Pensiero = Immaginazione

Possiamo utilizzare il potere del nostro pensiero per immaginare qualunque cosa.

Queste illustrazioni ci mostrano come i pensieri possano anche avere un'altro tipo di potere: la potenza di immaginare qualunque cosa. Ognuno di noi ha dei pensieri. Il più delle volte i nostri pensieri sono diversi da quelli di chiunque altro. Da dove arrivano i nostri pensieri? Arrivano da noi! Non possono arrivare da nessun altro o da null'altro, anche se non ci rendiamo conto che siamo proprio noi ad inventarli! Nessuno sa la ragione per cui alcuni pensieri ci spuntano in testa. Talvolta i nostri pensieri riguardano ciò che vediamo intorno a noi. Non sempre però! A volte inventiamo i nostri pensieri come se, nella nostra testa, dipingessimo delle immagini su cose differenti. Questa è la nostra immaginazione! Arriva dai nostri pensieri e possiamo utilizzarla per ideare le cose più straordinarie.

Di seguito alcune domande da porre e su cui discutere con gli studenti:

- Cosa credi che il bambino stia tenendo tra le mani? (indicate l'illustrazione a pag. 6)
- Vi siete resi conto che non tutti hanno avuto lo stesso pensiero su ciò che ha in mano? (Una tavola da surf giocattolo). Secondo voi perché?
- A cosa pensate che il bambino stia pensando mentre gioca con la sua tavola da surf giocattolo?
- Cosa pensate che potrebbe immaginare? [Girate la pagina successiva per saperlo]
- Secondo voi sembra che il bambino si stia divertendo, anche se sta solo facendo finta di essere in spiaggia a cavalcare le onde? Guardate come sembra calmo e tranquillo!

Chiedete agli studenti di immaginare cosa piacerebbe fare a loro per divertirsi. Dopo qualche istante, invitateli a descrivere cosa hanno immaginato. Mentre a turno descrivono, chiedete al gruppo:

- Potete immaginare quello che il vostro compagno sta descrivendo?
- Come vi sentite quando vi immaginate mentre vi divertite?

Discussione

Vedete quanto sono potenti i Pensieri? Essi ci possono aiutare a stare bene anche quando, di fatto, non stiamo facendo nulla di divertente. Quando utilizzate i vostri pensieri per immaginare, state facendo la stessa cosa che fa il bambino nell'immagine, con la differenza che i vostri pensieri vi stanno rilasciando un sentimento di felicità o eccitamento (o qualunque cosa essi vi abbiano proposto). Ogni volta che vogliamo, possiamo immaginarci a fare surf o a starcene sdraiati su una spiaggia o (menzionate ciò che hanno pensato gli studenti) e questi pensieri ci possono far stare bene. Possiamo utilizzare il pensiero per farci sentire bene. Esso può anche farci star male. Sta a noi scegliere quale ascoltare se impariamo a comprendere i nostri pensieri.