



EDUCAZIONE AI VALORI UMANI SATHYA SAI

educaRe



Institute of Sathya Sai Education South Europe

Educare ai Valori Umani Sathya Sai

Educare



Brochure Introduttiva
Institute of Sathya Sai Education
for South Europe

Gennaio 2012

EDUCAZIONE AI VALORI UMANI SATHYA SAI

Introduzione Generale: SSEHV e EDUCARE

Se vogliamo far crescere una quercia, dobbiamo prima piantare una ghianda. Se vogliamo: che i nostri bambini:

- ❖ sviluppino un carattere forte, sano e felice,
- ❖ siano in grado di distinguere tra “giusto e sbagliato”, e che
- ❖ coltivino virtù e valori con sensibilità amorevole e senso di unità con tutti gli esseri,

allora dobbiamo noi stessi preparare il terreno ed offrire loro un ambiente socio-educativo in cui possano crescere e prosperare. Questa è, in poche parole, l'intenzione e l'obiettivo dell'Educazione Sathya Sai, il cui scopo principale è di modellare e formare il *Carattere*.

“La vera educazione non consente semplicemente ad un bambino di imparare a guadagnarsi da vivere, lo prepara a vivere la propria vita.”¹

Il programma di Educazione ai Valori Umani Sathya Sai (SSEHV) è una proposta educativa che abbraccia insegnanti, genitori e bambini, e che coltiva e promuove valori umani universali comuni da tempo immemorabile a tutte le culture e tutte le fedi. Le sue caratteristiche intrinseche sono la ferma convinzione:

- ❖ che l'educazione è un processo di apprendimento che dura una vita,
- ❖ che la concentrazione è l'essenza dell'educazione e il carattere il suo fine, e
- ❖ che la personalità umana può raggiungere l'eccellenza attraverso un percorso articolato di apprendimento integrale, che le consente così di esprimere appieno il suo potenziale.

Così come è vero che una possente quercia cresce da una piccola ghianda, se vogliamo che nella nostra società crescano la pace e la felicità, dobbiamo esporre i nostri figli ai più alti ideali sin dai primi anni delle loro vite. Solo così fiorirà il loro più nobile carattere ed essi cresceranno trasformandosi in adulti sensibili e responsabili, capaci di affrontare le sfide della vita con intraprendenza e forza interiore.

“Ci sono due tipi di conoscenza. Una relativa alla conoscenza delle cose esterne; questo potere si manifesta nella testa. Il cuore permette di manifestare la conoscenza interiore. La vita diventa ideale quando entrambi questi tipi di conoscenza sono resi manifesti ed in armonia. Essi sono stati chiamati Educazione ed Educare”.

Basata sulla filosofia di EduCARE², SSEHV si propone di stimolare la manifestazione di qualità positive, talenti, e potenziale di altruismo e virtù che giacciono latenti nel cuore umano. Per fare questo segue una pedagogia di educazione integrale unita ai valori universali di:

- ❖ Verità,
- ❖ Rettitudine³,
- ❖ Pace,
- ❖ Amore, e
- ❖ Non Violenza.

¹ Tutte le citazioni senza riferimento sono di Sathya Sai Baba

² Si collega alla parola Latina “Educere”, che significa *condurre fuori, esternare*.

³ Rettitudine, Retta Condotta, Azione Giusta sono usati in maniera interscambiabile in questo testo.

La pedagogia SSEHV mira all'educazione del bambino nella sua interezza, e non solo all'insegnamento di informazioni relative a determinate aree di studio. Attraverso indagini sistematiche, creative ed esperienziali di una serie di aspetti relativi ai valori vissuti nella vita quotidiana, si acquisisce una più ampia comprensione dei valori stessi incoraggiando la loro messa in pratica. Un approccio all'apprendimento che unito all'istruzione accademica aiuta il cuore del bambino, la sua mente e la sua anima a fiorire e dispiegarsi in una piena comprensione e consapevolezza che porteranno all'unità di testa, cuore e mani, formando e trasformando il carattere.

“Semina un pensiero, e raccoglierai un'azione. Semina un'azione, e raccoglierai un'abitudine. Semina un'abitudine, e raccoglierai un carattere. Semina un carattere, e raccoglierai un destino”.

OBIETTIVI DELL'EDUCAZIONE SATHYA SAI

Il programma Educazione ai Valori Umani Sathya Sai mira non solo alla formazione ma alla *trasformazione* del carattere del bambino con una triplice messa a fuoco:

- Eccellenza del Carattere
- Eccellenza Accademica, e
- Eccellenza Etica e Morale

Tra gli obiettivi che persegue desidera dare a tutti i bambini le seguenti possibilità:

- di imparare a conoscere se stessi e a coltivare un positivo dialogo interiore;
- di imparare il valore profondo delle proprie radici e eredità culturali;
- di imparare a conoscere le altre culture, tradizioni e religioni e ad avere una profonda comprensione della fratellanza di uomini e donne di ogni razza, cultura o credo;
- di rispettare i 5 Valori Umani di Amore, Verità, Rettitudine, Pace e Non Violenza, mettendoli in pratica nelle proprie vite;
- di prendere decisioni etiche conseguenti ad un personale senso di responsabilità nei riguardi dei diritti, della vita e della dignità di tutte le persone;
- di conseguire l'autostima e l'autodisciplina, e di imparare l'importanza della concentrazione;
- di sviluppare le abilità sociali necessari per risolvere problemi e conflitti, prendere decisioni, e lavorare in cooperazione;
- di sviluppare un forte rispetto per l'ambiente naturale e gli animali.
- di promuovere una cultura di pace diventando esseri umani che vivono in pace.
- di sviluppare Fede e Amore per la Bontà; e
- di coltivare un senso di ammirazione e riverenza verso la Creazione tutta, nello spirito di unità nella diversità.

Al fine di perseguire i propri scopi accentua l'importanza di valori quali:

- integrità, saggezza, senso pratico, creatività e discernimento (VERITÀ);
- rispetto per i genitori e gli insegnanti, onestà, buone maniere, buon comportamento e rispetto per il proprio dovere (RETTITUDINE);
- umiltà, semplicità, tolleranza, pazienza, soddisfazione (PACE)
- gentilezza, compassione, perdono, gratitudine, cortesia, sollecitudine verso gli altri, amicizia (AMORE); e
- riguardo per l'ambiente, unità, armonia, coscienza sociale, rispetto per tutte le religioni (NON VIOLENZA).

II METODO

“L’amore in pensiero è Verità

L’amore in azione è Retta Azione

L’amore in sentimento è Pace

L’amore in comprensione è Non violenza”

L’istruzione odierna si prefigge il compito di promuovere lo sviluppo di facoltà intellettive e abilità tecniche, ma fa poco per rafforzare virtù quali integrità di carattere e buon senso. Avendo perso l’autorità sul comportamento morale dei propri allievi, trascurando la formazione di attitudini sociali tra cui l’auto-controllo, il rispetto di imprescindibili valori umani e un atteggiamento coscienzioso verso la vita in generale. Se da una parte è desiderosa di spingere i giovani a crescere in fretta per uscire nel mondo e far parte della scalata lavorativa, dall’altra li lascia soli, impreparati ad affrontare le innumerevoli sfide della vita, ignari delle vere sfide che li aspettano.

Un percorso educativo che crede nella qualità della vita, raggiungibile grazie alla pratica di valori umani, morali e spirituali, e nella necessità di incoraggiare i giovani a trovare uno scopo da realizzare e un proposito da raggiungere che va oltre una professione lavorativa, è ciò che il programma SSEHV propone. Radicato nel principio di Educare, innesca delle nuove strategie in campo dell’istruzione scolastica, sollecitando la manifestazione dei valori naturali e intrinseci dell’essere umano, favorendone la giusta espressione.

I valori di Verità, Rettitudine, Pace, Amore e Non-violenza sono esplorati con l’aiuto di:

- ❖ citazione;
- ❖ racconto di storie;
- ❖ canto di gruppo;
- ❖ esercizi di concentrazione e di silenzio (silent sitting);
- ❖ attività di gruppo.

Quando la fioritura della personalità del bambino è integrale, corpo, mente e anima lavorano in unisono, sviluppando unità di pensiero, parola e azione. Se nel contempo i bambini crescono nella consapevolezza che la felicità è un diritto comune e che non dipende solo dal conseguimento di beni materiali, sarà più facile orientarli verso pensieri nobili e ideali elevati. Ciò è intrinsecamente possibile per SSEHV la cui filosofia si basa sulla ferma convinzione che esiste un potenziale di bellezza, verità e bontà inerente in ciascun individuo. Ruolo dell’insegnante e del genitore è di facilitarne l’emergenza.

“Esiste un collegamento organico tra i valori umani e la personalità umana. La felicità mentale deriva dalla pace, la pace dall’amore, l’amore è collegato alla non violenza, la non violenza è il risultato della retta condotta e la retta condotta non può sussistere senza la Verità. Perciò i cinque valori umani di amore, verità, retta azione non violenza e pace, che rappresentano l’apice della personalità umana, sono i petali dello stesso fiore.”

SSEHV-EDUCARE – IN CHE COSA È DIVERSO?

“Educare non vuol dire imparare a memoria dai libri per poi vomitare ciò che si è appreso nelle aule degli esami. È la vita stessa che insegna, insegnamenti che vengono infusi nell’individuo, che ci trasformano. Questo conferisce un nuovo senso a argomenti di studio talvolta monotoni come la matematica e la geografia, una nuova vitalità all’apprendimento di una lingua, una comprensione cosmica alla scienza e intensificata bellezza alla musica e all’arte. L’educazione non è qualcosa che deve essere farcito nelle orecchie di fanciulli innocenti. Al contrario, viene dall’interno. È il rilascio della intuizione e la divinità che si trova in ciascun individuo. ... Educare è anche la sapienza nell’assicurare un equilibrio costante dei cinque elementi dentro di noi, grazie alla corretta gestione della mente e di adeguati stimoli sensoriali, così che il flusso dell’energia divina che sgorga dall’interiore possa scorrere in modo ininterrotto. In altre parole, è necessario raggiungere armonia tra pensieri, parole e azioni affinché il mondo fisico possa essere percepito come l’estensione del mondo spirituale... Educare implica la sensibilizzazione di noi stessi, la sensibilizzazione dei nostri figli affinché siano in grado di reagire e diventare persone premurose e altruiste.”

SSEHV propone *“Informazione per trasformazione”* e implica un processo di auto-conoscenza che sposta l’ago della bilancia da una educazione imposta, all’ auto-educazione. Quando il fanciullo apprende che è in grado di osservare, migliorare e correggere l’interazione di sensi, emozioni e mente, egli/ella diventa più cosciente, fiducioso e indipendente. Il segreto della auto-disciplina è uno dei doni più grandi che potremo mai fare ai nostri figli. Arrivarci è un approdo coscienziale, che nasce grazie all’abitudine acquisita dell’ascolto del proprio cuore. Il valore del proprio aspetto spirituale viene apprezzato man mano che il bambino impara a riconoscerlo e a seguirne i dettami attraverso l’esperienza.

La tecnica del sedersi in silenzio (silent sitting) promuove un dialogo interiore, e rappresenta, tra l’altro, un balsamo rilassante per l’irrequietezza e la mancanza di concentrazione. Mette i bambini in contatto con i propri sentimenti e il loro essere più profondo, agevolando uno sviluppo emozionale e un accrescimento dell’autostima. È uno strumento che li aiuta a comprendere problemi comportamentali e problemi annessi, con il risultato di migliorare le proprie relazioni.

Non appena i bambini imparano a sintonizzarsi con la propria coscienza essi sanno, dall’interno, cosa è giusto e cosa non è giusto per loro. Più tardi sarà più facile che imparino ad acquietare l’agitazione mentale, facendo sì che l’introspezione diventi un’abitudine positiva nelle loro vite. Oggigiorno, la capacità di distogliersi dalla confusione del mondo, e la saturazione sensoriale che comporta, è una abilità che molti vorrebbero avere. Potenziare i nostri figli con una simile abilità vuol dire offrire loro una fonte di benessere e pace interiore, cruciale quando ci si trova confrontati con le difficili onde della vita.

Riconoscere la presenza dell’aspetto spirituale in un percorso educativo è ciò che fa la differenza tra SSEHV e altri programmi valoriali: un aspetto che si schiude man mano, rivelando una fonte di inesauribile valore umano, e conducendoci verso la comprensione di un’identità comune tra tutti gli esseri umani, di fronte alla quale differenze di colore, cultura e lingua sono irrilevanti.

“La spiritualità richiede il riconoscimento delle innumerevoli capacità dell’uomo che emanano dallo Spirito e non dalla mente. Spiritualità vuol dire far sì che l’individuo manifesti la propria divinità latente. È la realizzazione del ruolo dello Spirito nella vita quotidiana”.

Una Storia Che Dice Tutto

Un ricco uomo d'affari era stato invitato a tenere un discorso di apertura a una fiera internazionale che si sarebbe svolta su un'isola lontana dal suo paese. Dopo un lungo e faticoso viaggio, atterrò nella grande capitale di destinazione, guidò per le strade periferiche della città fino all'aperta campagna, viaggiò lungo la costa e alla fine raggiunse il porto dove, secondo i piani stabiliti, lo attendeva un traghetto.

Ma il suo programma fu subito turbato. I traghetti avevano ultimato il loro orario di collegamento da e per l'isola, sicché il solo modo per giungere a destinazione quella sera, in tempo per la cerimonia di apertura, era con una barca a remi.

Il barcaiolo, un uomo semplice, accolse il suo insolito passeggero. "Questo viaggiatore non è un uomo qualunque" pensò, fiero di poter offrire i servizi della sua umile imbarcazione a qualcuno di così distinto e di bell'aspetto.

Il nuovo passeggero si sedette con esitazione sul sedile di legno della barchetta vacillante e, con fare disinvolto, tirò fuori dalla sua ventiquattr'ore il quotidiano del giorno. Il barcaiolo si sedette di fronte a lui e prese a remare verso l'isola.

"Dimmi un po', hai sentito dei recenti scandali politici in Europa?" domandò l'uomo d'affari. "È una cosa che... come dire... ha riempito i titoli di tutti i giornali!"

"No, non ne ho sentito parlare" balbettò il barcaiolo. "Io non leggo i giornali..."

"Non li leggi?" L'uomo d'affari squadrò il barcaiolo dalla testa ai piedi. "Non capisco come fai a gestire la tua vita senza essere informato delle vicende del mondo! Mi spiace terribilmente dirtelo ma così il 25% della tua vita è sprecato!"

Il barcaiolo continuò in silenzio a remare verso l'isola.

"Presumo che tu abbia almeno letto del recente crollo del mercato finanziario" riprese l'uomo d'affari.

"Vede, signore" rispose il barcaiolo "il fatto è che io non so leggere. Mi spiace, signore."

"Vuoi dire che sei analfabeta? Buon Dio! Così hai sprecato il 50% della tua vita!" si lasciò sfuggire il passeggero. "Su, sbrigati... Sto perdendo il mio tempo con te!"

Si guardò intorno. Il cielo era già diventato scuro. "Il mio orologio deve essersi rotto" borbottò. "Che ore sono?"

"Che ore sono, signore?" replicò il barcaiolo continuando a remare. "Non saprei, signore, io non porto l'orologio. A dire il vero, non ho mai imparato a leggere le ore. Sono un uomo umile..."

"Ma questo è inaudito!" sbottò furiosamente l'uomo d'affari. "Come fai a vivere senza un orologio!? Che miserabile! Lo sai che così hai sprecato il 75% della tua vita?"

Il barcaiolo chinò tristemente il capo. Non capiva che cosa rendeva tanto infelice quell'uomo così elegante.

"Ehi, tu, guarda qui!" gridò l'uomo d'affari indicando il fondo della barca. "Guarda le mie scarpe! Deve esserci un buco nella barca! I miei piedi sono bagnati!"

Nuvole nere attraversarono il cielo, si udirono alcuni tuoni e subito dopo iniziò a piovere. Le onde divennero più alte e minacciose, sbalottando la barca sui fianchi, davanti e dietro.

Il barcaiolo smise di remare e fissò il suo passeggero. "Sapete nuotare, signore?" domandò.

"Nuotare?" sbraitò l'uomo d'affari. "Sono sempre stato impegnato in affari molto più importanti... cose da leggere... esami di laurea... tesi da discutere, frequentare corsi di formazione... Non ho mai avuto tempo per imparare a nuotare!"

"Sono davvero dispiaciuto" disse con calma il barcaiolo "ma devo darle una brutta notizia. Tutta la sua vita è stata uno spreco, perché sicuramente annegherà!"

I CINQUE VALORI UMANI: LA VERITÀ

“L’istruzione deve infondere i Valori Umani fondamentali, deve promuovere un comportamento etico, incoraggiare l’autocontrollo. Tale è la funzione essenziale dell’istruzione.”

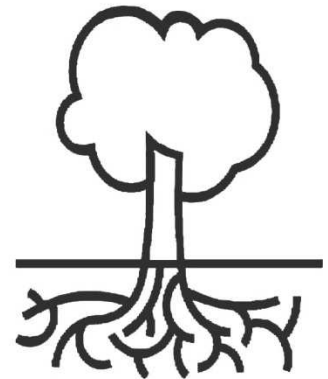
Sono molte le virtù che fluiscono dal Valore Umano della Verità. I bambini iniziano a confrontarsi con essa imparando a non mentire, prima agli altri e in seguito a sé stessi. Attenersi alla verità significa coltivare sincerità, onestà, autoanalisi e purezza, diligenza, equità, coraggio e integrità. Quando la verità è “la mia verità” e “la tua verità”, il bambino impara che essa ha molte sfaccettature. Che si modifica e continua a cambiare in base all’esperienza, all’età, al punto di vista, alla cultura e al sistema di credenze. I valori quali discernimento, intuizione, giustizia, ricerca della conoscenza, spirito di indagine, sintesi sono nutriti quando la ricerca di una verità duratura si oppone a una verità relativa.

“Che cos’è esattamente la Verità? È forse la descrizione di una cosa come la si è vista, senza esagerarla o sminuirla? No. O è invece il racconto di un evento fatto con le stesse parole con cui lo si è sentito narrare? No. La Verità eleva. Essa declama degli ideali. Ispira gli individui nella Società. È la luce che illumina il sentiero dell’uomo.”

Afferrare la verità sottostante alla vita è stato da sempre l’anelito dei più rinomati filosofi e ricercatori, concordi nell’affermare che al di là dei confini dell’individuo, del sé egocentrico, vi è una realtà più profonda e un sé più alto, assai più veri. SSEHV copre tutti questi aspetti della verità, esplorando il mondo fenomenico, - il mondo che vediamo, tocchiamo e sentiamo e il mondo interiore, - il mondo dell’essere, la coscienza e la consapevolezza, che è la radice di tutto il resto, come le radici di un albero lo sono per il tronco, i rami, le foglie e i frutti.

Desideroso di offrire a suo figlio Svetaketu l’idea e il sapore della Verità, il saggio Udalaka Aruni spedì il ragazzo a procurargli un frutto rosso dell’albero di banyan. Quando il fanciullo gli portò il frutto, suo padre gli disse: “Taglialo a metà”. Il ragazzo fece quanto richiesto. “Che cosa c’è dentro?” gli domandò Udalaka Aruni. “Ci sono tantissimi semi” rispose il fanciullo. “Prendine uno e taglialo a metà” gli disse il padre. Dopo un grosso sforzo e tanta pazienza, Svetaketu riuscì a tagliare un semino. “Che cosa c’è dentro?” gli domandò il saggio. “Dentro non c’è nulla, padre”. “Oh, figlio mio, un albero del genere non può nascere dal nulla!” “Davvero, padre. Non c’è nulla.” “Quello che tu chiami nulla, è qualcosa che gli occhi non possono vedere, qualcosa di invisibile dal quale questo alto albero nasce. Ed è la forza, lo spirito invisibile che pervade ogni cosa, la radice di tutto ciò che esiste.”

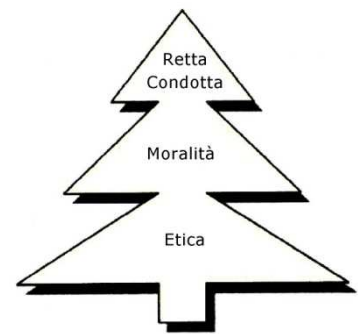
Chandogye Upanishad



Cercare e accertare ciò che è vero e reale è di gran lunga più rilevante nel mondo d’oggi, caratterizzato da una società sempre più artificiale e virtuale in cui vivere. Portando alla luce le sfaccettature della verità fa sì che si sviluppi la facoltà della discriminazione, che a sua volta conferisce l’abilità di prendere le giuste decisioni, rendendo il proprio viaggio attraverso la vita più lineare e sicuro.

I CINQUE VALORI UMANI: LA RETTA AZIONE

“Vi è un bisogno di ripensare e allargare la nozione di educazione a vita. Che non solo si adatti ai cambiamenti della natura del lavoro, ma che costituisca un processo continuo e completo di formazione degli esseri umani: la loro conoscenza, i talenti, la facoltà critica e la capacità di agire. Dovrebbe consentire lo sviluppo della consapevolezza di sé stessi e dell'ambiente e incoraggiarli a giocare il loro ruolo sociale nel lavoro e nella comunità. — Jacques Delors, “L'educazione, ovvero l'utopia necessaria”

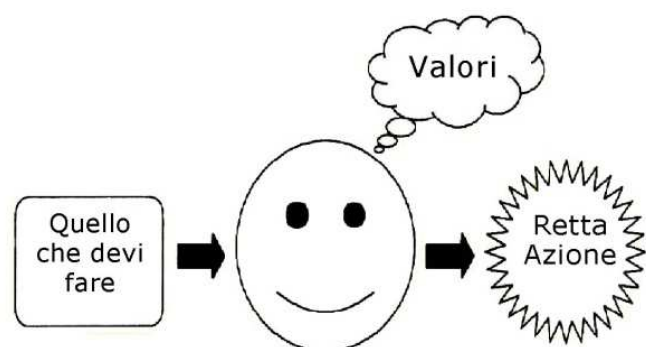


Nella vita di un bambino la retta condotta si presenta in modo triplice e riguarda lo sviluppo di abilità di auto-aiuto, abilità sociali ed abilità etiche. Quando la Retta Azione viene associata a sé stessi, si promuove lo sviluppo di attributi del carattere quali cura di sé, igiene e abitudini alimentari corrette, pulizia e postura, ma anche spirito di intraprendenza e autosufficienza. I bambini imparano a conoscere la meccanica del proprio corpo e a curarlo, realizzando che devono essere forti, in salute e ben coordinati per compiere qualsiasi compito nella vita. Imparano ad apprezzare l'aria pura, la ginnastica e una dieta equilibrata.

Anche i buoni pensieri e le buone compagnie sono essenziali per una vita salutare e per uno sviluppo ben equilibrato. Imparare a osservare i propri pensieri è un aspetto fondamentale della Retta Azione. Pensare è una delle caratteristiche principali della vita umana, e i bambini devono poterne riconoscere il potere: i pensieri generano idee, concetti, schemi comportamentali e stili di vita, che col tempo plasmano la nostra vita e le nostre società. È della massima importanza insegnare ai bambini a essere responsabili nel decidere il tipo e la qualità dei pensieri che desiderano nutrire e creare.

Quando il valore della Retta Azione è associata agli altri, prende la forma di buon comportamento, rispetto per gli altri, disponibilità, capacità di coltivare buone relazioni. In seguito queste attitudini umane diverranno capacità etiche e morali, favorendo lo sviluppo di attributi quali coraggio, coscienza ecologica, determinazione, spirito di iniziativa, senso del dovere. Ma il più alto livello dell'agire rettamente sarà raggiunto quando lo si farà in accordo con la propria Coscienza, il cui frutto saranno pensieri e intenzioni radicate nell'amore. Se, sulla base della filosofia EDUCARE, i bambini fanno dell'introspezione un'abitudine, un buon comportamento e l'adozione di scelte etiche saranno il risultato naturale.

Il bambino sarà pro-attivo, grazie alla acquisita fiducia nelle profonde risorse che possiede, capace di fare delle scelte di cui è cosciente, piuttosto che compiere azioni inconsapevoli dettate dall'impeto del momento o ereditate da comportamenti e abitudini familiari mai messe in discussione.



I CINQUE VALORI UMANI: LA PACE

“Che ci sia pace nel mondo, e che essa cominci da me”.

—Robert Muller – Premio Unesco per l'Educazione alla Pace 1989

Tutti i valori sono interconnessi e hanno diversi livelli di significato. Quando si parla di 'pace', si tende a pensare alla pace ricordandosi di quando manca, focalizzando la propria attenzione sulla realtà opposta fatta di guerre e conflitti, e sulla speranza dell'umanità di realizzare un giorno l'unità tra tutti i popoli e la pace mondiale. Raramente si realizza che per raggiungere questo traguardo non basta un impegno politico, ma una scelta di crescita personale. Vuol dire rispettare il senso del valore nella propria vita, e assicurarsi uno stato di pace interiore.

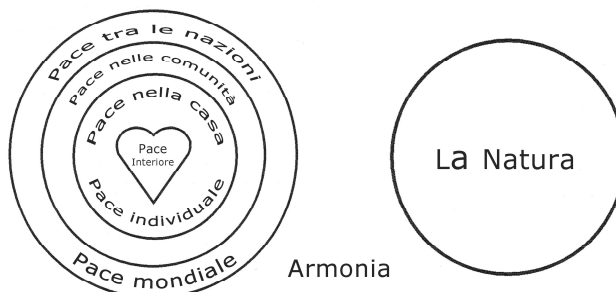
Imparare a calmare le emozioni e acquietare la mente sono tra i primi passi da fare se vogliamo coltivare la pace interiore. A questo fine il programma Educazione ai Valori Umani Sathya Sai introduce l'ausilio della tecnica del 'silent sitting' (sedersi in silenzio) che ne facilita il processo. All'inizio il fanciullo farà fatica a stare fermo e la sua mente verrà catturata dal chiacchiericcio interno ma col tempo riuscirà a fermarsi per alcuni minuti e raggiungerà un buon stato di rilassamento e quiete interiore. Se il 'silent sitting' si pratica con regolarità, in un'atmosfera tranquilla, aiutata dalla luce soffusa di una candela, l'esercizio diverrà un momento amato dagli alunni che faranno tesoro dei sentimenti positivi che apporta, riconoscendone i benefici. *Silent sitting* calma le tendenze di comportamento impulsivo e disattento, migliora la concentrazione e la memoria, e rafforza valori quali la pazienza, il distacco e la fiducia in se stessi.

Quando le nostre menti tacciono, le nostre emozioni si trovano in uno stato di equilibrio; quando ogni conflitto interiore è stato vinto, i nostri desideri sono sotto controllo, ci invade uno senso di soddisfazione e contentezza, promuovendo armonia e un sentimento di profonda gratitudine. Spostandosi nel silenzio verso una regione più sottile e intuitiva, ci risvegliamo all'intuito divenendo capaci di riceverlo e di esprimerlo.

La tecnica del 'Silent sitting' rivela un enorme potenziale di 'auto-amore' e auto-stima. Quando i bambini danno priorità al proprio valore interiore, crescono nel rispetto di sé, e rafforzano qualità quali la dignità, l'integrità, coltivando un senso di dedizione verso la pratica dei valori umani.

Silent sitting può essere utilizzata per pochi minuti all'inizio e alla chiusura della giornata di scuola, o alla chiusura di una sessione di studio. La pace si manifesta nell'azione quando si agisce in accordo con il cuore, e la voce del cuore si può udire solo nel silenzio.

*Quando c'è pace nell'individuo,
ci sarà pace nella famiglia.
Quando c'è pace nella famiglia,
ci sarà pace nella comunità.
Quando c'è pace nella comunità,
ci sarà pace nella nazione.
Quando c'è pace nella nazione,
ci sarà pace nel mondo.*



I CINQUE VALORI UMANI: L'AMORE

Insegna l'amore ai bambini solo attraverso l'amore.

L'amore è come un sole radiante che manda i suoi raggi in ogni direzione, nutrendo e vivificando con il suo calore e la sua luce. È la corrente che sottostà a tutti gli altri valori. I bambini imparano a riconoscere l'amore quando sono esposti a maniere gentili e parole dolci. Si manifesta a vari livelli in forma di amore dei genitori per i propri figli, affetto tra marito e moglie, tenerezza per i membri di famiglia e amici, devozione alla madre patria, apprezzamento per la natura, anelito per il Divino.

Sebbene l'amore si esprime attraverso il sentimento, è in verità un'energia. Fluisce, unisce, guarisce e trasforma, e quando è puro è costante e non cambia mai. È a questo livello che l'amore raggiunge la sua massima espressione, toccando la verità più alta e la bontà più pura. Ideali a cui tutti possono aspirare. Dove esiste l'amore non vi è egoismo e la gioia trabocca.

Grazie al curriculum dell'Educazione Sathya Sai ai Valori Umani, gli alunni esplorano il senso del valore dell'amore e i suoi vari significati. Il racconto di storie, affermazioni e pensieri positivi, l'uso della citazione, il canto di gruppo e l'attività di gruppo, sono tutte modalità per narrare la favola dell'amore. È facile per bambini capire che quando nutri dei pensieri buoni e positivi, il cuore si riempie di gioia e il viso s'illumina di felicità. È facile per loro riconoscere i vari aspetti positivi dell'amore. Essi 'sanno' implicitamente che l'amore risiede in fondo al proprio essere e capiscono che è giusto chiedere consiglio e guida al proprio cuore, prima di permettere ad un pensiero di trasformarsi in azione. Crescere accompagnati da una pedagogia valoriale con l'accento sull'amore sviluppa in loro una profonda comprensione di virtù quali umiltà, premurosità, e gentilezza.

Il vero amore è senza interesse, e i bambini sanno anche questo e ne riconoscono la forza. È il solo potere capace di conquistare e trasformare i più terribili nemici che l'essere umano conosca: l'ego, la rabbia, l'avidità, l'invidia, l'orgoglio, l'attaccamento e la paura. Coltiva la sollecitudine e l'attenzione per gli altri, la tolleranza, la comprensione, il perdono, l'apertura e la fiducia.

Quando i bambini comprendono che l'amore non ha preferenze e che la stessa energia d'amore risiede in ogni essere, intuiscono che è anche il fulcro di tutti i valori. È grazie all'amore che apprezzano la ricchezza della diversità e il lavoro di gruppo, che imparano a condividere ciò che hanno e a darsi una mano ogni volta che l'occasione si presenta. Il valore dell'Amore accompagna i bambini verso la soglia di una nuova prospettiva, vedono il mondo come una grande famiglia, e colgono l'interconnessione di tutto il Creato; l'Amore che muove 'la luna e le stelle'...

Quando l'amore si esprime nell'azione, diventa retta azione.

Quando l'amore si esprime in pensiero, diventa la Verità.

Quando l'amore si esprime nel sentimento, diventa pace.

Quando l'amore si esprime nella comprensione, diventa non violenza.

I CINQUE VALORI UMANI – LA NON VIOLENZA

“Oggi l’umanità è in declino perché la vita manca di equilibrio. Se promuoviamo i Valori Umani saremo in grado di mantenere la giusta armonia nella vita.”

Quando si segue la verità interiore le nostre azioni sono buone, c’è unità tra pensiero, parola e azione e uno stato di pace e contentezza prevalgono nell’individuo. Questo stato d’animo si estende verso la propria famiglia permeandola con sentimenti di comprensione e amore, gli stessi sentimenti sono espressi e condivisi con la comunità, la nazione, il mondo. Non violenza è lo zenit dei conseguimenti umani, la cui pratica ultima e perfetta è l’unità di “testa, cuore e mani”. Può essere visto a tre livelli, il personale, il sociale e l’universale.

Quando si parla di non violenza *personale* pensiamo alla cura della salute e del benessere proprio e altrui.

In termini *sociali* vuol dire abbracciare ogni aspetto della vita con buona disposizione d’animo e compassione. Comporta l’attitudine di scegliere una buona compagnia e di evitare la tendenza alla critica, nonché l’uso di parole poco gentili e inappropriate.

La Non violenza visto da una prospettiva *universale* promuove sentimenti di fratellanza, e profonda riverenza per ogni forma di vita nonché il pianeta stesso, favorendo la comprensione di unità nella diversità.

Il valore della Non violenza è compreso facilmente dai bambini quando lo si associa a non ferire piante, animali o sentimenti altrui, e quando viene proposta in correlazione a quello che è contrario all’amore: aggressività, conflitto, guerra... Essi apprendono velocemente che essere non violenti non vuol dire solo astenersi dalla violenza fisica, ma anche nel non violare le leggi umane e naturali o causare dolore con uno sguardo, una parola o un gesto.

Crescere nel rispetto della Non violenza infonde un senso di moralità e uguaglianza, e promuove i retti rapporti umani, l’apprezzamento di tutte le culture e fedi religiose, la coscienza ecologica. È un’espressione di amore universale che promuove l’unità tra le persone, e un senso di fratellanza e identità comune. Scaturisce da un profondo sentimento di unità interiore e rappresenta perciò l’aspetto spirituale dell’essere umano. È questo aspetto che ispira e promuove:

1. il sentimento di meraviglia e stupore per l’universo;
2. il desiderio di migliorare la qualità di vita di ciascuno;
3. il sentimento di unità con il pianeta e di amore verso tutto ciò che ne fa parte;
4. la consapevolezza di un ordine sottostante alla creazione;
5. l’amore e il rispetto per la famiglia umana.

Le attività di gruppo proposte dal programma SSEHV offrono delle ampie opportunità di praticare e apprendere i valori umani in modo esperienziale. Lavorare insieme, imparando a trovare soluzioni di gruppo e armonizzare le differenze, fa sì che i valori umani vengano messi in primo piano.



UN PARTNERSHIP TRIPLO

IL BAMBINO

I bambini sono generalmente buoni di natura e desiderosi di fare il loro dovere e avanzare negli studi. Una causa della loro distrazione (waywardness) e occasione mancanza di disciplina si trova tra gli adulti che sono per loro un cattivo esempio di verità e auto-controllo. — Sri Sathya Sai Baba

I bambini che crescono nel mondo di oggi sono esposti ad innumerevoli stimoli e influenze esterne. Non solo gli insegnanti e i genitori hanno un effetto sui bambini ma anche l'ambiente, includendo la televisione, i films, i video, ecc. Allo stesso tempo la maggiorparte degli studenti si trova sotto tremenda pressione per 'farcela' e passare gli esami. L'educazione che non sottolinea l'importanza dello sviluppo del carattere o non si orienta ad una educazione ai valori (i.e. Umani – patrimonio dell'essere umano ed eredità di ogni cultura e tradizione) depriva i bambini dei mezzi per imparare a confrontarsi con loro stessi e con il mondo circostante, indicandoli nel contempo una scala di valori e priorità affatto veritieri. I bambini normalmente imparano che avere 'successo nella vita' vuol dire ottenere un buon lavoro, ben stipendiato, piuttosto che lavorare per il miglioramento sociale e, in senso lato, del mondo stesso.

L'INSEGNANTE

L'insegnante ha il ruolo maggiore nella formazione del futuro del paese. Di tutte le professioni il lavoro dell'insegnante è il più nobile, il più difficile e il più importante. — Sri Sathya Sai Baba

Buoni insegnanti sono coloro che hanno realizzato il valore e l'importanza della propria professione e considerano i bambini loro allievi alla stregua dei loro stessi figli. Per essere in grado di trasmettere dei buoni valori gli insegnanti devono esserne un esempio e praticare ciò che insegnano. L'enfasi da porre su questo fatto non sarà mai abbastanza. Un insegnante che è gentile e amabile, che mostra pazienza ed è pieno di umiltà avrà un ruolo vitale nello sviluppo del carattere dei suoi studenti.

Se un insegnante mostra dedizione e purezza, migliaia di bambini faranno un balzo di qualità e il proprio paese potrà solo avere un guadagno nell'accogliere uomini e donne di carattere.

I GENITORI

L'influenza dei genitori sulla mente dei propri figli è fondamentale. È, infatti, l'influenza primaria e predominante per la personalità e le dinamiche comportamentali del bambino. — Sri Sathya Sai Baba

I primi anni della vita di un bambino sono essenziali per lo sviluppo di un buon carattere. Il ruolo dei genitori è quindi vitale in quanto sono essi i primi insegnanti dei loro figli. I genitori hanno la responsabilità di essere dei buoni modelli, che vuol dire che devono praticare ciò che desiderano far apprendere ai loro figli.

Se genitori e figli indicano la strada dando il buon esempio, gli studenti fioriranno automaticamente in modelli di 'eccellenza'; il risultato sarà che tutta la nazione ne trarrà profitto.

IL FONDATORE

“Come due ali sono indispensabili a un uccello per volare alto nel cielo e due ruote a un carro per muoversi, così i due tipi di educazione sono necessari all'uomo per raggiungere la meta della vita. L'educazione spirituale serve per la vita, mentre l'educazione mondana per guadagnarsi da vivere. Solo quando l'uomo è dotato di questi due aspetti educativi può meritarsi il rispetto e la venerazione della società”.

Il programma Educativo ai Valori Umani Sathya Sai trae la propria origine dagli insegnamenti morali e spirituali di Sathya Sai Baba, (1926- 2011), rinomato educatore dell'India contemporanea, riverito a livello internazionale per le straordinarie realizzazioni sociali nei campi di sociocare, educare e medicare, nonché come *maestro mundi*. Fu rettore della Università Sri Sathya Sai Institute of Higher Learning di Prashanti Nilayam, nello Stato dell'Andhra Pradesh, India, per oltre sessant'anni, durante il quale periodo fondò scuole, collegi e università in diversi stati dell'India, caratterizzati dal binomio di eccellenza accademica e l'alto standard di educazione etica e morale. Autore di libri e centinaia di discorsi, Sathya Sai Baba diceva che *“La buona educazione è quella che insegna come ottenere la pace del mondo; come distruggere la ristrettezza mentale e promuovere l'unità, l'eguaglianza e la coesistenza pacifica fra gli esseri umani.”*

Promuovere una più profonda comprensione della base comune di ogni religione e dei valori da esse condivisi è stato per decenni un caposaldo dell'educazione Sathya Sai. Egli asseriva che i valori universali di verità, retta azione, pace, amore e non violenza non appartengono a nessuna religione in particolare ma sono il respiro vitale stesso dell'uomo, e che in loro assenza la vita perde di significato, senso e valore.

Intendendo un alto grado di integrità in cui ogni pensiero, parola e azione sono unificati e allineati alla coscienza, Sathya Sai Baba:

- ❖ enfatizzava l'importanza del carattere – che, nelle sue parole, costituisce il ‘fine dell'educazione’, e
- ❖ si rifece al poeta Tennyson⁴ dicendo che *il rispetto di sé, la conoscenza di sé, e il controllo di sé sono tra gli obiettivi principali di una vita retta, fondamento della salute e del benessere dell'umanità.*

Il programma di 'Educazione ai Valori Umani Sathya Sai', conosciuto anche come “Educare”, è stato elaborato con la consapevolezza che un processo di educazione a tutto tondo implica la trasmissione della conoscenza perfezionata dalle virtù umane. Afferma che la pratica della virtù può essere sollecitata con ottimi risultati quando l'insegnamento è permeato dai valori e completato da un programma ‘tetto ai desideri’.

“Che cos'è la cultura? Voi pensate che sia uno stile di vita. No. La cultura è ciò che trasforma la vita in una vita ideale.”

1. La citazione esatta dice: “Riverenza del Sé, Conoscenza del Sé, Controllo del Sé – solo questi tre conducano l'uomo al potere sovrano.” (31 dicembre 1984).

IN SINTESI

*“Il fine della saggezza è la libertà. Il fine dalla cultura è la perfezione.
Il fine della conoscenza è l'amore. Il fine dell'educazione è il carattere”.*

È tendenza comune osservare lo scorrere dell'esistenza alla stessa stregua che si osserva l'andare e il venire delle onde del mare, intrattenuti e talvolta divertiti dal loro movimento, dimentichi che a pochi metri di profondità c'è un'enorme porzione di vita ancora tutta da esplorare. Alcuni fortunati passanti scelgono di tentare la propria fortuna e di tuffarsi nel profondo dei suoi misteri per assicurarsi gli invisibili tesori della vita celati ai nostri occhi come delle preziose perle nascoste sul fondale. È in questa luce che il programma ai Valori Umani Sathya Sai vorrebbe innescare lo spirito d'indagine nell'alunno, motivandolo ed incoraggiandolo ad intraprendere il viaggio della vita con fiducia e coraggio. Imparare che esiste un punto centrale dentro di sé, scrigno di risorse interiori e immensi valori, offre ai ragazzi che hanno partecipato al percorso SSEHV, un punto di riferimento costante e sicuro a cui rivolgersi in ogni momento per trovare risposte e ispirazione. Il seme di una più completa comprensione di sé, e di una maggiore consapevolezza spirituale è stato piantato.

Il messaggio che si vuole dare a genitori, insegnanti ed educatori è che non devono accontentarsi di buoni risultati nello studio, e dell'apprendimento di conoscenza e abilità. Devono impegnarsi nell'individuare un sistema educativo capace di sviluppare il meglio che vi è in ogni bambino, affinché figli e alunni realizzano il loro pieno potenziale. Una scelta che dovrebbe scaturire dal fatto che *imparare per il bene della conoscenza stessa, studiare in modo da conoscere i segreti della Natura e della vita, educarsi per poter crescere nella consapevolezza, disciplinarsi per poter essere 'Maestri di se stessi', per superare i propri limiti, le proprie incapacità e ignoranza, per prepararsi ad avanzare nella vita verso una meta più nobile e più vasta, più generosa e più vera,... non è una utopia.* - La Madre, Educazione parte I - 1989

La flessibilità del programma e l'universalità dei valori umani di Verità, Retta Azione, Pace, Amore e Non violenza, lo rendono compatibile a tutte le culture. I suoi obiettivi sono olistici ed integrali. Non solo eleva lo sviluppo della personalità umana chiudendo il cerchio dell'investigazione esteriore con l'indagine interiore, ma promuove la cooperazione tra persone, l'unità e la pace nel mondo.

Il programma ai Valori Umani Sathya Sai può essere applicato sia direttamente, adottando un curriculum valoriale, sia indirettamente, integrando una messa a fuoco valoriale nel curriculum ministeriale. Inoltre, può essere fonte di ispirazione per un numero infinito di attività co-curricolari. Insegnanti e i genitori insieme, formati in SSEHV, hanno in mano la chiave della sua efficacia. Il loro impegno di praticare i valori nelle loro vite, e rispettarli in pensiero, parola e azione, sarà garante dell'impatto che avrà sui fanciulli, che imiteranno l'esempio ricevuto.

Il programma ai Valori Umani Sathya Sai :

- Invita i bambini ad osservare (WATCH) le proprie parole, (Words), azioni (Actions), pensieri (Thoughts), carattere (Character) e cuore (heart);
- Promuove la fiducia nel proprio Sé più profondo, i.e. nella Vita;
- Enfatizza che l'educazione è per la vita e non solo per guadagnarsi da vivere, e
- Asserisce che vi è un potenziale di eccellenza umana in ogni bambino

“Spesso, senza rendersene conto, il mondo ha un desiderio, spesso inespresso, per un ideale e per dei valori che definiremo 'moralì'. È pertanto il nobile compito dell'educazione incoraggiare ciascun individuo, di agire in accordo con le proprie tradizioni e convinzioni e in pieno rispetto al pluralismo, di innalzare le proprie menti e spirito al piano dell'universale e, entro una certa misura, di trascendere loro stessi. Non è affatto una esagerazione della parte della Commissione se vogliamo aggiungere che la sopravvivenza dell'umanità dipende da questo.” Jacques Delors

CONCLUSIONI

SSEHV è un programma educativo aconfessionale, compatibile con ogni cultura, e credo religioso. La sua essenza è universale, e può essere paragonata ad un piccolo seme: quando piantato in suolo locale questo seme germoglia e cresce, sbocciando in armonia con l'ambiente, la cultura e le tradizioni autoctone. Il programma ai Valori Umani Sathya Sai è adattabile ad ogni piano di educazione ministeriale e si offre quale punto d'incontro per le varie tendenze di educazione valoriale che oggi vengono proposte. Sostiene inoltre, la Dichiarazione Universale dei Diritti Umani adottata dalle Nazioni Unite (Art. 26 – Dicembre 10, 1948), che dice:

“L’Educazione sarà diretta al perseguimento del pieno sviluppo della personalità umana e a rafforzare il senso del rispetto per i diritti umani e la libertà fondamentale di ognuno. Promuoverà la comprensione, la tolleranza e l’amicizia tra ogni nazione, razza o credo religioso, e, quindi, le attività delle Nazioni Unite rivolte al mantenimento della pace”.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

Alderman, *Sathya Sai Education in Human Values*, Manuals 1-3, 1995,1996, Sathya Sai Education in Human Values of the U.K.
Delors, *Report to UNESCO of the International Commission on Education for the Twenty-first Century*, 13 December 1999
Global Overview of Sathya Sai Education, (2007) Sri Sathya Sai World Foundation
ESSE Institute Seminars
Jareonsettasin, *Sathya Sai Education, Philosophy and Practice*, International Institute of Sathya Sai Education, Thailand189
Pitre, *An Insight to Sathya Sai Education*, books 1-6, Institute of Sathya Sai Education (Mumbai)
Taplin & Devi, *To Teach Not To Punish*, (2004), Institute of Sathya Sai Education Ltd, Hong Kong
The Mother, *Education, parts one and two*, 1989, Sri Aurobindo Ashram Publication Department
The Sathya Sai Education in Human Values Manual for the community, 2001, Sathya Sai Education in Human Values Foundation, California, USA

Per ulteriori informazioni vi preghiamo di contattare: secretary@isseducare.org o di visitare il nostro sito: www.isseducare.org

Programma Educazione ai Valori Umani Sathya Sai - Lista dei Valori

Verità



Accuratezza
Ascolto della propria coscienza
Auto analisi
Auto-consapevolezza
Bontà
Buonsenso
Convincione
Coraggio
Discernimento
Fede
Fedeltà
Fiducia
Fiducia in se stessi
Giustizia
Imparzialità
Integrità
Intuizione
Onestà
Raziocinio
Ricerca della Verità
Rispetto
Saggezza
Sincerità
Sintesi
Essere Veritieri
Unità nella diversità
Unità del Tutto

Retta Azione



Abilità personali

Ascolto della propria coscienza
Attenzione al dovere
Autocontrollo
Buona condotta
Buone abitudini
Buon uso del tempo
Capacità di fissarsi degli obiettivi
Concentrazione
Determinazione
Discernimento
Disciplina
Efficienza
Fiducia in se stessi
Igiene personale
Moderazione e buone abitudini nel mangiare
Pulizia e ordine
Perseveranza
Padronanza di sé
Rispetto per la natura
Tetto ai desideri
Volontà

Abilità sociali

Affidabilità
Buona compagnia
Buon "team-work"
Capacità di gestire conflitti
Carità
Cooperazione
Cortesìa
Gratitudine
Ingegno
Iniziativa
Leadership
Modestia
Obbedienza
Puntualità
Senso dell'onore
Spirito di servizio

Abilità Etici

Attendibilità
Apprezzamento
Bontà
Dedizione
Forza morale
Moralità
Retto agire
Retto pensare
Retto parlare
Riconoscenza
Rinuncia
Tolleranza
Unità di pensiero, parola e azione

Pace



Altruismo
Apertura
Auto-accettazione
Autocontrollo
Armonia
Calmà
Capacità di risolvere conflitti
Comprensione
Contentezza
Dedizione
Disciplina
Distacco
Entusiasmo
Equanimità
Equilibrio
Fede
Felicità
Gioia
Intelligenza
Moderazione
Ottimismo
Pazienza
Purezza
Rispetto per se stessi
Semplicità
Serenità
Sopportazione
Umiltà
Spirito di Servizio
Virtù

Amore



Accettazione
Affetto
Affidabilità
Amicizia
Bellezza
Cortesìa
Compassione
Condivisione
Cooperazione
Cura per il prossimo
Dedizione
Devozione
Disponibilità
Empatia
Fede
Fedeltà
Fiducia
Generosità
Gioia
Gratitudine
Patriottismo
Perdono
Premura
Rispetto
Rispetto per se stessi
Riverenza
Sollecitudine verso gli altri
Solidarietà
Sopportazione
Umiltà
Saggezza

Non violenza



Amore incondizionato
Amore universale e altruistico
Attenzione e premura per la vita in senso lato
Benevolenza
Cooperazione
Compassione
Comprensione
Comprensione della interdipendenza della vita
Coscienziosità
Giustizia Sociale
Innocuità
Indulgenza
Neutralità
Riconoscimento e apprezzamento per altre culture e religioni
Rispetto e riverenza per il pianeta e l'ambiente naturale
Sacrificio
Senso civico
Tetto ai desideri
Tolleranza
Unità
Unità nella diversità
Saggezza