeguata Indifferente Infelice Insicura Insoddisfatta Inutile Malinconica Nostalgica Pessimista Rifiutata Riluttante Sola Scarica Scettica Scoraggiata Stanca Usata Vinta Piena di ribrezzo Scandalizzata Soffocata Tormentata.

*Paurosa/Sorpresa*

Affascinata Agitata Bloccata Confusa Costernata Curiosa Disorientata Fragile Imbarazzata Impaurita Impaziente Inconcludente Insicura Meravigliata Minacciata Nervosa Piena di vergogna Pietrificata Preoccupata Smarrita Sospettosa Colpita Di stucco Sollevata Sorpresa Stupefatta Stupita Tormentata Vulnerabile.

*Arrabbiata/Disgustata*

Contrariata Furiosa Infastidita Ingannata Intrappolata Invidiosa Irritata Minacciosa Nervosa Offesa Ostile Piena di risentimento Tesa Vendicativa.

**BISOGNI:** mi sento così perché ho bisogno di...

*Sopravvivenza:* respirare, mangiare, bere, riposare

*Sicurezza:* ripararsi, protezione, salute.

*Appartenenza:* amicizia, affetto, intimità, appartenenza, comprensione.

*Stima:* autostima, rispetto, considerazione, accettazione.

*Realizzazione di sé:* libertà, creatività, amore, fiducia, bellezza, divertimento, giustizia, verità, pace.

### Cercare le emozioni nei piccoli conflitti

Facendo riferimento all'esercizio *Elencare esperienze di conflitto* si cercano, a coppie o in piccoli gruppi, le emozioni dei protagonisti di alcuni conflitti.

### Emozioni in movimento

“Muoviamoci liberamente nello spazio. Sentiamo il nostro corpo, i piedi, le gambe, le braccia. A un certo punto io dico una parola che rappresenta un'emozione e subito dovete fermarvi e, con il corpo e con la faccia, mimare, stando ben fermi, quell'emozione. Senza parlare. Felicità, tristezza, paura, disgusto... rabbia! e così via”.

Nota: quest'esercizio lo faccio finire con la rabbia, ciò mi permette d'introdurre l'argomento a partire della rabbia nel corpo.

### Gli animali dell'arca di Noè (per i più piccoli)

“Voi tutti conoscete la storia dell'arca di Noè, di come Noè e i suoi tre figli Sem, Cam e Jafet costruirono una grande barca e la riempirono di animali per salvarli dal diluvio. Gli animali erano felici di fare questo viaggio: era una bell'avventura! Avevano cibo, un posto per dormire e potevano chiacchierare piacevolmente con i vicini. Intanto fuori pioveva e l'arca era mossa dalle onde. Lo spazio era stretto e gli animali cominciarono ad essere stanchi di stare sempre fermi. Cominciavano a innervosirsi: 'Attento a dove metti le zampe!', 'Sposta quella coda!'. In poco tempo cominciarono ad arrabbiarsi e a muoversi, ognuno a modo suo: (qui mimo gli animali) il gatto si mette a

graffiare, il cane a mordere, la scimmia a saltellare facendo dispetti a tutti, il leone a urlare terribilmente, il serpente a pizzicare, la vespa a pungere, la gazzella a correre perdifiato, la giraffa a sbattere la testa contro la parete, lo struzzo a mettere la testa sotto la paglia, il riccio a chiudersi terrorizzato, la formica a parlare continuamente; il pinguino se sta tutto zitto in un cantuccio, l'elefante si agita e spacca tutto, l'aquila vola in alto osservando tutto. Un vero pandemonio!

Avete visto? Ognuno ha sfogato la sua rabbia a modo suo. Facendo dei danni a sé stesso, agli altri animali o alle cose. E voi, quando vi arrabbiate, a che animale assomigliate? Provate a pensarci un attimo. Poi vi mettete tutti a mimare il vostro animale arrabbiato, senza toccarvi e senza rompere niente”.

Nota: questo esercizio si collega bene con Il messaggio di Noè.

### Il riccio

“Chi lo desidera, uno alla volta, può mettersi al centro, accovacciarsi per terra e fare il riccio, arrabbiato e chiuso. I compagni, uno alla volta, possono andargli vicino e sussurrargli delle parole all'orecchio per cercare di aiutarlo ad aprirsi”.

### La catena della rabbia (recitata)

In cerchio si definiscono i ruoli. Ognuno è un personaggio in qualche modo legato al precedente: marito, moglie, figlio, sorella, compagna di scuola, compagno di scuola, insegnante, bidella, ecc. Il marito si sveglia arrabbiato per qualche ragione e comincia a trattare male la moglie che si sfoga sul figlio e così via.

### Il vulcano della rabbia, La rabbia nel corpo, Time out, Le regole della rabbia<sup>5</sup>

Sono alcuni semplici ed efficaci esercizi per aiutare i più piccoli a conoscere e gestire la propria rabbia. Osservare le manifestazioni e gli effetti della rabbia, riconoscerne i segnali nel proprio corpo, trovare strategie per fermarsi e non fare danni, darsi delle regole. Sono schede da compilare che in realtà ho

<sup>5</sup> E. Witehouse, W. Pudney, *Ho un vulcano nella pancia, Come aiutare i bambini ad affrontare la rabbia*, Torino, EGA, 1999.

usato poco perché preferivo a una modalità “scolastica” una più attiva, con simulazioni ed esercizi teatrali. Alcuni esempi.

*Il vulcano della rabbia.* “Proviamo a esprimere la nostra rabbia. Cosa facciamo di solito quando siamo arrabbiati? Facciamo finta di essere molto arrabbiati e facciamola uscire come siamo abituati a fare. Ognuno a modo suo. Osserviamoci mentre lo facciamo: c'è chi urla, chi corre, chi batte qualcosa, chi scappa, chi tace e si tiene dentro tutto. Osserviamo anche i danni che possiamo fare quando siamo arrabbiati”.

*La rabbia nel corpo.* Dopo l'esercizio *Emozioni in movimento* mi fermo alla rabbia e chiedo: “Restate un attimo con la rabbia, tanta rabbia. Sentitela nel corpo: ci sono tensioni, parti rigide, bloccate, arrossate, sudate? Dove sento questo? Nelle mani, nelle gambe, nella pancia, in faccia, nelle spalle? Accogliamo quello che sentiamo, senza giudicarlo. Non sono parti sbagliate. Sono parti che soffrono e che chiedono attenzione. Portano un messaggio. Ognuno ha il suo modo di vivere la rabbia. Guardiamoci attorno e guardiamo i compagni: riusciamo a cogliere i diversi segnali nel loro corpo?”

*Time out.* “Cosa facciamo di solito per calmarci e non fare danni? Possiamo mimare le nostre abitudini. Ora proviamo a scrivere su un cartellone tutto quello che facciamo o che potremmo fare per calmarci”.

*Le regole della rabbia.* “La rabbia è uno strumento molto potente perché nasconde messaggi importanti. Possiamo imparare a conoscerlo e a utilizzarlo. È come un grande gioco, e come ogni gioco ha le sue regole. Proviamo a scriverle insieme”.

NON FARE MALE A SE stessi...  
NON FARE MALE AGLI ALTRI...  
NON FARE MALE ALLE COSE E AGLI ANIMALI...  
Quando si è arrabbiati quindi conviene...  
non fare nulla e non dire nulla...  
ma prendersi cura della propria rabbia...  
fermarsi, calmarsi, guardare dentro di sé...  
abbracciare la propria rabbia e ascoltare il suo messaggio.

## I consigli di Salomone<sup>6</sup>

Fiaba a lieto fine di chi ha seguito un importante consiglio di Salomone: la rabbia di oggi lasciala a domani.

## La storia di Truong<sup>7</sup>

Storia vera vietnamita sulle conseguenze drammatiche causate dal lasciarsi accecare dalla rabbia.

## I biscotti

(questa storiella si trova in internet ma non saprei dire l'autore).

Una ragazza stava aspettando il suo volo in una sala d'attesa di un grande aeroporto.

Siccome avrebbe dovuto aspettare per molto, decise di comprare un libro per ammazzare il tempo. Comprò anche un pacchetto di biscotti. Si sedette nella sala di attesa per stare più tranquilla.

Accanto a lei c'era la sedia con i biscotti e dall'altro lato un signore che stava leggendo il giornale.

Quando lei cominciò a prendere il primo biscotto, anche l'uomo ne prese uno, lei si sentì indignata ma non disse nulla e continuò a leggere il suo libro.

Tra sé pensò 'ma tu guarda se solo avessi un po' più di coraggio gli avrei già dato un pugno...'

Così ogni volta che lei prendeva un biscotto, l'uomo accanto a lei, senza fare un minimo cenno, ne prendeva uno anche lui. Continuarono fino a che non rimase solo un biscotto e la donna pensò 'ah, adesso voglio proprio vedere cosa mi dice quando saranno finiti tutti!' L'uomo prese l'ultimo biscotto e lo divise a metà.

'Ah! questo è troppo' pensò e cominciò a sbuffare indignata, si prese le sue cose, il libro, la sua borsa e si incamminò verso l'uscita della sala d'attesa.

Quando si sentì un po' meglio e la rabbia era passata, si sedette in una

<sup>6</sup> I. Calvino, *Fiabe italiane*, vol. 3, Milano, Oscar Mondadori, 1993, p. 995.

<sup>7</sup> T. N. Hanh, *Discorsi ai bambini e al bambino interiore*, Roma, Ubaldini, 2002, p. 63. Insegnamenti semplici tratti dalla saggezza orientale, in particolare buddista. Pratiche per la meditazione e il controllo della rabbia attraverso il respiro, la consapevolezza e il guardare in profondità aiutano a costruire la pace interiore.

sedia lungo il corridoio per non attirare troppo l'attenzione ed evitare altri dispiaceri. Aprì la borsa per infilarvi il libro quando... vide che il pacchetto di biscotti era ancora tutto intero nel suo interno. Sentì tanta vergogna e capì solo allora che il pacchetto uguale al suo era di quell'uomo seduto accanto a lei che però aveva diviso i suoi biscotti senza sentirsi indignato, nervoso o superiore, al contrario di lei che aveva sbuffato e addirittura si era sentita ferita nell'orgoglio.

“La ragazza si era sbagliata! Si era arrabbiata per niente. A voi non è mai capitato di arrabbiarvi per qualcosa e poi accorgervi che vi eravate sbagliati? Potete raccontarlo?”

### Il messaggio del lago

(libero adattamento da un'idea di T.N. Hanh).

Mostro una fotografia dove si vede un monte che si riflette in un lago.

“Osservate questa fotografia: cosa vedete? Potete descriverla? Cosa succede se una lieve brezza di vento increspa il lago? Potrebbe ancora riflettere la montagna? Cosa deve fare allora il lago per poter di nuovo riflettere? Ecco il messaggio del lago: prima mi calmo, poi rifletto. Così possiamo fare noi quando siamo presi dalla rabbia: se ci agitiamo non possiamo riflettere e vedere le cose come stanno. Prima ci calmiamo e poi riflettiamo. Se vogliamo possiamo disegnare il nostro lago con il suo messaggio e appenderlo nella nostra cameretta”.

### La casa che brucia

(libero adattamento da un'idea di T.N. Hanh).

“Quando la tua casa brucia, inseguì quello che pensi te l'abbia incendiata o spegni l'incendio? Quando sei arrabbiato, te la prendi con quello che ti ha fatto arrabbiare o ti prendi cura della tua rabbia?” Si può mostrare il disegno o invitare a fare un disegno.



## I bisogni del bambino

“Qualcuno ha un fratellino o un cuginetto molto piccolo? Quanti anni ha? Avete presente quando un bimbo piccolo piange? Secondo voi, perché ogni tanto i bambini piangono? Facciamo un cartellone, mettiamo al centro la parola bambino e attorno quelli che, secondo voi, sono i motivi per cui piange. Quando abbiamo esaurito questa prima ricerca proviamo a chiederci: ‘Cosa possiamo fare per farlo smettere di piangere?’ Bene: guardiamo quello che abbiamo fatto. Come possiamo chiamare tutto questo? Che nome possiamo dare a tutte queste parole? Il bambino ha un solo mezzo per richiamare l’attenzione quando ha bisogno di qualcosa: piangere. Tocca alla mamma capire cosa gli serve in quel momento.

E noi, che siamo più grandi, abbiamo bisogno di queste cose? Anche gli adulti hanno bisogno di cibo, acqua, riposo, calore, affetto? Gli abitanti di Paesi lontani possono farne a meno? Quindi possiamo dire che sono bisogni universali? Se ci guardiamo bene, non sono poi così tanti! E noi, siamo sempre consapevoli dei nostri bisogni? Riusciamo a comunicarli in modo efficace?

Secondo voi, come si sentirà il bambino se ha tutto questo? E noi come ci



sentiremmo? E se invece ci manca qualcosa, o addirittura tutto? Intuite che c'è uno stretto legame tra i bisogni e le emozioni? Se cogliamo questo nesso abbiamo capito una cosa molto importante”.

### Ricerca emozioni e bisogni

Si può fare riferimento all'elenco dei piccoli conflitti del primo incontro e cercare, a coppie o in piccoli gruppi, le emozioni e i bisogni.

### Emozioni e bisogni

Consegno a coppie un cartoncino colorato con una situazione in cui occorre trovare le emozioni e i bisogni. Poi insieme restituiscono alla classe.

Alcuni esempi di situazioni.

Quando si prendono i miei giochi e li rompono io mi sento... perché avrei bisogno di...

Quando gioco nel parco con i miei amici...

Quando non mi fanno giocare con loro...

Quando aiuto qualcuno...

Quando c'è un piatto che non mi piace...

Quando la mamma mi abbraccia forte...

Quando mi prendono in giro...

Quando sono solo a casa...

Quando studio qualcosa d'interessante...

Quando sto seduto per cinque ore...

Quando festeggio il mio compleanno...

Quando mi fanno un bellissimo regalo...

### Osservare o giudicare?<sup>8</sup>

È un bell'esercizio con dieci esempi pratici per allenarsi a distinguere l'osservazione dalla valutazione.

<sup>8</sup> M.R. Rosemberg, *Le parole sono finestre (oppure muri), Introduzione alla Comunicazione Nonviolenta*, Reggio Emilia, Ed. Esserci, 2003, p. 233.

## Il mostro e i cinque saggi

È una nota storiella di fonte anonima.

In un villaggio africano, di notte, un mostro interrompe il sonno degli abitanti. Il mostro infatti penetra nel villaggio distruggendo tutto quello che incontra e terrorizzando tutti.

Il capovillaggio riunisce la sua gente e incarica cinque vecchi saggi di andare sulle tracce del mostro per scoprire chi o cosa sia. Dopo la sua incursione infatti “LUI” si è andato a rifugiare nella boscaglia poco distante dal villaggio e là si è addormentato.

C'è però un problema: i cinque saggi sono tutti ciechi. Nonostante ciò a uno a uno si avviano alla ricerca del mostro. Parte il primo saggio, trova il mostro, lo tocca e al suo ritorno riferisce: “Il mostro è l'insieme di due colonne...” Parte il secondo saggio e al suo ritorno dice: “Il mostro è una grande montagna...” Parte il terzo e al suo ritorno dice: “Il mostro è una tenda che si muove al vento...” Così il quarto: “Il mostro è uno spazzolino...” e infine il quinto: “Il mostro è un grosso serpente...”

Dopo che l'ultimo saggio ha concluso la sua missione nell'assemblea di villaggio si scatena il parapiglia. Chi dà ragione a un saggio e chi a un altro; si litiga senza riuscire a decidere chi dei saggi abbia detto la verità. Alla fine il capovillaggio ha un'idea: chiede a ogni saggio di disegnare ciò che ha toccato con le mani e poi mette insieme tutti i disegni fino a comporne uno unico che, a guardarlo bene, ha la forma di un animale ben noto a tutti.

Le colonne sono le zampe posteriori, la montagna è la grande pancia, lo spazzolino è la coda, la tenda è l'orecchio e il grosso serpente la proboscide: si tratta... di un elefante!

Morale: ognuno vede le cose dal proprio punto di vista. Se uniamo i nostri punti di vista possiamo vedere meglio la realtà.

La verità è come il diamante: è una sola ma ha mille facce. (Gandhi)

## È un 6 o un 9?

(Esercizio descritto nel percorso Senza armi dal feroce Saladino)

## Distinguere la persona dal comportamento

È un gioco di schieramenti dove la classe è invitata a posizionarsi in due estremi opposti o in zone intermedie.

Alcuni esempi.

Quando uno ha un comportamento inaccettabile occorre punirlo... aiutarlo.  
Il mondo si divide in buoni e cattivi... c'è un po' di buono e di cattivo in ognuno.  
Se un amico sbaglia faccio finta di niente... cerco di correggerlo.  
Chi ha un comportamento antipatico è antipatico... è una persona che sbaglia.  
Il modo migliore per non avere più nemici è eliminarli... farli diventare amici.  
La violenza è l'unico linguaggio che capisce... la violenza genera violenza.  
Occhio per occhio dente per dente... il perdono è la migliore vendetta.

La storia di Cappuccetto Rosso vista dalla parte del lupo<sup>9</sup>  
Simpatico racconto della famosa fiaba vista da un insolito punto di vista.

## Simulazione di non ascolto

Esercizio appreso al corso per la Mediazione sociale dei conflitti del Centro Servizi Volontariato di Modena con docenti del Gruppo Abele di Torino.

Due sedie al centro: chiedo se c'è un volontario e lo faccio sedere. Sull'altra mi siedo io. Gli chiedo se ha voglia di raccontarmi come ha passato le sue ultime vacanze. Mentre racconta comincio a manifestare segni evidenti di distrazione e non interesse; sbadiglio, guardo l'ora mentre dico: "Interessante, continua!" Dopo un po' l'altro si scoraggia e tace. Io stupito gli chiedo: "Ma perché hai smesso?" E lui: "Ma tu non mi ascolti!" "È vero! Scusa! Stavo scherzando! Dimmi: come ci si sente quando non ti senti ascoltato".

E poi, rivolto alla classe: "Allora, secondo voi, cosa significa ascoltare?" (vedi esercizio relativo).

## Cos'è ascolto?

Appendo un cartellone e invito la classe a dire cosa significa ascoltare. Mentre si sviluppa il brainstorming raggruppo le parole che emergono in sei ca-

<sup>9</sup> D. Novara, *Scegliere la pace. Educazione alla giustizia*, Torino, EGA, 1989, p. 57.

tegorie: ascoltare con la mente, con le orecchie, con gli occhi, con la bocca (es. facendo domande o dando dei rimandi), con il corpo e con il cuore. Quest'ultimo punto consente d'introdurre il tema dell'empatia.

#### LARTE DELL'ASCOLTO... IN PILLOLE

##### ASCOLTARE SÈ STESSI

Come mi sento?

Cosa penso di questo fatto?

Cosa mi ha insegnato?

Cosa potevo fare di diverso?

##### ASCOLTARE L'ALTRO

Con il corpo: lo guardo, sono attento a lui.

Con la testa: osservo il suo comportamento e ascolto le sue parole.

Con il cuore: mi metto in sintonia con le sue emozioni (empatia).

##### Come funziona l'ASCOLTO ATTIVO

Ascolto l'altro con il corpo, la testa e il cuore.

Provo a ripetere il pensiero dell'altro per verificare se ho capito bene.

Provo a dare un nome ai sentimenti dell'altro.

Gli errori dell'ascolto: giudicare, suggerire, interpretare.

#### Le sette regole dell'arte di ascoltare<sup>10</sup>

1. Non avere fretta di arrivare a delle conclusioni. Le conclusioni sono la parte più effimera della ricerca.
2. Quel che vedi dipende dal tuo punto di vista. Per riuscire a vedere il tuo punto di vista, devi cambiare punto di vista.
3. Se vuoi comprendere quel che un altro sta dicendo, devi assumere che ha ragione e chiedergli di aiutarti a vedere le cose e gli eventi dalla sua prospettiva.
4. Le emozioni sono degli strumenti conoscitivi fondamentali se sai comprendere il loro linguaggio. Non ti informano su cosa vedi, ma su come

<sup>10</sup> M. Sclavi, *Arte di ascoltare e mondi possibili*, Milano, Bruno Mondadori, 2000.

- guardi. Il loro codice è relazionale e analogico.
5. Un buon ascoltatore è un esploratore di mondi possibili. I segnali più importanti per lui sono quelli che si presentano alla coscienza come al tempo stesso trascurabili e fastidiosi, marginali e irritanti, perché incongruenti con le proprie certezze.
  6. Un buon ascoltatore accoglie volentieri i paradossi del pensiero e della comunicazione interpersonale. Affronta i dissensi come occasioni per esercitarsi in un campo che lo appassiona: la gestione creativa dei conflitti.
  7. Per divenire esperto nell'arte di ascoltare devi adottare una metodologia umoristica. Ma quando hai imparato ad ascoltare, l'umorismo viene da sé.

Le “Sette regole dell'arte di ascoltare” sono un condensato dell'approccio elaborato in circa vent'anni di ricerche epistemologiche e sul campo da Marianella Sclavi. Marianella Sclavi, docente universitaria al Politecnico di Milano è antropologa, e si occupa di progettazione urbana partecipata e di formazione della Polizia Municipale a Milano.

### Ascolto a coppie

È il classico esercizio di ascolto a coppie con un tema libero oppure fissato, con tempi scanditi nelle varie fasi del dialogo: prima parla A, B ripete e A dice se si è sentito ascoltato e poi si invertono i ruoli.

### Simulazione di ascolto

“Abbiamo visto cos'è l'ascolto e ora proviamo a fare un po' di pratica. Mettiamo al centro due sedie. Ci servono sette, otto volontari. Il primo si siede su una sedia mentre gli altri si mettono in fila, in piedi, dietro. Un volontario con l'orologio segna il tempo. Tre minuti a testa. Poi tocca con la mano la spalla di chi è seduto; questo si alza e cede il posto al primo della fila, e così via. Sulla seconda sedia mi siedo io. Gli altri osservano senza intervenire”.

Io mi fingo un ragazzo della loro età afflitto da un problema, a casa, a scuola, con la ragazza. Volutamente non esprimo mai verbalmente emozioni, bisogni o soluzioni per vedere se nella simulazione l'ascoltatore riesce a farli emergere. Ultimata la simulazione si valuta quello che è stato agito. Per

prima cosa invito i volontari a sentire, dentro di sé, come hanno vissuto la simulazione. “Che emozioni e sensazioni avete vissuto? È stato facile o difficile ascoltare? Dove avete trovato difficoltà? Poi sentiamo gli osservatori: sono stati capaci di ascoltare? Secondo voi chi parlava si è sentito ascoltato? Hanno messo in pratica i principi dell’ascolto? Hanno dato consigli? Sono stati capaci di provare empatia?”

### Doppio cerchio di ascolto

Esercizio imparato da amici brasiliani della Scuola Bandeirante di Guaporé.

Si divide la classe in due. Si dispone un cerchio di sedie interno e uno esterno in modo che si formino coppie di persone una di fronte all’altra. Si dà un tema e il cerchio interno parla mentre l’esterno ascolta per cinque minuti. Poi, sullo stesso tema, s’invertono i ruoli. Poi si fanno alzare in piedi quelli del cerchio esterno e si fanno ruotare a destra di un posto in modo che le coppie vengono tutte cambiate. Si dà un nuovo tema e si riprende come sopra. I temi possono essere: quella volta che ho avuto paura, un giorno di rabbia, quello che mi dà gioia, un bel sogno, una persona che mi aiuta, come mi prendo cura di me...

### Ascolto empatico

Si può fare a piccoli gruppi o con l’intera classe. Il tema può essere un’avventura, un giorno di vacanza, una brutta esperienza o altro. Oppure si predispongono delle cartoline chiedendo di sceglierne una significativa o si chiede di portare un oggetto. In tutti i casi c’è chi racconta qualcosa di sé mentre gli altri lo ascoltano cercando soprattutto di sintonizzarsi sulle emozioni, anche su quelle non espresse. Alla fine del racconto il gruppo rimanda a chi ha espresso le emozioni che ha percepito. Chi ha parlato verifica se quello che gli rimandano corrisponde alle sue emozioni. È un esercizio molto potente perché aiuta non solo ad ascoltare ma anche ad ascoltarsi: gli altri mi rimandano emozioni che non ho nominato e di cui magari non sono consapevole? Ciò mi risveglia vissuti e storie, anche dolorose? Occorre prevedere il tempo per gestire momenti emozionali forti.

### Esercizio di comunicazione nonviolenta

A coppie, con in mano un cartoncino colorato con scritto, da una parte, una traccia per comunicare e, dall'altra, una traccia per ascoltare. Si simulano una o più situazioni conflittuali.

ORA PROVO A COMUNICARTI QUELLO CHE PROVO IN QUESTO CONFLITTO...

Caro/a...

Quando osservo questo fatto...

Dentro di me sento queste emozioni...

Perché ho scoperto che il mio bisogno è...

Ti chiederei per favore...

ORA PROVO AD ASCOLTARE QUELLO CHE MI DICI...

Decido di ascoltarti e lo faccio con il corpo, la testa e il cuore (provo a mettermi nei tuoi panni).

Dopo che hai parlato provo a ripetere:

il fatto dal tuo punto di vista...

che emozioni provi...

quali sono i tuoi bisogni...

che richiesta mi hai fatto...

Il messaggio di Noè: come mandare messaggi non offensivi (qui recito i diversi personaggi)

Di fronte agli animali arrabbiati prima entra Sem: osserva spaventato e poi fugge tenendosi la testa tra le mani. Poi entra Cam: "Animali state buoni, non fatevi male, non spaccate tutto, per favore, vi supplico, state buoni". Se ne va senza concludere nulla. È la volta di Jafet: "Basta! Smettetela bestiacce! Non vi do più da mangiare! Vi mando al macello! Fermatevi!" Questo modo riesce a fermare gli animali che si ritirano spaventati. Per ultimo entra Noè. Si siede, respira profondamente, si calma, osserva, ascolta, poi dice:

"Quando vedo i feriti, la distruzione, il disordine...

io mi sento triste, deluso, arrabbiato...

perché ho bisogno di vedere la pace, l'armonia, la felicità; capisco il vostro bisogno di libertà, luce, aria, movimento.

Potremmo trovare una soluzione, ad esempio andare a turno sul ponte a correre. Che ne dite?"

### Noci di cocco

È il libero adattamento di una storiella trovata sulla parete di un ospedale, di autore ignoto. L'ho utilizzata per i bimbi più piccoli. È un esercizio di comunicazione nonviolenta.

#### *Le noci di cocco*

Su di un'isola c'è una palma con due noci di cocco. Sotto ci sono due persone: uno sciocco e un saggio.

Una scimmietta getta una noce di cocco sulla testa dello sciocco. Lui si arrabbia, ributta in alto la noce di cocco che poi gli ricade sulla testa; alla fine scappa via tutto infuriato. La scimmietta getta la seconda noce di cocco sulla testa del saggio. Lui la prende, ne beve il succo fresco, mangia la polpa tenera e, con il guscio, si fa una ciotola per bere. Poi guarda verso la scimmietta ed esclama: "Grazie per il regalo che mi hai fatto!"

Racconto la storia e poi chiedo: "Non vi è mai successo di arrabbiarvi per qualcosa e poi accorgervi che quella cosa conteneva... qualcosa di buono per voi? Potete raccontare? Siamo capaci di cogliere con attenzione e gratitudine le critiche che ci vengono fatte e di ringraziare? Adesso provate a pensare a quella volta che un compagno di classe vi ha fatto arrabbiare. Ora, uno alla volta, vi alzate e, in modo gentile, utilizzando la formula "Caro/a ... mi dispiace quando tu..." vi rivolgete al compagno che vi ha fatto arrabbiare, senza usare giudizi ma descrivendo il comportamento che vi ha infastidito. Chi riceve il messaggio risponde: 'Ti ringrazio per avermelo detto' e, dentro di sé, accoglie questo come un dono per conoscere meglio se stesso e gli altri".

Lo strumento è delicato e può far emergere vecchi rancori. Occorre usarlo con prudenza e prevedere del tempo per mediare piccoli conflitti.



## Il gioco delle corde

Aiuta a cimentarsi in un'impresa apparentemente impossibile. Si preparano tanti cordini sottili lunghi un metro, tanti quanti sono gli alunni.

“Ci mettiamo a coppie. Ognuno si lega un capo del cordino a un polso, non troppo stretto, non deve fare male ma nemmeno essere troppo largo da fare uscire la mano. Ora incrociate il cordino con il vostro compagno e legate l'altro polso. In questo modo siete legati tra di voi. La consegna è liberarvi, senza tagliare i cordini”.

La soluzione non è facile ed è interessante osservare le dinamiche. C'è chi si scoraggia e rinuncia, ritenendo la cosa impossibile o chi accetta la sfida e cerca tutte le posizioni possibili. Dopo vari contorcimenti chiedo: “Avete bisogno di un suggerimento?” Se rispondono sì dico: “Se non vedete la soluzione cambiate punto di vista. Cercate da un'altra parte. Non è una questione corporea ma di testa: concentratevi sulle mani”. Alla fine qualcuno ha un'intuizione e riesce a liberarsi. Poi, in breve, con il passaparola si liberano tutti. “Qualcuno si è scoraggiato o ha pensato che non c'era una soluzione? Come abbiamo fatto a trovare la via d'uscita? Nella vita non vi è mai successo di pensare che non c'era soluzione e poi improvvisamente trovarla? Cercare da una parte e la risposta era da un'altra parte? Possiamo fare degli esempi?”

## La villa nascosta

Un giorno stavo viaggiando in macchina in una strada di montagna quando vedo lassù, in alto, una grande e bella villa gialla, in mezzo alla vegetazione. “Che bella – pensavo - quando ci passerò sotto la voglio proprio vedere da vicino”. Quando arrivo vicino guardo con attenzione ma non vedo nessuna villa! Strano. Dov'è? Mistero! Sono passato altre volte, rallentando, guardando a monte, nella vegetazione, ma della villa nessuna traccia! Com'è possibile che non la veda? Eppure da sotto è così visibile! Finalmente un giorno, ormai rassegnato al mistero della villa scomparsa, guardo distrattamente a valle e dietro una siepe appare la villa! In realtà non era mai scomparsa, era sempre stata lì! Cos'era successo? Per uno strano effetto ottico, complice la vegetazione, la strada che sembrava passasse sotto la villa in realtà passava sopra: io guardavo a monte e lei era a valle! Guardavo nella direzione sbagliata! E più mi sforzavo di guardare in quella direzione meno vedevo la villa che era dall'altra parte.

“A voi non è mai successo di cercare da una parte una cosa che invece era dall'altra? È successo che vi ostinate a cercare la soluzione in una direzione mentre la risposta era dalla parte opposta? Potete fare degli esempi?”

## Un'arancia in due

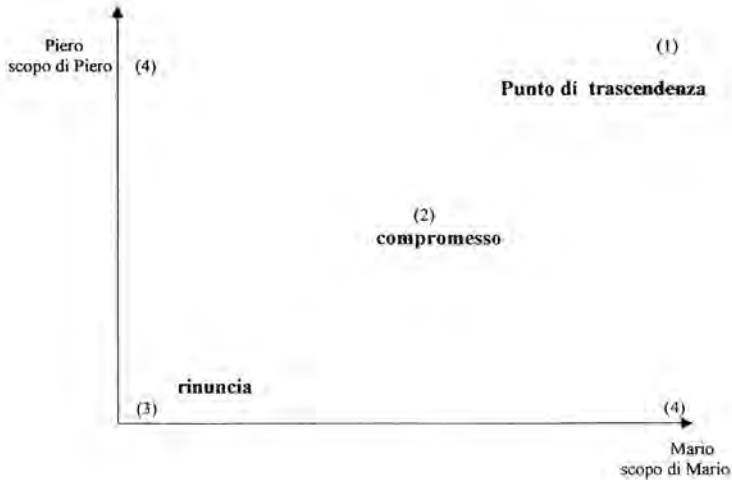
Prendiamo un cartellone e scriviamo bene in alto l'oggetto della nostra disputa: “Un'arancia in due”. Adesso elenchiamo tutte le possibili soluzioni che ci vengono in mente, anche le più fantasiose, improbabili, incredibili, impossibili. Insomma: è il momento di usare la fantasia, di non fermarsi alle solite soluzioni scontate. Pensate che, in una classe, abbiamo superato trenta possibili soluzioni! Quando pensiamo di aver esaurito tutta la nostra fantasia numeriamo le soluzioni emerse.

Ora prendiamo un altro cartellone e disegniamo un sistema di assi cartesiani.

Da una parte mettiamo quando Mario soddisfa al 100% i suoi bisogni, dall'altra quando Piero li soddisfa al 100%. In questi due punti mentre uno li soddisfa al massimo l'altro non li soddisfa per niente. È il punto vinco-perdi. In mezzo troviamo il punto di compromesso dove Mario e Piero soddisfano i loro bisogni al 50% ciascuno. Nel punto zero nessuno soddisfa i propri bisogni. Entrambi perdono. Domanda: esiste un punto teorico in questo diagramma in cui sia Mario sia Piero soddisfano i loro bisogni al 100%? Se esiste dov'è? Questo è il punto che Galtung chiama punto di trascendenza (Galtung è il signore che ha inventato questo schema). Qui vincono in due! È il punto del diagramma che ha la maggior possibilità di risolvere il conflitto.

Bene. Ora a turno, facendo il giro, ognuno si alza e guardando il nostro elenco delle soluzioni prova a collocare il numero corrispondente nel diagramma. Al centro della nostra attenzione sono i bisogni. Se ha dei dubbi lo possiamo aiutare. Se vediamo una posizione che non ci convince possiamo discuterne insieme. Ultimato il lavoro osserviamo il nostro diagramma. Abbiamo generato soluzioni nei diversi punti del diagramma. La cosa interessante è che, avendo trovato un alto numero di soluzioni, è molto probabile che qualcuna cada nel punto di trascendenza.

## LA TRASFORMAZIONE DEL CONFLITTO



1. **punto di trascendenza**: qui si realizza la trasformazione creativa del conflitto. Mario e Piero raggiungono pienamente i loro scopi
2. **compromesso**: soluzione di moderazione. Mario e Piero raggiungono solo parzialmente il loro scopo
3. **rinuncia**: nessuno raggiunge il suo scopo
4. qui si colloca la **violenza**, oppure delle **compensazioni** concordate.

NB nessuna risoluzione è per sempre, per questo si parla di trasformazione

“Commenti? Impressioni? Sensazioni? Il nostro piccolo conflitto ha trovato una soluzione soddisfacente?”

Non vi è mai successo di avere un piccolo conflitto e di aver trovato una soluzione nel punto di trascendenza? Volete raccontarlo?

Ve ne racconto uno io. Un giorno io e mia moglie ci siamo messi a discutere su dove andare in vacanza: io dicevo al mare e lei ai monti. È un classico! Io amo fare il bagno e mia moglie passeggiare all'ombra. Poi ci siamo chiesti:

ma perché negli anni scorsi non discutevamo? Semplice! Andavamo alle Cinque Terre, dove ci sono mare e monti e i bisogni di entrambi erano soddisfatti! Eravamo nel punto di trascendenza senza saperlo!”

Nota: quest’esercizio può essere fatto su piccolo conflitto reale segnalato dai partecipanti. Ad esempio in una scuola superiore e in un corso per adulti si era lavorato sulla disputa: “Finestra aperta o chiusa?”

### Il messaggio di Kirikù

Kirikù e la strega Karabà è un bellissimo film animato del 1998 basato su un racconto folkloristico dell’Africa occidentale. Vediamo tanta violenza nei film, anche in quelli animati. Il messaggio è sempre quello: il bello e buono vince mentre il brutto e cattivo perde (e muore). E siccome nei film per bambini non è carino ricorrere all’omicidio ecco che il cattivo... cade! Cade il perfido zio Scar in Re leone, cade la regina in Biancaneve e i sette nani, cade il generale Mandibola in Z la formica, e così via. Kirikù, minuscolo eroe, ha un approccio completamente diverso: vuole sapere perché la strega è cattiva e riesce a liberarla dal suo maleficio. Un comportamento nonviolento.

*Ecco il messaggio di Kirikù.*

Distinguere il male dal malvagio: separare la persona dal suo comportamento. Guardare in profondità le cause del male: chiedendo perché... e i perché dei perché.

Trasformare il nemico in amico: è un bel metodo per “eliminare” un nemico.

Liberare l’altro dalla sua spina avvelenata: così ci siamo liberati in due dal male!

In un percorso didattico di poche ore non c’è tempo per vedere un film. Può essere visto in classe con calma e poi commentato insieme.

### Simulazione di mediazione

Si prende un piccolo conflitto con due volontari che rappresentano i confliggenti. Tre fanno da mediatori mentre gli altri fanno da osservatori. Nella fase preparatoria si invitano i due confliggenti a entrare nel ruolo mentre si danno istruzioni ai mediatori e agli osservatori.

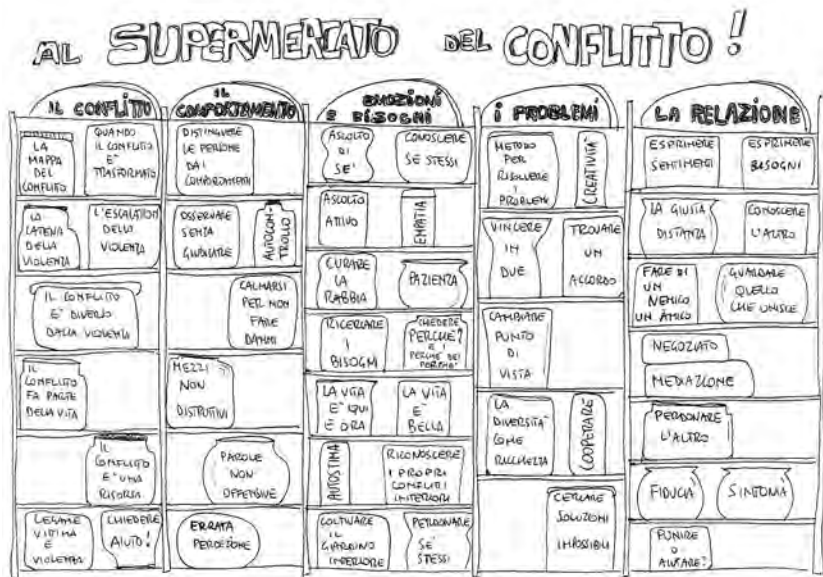
(Per le cinque regole del mediatore cfr. Guerre dimenticate).

Elaborazione di un'idea creativa per la campagna di prevenzione degli omicidi domestici

Si lancia una campagna ministeriale d'informazione invitando cinque diverse "agenzie" a elaborare una locandina per le scuole, un manifesto pubblicitario, uno spot televisivo, uno spot radiofonico, un adesivo.

Il supermercato del conflitto

Si mostra il disegno del supermercato e s'invita a mettere nel proprio "carrello" le competenze di cui si ha bisogno per vivere meglio il conflitto.



## Allegati

- Stare bene in classe.
- Come litigare senza farsi male.
- Bibliografia.

## Stare bene in classe

- Attività integrative al percorso didattico L'ABC del conflitto

## Elenco delle attività

### Giochi di conoscenza

Giro come stai senza ripetere.

Il nome in modi diversi.

Saluto africano.

Nome + “quello che mi fa felice”.

Stretta di mano incollata.

Interviste a coppie.

Caccia al tesoro umana<sup>11</sup>.

In fila per ordine alfabetico o per altezza.

Se io fossi un animale, se io fossi un colore.

Il personaggio più misterioso e affascinante del mondo.

“Qualcuno ci sta osservando”.

### Fiducia

Bruco<sup>12</sup>.

La corsa cieca<sup>13</sup>.

Molla umana<sup>14</sup>.

Camminare fiduciosi<sup>15</sup>.

Lasciarsi cadere all'indietro.

### Cooperazione

Alzarsi insieme<sup>16</sup>.

Passa la sedia<sup>17</sup>.

Sedersi in cerchio<sup>18</sup>.

<sup>11</sup> S. Loos, R. Vittori, *Novantanove giochi cooperativi*, Torino, EGA, 1989, p. 32.

<sup>12</sup> *Ivi*, p. 92.

<sup>13</sup> *Ivi*, p. 90.

<sup>14</sup> D.E. Platts, *Giochi di Findhorn*, Cesena, Macro Edizioni, 1998, p. 117.

<sup>15</sup> *Ivi*, p. 61.

<sup>16</sup> S. Loos, *Viaggio a Fantasia, giochi creativi e non competitivi a scuola e in famiglia*, Torino, EGA, 1991, p. 40.

<sup>17</sup> S. Loos, R. Vittori, *cit.*, p. 43.

<sup>18</sup> *Ivi*, p. 90.

Tre posizioni<sup>19</sup>.  
Specchio a coppie<sup>20</sup>.  
Giochi a coppie.  
Tutti sul ponte.

## Armonia

Imparare a vedersi<sup>21</sup>.  
Scossa<sup>22</sup>.  
Groviglio<sup>23</sup>.  
Massaggio alle spalle<sup>24</sup>.  
Fontana d'amore<sup>25</sup>.  
Uccellini.  
Solletico verbale a gruppi<sup>26</sup>.  
La doccia a gruppi.  
Abbraccio in cerchio.

## Attenzione

Pioggia<sup>27</sup>.  
Raggio di sole<sup>28</sup>.  
La meditazione dei quattro sassolini (montagna, acqua, fiore cielo)<sup>29</sup>.  
Numeri.  
Meditazione del cioccolato (Vedi le vie del cibo).  
Meditazione dell'acqua<sup>30</sup>.

<sup>19</sup> *Ivi*, p. 72.

<sup>20</sup> M. Jelfs, *Tecniche di animazione per la coesione nel gruppo e un'azione sociale non-violenta*, Leumann, LDC, 1986, p. 89.

<sup>21</sup> D.E. Platts, *cit.*, p. 104.

<sup>22</sup> S. Loos, R. Vittori, *cit.*, p. 27.

<sup>23</sup> *Ivi*, p. 94.

<sup>24</sup> D.E. Platts, *cit.*, p.115.

<sup>25</sup> *Ivi*, p. 95.

<sup>26</sup> *Ivi*, p. 95.

<sup>27</sup> S. Loos, R. Vittori, *cit.*, p. 45.

<sup>28</sup> S. Loos, *cit.*, p.66.

<sup>29</sup> T.N. Hanh, *cit.*, p. 129.

<sup>30</sup> *Ivi*, p 16.

## Divertimento

Fuga dal carcere.  
Tutti al centro quelli che.  
Casa, inquilino e terremoto.  
Bomba, scudo<sup>31</sup>.

## Corporeità

Camminare e ascoltare il corpo (vedi Il lupo dentro di noi).  
La crema sulle mani: “Quando le mie mani aiutano qualcuno” (vedi Guerre dimenticate).

## Distanza

Trovare la distanza a coppie.  
La storia dei ricci: la giusta distanza<sup>32</sup>.

## Aiutami!

Fiaba collettiva: “Il bimbo che non sa chiedere aiuto”.  
Rituale della richiesta di aiuto a coppie.

## Attività per la valutazione finale

Il cerchio meraviglioso (L'attività è descritta in Guerre dimenticate).  
I pollici.  
Valigia e finestrino.  
Gomitolo e rete<sup>33</sup>.  
Pittogramma<sup>34</sup>.  
Valigia, comodino, cestino.

<sup>31</sup> M. Morozzi, A. Valer, *L'Economia giocata, giochi di simulazione per percorsi educativi verso una società sostenibile*, Bologna, EMI, 2001, p. 34.

<sup>32</sup> Nota parabola di Schopenhauer.

<sup>33</sup> *Ivi*, p. 103.

<sup>34</sup> S. Loos, *cit.*, 131.



## Come formare gruppi

Descrizione sintetica delle attività  
(che non hanno riferimenti bibliografici)

Giro come stai senza ripetere

Si fa il giro di nomi con una parola che esprime: “come mi sento ora”. Vietato ripetere la stessa parola! È per allenarsi ad arricchire il proprio vocabolario emotivo.

Il nome in modi diversi

Chi conduce dice il proprio nome con un tono e dei gesti particolari, gli altri ripetono il proprio nome nello stesso modo. Si procede in altri modi fino a sfinimento.

Saluto africano

Prima si fa un saluto affrettato stile europeo: stretta di mano e “Ciao, come stai?” Poi si fa in stile africano, con molta calma, dando la mano e chiedendo della salute, della famiglia, del lavoro, del gatto...

Stretta di mano incollata

Ci si saluta dandosi la mano ma la mano non si può staccare finché la mano libera non ne ha afferrata un'altra.

Interviste a coppie

Ci s'intervista a coppie per cinque minuti a testa e poi, nella restituzione, ognuno presenta in due minuti il proprio compagno.

Se io fossi un animale, se io fossi un colore

Ognuno compila una scheda anonima poi, in cerchio, si cerca d'indovinare.

Il personaggio più misterioso e affascinante del mondo

Si racconta una storia fantastica di un leggendario e misterioso personaggio. Poi, uno alla volta, si invita a scoprire, nella scatola magica, il segreto della

vita. La scatola in realtà contiene uno specchio. Poi si fa un lavoro individuale e poi un commento, prima a coppie e poi in quattro.

Qualcuno ci sta osservando

Esercizio di decentramento. Si immagina che qualcuno, fuori dalla finestra, ci stia guardando e ci descriva. Si scrive una scheda individuale, e poi si commenta a coppie e poi in quattro.

Giochi a coppie

Attività fisica non competitiva senza forzature: spingersi dolcemente allontanando i piedi, fare il ponte allontanando i piedi, fare il ponte di schiena sempre allontanando i piedi, di schiena sedersi per terra.

Tutti sul ponte

Si stende per terra una lunga corda. Due gruppi, dai lati opposti, devono attraversare contemporaneamente il ponte senza mettere un piede fuori dalla corda altrimenti si torna indietro.

Uccellini

I bimbi svolazzano felici: “Attenzione! Arriva il cacciatore! Si salvano tutti quelli che si mettono per tre!” Poi: “Uccellini in libertà” e così via.

La doccia a gruppi

Uno al centro decide se vuole una doccia dolce o energica e gli altri lo massaggiano.

Abbraccio in cerchio

I nostri amici brasiliani concludevano sempre le loro *oficinas* con un abbraccio. Si fa così: il conduttore abbraccia la persona che ha alla sua sinistra e poi si continua in senso orario. La prima persona che ha abbracciato lo segue abbracciando la seconda, e così via.

### Numeri

In cerchio a occhi chiusi. Il capo-gioco inizia con “Uno”. Gli altri continuano con queste regole: non si può parlare in due contemporaneamente e chi ha già parlato non può intervenire se non dopo dieci numeri. Se si sbaglia si riparte da uno.

### Fuga dal carcere

A coppie. Ogni coppia è numerata, a braccetto e seduta su una sedia, tranne una. La coppia al centro dice dei numeri e le coppie chiamate si devono scambiare di posto mentre quella al centro cerca di rubarlo. Se si urla: “Fuga dal carcere!” tutti si devono alzare.

### Tutti al centro quelli che

Il capo-gioco inventa caratteristiche fisiche, di carattere, di gusti ecc. e chi è coinvolto si alza e va al centro.

### Casa, inquilino e terremoto

Gruppi di tre: due con le mani alzate fanno la casa e il terzo in mezzo è l'inquilino. Se il capo-gioco dice: “casa” questa si sposta e cerca un altro inquilino; se dice “inquilino” si sposta questo. Se dice “terremoto” tutte le case si disfano e si fanno nuovi gruppi di tre.

### Trovare la giusta distanza

A coppie, di fronte, distanti. Uno rimane fermo mentre l'altro si avvicina lentamente fino a che il primo sente che sta invadendo il suo spazio privato e lo ferma con la mano. Poi si invertono i ruoli. Altro esercizio una persona seduta su una sedia in fondo a una grande sala girata di schiena. Nel silenzio un'altra persona si avvicina lentamente con decisi rumori di passi fino a che il primo alza la mano.

Fiaba collettiva: “Il bimbo che non sa chiedere aiuto”

“C'era una volta un bimbo che non sapeva chiedere aiuto...” la fiaba continua nel cerchio, improvvisando.

### Rituale della richiesta di aiuto

Chiedere aiuto è una delle competenze più difficili e importanti. A coppie, una alla volta, in piedi, nel centro della stanza. Il primo dice: "Ho bisogno di aiuto" e il secondo risponde: "Caro, sono qui per te". "Caro, so che sei qui e sono molto felice". Poi s'invertono i ruoli.

### I pollici

In piedi in cerchio. Il primo dice la sua impressione sull'incontro e stende in avanti il pugno con il pollice aperto. La persona alla sua sinistra dice la sua e poi afferra con la mano il pollice del primo lasciando libero il suo. E così via.

### Valigia e finestrino

Si possono preparare disegni da consegnare oppure chiedere a ognuno di disegnare su due fogli un finestrino di un treno con panorama e una valigia. "Viaggiando nel conflitto ho osservato...", "Per viaggiare nel conflitto mi serve..."

### Valigia, comodino, cestino

In tre biglietti si scrivono, rispettivamente, "Quello che mi è piaciuto e penso di portarlo con me", "Abbastanza interessante, lo tengo lì e magari ci torno sopra" e "Questo non mi è piaciuto, non l'ho capito, mi ha messo a disagio".

### Come formare gruppi

Alcune volte lascio libera scelta alla classe di dividersi come vuole. Altre volte, per lavori brevi a coppie o gruppi di tre e per non disperdere l'attenzione li lascio seduti in cerchio facendoli lavorare tra vicini. Quando invece c'è bisogno di mescolare la classe per consertire ai ragazzi di collaborare con compagni diversi dai soliti amici uso il metodo dei numeri. "Facciamo gruppi di cinque: ora prestate attenzione perché passerò nel cerchio assegnando a ognuno un numero: 1,2,3,4,5,1,2,... Adesso tutti i numero uno si alzano e si mettono in quella zona là. Poi si alzano tutti i numero due e si mettono in quell'altro spazio. E così via. Uso questo sistema perché se dico: "Adesso dividetevi nei gruppi in base ai vostri numeri" spesso nasce un parapiglia perché c'è chi ha dimenticato il suo numero oppure vuole andare in gruppo con l'amico del cuore.

Con i bimbi più piccoli uso il gioco degli uccellini.

## Come litigare senza farsi male! L'arte di gestire il conflitto tra le persone

Questa è la bozza di un manifesto o volantino utilizzato durante un corso di formazione per volontari.

### **1. IO sono ARRABBIATO con lui!**

#### A. MI PRENDO CURA DELLA MIA RABBIA:

riconosco che sono arrabbiato

non faccio niente e non dico niente

invento qualcosa per calmarmi

quando mi calmo posso riflettere meglio:

e se mi sbagliassi io?

e se avesse un po' di ragione anche lui?

la rabbia mi aiuta a capire cosa c'è dentro di me (un mio bisogno non soddisfatto)

#### B. POSSO PARLARE DI ME SENZA OFFENDERLO...

caro...

quando succede questo ...

io mi sento...

perché avrei bisogno di...

ti propongo di...

#### C. posso cercare di... PERDONARE...

forse così posso salvare la relazione...

### **2. LUI è arrabbiato con me!**

#### A. CERCO DI STARE CALMO...

#### B. PROVO AD ASCOLTARLO:

per conoscere il suo punto di vista;

per sentire come si sente;

per capire i suoi bisogni.

C. CERCHIAMO INSIEME una SOLUZIONE CREATIVA che soddisfi i BISOGNI di ENTRAMBI!

Se ho sbagliato io... CHIEDO SCUSA...

### **3. Quei due stanno litigando!!**

POSSO AIUTARLI FACENDO... IL MEDIATORE...

A. SEPARANDO I LITIGANTI E ASCOLTANDO COSA È SUCCESSO

B. AIUTANDO A DARE UN NOME AI LORO SENTIMENTI

C. FAVORENDO LA RICERCA DEI BISOGNI E DELLE SOLUZIONI

Forse un modo per “eliminare” un nemico è quello di farselo amico.

## **Bibliografia**

Strumenti consultati oltre a quelli indicati precedentemente.

### **Aspetti teorici**

- T. Gordon, *Insegnanti efficaci*, Firenze, Giunti, 2013.  
L'autore di “*Genitori Efficaci*” e di “*Leader efficaci*” ripropone il suo metodo che comprende l'ascolto passivo, l'ascolto attivo, i messaggi in prima persona e il metodo di risolvere i conflitti senza perdenti.
- K. Jefferys-Duden, *Mediatori efficaci, Come gestire i conflitti a scuola*, Molfetta, Edizioni La Meridiana, 2001.  
È un manuale semplice con molte schede operative per aiutare gli alunni a diventare mediatori nei conflitti scolastici. Propone il “ponte della pace” che, a partire dall'accettazione di alcune regole (cortesia e parafrasi), arriva all'accordo attraverso lo scambio dei punti di vista e la ricerca di soluzioni.
- Francescato, Putton, Cudini, *Stare bene insieme a scuola, Strategie per un'edu-*

cazione socio-affettiva dalla materna alla media inferiore, Roma, Carocci editore, 1986.

Viene proposto un metodo integrato che comprende la proposta di T. Gordon sulla comunicazione, il *circle time* per la sintonia di classe e la psicomotricità per sviluppare corporeità e fantasia. Si riporta un'esperienza in una scuola elementare.

- L. Parknas, *Attivi per la pace*, Molfetta, Edizioni La Meridiana, 1998.  
Manuale per la gestione dei processi emotivi nei gruppi. L'autore parte dalla constatazione che l'esposizione alla sofferenza altrui possa generare delle difese e anche inattività. Per attivarsi per la pace sviluppa il suo metodo in cinque fasi: allarme-dialogo-interconnessione-ricarica-azione.
- C. Besemer, *Gestione dei conflitti e mediazione*, Torino, EGA, 1999.  
Il testo analizza il significato della meditazione, le sue radici storiche, la sua efficacia, il procedimento e le problematiche aperte. Affronta in particolare la meditazione politica e fornisce alcune tecniche di base.
- P. Patfoort, *Costruire la nonviolenza, Per una pedagogia dei conflitti*, Molfetta, Edizioni La Meridiana, 1989  
Vengono analizzati la violenza, le sue radici e i suoi meccanismi (escalation, sfogo verso terzi...). Si introduce la nonviolenza: livelli di intervento e comportamenti. Si suggeriscono semplici strumenti per la gestione nonviolenta dei conflitti.
- A. Weiser Cornell, *Focusing, Il potere di focalizzare nella vita e nella pratica terapeutica*, Spigno Saturnia. Crisalide, 2006.
- E. Tolle, *Un nuovo mondo*, Milano, Oscar Mondadori, 2008.
- E. Camino, A. Dogliotti Marasso (a cura di), *Il conflitto: rischio e opportunità*. Torre dei Nolfi (AQ), Ed. Qualevita, 2004.

## Strumenti

- M. Ghazal, *Mangia la minestra e... taci!*, Torino, EGA, 1994.  
Applicate all'ambiente familiare, vengono descritte le tecniche del negoziato e della mediazione.
- R. Portmann, *Anche i cattivi giocano. Giochi per gestire l'aggressività*, Molfetta, Edizioni La Meridiana, 1997.  
È un manuale con numerosi giochi che aiutano i bambini a esprimere i sentimenti, dominare la rabbia e a instaurare rapporti non aggressivi.
- J.K. Liss, *La comunicazione ecologica. Manuale per la gestione dei gruppi di cambiamento sociale*, Molfetta, Edizioni La Meridiana, 1992.
- J. Gottman, *Intelligenza emotiva per un figlio*, Milano, Rizzoli, 1997.  
L'autore analizza quattro categorie di genitori rispetto all'educazione emotiva dei figli. Viene proposto "l'allenamento emotivo" in cinque frasi e strategie aggiuntive.
- M. Bucci, F. Gambacurta, *Tra cielo e terra, 32 giochi per educare i bambini al mondo interiore*, Molfetta, Edizioni La Meridiana, 2002.  
Per aiutare i bambini a esprimere il loro mondo interiore con strumenti quali la musica, il teatro, lo yoga, il rilassamento, una candela...
- R. Mantegazza, *L'educatore. Manuale di formazione teatrale per educatori*, Molfetta, Edizioni La Meridiana, 2006.

## Riviste

- *CemMondialità*. Mensile di educazione interculturale.  
Rivista del Centro di Educazione alla Mondialità (CEM) di Brescia.
- *Conflitti*. Rivista italiana di ricerca e di formazione psicopedagogica del Centro Psico-pedagogico per la Pace di Piacenza.



# Mostra Inter-Azioni di Pace

## Percorso per la trasformazione dei conflitti

Mostra interattiva con installazioni a cura di Rocca di Pace  
Versione in valigia

La versione originale su furgone è stata descritta nel libro su Rocca di Pace<sup>1</sup>.

### Istruzioni per l'uso

#### Stile

È quello maieutico, dove non ci sono risposte certe, sentieri sicuri. Noi dobbiamo ascoltare i ragazzi e aiutarli ad ascoltarsi. Non ci sono forzature, risultati da conseguire, nozioni da spiegare, teorie da dimostrare. Solo così possiamo aprirci al nuovo, all'inatteso, allo sconosciuto. Solo così possiamo imparare dai ragazzi. Questa è la differenza tra insegnare e educare. Non siamo maestri ma educatori. Il percorso è libero: non c'è niente di obbligatorio. Ma anche a chi non partecipa a una attività si può chiedere: "Cosa senti dentro di te che ti impedisce di fare questa cosa?" Il tutto sempre senza giudizio, accettando tutto quello che affiora. È ammesso anche il "boh!": è una porta per una parte di noi ancora sconosciuta.

#### Modalità

Si tratta di un percorso innanzitutto corporeo: è il corpo che attraversa gli spazi, tocca, agisce, gioca, si muove. La nostra azione è quella d'invitare ad essere presenti, attenti, aperti. Quindi la prima cosa è fare esperienza e poi chiedersi: cosa sento nel mio corpo? Dove lo percepisco? Voglio stare un po' con questa sensazione? (Questo è il *focusing*)

Poi è un percorso emozionale: posso sentire che emozione c'è dentro di

<sup>1</sup> V. Merlini, *cit.*, p. 120.

me e provare a darle un nome. Noi non dobbiamo suggerire o portare da qualche parte: possiamo sentire la paura ma la persona può non essere in grado di esprimerla con un nome. In questo caso possiamo invitare i compagni all'ascolto empatico: "Come sentite che sta in questo momento?"

Infine è un percorso intellettuale: questa esperienza mi muove dei pensieri. Noi dobbiamo invitare a osservare con attenzione e chiedere: "Cosa osservate?", aiutarli a descrivere, senza aprire dibattiti e cercare soluzioni.

## **All'inizio**

Spieghiamo lo stile e la modalità del percorso, cercando di portare i ragazzi su corpo, emozioni e mente. Poi chiediamo di pensare a un piccolo conflitto, recente o lontano, su cui vorrebbero lavorare. L'obiettivo è attraversare la mostra per cercare di trasformarlo.

## **A ogni tappa**

Si chiede d'interagire, liberamente, con l'installazione, stando sempre centrati sulle proprie sensazioni ed emozioni, senza giudicarsi. Alla fine di ogni attività si chiede di verificare se quello che ciascuno ha sperimentato è la sua modalità abituale di vivere i conflitti e, come vede, da questa particolare prospettiva, il piccolo conflitto pensato all'inizio. Per finire s'invita, chi lo desidera, a condividere con il gruppo l'esperienza.

## **Descrizione delle stanze**

### **Prima stanza: quale via? (colore nero)**

La prima porta: affrontare o evitare?

Le porte sono composte da aste per tenda da campeggio smontabili. La prima porta è una tenda nera tagliata a strisce verticali con le scritte: mistero, gelo, fuoco, vuoto, abisso, nulla, buio.

"Cosa osservate? Come vi sentite? Cosa ci sarà oltre la porta? Vi va di attraversarla? Di fronte a un conflitto cosa fate di solito? Affrontate o evitate? E il piccolo conflitto che avete pensato come lo avete affrontato? Vi capita di

non voler affrontare un problema? Viene risolto? Una volta passata la porta sentiamo dentro di noi se è cambiato qualcosa”.



### Tirare la corda

Tre o quattro corde di 12 mm lunghe 2 metri legate a formare anelli di 50 cm di diametro.

“A gruppi, in cerchio, afferriamo con le mani le corde e tiriamo.

Facciamo quello che ci viene, sentiamo se ci va di tirare o mollare, se dentro di noi c'è la voglia di vincere o lasciare andare; facciamo attenzione a quello che succede nel nostro corpo. Ora smettiamo di tirare, chiudiamo gli occhi e restiamo in ascolto del corpo, delle sensazioni che ci arrivano. Nei nostri conflitti come ci comportiamo? Nel piccolo conflitto scelto all'inizio come ci siamo comportati?”

### Battere il cuscino

“A turno battiamo il cuscino con un battipanni. Ci alziamo, afferriamo il battipanni e ci mettiamo davanti al cuscino. Sentiamo se ci va di battere oppure no. Scegliamo liberamente il numero dei colpi, la frequenza e la forza. Ascoltiamo quello che succede dentro di noi. Ci capita di usare la violenza? Nel nostro conflitto l'abbiamo usata? La violenza risolve il conflitto? La relazione con l'altro è migliorata?”



### Calpestare le faccine

Faccine disegnate su un sacco nero di stoffa che contiene 20 palline di gommapiuma.

“Ci togliamo le scarpe e proviamo a camminare sulle faccine. Sempre attenti a quello che accade dentro di noi”.

### Sottomissione

Un telo nero (3 m x 1,5) da stendere per terra e un altro telo da sostenere per formare una parete. Otto cartelli A4 con facce di persone arrabbiate.

Un gruppo è steso per terra e un gruppo, nascosto dietro il telo, mostra al di sopra le facce.

“Come ci sentiamo in questa posizione? Ci capita di trovarci in questa situazione?”

Dopo un po' s'invertono i ruoli. “La sottomissione risolve il nostro conflitto?”

### Che nome diamo a questa stanza?

Un commento: qui si agisce il linguaggio della violenza. Posso “darle” o “prenderle”. Si risolve il conflitto? Si migliora la relazione? Posso stare tutta la vita in questo spazio... oppure cercare un via d'uscita...

### Seconda stanza: comunicare con sé (colore rosso/giallo/arancio)

#### Corridoio del silenzio

Un box doccia da campeggio: un ingresso (con tenda nera) e un'uscita (con tenda rossa). All'interno le scritte: fermati, silenzio, ascolta.

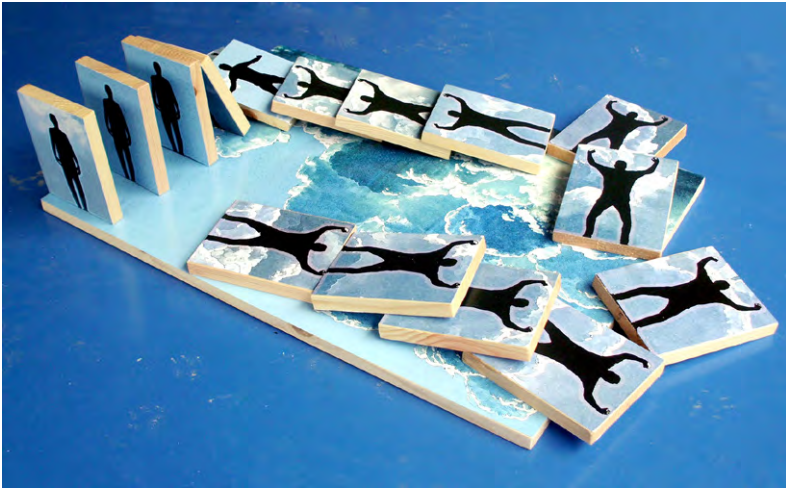
“È uno spazio protetto, che si attraversa da soli; la consegna è: fermarsi, chiudere gli occhi e fare un respiro”.

#### La catena della violenza (domino)

Sedici legnetti (7 cm x 9 x 1) con disegnate figure umane con le braccia alzate, tranne tre che hanno le braccia abbassate. Queste ultime sono fissate a una tavola (40 cm x 30). Le altre sono disposte in fila dietro quelle fissate.

“Spingiamo l'ultimo omino e via via cadono gli altri. Ma non tutti. Cosa osservate? Provate a descrivere quello che vedete. Come mai la catena si è fermata? Cos'ha fatto l'omino per fermare la catena? Ha ricevuto la spinta? Vi è mai successo di essere coinvolti in una catena di violenza o di rabbia? Come ci si sente? Come potresti fermarla?”

Commento: ci troviamo di fronte al punto più alto raggiunto dall'intelletto umano: agire senza fare. Nella rabbia non fare nulla ha un grande effetto.



### Le farfalle delle emozioni

Quaranta farfalle (7x10 cm) di colori diversi, con scritto sul retro il nome di un'emozione. Sono legate a gruppi di cinque e appese a un ombrello rosso.

“Cercate una o più farfalle che esprimono come vi siete sentiti nel vostro piccolo conflitto.

È stato facile o difficile trovare le emozioni? Ci sono emozioni giuste o sbagliate, negative o positive? Cosa succede a un'emozione se la giudico, non l'accetto e non la voglio vedere? Che messaggio profondo porta l'emozione?”



### Pescare i bisogni

Cinque tavolette color del mare (30 cm x 25) e cinque gruppi di pesci di colori diversi (10 cm x 7, totale 25 pesci) con una borchia di metallo e sul retro i nomi dei bisogni; cinque “canne da pesca” con calamita.

Si mettono per terra i pesci invitando i ragazzi a pescarne almeno uno. Poi, seduti in cerchio, ognuno mostra il proprio pesciolino.

“Cos’abbiamo pescato? Sono emozioni o altre parti di noi? A cosa servono? A chi servono? Come possiamo chiamarle? Com’è la nostra vita se abbiamo o non abbiamo questi pesci? Come ci sentiamo se non ne abbiamo? E quando ne abbiamo? Che rapporto c’è tra questi e le emozioni? Le emozioni che ho trovato nell’attività delle farfalle che bisogni nascondevano? Nel mio piccolo conflitto che bisogni avevo?”

Le emozioni sono i messaggeri dei bisogni. Proviamo emozioni di benessere perché sono soddisfatti i nostri bisogni. Viviamo emozioni di disagio, rabbia, paura perché ci sono dei bisogni non soddisfatti. Per questa ragione non esistono emozioni sbagliate o negative”.

### Lo sgabello dell'osservatore

Uno sgabello di 20 cm. Per terra si mettono oggetti usati precedentemente: una corda, il battipanni, una faccia arrabbiata, un po' di farfalle e di pesci.

“Saliamo, uno alla volta, guardando gli oggetti per terra. Cosa osserviamo e come ci sentiamo? Per terra ci sono gli oggetti che abbiamo usato prima. Come li vedo da questo particolare punto di vista? Come vedo il mio piccolo conflitto da quassù? Domanda: se per terra ci sono tutte le mie parti (azioni, emozioni, bisogni) chi sta osservando tutto questo?”

Come possiamo chiamare questa stanza? Chi abbiamo ascoltato?

### Terza stanza: il dialogo e l'accordo (colore azzurro)

#### La porta verso l'altro

Tenda rossa a strisce con le scritte in grande IO e TE.

“Abbiamo visto che siamo nella stanza dell'ascolto interiore. Abbiamo cercato, nel silenzio, di esplorare il nostro mondo interiore, le emozioni e i bisogni. Ma nel conflitto siamo almeno in due. L'altro/a è dietro quella porta. Siamo pronti per incontrarlo/a e dialogare con lui/lei?”

#### Semi di verità

Un vaso di vetro con almeno una ventina di diversi semi commestibili e no, anche poco noti. Si lavora a gruppi mettendo su alcuni tavoli dei fogli di carta e una manciata di semi.

“La consegna è questa: trovare i semi commestibili. Bene, quanti ne abbiamo trovati? In una manciata di semi diversi abbiamo trovato numerosi semi buoni da mangiare. Nel nostro piccolo conflitto l'altro/a ha tutti i torti o ha anche un po' di ragione? Ha dei piccoli semi che mi possono nutrire? Qualcosa di buono per me?”.





### La finestra del dialogo

Una cornice di legno (50 cm x 40) da appoggiare sul tavolo con due tendine apribili per lato. Farfalle e pesci dai due lati.

“Due alla volta ci mettiamo seduti davanti alla finestra. Le tendine sono chiuse. Fate finta che dall'altra parte ci sia la persona con cui siete in conflitto. Ognuno può decidere o meno di aprire la tendina. Cosa succede se tu la apri e l'altro no? Come ti sentiresti? Cosa faresti? E se anche l'altro la apre cosa gli dici? Cosa vi raccontate? Parlate del tempo? Parli di lui o parli di te? E

se parli di te cosa dici? Quello che hai mangiato a colazione? Ricorda che sei passato attraverso la stanza dell'ascolto interiore, cosa potresti raccontargli? E cosa potresti chiedergli?



### L'accordo (puzzle)

Fotografia (vedi) (60 cm x 40) tagliata in 24 parti (10 cm x 10) n 4 copie per 4 gruppi.

“Ogni gruppo deve comporre il disegno. Bene. Cosa vediamo? Che messaggio contiene?”



### Ultima porta

Tenda a sottili strisce colorate con appesi fiori, sonagli, fiocchi.

### Quarta stanza: la pace interiore

Teli azzurri da mettere per terra e appese al muro immagini di cielo, fiori, paesaggi.

“Se siamo riusciti a trovare un accordo, a trovare la soluzione che soddisfa i bisogni di entrambi possiamo “fare la pace,” trasformare il conflitto e migliorare la relazione.

E se l'accordo non arriva? E se l'altro non cambia e persiste nel suo comportamento che mi fa soffrire? Per fare la pace occorre essere in due. Da soli che possiamo fare?

Esiste uno spazio, dentro di noi, in cui possiamo stare bene nonostante tutto quello che accade attorno a noi?

Abbiamo attraversato la stanza della violenza (agita o subita), dove i corpi sono i protagonisti, i pensieri offuscati, le emozioni e i bisogni non sono consapevoli, c'è buio, un dolore profondo non curato, giochi di potere, di controllo, di dominio. Le dinamiche sono vinci-perdi, vittima-carnefice.

Poi siamo passati nello spazio dell'ascolto interiore e del dialogo. Le emozioni hanno un nome e i bisogni sono consapevoli e condivisi. C'è spazio per il cuore e la mente. C'è luce.

Entrambi questi spazi sono comunque nella dimensione che vede nel comportamento dell'altro la soluzione ai miei problemi. Tutto dipende da qualcosa di esterno a me. C'è una dipendenza emotiva. Ho bisogno di controllo. Di cambiare l'altro. Sono dentro al dualismo. Dentro lo spazio e il tempo. Nella separazione.

Esiste poi, da qualche parte dentro di noi, un luogo dove la soluzione dei miei problemi non dipende dal comportamento dell'altro. C'è un'indipendenza emotiva. È un luogo che è al di là del dualismo, del tempo e dello spazio, del torto e della ragione. È la fine della mia identificazione con un ruolo, un lavoro, un genere, una razza, una religione. Come il sasso che non viene bagnato dal fiume: lascio andare. Non c'è più giudizio, resistenza, attaccamento. È la mia parte più profonda, più intima. La mia parte spirituale, eterna, dove posso curare il mio dolore profondo, la solitudine cosmica, dove trovo l'unione con l'universo, la connessione dei cuori, l'amore. È lo spazio del perdono.

Qui trovo la pace interiore.

Forse a questo pensava san Francesco quando parlava di “perfetta letizia”: sopportare con pazienza e allegria pene, ingiurie e disagi.

O sperimentava Hetty Hillesum<sup>2</sup> in campo di concentramento quando scriveva nel suo diario “la vita è bella,” “vivere è bello malgrado quello che ci facciamo reciprocamente”.

<sup>2</sup> E. Hillesum, *Diario 1941-1943*, Milano, Adelphi, 1996.

# Il lupo dentro di noi

## Fare pace con se stessi

### Premessa

Questo percorso didattico è la versione completamente aggiornata di un percorso proposto per la prima volta nel 2011. Per approfondirne la premessa teorica si veda *La prospettiva spirituale nella trasformazione dei conflitti*<sup>1</sup>.

Gli strumenti utilizzati sono molteplici:

- la maieutica è lo stile di fondo, che, con domande e stimoli, muove la curiosità e la ricerca interiore;
- la comunicazione nonviolenta, con la sua attenzione alle emozioni e ai bisogni<sup>2</sup>;
- il *focusing* centrato sull'ascolto del corpo e delle sue sensazioni, senza giudizi e identificazione<sup>3</sup>;
- il *training* nonviolento con la sua capacità d'inventare agende originali, varie e divertenti;
- la mostra interattiva per la trasformazione dei conflitti, nella sua versione in valigia con installazioni artistiche per attraversare il conflitto in modo coinvolgente e attivo;
- la visualizzazione, per aiutare a guardare in profondità dentro di sé;
- la narrazione per calarsi nei panni del protagonista e provare empatia;
- la *mindfulness*, l'arte della meditazione, di stare con quello che c'è.

### Scheda di presentazione

#### Sintesi

Possiamo fare fatica a gestire la nostra aggressività ma anche la passività e la rassegnazione. Ci sono parti di noi che non accettiamo e che non voglia-

<sup>1</sup> V. Merlini, *cit.*, p. 56.

<sup>2</sup> M. B. Rosenberg, *cit.*

<sup>3</sup> A. Weiser Cornell, *cit.*

mo incontrare e mostrare. Siamo tentati di giudicarle e allontanarle. Ma poi ritornano.

Se sappiamo accettarle e accoglierle amorevolmente, possiamo aprire la strada alla pace interiore.

## **Durata**

Due incontri di due ore.

## **Utenti**

Scuola primaria, secondaria di primo e secondo grado.

## **Obiettivi**

- Imparare a gestire la propria aggressività e passività;
- esplorare il proprio mondo interiore;
- incontrare le proprie parti e dialogare con loro.

## **Contenuti**

- La violenza come strumento di controllo, come la sottomissione e la rinuncia: espressioni dell'ego;
- ascoltarsi in profondità, ascoltare le proprie emozioni e i propri bisogni;
- accettare e perdonare se stessi;
- trasformare in modo costruttivo la propria rabbia;
- disidentificarsi dalle varie parti;
- avere un atteggiamento accogliente, rispettoso, non giudicante e gratificante;
- percepire la solitudine esistenziale, la paura del bimbo smarrito;
- incontrare la propria parte spirituale, il luogo sicuro, la pace interiore;
- fare pace con se stessi.

## **Modalità operative**

Attività interattive centrate sul movimento e l'ascolto corporeo con narrazioni, giochi di simulazione, laboratori teatrali, animazione, visualizzazioni e momenti di rielaborazione e condivisione delle sensazioni e degli stimoli raccolti.

## Materiali necessari

Una cipolla, tre corde annodate a formare un cerchio, un cuscino e un battipanni, le carte delle emozioni, i cartelli della rabbia, i pesciolini dei bisogni, musica rilassante, il disegno della cipolla.

## Agenda

Per la descrizione dettagliata del percorso si rimanda al libro Rocca di Pace<sup>4</sup>.

## Bibliografia

Testi consultati oltre a quelli citati precedentemente.

- M. Stapert e E. Verliefde, *Il focusing e i bambini, L'arte di comunicare con i bambini a scuola e in famiglia*, Spigno Saturnia, Crisalide, 2010.
- T.N. Hanh, *Essere pace*, Roma, Ubaldini Editore, 1989.  
Dalla saggezza buddista alcuni semplici insegnamenti anche per l'indaffarato uomo occidentale. Consapevolezza, sorriso, respiro. La pace è attorno a noi e dentro di noi.
- E. Pierrakos, *Il sentiero del risveglio interiore*, Spigno Saturnia, Edizioni Crisalide, 2001.  
Superare il dualismo, accettare il male per trasformarlo in energia positiva.
- G. Quinn, *Vivere nella zona spirituale*, Vicenza, Il punto di incontro, 2011.

Tra i film:

- *Inside Out* (2015) animazione.  
Le principali emozioni prendono vita e aiutano la protagonista a gestire momenti importanti della sua vita.

<sup>4</sup> V. Merlini, *cit.*, p. 141.





# **Guerre dimenticate e pace da costruire**

## **La gestione dei macroconflitti**

### **Premessa**

La prima versione di questo percorso è stata creata con gli amici del Gruppo Sottosopra nel 2003 all'interno dell'associazione Overseas di Spilamberto (MO) e utilizzata per diversi anni nelle scuole superiori di Modena e provincia. Il percorso ha poi subito diverse trasformazioni. Non è stato facile concentrare in poche ore un argomento così vasto e articolato. Ho sperimentato diversi strumenti per rendere più coinvolgente e comprensivo un tema così complesso. Viene qui proposta la versione aggiornata e semplificata utilizzata per le classi terze delle scuole medie.

### **Scheda di presentazione del percorso**

È consigliato utilizzare questo percorso didattico dopo aver sperimentato quello di base ABC del conflitto.

### **Durata**

Tre incontri di due ore.

### **Utenti**

Scuola secondaria di primo e secondo grado.

### **Sintesi**

- Entrare nei conflitti in corso per ipotizzare come trasformati in modo durevole;
- analizzare i conflitti moderni, le loro cause, i costi e le vittime;
- esplorare i concetti di pace, di violenza e di complessità;
- scoprire le connessioni con la nostra vita quotidiana.

## Obiettivi

- Aiutare gli studenti a superare l'apatia e l'impotenza che spesso si prova di fronte ai grandi conflitti per trasformarle in interesse e competenze;
- scoprire le differenze e le similitudini con i piccoli conflitti quotidiani;
- sapere: conoscere i concetti di conflitto, di violenza (diretta, strutturale e culturale), di pace (negativa e positiva), di nonviolenza (etica e tecnica), di potere e di trasformazione creativa dei conflitti;
- saper fare: imparare ad analizzare un conflitto, a ricercarne le cause, a utilizzare gli strumenti della mediazione e del negoziato, a scegliere le tecniche di azione nonviolenta;
- saper essere: esplorare i propri sentimenti quando si entra in contatto con la sofferenza del mondo; imparare a comunicarli, a scoprire l'unione con gli altri esseri viventi e le motivazioni per un impegno nel costruire la pace.

## Contenuti

- Il percorso analizza i conflitti attuali, sviluppa i concetti di violenza, pace, nonviolenza, mediazione e ricerca soluzioni che soddisfino i bisogni delle parti in causa;
- l'esposizione alla sofferenza altrui può causare disagi che vanno affrontati con il dialogo;
- la scoperta dell'interconnessione con tutto il creato può suscitare motivazioni ed energie per attivarsi per la pace.

## Modalità operative

Attività interattive con letture, giochi di simulazione, laboratori teatrali, lavori di gruppo, momenti di rielaborazione delle sensazioni e degli stimoli raccolti.

## Documentazione

Vengono rilasciati agli insegnanti una sintesi del lavoro realizzato e materiale di approfondimento.

## Materiali

Carta di Peters, mappa e tabella dei conflitti nel mondo, bigliettini delle vittime, post-it, biro, cartelloni bianchi grandi, pennarelli, lettere di Etty Hillesum, quattro cartoncini colorati (uno vince e l'altro perde, nessuno vince, vincono a metà, vincono in due), una noce.

## Agenda con domande e stimoli

### Primo incontro: esplorare i conflitti

#### Presentazione reciproca

Giro di nomi: la prima cosa che mi viene in mente quando penso alla parola pace.

A volte escono “arcobaleno” o “colomba”. “Nel nostro immaginario associamo queste parole alla pace. Sapete l'origine di queste immagini? Sono descritte nella Bibbia, nella famosa storia del diluvio, di Noè e dell'arca. La colomba è quella che ritorna con il ramoscello d'ulivo per annunciare che il diluvio è finito mentre l'arcobaleno è il segno che Dio ha tracciato nel cielo per annunciare che non manderà più il diluvio e che farà pace con gli umani. È il simbolo scelto da Aldo Capitini per la prima marcia della pace Perugia-Assisi del 1961”.

Introduzione allo stile degli incontri. (cfr. ABC del conflitto)

#### Introduzione al tema

“L'umanità, nella sua storia, ha avuto molti problemi. Alcuni li ha risolti, ad esempio lo schiavismo e il colonialismo. Altri li ha portati nel terzo millennio. Tre sono molto grandi: la distruzione dell'ambiente, la fame per molte popolazioni e le guerre. Sono tra di loro interconnessi: la guerra è spesso causa di fame e di degrado ambientale. Nel nostro percorso ci occuperemo delle guerre e più in generale dei conflitti armati, della violenza tra Paesi e gruppi”.

## DEFINIZIONI DI PACE<sup>1</sup>

La pace è la trasformazione nonviolenta e creativa dei conflitti.

Pace negativa: assenza e riduzione della violenza e della sofferenza.

Pace positiva: aumento del benessere, del piacere.

Il lavoro per la pace è la riduzione della violenza con mezzi pacifici.

Capacità per la pace:

- conoscenze (sulla violenza e sulla pace);
- immaginazione (trascendere creativamente la realtà);
- compassione (com-patire e con-gioire);
- perseveranza (anche senza feedback).

## I conflitti nel mondo

“Mettiamo per terra la carta di Peters e dei piccoli adesivi colorati. Ognuno può alzarsi e mettere un adesivo in un Paese dove pensa ci sia un conflitto, una guerra, della violenza. Mentre lo fa ci spiega anche di cosa si tratta.

Ora metto per terra una copia della carta di Peters con tutti i conflitti attualmente in corso nel mondo. Uso forme e colori diversi per distinguere i tipi di conflitto:

- stella verde: conflitti militari tra stati;
- pallino rosso: conflitti interni per la conquista del potere;
- triangolo verde: movimenti indipendentisti;
- quadrato azzurro: rivendicazioni territoriali;
- asterisco rosso: conflitti etnici e religiosi.

Come potete vedere le guerre intese in senso classico, cioè conflitti armati tra stati, sono relativamente poche rispetto al totale. La maggior parte sono conflitti, più o meno cruenti, all'interno di un Paese per il potere. Come vedete l'Africa è molto segnata da questo tipo di conflitti. Secondo voi, perché?

<sup>1</sup> J. Galtung, *cit.*, p. 19.

Che peso ha avuto il colonialismo europeo in questo?



Secondo voi cos'è un popolo, cos'è un Paese? Quale sono le caratteristiche che lo definiscono? Quanti popoli ci sono nel mondo (2000)? Quanti stati abbiamo, ad esempio, aderenti all'ONU? (circa 200)? In quanti casi c'è corrispondenza tra Paese e Stato (20)? Quindi abbiamo 1980 guerre pronte per essere combattute? Quanti sono i popoli senza Stato?"

### Dati sui conflitti

Nella prima versione del percorso proiettavo dei dati su spese militari, bombe atomiche, Paesi senza eserciti, profughi e rifugiati, bambini soldato, fame e malattie causate dai conflitti, percentuali di morti militari e civili nelle diverse guerre. Ma questa parte si è andata via via riducendo perché questo tipo di modalità è poco coinvolgente e poco efficace: i numeri sono la prima cosa che si dimentica.

Mostravo anche una tabella riassuntiva dei conflitti nel mondo<sup>2</sup>:

<sup>2</sup> La tabella non viene qui pubblicata perché avrebbe bisogno di essere continuamente aggiornata.

Questo lavoro sui dati potrebbe far parte del lavoro preparatorio oppure di attività di ricerca da parte degli studenti attingendo a fonti di facile consultazione. Alcuni suggerimenti:

“Ho riportato in questa tabella, per ogni Paese, le parti in causa, l'anno d'inizio e di fine del conflitto, i motivi e il numero delle vittime. Non abbiamo la possibilità di guardarla nel dettaglio e di esaminare tutti questi dati. Volevo solo richiamare la vostra attenzione sulla colonna delle date d'inizio e di fine del conflitto. Come osservate troviamo poche date che indicano la fine di un conflitto. Significa che è più facile avviarlo che terminarlo. Per questo Galtung non parla di risoluzione ma di trasformazione. Il conflitto può rimanere ancora con qualche residuo ma l'importante è aver fermato l'escalation, riparato i danni e trovato delle formule di stabilizzazione.

Facciamo due esempi di conflitti molto lunghi: quello tra cattolici e ortodossi, lo scisma d'oriente, (dal 1053 d.C., quasi 1.000 anni) e quello, interno all'Islam, tra sunniti e sciiti, che ancora continua in modo cruento in molti Paesi (680 d.C., più di 1.300 anni).

Altra colonna che vorrei farvi notare è quella relativa al numero delle vittime. Abbiamo una situazione molto grave in Africa di cui sappiamo poco o nulla. Alcune guerre, per ragioni di etnia e di materie prime hanno avuto così tante vittime da essere chiamate “Guerre mondiali d'Africa”.

*Condivisione.* “Qualcuno desidera commentare l'attività che abbiamo fatto? Qualcosa vi ha colpito particolarmente? Ci sono dei dubbi? Delle cose non chiare?”

- *SIPRI Yearbook. Armaments, Disarmament and International Security.* È il più completo rapporto sulla situazione degli armamenti nel mondo edito dal prestigioso istituto di ricerca *Stockholm International Peace Research Institute* ([www.sipri.org](http://www.sipri.org)). Disponibile anche una sintesi in italiano.
- *AAVV, Atlante delle guerre e dei conflitti nel mondo*, Firenze, Terra Nuova Edizioni; esce una edizione ogni anno.
- [www.peacereporter.net](http://www.peacereporter.net)
- [www.eilmensile.it](http://www.eilmensile.it)
- [www.conflittidimenticati.org](http://www.conflittidimenticati.org)
- [www.guerrenelmondo.it](http://www.guerrenelmondo.it)
- [www.disarmo.org](http://www.disarmo.org)
- [www.warnews.it](http://www.warnews.it)

## Gioco teatrale: senza libertà

Esercizio imparato in un laboratorio sulle tecniche del Teatro dell'Oppresso di A. Boal.

“Bene. Basta stare seduti! Ci alziamo in piedi e allontaniamo le sedie. Adesso, in silenzio, senza toccare gli altri, camminiamo lentamente nello spazio. Non facciamo caso agli altri ma concentriamoci sul nostro corpo, sentiamo i piedi che poggiano per terra, sentiamo le gambe muoversi, il nostro respiro. Soprattutto lasciamoci avvolgere da un sentimento di libertà. Siamo liberi di muoverci come ci pare. Di camminare veloci o lenti. Di muovere le braccia e il corpo come vogliamo. Respiriamo aria di libertà. Sentiamo lo spazio dentro e fuori di noi. Adesso cominciamo a rallentare, sempre di più. Sempre più lenti. Ora ci fermiamo. Il nostro piede destro è incollato al pavimento e non si può più muovere. Posso muovere tutto il resto ma il piede destro rimane incollato. Non si stacca. Adesso anche il piede sinistro è incollato a terra. Non lo posso più spostare. Muovo il corpo, le braccia, le mani ma i piedi no. Ora appoggio la mano destra a terra e anch'essa rimane incollata. Mi muovo ancora con quello che resta libero. Appoggio a terra anche la mano sinistra e anch'essa non si stacca più. Faccio i movimenti che posso. Adesso tutto il corpo è attirato e incollato a terra. Cerco di muovermi come posso ma sono tutto incollato a terra. Anche lo spazio che mi circonda si restringe, si riduce e mi obbliga a rannicchiarmi”.

A questo punto spengo la luce e restiamo in silenzio per un minuto.

“Sempre restando in questa posizione prendo contatto con il mio corpo, con le sensazioni che mi arrivano, con le emozioni che sento. Accolgo quello che arriva senza giudicarlo.

Chi desidera può comunicare quello che prova, che sente, che sperimenta.

Riacendiamo le luci e lentamente riprendiamo l'uso del nostro corpo, ci alziamo e torniamo seduti.

Com'è andata? Cosa ci è successo? Come ci siamo trovati? Com'è stato passare da una situazione di libertà a una di costrizione?”

## Testimonianze di vittime

Nella prima versione veniva proiettato un breve video sui bambini soldato ma poi ho preferito semplificare la strumentazione e rendere gli alunni meno passivi e più coinvolti nel laboratorio.

Abbiamo visto prima le mappe dei conflitti del mondo e un po' di dati: attori coinvolti, cause, durata, vittime. Questo ci aiuta a cogliere la situazione complessiva ma rischiamo di vivere il problema in modo lontano, distaccato, freddo. Mentale. Dietro questi numeri ci sono persone, storie, volti con drammi, dolori, ferite fisiche e morali. Proviamo allora ad avvicinarci a loro e a vedere questi problemi dal punto di vista delle vittime.

Ora distribuisco a ognuno un bigliettino con una piccola storia. È una storia vera. C'è un nome e un paese. Non è importante se è maschio o femmina. Leggete in silenzio, con calma il vostro bigliettino. Poi chiudete gli occhi e provate a visualizzare questa persona davanti a voi: immaginate il suo volto, il suo vestito, il suo ambiente. Cercate di cogliere il suo stato d'animo, i suoi sentimenti e le sue emozioni. Cosa sta pensando? Come si sente? Cosa desidera? Cosa vuole fare?

Riaprite gli occhi e, facendo il giro, ognuno racconta brevemente la storia del suo personaggio parlando in prima persona: 'Io mi chiamo... e vengo da...'

## Le voci delle vittime

Fonti: Unicef, Caritas italiana, Human Rights Watch, Amnesty International, Oxfam Italia, Medici per i Diritti Umani, Peacelink, LAFTI.

1. Appartengo a una comunità d'intoccabili. La nostra comunità non possiede né terre né case. Elemosinare è la nostra unica possibilità di sopravvivere. Lottiamo giorno dopo giorno per la nostra sopravvivenza e non possiamo andare a scuola. La nostra famiglia ha bisogno di noi. Nostro padre beve alcol e picchia noi figli e mia mamma. Non c'è pace in casa. Mi piacerebbe studiare, ma la maestra non ci accetta perché siamo sporchi.  
Deena (India)



2. Dieci anni fa Amma mi ha trovata avvolta in un fagotto in una strada vicino alla mia casa. Mia madre era una donna senza aiuto, con due bambini e senza idea di dove fosse mio papà. Amma mi prese da quel fagotto. C'erano altre donne nel vicinato e chiese loro: "Perché questa bimba è qui abbandonata?" L'immediata risposta fu che la madre era inutile, non aveva la capacità di stare dietro ai figli. Vagava per la strada vivendo una vita senza cura. Io avevo la febbre. Non avevo niente nella mia capanna. Saraswathi (India)
3. Provengo dal villaggio di Perunthottam. La mia famiglia è molto povera. Lavora la terra del proprietario per poche rupie. Non possiamo comprarci nulla. Amma venne nel mio villaggio, dove i proprietari terrieri e i contadini erano in forte contrasto. C'erano scontri anche violenti. I miei genitori chiesero ad Amma di prendermi all'ostello per darmi un'istruzione. Manoj (India)
4. Passo il giorno e la notte al mercato centrale di Thika, una cittadina a 35 Km da Nairobi. Porto il giornale a casa di qualche cliente, compero bibite per gli impiegati dell'Ufficio Postale, faccio piccoli servizi a chi me li chiede in cambio di una mancia. Mi lavo e lavo i miei vestiti alla fontana del giardino comunale e dormo in una cabina telefonica, coprendomi con giornali vecchi. Sono uno *street-child*, un bambino di strada. William (Kenia)
5. Ho diciassette anni e ho sempre sofferto la fame in casa. Mia mamma si prostituiva e io ero l'ultimo di otto figli di padri diversi. Gli altri se ne sono già andati da tempo per la loro strada e io, negli ultimi due anni, ho assistito la mamma che diventava sempre più debole per l'AIDS. È morta agli inizi di gennaio. Raccogliendo e vendendo carta e plastica, facendo piccoli servizi al mercato locale, sono riuscito a pagare l'affitto della baracca in cui la mamma viveva e a portarle ogni giorno un po' da mangiare e soprattutto l'affetto di figlio. Quando ne ho avuto l'opportunità ho fatto piccoli furti e nei momenti più difficili sono ricorso anch'io a sniffare colla per addormentare i morsi della fame. Peter (Kenia)
6. Per la maggior parte dei musulmani del mondo, la settimana del Eid ul-Fitr – che segna la fine del Ramadan – è un'occasione per festeggiare. Qui nel campo di Dadaab l'unica cosa che facciamo è pregare, non ci sono

festeggiamenti, perché la vita è dura. Noi chiediamo a Dio solo la pace per il nostro Paese. Io ho sette figli.

Nella nostra madrepatria, la Somalia, io e la mia famiglia eravamo pastori, ma abbiamo perso tutto il nostro bestiame a causa della siccità.

Le scarse piogge e il conflitto in corso ci hanno obbligati a lasciare la nostra casa, camminando per cinque giorni. Katuma (Kenia)

7. Sono madre di 9 figli e ho viaggiato a piedi per 20 giorni dalla Somalia fino al campo profughi di Dadaab. Anche se ci siamo lasciati il conflitto somalo alle spalle, arrivare alla fine della giornata è ogni volta una sfida. La festa Eid ul-Fitr per la fine del Ramadan è spesso un'opportunità per scambiarsi regali o per comprare nuovi vestiti ai bambini. Ma per noi qui la festa Eid ul-Fitr è un giorno come gli altri. Non abbiamo niente per sopravvivere. Sto festeggiando la festa di Eid con molti problemi e senza vestiti. Norta (Kenia)
8. Sono una ragazza di 28 anni, madre di due bambini, e vivo nel campo profughi. Sono scappata dalla Somalia perché c'era la guerra. Ho perso tutto. Il mio desiderio per la festa di Eid è questo: ho chiesto di andare in paradiso. Shamsa (Kenia)
9. Sono fuggito all'improvviso, verso il confine con l'Etiopia. Allora i miei genitori hanno venduto la casa dove vivevano per pagare il mio viaggio. Non avevo documenti perché non esisteva un governo in Somalia, per questo ho dovuto pagare moltissimi soldi per ottenere il passaporto. Dall'Etiopia sono andato in Sudan e poi in Libia. In Sudan e Libia abbiamo attraversato 3000 chilometri di deserto. Se si fosse fermata la macchina saremmo morti tutti.

Ho impiegato tre mesi, ma appena arrivato i soldati libici mi hanno arrestato perché allora non avevo ancora i documenti. Sono stato in carcere sette mesi. Il carcere in Libia è duro, durissimo. Non hai un letto, si dorme sul pavimento, si mangia una volta al giorno e spesso picchiano con i manganelli. Sono riuscito a uscire dal carcere solo pagando mille dollari al comandante dei soldati e sono fuggito in fretta verso l'Italia perché, se fossi rimasto lì e mi avessero messo di nuovo in prigione, non ne sarei più uscito. Sono venuto in barca con altre 140 persone. Una sola barca, tre giorni e tre notti nel Mediterraneo. Poi la barca ha iniziato a spaccarsi,

- allora ci siamo spogliati e abbiamo cercato di tappare le crepe con i nostri vestiti. Ahmed (Somalia)
10. Nel 2006 è iniziata la guerra tra il governo e le corti islamiche. Poi sono entrati in Somalia anche i soldati etiopi. In quel momento venivano uccise molte persone, la guerra peggiorava. Io mi trovavo con la mia famiglia a Mogadiscio; volevamo andare via, avevamo troppa paura. Io ho pensato di fuggire in Italia. Abbiamo attraversato il deserto. Non c'era acqua. Quella che c'è sulla macchina finisce subito e dopo quelli che guidano ti danno massimo mezzo bicchiere d'acqua al giorno. Se la macchina si ferma o si rompe, la gente muore nel deserto. Jamal (Somalia)
  11. Ho 32 anni e soffro di un lieve disturbo mentale. Ho attraversato il confine con la Liberia per sfuggire alle violenze, lasciando in Costa D'Avorio mia moglie e il mio bambino di 5 anni. Sono stato accolto da Karmosseh, una donna residente nel paese di Gblarley che ha deciso di ospitarmi in casa sua. Quel che accade in Costa D'Avorio mi spaventa e si dice che la situazione potrebbe presto peggiorare. Per questo ho deciso di fuggire e venire qui in Liberia, perché avevo paura. Sylvain Meto (Costa D'Avorio)
  12. La mattina del 30 aprile le forze serbe diedero inizio a una grande offensiva. S'incominciarono a udire colpi di diverso calibro provenire da tutte le direzioni. Il panico iniziò a diffondersi tra la gente che aveva cercato rifugio in quei villaggi. Sentivamo gli spari provenire da tutto il villaggio. Mio nipote fu il primo a vedere le forze serbe venire verso di noi. Ci disse: "I Serbi stanno scendendo la collina e sono molto vicini a noi!" Dopo cinque minuti li vidi anch'io. Dissi a tutti di sdraiarsi a terra, nella speranza che non ci avrebbero notato. Non avevamo alcuna possibilità adesso, dato che eravamo circondati da tutti i lati e il cerchio stava diventando sempre più piccolo. Poi, a una distanza di sette-otto metri, comparvero alcuni paramilitari che iniziarono a urlare: "Ecco i terroristi!" Si riferivano a noi. Senza alcun tipo di preavviso cominciarono a spararci contro una raffica di colpi. Io fui ferito in cinque punti diversi. Azem (Kosovo)
  13. Erano le 4:00 del mattino di venerdì 28 maggio 1999 quando scoprimmo di essere sotto assedio. Io e il resto della famiglia ci trovavamo in una casa nel villaggio di Cikatova. I poliziotti chiamarono ad alta voce la padrona di casa e le ordinarono di aprire la porta. Quando l'aprì capimmo che era-

- vamo in trappola. Ogni finestra e altra possibile uscita erano bloccate dalla polizia e dall'esercito. Ci vennero a prendere verso le 6:00; dopo un'ora e mezza ci mandarono in una casa che si trovava un po' più distante dal luogo in cui ci trovavamo e ci fecero radunare tutti lì. Kaqusha (Kosovo)
14. Il 10 maggio diedero il via a un'operazione di rastrellamento; li sentivamo mentre entravano nelle case dei nostri vicini, sentivamo chiaramente le urla dei nostri amici. Decisi di riunire tutta la mia famiglia in una stanza. C'era un silenzio innaturale in quella stanza; avevo come la sensazione che qualcosa mi serrasse la gola, mi sentivo soffocare, bruciare... non riuscivo a respirare. Volevo salvare mia moglie e i miei figli da quel massacro, ma non sapevo cosa fare. I paramilitari entrarono in casa dalla porta sul retro, potevamo sentire i loro passi mentre salivano le scale. La porta della stanza in cui ci trovavamo era socchiusa; uno di loro le diede un calcio ed entrò nella stanza... erano le 7:15 del mattino. Strinsi a me i bambini e mia moglie, in modo da proteggerli e vincere la paura. Uno di loro mi guardò dritto in faccia e mi disse che avevo quindici minuti per abbandonare la casa con la mia famiglia e fuggire verso l'Albania. Ibrahim (Kosovo)
  15. Ci diedero tonnellate di droga tutto il tempo, per farci sentire forti e coraggiosi e per obbedire ai loro ordini, non importava quali fossero. Spesso prendevo oppio e valium. Penso che siano molte le cose che non riesco a ricordare a causa della droga che ci davano. Ero come controllato da demoni. Ma io so che sono quello che ha commesso di tutto e mi sento male quando penso a tutto ciò che ho fatto. Non esiste niente peggio della guerra. Henri (Liberia)
  16. Riempirono il modulo e uno mi chiese l'età ma, quando dissi che avevo 16 anni, lui mi diede uno schiaffo e disse: "Tu ne hai 18. Rispondi 18". Il sergente chiese allora: "Perché sei entrato nell'esercito?" Io risposi: "Contro la mia volontà. Sono stato catturato". Allora mi disse: "Ok, tieni la bocca chiusa," e riempì il modulo. Io volevo tornare a casa e lo domandai ma loro si rifiutarono. "Per favore," chiesi "fatemi almeno fare una telefonata". Ma risposero no anche a questo. Tatmadaw Kyi (Myanmar).
  17. Avevo 12 anni quando i soldati di un gruppo armato hanno circondato la mia scuola e mi hanno condotto, assieme a molti altri compagni, nella

- foresta. Per tre anni sono stato esposto a pericoli, sofferenze, percosse, malnutrizione e malattie, prima di essere finalmente rilasciato. La maggior parte dei miei compagni di scuola sono morti. Poi sono tornato al mio villaggio natale per ritrovare i genitori e le sorelle che non avevo più rivisto. Zachariah (Repubblica Democratica del Congo)
18. A 14 anni sono stata rapita da un gruppo armato in un campo in pieno giorno. Sono stata costretta a lavorare per loro. Dovevamo camminare tutto il tempo e procurare cibo per i ribelli. Dopo due mesi ho avuto la possibilità di scappare. Ciò che desidero è tornare a scuola. Ester (Uganda)
  19. Mia sorella più grande era malata. Uno dei miei fratelli era troppo piccolo e l'altro si era appena sposato. Questi sono stati i motivi per cui mi sono arruolata. Qualcuno doveva fare questo sacrificio e io in famiglia ero la meno indispensabile. Betty (Sri Lanka)
  20. Il mio compito inizialmente era quello di portare la torcia per i ribelli adulti. Poi mi è stato insegnato a usare le granate. In meno di un mese trasportavo già i fucili AK47 e persino i G3. Georges (Burundi)
  21. Una mattina stavo andando a far pascolare le vacche insieme a mio padre e mio fratello. I Mai-Mai sono arrivati alle nostre spalle su un camion. Hanno ucciso mio padre sotto i miei occhi. Avrei voluto aiutarlo, ma hanno caricato me, mio fratello e gli animali sul carro e da allora ci hanno arruolato per spiare i nemici, per cercare l'acqua e per rubare cibo nei villaggi. Dopo un anno siamo fuggiti dall'armata. Abbiamo ritrovato uno zio che ci ha preso in casa con lui, ma non abbiamo un letto. Mia madre e le mie sorelle sono state uccise dai Mai-Mai qualche giorno dopo il nostro rapimento. Rivedo spesso le immagini di mio padre e non riesco a smettere di piangere. Walumba (Congo)
  22. Mi hanno rapito insieme a due amici. Loro sono stati arruolati come spie e ladri, io come soldato perché ero più robusto. Ora soffro di dolori alla milza e al torace e risento ancora il rumore dei cannoni nelle orecchie, perché mi obbligavano a tenere addosso tutto il giorno armi pesantissime che lanciavano proiettili rumorosi come bombe. Mi mandavano in giro a sparare su tutto e tutti, senza una ragione giusta per procurarsi cibo e oggetti, per distruggere case e persone. Yulu (Congo)

23. Ho delle cicatrici sulle gambe. Quando ero nell'armata mi davano delle pugnalate sotto le ginocchia, perché dicevano che così sarei diventato più forte, un vero Mai-Mai. Appena ricominciavo a camminare, mi ordinavano di andare a rubare polli, capre e fagioli in giro per i villaggi. Io e i miei compagni prendevamo droga. Da quando sono rientrato nel mio villaggio, mi sento ancora più irrequieto, a volte non so controllarmi, distruggo tutto e picchio gli amici. Poi mi sento anormale e piango, mi sento d'impazzire, perché non so proprio chi potrà accettarmi in queste condizioni, Come farò a vivere nella società? Kahodi (Congo)
24. Ero con mia madre e le mie sorelle sulla strada che porta al pozzo per andare a prendere l'acqua e a comprare il riso. All'improvviso i Mai-Mai sono saltati fuori dalla foresta e ci hanno urlato di stenderci a terra, senza fiatare. Hanno sparato a mia sorella e a mia mamma. Io sono stata presa come schiava. Di notte mi mettevano a fare da guardia a Satana e ai suoi collaboratori, perché dicevano di essere loro i Re delle tenebre e che nessuno doveva spodestarli. Sono fuggita e ho trovato rifugio in questa scuola. Hanno ritrovato mia nonna, ora vivo con lei. Non ho avuto più notizie di mio padre e dei miei fratelli. Mulasi (Congo)
25. Quando i Mai-Mai mi hanno preso si sono riuniti in circolo in una decina intorno a me. Mi hanno minacciato alle spalle col fucile. Avevo solo paura di morire. Quando erano più calmi mi mandavano per i villaggi a rubare cibo. Ho vergogna di tutto quello che ho fatto. Non riesco più a guardare negli occhi i miei familiari e le persone del mio villaggio. Kalume (Congo)

### Come mi sento?

“Ora restiamo un attimo in silenzio, se possibile a occhi chiusi, per contattare il nostro mondo interiore, le sensazioni che ci vengono dal corpo e le emozioni. Accogliamo quello che ci arriva, senza giudicarlo. Proviamo a dare un nome alle emozioni che proviamo.

Distribuisco a ciascuno una biro e un post-it dove ognuno può scrivere una o più emozioni che ha sentito dentro di sé. Fatto questo attacchiamo il post-it al petto.

Ora ci alziamo e, in silenzio, camminiamo nello spazio dentro il cerchio: ognuno può leggere le emozioni degli altri. Poi ci sediamo.

Ci sentiamo di condividere qualcosa di quest'esperienza con gli altri? Cos'abbiamo provato? Come l'abbiamo vissuta? Cos'abbiamo colto negli altri?

### Giro finale

Com'è andato quest'incontro? Come ci siamo sentiti? Cosa ci è piaciuto e cosa ci ha messo a disagio? Basta anche solo una parola.

## Secondo incontro: analizzare i conflitti

### Ripresa del tema

“Qualcuno si ricorda cos'abbiamo fatto la volta scorsa? Cosa vi ha colpito? Avete fatto qualche riflessione? Oppure c'è qualche notizia che vi ha colpito? Qualcosa che è successo nel frattempo?”

### Analisi delle cause delle guerre

“Formiamo gruppi di quattro. A ogni gruppo do un foglio e una biro. La domanda che ci facciamo è questa: perché ci sono le guerre? Quali sono le cause? Perché gli uomini scelgono la violenza per risolvere i conflitti tra loro? Ogni gruppetto provi a elencare le cause delle guerre. Non solo le guerre in senso classico ma tutti i conflitti armati e anche le diverse forme di violenza organizzata tra gruppi.

Bene. Ora mettiamo per terra un cartellone bianco con al centro la parola guerra. Sulla base del lavoro di gruppo costruiamo insieme una mappa concettuale in questo modo. Attorno alla parola guerra mettiamo quelle che, secondo voi, sono le cause principali, dirette, più importanti. Poi, in un secondo momento, e in un cerchio più esterno, le cause delle cause. Le cause indirette. I perché dei perché. Infine proviamo a collegare tra loro, in senso trasversale, tutte queste parole.

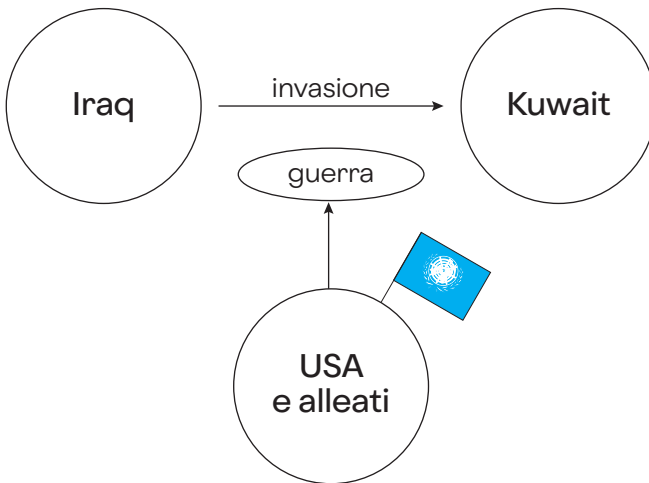
Terminato il lavoro osserviamo quello che ne è emerso: cosa osserviamo? Uno sguardo complessivo cosa ci suggerisce? Che insegnamento ne possiamo trarre?”

## Complessità e interconnessione

“È stato detto che quando scoppia un conflitto la prima cosa che muore è la verità. Io aggiungerei che la seconda cosa che muore è la complessità. Abbiamo visto bene nel nostro cartellone come le cose sono complesse e interconnesse.

Facciamo l'esempio della prima guerra del golfo (1990). Vi mostro un cartello con la versione ufficiale.

### Schema ufficiale del conflitto del Golfo



L'Iraq invade il Kuwait e una coalizione di Stati, sotto l'egida dell'ONU interviene per ripristinare la legalità. Come vedete sembra tutto molto semplice. È il classico schema invasore-vittima-liberatore. Vi mostro ora una versione più articolata. J. Galtung ha evidenziato 20 conflitti presenti nell'area. Come vedete le cose sembrano più difficili, intricate, complicate.

La complessità della situazione non ci deve scoraggiare: anzi, ci può fare intuire il lavoro per la pace. Mentre nel primo caso sembra che abbiamo a disposizione solo l'opzione armata, nel secondo possiamo agire su più fronti, e con diversi strumenti, per portare la pace nella zona”.





## Violenza e violento

“Ci alziamo in piedi e formiamo gruppi di tre. Ogni gruppo si prende un comodo spazio. Decidete chi è A, chi è B e C. Ora A è una persona che agisce la violenza, B è la vittima e C è un osservatore. Mettiamo in scena un piccolo episodio dove A mima (senza parlare e senza toccare) violenza contro B che subisce passivamente, senza reagire. C osserva senza intervenire. Lasciamo agire i gruppi per un paio di minuti. Ora ci fermiamo, chiudiamo gli occhi e ci mettiamo in contatto con il nostro mondo interiore, con le nostre emozioni e sensazioni. Restiamo un po' in silenzio. Accogliamo quello che arriva senza giudicare. Poi ripetiamo la scena dove B agisce la violenza, C subisce e A è l'osservatore. Come prima, dopo l'azione restiamo un poco in silenzio a occhi chiusi. Continuiamo a ruotare: C agisce la violenza, A subisce e B osserva. Alla fine restiamo di nuovo in silenzio.

A questo punto, all'interno del gruppo possiamo fare una piccola condivisione raccontandoci come ci siamo sentiti nei tre diversi momenti. Le emozioni, le sensazioni, agio o disagio, benessere o malessere. Ci ascoltiamo senza giudicare.

A questo punto torniamo in cerchio. Com'è andata? Cos'abbiamo imparato da quest'esercizio? Abbiamo colto in noi un po' di atteggiamento violento o un po' di vittimismo? O entrambi? Riusciamo ad accogliere queste parti di noi senza giudicarle? Secondo voi c'è differenza tra dire violento o persona che agisce con violenza? Posso distinguere la persona dal suo comportamento? Chi ha più bisogno di aiuto?"

### Ciro finale

“Com'è andato l'incontro? Cosa mi ha colpito? Qualcosa mi ha messo a disagio? Basta anche una sola parola”.

## Terzo incontro: costruire la pace

### Ripresa del tema

### La Costituzione

L'art. 11 della nostra Costituzione recita così:

L'Italia ripudia la guerra come strumento di offesa alla libertà degli altri popoli e come mezzo di risoluzione delle controversie internazionali.

La domanda a questo punto sorge spontanea: se non vogliamo la guerra esistono altri strumenti per avere pace e giustizia? Quali sono?

### Un indovinello

L'idea di utilizzare gli indovinelli per stimolare la ricerca del nuovo, che spesso è nascosto, invisibile, apparentemente impossibile, la devo all'amico Roberto Tecchio<sup>3</sup>.

“Vi propongo un indovinello: se qualcuno lo sa non dica niente per permettere agli altri d'indovinare. Un chirurgo parte in vacanza con il figlio adolescente. Fanno un incidente stradale: il chirurgo muore sul colpo mentre il

<sup>3</sup> Formatore, facilitatore e consulente, si occupa di Metodologia del Consenso, di gestione nonviolenta dei conflitti e di *Focusing*.

figlio subisce alcune lesioni. Viene portato d'urgenza in ospedale e in sala operatoria. Si avvicina il chirurgo per operarlo ed esclama: 'Non me la sento di operarlo... è mio figlio!'

Come è possibile? Come si spiega? Prendiamoci il tempo per cercare una soluzione. Esiste una soluzione? Qualcuno rinuncia a trovarla?"

È abbastanza probabile che qualcuno abbia un'illuminazione e s'accorga che l'unica persona che poteva dire così era la madre.

"Come ci si sente quando si scopre la soluzione di un indovinello? Prima tutto era buio poi, improvvisamente, si accende la luce. E sembra tutto ovvio. Nell'indovinello c'è spesso un blocco mentale che c'impedisce di scoprire la soluzione che poi, una volta trovata, appare evidente. Nell'ambito della pace la domanda che ci poniamo è: "È possibile per l'umanità liberarsi della necessità della guerra? Esiste una soluzione semplice, nascosta, che non riusciamo a vedere? Possiamo provare a cercarla?"

### Cercare più soluzioni

"Ci alziamo in piedi e ci dividiamo in quattro gruppi. Dobbiamo affrontare alcune dispute tra due parti in conflitto e provare a cercare più soluzioni. Per terra mettiamo quattro cartoncini colorati: uno vince e l'altro perde, nessuno vince, vincono a metà, vincono in due. Queste sono quattro possibili evoluzioni del conflitto. Quello che va per la maggiore è il primo: c'è una prova di forza e il più forte vince. È quella tipica di tanti film: il buono e bello vince mentre il cattivo e brutto perde. Viene ucciso oppure cade. La seconda è chiara mentre la terza è il classico compromesso, tanto caro ai politici. La quarta è la più originale, nuova e richiede creatività. Quest'approccio vale sia per i conflitti piccoli sia per quelli più grandi. Esamineremo quattro diversi conflitti. Il primo è questo: abbiamo un'arancia e due pretendenti. Ora ogni gruppo provi a immaginare una o più soluzioni sulla base del suo cartoncino. Facendo il giro sentiamo cos'avete trovato. Poi i gruppi ruotano in cerchio in modo da trovarsi di fronte un nuovo cartoncino. Quindi affrontano il problema da un'altra prospettiva. Il secondo conflitto è questo: due organizzazioni politiche si contendono il potere e il controllo di uno Stato". L'esercizio continua come sopra, cercando soluzioni, esponendole per poi ruotare e affrontare gli altri due conflitti: due Paesi si contendono un territorio confinante, due

gruppi si contendono un giacimento di petrolio.

“Torniamo seduti e commentiamo quello che abbiamo sperimentato”.

### Una noce. Mezzi e fini

“Mettiamo al centro una noce. Proviamo a osservarla. Guardiamola per quello che è. Un frutto. Gustoso e nutriente. Con un guscio duro. Si conserva a lungo.

Proviamo ora a immaginare il suo passato. Era un piccolo fiore su un grande albero. Poi è diventato un minuscolo frutto verde, tenero. Ha goduto dei raggi del sole e della pioggia. Ha sperimentato vento e rugiada. Ha contemplato il panorama attorno a sé. Ha conosciuto insetti e uccelli. Ha sentito il sostegno dell'albero-madre e la ninfa che lo nutriva e lo faceva crescere. Il suo guscio si induriva e sentiva che era pronto. Un colpo di vento l'ha fatto cadere e una mano l'ha raccolto e portato qui.

Ora proviamo a immaginare il suo futuro. Può essere mangiato e si trasforma in cellule in un corpo umano. Un'avventura emozionante! Oppure seminato in un campo e, pian piano, germoglia e diventa una piccola pianta, di noce. Nel suo DNA, preparato in milioni di anni, ci sono tutte le informazioni necessarie per diventare un albero di noce. Non un nocciolo o un mandorlo. Proprio un noce. Albero che può produrre molte noci. Nel suo presente ci sono il suo passato e il suo futuro. C'è un intimo legame biologico tra seme e frutto.

Cosa c'entra questa noce con il nostro tema? Che messaggio ci porta? C'è un legame tra mezzi e fini, tra obiettivi e strumenti per raggiungerli? L'umanità ha provato per millenni a costruire la pace facendo la guerra. Se il fine è buono posso usare tutti i mezzi possibili. Ha funzionato? Ricordate il proverbio chi semina vento raccoglie tempesta? Secondo voi è proprio così?

Per Gandhi il rapporto tra mezzi e fini è lo stesso che c'è tra seme e albero. Se semino pace ottengo pace, se semino violenza raccolgo violenza. Che ne dite?”

### L'azione violenta e l'azione nonviolenta

“La nostra cultura considera abbastanza normale usare la violenza, anche per ottenere o difendere nobili valori. I Romani dicevano *si vis pace para bellum*, se

vuoi la pace prepara la guerra. Sappiamo anche dalla storia che l'umanità ha sperimentato, anche con successo, la nonviolenza.

Adesso formiamo delle coppie. A ogni coppia consegniamo una scheda con elencate le caratteristiche dell'azione violenta. A fianco provate a inventare, immaginare, scoprire le qualità dell'azione nonviolenta.

AZIONE VIOLENTA	AZIONE NONVIOLENTA
Odiare i nemici.	Amare i nemici.
Eliminare il nemico.	Fare di un nemico un amico.
Combattere chi fa il male.	Distingue il male dalla persona.
Eliminare il male con il malvagio.	Trasforma il male e libera l'uomo.
Il fine giustifica i mezzi.	Coerenza tra mezzi e fini.
Se vuoi la pace prepara la guerra.	Se vuoi la pace lavora per la giustizia.
Uso di mezzi distruttivi.	Uso di mezzi non distruttivi.
Uso di mezzi immorali.	Uso di mezzi giusti e pacifici.
Escalation della violenza.	Non offre pretesti.
La forza è nelle armi.	La sua forza nella non-collaborazione.
Concezione del potere monolitico.	Potere relazionale.
Conquista del potere.	Controllo del potere.
Società autoritaria.	Il potere è di tutti.
Uccide la verità.	Ricerca la verità.
Usa lo spionaggio e la menzogna.	Aderisce alla verità.
Disponibilità a uccidere.	Disponibilità a morire.
Sviluppa la bestialità dell'uomo.	Sviluppa la sua umanità.
Non risolve il conflitto.	Risolve o gestisce il conflitto.
Genera altri conflitti.	Non genera altri conflitti.
Elimina la diversità.	Rispetta e valorizza la diversità.
O vinti o vincitori.	Solo vincitori.
Semplifica la realtà.	Coglie la complessità della realtà.

### IL SIGNIFICATO DELLA NONVIOLENZA PER GANDHI.

Combattere il male ma salvare chi lo compie.  
Agire contro la violenza ma non contro il violento.  
Odiare il colonialismo e amare gli Inglesi.  
Cercare l'unione con l'altro e non collaborare con il suo operato.  
Distinguere la persona dal suo comportamento.  
Trasformare il nemico in amico.  
Liberare noi dall'oppressione e liberare l'altro dal suo agire disumano.  
Vincere in due.

“Guardiamo insieme il lavoro fatto dalle coppie. Che idea di azione non-violenta emerge?

Guardiamo anche questo cartellone dove sono elencate tecniche di azione nonviolenta. Uno studioso<sup>4</sup> ha riletto la storia e ha trovato 198 esempi di tecniche nonviolente. Esperienze concrete.

Di solito quando si studia la storia abbiamo un elenco di guerre. Possiamo scoprire molti casi storici in cui è stata utilizzata la nonviolenza”.

### Esempi storici di lotte nonviolente

In queste situazioni sono state usate, anche solo parzialmente, una o più tecniche di azione nonviolenta.

#### *Lotte di liberazione dal colonialismo*

- India (Gandhi 1915-1947)
- Repubblica Democratica del Congo (1959)

#### *Resistenza nonviolenta al nazismo*

- Germania (1943)
- Olanda (1943)
- Norvegia (1940-45)
- Danimarca (1942)

<sup>4</sup> G. Sharp, *Politica dell'azione nonviolenta*, vol. II, Le Tecniche, Torino, Ega, 1985.

- Bulgaria (1940-44)
- Italia (1940-45)

*Resistenza al colpo di stato*

- Germania (1920)
- Bolivia (1979)
- Russia (1991)

*Insurrezioni*

- Germania Est (1953)
- Guatemala (1944)

*Rivoluzioni*

- Russia (1905)
- America (1944)

*Lotte per i diritti civili*

- USA (1955-1968)
- Sud Africa (1950-60)
- Cina (1989)
- Kosovo (1989-1999)
- Sud America (anni 70 e 80)
- URSS (1946-1989)

*Resistenza a invasioni*

- Ungheria (1859-1867)
- Finlandia (1898-1905)
- Germania (1923)
- Cecoslovacchia (1968)
- Vietnam (1963-73)
- Palestina (1987)

*Rovesciamento di dittature*

- Iran (1963-78)

- Haiti (1983-83)
- Guatemala (1944)
- Filippine (1986)
- Polonia (1980-1990)
- Madagascar (1991)

*Resistenza alla militarizzazione*

- Francia (1070-1981)
- Italia (1981-1983)

“Quest’altro cartellone mostra il confronto tra la difesa tradizionale e un modello di difesa che utilizza le strategie e le tecniche della nonviolenza”.

### Difesa Armata e Difesa Popolare Nonviolenta (DPN)

	Difesa armata	Difesa Popolare Nonviolenta
Chi difende	Specialisti	Tutta la popolazione dove vive e lavora
Cosa difende	I confini nazionali	Le conquiste civili e le strutture sociali
Contro chi agisce	Il nemico invasore	Ogni aggressore e ogni sistema di sopraffazione interno o esterno
Come?	Con strumenti di morte sempre più sofisticati	Con i mezzi della lotta nonviolenta
Principio di fondo	Vince il più forte	Nessun popolo può essere dominato stabilmente senza la sua collaborazione
Che società presuppone	Accentrata e militarizzata	Decentrata
Cosa fare prima	Alleanze militari, addestramento, spionaggio	Politiche di cooperazione e giustizia; formazione alla nonviolenza
I rischi?	Colpo di stato militare	Nessuno
Se ha successo?	Morti da entrambe le parti, distruzione	Morti limitati da parte del difensore
Se fallisce?	Può continuare come lotta partigiana	Continua la lotta nonviolenta



“Queste informazioni che impressioni vi suscitano? Che ne pensate?”

Secondo voi l’umanità si sta incamminando sulla via della pace? Siete ottimisti o pessimisti? Potremo liberarci della necessità della guerra?

Io sono ottimista. Vi faccio un esempio: il 15 novembre 1325 vi fu una sanguinosa battaglia tra Modena (ghibellina) e Bologna (guelfa), la battaglia di Zappolino, nota anche per la famosa secchia rapita. Ci furono oltre duemila morti. Oggi più nessuno pensa a una guerra tra Modena e Bologna: al massimo ci sarà una partita di calcio. L’Europa è stata colpita da due tremende guerre mondiali con milioni di morti: ora abbiamo un’Europa unita e una sola moneta. Possiamo vedere in questo un’evoluzione verso la pace?”

Ci scrive Etty Hillesum

“Ci sono alcuni libri universali che non dovrebbero mai mancare nelle nostre case. Uno è Il piccolo principe. L’altro è il diario di Etty Hillesum. Etty è una contemporanea di Anna Frank. È anche lei ebrea, vive nella stessa città il dramma degli ebrei ricercati e deportati dai nazisti nei campi di sterminio. Etty ha qualche anno di più. Cerca di aiutare gli altri ebrei. Ha capito quello che sta accadendo. Potrebbe scappare ma non lo fa. Alla fine è catturata e mandata nel campo di Auschwitz dove muore. Ci lascia un intenso diario dove narra del suo mondo interiore e della sua visione di pace. In questo drammatico contesto Etty scriveva: “La vita è bella”.

In quest’attività facciamo che Etty scriva a ciascuno di voi una breve lettera, personale. Io vi consegno questa lettera. Ognuno la legge con calma e poi prova a risponderle: cara Etty...

Caro, cara...

L’unico modo che abbiamo di preparare questi tempi nuovi è di prepararli fin d’ora in noi stessi.

È proprio l’unica possibilità che abbiamo, non vedo altre alternative, ognuno di noi deve raccogliersi e distruggere in se stesso ciò per cui ritiene di dover distruggere gli altri.

E convinciamoci che ogni atomo di odio che aggiungiamo al mondo lo rende ancor più inospitale.

E più pace c’è nelle persone, più pace ci sarà in questo mondo agitato.

Tua Etty Hillesum

Caro, cara...

Il marciame che c'è negli altri c'è anche in noi, continuo a predicare e non vedo altra soluzione, veramente non ne vedo nessun'altra che quella di raccoglierci in noi stessi e di strappare via il nostro marciame.

Non credo più che si possa migliorare qualcosa nel mondo esterno senza aver prima fatto la nostra parte dentro di noi.

È l'unica lezione di questa guerra: dobbiamo cercare in noi stessi, non altrove.

Tua Etty Hillesum

Chi se la sente può leggere la sua risposta a Etty.

“Ora vi racconto un paio di storielle:”

### Un fiocco di neve<sup>5</sup>

“Dimmi quanto pesa un fiocco di neve” chiese un passero a una colomba selvatica.

“Nulla più del nulla” fu la risposta.

“In tal caso devo raccontarti una storia” disse il passero. “Sedevo su un ramo di abete, vicino al tronco, quando comincio a nevicare. Non avendo niente di meglio da fare contai i fiocchi di neve che si posavano sui rametti e sugli aghi del mio ramo. Arrivai a 3.741.952 e quando il fiocco di neve numero 3.741.953 cadde sul ramo, nulla più del nulla, il ramo si spezzò”.

Detto questo il passero volò via.

La colomba rifletté per un po' sulla storia e alla fine si disse: “Forse manca solo la voce di un'unica persona perché la pace possa giungere nel mondo”.

“Avete in mente qualche caso nella storia in cui c'è stato un cambiamento improvviso e importante?”

Come un ramo che si spezza: agiscono molte forze nascoste e, di colpo, ecco il colpo di scena. Nessuno si aspettava la caduta del muro di Berlino il 9 di novembre del 1989 e il disfacimento dell'Unione Sovietica. Non è stato un caso: tante persone, movimenti e istituzioni avevano lavorato nell'ombra per tanti anni”.

<sup>5</sup> B. Ferrero, *Il canto del grillo*, Torino, LDC, 1992.

## Le stelle marine

Una tempesta terribile si abbatté sul mare. Lame affilate di vento gelido trafiggevano l'acqua e la sollevavano in ondate gigantesche che si abbattevano sulla spiaggia come colpi di maglio, o come vomeri d'acciaio aravano il fondo marino scaraventando le piccole bestiole del fondo, i crostacei e i piccoli molluschi, a decine di metri dal bordo del mare.

Quando la tempesta passò, rapida com'era arrivata, l'acqua si placò e si ritirò. Ora la spiaggia era una distesa di fango in cui si contorcevano nell'agonia migliaia e migliaia di stelle marine. Erano tante che la spiaggia sembrava colorata di rosa.

Il fenomeno richiamò molta gente da tutte le parti della costa. Arrivarono anche delle *troupe* televisive per filmare lo strano fenomeno.

Le stelle marine erano quasi immobili. Stavano morendo.

Tra la gente, tenuto per mano dal papà, c'era anche un bambino che fissava con gli occhi pieni di tristezza le piccole stelle marine. Tutti stavano a guardare e nessuno faceva niente.

All'improvviso, il bambino lasciò la mano del papà, si tolse le scarpe e le calze e corse sulla spiaggia. Si chinò, raccolse con le piccole mani tre piccole stelle del mare e, sempre correndo, le portò nell'acqua. Poi tornò indietro e ripeté l'operazione.

Dalla balaustrata di cemento, un uomo lo chiamò: "Ma che fai ragazzino?"

"Ributto in mare le stelle marine, altrimenti muoiono tutte sulla spiaggia" rispose il bambino senza smettere di correre.

"Ma ci sono migliaia di stelle marine su questa spiaggia; non puoi certo salvarle tutte. Sono troppe!" gridò l'uomo. "E questo succede su centinaia di altre spiagge lungo la costa! Non puoi cambiare le cose!"

Il bambino sorrise, si chinò a raccogliere un'altra stella di mare e gettandola in acqua rispose: "Ho cambiato le cose per questa qui!"

L'uomo rimase un attimo in silenzio, poi si chinò, si tolse scarpe e calze e scese in spiaggia. Cominciò a raccogliere stelle marine e a buttarle in acqua. Un istante dopo scesero due ragazze ed erano in quattro a buttare stelle marine nell'acqua.

Qualche minuto dopo erano in cinquanta, cento, duecento, centinaia di persone che buttavano stelle di mare nell'acqua.

Così furono salvate tutte.  
(*Storiella attribuita a Gandhi*)

### Io cosa posso fare?

Quest'attività l'ho imparata dagli amici della Scuola di Pace Bandeirante di Guaporé in Brasile.

“Ora vi metto su una mano un poco di crema profumata. Uno alla volta, facendo il giro, mentre ci spalmiamo la crema diciamo: ‘Con queste mani posso fare un’azione di pace...’ e aggiungiamo una o più azioni, molto semplici, umili, quotidiane che possiamo fare per portare un po’ di pace nel mondo, a partire dal nostro ambiente di vita.

### Attività finale: il cerchio meraviglioso

“Eccoci alla fine del nostro percorso. Facciamo l'ultima attività. Ci alziamo in piedi. Stringiamo il cerchio, fianco a fianco, apriamo le braccia e formiamo un grande abbraccio. Ognuno avrà l'opportunità di dire alcune parole di commento su quello che abbiamo fatto. Pensieri, emozioni, sensazioni; quello che gli è piaciuto e quello che l'ha lasciato perplesso. Funziona così: ci muoviamo lentamente in senso orario fino a che chi vuole intervenire dice: “Stop!” E tutti ci fermiamo. Dopo che ha parlato dice: ‘Avanti a destra (o a sinistra).’ Si gira finché qualcuno dice stop!”

## Allegati

Alcuni pensieri di Etty Hillesum  
Gioco di simulazione: il tavolo dell'ONU  
Le cinque regole del mediatore  
Bibliografia

### Alcuni pensieri di Etty Hillesum (tratti dal suo diario)

È qui ora in questo luogo, che devo trovare pace.  
La disciplina esteriore al servizio di quella interiore.  
Il paesaggio esterno come specchio di quello interno.  
Ascoltarsi dentro.

Il marciame che c'è negli altri c'è anche in noi.  
La vita è bella.  
La pace futura sarà prima in noi stessi.  
Ora sono in pace.  
Si deve cominciare da noi stessi, ogni giorno.  
Dalla sofferenza si può attingere forza.  
Si deve semplicemente essere.  
Sopportare la sofferenza, fonte della pace interiore.  
L'unico modo che abbiamo di preparare questi tempi nuovi è di prepararli fin d'ora in noi stessi.  
Le cose difficili diventano belle quando si sopportano.  
Vivere è bello malgrado quello che ci facciamo reciprocamente.  
Raccogliere la parte migliore che c'è in ognuno.  
Se vogliamo perdonare gli altri dobbiamo prima perdonare noi stessi.  
Più pace c'è nelle persone, più pace ci sarà in questo mondo agitato.  
Si può lavorare alla nostra pace interiore.  
Cercare l'essere umano irricoscibile, in mezzo alle rovine delle sue azioni insensate

### **Gioco di simulazione: "Il tavolo dell'ONU"**

Questa attività è stata utilizzata nelle scuole superiori. Passando alle scuole medie ho preferito attività diverse, più semplici.

“Ora facciamo un gioco di simulazione e mettiamo in scena una conferenza di pace in una situazione conflittuale. Partiamo dalla situazione e dalle parti coinvolte”.

### **Scenario**

Lo Stato di Terrasacra è abitato dalla popolazione balì, di cultura, lingua e religione balì. Il Paese è democratico e gode di un certo benessere. In una regione montuosa dello Stato vive la minoranza etnica dei balù, con cultura, lingua e religione balù. I balù sono la maggioranza nella regione che essi chiamano Balulandia e ne rivendicano l'indipendenza. Il governo di Terrasacra ritiene la regione di Balimadre, lo stesso territorio chiamato in modo

diverso, parte integrante del territorio nazionale e rifiuta la concessione dell'indipendenza in nome dell'unità dello Stato. Nella regione contesa sono stati scoperti recentemente dei giacimenti di petrolio. Nella regione nasce un movimento terroristico (CNL) che propugna la lotta armata mentre altre organizzazioni sono per una resistenza nonviolenta. Lo Stato attua una dura repressione con gravi violazioni dei diritti umani.

L'Onu interviene e organizza una conferenza internazionale per affrontare la questione.

### Parti coinvolte

Governo di Terrasacra

Comitato di Liberazione Nazionale

Governo alleato

Movimento "Pace e Fratellanza"

ONU

Unione Europea

"Ora dividiamo la classe in otto gruppi: le parti in causa, i mediatori e gli osservatori. Consegno a ogni gruppo una scheda dove fissare i propri obiettivi e la strategia per raggiungerli. In altre parole ogni gruppo deve aver ben chiaro che cosa vuole ottenere e come.

Consegno inoltre delle istruzioni particolari a ogni gruppo. Ai mediatori consegno anche una lista di suggerimenti".

### Scheda obiettivi e strategia

Definizione degli obiettivi: precisi, condivisi e ottenibili

Obiettivo principale...

Obiettivi secondari...

Elaborazione di una strategia: cioè come (con quali mezzi) vogliamo raggiungere il nostro obiettivo

Strategia ...

## Istruzioni particolari

### *Governo di Terrasacra*

Ritiene Balumadre regione strategica per le sue risorse energetiche. Inoltre quel territorio è da sempre considerato, nella cultura bali, culla della sua civiltà. Ne sono testimonianza reperti archeologici.

### *Comitato di Liberazione Nazionale (CNL)*

La regione di Balulandia è popolata all'85% dalla popolazione balù, che risiede nella regione da oltre 600 anni, come dimostrano autorevoli fonti storiche. Il CNL, interpretando i sentimenti di insofferenza della popolazione balù verso il governo centrale, ritiene che la lotta armata sia l'unica via percorribile per ottenere la libertà.

### *Governo alleato*

È un governo di uno Stato molto potente, alleato dello Stato di Terrasacra politicamente, economicamente e militarmente. Ritiene la regione di Balumadre strategica per le sue fonti energetiche e per gli equilibri dell'area. Vorrebbe infatti installarvi una base militare.

### *Movimento "Pace e Fratellanza"*

È l'espressione della società civile balù. La regione di Balulandia è popolata all'85% dalla popolazione balù, che risiede nella regione da oltre 600 anni, come dimostrano autorevoli fonti storiche. Il Movimento ritiene di poter ottenere la libertà con mezzi nonviolenti. Al suo interno esistono comunità dove le etnie bali e balù convivono pacificamente.

### *ONU*

Ha convocato e presiede la Conferenza di Pace. Si pone come mediatore del conflitto. Vorrebbe arrivare a un accordo scritto firmato dalle parti in conflitto.

### *Unione Europea*

È stata invitata alla Conferenza di Pace per la sua influenza nell'area del conflitto. Gioca tutta la sua autorevolezza nel mediare il conflitto. Non ha interessi particolari (economici o altro) da far valere nel conflitto.

### *Osservatori 1*

Centrano la propria attenzione sullo stato d'animo delle parti in causa. In particolare registrano gli sforzi dei mediatori nel far emergere i sentimenti dei confliggenti. Registrano diligentemente tutto quello che “sentono” (di emozioni) in profondità dentro le parti in lotta.

### *Osservatori 2*

Centrano la propria attenzione su tutte le proposte di soluzioni al conflitto che emergono dalla Conferenza. Registrano con diligenza tutte le proposte di soluzioni, anche se non vengono discusse e approvate.

“Ogni gruppo si riunisce e si prende il tempo per fissare obiettivi e strategia. A questo punto mettiamo in scena la conferenza di pace.

Al tavolo siedono i mediatori (ONU e Unione Europea) e le parti in causa. Gli osservatori non partecipano alla conferenza; non entrano nel gioco di ruolo. Guardano dall'esterno, senza intervenire.

L'ONU apre la conferenza, dando la parola alle diverse parti”.

Si lascia il tempo necessario al libero svolgimento del gioco di ruolo. Se si arriva a una soluzione accettata dalle parti, bene; oppure se la conferenza arriva in uno stato di stallo si interrompe il gioco.

“Restando ognuno al proprio posto facciamo un primo giro per comunicare il nostro stato d'animo, le nostre emozioni, le sensazioni che abbiamo vissuto nella simulazione. L'osservatore che aveva il compito di registrare le emozioni può comunicarci quello che ha colto. Poi ci concentriamo sui risultati: è stato trovato un accordo? È stata raggiunta la pace? Gli obiettivi delle diverse parti sono stati raggiunti? I mediatori hanno fatto un buon lavoro? Qualcuno ha vinto o perso, oppure si è arrivati a un compromesso? O hanno perso o vinto entrambi?”



### Le cinque regole del mediatore

1. separare i belligeranti: calmare le acque;
2. ascoltare cosa è successo:  
farsi raccontare, da uno alla volta, cosa è successo;  
eventualmente fare ripetere all'altro per aiutare ad ascoltarsi reciprocamente;
3. aiutare a dare un nome ai sentimenti:  
“come vi sentite?”
4. favorire la ricerca dei bisogni profondi:  
far emergere quali sono gli interessi dei protagonisti;  
provare a stimolare la ricerca dei perché, e anche i perché dei perché;
5. facilitare la ricerca delle soluzioni:  
aiutare a immaginare quante più soluzioni possibili;  
aiutare a valutare e a scegliere una soluzione accettabile per entrambi.

Quello che il mediatore non deve fare:

- schierarsi (deve restare neutrale);
- fare il giudice o l'arbitro;
- dare consigli.

### Bibliografia

Volumi consultati, oltre a quelli citati precedentemente.

- A. L'Abate, *Addestramento alla nonviolenza*, Torino, Satyagraha, 1985.
- M.K. Gandhi, *Teoria e pratica della nonviolenza*, Torino, Einaudi, 1973.
- MIR Padova, *Il puzzle della nonviolenza*, Venezia, Regione Veneto, 1997.
- AA.VV., *Resistenze civili: le lezioni della storia*, Molfetta, La meridiana, 1993.
- AA.VV., *Invece delle armi: obiezione di coscienza, difesa nonviolenta, corpo civile di pace europeo*, Bologna, FuoriThema, 1996.

Tra le riviste:

- *Quaderni Satyagraha*, Centro Gandhi Edizioni di Pisa;
- *CemMondialità*, mensile di educazione interculturale del Centro di Educazione alla Mondialità (CEM) di Brescia;
- *Conflitti*, rivista italiana di ricerca e di formazione psicopedagogica del Centro Psico-pedagogico per la Pace di Piacenza.

Sitografia:

- [www.nonviolenti.org](http://www.nonviolenti.org)
- [www.mir.it](http://www.mir.it)
- [www.paxchristi.it](http://www.paxchristi.it)
- [www.serenoregis.org](http://www.serenoregis.org)
- [www.assopace.org](http://www.assopace.org)
- [www.berrettibianchi.org](http://www.berrettibianchi.org)
- [www.pacedifesa.org](http://www.pacedifesa.org)

# Streghe, roghi e inquisizione

## Premessa

L'idea di costruire un percorso sulle streghe mi è stata suggerita da un'insegnante della Scuola Media di Pavullo nel Frignano (MO). Mi è piaciuta e mi sono messo subito al lavoro. Avevo già del materiale e ne ho studiato altro. Alla fine ho "distillato" il tutto in sette parole chiave e preparato per ognuna delle attività. Il percorso è stato utilizzato per diversi anni nelle classi seconde della Scuola media di Pavullo.

## Scheda di presentazione del percorso

### Utenti

Scuola secondaria di primo e secondo grado. Si consiglia di affrontare prima l'argomento di storia per inquadrare il percorso.

### Sintesi

Partire dall'osservazione di un periodo "oscuro e oscurato" della nostra storia, passando attraverso storie vere fino alla scoperta delle sue ombre sul presente. Un viaggio nella storia e dentro di noi attraverso alcune parole chiave: potere, diavolo, eresia, magia, cure popolari, scienza, stregoneria.

### Obiettivi

Conoscere in modo più approfondito un particolare periodo della storia europea e riflettere sulle sue connessioni con l'attualità.

### Contenuti

- contesti storici e culturali;
- pensiero dominante con i suoi dogmi e cultura;
- l'ostilità alla conoscenza e alle scienze;
- connessioni tra il potere civile e quello religioso;

- la paura della diversità;
- il bisogno di un “capro espiatorio” su cui riversare i mali e le calamità della società;
- stereotipi e pregiudizi;
- contro le donne perché più vulnerabili, ma anche contro gruppi minoritari;
- le conoscenze del mondo femminile e le reazioni dei ceti dominanti;
- la strega come proiezione di immagini del subconscio collettivo;
- il passaggio dall’ignoranza alla diffidenza, all’odio, alla persecuzione;
- dalla demonizzazione alla diagnosi (dal demone alla malattia), dalla persecuzione all’isolamento;
- meccanismi che possono ripetersi anche oggi.

### **Modalità operativa**

Attività interattive con letture, giochi di simulazione, laboratori teatrali, animazione, canzoni e momenti di rielaborazione delle sensazioni e degli stimoli raccolti. Con un approccio olistico si esplora un momento storico attraverso tutto il proprio corpo.

### **Documentazione**

Vengono rilasciati agli insegnanti una sintesi del lavoro realizzato e materiale di approfondimento

### **Spazio**

Sala ampia con solo un cerchio di sedie, con la possibilità di oscurarla nell’ultimo incontro.

### **Agenda**

#### **Materiali necessari**

Vengono presentati nelle diverse attività. Naturalmente, in mancanza di quelli suggeriti, si possono utilizzare altri strumenti affini o inventarne altri che abbiano la stessa finalità.

## Primo incontro: potere, demonio, eresia

Presentazione reciproca. Giro di nomi aggiungendo: "Come mi sento ora"

Introduzione allo stile degli incontri (cfr. ABC del conflitto)

Introduzione al tema

"In questi tre incontri faremo insieme un viaggio in un periodo particolare della storia europea. Già il titolo del percorso ci fa intuire l'epoca che andremo a esplorare. Lo faremo con lo sguardo del viaggiatore che non giudica ma cerca di capire. Cercheremo di calarci nei panni di chi ha vissuto quel periodo per scoprire che alcune ombre del passato toccano anche noi oggi. Affrontiamo il nostro argomento facendoci guidare da alcune parole chiave".

Prima parola chiave: IL POTERE

Esercizio a gruppi sul tema del potere

Attività ispirata a una tecnica del Teatro dell'Oppresso di Augusto Boal: il Teatro Immagine<sup>1</sup>

"Immaginiamo che il nostro sindaco bandisca un concorso per creare una scultura da collocare in piazza sul tema del potere. Dividiamo la classe in piccoli gruppi di 4-5 alunni con questa consegna: avete 10 minuti per inventare una scultura fatta con i vostri corpi che rappresenti il concetto di potere. Non è una scenetta, il gruppo deve stare immobile senza parlare. Ora vi preparate e poi lo mostrerete alla classe". Dopo dieci minuti si torna in cerchio e i diversi gruppi, a turno, compongono al centro la loro scultura, per alcuni minuti.

Terminata l'esposizione s'invitano, uno alla volta, i gruppi a tornare nel centro. Rivolti al gruppo-scultura: "Come vi sentite? Siete comodi in questa posizione? Vi piace il vostro personaggio? Qualcuno del pubblico non è soddisfatto di quello che rappresenta la scultura? Vorreste modificarla? Se nessuno la modifica rimane così. Qualcuno vuol provare a sostituirsi a un personaggio e provare a cambiare la situazione? Senza parlare ma entrando in

<sup>1</sup> A. Boal, cit.

scena? Che personaggio vuoi sostituire? Ora vi piace di più? Cos'è cambiato?"

La cosa si ripete con gli altri gruppi. Alla fine si può chiedere un commento su quello che è successo, su che idea si sono fatti del potere.

I tre tipi del potere: tre gruppi più osservatori a rotazione

Materiale: quattro cartoncini colorati con la seguente scritta:

SENZA POTERE... non posso, non riesco;

POTERE DI... decido, voglio;

POTERE SU... decido io per tutti.

OSSERVATORI

I cartelli vengono posizionati per terra a opportuna distanza. La classe si divide in quattro gruppi che si collocano dietro i cartelli. "Ora vi propongo una situazione e ognuno, a seconda del cartello che ha di fronte, deve provare a sentire interiormente cosa prova; gli osservatori si limitano a osservare e ascoltare quello che vedono. Prima situazione: cosa mangio oggi? Provate a immergervi nella vostra situazione: non posso decidere quello che mangio, decido di mangiare quello che mi pare, decido io cosa dobbiamo mangiare tutti noi. Restiamo un attimo in silenzio a sentire cosa si muove dentro di noi di sensazioni o emozioni. Facciamo un rapido giro di condivisione, chi se la sente. Gli osservatori possono commentare". Poi i gruppi ruotano e cambiano posizione. Si propone la seconda situazione: a che gioco giochiamo? E poi a seguire: dove vado oggi? Cosa guardo in televisione?

Alla fine si torna in cerchio per la condivisione. "Come mi sono sentito nelle diverse posizioni? C'era un posto che mi faceva sentire a disagio o a mio agio? Com'è non poter decidere? Com'è decidere per gli altri? Come mi fa sentire? Io sento di avere un po' di potere? Chi ha potere sulla mia vita? Come mi sentivo nel ruolo di osservatore a osservare la scena da fuori? Il potere è una cosa giusta o sbagliata? Chi ha il potere? Che tipo di potere è? Perché ha il potere? Che bisogno ha? Ha paura di perderlo? Di chi ha paura?"



1785), che mostra il corpo di una donna con i punti d'ingresso dei vari demoni indicati per nome.

Si pensava che il diavolo, essendo uno spirito, avesse bisogno di un corpo e preferisse scegliere quello della donna perché considerata un essere debole.

Il diavolo esiste?

“Torniamo a chiudere gli occhi: alzi la mano chi crede che il diavolo esista. Facciamo una rapida conta. Abbassate la mano. Riaprite gli occhi. In questa classe abbiamo tot alunni che credono che il diavolo esista e il resto no. Chi ha dei commenti da fare? Secondo voi oggi si crede all'esistenza del diavolo?”

Un libro

Viene mostrato il libro di Padre Amorth e P. Rodari, *L'ultimo esorcista: la mia battaglia contro satana*<sup>3</sup>.

Volendo si può accennare, in sintesi, ai contenuti del libro.

Il diavolo può possedere, cioè entrare in un corpo ma non in oggetti o animali.  
Il diavolo può possedere in seguito a un maleficio di un mago, un malocchio, una seduta spiritica, un rito satanico o se si fa un patto con lui.  
La scienza non sa spiegare tutto e certi casi di “pazzia” potrebbe essere una possessione.  
Le streghe erano ritenute pazze ma in realtà potevano essere possedute: non andavano bruciate ma esorcizzate.  
Ci sono i maghi, gli stregoni e i sensitivi. Questi ultimi possono essere autentici (umili, poveri e nascosti) o cattivi (se chiedono soldi).  
Magia, negromanzia e spiritismo sono condannati dalla Bibbia e oggi diffusi.  
Nel secolo XVIII si nega l'esistenza del diavolo.

“Cos'è un esorcismo? Qualcuno ha avuto informazioni dirette di persone possedute ed esorcizzate?”

<sup>3</sup> G. Amorth e P. Rodari, *L'ultimo esorcista: la mia battaglia contro satana*, Milano, Piemme, 2012.



### Terza parola chiave: L'ERESIA

La tua idea è sbagliata!

“Ognuno pensa a una cosa di cui è assolutamente certo, una cosa semplice, ovvia, evidente. Qualsiasi cosa. Quando tutti l’hanno trovata ci dividiamo in coppie. Scegliete chi comincia. Quindi il primo espone all’altro la cosa di cui è certo e poi il secondo trova tutte le argomentazioni per confutare, criticare, smontare la certezza del primo. Il primo tace”. Dopo cinque minuti c’è una breve pausa di silenzio durante la quale il primo prende contatto con le proprie emozioni e sensazioni. “Com’è per me sentirmi dire che la mia idea è sbagliata? Quello che credevo vero potrebbe essere falso?” Dopo s’invertono i ruoli e si ripete l’esercizio. Alla fine si torna in cerchio per la condivisione. “Come ci si sente quando le nostre opinioni vengono osteggiate? Oppure cosa vorremmo fare quando ci troviamo di fronte a idee che non condividiamo?”

### Cenni all’Inquisizione

Vedi cronologia. “Nel passato il potere politico e religioso ha perseguitato coloro che avevano opinioni ritenute pericolose. La prima Università è nata a Bologna, e anche la prima Inquisizione. Secondo voi c’è un legame tra le due cose? Il potere ha sempre avuto paura delle idee diverse, eretiche: perché?”

E oggi? “Oggi le opinioni sono rispettate?”

Presentare una scheda di Amnesty International: si può facilmente ricercare sul sito di Amnesty International il rapporto annuale aggiornato. A titolo di esempio.

#### REPRESSIONE, PENA DI MORTE E TORTURA NEL MONDO

Dal rapporto di Amnesty International 2012

Ci sono 198 Stati nel mondo.

In 91 Stati ci sono state restrizioni alla libertà di manifestare la propria opinione.

In 101 Stati ci sono stati maltrattamenti e torture per aver partecipato a manifestazioni di dissenso.

In 57 Stati è prevista la pena di morte.

In 21 Paesi sono state eseguite pene di morte.

<sup>4</sup> M. Poltrineri, E. Fazioli, *La magia di Bologna*, Bologna, Hermatena, 2007.

Presentare il libro di M. Fox, *In principio era la gioia*<sup>5</sup>. Libro definito dall'allora cardinale J.A. Ratzinger “pericoloso e fuorviante”. Ratzinger, diventato Papa col nome Benedetto XVI, era allora presidente della Congregazione per la dottrina della fede. Nata nel 1542 come Inquisizione Romana e mai abolita, col tempo ha cambiato nome e compiti.

La pace con i valdesi

Si mostrano articoli di quotidiani che documentano la riconciliazione tra la Chiesa Cattolica e una chiesa eretica: quella Valdese. Ad esempio.

Dopo 160 anni pace fatta con i valdesi (La Stampa, 21 gennaio 2013 p. 18)  
Il Papa nel Tempio valdese: perdono per le persecuzioni (La Stampa, 23 giugno 2015)

Il Papa che chiede perdono

Papa Giovanni Paolo II chiede perdono il 31 ottobre 1992 per la persecuzione dello scienziato italiano Galileo Galilei e il processo che ne era seguito nel 1633.  
Nel maggio 1995, nella Repubblica Ceca, il papa chiede perdono per il ruolo avuto dalla Chiesa nei roghi e nelle guerre religiose che seguirono la riforma protestante.  
Il 10 luglio 1995 il papa invia una lettera destinata «a ogni donna» in cui chiedeva perdono per le ingiustizie compiute verso le donne nel nome di Cristo, per la violazione dei diritti femminili e per la denigrazione storica delle donne.  
Il 12 marzo 2000, chiede perdono per i peccati commessi in ogni epoca dai cattolici che violarono «i diritti di gruppi etnici e intere popolazioni, e dimostrarono disprezzo per le loro culture e tradizioni religiose».  
L'8 marzo 2000 ha chiesto perdono a nome della Chiesa per i peccati degli appartenenti all'Inquisizione.

<sup>5</sup> M. Fox, *In principio era la gioia*, Roma, Fazi, 2011.

## Secondo incontro: magia, cure popolari, scienza, stregoneria

### Quarta parola chiave: LA MAGIA

#### La bottiglia magica

Preparare prima la bottiglia “magica”. Occorrente: 1,2 gr di glucosio, 12 grammi di soda caustica e blu di metilene.

Sciogliere il glucosio in 100 cc di acqua, in un altro recipiente sciogliere la soda caustica in 50 cc di acqua. In una bella bottiglia di vetro da 400 cc mettere la soluzione di glucosio e poi 8 cc della soluzione di soda caustica e infine diverse gocce di blu di metilene. Tappare. Il liquido diventa blu e dopo 3-5 minuti diventa incolore. Se viene agitata ritorna blu per poi ritornare incolore dopo qualche minuto. La cosa funziona alcune volte poi il blu lentamente si scolora. È un bel trucco divertente e a effetto!

“Io mi chiamo Merlini e sono l'ultimo discendente di Mago Merlino. Ho molti poteri magici e posso fare cose prodigiose. Ecco qua una bottiglia che contiene acqua. Con i miei incantesimi posso farla diventare blu”. Agito la bottiglia e questa diventa blu. Appoggio la bottiglia per terra al centro. “Ora, sempre con i miei poteri magici faccio ritornare l'acqua incolore”. E così accade...

Cosa è successo? Ho fatto veramente una magia? C'è un trucco?”

“Alzi la mano chi ha visto almeno un film di Harry Potter. E letto un libro? Chi è Harry Potter? Che cosa studia? Cos'è la pietra filosofale? E l'alchimia?”

#### Domande a gruppi

Si divide la classe in piccoli gruppi a cui si assegnano bigliettini con sei domande e cinque minuti per rispondere.

COS'È LA MAGIA?  
QUALI SONO I SUOI POTERI?  
DOVE LI PRENDE?  
LA MAGIA È BUONA O CATTIVA?  
ESISTE LA MAGIA?  
DIO È UN MAGO?

Alla fine si leggono le risposte a una domanda alla volta.

“Nel passato il potere pubblico ha cercato di tenere sotto controllo la magia. Ne aveva un po' paura. Perché il potere aveva paura della magia?”

La magia oggi

Da un numero della rivista *Astra*, il primo mensile di astrologia e benessere dell'anima, si staccano le pagine di pubblicità e si fanno girare nel cerchio.

“Queste pagine contengono la pubblicità a diverse pratiche: astrologia, astrologia karmica, astrologia arcaica, astrologia ciclica, tarocchi, cabale, esoterismo, veggenti, sensitivi, cartomanti, cartomanzia karmica, sogni, telepatologia, scienze occulte, strega moderna, parapsicologia, arcani, sibille, divinazioni. Di cosa si tratta? Qualcuno paga per avere queste prestazioni? È magia? È una cosa seria o sono truffe? Qualcuno conosce qualche persona che utilizza una di queste pratiche? Che pensate?”

Quinta parola chiave: LE CURE POPOLARI

Il libro delle erbe

Viene mostrato un voluminoso volume di erboristeria<sup>6</sup> o altro libro che si occupa di fitoterapia. “In questo libro sono riportate 226 piante per la cura delle malattie con tanti rimedi e formule. Secondo voi quest'autore si è svegliato una bella mattina e si è messo a scrivere questo volume di 980 pagine? Ha fatto tutto da solo? Quali potrebbero essere state le sue fonti d'informazione? Conoscete qualche persona che conosce e pratica rimedi naturali per curarsi?”

Quiz a gruppi

Si divide la classe in cinque gruppi. A ogni gruppo è consegnato un bigliettino con 10 parole. Alcune rappresentano pratiche terapeutiche effettivamente esistenti, altre sono frutto di fantasia. Dopo 5 minuti i gruppi relazionano.

<sup>6</sup> L.P. Da Legnano, *Le piante medicinali nella cura delle malattie umane*, Roma, Ed. Mediterranee, 1973.

Iridologia  
Tivuterapia  
Cristalloterapia  
Cibologia  
Rebirthing  
Ronfing  
Aromaterapia  
Lattoterapia  
Fiori di Bach  
Carry Therapy

Fienoterapia  
Reiki  
Sputning  
Conchiglioterapia  
Rolfing  
Pranoterapia  
Farfallaterapia  
Agopuntura  
Fiori di Zuch  
Color Solving

Fitoterapia  
Nutellaterapia  
Shiatsu  
Memorie Piramidali  
Brucoterapia  
Nuvologia  
Argilloterapia  
Bioenergetica  
Sugar Therapy  
Ecclissologia

Cure Termali  
Pain Solving  
Riflessologia Plantare

Medicina Ayurvedica

Luceterapia

Saltik Therpy

Omeopatia

Sassoterapia

Idroterapia

Stellaterapia

Feldenkrais

Ozioterapia

Sportologia

Pet Therapy

Cosmoterapia

Cromoterapia

Qi Gong

Musicoterapia

Ventotherapy

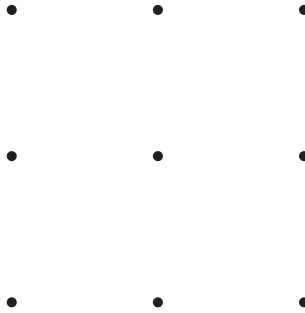
Storiologia

“Come avete visto ci siamo un po’ divertiti a giocare con pratiche terapeutiche vere o inventate. Voi ne avete provata una? E i vostri familiari? Sono pratiche non tradizionali, non riconosciute dalla medicina ufficiale eppure c’è chi le usa. Da sempre le persone si curano con metodi naturali. Eppure tanto tempo fa queste usanze destavano sospetto. Il potere, ancora una volta, le ostacolava. Ne aveva paura? Perché?”

## Sesta parola chiave: LA SCIENZA

Indovinello dei 9 punti

È un classico indovinello, non proprio facile. Si tratta di unire tutti i nove punti con quattro segmenti continui. A ogni alunno viene consegnato un biglietto con tre possibilità. Normalmente si vede un quadrato ma in questo modo non vi è soluzione. Solo uscendo dal quadrato si può trovare la soluzione.



“È stato facile o difficile trovare la soluzione? Come siamo riusciti a trovarla? Che trucco abbiamo utilizzato? Vi è mai capitato di non vedere la soluzione di un problema e poi cambiare punto di vista e vedere che era facile? Possiamo fare degli esempi?”

Il paradigma

“Un paradigma, nel linguaggio comune, è un modello di riferimento, un termine di paragone. In campo scientifico, e non solo, a un certo punto il nostro modello di riferimento, il paradigma, non è più in grado di spiegare i fenomeni che osserviamo. Occorre allora cambiare paradigma, modello di riferimento, punto di osservazione. Solo così posso esplorare il nuovo. È quello che ha fatto Galileo che si è messo a osservare in modo diverso il cielo facendo scoperte interessanti. Ma questo metodo faceva paura al potere religioso che l’ha messo sotto processo. Ancora una volta troviamo che il potere ha paura, questa volta della scienza. Perché ha paura della scienza?”

Settima parola chiave: LA STREGONERIA<sup>7</sup>

Caccia alla strega nel villaggio europeo del 1500

“Siamo in un villaggio europeo del 1500. Ultimamente stanno accadendo fenomeni preoccupanti: c’è una grande siccità, i raccolti si stanno seccando,

<sup>7</sup> E. Cohen, *Con il diavolo in corpo. Filosofi e streghe nel Rinascimento*, Verona, Ombre corte, 2005.

sono morti diversi bambini e le mucche hanno smesso di fare latte. Sicuramente c'è un maleficio nel villaggio. Tra di noi c'è una strega: ha fatto un patto col diavolo per danneggiarci. Dobbiamo assolutamente trovarla! Ora ognuno di voi vedrà segretamente un bigliettino che indica un ruolo o mestiere nel villaggio da interpretare. Se non capisce il significato glielo spiego, sempre segretamente”.

lo Scemo del villaggio | il Parroco | il Soldato | il Fabbro | il Falegname | la Tessitrice | il Contadino | il Fornaio | la Filatrice | il Mugnaio | il Ciabattino | la Levatrice | il Medico | il Muratore | il Boscaiolo | il Mendicante | il Pastore | il Bovaro | l'Ortolano | il Fruttivendolo | la Nonna che raccoglie le erbe | l'Oste | il Frate | la Suora.

“Poi tutti si mettono al centro e, senza parlare, mimano il loro personaggio. Mentre mimano il proprio ruolo devono guardarsi attorno per capire chi potrebbe essere la strega”.

Si fa questa attività per alcuni minuti e poi si torna nel cerchio.

La delazione (biglietti anonimi nella cassetta)

“È domenica, siamo nella chiesa del villaggio e il parroco tiene un discorso: “Sapete tutti quello che sta accadendo nel villaggio. Dobbiamo assolutamente estirpare la pianta malefica che vive tra noi. La strega va trovata e severamente punita. Ognuno ha il dovere di denunciare i sospetti. In fondo alla chiesa troverete una cassetta dove potrete mettere dei biglietti anonimi con i nomi delle persone sospette. Ho già chiamato l'Inquisitore a cui consegneremo i nomi e lui potrà fare un giusto e severo processo”.

“Ora a turno vi alzate e scrivete su un bigliettino il nome, uno solo, della persona della classe che pensate sia la strega o lo stregone”.

Alla fine i bigliettini vengono mescolati e distribuiti alla classe. “Uno alla volta ci alziamo e andiamo a deporre il bigliettino ai piedi della persona sospetta. Ora osserviamo le persone che hanno dei bigliettini ai loro piedi... Chi tra di loro sarà la strega? Cominciamo a sentirle, a partire da chi ha meno bigliettini”. Così piano piano vengono svelati i ruoli dei singoli alunni, terminati quelli con i bigliettini si svelano anche tutti gli altri per scoprire, alla fine, che non c'è nessuna strega!



“Cosa è successo? Come ci siamo rimasti? Perché non c'è nessuna strega? Allora abbiamo denunciato degli innocenti? Nella storia è successo proprio questo: per gelosia, invidia, vendetta si denunciavano delle persone innocenti. E queste finivano nelle mani dell'Inquisitore”.

### Terzo incontro: il processo<sup>8 9</sup>

#### Il processo

Personaggi: l'Inquisitore, 4 giudici, un cancelliere, 2 soldati, 4 testimoni, 3 streghe. Materiali: corde, candela, mantello, croce, un foglio di carta, una penna da scrivano, un vecchio libro.

L'ambiente è buio, illuminato solo da una candela posta su un tavolo. Al tavolo siedono i quattro giudici con al centro il cancelliere con carta e penna (tutti maschi). A lato sono sedute le tre imputate (femmine) con dietro due soldati che tengono le corde. Dall'altro lato siedono i quattro testimoni. Ogni testimone ha un bigliettino con la sua deposizione. Anche i giudici hanno un bigliettino con le diverse accuse. Un processo poteva avere una o più accuse. Qui ne sono riportate molte, soprattutto col quarto giudice, a scopo didattico. Il cancelliere, con carta e penna, redige il verbale del processo. Il resto della classe siede di fronte in semicerchio. Mi vesto di nero con un mantello e una vistosa croce sul petto, in mano tengo un vecchio libro con riprodotta l'immagine della copertina del *Malleus Maleficarum* (Il martello delle streghe).

Faccio un breve discorso introduttivo, ricordando la situazione del villaggio e ringraziando coloro che hanno denunciato le imputate. Chiedo alle tre sospette se intendono fare una libera e piena confessione dei loro crimini. In ogni caso do inizio al processo chiamando il primo testimone seguito dal primo giudice.

#### *Primo testimone*

Quando la Menica ha fatto il primo figlio lei è venuta in casa e ha chiesto di vedere il bambino. L'ha preso in braccio e gli ha detto qualcosa all'orecchio...

<sup>8</sup> M. Poltrinieri, E. Fazioli, cit., 2006.

<sup>9</sup> T. Gatto Chanu, *Streghe storie e segreti*, Roma, Newton & Compton Editori, 2001.

*Primo giudice*

Siete accusate di aver fatto un patto con il diavolo per gettare malefici sul villaggio

Siete accusate di aver partecipato al Sabba, per far festa con diavolo, di unirvi a lui e baciarlo sotto la coda.

Siete accusate di vendere bimbi al diavolo.

L'accusa è chiara: voi avete venduto l'anima al diavolo che vi ha dato il potere di seminare il male nel villaggio! Il diavolo è entrato nel vostro corpo, perché debole e perverso! Sappiamo che a volte il diavolo lascia un segno nel corpo... noi sapremo trovarlo! Guardie: spogliatele! Non subito... più tardi... abbiamo tutto il tempo... Chiamiamo il secondo testimone.

*Secondo testimone*

Una domenica l'ho vista uscire dalla Santa Messa mentre da sola parlava a bassa voce...

*Secondo giudice*

Siete accusate di dis-battezzare, calpestare l'ostia e il crocifisso.

Ecco un'altra accusa infamante: l'eresia! Chiara conseguenza del vostro patto scellerato col demonio! Avete ripudiato la vera fede nel vano tentativo di avere ricchezza e felicità! Ma questo sarà la vostra condanna! Volete finalmente rilasciare una piena confessione? Non vi salverà il corpo ma almeno la vostra anima verrà purificata. Altrimenti finirà diritta all'inferno. Ascoltiamo il terzo testimone.

*Terzo testimone*

Era la notte di San Giovanni e c'era la luna piena. Io stavo rientrando a casa dopo essere stato dal prete perché mia moglie non stava bene. Le ho viste uscire dal villaggio con un cesto in mano ed entrare nel bosco...

*Terzo giudice*

Siete accusate di raccogliere erbe sospette, di aiutare le donne a partorire e di curare gli ammalati.

Tutte voi donne vi improvvisate guaritrici, levatrici, curatrici con erbe e rimedi selvatici! Solo i medici possono curare la malattia e i preti guarire l'anima! Ancora una volta credete di usare del potere del diavolo per attrarre a voi i deboli e i poveri! Se vi ostinate a non confessare possiamo darvi... un aiutino... Guardie: mostrate le corde! Avanti l'ultimo testimone.

*Quarto testimone*

Era due ore dopo il tramonto: ero uscito per spostare i chiusini per irrigare il prato (era il mio turno d'acqua) quando la vidi passare di corsa nel viottolo. Distolsi gli occhi un attimo e non c'era più. Ma, subito dopo, dal fondo della valle, sentii un ululato...

*Quarto giudice*

Siete accusate di ungere manici per volare al Sabba.

Siete accusate di trasformarvi in gatti, topi e mosche.

Siete accusate di trasformare gli uomini in lupi e asini.

Siete accusate di preparare polveri e fare malefici per far ammalare e far morire uomini, bambini e animali.

Siete accusate di far venire tempeste.

Siete accusate di succhiare sangue.

Siete accusate di evocare i morti.

Siete accusate di leggere il futuro.

Siete accusate di prosciugare il latte alle mucche.

Siete accusate di dare e togliere fertilità a uomini e animali.

Siete accusate di fare e disfare sortilegi.

Siete accusate di "legare" e "slegare" amanti.

Ecco alla fine il grande potere del diavolo: la magia! Ecco svelato il vostro imbroglio! Ma in questo luogo il demonio non ha nessun potere! Non verrà a liberarvi dalla mia mano! Bene. Non abbiamo più bisogno di procedere oltre. Io vi accuso di praticare la stregoneria e vi condanno alla pena capitale da eseguire domani all'alba sulla pubblica piazza. Cancelliere completate il verbale. Il Processo è finito.

Sempre al buio tolgo gli abiti da Inquisitore. "Provate a chiudere gli occhi e a mettervi in contatto con il vostro mondo interiore: emozioni, sensazioni, bisogni, intuizioni". Poi, partendo dalle streghe, dai personaggi del processo

e infine arrivando al pubblico chiedo a uno a uno se vogliono condividere come si sono sentiti nella simulazione. Insisto sull'aspetto emotivo più che su quello mentale.

Poi si riaccendono le luci e si torna in cerchio. “Cosa pensiamo di quello che abbiamo vissuto? Che idea ci siamo fatti dei processi, della stregoneria, dell’Inquisizione?”

### Streghe e inquisitori

Si dispone la classe su due file, in piedi, distanziate di un metro.

“La prima fila è composta dagli inquisitori, la seconda da streghe e stregoni. Non si parla e non si fanno gesti. Chiudendo gli occhi provate a mettervi nei panni del vostro personaggio. Siete lo spietato accusatore, col dito puntato, oppure la vittima innocente ingiustamente accusata. Restate qualche minuto in ascolto delle vostre emozioni e sensazioni. Riaprite gli occhi. Possiamo condividere. Ora vi scambiate di posto e ripetiamo l'esercizio. Condividiamo. Dove vi sentivate più a vostro agio o disagio? C'è un po' dell'uno o dell'altro dentro di noi? Ci sentiamo a volte un poco inquisitori, accusatori? Ci sentiamo vittime d'ingiustizie, complotti?”

### Visita alle immagini

Si dispone nello spazio (su tavoli, sedie o al muro) una serie di immagini tratte dai testi indicati o da altre fonti dove sono rappresentate le streghe nell'iconografia dell'epoca e altre con immagini tratte dalla Cappella Sistina di Michelangelo. “Passeggiamo in silenzio in questa mostra e osserviamo come nel passato venivano rappresentati le streghe e il loro mondo. Soffermatevi a guardare come venivano raffigurati i corpi e confrontateli con le immagini a colori della Cappella Sistina”. Poi si torna in cerchio per una breve condivisione.

### È sempre colpa delle donne!

Accompagnandomi con una chitarra canto la canzone “Il lamento delle streghe” invitando a prestare attenzione alle parole. Alla fine si fa una breve condivisione.

Perché è successo tutto questo? Com'è andata a finire?

In chiusura della parte storica si chiede: “Questi fatti hanno attraversato tutta l'Europa per diversi secoli. Com'è potuto accadere tutto questo?”

Servendosi della Cronologia allegata si accenna a come si è conclusa la caccia alle streghe.

#### COME VA A FINIRE LA CACCIA ALLE STREGHE?

Diminuisce l'importanza del demonio e aumenta l'influenza della scienza.

Si cominciano a chiedere processi più equi, con meno uso della tortura, con prove certe (e non solo denunce anonime), con la possibilità di difesa.

Si distingue la realtà dalla fantasia.

Le donne con dei disturbi non sono più considerate indemoniate ma pazze: dalla patologia dell'anima si passa alla patologia della mente.

#### Il capro espiatorio

“Avete sentito parlare di capro espiatorio? È un concetto biblico: i peccati del popolo vengono caricati sul capro che viene sacrificato e quindi paga, espia, per tutti. In ambito storico si riferisce a quelle categorie di persone che vengono accusate dei mali della società. Oltre alle streghe ricordiamo gli ebrei e gli zingari”. (Si può utilizzare la cronologia). Secondo voi, oggi, ci sono delle categorie di persone che sono accusate di essere responsabili dei mali della nostra società?

#### Violenza sulle donne oggi

“Tutto questo accadeva 500 anni fa. Oggi come vengono trattate le donne? È cambiato qualcosa?”

Restando in cerchio vengono fatti girare ritagli di giornali che parlano di femminicidio e violenza sulle donne insieme a volantini di centri di aiuto alle donne (e agli uomini) e di iniziative di sensibilizzazione, come *One billion rising*. “Commenti? Impressioni? Sensazioni?”

#### Stretta di mano

“In questa classe ci sono maschi e femmine. Possiamo avere un rapporto di conflitto oppure di rispetto e collaborazione. Senza prevaricazione, violenza,

subordinazione, umiliazione. Possiamo fare un patto di rispetto e aiuto reciproco? Ci alziamo in piedi, le ragazze in fila da una parte e i ragazzi dall'altra, come due squadre di pallavolo che alla fine della partita sfilano dandosi la mano. Lentamente, guardandosi negli occhi”.

## Giro finale

“Come mi sono sentito in questo percorso? Che cosa mi è piaciuto e cosa mi ha disturbato? Cosa mi porto a casa?”

*Fine del percorso.*

Se il percorso è di soli due incontri di due ore.

Si taglia: l'eresia, il sapere popolare, la scienza. Del potere si tagliano i tre tipi di potere, della magia si tengono solo le domande a gruppi. Del terzo incontro si tiene tutto tranne la mostra delle immagini.

## Allegati

Cronologia.

Il processo.

“Il lamento delle streghe”.

I commenti di una classe.

**Cronologia; caccia alle streghe, all'eretico, all'ebreo, allo zingaro...**

- 314 concilio di Ancira (Canon Episcopi: magia e stregoneria frutto di illusioni)
- 1000 eresia càtara
- 1088 nasce l'università di Bologna
- 1142 Decreto del monaco camaldolese Graziano: solo illusioni
- 1144 ebrei espulsi dall'Inghilterra
- 1155 un rogo contro un agostiniano a Roma

- 1173 iniziano i Valdesi
- 1179 Inquisizione contro càtari e valdesi
- 1182 ebrei espulsi dalla Francia
- 1208 crociata contro i càtari di Innocenzo III
- 1215 Concilio Laterano persecuzioni contro i diversi; l'eresia è un patto col diavolo; gli ebrei nel ghetto con distintivo giallo
- 1223 inquisizione in Francia contro i catari
- 1233 (o '73?) Inquisizione a Bologna
- 1243 ebrei espulsi dalla Germania
- 1252 Innocenzo IV autorizza la tortura contro gli eretici (*Ad extirpanda*)
- 1265-70 inquisizione contro i càtari a Bologna
- 1278 200 catari bruciati a Verona
- 1303 documento sul culto al dio cornuto in Britannia
- 1307 fra Dolcino a Vercelli
- 1315-17 fame in Europa (cannibalismo)
- 1326 Giovanni XXII Inquisizione contro le streghe
- 1341 Concilium di Bartolo di Sassoferrato: pena di morte per la stregoneria
- 1376 si elimina il divieto di ripetere la tortura
- 1348-49 la peste in Europa con milioni di morti
- 1412-1431 Giovanna d'Arco
- 1416 300 streghe bruciate a Como
- 1416-1774 negli stati tedeschi 148 leggi contro gli zingari
- 1433-99 Marsilio Ficino e la magia naturale
- 1463-94 Pico della Mirandola e la Cabala ebraica
- 1478 nasce l'Inquisizione Spagnola
- 1484 Innocenzo VIII il via ufficiale alla caccia delle streghe
- 1486 *Malleus Maleficarum* il martello delle streghe
- 1486-1535 Agrippa il mago
- 1492 ebrei espulsi dalla Spagna
- 1492 Colombo va in America

- 1493-1540 Paracelso: medico e discepolo delle streghe  
1498 Girolamo Savonarola a Firenze  
1498 Gentile Budrioli strega enormissima a Bologna  
fine 1400 a Parigi: scomunica a chi si fa leggere la mano dagli zingari  
1513 il Principe di Macchiavelli  
1513-16 600 streghe bruciate in Svizzera  
1517 Riforma di Lutero  
1525 bolla papale (?) autorizza la tortura nei sospetti di stregoneria  
1530 in Inghilterra legge contro la lettura della mano  
1533 Enrico VIII capo della Chiesa d'Inghilterra  
1536 Inquisizione in Portogallo e colonie  
1539 cattedra dei semplici a Bologna  
1540 inquisizione contro i luterani a Bologna  
1541 Calvino a Ginevra  
1542 inquisizione a Roma contro la Riforma  
1545 concilio di Trento  
1550 roghi a Milano  
1550 J. Weyer scrive un'opera in difesa delle streghe (vittime di allucinazioni)  
1554 in Inghilterra pena di morte per gli zingari  
1560 roghi a centinaia nelle terre protestanti  
1561 3.550 valdesi uccisi in Calabria inquisitore il futuro Pio V  
1566 ghetto ebreo a Bologna, partono nel 1593  
1580 roghi in Svezia  
1581 bolla *Coeli et terra* di Sisto IV invita gli inquisitori alla diligente osservanza delle norme  
1587-93 368 roghi in Germania  
1587-88 L'Inquisizione a Triora (GE)  
1589 in Danimarca pena di morte per gli zingari  
1594 R. Scot voce contro la caccia alle streghe  
1600 Giordano Bruno a Roma in Campo de' Fiori



- 1603 il duca di Mantova premia con 50 scudi chi denuncia una strega
- 1604 battuta d'arresto nel nord Europa
- 1604 altra voce contro: C. Loos
- 1606-50 nel Lussemburgo 355 roghi
- 1609 i Mori espulsi dalla Spagna
- 1610 la caccia continua sui Pirenei
- 1615 in Ungheria
- 1620 documento del Santo Uffizio denuncia gli errori degli inquisitori
- 1623-31 in Germania 900 vittime
- 1631 F. Spee *Cautio criminalis* la tortura non porta alla verità
- 1633 Galileo Galilei abiura
- 1635 trattato luterano
- 1618-48 guerra dei trent'anni in Germania tra cattolici e protestanti
- 1650 in Polonia
- 1652 ultimo rogo a Ginevra
- 1672-82 fine della caccia in Francia (Luigi XIV)
- 1680 si spengono i roghi in Inghilterra
- 1782 ultimo rogo nella Svizzera protestante
- 1793 ultimo rogo in Polonia
- 1796 Napoleone riapre il ghetto ebreo di Bologna

## Il processo

Non c'è pubblico.

Non c'è avvocato difensore.

Il giudice è anche accusatore.

Si tiene un verbale.

Se l'accusa di eresia è confessata si chiede l'abiura, se è la prima volta si danno delle pene, se è recidivo è condannato a morte. Se si pente si impicca e poi si brucia, se non si pente va sul rogo vivo.

È consentita la tortura.

*Argomenti dell'Inquisitore:*

Il diavolo è ovunque.

Il diavolo è in tutti noi.

Tutti sono colpevoli.

Il diavolo ha bisogno di un corpo: sceglie la donna perché più debole e cade vittima.

La donna è colpevole, come eva che ha corrotto adamo.

La strega non ha segni esteriori: ogni donna è sospetta.

*Il sabba*

È fatto di balli, orge e cibo.

Se il bene genera povertà allora ci si rivolge al male (il dio dei poveri).

Nel sabba c'è libertà, piacere e ribellione.

## Il lamento delle streghe

di Fabio Milana

Rit:

Fummo maledette in culla  
nascemmo in grembo alle condanne  
ma non avemmo colpa in nulla  
fuorché nell'essere donne.

Sempre con la scopa attorno  
ogni famiglia fu un inferno  
fummo streghe ogni giorno  
questo fu l'atroce scherno.  
Fu il calvario quotidiano  
sempre con la stessa croce  
a portarci per la mano  
ai lamenti della brace  
invocare Dio fu vano  
non c'è per noi donne pace.

Rit:

Fummo madri o levatrici  
conoscemmo le erbe amiche  
contadine o tessitrici  
fummo bimbe o vecchie antiche.  
Pestilenza e carestia  
di ciò ci vollero accusare  
ma ci accorgemmo in agonia  
noi innocenti di pagare  
fame guerra e malattia  
che dovevamo vendicare.

Fummo maledette in culla  
lamenti udimmo per ninne nanne  
ma non avemmo colpa in nulla  
fuorché nell'essere donne.

Fra il supplizio e la prigione  
noi patimmo con coraggio  
chi tentò la ribellione  
chi comprese il suo servaggio.  
Quando fummo giunte al rogo  
già morta era la verità  
comprendemmo quel castigo  
come un'altra iniquità  
non avemmo altro sfogo  
che maledir l'umanità.

Rit 2

## I commenti di una classe

2B Scuola media di Pavullo. Percorso didattico “Streghe, roghi e inquisizione”, 2016

I due incontri con Vittorio Merlini ti hanno messo alla prova con attività diverse dal solito.

Presenta in breve il progetto da lui condotto (argomento, temi, finalità...) e, accennando a qualche attività svolta, spiega come ti sei sentito e come hai visto i tuoi compagni.

Aggiungi riflessioni e suggerimenti su come eventualmente modificare o arricchire il progetto.

Pensi di aver imparato qualcosa o di aver scoperto qualcosa su di te?

Come ti è sembrato Vittorio? Cosa pensi del suo modo di condurre le attività e di rapportarsi con gli altri?

Secondo me Vittorio è molto bravo e riesce a coinvolgerci molto, è anche un po' scherzoso e divertente e ci fa riflettere sulle parole e sugli eventi.

Mi è piaciuta la canzone che Vittorio ha cantato. Lui mi è sembrato una persona che sa rapportarsi con gli altri e che riesce a far diventare una cosa piccola qualcosa di grande e interessante. Spero di poterlo rincontrare anche l'anno prossimo. Vorrei ringraziare lui perché ci ha condotto per tutto il percorso, ma anche la mia professoressa di Lettere.

Trovo Merlini una persona che cerca sempre di far riflettere le persone, che trasmette tutto quello che sa a noi; il suo bello è che lui non giudica ma osserva e quindi propongo alle nuove generazioni di fare altre attività con lui perché fa riflettere tantissimo; di persone come lui ne esistono davvero poche nel mondo; con lui ho imparato tantissime cose.

Di Vittorio penso che sia una persona che conosce bene gli argomenti e che li fa capire in maniera non pesante nonostante i temi trattati.

Vittorio mi è sembrato simpatico e socievole ma soprattutto mi è piaciuto

il modo con cui si è rapportato con noi: in sole due volte ha legato con tutti e ci ha fatto sentire bene e a nostro agio durante lo svolgimento del progetto. Il suo modo di condurre mi è sembrato molto efficace; in poche ore ci ha fatto capire molte cose su noi stessi e sugli altri; credo che Vittorio abbia voluto attirare la nostra attenzione su temi attuali e importanti sui quali spesso non ci soffermiamo a riflettere.

Vittorio Merlini mi è sembrato molto preparato ed è stato bravo a catturare la nostra attenzione. Spero in futuro che si riproponga la possibilità di svolgere un'attività come questa.

Vittorio è un signore che ha un'enorme passione che gli scorre nelle vene per questi progetti. Ha un modo divertente ma nello stesso tempo preciso di rapportarsi con i ragazzi egocentrici come quelli della nostra classe. Spero per lui e per la sua associazione il meglio e che magari riesca a trasmettere questa sua profonda passione anche a qualche studente.

Vittorio è stato molto bravo e coinvolgente, mi ha messo a mio agio nonostante io sia timida; spero di fare altri incontri come questo.

Il prof. Vittorio mi è sembrato una persona molto sensibile, disponibile e molto ben documentata sui fatti che abbiamo affrontato.

Vittorio mi è sembrato molto disponibile e disposto a tutto; è riuscito a far venire fuori i nostri sentimenti con molta pazienza e comprensione e senza giudicare alcuna riflessione. Tutti noi abbiamo cercato di esprimere pareri molto diversi che in un certo senso erano legati fra loro. Egli è molto bravo a controllare la classe e a condurre ogni attività facendoci divertire, insegnandoci sempre qualcosa di nuovo facendo risvegliare una parte non conosciuta di ognuno di noi.

Secondo me di questi progetti con Vittorio se ne dovrebbero fare di più, perché t'insegnano molte cose che magari tu non conoscevi; di sicuro ho scoperto molte cose su di me. Vittorio è molto comprensivo e riesce a spiegare

come se raccontasse una favola.

Vittorio mi è sembrato una persona gentile e disponibile, il suo modo di condurre le attività è stato divertente perché era bravo a rapportarsi con noi ragazzi.

# **Senz'armi dal feroce Saladino**

## **Il dialogo ai tempi delle crociate**

Percorso completo  
di tre incontri di due ore

### **Premessa**

Il percorso si è ispirato all'incontro tra san Francesco e il Sultano d'Egitto Melek el Kamil durante la quinta crociata (1219) ed è incentrato sul dialogo cristiano-islamico. È stato presentato per diversi anni alle classi prime della Scuola media di Pavullo nel Frignano (MO).

Ringrazio per la consulenza le Suore Clarisse di Fanano (MO) e l'Imam di Massa Carrara Youssef Sbai.

### **Scheda di presentazione del percorso**

#### **Utenti**

Alunni della scuola secondaria di primo e secondo grado.

#### **Sintesi**

Rivisitazione, in forma teatrale, dell'incontro di Francesco d'Assisi con il Sultano. Scoprire l'attualità della storia. Il significato di differenza, accoglienza, decentramento, mitezza.

#### **Obiettivi**

- Riflettere sul significato di dialogo tra difficoltà e speranze;
- imparare dalla storia per immaginare nuovi mondi possibili;
- ricercare il legame tra mezzi e fini.

## **Contenuti**

- Partire da un luogo e da un evento storico per cogliere insegnamenti per l'attualità;
- le crociate viste da due punti di vista;
- prendere coscienza degli ostacoli al dialogo: paura, ignoranza e pregiudizio;
- dialogo come ascolto, empatia, rispetto, decentramento e accoglienza;
- il dialogo tra culture e religioni diverse, in particolare tra cristianesimo e Islam;
- incontro/scontro d'identità;
- violenza e nonviolenza a confronto.

## **Modalità operative**

Attività interattive con giochi di simulazione, laboratori teatrali, animazione e momenti di rielaborazione delle sensazioni e degli stimoli raccolti.

## **Documentazione**

Vengono rilasciati agli insegnanti una sintesi del lavoro realizzato e materiale di approfondimento.

## **Spazio**

Sala ampia con un cerchio di sedie.

## **Materiali necessari**

Vengono presentati nelle diverse attività. Naturalmente, in mancanza di quelli suggeriti, si possono utilizzare altri strumenti affini o inventarne altri che abbiano la stessa finalità.

## **Agenda con attività, stimoli e domande**

### **Primo incontro: il contesto storico**

Parole chiave: complessità, identificazione, punti di vista, paura, violenza, stereotipi, scontro, proiezione cognitiva.



## Presentazione reciproca

Giro di nomi aggiungendo “una cosa che ci piace fare”.

## Introduzione allo stile degli incontri

(si veda il percorso ABC del conflitto).

## Introduzione al tema

“In questi incontri faremo un viaggio nella storia, in un momento molto particolare: quello delle crociate. Sono tempi difficili: di guerre, battaglie, scontri violenti. Due mondi diversi si confrontano. Culture e religioni differenti si combattono. Eppure, in questo contesto così duro, troviamo dei segni di pace e di dialogo. Incontreremo tanti personaggi, anzi, proveremo a metterci nei loro panni. Proveremo a vivere la storia non come spettatori o studiosi ma come protagonisti. Potremo trovare degli insegnamenti per la nostra vita e per capire il mondo di oggi”.

## Camminare veloce/lento

Quest’attività si è ispirata a un’intervista che è stata fatta a degli immigrati. Alcune persone avevano sottolineato che “qua la vita va veloce”. Per noi è normale, ma per chi viene da una cultura “più lenta” il nostro fare appare frenetico. Solo cambiando prospettiva possiamo osservarlo. “Ci alziamo in piedi e allontaniamo le sedie. Cinque escono dal cerchio mentre gli altri camminano nello spazio, senza parlare, senza urtarsi, attenti a quello che accade. Aumentiamo la velocità senza toccare gli altri”. Man mano faccio entrare nello spazio uno alla volta gli alunni rimasti fuori con la consegna di camminare lentamente. Lasciamo proseguire per cinque minuti. “Adesso ci fermiamo dove siamo. Chiudiamo gli occhi e prendiamo contatto con il nostro mondo interiore: le sensazioni corporee, le emozioni, qualsiasi messaggio che percepiamo dentro di noi. Come mi sento? Come sento il mio corpo? Come mi sono trovato in quest’attività? Ho provato disagio? Accolgo quello che arriva senza giudicarlo. È una parte di me e chiede attenzione. Adesso riapriamo gli occhi e restiamo dove siamo. Qualcuno se la sente di condividere quello che ha provato? Che sensazione hai provato? Dove l’hai sentita nel corpo? Tu camminavi veloce o lentamente? Se eri veloce cos’hai provato quando sono

entrati i lenti? Ora torniamo nel cerchio. Qualcuno vuole commentare l'attività che abbiamo fatto? Che messaggio mi arriva? La nostra vita è veloce o lenta? Chi decide se è veloce o lenta? Come faccio a sapere se sono veloce o lento? Non ti è mai successo che guardando gli altri impari qualcosa di te? Vuoi fare un esempio?"

### Il contesto storico

Utilizzando la Cronologia allegata faccio una breve introduzione su com'è nata la quinta crociata e come si sta sviluppando, aggiungendo qualche aneddoto. "Che giorno è oggi e dove siamo? No! Oggi è il 3 settembre 1219 e ci troviamo a Damietta, in Egitto. È in corso la quinta crociata. C'è una tregua di tre settimane. I soldati sono nei rispettivi accampamenti. Alla sera si scaldano attorno al fuoco e raccontano le loro avventure. I più anziani ricordano le imprese eroiche. Nel campo mussulmano rimangono vive nella memoria le gesta del grande Sultano Saladino, che ha unito tutte le genti della vera fede per cacciare i Franchi invasori. Memorabile fu la battaglia di Hittin del 1187 quando Saladino, fingendosi debole e in fuga attirò le armate franche nel deserto e poi si fermò davanti al lago di Tiberiade attaccando i Franchi, assetati ed esausti, infliggendo loro una pesante sconfitta. Nel campo crociato molti ricordano la quarta crociata quando i veneziani sbarcarono i soldati a Costantinopoli, nel 1204. Gli arabi avevano segretamente pagato i veneziani perché non trasportassero più crociati nelle loro terre. Stanchi di aspettare i crociati fecero una cosa terribile: saccheggiarono la città cristiana di Costantinopoli. Quello che nessun altro popolo era stato capace di fare in tanti secoli lo fecero i cristiani! Ponendo anche fine alla quarta crociata. Abbiamo parlato di Saladino ma nel settembre 1219 era già morto lasciando il comando del suo califfato al fratello al-'Adil".

### I personaggi della quinta crociata

"Ora proviamo a conoscere da vicino le persone che vivono in questo periodo storico. A ognuno affido un bigliettino che descrive il suo personaggio. Non preoccupatevi se è maschio e voi siete femmina o viceversa. È un gioco di ruolo e dobbiamo provare a indossare i panni di questa persona".

*Il Papa Onorio III.* Ho continuato l'impegno del mio predecessore Innocenzo III per la liberazione di Gerusalemme e per purificare la terra del Salvatore dagli infedeli saraceni. Ho lavorato per comporre le discordie tra i principi e i re europei e preparare una grande crociata!

*Il Sultano Melek al-Kamil.* Ho lavorato molto per la pace accogliendo in Egitto centinaia di mercanti italiani. Ho chiesto di prolungare la tregua che durava da anni ma mi sono ritrovato l'esercito dei Franchi ad assediare la mia città di Damietta. Ora offro loro la pace in cambio di Gerusalemme.

*Crociato.* Questi saraceni sono guerrieri spietati e senza scrupoli! Massacrano, torturano, uccidono, tradiscono! È nostro dovere combatterli! Se i nostri re e principi non fossero così divisi tra di loro e ambiziosi sarebbe più facile sconfiggerli!

*Soldato musulmano.* Tutti i credenti musulmani sono convinti che qui a Damietta si difende non soltanto l'Egitto ma tutto l'Islam dall'aggressione dei Franchi. Dobbiamo superare divisioni e rancori! È dovere di noi tutti lottare fino alla morte per la salvezza della nostra terra!

*Il re Giovanni di Brienne.* Questi infedeli sono soldati spietati ma coraggiosi e difendono la loro terra con tutte le loro forze. Ora il loro sultano ci propone la pace e ci offre la città santa di Gerusalemme. Non è in fondo lo scopo della nostra guerra quello di liberare il Santo Sepolcro? Io credo che potremmo discutere la pace.

*Emiro turco.* Questi Franchi sono proprio un popolo primitivo, sono arretrati nella medicina, nella giustizia, nella cultura e nella scienza. Sanno solo fare la guerra! Fanno massacri di civili, applicano la tortura, la pena di morte, il tradimento; fanno alleanze tattiche e strategiche con tutti. Ma fanno male i loro conti! Noi li cacceremo!

*Contadino italiano.* Io lavoro tutto il giorno sotto il sole per una rapa e un pezzo di pane. Tutto il guadagno va al Conte che vive nel lusso, mangia, va a caccia e poi si prende i miei figli per la guerra lontana (contro chi io non lo so). Io devo lavorare e basta!

*Contadino palestinese.* Sudo tutto il giorno per un pugno di datteri. Tutto il gua-

gno va al califfo che vive nel palazzo, prende le mie figlie per il suo harem, i miei figli per la guerra. Così lui diventa sempre più ricco e io sempre più povero!

*Cardinale portoghese Pelagio.* Il Papa Onorio III mi ha nominato capo della quinta crociata. Sono venuto in questa terra per combattere la Guerra Santa, conquistare la terra d'Egitto, liberare Gerusalemme e riprendere la vera Croce. Non voglio fare trattative di pace con gli infedeli. Dopo la tregua attaccherò e conquisterò Damietta. L'Islam è nato con la spada, si è diffuso con la spada, ora dev'essere schiacciato con la spada!

*Qadi di Damasco Al-Harawi.* Mai i musulmani sono stati così umiliati. Mai prima d'ora le nostre terre sono state così selvaggiamente devastate. Quanto sangue versato! I cristiani saccheggiano e uccidono tutti senza pietà: uomini, donne e bambini. Dobbiamo proclamare la Guerra Santa, la *Gihad*, e liberare la patria dagli infedeli!

*Cristiano palestinese.* È un periodo difficile questo per noi cristiani palestinesi: tutti ci vedono come nemici perché non siamo musulmani e perché non siamo franchi. Cerchiamo di stare nascosti e di non praticare la nostra religione in pubblico, ma la vita è dura!

*Musulmano sunnita.* La vera fede è dei musulmani sunniti, noi siamo anche la maggioranza. Nessun falso discendente del profeta Muhammad (la pace sia su di lui) può guidare la comunità dei credenti!

*Musulmano sciita.* La vera fede è dei musulmani sciiti: a guidare la comunità dei credenti non può essere una persona qualsiasi ma solo un discendente del Profeta (la pace sia su di lui).

*Mercante veneziano.* Il mare è un grande mercato: bisogna saper fare affari, con tutti. Anche con questi esaltati che si fanno la guerra, non so bene per cosa! Sapete l'ultimo affare? Abbiamo preso soldi dai musulmani per non trasportare con le nostre navi i crociati e soldi dai crociati per portarli in Egitto!!

*Mercante iracheno.* Loro fanno la guerra e io faccio gli affari. Tutti comprano da me. Le mie carovane passano da un regno all'altro vendendo e comprando. Loro si ammazzano e io guadagno!

*Artigiano europeo.* Queste continue guerre mi danno un sacco di lavoro e naturalmente un sacco di soldi. Armi, armature e tutto quello che serve per diventare cavalieri! Ho anche dovuto allargare la bottega e assumere altri garzoni. Speriamo che continui così!

*Artigiano palestinese.* Questi principi arabi amano l'eleganza anche in guerra e questo significa un gran lavoro per noi artigiani. Tra vestiti, tende e tutto l'occorrente per il campo non riesco a stare dietro alle ordinazioni. Mai guadagnato tanto in vita mia!

*Schiavo cristiano.* Mi hanno rapito sulle coste della Puglia e ora sono al servizio del Sultano. All'inizio è stata dura perché non capivo la lingua e facevo lavori faticosi. Ora va meglio, mi sono adattato a questa nuova vita e non credo che rivedrò più la mia terra. Non mi hanno costretto a convertirmi all'Islam.

*Schiavo musulmano.* Sono stato preso in mare quand'ero a pescare e ora sono al servizio del Duca. È stato molto brutto e all'inizio non facevo che piangere. Poi mi sono rassegnato e adattato a questa vita da schiavo senza libertà.

*Mamma spagnola.* Mio figlio Carlos è sempre stato una testa calda, pronto a battersi per qualsiasi ideale. Questa chiamata alla crociata l'ha esaltato e io non ho potuto trattenerlo. È partito da un anno con i suoi amici e io sono in ansia per lui. Dicono che questi saraceni sono molto crudeli...

*Mamma palestinese.* Nasser è il mio primogenito e non ho potuto negarlo al Sultano quando ha chiamato tutti i credenti a combattere contro i Franchi invasori. Lui è un ragazzo coraggioso e io sono preoccupata per lui. I Franchi sono così spietati...

*Vedova francese.* Mio marito Gustave si è arruolato nell'armata del re perché non aveva altro lavoro. Io speravo che la crociata non partisse perché lo volevo vicino a me. Poi invece sono partiti e Gustave non è più tornato. Con tre figli la vita è difficile e non ho nessuno che mi aiuta...

*Vedova araba.* Il mio amato Imad è stato un guerriero coraggioso. I nostri figli potranno essere fieri di lui. Ha marciato al fianco del nostro amato Sultano in tutte

le sue battaglie ed è caduto da eroe. Certo ora mi manca molto e la vita senza di lui è molto dura. Soprattutto per una donna con tre bimbi piccoli...

*Donna tedesca.* Non c'è pace per noi donne. Sempre e solo lavorare! Nei campi, in casa, giorno e notte. Fare figli per il re e tacere. Perché sono nata donna?

*Donna siriana.* L'uomo è il padrone e per me c'è solo la sottomissione, il lavoro e il silenzio. Ogni notte piango il destino che mi ha fatto nascere donna!

“Leggete attentamente il vostro bigliettino. Ci sono delle parole che non sono chiare? Non abbiate paura di chiedere. È chiaro chi è il vostro personaggio? Adesso chiudete gli occhi e provate a immaginarlo di fronte a voi. Vedete che faccia ha, se è alto o basso, magro o grasso, prestate attenzione a com'è vestito, a come si muove. Cercate di cogliere il suo stato d'animo, come si sente dentro. In realtà state guardando uno specchio perché quello che vedete siete voi. Voi ora siete questo personaggio. Entrate nel vostro ruolo. Come vi sentite in questi panni? Qual è la vostra storia? Che sentimenti provate? Vi sentite forti o deboli? Felici o tristi? Ascoltate tutto quello che vi risuona, ogni messaggio del corpo. Riaprite gli occhi. Adesso, facendo il giro, ognuno si presenta, con parole proprie, parlando anche del suo stato d'animo. Dicendo “Io sono...”

Restiamo un attimo a osservare queste diverse persone”.

## Un mare ci separa

“A questo punto mettiamo per terra, nel mezzo, un bel cartello azzurro con la scritta “Mare Mediterraneo” e da una parte i cartelli Asia e Africa e dall'altra il cartello Europa. Quindi abbiamo un mare che separa due terre: a nord l'Europa e a Sud l'Africa e l'Asia. Ognuno si concentri sul proprio personaggio e, a secondo se vivete a nord o a sud, vi spostate e andate a mettervi in una delle due aree. Se qualcuno ha dei dubbi possiamo aiutarlo insieme. Osserviamo la situazione: a nord troviamo questi personaggi... e a sud questi altri. Appartengono a due mondi diversi. Un mare li separa. Sentite dentro di voi quello che vi unisce ai compagni della vostra terra e quello che vi divide dagli altri. È in corso una guerra, la quinta crociata, combattuta tra questi due diversi mondi. Siete nemici. Qualcuno vuole condividere?”

### Ascoltiamo il cuore

“Ora togliamo il mare e i cartelli delle terre. Non ci sono più confini, barriere. Ognuno può muoversi in silenzio e avvicinarsi al personaggio che sente più vicino alla sua esperienza. Ascoltate il cuore. Si possono anche formare, sempre in silenzio, piccoli gruppi. Se non siamo convinti possiamo nuovamente spostarci. Cerchiamo le persone affini a noi, più simili, con una storia o una vita che ci ricorda la nostra. Prendiamoci il tempo che ci serve. Non c'è posizione giusta o sbagliata. Seguite il vostro cuore. Ora osserviamo i gruppi che si sono formati”. Passando tra i gruppi interrogo i diversi personaggi per cogliere lo stato d'animo e le motivazioni della scelta.

Sottolineo se si formano gruppi di personaggi affini, es. artigiani, schiavi, vedove o altri che rompono lo schieramento nord-sud per creare legami tra umani. Poi si torna seduti.

### Discussione

“Bene. Cos'è emerso da quest'incontro? Che messaggio ci portiamo a casa? Cosa non abbiamo capito o ci lascia perplessi?”

### Ciro finale

Se c'è tempo si fa un giro di impressioni, anche solo con una parola.

### Secondo incontro: due storie

*Parole chiave:* accoglienza, mitezza, dialogo, nonviolenza, mezzi e fini, ascolto, empatia, rispetto.

### Ciro iniziale

Si dice il nome e, rivolgendosi al compagno seduto alla destra, “Il mio amico è...” e si descrive una sua qualità.

### Ripresa del tema

“Qualcuno si ricorda quello che abbiamo fatto la volta scorsa? Cosa vi ha colpito? Che cosa vi è piaciuto o infastidito?”

## Il contesto storico

Utilizzando la cronologia allegata accenno al rapporto tra Francescanesimo e Islam, in particolare ai tentativi di Francesco di raggiungere l'Egitto.

## Mettiamo in scena due storie diverse

“Dividiamo la classe in due. I gruppi dovranno preparare due diverse scenette che poi rappresenteranno agli altri. Avrete in consegna il copione che prevede un narratore e diversi personaggi. Scegliete la parte che vi piace di più. Avete 15 minuti per prepararvi. Non è necessario imparare le parti a memoria: potrete usare i testi. Il narratore farà anche da regista indicando quando i personaggi entrano in scena”. Ultimata la preparazione vengono recitate consecutivamente le due scenette.

## Francesco dal Sultano d'Egitto: l'incontro senza martirio

*Personaggi:* narratore, Francesco, frate Illuminato, il Cardinale Pelagio, due crociati, due guardie arabe, il Sultano, fedeli mussulmani.

*Narratore:* questa è la storia dell'Incontro di Francesco con il Sultano d'Egitto.

Durante la quinta crociata si combatte in Egitto per la conquista della città di Damietta. Alla fine di agosto del 1219 c'è una tregua di tre settimane e Francesco con Frate Illuminato desidera andare verso l'accampamento musulmano distante 15 chilometri.

Francesco chiede al Cardinale Pelagio il permesso di passare il fronte.

*Francesco (e frate Illuminato):* chiediamo il permesso di andare nell'accampamento musulmano, desideriamo incontrare il Sultano e parlargli di Gesù.

*Cardinale Pelagio:* voi siete matti, verrete sicuramente uccisi da questi feroci infedeli.

*Francesco:* vi supplichiamo, non abbiamo paura perché il Signore Gesù ci protegge.

*Cardinale:* andate pure ma non dite che vi ho mandato io!

*Narratore:* i soldati accompagnano i due frati.



*Soldati:* voi siete matti, vi uccideranno sicuramente.

*Narratore:* i due frati si avvicinano al campo musulmano e incontrano le guardie.

*Guardie arabe:* fermi! Chi siete? Che volete? Siete sicuramente spie nemiche! Oppure volete convertirvi all'Islam?

*Francesco:* non siamo spie, siamo uomini di Dio e desideriamo parlare con il Sultano.

*Guardie:* va bene, andiamo dal Sultano.

*Narratore:* i due frati vengono condotti alla presenza del Sultano d'Egitto Malek a-Kamil.

*Francesco:* siamo cristiani; non siamo inviati da uomini (dal Papa o dai crociati) ma da Dio altissimo; la croce di Cristo ci ha reso tutti fratelli; anche voi portate l'immagine del Creatore e siete stati salvati dal sangue del Redentore.

*Narratore:* il Sultano Malek a-Kamil è curioso, benevolo e accogliente; ascolta ammirato questo semplice frate ed è stupito dalla sua fede.

*Sultano:* vedo che sei un uomo di Dio, continua a parlare della tua religione.

*Narratore:* Francesco e frate Illuminato restano ospiti del sultano per due settimane.

*Narratore:* ogni giorno, più volte al giorno, si sente il richiamo del Muezzin che invita i fedeli alla preghiera.

*Muezzin:* (chiama i fedeli alla preghiera) *Allah akbar... Allah akbar...*

*Fedeli musulmani:* al richiamo del muezzin si chinano nella preghiera, poi dicono al Sultano "Principe dei credenti: non dovresti ascoltare predicatori della falsa religione".

*Narratore:* Francesco è colpito dal richiamo del muezzin e pensa che potrebbe fare qualcosa di simile tra i cristiani.

*Francesco:* sono stupito, scopro che anche i musulmani pregano l'unico Dio.

*Sultano:* È il momento di salutarci. Sono stato contento della vostra visita, accettate per voi questi regali.

*Francesco*: non li possiamo accettare: siamo poveri per imitare Gesù e Maria.

*Sultano*: due pilastri dell'Islam sono l'elemosina per i poveri e la costruzione delle moschee: accettate dei doni per i poveri e per le chiese”

*Francesco*: siamo arrivati senza armi e partiremo senza ricchezze.

*Sultano*: partite in pace, mi raccomando alle vostre preghiere. Guardie: accompagnateli al campo cristiano con la scorta e tutti gli onori.

*Guardie arabe*: li riaccompagnano all'accampamento crociato.

*Crociati*: com'è possibile? Siete vivi! Non vi hanno ammazzato!?

Cinque frati in Spagna e Marocco: il martirio senza incontro

*Personaggi*: narratore, cinque frati, la sorella del re del Portogallo, il Principe di Siviglia, il figlio del principe, il Sultano, soldati.

*Narratore*: questa è la storia di cinque frati e del loro viaggio in Spagna e Marocco. Siamo nel 1219, cinque frati italiani si recano a Siviglia (Spagna) che è sotto il dominio musulmano per predicare la fede cristiana. In quegli anni ci sono delle guerre perché i cristiani vogliono cacciare i musulmani dalla Spagna (Reconquista).

*I cinque frati*: noi siamo Berardo, Ottone, Aduito, Accursio e Pietro, andiamo a Siviglia a portare la vera Verità della fede cristiana!

*Narratore*: i frati incontrano la sorella del re del Portogallo Sancia. Sancia ha simpatia per il Marocco perché suo fratello Pedro è capo della guardia del Sultano. Offre vestiti normali ai frati.

*Sorella del re del Portogallo Sancia*: non potete viaggiare vestiti da frati; questa è terra mussulmana! È troppo pericoloso! Prendete e indossate questi abiti normali.

I frati indossano i vestiti.

*Narratore:* i frati incontrano il Principe di Siviglia.

*Frati:* siamo amici dei “romani”, amici del Papa e nemici dei musulmani. I cristiani di Spagna e Francia fanno bene a cercare di cacciarvi dalla Spagna. Vi annunciamo la fede nel Signore Gesù Cristo e vi chiediamo di abbandonare Maometto “vile schiavo del Diavolo”

*Il Principe di Siviglia (urla arrabbiato):* sento che l’Islam è insultato! Il nostro amato profeta Muhammad è offeso! Ordino di tagliare la testa a questi infedeli!

*Il figlio del Principe di Siviglia:* padre t’invito ad essere prudente, non tagliare loro la testa. Temo la vendetta da parte dei cristiani.

*Il Principe di Siviglia:* hai ragione, li manderò dal Sultano del Marocco al-Mustansir a Marrakesh.

*Narratore:* i frati si mettono in viaggio verso il Marocco e incontrano il Sultano al-Mustansir.

*Frati:* siamo amici del Papa e nemici dei musulmani. Vi annunciamo la fede nel Signore Gesù Cristo e vi chiediamo di abbandonare Maometto “vile schiavo del Diavolo”.

*Il Sultano del Marocco al-Mustansir:* non potete insultare l’Islam e Muhammad! Voi siete pazzi! Metteteli in prigione!

*Soldati:* portano i frati in prigione.

*Narratore:* dopo 20 giorni vengono rilasciati e mandati alla frontiera, ma i frati ritornano a Marrakesh e incontrano il sultano in piazza.

*Frati (gridano):* Maometto vi porta su un cammino falso e la menzogna della morte eterna per la quale sarà eternamente tormentato con i suoi seguaci.

*Sultano (arrabbiato):* non posso più sentire offendere l’Islam e il Profeta! Tagliate loro la testa!

*Soldati:* tagliano la testa ai frati.

*Narratore:* è il 16 gennaio 1220.

Terminate le due recite. “Chiudiamo gli occhi e mettiamoci in contatto con il nostro mondo interiore. Cosa ho provato a mettermi nei panni del mio personaggio? Che sentimenti, emozioni, sensazioni ho provato? Come ho sentito il mio corpo? Possiamo liberamente condividere. Chiudiamo nuovamente gli occhi: cosa ho provato nel partecipare e assistere a queste due scene? Cosa mi ha colpito particolarmente? Non vi chiedo cosa ne pensate, lo faremo dopo, ma cerchiamo prima di cogliere il nostro stato emotivo, le sensazioni profonde. Possiamo condividere.

A questo punto possiamo scambiarci impressioni, idee, riflessioni sulle due scenette. Cos’hanno di simile e di diverso? Che atteggiamento avevano Francesco e Illuminato? E i cinque frati? Cosa volevano ottenere? L’hanno ottenuto? Qual è la morale, il significato di tutto questo? E noi: ci sentiamo più simili a Francesco o ai cinque frati? Cerchiamo il dialogo o lo scontro? Siamo capaci di ascoltare? Cerchiamo di avere sempre ragione? Sentiamo se in noi c’è della paura. Non giudichiamoci: accogliamo queste nostre parti. Fanno parte di noi”.

Com’è finita la quinta crociata?

Facendo nuovamente riferimento alla cronologia accenno a come si è conclusa la crociata sottolineando in particolare il ruolo avuto da Federico II e come abbia poi ottenuto Gerusalemme senza combattere (sesta crociata).

Mettiamoci un’etichetta<sup>1</sup>

Si preparano dei cartoncini colorati con riportate delle parole:

Pettegolo, Saggio, Spiritoso, Bugiardo, Equilibrato, Non mi lavo, Risolvo tutti i problemi, Playboy, Secchione, Bella, Fannullone, Simpatico, Curioso, Rompicastole, Bullo, Piagnucolone, Sensibile, Arrabbiato, Triste, Elegante, Straccione, Ricco, Povero, Riservato.

“Adesso attacchiamo dietro la schiena di ognuno un biglietto con scrit-

<sup>1</sup> Variante di un’attività descritta in: Centro Psicopedagogico per la Pace e la gestione dei conflitti, *Io non vinco. Tu non perdi. Un Kit per promuovere l’educazione alla pace e alla gestione dei conflitti tra ragazzi*, Roma, UNICEF, 2004, p. 199.

ta una parola in modo che tutti la possano vedere tranne l'interessato. Poi possiamo girare liberamente per dialogare con i compagni. Ognuno dovrà rapportarsi con gli altri sulla base della parola che legge sulla loro schiena senza mai pronunciarla". Dopo venti minuti si torna in cerchio. "Facciamo un rapido giro dove ognuno prova a indovinare che parola ha sulla schiena. Come abbiamo fatto a indovinare? Come si comportavano i compagni con me? Succede che mettiamo delle etichette addosso agli altri? Sentiamo che qualcuno ci ha messo addosso delle etichette? E noi come ci comportiamo? Il giudizio degli altri mi può condizionare? Succede che io agisca sulla base delle aspettative degli altri? Possiamo fare degli esempi?"

### Giro finale

Per raccogliere le emozioni e le impressioni.

### Terzo incontro: le crociate oggi

*Parole chiave:* differenze, complementarità, ignoranza, pregiudizio, contaminazioni, cooperazione, reciprocità, rispecchiare.

### Giro iniziale

Una cosa bella che mi è successa recentemente.

### Ripresa del tema

(cfr. secondo incontro). "Dopo aver esplorato un po' l'esperienza della quinta crociata, con i vari personaggi e con l'incontro di Francesco con il Sultano passiamo ai giorni nostri. Dopo ottocento anni cosa rimane di quelle storie? Questi due mondi che si sono scontrati come si relazionano oggi? Proviamo a rispondere a queste domande con alcune attività".

### Cristianesimo e Islam: differenze e similitudini

"Ora dividiamo lo spazio per terra in tre zone: da una parte abbiamo il Cristianesimo, dall'altra l'Islam e nel mezzo le cose che appartengono alle due religioni. Io leggo una frase che descrive qualcosa che attiene alla religione. Ho scelto come tema la pace. Uno alla volta, facendo il giro, dopo aver sentito la frase vi alzate e, a seconda che pensiate che si tratti di Cristianesimo,

Islam o di parti in comune, andate a sedervi per terra in una delle tre zone. Se avete dubbi possiamo aiutarci insieme. Se gli altri non sono convinti della scelta fatta dal compagno possiamo parlarne insieme”. Leggo, alternando le diverse sezioni.

Queste parti sono in comune alle due religioni

- C'è un solo Dio, Onnipotente e Creatore, Clemente e Misericordioso.
- Il credente è colui che si sottomette a Dio.
- Tutti gli uomini sono uguali davanti a Dio.
- I testi sacri sono libri rivelati da Dio.
- C'è la vita oltre la morte e un Giudizio con Inferno e Paradiso.
- C'è una lotta tra il Bene e il Male; c'è il Diavolo, Satana, personificazione del Male.
- Ci sono angeli.
- C'è la comunità dei credenti.
- Ci sono luoghi di culto e di preghiera.
- Sono importanti la preghiera, il digiuno, l'elemosina e i pellegrinaggi ai luoghi santi.
- Abramo, Noè, Mosè sono profeti.
- Maria è una figura importante.
- Occorre praticare le buone azioni: onorare i genitori, non rubare, rispettare la natura e gli animali.
- C'è la resurrezione dei morti, alla fine dei tempi.

Cristianesimo

- Dio è uno in tre persone (Trinità: Padre, Figlio e Spirito Santo).
- Gesù è il Figlio di Dio, morto e risorto, presente nel pane eucaristico.
- Ci sono persone che scelgono di non avere famiglia e di dedicarsi unicamente a Dio.
- C'è la Chiesa organizzata in modo verticale: Papa, Vescovi, Cardinali, sacerdoti, religiosi, fedeli.
- Ci sono i sacramenti: battesimo, comunione, cresima, confessione dei peccati, matrimonio, ordine e unzione degli ammalati.

## Islam

- Muhammed (Maometto) è l'ultimo profeta.
- Non si pregano i santi.
- Non esiste un giorno sacro dedicato a Dio.
- I genitori hanno il dovere, una settimana dopo la nascita del figliolo, di sacrificare un montone e dare ufficialmente un nome al nascituro.
- L' Imam è la persona che guida la preghiera; la figura più importante è il sapiente (mufti) che fa i decreti religiosi.

“Restando seduti per terra si possono fare commenti sull'attività. Cosa ci ha colpito? Cosa ci ha lasciato perplessi? Se pratichiamo una religione pensiamo di conoscerla? E cosa ne sappiamo delle altre? Cerchiamo più quello che ci unisce o che ci divide? Quanto se ne parla a scuola, a casa, in tv?”

Indovina se è Bibbia o Corano. Gioco quiz con schieramenti “Ci alziamo in piedi. Mettiamo un nastro adesivo per terra al centro per dividere lo spazio in due. Da una parte abbiamo la Bibbia e dall'altra il Corano. Io leggerò una frase alla volta. Se pensate che si tratti della Bibbia vi mettete nello spazio apposito, se invece pensate che sia tratto dal Corano nell'altro. Non c'è uno spazio nel mezzo. O è Bibbia o è Corano. Non serve guardare gli altri: ne sanno come voi! Ne leggerò diversi: ogni volta decidete dove andare”.

## Bibbia

Salmo 137,8 Figlia di Babilonia devastatrice, beato chi ti renderà quanto ci hai fatto. 9 Beato chi afferrerà i tuoi piccoli e li sfracellerà contro la pietra.

Gl 19,9 Proclamate questo fra le genti: preparatevi per la guerra, incitate i prodi, vengano, salgano tutti i guerrieri. 10 Con i vostri vomeri fatevi spade e lance con le vostre falci; anche il più debole dica: “Io sono un guerriero!”

Dt 19,21 Il tuo occhio non avrà compassione: vita per vita, occhio per occhio, dente per dente, mano per mano, piede per piede.

Es 23,4 Quando incontrerai il bue del tuo nemico o il suo asino dispersi, glieli dovrai ricondurre. 5 Quando vedrai l'asino del tuo nemico accasciarsi sotto il carico, non abbandonarlo a sé stesso: mettili con lui a scioglierlo dal carico.

Sal 85, 9 Ascolterò che cosa dice Dio, il Signore: egli annuncia la pace per il suo popolo, per i suoi fedeli, per chi ritorna a lui con fiducia. 10 Sì, la sua salvezza è vicina a chi lo teme, perché la sua gloria abita la nostra terra. 11 Amore e verità s'incontreranno, giustizia e pace si baceranno. 12 Verità germoglierà dalla terra e giustizia si affaccerà dal cielo.

Sal 103, 8 Misericordioso e pietoso è il Signore, lento all'ira e grande nell'amore. 9 Non è in lite per sempre, non rimane adirato in eterno. 10 Non ci tratta secondo i nostri peccati e non ci ripaga secondo le nostre colpe. 11 Perché quanto il cielo è alto sulla terra, così la sua misericordia è potente su quelli che lo temono. 12 Quanto dista l'oriente dall'occidente, così egli allontana da noi le nostre colpe.

Pr 25, 21 Se il tuo nemico ha fame, dagli pane da mangiare, se ha sete, dagli acqua da bere.

Mt 5, 38 Avete inteso che fu detto: occhio per occhio e dente per dente. 39 Ma io vi dico di non opporvi al malvagio; anzi, se uno ti dà uno schiaffo sulla guancia destra, tu porgigli anche l'altra, 40 e a chi vuole portarti in tribunale e toglierti la tunica, tu lascia anche il mantello.

Mt 5, 43 Avete inteso che fu detto: amerai il tuo prossimo e odierai il tuo nemico. 44 Ma io vi dico: amate i vostri nemici e pregate per quelli che vi perseguitano, 45 affinché siate figli del Padre vostro che è nei cieli; egli fa sorgere il suo sole sui cattivi e sui buoni, e fa piovere sui giusti e sugli ingiusti.

Mt 7,12 Tutto quanto volete che gli uomini facciano a voi, anche voi fatelo a loro: questa infatti è la Legge e i Profeti.

Mt 22, 37 Amerai il Signore tuo Dio con tutto il tuo cuore, con tutta la tua anima e con tutta la tua mente. 38 Questo è il grande e primo comandamento. 39 Il secondo poi è simile a quello: amerai il tuo prossimo come te stesso. 40 Da questi due comandamenti dipendono tutta la Legge e i Profeti.



Corano

57. 27 Mandammo poi sulle loro orme i Nostri messaggeri e mandammo Gesù figlio di Maria, al quale demmo il Vangelo. Mettemmo nel cuore di coloro che lo seguirono dolcezza e compassione.

29. 46 Dialogate con belle maniere con la gente della Scrittura, eccetto quelli di loro che sono ingiusti. Dite [loro]: “Crediamo in quello che è stato fatto scendere su di noi e in quello che è stato fatto scendere su di voi, il nostro Dio e il vostro sono lo stesso Dio ed è a Lui che ci sottomettiamo”.

5. 110 E quando Allah dirà: “O Gesù figlio di Maria, ricorda la Mia grazia su di te e su tua madre e quando ti rafforzai con lo Spirito Puro! Tanto che parlasti agli uomini dalla culla e in età matura. E quando ti insegnai il Libro e la saggezza e la Toràh e il Vangelo, quando forgiasti con la creta la figura di un uccello, quindi vi soffiasti sopra e col Mio permesso divenne un uccello. Guaristi, col Mio permesso, il cieco nato e il lebbroso. E col Mio permesso risuscitasti il morto.

3. 45 Quando gli angeli dissero: “O Maria, Allah ti annuncia la lieta novella di una Parola da Lui proveniente: il suo nome è il Messia, Gesù figlio di Maria, eminente in questo mondo e nell'Altro, uno dei più vicini.

7. 160. Li dividemmo in dodici tribù o nazioni. Quando il suo popolo gli chiese da bere, ispirammo a Mosè: “Colpisci la roccia con la tua verga”. Sgorgarono da essa dodici sorgenti e ogni tribù conobbe da dove avrebbe dovuto bere; prestammo loro l'ombra di una nuvola, e facemmo scendere la manna e le quaglie: “Mangiate le buone cose di cui vi abbiamo provveduto”. Non è a Noi che fecero torto, fecero torto a loro stessi.

41. 34 Non sono certo uguali la cattiva [azione] e quella buona. Respingi quella con qualcosa che sia migliore: colui dal quale ti divideva l'inimicizia diventerà un amico affettuoso.

3. 134 Quelli che donano nella buona e nella cattiva sorte, per quelli che controllano la loro collera e perdonano agli altri, poiché Allah ama chi opera il bene.

33. 7 [Ricorda] quando accettammo il patto dei profeti: il tuo, quello di Noè, di Abramo, di Mosè e di Gesù figlio di Maria; concludemmo con loro un patto solenne.

5. 32 Per questo abbiamo prescritto ai Figli di Israele che chiunque uccida un uomo, che non abbia ucciso a sua volta o che non abbia sparso la corruzione sulla terra, sarà come se avesse ucciso l'umanità intera. E chi ne abbia salvato uno, sarà come se avesse salvato tutta l'umanità. I Nostri Messaggeri sono venuti a loro con le prove! Eppure molti di loro commisero eccessi sulla terra.

50. 16 In verità siamo stati Noi ad aver creato l'uomo e conosciamo ciò che gli sussurra l'animo suo. Noi siamo a lui più vicini della sua vena giugulare.

17. 23 Il tuo Signore ha decretato di non adorare altri che Lui e di trattare bene i tuoi genitori. Se uno di loro, o entrambi, dovessero invecchiare presso di te, non dir loro "uff!" e non li rimproverare; ma parla loro con rispetto.

2. 190 Combattetevi per la causa di Allah contro coloro che vi combattono, ma senza eccessi, perché Allah non ama coloro che eccedono.

41. 46 Chi fa il bene lo fa a suo vantaggio, e chi fa il male lo fa a suo danno. Il tuo Signore non è ingiusto con i Suoi servi.

25. 63 I servi del Compassionevole sono coloro che camminano sulla terra con umiltà e quando gli ignoranti si rivolgono loro rispondono: "Pace!".

48. 4 Egli è Colui che ha fatto scendere la Pace nel cuore dei credenti, affinché possano accrescere la loro fede: [appartengono] ad Allah le armate dei cieli e della terra, Allah è sapiente, saggio.

47. 15 [Ecco] la descrizione del Giardino che è stata promessa ai timorati [di Allah]: ci saranno ruscelli di un'acqua che mai sarà malsana e ruscelli di latte dal gusto inalterabile e ruscelli di un vino delizioso a bersi, e ruscelli di miele purificato. E ci saranno, per loro, ogni sorta di frutta e il perdono del loro Signore. Essi sono forse simili a coloro che rimangono in perpetuo nel Fuoco e che verranno abbeverati di un'acqua bollente che devasterà le loro viscere?

2. 177 La carità non consiste nel volgere i volti verso l'Oriente e l'Occidente, ma nel credere in Allah e nell'Ultimo Giorno, negli Angeli, nel Libro e nei Profeti e nel dare, dei propri beni, per amore Suo, ai parenti, agli orfani, ai poveri, ai viandanti diseredati, ai mendicanti e per liberare gli schiavi; assolvere l'orazione e pagare la decima. Coloro che mantengono fede agli impegni presi, coloro che sono pazienti nelle avversità e nelle ristrettezze, e nella guerra, ecco coloro che sono veritieri, ecco i timorati.

4. 87 Allah, non c'è dio all'infuori di Lui! Certamente vi adunerà nel Giorno della Resurrezione, su questo non vi è dubbio alcuno. E chi è più veritiero di Allah?

5. 45 Per loro prescrivemmo vita per vita, occhio per occhio, naso per naso, orecchio per orecchio, dente per dente e il contrappasso per le ferite. Quanto a colui che vi rinuncia per amor di Allah, varrà per lui come espiazione. Coloro che non giudicano secondo quello che Allah ha fatto scendere, questi sono gli ingiusti.

5. 27 Racconta loro, in tutta verità, la storia dei due figli di Adamo, quando offrirono [ad Allah] un sacrificio, ed ecco che l'offerta di uno fu accettata e quella dell'altro no. Questi disse: "Ti ucciderò certamente!".

Rispose il fratello: "Allah accetta solo da parte di coloro che Lo temono.

5. 28 Se alzerai la mano contro di me per uccidermi, io non l'alzerò su di te: io temo Allah, il Signore dei mondi.

"Torniamo seduti in cerchio. Possiamo dire le nostre impressioni e i nostri commenti. Quanto conosciamo il testo sacro della nostra religione? L'abbiamo letto? Conosciamo i testi sacri delle altre religioni? C'interessa saperlo?"

Con chi faresti un viaggio<sup>2</sup>? Gioco delle facce da scegliere  
Materiale occorrente: circa sessanta fotografie di personaggi non famosi di cui però si conoscono nome e storia che sono scritti sul retro. Le foto possono essere plastificate per essere conservate meglio. Le fotografie vengono distribuite su più tavoli in modo da permettere ai ragazzi di girarci attorno. "Immaginiamo che dobbiate fare un lungo viaggio e abbiate bisogno di sce-

<sup>2</sup> Ivi p. 191.

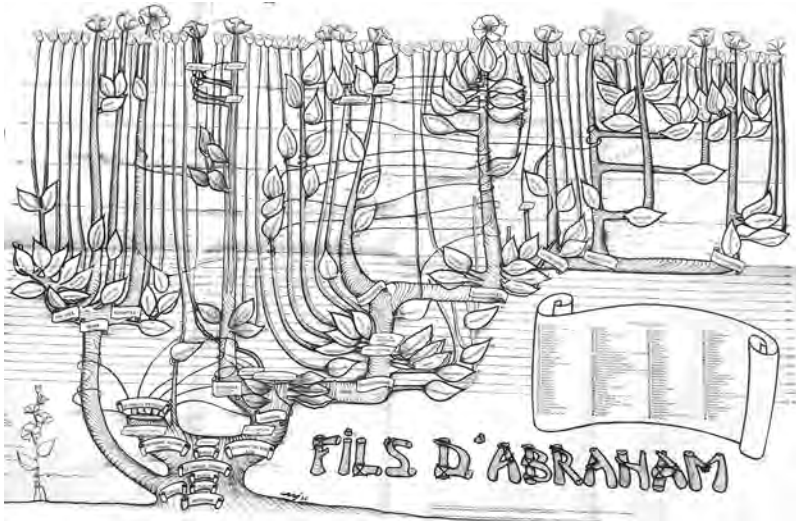
gliere tre compagni e che dobbiate guardarvi da persone sospette. Ora girate tra i tavoli e osservate, senza toccarle, tutte le fotografie. Prima le guardate tutte poi, senza fretta, scegliete, sempre senza toccarle, tre facce che v'ispirano fiducia e tre di cui proprio non vi fidate. Cercate di memorizzarle. Ora, facendo il giro, ognuno gira le carte che ha scelto per scoprire con chi farebbe il viaggio". L'attività diventa divertente perché forse si scopre di voler fare un viaggio con un serial killer o di non dare fiducia a un Premio Nobel. Terminato il giro: "Cosa mi ha portato a dare più o meno fiducia a un volto sconosciuto? A cosa ho guardato? Ho usato un pregiudizio? Cosa c'è dietro il mio pregiudizio? Mi è successo ancora di esprimere un pregiudizio e poi accorgermi di essermi sbagliato? Possiamo fare egli esempi?"

### Il rapporto oggi tra noi e gli arabi

All'inizio ho utilizzato il meccanismo classico del "puzzle" che consiste nel dividere la classe in alcuni gruppi consegnando materiale diverso. Dopo che ogni gruppo ha studiato il materiale se ne formano di nuovi composti da un rappresentante di ciascuno dei gruppi precedenti. Questi ultimi raccontano agli altri le cose apprese in precedenza. Per semplificare il meccanismo del puzzle ho utilizzato il lavoro di gruppo con relazione finale in cerchio anche se c'è lo svantaggio che, nella relazione, è più facile la distrazione collettiva.

Gli argomenti sono:

- *parole italiane di origine araba*: ce ne sono decine e si trovano facilmente in internet;
- *figli di Abramo*: ho utilizzato un manifesto che ho trovato nella Cattedrale di San Michele a Bruxelles con un bel disegno dell'albero genealogico delle diverse religioni generate da Abramo;
- *incontri di preghiera cristiano-islamica*: volantini degli incontri tenuti nel nostro territorio;
- *i conflitti religiosi nel mondo*: vedi allegato;
- *cronaca*: ritagli di giornale con fatti di attualità, anche conflittuali, riguardanti l'Islam e il Cristianesimo (es. attacchi terroristici).



“Come sono oggi i rapporti tra queste religioni? Dopo tanti secoli hanno fatto pace? C'è dialogo o scontro?”

### Attività di riserva

È un 6 o 9?

Quest'attività s'ispira a una vignetta mostrata da Claudio Cernesì<sup>3</sup> in un corso sul dialogo interculturale. Metto al centro della stanza un foglio grande (A3) colorato con disegnato un bel 6 anch'esso colorato. Chiamo due volontari che si mettono in piedi, uno di fronte all'altro davanti al foglio. Rivolto al primo: “Tu cosa vedi? Sei proprio sicuro di vedere un 6?” Rivolto al secondo: “E tu cosa vedi? Sei sicuro? Bene, ora scambiatevi di posto. Ora cosa vedi? Un 9? Ma prima dicevi che era un 6. Hai cambiato idea? E tu? Non capisco. Chiamiamo altri due volontari. Mettetevi di fronte al foglio tra i primi due. Cosa vedete? Scambiatevi di posto. E ora? Bene, sedetevi. Sentiamo il resto della classe, restando seduti. Cosa vedete?” Di solito qui si lavora di fantasia e vengono visti cappellini, ciliegie, fiori e altri oggetti. “Scusate, più mi spie-

<sup>3</sup> Pedagogista, antropologo e formatore; è esperto di dialogo interculturale.

gate e meno capisco. Facciamo che io sia un extraterrestre e voglio capire da voi cos'è questa cosa che è qui per terra. Sembra che parliamo lingue diverse. Riusciamo a parlare la stessa lingua? Se tutti vedono una cosa diversa io sono sempre più confuso. Eppure vediamo tutti la stessa cosa! Che facciamo? Qualcuno ha un'idea geniale? Come facciamo a risolvere il problema?" Finalmente qualcuno comincia a passare dall'interpretazione soggettiva all'osservazione oggettiva. "Vedo un foglio giallo". "Bene: alzi la mano chi vede un foglio giallo. Lo vedono tutti. Forse stiamo trovando una lingua comune. E poi? "Vedo un cerchio blu con un trattino curvo" "Chi vede un cerchio blu con un trattino curvo? Tutti. Bene: allora abbiamo trovato un linguaggio comune. Cos'è successo? Cos'abbiamo fatto? Non vi è mai successo qualcosa di simile? Avete voglia di raccontarlo?

Le culture cristiane e musulmane viste dalle altre culture: 4 gruppi con messaggeri

Quest'attività s'ispira al concetto di Macroculture di J. Galtung<sup>4</sup>. In forma fortemente semplificata ci permette di allargare l'orizzonte delle culture mediterranee per confrontarle con altre. L'attività è stata proposta alle classi prime della scuola media ma è risultata un po' difficile e troppo mentale. Potrebbe essere sperimentata con alunni più grandi. "Dividiamo la classe in quattro gruppi: cristiani, mussulmani, induisti e buddisti. A ogni gruppo viene consegnato un foglio che riporta il testo completo della sua cultura e soltanto l'indice, da completare, delle altre. Ogni gruppo manda dei messaggeri agli altri gruppi per avere informazioni tali da completare il foglio. Terminato il lavoro ogni gruppo rilegge l'intero foglio e risponde alle domande riportate in fondo. Poi si torna nel cerchio e ogni gruppo relaziona".

#### CRISTIANESIMO

*Natura:* umani superiori alla natura; carnivorismo.

*Società:* società verticale (capi e sudditi).

*Mondo:* uso della violenza.

*Tempo:* di vita limitato, nascita e morte; c'è poi la risurrezione.

*Dio:* Dio è nei cieli e c'è Satana; paradiso e inferno.

<sup>4</sup> J. Galtung, cit., p. 355.

### ISLAM

*Natura:* umani superiori alla natura; carnivorismo.

*Società:* società verticale (capi e sudditi).

*Mondo:* uso della violenza.

*Tempo:* di vita limitato, nascita e morte; c'è poi la risurrezione.

*Dio:* Dio è nei cieli e c'è Satana; paradiso e inferno.

### INDUISMO

*Natura:* umani ed esseri viventi sopra il regno minerale; vegetarianismo.

*Società:* divisione in caste.

*Mondo:* nonviolenza.

*Tempo:* la vita è illimitata, reincarnazione.

*Dio:* Dio è fuori e dentro di noi; non ci sono Satana, inferno e paradiso.

### BUDDISMO

*Natura:* esseri viventi sopra il regno minerale, vegetarianismo.

*Società:* orizzontale (tutti uguali).

*Mondo:* nonviolenza.

*Tempo:* la vita è illimitata: rinascita.

*Dio:* Dio è dentro di noi; non ci sono Satana, inferno e paradiso.

*Domande:* come vedete Cristianesimo e Islam confrontate con altre religioni?

Dopo le relazioni dei gruppi si raccolgono commenti e sensazioni.

Giro finale o un'attività di chiusura per raccogliere le impressioni su tutto il percorso

Fine del percorso.

Se il percorso è di soli due incontri di due ore si taglia il terzo incontro.

## **Allegati**

Cronologia.

I conflitti nel mondo dove sono coinvolti cristiani e musulmani.

Bibliografia.

## Cronologia

1194: lettera di Innocenzo III al Sultano Ayybide d'Egitto al-'Adil I Saif al-Din ("La spada della religione", fratello di Saladino, diventato nel 1200 Sultano di tutto l'impero Ayyubide).

1202: al-'Adil chiede al figlio al-Kamil, viceré d'Egitto, di prendere accordi con la Repubblica di Venezia per non trasportare crociati in Egitto in cambio di spazi commerciali.

Giugno 1203: i veneziani portano i crociati a Costantinopoli (quarta crociata).

Aprile 1204: saccheggio di Costantinopoli da parte dei crociati.

1204: i crociati chiedono e ottengono da al-'Adil una tregua di sei anni.

16 agosto 1205: appello per la 5<sup>a</sup> crociata di Innocenzo III.

Il cavaliere Gentile recluta volontari in Puglia.

Francesco vuole partire per la Puglia.

Visione di Spoleto: un palazzo con tanti armi. C'è la chiamata a un rapporto diverso (non militare e più evangelico) con l'islam.

Francesco va da Innocenzo III per dirgli che Cristo lo aveva richiamato dall'andare alla crociata: viene cacciato.

1212: vittorie cristiane in Spagna contro i mussulmani.

1212: Francesco decide il viaggio.

Francesco chiede a Innocenzo III la benedizione per viaggi apostolici tra i saraceni.

Primo tentativo per la Siria ma ci sono venti contrari (finisce a Schiavonia).

Maggio 1213: secondo tentativo verso la Spagna ma si ammalà.

Durante il papato di Innocenzo III il Concilio Lateranense IV aveva deciso l'indizione di una nuova crociata. Federico II, in occasione della sua incoronazione a Rex Romanorum, nel 1215, giurò solennemente di prendervi parte, ma poi rimandò più volte, il che provocò tensioni con il papa. Nella Regola dell'Ordine francescano un capitolo sull'evangelizzazione dell'Islam.

Innocenzo III decide di guidare la crociata ma muore a Perugia (16 luglio 1216), Papa Onorio III stabilì infine che la crociata dovesse aver inizio il 1° giugno 1217. In quella data re Andrea II d'Ungheria e il duca Leopoldo VI d'Asburgo partirono verso l'Egitto. I crociati, infatti, avevano stretto un'alleanza con



il sultano dei Selgiuchidi, che all'epoca dominavano l'Anatolia: mentre i crociati si sarebbero diretti a sud, in Egitto, i Selgiuchidi avrebbero mosso le loro truppe verso la Siria, attaccando su due fronti il sultanato degli Ayyubidi.

Aprile 1218: i crociati arrivano in Egitto (quinta crociata).

29 maggio 1218: arrivo a Damietta.

Estate 1218: Onorio III assicura aiuto ai crociati di Damietta.

25 agosto 1218: viene rotta la catena che difende la rocca di Damietta.

Fine agosto muore al-'Adil. Il regno è diviso tra i figli: Damasco e Gerusalemme a Mu'azzam, l'Egitto ad al-Kamil, Giazira ad al-Ashraf.

Settembre 1218: arriva a Damietta il legato papale per dirigere la crociata in nome del Papa, il benedettino portoghese Pelagio Galvan.

Giugno 1219: il sultano Melek el-Kamel (figlio di al-'Adil) offre la pace in cambio di Gerusalemme. Il re Giovanni di Brienne e altri sono per la pace ma Pelagio no.

24 giugno: Francesco si imbarca ad Ancona per Acri.

Fine giugno 1219: battaglie e tregue.

Tregua di fine agosto di tre settimane.

Primi giorni di settembre 1219: Francesco e frate Illuminato vanno dal Sultano.

14-19 settembre 1219: 20.000 crociati lasciano il campo e rientrano in Italia.

Ottobre 1219: nuova proposta di pace del sultano: Gerusalemme, Palestina ovest e la santa croce.

5 novembre 1219: caduta di Damietta.

1219: 5 frati vanno a Siviglia e poi a Marrakesh.

16 gennaio 1220: martirio dei 5 frati, canonizzati da Sisto IV nel 1481.

Estate 1220: sconfitta della flotta crociata al largo di Cipro.

Nuova proposta di pace e tregua per 30 anni, rifiutata da Pelagio.

Luglio 1221: i crociati lasciano Damietta e vanno verso il Cairo. I crociati aspettano l'aiuto di Federico II che però non arriva.

I fratelli del sultano vengono in suo aiuto.

26 agosto 1221: gli egiziani demoliscono le dighe del Nilo e infangano i crociati.

Il sultano di Damasco e di Gerusalemme Al -Mu'azzam propone di aprire le cateratte del Nilo e affogare 30.000 crociati ma il fratello al-Kamil rifiuta.

28 agosto: Pelagio chiede la pace. Evacuare Damietta, tregua di 8 anni, niente Gerusalemme.

1221: Regola non bollata: disposizioni per i frati per andare tra i saraceni. "Andare come pecore in mezzo ai lupi, non fare dispute e liti, confessare di essere cristiani; quando vedono che piace al Signore annunciano la parola di Dio chiedendo di farsi cristiani; abbandonano il corpo al Signore".

1225: l'imperatore Federico II sposa Iolanda, la figlia di Jean de Brienne e diventa re di Gerusalemme.

Amicizia tra il sultano e Federico II.

1225: Onorio III predica la moderazione.

20 febbraio 1226: Onorio III scrive all'arcivescovo di Toledo perché mandi uomini prudenti.

Settembre 1228: Federico II sbarca ad Acri (sesta crociata) con solo 3.000 uomini.

Marzo 1229: il sultano consegna Gerusalemme e alcuni territori a Federico II senza combattimenti. Indignazione nel mondo islamico.

### *Il contesto mondiale.*

Inghilterra 1215: *Magna Charta*

Spagna 1212: sconfitta degli Almohadi (reconquista) - 1238 iniziano a Granada i lavori per l'Alhambra.

Congo 1200: fondazione regni cristiani.

Africa 1220: sviluppo del regno del Mali nell'alto Niger.

Cina 1206: Gengis Kan inizia la conquista della Cina.

India 1192-1206: conquista islamica della valle del Gange.

America gli Atzechi si stabiliscono in Messico.

Italia: 1216 nascono i domenicani, 1178-98 cattedrale di Parma, 1223 papa Onorio III approva la regola francescana, 1226 muore S. Francesco, 1200 ste-sura dell'Algebra di Leonardo Pisano.

## I conflitti nel mondo dove sono coinvolti cristiani e musulmani<sup>5</sup>

- *Algeria* Al-Qaeda: unire le forze Jihadiste per il Magreb e combattere contro l'Europa.
- *Ciad*: Nord Musulmano e sud cristiano.
- *Nigeria*: nord islamico, centro-sud cristiano, guerriglia e attentati.
- *Somalia*: stato islamico, terrorismo islamico.
- *Sudan*: divisione del sud; nord stato islamico.
- *Sud-Sudan*: tensioni con il Sudan.
- *Afghanistan*: talebani e Al-Qaeda contro gli eserciti occupanti e il governo.
- *Filippine*: indipendentisti islamici.
- *Pakistan*: fondamentalismo islamico e persecuzioni di cristiani.
- *Thailandia*: indipendentisti islamici.
- *Yemen*: Al-Qaeda.
- *Libano*: minoranze cristiane.

### *Persecuzioni islamiche contro cristiani*

Sono in atto in:

- Algeria, Egitto, Libia, Nigeria, Somalia, Sudan, Afghanistan, Arabia Saudita, Bhutan, Corea del Nord, Cina, Indonesia, Iran, Iraq, Maldive, Pakistan, Vietnam, Turchia.

### *Persecuzioni cristiane contro musulmani*

- Recentemente in Kosovo e Bosnia.

### *Presenze militari cristiane (USA) in zone musulmane*

- Iraq, Afghanistan, Israele, Kuwait, Bahrain, Gibuti, Emirati Arabi Uniti, Oman, Qatar, Arabia Saudita, Kirghizistan, Turchia.

<sup>5</sup> *Atlante delle guerre e dei conflitti nel mondo*, Terza edizione, Firenze, Terra Nuova Edizioni, 2012.

## Bibliografia

- A. Maalouf, *Le crociate viste dagli arabi*, Torino, SEI, 2005.
- G. Jeusset, *San Francesco e L'Islam*, Milano, Edizioni Terra Santa, 2009.
- AA.VV., *Dalla Crociata all'incontro*, Padova, Vita Minorum, Rivista di spiritualità e formazione francescana, anno LXXIV, n. 2-3, giugno 2003.
- G. Romeo, *Pirati e corsari nel Mediterraneo, lo scontro tra cristiani e saraceni tra il IX e il XVII sec.*, Lecce, Capone Editore, 2000.
- *Fonti francescane*, Padova, Edizioni Messaggero, 2000.
- L. Bresan, *Maria nella devozione e nella pittura dell'Islam*, Milano, Jaka Book, 2011.
- F. Gabrieli, *Maometto e le grandi conquiste arabe*, Roma, Newton & Compton Editori, 1996.
- V. Iacovella, *Islam da vicino*, Calenzano, Ed G. D'Anna, 2005.
- A.M. Di Nola, *Maometto e la saggezza dell'Islam. Vita, insegnamenti e detti memorabili del Profeta*, Roma, Newton & Compton ed., 2001.
- R. Panikkar, *Pace e interculturalità. Una riflessione filosofica*, Milano, Jaka Book, 2002.
- B. Salvarani, *Vocabolario minimo del dialogo interreligioso. Per un'educazione all'incontro delle fedi*, Bologna, EDB, 2003.
- A. Cecchini, E. Musini, *Differenti? È indifferente. Capire l'importanza delle differenze culturali e fare in modo che non ci importi*, Molfetta, La meridiana, 2008.
- R. Altieri (a cura di), *Nonviolenza per Gerusalemme*, Pisa, Quaderni Satyāgraha n. 5, 2004.

# **Nord-Sud: guardare il mondo a testa in giù...**

## **Percorso di un incontro di due ore**

### **Premessa**

Si tratta di un percorso sperimentato in decenni di attività e decine di classi. La parte centrale è una simulazione molto coinvolgente la cui origine si perde nella notte dei tempi; è stata proposta in infinite varianti.

### **Scheda di presentazione del percorso**

#### **Utenti**

Scuola primaria, secondaria di primo e secondo grado.

#### **Sintesi**

Il mondo è attraversato da squilibri economici e sociali che causano emigrazioni e instabilità politiche. Proviamo a metterci nei panni dei Paesi poveri e vedere le cose dal loro punto di vista.

#### **Obiettivi**

Conoscere il mondo in cui viviamo in modo semplice ed efficace.

#### **Contenuti**

Se la classe rappresentasse la popolazione del mondo come si dividerebbe nei diversi continenti? E come si distribuirebbe la ricchezza globale? Da dove hanno origine i fenomeni migratori? Quali le cause e le soluzioni a questi problemi?

## **Modalità operative**

Giochi di simulazione e di ruolo, lavori di gruppi, condivisione in cerchio, ascolto delle emozioni e delle sensazioni.

## **Documentazione**

Vengono rilasciati agli insegnanti una sintesi del lavoro realizzato e materiale di approfondimento.

## **Materiale**

Carta di Peters, Oltre l'orizzonte, post-it, pennarello, biscotti, piatti di carta, vassoio, nastro bianco e rosso, forbici, banana di carta, un euro, etichette dei prodotti del commercio equo e solidale, pieghevole Sostegno a Distanza.

## **Agenda con domande e stimoli**

### **Presentazione reciproca**

Giro di nomi + quello che mangiamo di solito per colazione.

“Secondo voi, di quello che mangiamo a colazione quali sono i cibi che vengono prodotti in paesi extraeuropei e quali sono questi paesi?”

Sapete dov'è nato il caffè? Dove oggi viene coltivato principalmente?

Il caffè è nato in Etiopia e il primo paese produttore è il Brasile.

Perché il caffè è nato in Africa e si coltiva principalmente in Sud America? E il cacao di dov'è originario? E dove si coltiva principalmente? Perché?

Il cacao è nato in Messico e si coltiva principalmente in Africa.

E il tè da dove viene? Perché non cresce in Inghilterra?

Questi cibi li prendiamo freddi e caldi? Il gas che arriva nelle nostre case da dove arriva? Da dove parte il tubo che arriva in casa nostra?

Il metano viene da Algeria, Olanda e Russia in proporzioni variabili.

I vestiti che indossiamo da dove provengono? E le scarpe? Guardiamo le etichette che abbiamo addosso...

E l'auto con quali materiali è fatta? E la benzina da dove viene?

Morale: non siamo ancora usciti di casa e abbiamo già fatto il giro del mondo! C'è tanta gente che ha lavorato per noi per darci quello che mangiamo e vestiamo. Anche in questo momento c'è gente che lavora per noi. Rivolgiamo un pensiero di gratitudine a queste persone”.

## **Introduzione allo stile degli incontri**

(si veda come traccia il percorso ABC del conflitto).

### **Introduzione al tema**

“Come avete intuito il tema del nostro incontro è scoprire il mondo e vedere come cose che sembrano lontane in realtà ci toccano molto da vicino. Facciamo insieme un viaggio che ci porta a conoscere il mondo e a capire meglio anche la nostra vita quotidiana”.

### **In questa stanza dov'è il Sud?**

“Dov'è il sole a mezzogiorno? Proviamo a orientare questa carta geografica (o planisfero) che metto per terra. È la carta di Peters. Osservatela attentamente. L'avete già vista? È diversa da altre carte? In cos'è diversa?”

Bene. Osserviamo che il Sud è in quella direzione e vi troviamo l'Africa. L'Ovest è là e troviamo le Americhe. L'Est è là e vediamo l'Asia. A Nord ci siamo noi europei.

### **Oltre l'orizzonte**

“Questo strumento era stato pensato per essere collocato sulla cima del Monte Cimone, ma non è mai stato realizzato. Noi lo usiamo oggi in questa forma tascabile di carta. Immaginiamo di salire in alto, in cielo, sopra la nostra testa, allo zenit: possiamo vedere metà della Terra. Sul disegno sono riportate le principali città, la loro distanza da noi e la differenza di orario. Contiene una scritta in più lingue: sotto lo stesso cielo, sopra la stessa Terra. Lo mettiamo a terra e lo orientiamo a Nord-Sud.



Adesso lo proviamo. C'è qualcuno che ha un parente o un amico che vive lontano? Chi tra di voi se la sente di fare un esperimento? Mettiti al centro, in piedi, di fronte al disegno, guarda nella direzione della persona che conosci, è distante X chilometri e sono le ore Y. Chiudi gli occhi. Guarda bene. Riesci a vedere la persona? Dov'è? Cosa sta facendo? Com'è vestita? Con chi è? Com'è la stanza? Si è accorta della tua presenza? Come ti senti a starle vicino? Vuoi lasciarle un messaggio? Ora la puoi salutare e ritornare qui. Riapri gli occhi. Com'è andata? Come hai vissuto quest'esperienza? Cos'hai provato? Hai voglia di raccontarlo? C'è qualcun altro che desidera provare quest'esperienza? Dopo alcuni volontari tutti insieme possiamo chiederci cosa è successo”.



Nota: qualcuno è riuscito a vedere il cugino lontano mangiare un piatto tipico e a sentirne perfino l'odore. C'è sempre molto coinvolgimento emotivo in chi sperimenta quest'attività. Molti hanno la sensazione di aver effettivamente compiuto un viaggio e di sentire vicinanza (comunione) oltre la distanza. Nel commento qualcuno suggerisce che è stata l'anima a fare questo viaggio.

## Divisioni a gruppi per continenti

“Facciamo che la vostra classe rappresenti tutti gli abitanti della Terra. Avremo a nord l'Europa, a sud l'Africa e così via. Mettiamo cinque studenti nelle diverse aree geografiche Nord, Sud, Est, Ovest ognuno con un post-it con scritto Europa, Africa, America del Sud, America del Nord, Asia. Ora provate a dividervi in 5 gruppi, nei continenti, come pensate che possa essere distribuita la popolazione mondiale. Bene. Osserviamo come avete diviso la popolazione. C'è qualcuno che non è soddisfatto di questa suddivisione? Può intervenire e spostare persone da un gruppo all'altro. Facciamo gli spostamenti che riteniamo corretti. Ora vediamo come sono le cose nella realtà e facciamo degli aggiustamenti”.

*Per una classe di 25 alunni:*

Africa 4;

Asia 15;

Europa 3;

Sud America 2;

Nord America 1.

Nota: di solito, anche con alunni di terza media o delle superiori che hanno studiato la materia, si ha sempre la sensazione che europei e nordamericani siano i più numerosi.

“Commenti? Ci aspettavamo una situazione così? Perché abbiamo in mente che Europa e America abbiano più popolazione? Che informazioni abbiamo? Quante volte il telegiornale parla di Africa e di Asia? Che film guar-

<sup>1</sup> Questi dati vanno naturalmente aggiornati e proporzionati al numero degli alunni.

diamo di solito? Abbiamo visto film africani, indiani o sudamericani? Quanto conosciamo delle altre culture?”

## Distribuzione delle risorse della Terra

Si consegna a ogni gruppo un piatto di carta e si mettono sul vassoio al centro tanti biscotti quanti sono gli studenti. Ai ragazzi piacciono molto quelli con le gocce di cioccolato. “Facciamo che su questo vassoio siano state messe tutte le ricchezze della Terra: soldi, metalli preziosi, petrolio, cibi, industria, ricerca, scuola, tecnologie, servizi, sanità, case, strade ecc. Ora provate a dividervi questi biscotti come pensate che siano distribuite le ricchezze della Terra nei diversi continenti. Senza mangiarli! Bene. Osserviamo quello che è successo. C'è qualcuno che non è soddisfatto di questa suddivisione? Può intervenire e spostare biscotti da un gruppo all'altro. Spostiamoli finché siamo soddisfatti del risultato. Bene. Ora vediamo come sono le cose nella realtà e facciamo degli aggiustamenti”.

*Biscotti per una classe di 25 alunni<sup>2</sup>:*

Africa 1;

Asia 7;

Europa 9;

Sud America 1;

Nord America 7.

“Commenti? Ci aspettavamo una situazione così?”

## Nord-Sud

“Ora mettiamo per terra un nastro bianco e rosso che separa Europa e Nord America dal resto del mondo. Nella realtà c'è una divisione del mondo tra nord ricco e sud povero. Spesso c'è proprio una barriera che separa i due mondi. Tra USA e Messico c'è un muro che non è facile superare. Anche in alcuni Paesi balcanici abbiamo delle barriere. Pure il Mar Mediterraneo è un grosso ostacolo. Anche nella nostra attività questa barriera non possiamo superarla.

Adesso ogni gruppo può mangiare i biscotti del proprio piatto”.

<sup>2</sup> Vedi nota precedente

*Nota:* può succedere che, dove c'è un gruppo numeroso con pochi biscotti, si cerchi di suddividerli in modo da darne a ognuno un pezzettino. Più spesso i più veloci mangiano i biscotti e gli altri rimangono senza. Allora faccio notare che nella realtà accade proprio così. Le risorse all'interno di un Paese non vengono distribuite equamente ma ovunque troviamo la divisione tra ricchi e poveri. A volte gli europei e i nordamericani non riescono a finire i biscotti. In questo caso li invito a buttarli nel cestino, per evidenziare lo spreco di risorse nei Paesi ricchi. Questo fatto suscita sempre grande indignazione nei Paesi poveri. Una volta, in una scuola primaria di Lama Mocogno (MO), alcuni poveri hanno preso d'assalto il cestino dei rifiuti per mangiare i biscotti buttati, con grande stupore delle maestre!

“Come vi sentite dopo aver mangiato i biscotti? Che emozioni provate di fronte a questa situazione? Cosa vi verrebbe voglia di fare? Voi del Sud come vedete gli abitanti del Nord? E questa barriera? E voi del Nord?”

*Nota:* anche se si tratta di una simulazione le emozioni che si scatenano sono vere. Può emergere rassegnazione ma più spesso rabbia, voglia di scavalcare la barriera, di vendicarsi, di agire con violenza. Nel Nord può uscire indifferenza oppure senso di colpa e bisogno di aiutare i poveri.

“Come si chiamano le persone quando vogliono spostarsi da un Paese all'altro? E quando intendono usare la violenza?”

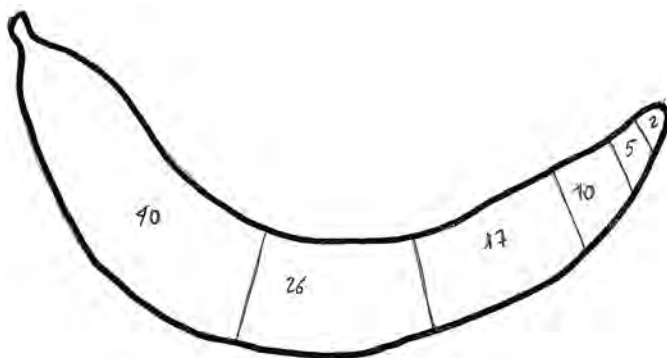
Secondo voi perché il mondo è fatto così? Quali potrebbero essere le cause di questo squilibrio? L'Africa è ricca ma gli africani sono poveri. Perché?

Ci sono soluzioni per avere un mondo più equilibrato? Quali?”

*Nota:* con un piccolo gruppo si può fare una versione a tavolino, utilizzando la Carta di Peters e cartoncini colorati per rappresentare la popolazione e le risorse.

## L'esempio della banana

“Ora osserviamo da vicino un prodotto che molti di noi amano, la banana. Stando seduti in cerchio dividiamo la classe in sei gruppi che rappresentano la filiera della banana: i lavoratori, i proprietari terrieri, i trasportatori, gli importatori, il governo e il venditore al dettaglio. Io consumatore vado al mercato con un euro e compro un chilo di banane. Come verrà diviso quest'euro tra tutti questi sei gruppi? Dividiamo questa banana di carta in sei parti diverse e ognuno si prende la percentuale che gli spetta. La mettiamo qui al centro e i diversi gruppi scelgono la percentuale del guadagno che spetta loro. Bene. Osserviamo ora quello che è successo. C'è qualcuno che non è soddisfatto di questa suddivisione? Se vuole può intervenire e spostare i pezzetti di banana da un gruppo all'altro. Siete soddisfatti della suddivisione? Bene, ora vediamo come sono le cose nella realtà e, se necessario, facciamo degli aggiustamenti.



*Suddivisione del ricavato di una banana in percentuale:*

lavoratore 2;

tasse 5;

proprietario 10;

importatore 17;

trasporto locale ed esportatore 26;

rivenditore 40.

<sup>3</sup> Centro Nuovo Modello di Sviluppo, *NORD SUD Predatori, predati e opportunisti*, Bologna, EMI, 2005, p.182.

Commenti? Voi che siete i lavoratori com'è la vostra vita? Avete la possibilità di comperare medicine, mandare i figli a scuola, farvi una casetta, comperare una bicicletta? Potete fare qualcosa per cambiare la vostra situazione? Io che sono il consumatore, che con il mio euro pago tutti questi gruppi, ho la possibilità di cambiare le cose?"

## **Commercio Equo e Solidale**

“Adesso distribuisco, una per coppia di vicini, delle etichette di prodotti del Commercio Equo e Solidale. Ogni coppia la guarda con calma e cerca di capire da quale Paese arriva quel prodotto. Cercate anche delle informazioni sul Commercio Equo e Solidale. Quando avete guardato con attenzione facciamo un giro in modo che ogni coppia illustri brevemente il suo prodotto.

A questo punto, sempre restando in cerchio ci alziamo in piedi e ognuno si gira verso sud, est, ovest nella direzione del Paese che ha prodotto quello che ha in mano. Provate a chiudere gli occhi e visualizzate le persone che, in questo momento, stanno lavorando per preparare questo cibo. Osservate che persone sono, se sono una famiglia, se ci sono bambini, come sono vestiti, dove lavorano, com'è la loro casa. Mandate loro un saluto e ringraziatele per quello che stanno facendo per noi. Riaprite gli occhi e sedetevi.

Un coltivatore che fa parte di questa organizzazione può soddisfare i suoi bisogni essenziali di cibo, salute, casa e scuola? Secondo voi sarà costretto a emigrare?"

## **Sostegno a Distanza**

Viene distribuito un pieghevole di un progetto di Sostegno a Distanza che prevede l'inserimento scolastico di bambini.

“I bambini che riescono a studiare nel loro Paese riescono facilmente a trovare lavoro e ad avere una vita dignitosa. Secondo voi saranno costretti a emigrare? Costa di più aiutare un bambino a studiare nel suo Paese o accoglierlo quando emigra in Europa?"

## Poesia

### Clandestine

Clandestine sono.

Vengono dall'Africa  
senza bagaglio  
e senza permesso.

Se la ridono  
di confini e divieti.

Clandestine sono.  
E libere.

Le rondini.

*Commento:* nel mondo possono circolare liberamente le idee, le notizie, i soldi, le merci, le armi e gli animali migratori, le nuvole, i virus. Gli umani no!

### I pavullesi ringraziano

(Si veda il percorso *Le vie del cibo*)

### Ciro finale

“Come mi sono sentito in quest’attività, cosa mi è piaciuto (o non è piaciuto) e cosa mi porto a casa?”

# **Le vie del cibo**

## **Conoscere il mondo senza uscire di casa Percorso di un incontro di due ore**

### **Premessa**

Siamo circondati da tanti oggetti di uso quotidiano, compreso i cibi che abbiamo normalmente sulla nostra tavola; ma poco o nulla conosciamo della loro storia. Mi sarebbe piaciuto creare un Museo degli oggetti quotidiani con esposti oggetti semplici e la descrizione della loro storia. Ogni oggetto contiene lezioni di storia, geografia, economia, antropologia, archeologia, letteratura, filosofia, sociologia ecc. Una vera enciclopedia!

Questo percorso vuole offrire un minimo di consapevolezza su tre cibi particolarmente utilizzati e graditi dai ragazzi: la patata (patatine), il pomodoro (pizza e pastasciutta) e il cacao (cioccolato e Nutella). Ringrazio per la consulenza il premiato maestro cioccolataio Valter Tagliazucchi della Pasticceria del Gamberlano di Pavullo (MO). Il percorso è stato presentato a diverse classi prime delle scuole medie di Pavullo.

### **Scheda di presentazione del percorso**

#### **Utenti**

Scuola primaria, secondaria di primo e secondo grado.

#### **Sintesi**

Culture, storie, luoghi e persone ci nutrono ogni giorno ma non sempre ne siamo consapevoli. Il cibo che abbiamo nel piatto ha fatto un lungo viaggio e ha tante storie da raccontare, frutto di scoperte, invenzioni, avventure, volti...

## Obiettivi

- Rendere consapevolezza di quanta strada hanno percorso i cibi prima di arrivare a noi;
- partire per un lungo e affascinante viaggio nell'avventura umana;
- scoprire che al mattino, prima ancora di uscire di casa, abbiamo già fatto... il giro del mondo!

## Contenuti

- Ogni cibo è fatto di lingua, storia, geografia, tecnica, cultura, scoperta, passione, fatica, amore...
- ogni oggetto della nostra casa, ad esempio quello che indossiamo, può venire da molto lontano: nel tempo e nello spazio;
- porci domande tipo: “Chi ha bevuto il primo caffè e dove? Chi ha inventato il cioccolato e la Nutella? Da dove vengono i pantaloni, e la televisione?”;
- origine e Paesi produttori dei principali cibi;
- prima e dopo la scoperta dell'America;
- “Polenta sì, *cous cous* no”: pregiudizi e resistenze;
- i doni delle culture.

## Modalità operative

Attività interattive con letture, giochi di simulazione, laboratori teatrali, animazione e momenti di rielaborazione delle sensazioni e degli stimoli raccolti.

## Documentazione

Vengono rilasciati agli insegnanti una sintesi del lavoro realizzato e materiale di approfondimento.

## Agenda con attività, stimoli e domande

### Materiali necessari

- Un pomodoro, una patata, cioccolato al latte.
- Una Carta di Peters.



- Quattro frecce gialle 10 cm x 7 con i Paesi d'origine: caffè (Etiopia), pomodoro (Perù), cacao (Messico) e patata (Ande).
- Quattro frecce rosse 10 cm x 7 con i principali Paesi produttori: caffè (Brasile), pomodoro (Cina), cacao (Costa d'Avorio) e patata (Cina).
- La linea del tempo: 9 fogli bianchi A4 uniti in senso verticale con al centro una linea continua con lineette distanziate di 5 mm. Ogni spazio è un anno. Inizia nel 1500 per finire nell'epoca attuale.
- Otto frecce rosa 25 cm x 7 (storia del pomodoro e della pizza):
  - Aztechi (noi aztechi la chiamiamo *tomati*; è molto coltivata nella nostra terra)<sup>1</sup>.
  - 1526 Fra Bernardino di Sahagu (studio gli Aztechi e anche le virtù del pomodoro; scrivo un libro che non verrà mai pubblicato).
  - 1540 Hernàn Cortéz (porto i pomodori in Europa).
  - 1586 arriva in Italia.
  - 1802 Michele Felice Corne.
  - 1830 "Riccio" di Napoli (scrivo un libro dove descrivo una pizza con pomodoro, mozzarella e basilico).
  - 1839 Ippolito Cavalcanti (scrivo di pastasciutta: i vermicelli co' le pommodore).
  - 1889 Raffaele Esposito di Napoli (creo una nuova pizza e la chiamo "Pizza Margherita" in onore della regina di Savoia in visita a Napoli).
- Dieci frecce bianche 25 cm x 7 (storia della patata):
  - Popolo inca (la chiamiamo *papa*).
  - Popolo azteco (la coltiviamo in Messico e la chiamiamo *potati*).
  - 1537 Pizarro (trovo la prima patata in Perù).
  - 1565 Padri Carmelitani (la portiamo in Italia).
  - 1651 in Russia (viene emesso un editto contro la coltivazione della patata).
  - 1663 Irlanda (anno di carestia: ci salvano con le patate).
  - 1765 sulla Encyclopédie (è scritto che è un cibo flatulento).
  - 1771 Antoine Augustin Parmentier (sono farmacista e agronomo e difondo il consumo della patata in Francia).

<sup>1</sup> Tra parentesi sono riportate le note scritte sul retro delle frecce del tempo. L'alunno legge interpretando in prima persona il protagonista della storia.

- 1840 in Italia (per noi è cibo per bestiame).
- 1850 coltivata in Italia.
- Ventuno frecce azzurre 25 cm x 7 (storia del cacao e del cioccolato).
  - Popolo degli Olmechi (usiamo il cacao che chiamiamo “Kakawa Uha-nal” cibo degli dei).
  - 1500 a.C. - 900 d.C. popolo dei Maya (la chiamiamo “Chacau haa”; lo beviamo amaro con acqua calda, mais, vaniglia e molta schiuma. Siamo i primi a coltivarla).
  - 1200 - 1500 popolo degli Aztechi (lo beviamo con acqua fredda, vaniglia, miele, peperoncino, fiori di magnolia. I semi sono monete: 10 fave per un coniglio, 100 fave per uno schiavo).
  - 1502 Cristoforo Colombo (sono il primo europeo a bere la bevanda al cacao e a portare dei semi in Europa).
  - 1519 il re Montezuma incontra Cortez.
  - 1585 il primo carico di cacao arriva in Spagna.
  - 1590 una suora spagnola (aggiungo zucchero di canna e cannella: è proprio buono!).
  - 1594 Francesco Carletti (porto il primo carico di cacao in Italia).
  - 1678 Gian Antonio Ari (apro la prima cioccolateria a Torino).
  - 1778 Doret di Torino (invento una macchina per impastare il cacao con zucchero e vaniglia e fabbrico il primo cioccolatino).
  - 1820 Signora Giambone (invento a Torino le prime uova di cioccolato).
  - 1825 Casper van Houten in Olanda (invento la torchiatura per ottenere burro di cacao e polvere).
  - 1829 Francois-Luis Cailler in Svizzera (invento una tecnica per solidificare il cioccolato e la prima tavoletta).
  - 1847 John Cadbury in Inghilterra (invento il processo di emulsione e la prima tavoletta).
  - 1852 Michele Pronchet a Torino (aggiungo nocciole delle Langhe e invento il gianduia).
  - 1866 Henry Nestlé in Svizzera (invento come fare il latte in polvere).
  - 1875 Daniel Peter in Svizzera (invento il cioccolato al latte).
  - 1879 Rodolph Lindt in Svizzera (invento la macchina per il concaggio, mescolando a caldo per 3 giorni, e fabbrico il cioccolato fondente).

- 1912 Jean Neuhaus in Belgio (invento le praline ripiene).
  - 1946 Pietro F... in Piemonte (invento la crema gianduia con latte in polvere e nocciole per i pasticceri di Alba).
  - 1964 Michele F... (perfeziono la crema di mio padre Pietro e ottengo la N...).
- Sedici cartoncini azzurri 20 cm x 8 (processo di lavorazione del cioccolato): raccolta, fermentazione, essiccazione, selezione e pulitura, tostatura, frantumazione, macinazione, potassatura, torchiatura, polverizzazione, dosaggio, miscelazione, raffinazione, concaggio, temperaggio, modellaggio.
  - Tredici cartoncini arancio 3 cm x 3 (Paesi produttori delle materie prime della Nutella): nocciole Turchia e Italia, cacao Camerun, Costa d'Avorio, Nigeria, Ecuador e Ghana, latte Europa, canna da zucchero, olio di palma Brasile, Malesia e Papua Nuova Guinea, zucchero Italia.
  - Sei vasetti di vetro senza etichette con gli ingredienti del cioccolato: fave di cacao, pasta di cacao, burro di cacao, cacao in polvere, zucchero, latte in polvere, nocciole. Più un cartoncino con la scritta "olio" (per non trasportare liquidi).
  - Un cartello colorato formato A3 con riportati, in proporzione, gli ingredienti della Nutella: zucchero e olio di palma (circa 70%), nocciole (13%), cacao magro (7,4%), latte scremato (6,6%), siero di latte, lecitina, vanillina.
  - Confezioni di cioccolato fondente, al latte e bianco.
  - Musica da meditazione.

## Giro di presentazione

Nome e cibo preferito.

## Introduzione allo stile degli incontri

(Cfr. il percorso *ABC del conflitto*)

## Introduzione al tema

“Oggi ci occuperemo proprio di cibo, per scoprire di alcuni alimenti che usiamo tutti i giorni che storia hanno e quanta strada hanno fatto prima di arrivare sulla nostra tavola.

Sono stato due volte in Russia e mi sono stupito dell'interesse che ho trovato per la cultura italiana, in particolare per la musica e la cucina. Una volta mi hanno perfino fatto cucinare la pasta al pomodoro! Mia figlia è stata in America e si è meravigliata dell'interesse verso il nostro cibo. In tante parti nel mondo troviamo ristoranti con cucina italiana. Secondo voi perché piace così tanto la nostra cucina? Quali sono i nostri piatti più famosi? Cosa sarebbe la nostra cucina senza pomodoro e patate? Com'era la cucina italiana prima della scoperta dell'America?"

### **Origine e produzione**

“Ora mettiamo per terra la Carta di Peters e proviamo a chiederci: in quale Paese del mondo è stata coltivata per la prima volta la pianta del pomodoro? E quella della patata? E del cacao? Appoggiamo sulla carta questi cartoncini colorati.

Ora proviamo a cercare i principali Paesi produttori dei nostri prodotti, sempre appoggiando alla carta i cartoncini colorati”.

### **Dov'è nato il caffè?**

“Avete un'idea del Paese di origine di una bevanda molto consumata come il caffè? La scoperta del caffè è molto divertente e la raccontiamo con una scenetta: mi servono alcuni volontari. Bene, tu sei il pastore Kaldi e voi le capre. Ci troviamo in Etiopia. Il pastore ha portato oggi le sue capre in un territorio nuovo. Torna a casa la sera e le chiude nel recinto. Dopo aver cenato nella sua capanna si stende per dormire. Ma non può! Nell'ovile c'è un tal baccano che non riesce a chiudere occhio. Si alza per vedere se per caso un animale selvatico sta minacciando le sue capre ma non trova niente. Le capre sono agitate e lui non capisce il perché. Poi si chiede: cos'avranno mangiato oggi di diverso? Il giorno dopo decide di tornare in quel posto nuovo per vedere se scopre il motivo di quello che è successo. Vede le capre mangiare le foglie di un arbusto e le sue bacche rosse. Incuriosito Kaldi raccoglie alcune bacche rosse e le porta a casa, toglie la buccia e la polpa e lava il seme. Lo fa seccare e poi tostare. Alla fine lo macina e lo fa bollire con acqua. Lo assaggia ed è molto felice: ha appena bevuto il primo caffè!”

## La storia del pomodoro

“Ora andiamo alla scoperta della storia del pomodoro. Stendiamo a terra la linea del tempo. Poi consegna a otto di voi dei cartoncini colorati. Quando sarà il vostro turno spiegate chi siete e che parte avete in questa storia e poi vi alzate per mettere il vostro cartoncino in corrispondenza dell’anno di cui stiamo parlando”. Utilizzando la cronologia racconto la storia del pomodoro. In corrispondenza del simbolo\* faccio entrare in scena uno dei protagonisti che racconta in prima persona la sua parte.

### La cronistoria della pianta del pomodoro (e della pizza)

*Paese di origine:* Perù, Ecuador, Cile, poi coltivata e selezionata in Messico.

*Popoli:* Aztechi: una pianta estremamente diffusa, che veniva usata sia da sola sia in salse, preparate quotidianamente e vendute anche pronte\*.

*Il nome:* nella lingua degli Aztechi (*nahuatl*) è detto *tomatl*, in realtà era lo *xitomati* (grande pomodoro); il grande medico e naturalista Pier Andrea Mattioli fu il primo a chiamarlo “pomo d’oro” perché all’inizio era giallo. Chiamato pomo d’amore da Francesi, Inglesi e Tedeschi per le proprietà afrodisiache.

#### *La linea del tempo*

997 a Gaeta prime attestazioni scritte della pizza, ovviamente senza pomodoro.

1521 Bernal Diaz del Castillo, prima citazione del pomodoro.

1526 Fra’ Bernardino di Sahagu studioso degli Aztechi scrive anche sull’uso e le virtù del pomodoro: la sua ricerca non verrà pubblicata\*!

1540 Hernán Cortés porta i primi pomodori in Europa\*.

1544 Pietro Mattioli la classifica tra le piante velenose.

1548 prime coltivazioni nei campi di Cosimo de Medici.

1551 Ulisse Aldrovandi la coltiva nell’erbario a Bologna.

1590 Padre José de Acosta, altro studioso che lo cita.

1596 arriva in Italia\*.

1608 citato a Siviglia alla mensa dei poveri.

Acquisì fama di pianta medicinale e afrodisiaca, usata, come sembra, nei segreti medicinali del ‘500 e del ‘600.

Resistenze: nutre poco, non è un condimento, portatrice di molte caratteristiche negative, quando addirittura non pericolose per la salute

Nel Nord: uso estetico; nel Sud si mangiano più verdure

Proprietà: non cambia gusto e colore alla cottura, si mangia cotto e crudo

1694 Antonio Latini scrive un libro di cucina. Dalla cucina popolare a quella raffinata.

1705 Francesco Gaudenzi libro di cucina.

1762 Lazzaro Spallanzani: descrive la salsa di pomodoro.

1773 Vincenzo Corrado li descrive come color zafferano.

Nicolas Appert: metodo per sterilizzare la salsa.

1802 a Salem, nel Massachusetts, un pittore di origini italiane, Michele Felice Corne aveva dimostrato, mangiando in pubblico un pomodoro, che si trattava di un alimento commestibile. A Newport, nel Rhode Island, esiste in suo onore un monumento al mangiatore di pomodoro\*. (Scenetta)

1814 Vincenzo Agnoletti: ricette con la salsa.

1830 un certo "Riccio" nel libro "Napoli, contorni e dintorni", aveva scritto di una pizza con pomodoro, mozzarella e basilico\*.

1835 Alexandre Dumas (padre) descriveva vari tipi di pizza, uno solo col pomodoro.

1839 Ippolito Cavalcanti, duca di Bonvicino, cita la pastasciutta "i vermicelli col pomodoro"\*.

1855 Emanuele Rocco conferma la ricetta della pizza di Dumas, aggiungendo la mozzarella, abbinando prosciutto e pomodoro.

Giugno 1889 per onorare la regina Margherita di Savoia il cuoco Raffaele Esposito creò la "Pizza Margherita", una pizza condita con pomodori, mozzarella e basilico per rappresentare i colori della bandiera italiana\*.

Gli italiani emigrati hanno fatto conoscere, apprezzare e anche modificare la pizza nel mondo.

*Principali produttori di pomodoro:* Cina, Usa, India, Turchia, Egitto; prima erano Italia e Spagna.

Quando si arriva al 1802 la vicenda del mangiatore di pomodoro è molto particolare e viene messa in scena con diversi personaggi. "Siamo nella piazza del mercato a Salem, nel Massachusetts, e i banchi sono pieni di ogni tipo di frutta e di verdura. Non viene però venduto il pomodoro perché ritenuto velenoso. Vengono comunque vendute delle piantine in vaso con pomodori maturi a scopo ornamentale. Michele Felice Corne è italiano, nato in Toscana, e fa il pittore. È decisamente un tipo originale. Non ha paura di assaggiare cibi nuovi. Conosce il pomodoro e lo trova delizioso. A un certo punto prende

un pomodoro maturo, sale su un banco e annuncia alla folla che il pomodoro è buono e che lui ne mangerà uno. La gente dice che è matto, che non sa che corre un pericolo e che potrebbe morire. Ma Michele Felice si mangia il pomodoro e... non muore, anzi! Da quel giorno la gente comincia piano piano ad assaggiare i pomodori e alla fine si convince che non fanno male, anzi, sono proprio buoni! La storia fa il giro del Paese e dopo qualche anno, nella città dove si è trasferito, gli fanno addirittura un monumento per ringraziarlo del suo coraggio!”

### La storia della patata

Procedo come per il pomodoro assegnando a dieci alunni i cartoncini colorati da utilizzare al momento opportuno\*.

### La cronistoria della patata

*Paesi di origine:* Colombia, Perù, Bolivia, Ecuador, (Messico), Cile (zona elevata delle Ande).

*Popoli:* Inca e Aztechi.

#### *Il nome*

*Inca:* papa (lingua quechva)\*.

*Aztechi:* potati (lingua nahvati)\*.

#### *La linea del tempo*

1537 trovata da Pizarro in Perù\*.

1560 arriva in Spagna.

(In Europa appare negli orti botanici, ma non nei campi)

1565 in Italia dai padri Carmelitani\*.

1565 Filippo II di Spagna invia al papa un certo quantitativo di patate, che vengono scambiate per tartufi e quindi assaggiate crude, con ovvio disgusto.

1575 in Portogallo.

1586 in Inghilterra e poi Irlanda.

1600 in Francia.

1601 in Austria.

1651 in Russia si emana un editto in cui si condannava al taglio del naso e

delle orecchie chiunque fosse stato trovato a coltivare le patate perché “frutto del diavolo”.\*

1657 all’Università di Bologna.

1663 carestia in Irlanda\*.

1700 in Friuli.

1750 in Irlanda il cibo principale.

1765 Encyclopédie: “Cibo flatulento”\*.

*Credenze:* diffonde lebbra; intossicazioni per frutti e tuberi al sole (solanina); cibo per galeotti e soldati; non era mai stata citata nella Bibbia.

Tutto questo creò intorno all’innocuo tubero un alone diabolico, tanto che ci furono esorcismi, processi e condanne al rogo ai danni di sacchi di patate.

1756-63 guerra dei sette anni: cibo dei soldati.

1771 il farmacista agronomo Antoine-Augustin Parmentier (prigioniero dei Prussiani) diffonde il consumo in Francia.

1772 in India.

1776 in Africa (Guinea).

1783 Antonio Zanon in Friuli pubblica un trattato.

1785 Carestia in Francia: il re Luigi XVI obbliga alla coltivazione con scarsi risultati.

1786 Stratagemma dei soldati in difesa del campo di 20 ettari (Parmentier)\* (Scenetta).

1789 alla rivoluzione è già cibo popolare.

1799 in Piemonte.

metà ‘800 in Italia ancora forti resistenze.

1830-40 in Italia cibo per bestiame\*.

dopo il 1850 coltivata in Italia\*.

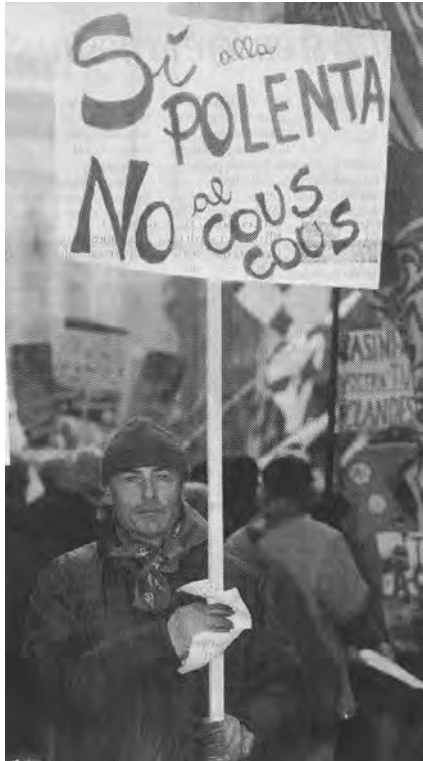
La divertente vicenda del 1786 viene messa in scena. “Antoine-Augustin Parmentier, farmacista e agronomo francese, aveva potuto assaggiare le patate quando era stato prigioniero dei Prussiani. Studiando la pianta aveva scoperto che la patata non era per niente velenosa, ma molto nutriente e facile da coltivare. Tornato in Francia ha cercato di diffondere la coltivazione con scarsi risultati. Un giorno convince il re Luigi XVI a preparare uno stratagemma. Fa coltivare un enorme campo a patate e lo fa difendere da alcu-



ni soldati. I contadini del posto pensano: ‘Se il re fa controllare così questo campo significa che contiene un cibo speciale!’ E così di notte vanno a rubare alcune patate per trapiantarle nel proprio orto. In questo modo si è diffusa la coltivazione della patata e tutti finalmente hanno potuto mangiare a sazietà”.

### Polenta sì, cous cous no!

Mostro una fotografia tratta da un quotidiano del Nord.



“Questo signore espone un cartello di protesta, probabilmente durante una manifestazione. Che significa questo messaggio? È solo una questione di gusti? Non ricorda il signore che 500 anni prima si mangiavano rape e non polenta? Abbiamo visto nella storia della patata e del pomodoro quante resistenze verso i cibi nuovi. Perché abbiamo così difficoltà ad assaggiare cose

nuove? E anche a sperimentarle? Voi come vi ponete verso le cose nuove? Vi buttate o avete paura? Quali paure abbiamo? Di viaggiare, di volare, di nuotare? Cosa si nasconde dietro le nostre paure?

## La storia del cioccolato

È la vicenda più complessa e spesso poco chiara.

“Adesso vi faccio vedere in questo barattolo dei semi particolari: sapreste indovinare di cosa si tratta? (sono fave di cacao). Bene! Ora andiamo a conoscere la storia del cioccolato.

Come per le altre due storie si assegnano a 21 alunni i cartoncini colorati con le date e i personaggi\*.

Mentre racconto la storia metto per terra, man mano vengono citati, i barattoli con i componenti del cioccolato e i cartoncini con il processo produttivo.



### La cronistoria del cioccolato

- *Paese di origine:* Messico nelle terre tra la penisola dello Yucatan, il Chiapas e la costa pacifica del Guatemala.
- *Popoli:* gli Olmechi\*, poi i Maya\* (250 a.C. - 900 d.C.) lo usano caldo con mais, vaniglia con schiuma; poi gli Aztechi\*: lo usano freddo con miele, vaniglia, chili, fiori di magnolia, achiote (rosso); usato come moneta (1 coniglio 10 fave; uno schiavo 100 fave).

*Il nome*

- Olmechi: Kakawa Uhanal: cibo degli dei.
- Maya: Chacau haa: acqua calda.
- Spagnoli: chocolate (*chocol maya + atl acqua* in azteco)\*.
- Linneo 1753: *teobroma cacao* (cibo degli dei).

*La linea del tempo*

- 6000 a.C. la pianta è già presente in Brasile.
- 1000 a.C. i Maya sono i primi a coltivarla.
- 1502 Cristoforo Colombo è il primo europeo a provare il cacao e riporta i primi semi\*.
- 1519 21 aprile il re Azteco Montezuma offre la bevanda al cacao a Cortez, scambiandolo per il dio Quetzalcoatl, in una coppa d'oro\* (scenetta).
- 1528 Hernan Cortez porta semi di cacao in Spagna
- 1575 Girolamo Benzoni in "Histoira del Nuovo Mondo": "Beveraggio da porci".
- 1585 primo carico di cacao in Spagna\*.
- 1590 una suora spagnola aggiunge lo zucchero, chiodi di garofano e cannella\*.
- 1594 in Italia tramite Francesco Carletti, navigatore\*.
- 1615 arriva alla corte del re di Francia.
- 1641 arriva in Germania.
- 1657 in Inghilterra e Olanda; solo per i reali: mezzo chilo di cacao vale 5 giorni di paga.
- 1678 G. Antonio Ari apre la prima cioccolateria a Torino\*.
- 1773 Clemente XIV, che ha abolito l'ordine dei Gesuiti, muore avvelenato con una tazza di cioccolato...
- 1776 prima fabbrica di cioccolato in Francia.
- 1778 Doret in Italia inventa la macchina per impastare il cacao; con vaniglia e zucchero; primo cioccolatino\*.
- 1820 a Torino la sig.ra Giambone produce le prime uova di cioccolato\*.
- 1820 piantagioni in Africa.
- 1825 Casper Van Houten (olandese) sprema la pasta di cioccolato per ottenere polvere di cacao e burro cacao\*.
- 1829 Francois-Louis Cailler (svizzero) inventa una tecnica per solidificare il cioccolato (prima tavoletta?)\*.
- 1847 John Cadbury (Birmingham, UK) processo di emulsione per fare cioccolato solido: la prima tavoletta (?)\*.
- 1852 Michele Pronchet a Torino aggiunge le nocchie e crea il gianduia\*.

fine '800	la Francia avvia piantagioni in Costa d'Avorio. gli Inglesi avviano piantagioni in Ghana.
1866	Henry Neslé inventa il modo per fare latte in polvere (Svizzera)*.
1869	Napoleone III alza la tassa sul cacao perché bene di consumo pubblico.
1875	Daniel Peter primo cioccolato al latte (vicino di casa di Nestlé, suocero di Cailler)*.
1879	Rodolph Lindt inventa il concaggio (cioccolato fondente) lavorazione a caldo per tre giorni*.
1912	Jean Neuhaus (Belgio) inventa le praline*.
1946	Pietro Ferrero inventa la crema Giandujot con nocciole; ne fa pochi chili per i pasticceri di Alba*.
1951	Pietro Ferrero mette a punto la Super Crema.
1964	Michele Ferrero perfeziona quella che diventerà la Nutella*.

1519. Mettiamo in scena l'incontro con alcuni personaggi che mimano lo storico incontro. "Attenzione: quest'incontro ha cambiato il corso della storia! Il conquistatore Cortez non sembra molto interessato alla bevanda ma alla coppa: è d'oro! È proprio quello che sta cercando! E cercherà di prenderne più possibile, con le buone o con le cattive! Qui ha inizio la fine della civiltà azteca".

## La lavorazione del cioccolato

*Nel Paese produttore:*

1. RACCOLTA (20-50 frutti per pianta; 20-40 semi per frutto).
2. FERMENTAZIONE.
3. ESSICCAZIONE (20 cabosse danno 1 kg di fave essiccate).

*Fase industriale:*

4. SELEZIONE, PULITURA (lavati, calibrati e setacciati).
5. TORREFAZIONE 100-110° o 200-250° per 15-20' o TOSTATURA 400° infrarossi.
6. FRANTUMAZIONE, DEGERMINAZIONE, SGUSCIATURA e MISCELAZIONE delle diverse qualità di cacao.
7. MACINAZIONE 70-80° (da 100 kg di fave secche si arriva a 80 kg pasta di cacao).

8. POTASSATURA (accentua il colore, attenua l'acidità e migliora l'aroma).
9. TORCHIATURA (da 80 kg di pasta di cacao si hanno 32 kg di burro di cacao e 48 kg di pannello) se si sprema di più si ottiene il cacao magro e altro burro cacao.
10. POLVERIZZAZIONE (cacao in polvere).
11. DOSAGGIO (si aggiunge zucchero, burro di cacao, latte in polvere e aromi).
12. MISCELAZIONE.
13. RAFFINAZIONE in cilindri.
14. CONCAGGIO a 80-85° con lecitina e altro burro di cacao (cioccolato fondente).
15. TEMPERAGGIO si abbassa da 45° a 28° e si rialza a 31° (per eliminare i cristalli di burro e ottenere lucentezza, consistenza, conservabilità).
16. MODELLAGGIO.

### Com'è fatto il cioccolato?

Terminata la cronistoria ci concentriamo sui diversi tipi di cioccolato utilizzando le confezioni delle tavolette e i vasetti dei componenti.

Composizione del cioccolato: percentuali (%).

*Fondente:* 67 pasta di cacao, 25 zucchero, 7 burro di cacao, lecitina e aromi.

*Al latte:* 45 zucchero, 24 burro di cacao, 20 latte in polvere, 10 pasta di cacao, lecitina e aromi.

*Bianco:* 45 zucchero, 29 burro di cacao, 25 latte in polvere, lecitina e aromi.

### E la Nutella?

Metto per terra il cartello con le percentuali dei componenti.

*Composizione della Nutella* (dal sito ufficiale e dalla etichetta)

Zucchero (75% da barbabietola e 25% di canna).

Olio di palma da Malesia, Papua Nuova Guinea, Brasile.

Nocciole: Italia e Turchia (13%).

Cacao magro: Costa d'Avorio, Ghana, Nigeria, Ecuador e Camerun (7,4%).

Latte scremato (6,6%) e siero di latte in polvere.

Lecitina di soia e girasole.  
Vanillina di sintesi.

## Meditazione del cioccolato

(Ispirata alla meditazione del tè di Thich Nhat Hanh)

“Immagino che dopo tanto parlare di cioccolato vi sia venuta l'acquolina in bocca! Bene! Ora passiamo alla degustazione e la faremo in modo un po' particolare. Tutto quello che abbiamo fatto finora ci ha preparato a questo momento. Se qualcuno ha delle intolleranze può fare solo la prima parte. Ci sediamo comodi, senza accavallare le gambe. Teniamo le mani aperte, una sull'altra, appoggiate alle gambe. Chiudiamo gli occhi. Mettiamo una dolce musica di sottofondo. Prendiamo contatto con il nostro corpo. Sentiamo i piedi che toccano per terra. Sentiamo il bacino che poggia sulla sedia. Sentiamo il respiro che entra ed esce. Ascoltiamo se il nostro corpo ci manda delle sensazioni, delle emozioni. Ci rilassiamo e scarichiamo a terra tutte le tensioni. Se arriva un pensiero lo salutiamo e lo lasciamo scivolare via. Restiamo con quello che c'è, qui e ora. Se percepiamo un fastidio o un disagio lo salutiamo: è una parte di noi che ha bisogno di essere ascoltata. Non la giudichiamo. Ora metto nella vostra mano un pezzetto di cioccolato al latte. Aspettiamo a mangiarlo. Sentiamo la sua presenza sulla nostra mano. Lo ringraziamo per essere qui per noi. Abbiamo imparato oggi la sua lunga storia. Centinaia di anni e tante persone, con le loro invenzioni e scoperte, hanno contribuito a creare quello che ora è nella nostra mano. Anche questo piccolo pezzetto ha la sua storia. Ha fatto tanta strada e tante persone hanno lavorato per farlo arrivare fino a qui. Visualizziamo la famiglia africana che ha coltivato la pianta di cacao, raccolto i frutti, aperti e tolti i semi. Asciugati e messi in sacchi per portarli al mercato. Poi questi sacchi hanno fatto un lungo viaggio in nave fino in Europa dove una fabbrica li ha trasformati. Visualizziamo gli operai che hanno seguito tutto il lungo processo di lavorazione, aggiungendo al cacao gli altri ingredienti. Lo zucchero. Il contadino ha preparato e seminato la barbabietola per poi raccoglierla e portarla alla fabbrica che ne ha estratto lo zucchero. L'allevatore ha nutrito e munto la mucca che ha dato del buon latte che, portato all'industria, è stato liofilizzato per renderlo polvere.

Poi la tavoletta è stata incartata e spedita al negozio, acquistata, portata a scuola e ora si trova sulla nostra mano. Ringraziamo tutte le persone che hanno lavorato per preparare questo dolce delizioso. Ringraziamo anche la natura per aver reso possibile tutto questo. In questo cioccolato abbiamo il sole dell’Africa, la nuvola che vola per dare pioggia ai campi, la terra con i suoi sali minerali e sostanza organica vivente. Ringraziamo anche le stelle che, nella loro evoluzione, hanno creato gli elementi che rendono possibile la vita. L’intero universo è racchiuso in questo piccolo cioccolato. Ringraziamolo. Ora avviciniamo lentamente il cioccolato al naso e lo annusiamo intensamente. Piano piano lo avviciniamo alla bocca chiusa e lo passiamo sulle labbra. Sentiamo quello che accade dentro la bocca. Lentamente lo mettiamo in bocca e, senza masticarlo, lo facciamo sciogliere per gustare ogni sapore, percepire ogni aroma. Lo teniamo in bocca fino a che è diventato liquido e poi lo deglutiamo. Sentiamo che scende nell’esofago e si tuffa nello stomaco. Qui continua la digestione perché possa essere trasformato in elementi sempre più semplici che il sangue trasporterà ovunque. Domani questo cioccolato si sarà trasformato in una parte del nostro corpo. Un miracolo della natura!

Restiamo ancora un po’ con le sensazioni che mi arrivano dal corpo. Poi, lentamente, ritorno al cerchio e riapro gli occhi”.

“Bene. Siamo verso la fine del nostro incontro. Abbiamo incontrato tre prodotti che troviamo ogni giorno sulla nostra tavola. Possiamo mangiarli pensando ad altro oppure rallentare e farlo con un po’ più di consapevolezza. Nelle nostre vite e nelle nostre case abbiamo molte altre cose che hanno anche loro la loro storia. Tante persone hanno creato, inventato, costruito le cose che usiamo tutti i giorni. Possiamo usarle distrattamente oppure lentamente. Se vogliamo possiamo ringraziare i popoli che hanno lavorato per noi”.

### **I pavullesi ringraziano...**

I palestinesi per averci donato il patrono san Bartolomeo e il profeta Gesù,  
gli iracheni per averci donato il patriarca Abramo.

Ringraziano anche

gli indiani per avere inventato i numeri e gli arabi per averceli portati  
i tedeschi per averci donato i pantaloni  
i greci per averci donato la democrazia  
gli austriaci per averci donato il valzer  
i peruviani per averci donato le patate e i pomodori  
gli etiopi per averci donato il caffè  
i messicani per averci donato il cacao e il mais  
i cinesi per averci donato il riso

i congolesi perché ci donano il *coltan* dei nostri cellulari  
i russi e i libici perché ci donano il metano  
gli ungheresi per averci donato la biro  
gli scozzesi per averci donato la televisione  
gli svizzeri per averci donato l'orologio

e naturalmente gli italiani per il telefono, la radio, la pizza, la Nutella...

Grazie di cuore a tutti i popoli che hanno contribuito a rendere bella la nostra vita!

E... se passate da Pavullo, vi preghiamo di fermarvi per gustare un buon piatto di tortellacci...

### **Ciro finale**

“Concludiamo il nostro incontro facendo il giro. Le sensazioni e impressioni che mi vengono in mente, le cose che mi porto a casa, che mi sono piaciute e anche che non ho capito o che mi hanno messo a disagio”.



# La diversità come ricchezza

Questo è un percorso che ha avuto molte varianti cercando di adattarsi ai diversi contesti scolastici e all'età degli alunni.

## Scheda di presentazione

### Durata

Sei ore effettive di attività.

### Utenti

Scuola primaria e secondaria di primo grado.

### Sintesi

- Le diversità all'interno delle classi possono a volte diventare un problema se non riconosciute e condivise;
- la faticosa costruzione della propria identità può rendere difficile la lettura e il rispetto dell'altro.

### Obiettivi

- Riflettere sulla propria identità e diversità all'interno del gruppo classe;
- scoprire come vivere e utilizzare le diversità in relazione agli altri e alla quotidianità: ascolto e rispetto reciproco, fiducia e cooperazione;
- incontrare una realtà altra e confrontarsi con essa.

### Contenuti

La percezione delle diversità di vario genere è un meccanismo spontaneo ma spesso inconsapevole. Si riconosce una diversità ma la si vive in termini di superiorità o inferiorità, o ancora di conformità o difformità rispetto a un modello "normale". Nel percorso si riflette sulla propria identità, ci si definisce e ci si confronta con l'immagine che gli altri hanno di noi. Si riflette sui punti di vista, sulla loro parzialità e complementarità e quindi sui diversi

modi di relazionarsi all'interno di un gruppo: competitività o cooperazione, imposizione o scambio e reciproca compensazione.

A richiesta si può presentare un Paese straniero (l'India) individuando gli elementi di somiglianza o differenza rispetto alla nostra realtà italiana. Cosa significa essere bambini in queste realtà, quali i bisogni e i desideri, quali i diritti, se sono rispettati e quali strumenti ci sono a tutela di questi diritti. È possibile approfondire la conoscenza delle due comunità anche attraverso un contatto diretto, con uno scambio epistolare.

## **Agenda**

Si riporta sinteticamente l'esperienza di una classe seconda della scuola primaria.

Alcune attività sono descritte in *Stare bene in classe*.

### **Primo incontro: osservare le diversità**

Giro di nomi in modi diversi.

In fila per età, altezza, peso, colore dei capelli (la diversità nel corpo).

Tutti al centro quelli che (gioco in cerchio sulla diversità di gusti e interessi).

Il lupo e Cappuccetto Rosso (la storia vista dal punto di vista del lupo).

“Io so/io non so fare” (due zone con schieramenti) diversità di competenze.

Ciechi a coppie (gioco di fiducia).

Cartellone per riepilogare le diversità e le similitudini.

*Note:* in questo primo incontro si è cercato di stimolare la capacità di osservazione delle diversità presenti nel gruppo classe, sia quelle fisiche, sia quelle relative a gusti, interessi e abilità. Il tutto in un'ottica di rispetto e di non-giudizio. Si è percepito la diversità come normalità, come elemento presente nella vita e nella quotidianità.

### **Secondo incontro: la diversità come ricchezza**

Giro di nomi con mossa.

Ripresa del tema.

La chitarra (le sei corde diverse formano un accordo).

È un 6 o un 9? (diversità di punti di vista e capacità di osservazione).

La storia dell'elefante (storia, diversità di punti di vista).

Caccia al tesoro umana (scoprire le diversità nei compagni).

Scossa (gioco cooperativo in cerchio).

*Note:* nel secondo incontro si è sviluppato il concetto della diversità di punti di vista per introdurre il tema che la diversità può migliorare la nostra vita. Gli alunni hanno intuito che le visioni parziali non colgono la complessità della realtà. Questo può essere un buon antidoto all'intolleranza e al pregiudizio.

### **Terzo incontro: viaggio in India, scoprire mondi diversi**

Breve video dell'Operazione Futuro di Speranza (sostegno a distanza di bimbi indiani).

Seduti sulle stuoie s'incontra una cultura diversa toccando oggetti di vita quotidiana: monete, francobolli, spezie, libri, giochi, stoviglie, aromi, immagini religiose, figurine, cotone grezzo, giocattoli, lampade, incensi, cartoline. Musica indiana tradizionale e moderna.

Vestirsi con abiti indiani.

Piccoli regalini (bindi, terzo occhio, adesivo per le bimbe e incenso per i bimbi).

Opuscolo sul progetto di adozioni a distanza.

*Note:* questo approccio interattivo ha permesso il contatto con la vita di coetanei che vivono in un mondo lontano e molto diverso. L'incontro con il diverso può suscitare sentimenti di timore e comportamenti di diffidenza. Saper accogliere e accettare i "portatori di diversità" fa parte delle competenze necessarie per sopravvivere in un mondo complesso e sempre più multiculturale.

Nelle classi dov'è prevista la presenza di un testimone i primi due incontri si accorpano.

## Altri materiali utilizzati

*La fiaba dei mille e sei pianeti<sup>1</sup>*

*Dichiarazione dei diritti del fanciullo.*

*Se io fossi un animale, se io fossi un colore.*

*Razzismo sull'aereo.*

La scena che segue si è svolta sul volo della compagnia British Airways tra Johannesburg e Londra. Una donna bianca, di circa 50 anni, prende posto in classe economica di fianco a un nero. Visibilmente turbata, chiama l'hostess. "Che problema c'è signora?" chiede l'hostess. "Ma non lo vede?" - risponde la signora - "mi avete messo a fianco di un nero. Non sopporto di rimanere qui. Assegnatemi un altro posto". "Per favore, si calmi" - dice l'hostess - "perché tutti i posti sono occupati. Vado a vedere se ce n'è uno disponibile". L'hostess si allontana e ritorna qualche minuto più tardi. "Signora, come pensavo, non c'è nessun altro posto libero in classe economica. Ho parlato col comandante e mi ha confermato che non c'è nessun posto neanche in classe executive. Ci è rimasto libero soltanto un posto in prima classe". E, prima che la donna abbia modo di commentare la cosa, l'hostess continua: "Vede, è insolito per la nostra compagnia permettere a una persona con biglietto di classe economica di sedersi in prima classe. Ma, viste le circostanze, il comandante pensa che sarebbe scandaloso obbligare qualcuno a sedersi a fianco di una persona sgradevole". E, rivolgendosi al nero, l'hostess prosegue: "Quindi, signore, se lo desidera, prenda il suo bagaglio a mano, che un posto in prima classe la attende..." E tutti i passeggeri vicini che, allibiti, avevano assistito alla scenata della signora, si sono alzati applaudendo.

<sup>1</sup> P. Badaloni e B. Bozzetto, *Il libro dei diritti dei bambini*, Torino, Edizioni Gruppo Abele, 1989.

# **Laboratori di pace**



# L'orto del Governatore

Si tratta di un orto didattico curato, dal 2005 a tutt'oggi, dagli alunni delle scuole medie di Sestola.

Situato all'interno del Castello di Sestola è stato ideato e progettato da Lucia Fornieri e realizzato da volontari dell'Associazione Rocca di Pace con gli alunni della scuola.



Questo è il testo che ne descrive l'intuizione iniziale.

### **Un senso di pace nell'Orto del Governatore**

Da una salita difficile e intricata, che attraversa la selva, si approda all'orto giardino come luogo di pace, di ristoro e contemplazione.

È un luogo protetto (*hortus conclusus*) che definisce un piccolo universo fertile centrato attorno alla fontana, dove si coltivano gli ortaggi e se stessi e si cimenta qualcosa che non c'è.

È l'orto giardino, luogo edenico delle delizie che contiene tutto ciò che serve alla vita nutrendo i sensi: da godere con la pelle e con gli occhi, da gustare nel succo dei frutti, da odorare mentre si ascolta la musica dell'acqua.

È l'orto dei semplici dove la natura fornisce i rimedi quando s'incrina l'equilibrio del corpo.

Rappresenta anche il giardino segreto del "Cantico dei Cantici" dove s'incontrano gli amanti, la persona con la sua anima, l'anima con quello che chiamiamo Dio.

Questo per quanto concerne l'aspetto positivo dell'immaginario, mentre al negativo nel giardino vive il conflitto, la lotta per la sopravvivenza (cfr. ecologia), la fatica del lavoro (cfr. la cacciata dall'Eden) e i suoi fallimenti (parassiti, qualità del terreno, drenaggio). A questo proposito è importante insistere sul valore della biodiversità (utilizzo di specie autoctone più resistenti).

Muovendo dalla considerazione filosofica di Leopardi sulla sofferenza della natura stessa (cfr. "Il giardino malato" dello Zibaldone) e dalle affermazioni di San Paolo nella Lettera ai Romani sull'attesa di liberazione da parte della creazione, possiamo intuire il ruolo di custode assegnato alla creatura umana (contro una visione antropocentrica) e ritrovare nella figura di san Francesco il modello per l'apertura all'Altro, la riconciliazione, la possibilità di nascita di qualcosa di sconosciuto. Da qui la sua indicazione di lasciare nell'orto uno spazio per i semi che porta il vento.

*Lucia Fornieri e Isabella Spagnolo di Rocca di Pace*

Nell'orto troviamo piante officinali (per curare), alimentari (ortaggi e frutta), aromatiche, profumate, o semplicemente da guardare. Alcune sono spontanee, portate dal vento, altre seminate o trapiantate. Piante per lo più perenni per facilitare il lavoro primaverile.



Con Marisa Burchi e il prof. Roberto Corsini abbiamo per anni accompagnato gli alunni all'orto.

Dovendo percorrere la dura salita dalla scuola al castello io e Marisa incontravamo i ragazzi a metà salita e li accompagnavamo con un percorso che prevedeva:

- lettura di poesie;
- cammino lento con osservazione della natura;
- soste panoramiche.

Una volta raggiunto l'orto s'iniziava con una visita per cogliere le novità, le fioriture, segnali d'insetti e di animali, ripasso di botanica e programma dei lavori. Poi la classe si divideva in gruppi che si prendevano cura delle proprie aiuole. I ragazzi potevano proporre e realizzare nuove semine o trapianti nella propria aiuola. Noi raccomandavamo di fare attenzione a non farsi male, a stare in sintonia con il proprio corpo e al lavoro di squadra. "Curando l'orto ci prendiamo cura anche di noi stessi e del gruppo".

Alla fine si contemplava il lavoro fatto e si faceva un giro di condivisione delle emozioni e sensazioni provate nel lavoro.

Tornati a scuola la classe aggiornava il quaderno dell'orto con la memoria storica di tutti i lavori fatti.

Durante l'estate, a scuole chiuse, i ragazzi facevano dei turni per innaffiare l'orto. "L'orto appartiene alla comunità ed è aperto alla visita di cittadini e turisti. Vi è stato affidato perché ne prendiate cura. Se lo innaffiate vivrà e le piane saranno felici".

Un esempio concreto di educazione civica attiva.

# Gite scolastiche particolari

Con l'associazione Rocca di Pace abbiamo proposto alle scuole una gita scolastica diversa dal solito: prendersi due giorni per fare un viaggio dentro le dinamiche relazionali, a volte conflittuali, della classe. Qualche classe ha accettato la sfida e ha preso il pullman per un'avventura nuova. Due giorni residenziale in autogestione con alcuni momenti formativi.

## Scheda di presentazione

Gita di istruzione "Pace in classe"

### Obiettivi

- Favorire l'armonia, la collaborazione e la fiducia nel gruppo classe;
- lavorare nelle due dimensioni: interiore e relazionale;
- migliorare la conoscenza e l'accettazione reciproca;
- scoprire/svelare i conflitti sommersi e cercare di trasformarli.

### Contenuti

- L'ascolto di sé come premessa per la pace con se stessi;
- l'ascolto dell'altro e la comunicazione nonviolenta;
- vivere il conflitto come risorsa e il disagio come ricchezza;
- sperimentare il negoziato e la mediazione;
- attivare le capacità di essere testimoni della situazione (interiore ed esteriore), "osservatori amorevoli", in modo neutro, senza giudizio.

### Stile

Non è un corso di formazione ma un'esperienza di pace: mettersi alla scuola della vita.

### Contesto

Esperienza fuori sede, in autogestione, in spazi protetti interni ed esterni, a contatto con la natura e con tempi non rigidi.

## Agenda

Non è possibile, in questa sede, descrivere nei dettagli queste giornate formative.

Riporto di seguito l'agenda di una quinta e di una seconda superiore che ho condotto insieme a Donatella e Marisa. Ci sono diversi esercizi descritti nel capitolo ABC del conflitto.

### Classe quinta superiore

#### Primo incontro

Saluti, introduzione, tempi.

Nome + qualità.

Etichette (una qualità delle compagne).

Doccia.

Quello che mi piace/non mi piace in classe (biglietti e cartellone).

Comunicazione nonviolenta.

Pausa tè.

Il ponte.

Groviglio.

Carte delle emozioni.

Cadere all'indietro/cullarsi/passeggiata cieca.

Giro finale.

#### Secondo incontro

Crema sulle mani.

Esercizi di bioenergetica: il corpo.

*Focusing* su una persona.

Pausa.

*Focusing* sul gruppo (fare spazio).

#### Terzo incontro

Simulazione di non ascolto.

Simulazione di conflitto in classe (giocare a carte durante l'assemblea di classe).

Discussione.  
Cerchio meraviglioso.  
Abbraccio.  
Valigia, comodino, cestino.

## Classe seconda superiore

### Primo incontro

Presentazione (vi parlo del mio nome; nome scritto come mi va).  
Interviste a coppie.  
Aspettative e timori.  
Giochi cooperativi: groviglio, sedersi in cerchio.

### Secondo incontro

Risveglio corporeo.  
Molla umana.  
Giochi a coppie.  
Chi vale di meno.  
Osservare o giudicare (10 esempi a occhi chiusi).  
Imparare a vedersi (a coppia).  
Passeggiata meditata.  
Osservarsi senza giudicare (diario con tre domande).  
Pausa.  
*Brainstorming* “Ho bisogno di” e soluzioni (cartellone).  
Biglietti a coppie con esercizi di comunicazione nonviolenta.  
I miei bisogni (singolo e poi a gruppi).

### Terzo incontro

*Brainstorming* sui conflitti in classe.  
Teatro forum con 4 osservatori (comportamenti, giudizio, emozioni, bisogni).  
Solletico verbale, doccia, cullarsi in gruppo.  
Cerchio meraviglioso.

# Peer educator

Una giornata formativa residenziale.

Una scuola superiore ha attivato il servizio di *Peer education* (educazione tra pari): alunni più grandi che aiutano l'inserimento di quelli più piccoli.

Gli insegnanti referenti hanno chiesto a Rocca di Pace di preparare una giornata formativa residenziale sui temi della gestione dei conflitti, del benessere in classe e delle regole a scuola. L'obiettivo è anche quello di migliorare la conoscenza del gruppo (una ventina) e di favorire la sintonia e il gioco di squadra. Già la modalità di una giornata vissuta insieme, fuori dalla scuola, è un utile strumento per affiatarsi il gruppo.

Con le amiche e colleghe Donatella e Marisa<sup>1</sup> abbiamo preparato e condotto queste giornate per alcuni anni.

## Agenda degli incontri

### Mattino: gestire i piccoli conflitti

*Arrivo e sistemazione.*

*Conoscenza: giro di nomi (con paese e classe)*

*Nostra presentazione.*

*Interviste a coppie: gli interessi personali e il proprio carattere.<sup>2</sup>*

*Come gestire i conflitti: si utilizza la Mostra in valigia.*

Ognuno sceglie un proprio conflitto ed è invitato a scrivere quello che sperimenta nei vari passaggi.

Nello spazio del dialogo ognuno scrive il proprio messaggio e prova a mettersi nei panni dell'altro.

Si fa una piccola simulazione tra due litiganti.

Nello spazio dell'accordo ognuno prova a scrivere soluzioni nuove.

<sup>1</sup> Donatella Morelli è *Counselor* e *Coordinator* di *Focusing*, Marisa Burchi è insegnante ed esperta di Comunicazione nonviolenta.

<sup>2</sup> Cfr. *Stare bene in classe*.

Alla fine si lascia il tempo per un lavoro personale sul percorso e poi per la condivisione.

### **Pomeriggio: le regole**

Ognuno scrive su biglietti di due diversi colori quello che lo fa stare bene in classe e quello che lo mette a disagio; poi vengono riportati su due cartelloni; infine si discute su quello che è emerso con particolare attenzione ai bisogni, anche non espressi.

*Simulazione:* una coppia di *peer educators* simula un incontro in classe su un tema scelto da loro. Si predispongono tre osservatori (con alcune istruzioni) mentre il resto del gruppo simula una classe. Ad alcuni alunni della classe vengono date istruzioni particolari.

Esprimi la massima indifferenza a quello che succede. Guardi fuori dalla finestra, leggi, senza però disturbare...

Partecipi attivamente e con curiosità all'attività. Poni domande, prendi appunti, sei attento e richiami l'attenzione dei compagni su quello che si sta facendo...

Parli sottovoce con un compagno, senza interessarti a quello che succede in classe...

Interrompi l'attività contestando quello che viene proposto, trovando pretesti per ostacolare lo svolgimento dell'incontro...

Se i due *peer educators* si trovano in difficoltà possiamo chiedere se qualcuno della classe vuole sostituirsi a loro per sperimentare una diversa conduzione.

*Discussione.* In un primo momento si dà spazio a emozioni e sensazioni vissute dai due *peer educators*, poi alla relazione degli osservatori, infine ai commenti della classe. Si cerca di fare emergere sia lo stato d'animo di chi deve condurre un incontro sia gli strumenti di facilitazione più adatti.

*Valutazione: cerchio meraviglioso*<sup>3</sup>.

*Saluti.*

<sup>3</sup> *Ibid.*

## Il mandala dell'acqua

C'è stato un periodo in cui mi ero incuriosito dei mandala, leggendo qualcosa<sup>4</sup>, senza tuttavia diventare un esperto della materia.

Ma la voglia di sperimentarlo, soprattutto nella modalità di mandala-labirinto, come percorso olistico di consapevolezza interiore, era troppo forte.

Una scuola primaria mi propose di lavorare sul tema dell'acqua e io suggerii di sperimentare il mandala dell'acqua. L'idea piacque e ci mettemmo tutti in gioco.

### Attività preparatorie

Prima abbiamo fatto diverse attività. Lo scopo è quello di muovere sensazioni, emozioni e pensieri attorno al tema che vengono man mano raccolte secondo queste sei categorie: corpo, pensieri, emozioni, anima, sogni e azioni. Quindi, dopo ogni attività, ci si prende il tempo per focalizzare e condividere quello che si è sperimentato.

### Doccia<sup>5</sup>

Per lavorare sulla relazione.

### Nuotare: esercizio corporeo.

“Muoviamoci liberamente nello spazio fingendo di nuotare, senza urtare gli altri ma facendo attenzione al nostro corpo, come si muove, come si sente. Nuotiamo tranquilli nello stile che preferiamo. Possiamo cambiare stile. Ora ci fermiamo, prendiamo fiato, chiudiamo gli occhi e sentiamo il nostro corpo e il nostro cuore. Che sensazioni ed emozioni proviamo? Possiamo condividere”.

<sup>4</sup> G. Melluso, *Mandala*, Firenze, Giunti, 2007.

<sup>5</sup> Cfr. *Stare bene in classe*.

## Sentire la pioggia<sup>6</sup>

Per stimolare l'attenzione e la collaborazione.

### La pioggia sul viso

“Ci sdraiamo per terra, comodi, senza toccare gli altri. Chiudiamo gli occhi e immaginiamo un bel cielo azzurro attraversato da nuvole bianche. Un leggero venticello mi accarezza il viso. Le nuvole si fanno più dense e più scure. Il vento è più fresco. A un certo punto sento delle piccole gocce di pioggia che mi bagnano il viso. Sento come sono delicate e fresche. Resto un minuto con queste sensazioni. Possiamo condividere”.

### Bere un bicchiere d'acqua

“Teniamo in mano questo bicchiere d'acqua. Aspettiamo a bere. Chiudiamo gli occhi. Sentiamo il peso del bicchiere. Percepriamo l'acqua dentro il bicchiere. L'acqua è qui per me e io sono qui per lei. Immaginiamo una nuvola che vola felice nel cielo portata dal vento. È nata sopra il mare e poi si è messa in viaggio. A un certo punto decide di scendere sotto forma di pioggia. La pioggia bagna il monte e scende nel suo interno. Fa un viaggio avventuroso dentro le rocce, raccogliendo sali minerali, fino a che zampilla in una fresca sorgente. L'acqua viene raccolta in un bacino e poi messa in un tubo. Un lungo tubo che corre sotto terra fino al rubinetto. E dal rubinetto riempio il mio bicchiere. Nel mio bicchiere c'è il mare, la nuvola, il monte, la sorgente. Ora bevo lentamente ringraziando il mare, la nuvola, il monte e la sorgente”.

## I quattro sassolini<sup>7</sup>

### Raccolta di pensieri

L'acqua è..., l'acqua serve per..., all'acqua posso dire..., all'acqua posso fare...

<sup>6</sup> S. Loos, R. Vittori, *cit.*, p. 45.

<sup>7</sup> T.N. Hanh, *cit.*, p. 129.



## Lavoro a gruppi

Alla fine si formano sei gruppi che raccolgono quello che è emerso nelle attività, formati per categoria. Il materiale può essere riportato su un cartellone o su biglietti colorati a seconda se si lavora in classe o all'aperto. Per il primo ciclo le categorie possono essere ridotte a quattro. Nel mandala più grande si possono aggiungere gli spazi ringrazio e, nel centro, respiro in silenzio.

## Realizzare i mandala-labirinto

Per il primo facciamo un labirinto destrorso a tre circonvoluzioni<sup>8</sup> mentre per il secondo ciclo lo facciamo a sette circonvoluzioni<sup>9</sup>.



## In classe

I ragazzi hanno un foglio e colori mentre io mostro il procedimento su un cartellone. Una volta disegnato il mandala coloriamo le diverse circonvoluzioni secondo le quattro o sei categorie. Come si usa? Come classe, gruppo

<sup>8</sup> G. Melluso, *cit.*, p. 77.

<sup>9</sup> *Ivi*, p. 79.

o singolarmente seguiamo sul dito il percorso per rivivere il nostro rapporto con l'acqua in modo olistico. Si tratta quindi di un percorso virtuale, interiore che aiuta a sviluppare la nostra consapevolezza verso questo elemento.

Naturalmente questo strumento può essere usato anche per altri temi.

### **Nel cortile della scuola**

Con gessi colorati abbiamo disegnato per terra il nostro mandala-labirinto. Dentro abbiamo collocato i biglietti colorati preparati precedentemente e poi siamo entrati per sperimentarlo. In fila ma distanziati. Lentamente. Rispetto alla versione in classe questo modo permette di agire la corporeità dentro un percorso. C'è più attenzione, consapevolezza. Muoversi fisicamente nel labirinto è sempre un'esperienza nuova e stimolante.

### **Nel prato del castello**

Durante una festa, con l'aiuto dei genitori, con picchetti di legno e nastro da cantiere rosso-bianco abbiamo costruito un grande mandala labirinto a sette circonvoluzioni. Con un bel cartello all'ingresso e tanti bigliettini colorati il percorso era pronto per essere visitato liberamente da grandi e piccini.

In tutti i casi, alla fine dell'esperienza, ci prendiamo il tempo per comunicarci come ci siamo sentiti nel labirinto.

## Pane e formaggio: un bel groviglio

Nella nostra Comunità, pur non essendo una fattoria didattica, riceviamo a volte la visita di classi della scuola primaria di Sestola. Stalla di vacche da latte, orto, lamponeto, frutteto, apiario, falegnameria, castagneto e bosco sono comunque una bell'attrattiva per bimbi vivaci e curiosi. A volte facciamo vedere come si fa il formaggio e il pane in casa.

I bambini vanno anche al Caseificio sociale dove vedono come si produce il Parmigiano Reggiano e si divertono molto a impastare il burro con le mani e a lavarle nel siero caldo.

Un anno mi avevano chiesto di preparare un laboratorio sul pane e il formaggio. Le classi avrebbero fatto anche altre attività come visita al mulino, al vecchio forno, a una fattoria didattica.

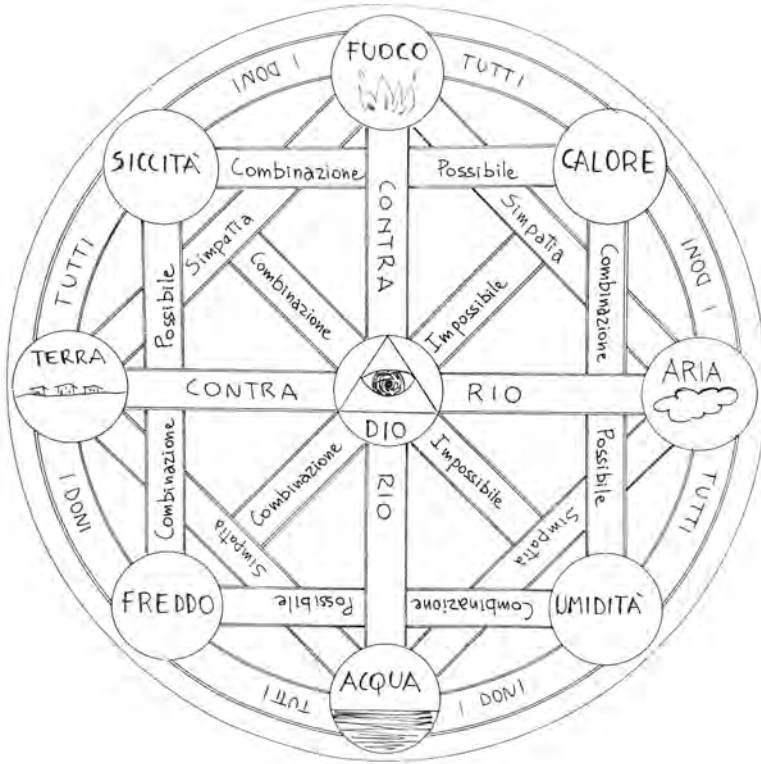
Ero appena stato in vacanza con la famiglia sul Gargano; a Vieste, nel pavimento in ceramica della chiesa di San Francesco vi è riportato un disegno molto suggestivo che collega i quattro elementi in un groviglio di interazioni possibili o impossibili. Le scritte originali sono in latino.

Sostituendo nello schema i 4 elementi terra, acqua, aria, fuoco con le componenti dell'essere umano (corpo, mente, cuore e anima) si poteva trovare una moltitudine di legami e di sinergie. Un perfetto strumento di lavoro olistico.

Mi entusiasmava l'idea di trovare i legami non solo tra le diverse parti dell'essere umano ma, in un contesto scolastico, anche tra le diverse materie oggetto di studio. Un gioco divertente che avrebbe creato un bel groviglio di connessioni.

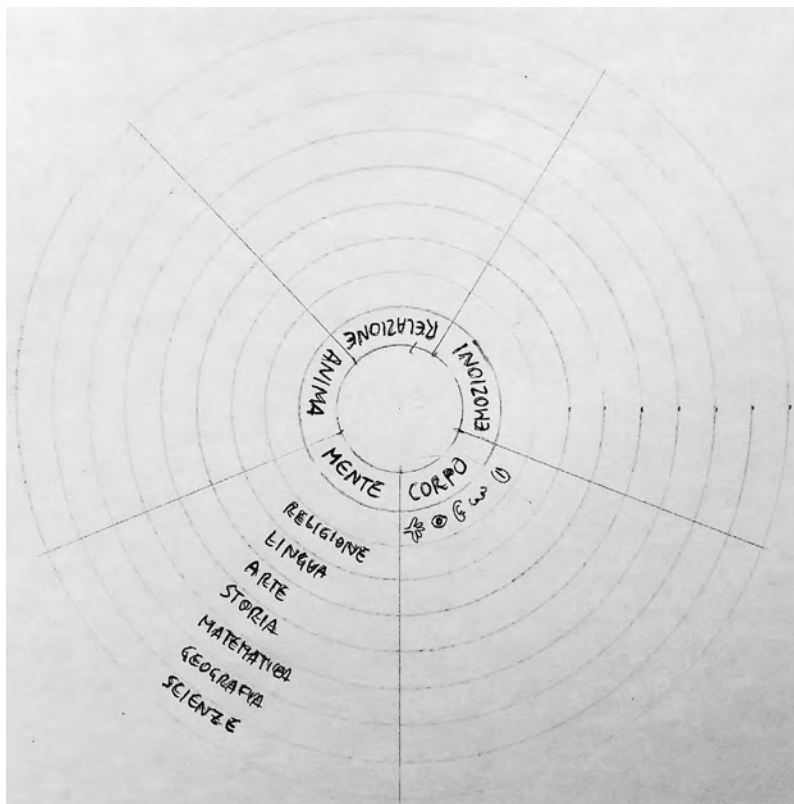
Dopo la prima fase fatta di visite, di esperienze manuali e di degustazioni a piccoli gruppi, su bigliettini, si è fissato quello che si era scoperto e sperimentato.

Si trattava infine di fare una sintesi che collegasse il tutto.



Gli strumenti utilizzati sono stati:

- un cartellone dove è raffigurato un cerchio diviso in cinque spicchi - corpo, mente, emozioni, anima e relazioni - e sette anelli - religione, lingua, arte, storia, matematica, geografia, scienze;
- un gomitolò, nel classico gioco di costruire una ragnatela, e un cartellone;
- un cartellone (per il primo ciclo) raffigurante il corpo umano.



I ragazzi si sono molto divertiti a cercare di completare il più possibile il cartellone nei suoi diversi spazi, in teoria 35, e trovare più connessioni possibili. Riportiamo un esempio sul formaggio.

Un filo per non perdersi nel labirinto del formaggio. Classi 4<sup>^</sup> e 5<sup>^</sup>

*Emozioni e...*

- lingua: parlando si dà un nome alle emozioni e si comunica; uhm! che buon formaggio!
- arte: l'immagine seduce e invoglia a mangiare il formaggio;
- storia: quando il formaggio veniva prodotto in casa forniva grande soddisfazione;

col passare del tempo le emozioni cambiano;

- geografia: esplorare il territorio dà forti emozioni;  
se il nostro territorio è pulito il formaggio è più buono e mangiandolo si provano emozioni.

*Mente e...*

- matematica: senza la nostra mente nessuno sarebbe stato in grado di preparare questo delizioso formaggio;
- scienze: le ricette di cucina devono tenere conto della composizione degli alimenti.

*Corpo e...*

- arte: l'arte di fare il formaggio deve essere massima perché il formaggio riesca bene;
- matematica: la stagionatura del formaggio lo rende più nutriente: abbiamo misurato il tempo di stagionatura;
- scienze: nel latte ci sono molte sostanze nutritive per il corpo, ad es. il calcio rinforza le ossa.

*Anima e...*

- scienze: la fertilità che dà la vita consente la crescita dell'erba che nutre le mucche;  
la vita è una catena.

*Relazione e...*

- scienze: per ottenere un buon formaggio gli ingredienti devono essere in buona relazione;
- matematica: tutte le persone che lavorano al caseificio si sono messe d'accordo per stabilire il prezzo del latte e del formaggio;
- storia: la storia del parmigiano non si realizzerebbe senza le relazioni tra le persone che cooperano;
- religione: la relazione tra l'uomo e la mucca in alcune religioni è basata sul rispetto;
- arte: con il passare del tempo la lavorazione del latte è cambiata; tempo fa ogni famiglia lavorava il proprio latte oggi tanti concorrono.

Ancora più divertente è stato srotolare il gomitolo. Ogni bimbo rappresentava un diverso punto di vista: il corpo, la mente, la geografia, l'anima e così via. Rispetto al tema fissato, il pane o il formaggio, dovevano scorgere delle relazioni tra loro, comunicarle e far passare il gomitolo fino a creare una fitta rete. Alla fine si riavvolge all'indietro il gomitolo facendo dei commenti.



Sorprendente la capacità di intuizione, immaginazione, profondità e fantasia emerse dal laboratorio.

Le osservazioni venivano annotate dalle maestre e utilizzate per completare il cartellone.

### Il mandala dell'essere umano

Un giorno come Gruppo 1%<sup>10</sup> siamo stati invitati a proporre un laboratorio in piazza a Modena durante una festa dei prodotti biologici dove erano presenti banchetti, animazioni e musica.

Con la collaborazione di mia moglie Cristina e mia figlia Laura abbiamo allestito un gazebo con 16 sedie in cerchio invitando le persone a partecipare al laboratorio. Ogni persona sceglieva un cartello colorato, che appendeva al collo, con la scritta: corpo, mente, anima, arte, storia ecc. Ai dodici concetti

<sup>10</sup> È un gruppo informale che si occupa di progetti nel Sud del mondo, adozioni a distanza, commercio equo e solidale, educazione interculturale.

usati a scuola abbiamo aggiunto terra, acqua, aria e fuoco. Al centro del cerchio un tavolino con un pane. Le persone osservano il pane dal proprio punto di vista e scrivono uno o più messaggi su dei post-it che vengono affissi a un cartellone.

Poi si fa girare il gomitolato e si invitano le persone a scoprire e comunicare le interazioni tra le diverse parti e si costruisce la rete.

Alla fine si mangia il pane lentamente, in silenzio.

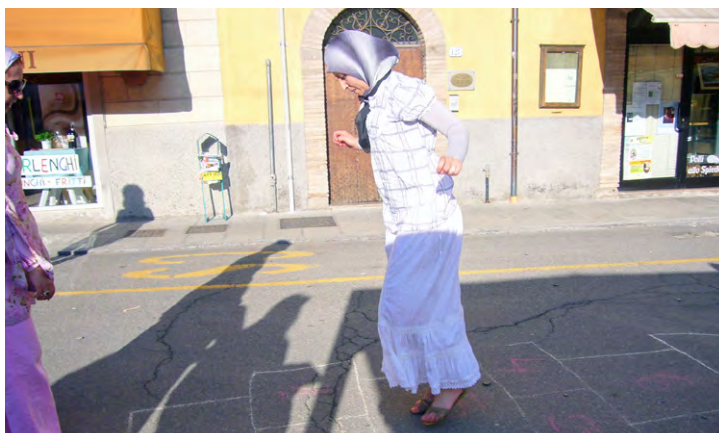




## Giochi di pace in piazza

Durante un'animata Festa della Pace che ha coinvolto tutto un paese sono stati proposti dei giochi da fare all'aperto.

Quelli che hanno ottenuto più successo sono stati il salto della corda e Campana. Quest'ultimo ha visto anche la partecipazione di donne marocchine.



Questo è il programma.

Corporeità-manualità-abilità-creatività-cooperazione.

## **A coppie**

Specchio

Molla

Ponte

Ciechi

Sedersi

Corde

Ballo sul foglio

## **A squadre**

Ponte sul fiume

Giganti/silfidi/maghi

Il Marchese

Fax

## **Di gruppo**

Groviglio

Casa/inquilino/terremoto

Palma/elefante/puzza

Fuga dal carcere

Quattro cantoni

Uccellini

Discoteca del pianeta mutante

Scossa

Cieco nel cerchio

## **Giochi di una volta**

(quando non c'erano TV, PC, iPod, Play station...)

Tappi

Corda

Campana detta anche Mondo, Paradiso o Settimana. In modenese Pinzopetto.

Dopo ogni gioco: GRAZIE! Ed esprimere un'emozione (dal cartello).

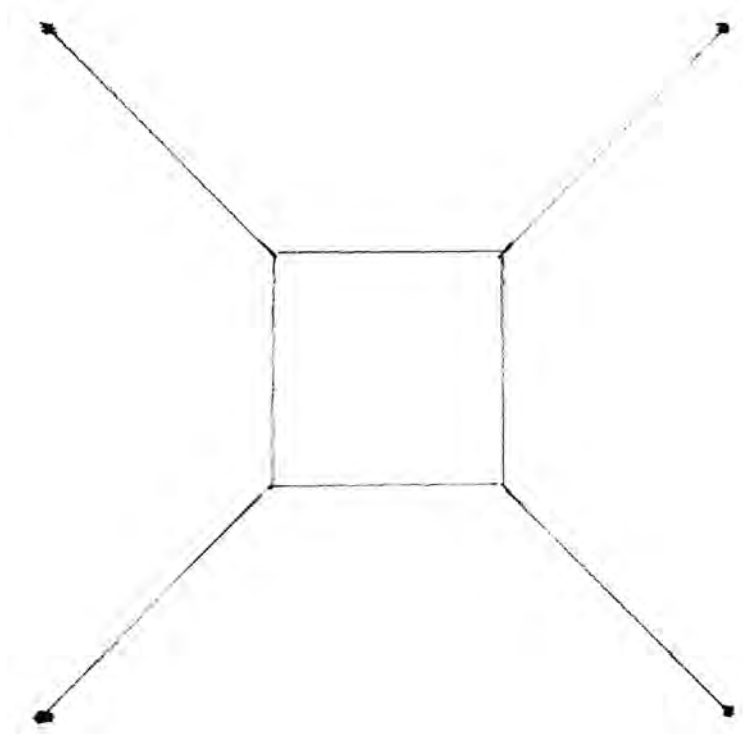
Alla fine: mettere un pensiero su un post-it.

## Abbondanza e sobrietà: quale la via?

Durante gli eventi di Rocca di Pace dall'8 al 9 settembre 2007 avemmo una festa in piazza a Sestola con banchetti, animazione e musica.

Per l'occasione avevo preparato un laboratorio sul tema appunto di abbondanza e sobrietà.

In un gazebo con dei semplici fogli di carta avevo creato quattro spazi aperti che il visitatore poteva visitare e in cui poteva interagire senza la presenza di nessun animatore. Ogni spazio aveva tre pareti con messaggi e proposte diverse.



*Primo spazio: PAROLE.*

Abbondanza di parole (ritagli di giornale).

Le sette parole più importanti della tua vita (post-it da appendere).

Fatti un regalo: concediti un momento di silenzio (sedia, foto di panorama, cuffie).

*Secondo spazio: FARE.*

Strafare: disegno di agenda giornaliera piena d'impegni.

Oziare: disegno di persona sull'amaca.

"Più lenti, più dolci, più profondi" (A. Langer): comincia ora...

*Terzo spazio: COSE.*

Abbondanza di cose (fotografie di oggetti di cui le nostre case sono piene).

Prova a vivere senza nulla! Quattro miliardi di persone su sei vivono così (immagini di capanne in Africa e India).

Le dieci cose che porteresti sulla luna (post-it da appendere).

*Quarto spazio: TEMPO.*

Non ho mai tempo (immagini di gente e mezzi di trasporto che corrono).

Non ho più tempo (disegno di una tomba).

... se oggi fosse il tuo ultimo giorno di vita? Scrivi cinque cose che vorresti fare (post-it da appendere). C'è un foglio appeso con scritto: gira. Sotto c'è scritto: "Fanne subito almeno una".

La proposta suscitò l'interesse di molte persone che visitarono il gazebo lasciando messaggi.



# Ringraziamenti

Mi scuso se non faccio nomi ma la cosa mi risulterebbe assai difficile.

Ringrazio di cuore:

- l'editore per la rinnovata fiducia;
- la mia famiglia e la comunità per avermi regalato la libertà di esplorare sentieri nuovi;
- le amiche e gli amici che mi hanno suggerito libri significativi per la mia vita;
- gli autori e i formatori che hanno arricchito le mie competenze;
- le colleghe e i colleghi per la sintonia e il gioco di squadra creativo;
- le insegnanti e gli insegnanti che hanno avuto il coraggio di sperimentare cose nuove;
- le classi e i gruppi che si sono messi in gioco con entusiasmo e fiducia;
- le persone che, pazientemente, hanno corretto e portato suggerimenti al testo.

Ringrazio anche tutti quelli che hanno sollevato dubbi, critiche e perplessità, stimolando in me innovazione e creatività.

## Vittorio Merlini si presenta

Sono nato a Ponte Nossa in Valle Seriana (BG) nel 1953. Papà faceva l'impiegato comunale e mamma la casalinga. Ho due sorelle. A nove anni è morto il papà e la mamma è andata a lavorare in fabbrica. A undici anni ho iniziato la mia esperienza di collegio durata dieci anni. Dalla mia famiglia e dal mio paese ho ricevuto una solida formazione cristiana, in particolare lo spirito di servizio, l'apertura al mondo e l'amore per la natura.

Mentre studiavo alle superiori di Bergamo ho incominciato a fare volontariato presso la Croce Rossa e a interessarmi a progetti nel Terzo Mondo.

Alla visita militare mi sono dichiarato obiettore di coscienza: la legge è stata approvata pochi mesi dopo. In quei giorni ho trovato nella nonviolenza di Gandhi le risposte che cercavo ai drammi delle guerre e della violenza.

Ho studiato Scienze Agrarie a Piacenza facendo volontariato presso un laboratorio di ragazzi spastici dove ho poi svolto il Servizio Civile.

In quegli anni ho iniziato la mia attività di educatore proponendo a gruppi e scuole incontri sulla pace e la nonviolenza.

Sono tornato per due anni a Ponte Nossa insegnando alle scuole superiori mentre mi impegnavo nella lotta contro la miniera di Uranio di Novazza. Erano gli anni caldi del nucleare. Prima attraverso la ricerca scientifica, poi con l'informazione e il coinvolgimento crescente della popolazione la miniera non è stata attivata. Credo sia l'unica vittoria antinucleare ottenuta sul campo.

Nel 1980 con gli amici conosciuti negli anni degli studi a Piacenza abbiamo fondato la Comunità della Guedrara a Sestola (MO). Con l'intento di vivere la semplicità e la radicalità evangelica dei primi cristiani abbiamo avviato un'azienda agricola mentre praticavamo l'accoglienza di persone in difficoltà e il servizio alle necessità del paese. Nella vita comune ho avuto modo di apprendere l'arte del dialogo, del rispetto e dell'accettazione delle diversità.

Nel 1981 mi sono dichiarato obiettore di coscienza alle spese militari. Con la nascita della Campagna Nazionale mi sono impegnato attivamente nella Segreteria per la Difesa Popolare Nonviolenta. Nel 1984 ho subito il pignoramento dello stipendio: il primo caso in Italia.



Ho partecipato alle attività dell' Associazione Volontari di Assistenza Pubblica di Sestola (servizio di ambulanze) dove, per alcuni anni, sono stato chiamato a svolgere il ruolo di presidente. In questo contesto ho promosso il Servizio e la Protezione Civile.

In ambito parrocchiale ho collaborato al Gruppo 1% con progetti di solidarietà nel Terzo Mondo. In particolare sostenendo l'organizzazione gandhiana indiana del LAFTI dei coniugi Jagannathan e Krishnammal.

Ho partecipato alla lotta antimilitarista contro il tentativo dell'Accademia Militare di Modena di aprire un poligono di tiro sul nostro appennino. Dopo un'attiva resistenza nonviolenta il progetto non è stato realizzato.

Nel 1990 mi sono sposato con Maria Cristina: dalla nostra unione sono nati Samuele, Laura e Antonio.

Ho svolto attività di animatore per gruppi di adolescenti: altra preziosa occasione per esercitarmi nell'educazione alla pace.

Collaborando con l'Ong Overseas di Spilamberto (MO) la mia attività di educatore alla pace da volontaria è diventata professionale.

Ho partecipato alla fondazione dell'Associazione Rocca di Pace contribuendo in particolare alla creazione della Mostra interattiva sui conflitti e alla Scuola di Pace.



I **Sussidi didattici** dei **Quaderni Satyāgraha** sono stampati su carta Munken Print 1,5 da gr. 90 senza cloro TCF (*Total Chlorine Free*) e possiedono i requisiti per il Nordic Swan (*Cigno Nordico*) certificazione ecologica. La cartiera ove si produce Munken Print 1,5 è certificata FSC (Forest Stewardship Council).

Nordic Swan (*Cigno Nordico*)

Corrisponde all'Ecolabel recepita nei paesi nordici, ed è attualmente applicata in Islanda, Svezia, Danimarca, Finlandia e Norvegia. Il marchio del Cigno Nordico controlla che il prodotto sia sottoposto a determinati test di verifica usando metodi predeterminati con test di laboratorio effettuati da enti indipendenti. L'etichetta è valida solo per tre anni, dopo di che i test di verifica devono essere rifatti.

Finito di stampare nel settembre 2021  
presso la tipografia EUROSTAMPA srl – Pontedera (PI)  
per conto di Centro Gandhi edizioni  
via santa Cecilia, 30 – 56127 Pisa



# Quaderni **Satyāgraha** *perseverare nella verità*

A integrazione del precedente **Quaderno Satyāgraha** n° 38, dedicato a “Rocca di Pace”, esperimento sociale realizzato nei comuni dell’Appennino modenese del Frignano, esce ora questo manuale che presenta sedici percorsi didattici e laboratori di educazione alla pace, tutti ampiamente collaudati in quarant’anni di esperienza.

Con modalità interattive si passa dai piccoli conflitti interpersonali alle guerre dimenticate, dai roghi delle streghe alle crociate, dal viaggio nel mondo interiore alla scoperta del pianeta.

L’autore accompagna passo passo l’educatore a relazionarsi con la classe o il gruppo con uno stile maieutico e olistico, per suscitare interesse e stimolarne la creatività.

**Vittorio Merlini**, coniugato e padre di tre figli, vive e lavora a Sestola sull’Appennino modenese nella comunità della Cuedrara che riunisce famiglie d’ispirazione cristiana e nonviolenta. Educatore e contadino, è stato attivo nel campo della pace, della salvaguardia dell’ambiente, della cooperazione internazionale, dell’emergenza sanitaria e del servizio civile.

ISSN 1720-402X

ISBN: 978-88-75000-49-3



€ 20,00