



DISCERNING LEADERSHIP

MINISTRY FOR SERVICE AND RESPONSIBILITY

Coltivare una cultura dell'ascolto



Coltivare una cultura dell'ascolto

*Disposizioni e pratiche:
I cinque modi di ascoltare
(basati sui livelli di ascolto, Otto Scharmer e il Presencing Institute)*

❖ Partendo dalla mia esperienza personale

Essere ascoltati

→ Riflessione Personale e Annotazione sul proprio quaderno (4 minuti)

Ripensa a una conversazione o esperienza in cui ti sei sentito/a davvero ascoltato/a:

- Come ti ha fatto sentire?
- Che impatto ha avuto quell'esperienza sulla tua relazione e/o sul risultato?
- Quali elementi (comportamenti, attitudini, atteggiamenti...) hanno reso il tuo interlocutore più capace di ascoltarti?

Se non ti viene in mente nessuna situazione particolare, pensa a una persona che ritieni sia davvero brava ad ascoltare. Cosa la rende così brava ad ascoltare?

❖ Tornando alla nostra esperienza

Non essere ascoltati

→ Riflessione Personale (3 minuti)

Ricorda una conversazione in cui non ti sei sentito ascoltato:

- Come ti ha fatto sentire quell'esperienza?
- Che impatto ha avuto? Sulla relazione, sul risultato...
- Quali comportamenti o atteggiamenti hanno reso la persona incapace/meno capace di ascoltare?

❖ Alcune prospettive per aiutarci a coltivare una presenza più profonda

I 5 modi di ascoltare

- Coltivare il nostro terreno. L'importanza di preparare il terreno per l'ascolto sinodale e la condivisione
- Fare spazio alla grazia. Notare dove abbiamo difficoltà e chiedere la grazia di cui abbiamo bisogno per aiutarci ad ogni livello

Crescere nella consapevolezza dei diversi modi di ascoltare

al servizio di una connessione più profonda e di una risposta più discernente

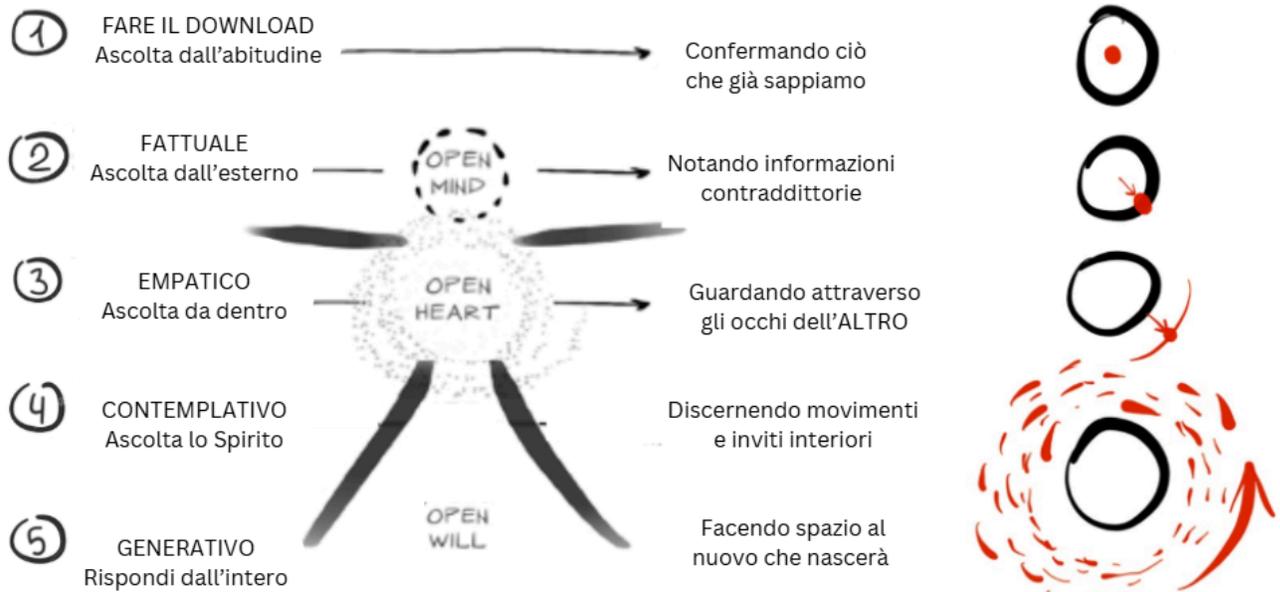
Osare “vedere” l'un l'altro - dalle meditazioni del ritiro di padre Timothy Radcliffe

«Il fondamento di tutto ciò che faremo in questo Sinodo dovrebbe essere l'amicizia che creeremo. Non sembra granché. Non farà notizia sui media. 'Sono venuti fino a Roma per stringere amicizie! Che spreco!' Ma è attraverso l'amicizia che passeremo dall'io al noi. Senza di essa, non otterremo nulla.

L'*Instrumentum Laboris* fa riferimento alla solitudine di molti sacerdoti e al “loro bisogno di cura, amicizia e sostegno”. Anche la vocazione genitoriale può essere solitaria e necessita di amicizie durature.

Abbiamo il compito creativo di stringere amicizie improbabili, specialmente con persone con cui non siamo d'accordo. L'amicizia fiorisce quando osiamo condividere i nostri dubbi e cercare insieme la verità. Che senso ha parlare con persone che sanno già tutto o che sono completamente d'accordo con noi?

Il fondamento dell'amicizia è semplicemente stare insieme. È il piacere della presenza dell'altro. (...) Se stiamo insieme in questo modo, ci vedremo come se fosse la prima volta!»



Inspired and adapted from Otto Scharmer's work on Theory U and the levels of listening

Ora capisco che ci sono due melodie che suonano,
una sotto l'altra, una più facile da sentire, l'altra
più bassa, costante, forse più fedele perché meno udibile,
ma sempre presente.

(...)

Voglio rimanere in quella musica senza sforzo né copertura.
Se la verità delle nostre vite è ciò che sta suonando,
mi fermo e mi fermo ancora per ascoltare la seconda musica.
Ci metto l'orecchio come farei con un cuore.

Estratto da "The Second Music" di Annie Lighthart

- Dalle meditazioni del ritiro - P. Timothy Radcliffe

«Nel suo libro sull'amicizia spirituale, Sant'Aelred di Rievaulx, abate cistercense del XII secolo, scrisse: "Eccoci qui, tu ed io, e spero che Cristo sia il terzo con noi. Nessuno può interromperci ora... Quindi vieni, caro amico, rivela il tuo cuore e dì ciò che pensi.»

- Parte III - 16. Verso una Chiesa che ascolta e accompagna

Mettere Gesù al centro della nostra vita richiede un certo grado di svuotamento di sé. In questa prospettiva, prestare ascolto significa essere disposti a «decentrare» se stessi per lasciare spazio all'altro. Si tratta di un esercizio ascetico impegnativo che obbliga ciascuno a riconoscere i propri limiti e la parzialità del proprio punto di vista.

L'ascolto ha un significato cristologico: significa adottare l'atteggiamento di Gesù nei confronti delle persone che incontrava.

❖ Un momento di integrazione e condivisione

Riflessione Personale (4 min)

- Quali spunti della conversazione odierna mi hanno particolarmente colpito?
- In che modo queste prospettive sull'ascolto possono migliorare concretamente il mio ruolo e il mio obiettivo condiviso? Cosa vorrei mettere in pratica per andare avanti?

Ascoltarsi l'un l'altro (8 min)

Procedimento in coppia/triade:

- Scegliere un cronometrista (ogni persona avrà 3 minuti a disposizione).
- Quando una persona parla, gli altri ascoltano attentamente senza interrompere.
- Una volta che la prima persona ha finito, l'altra persona segue in modo simile.
- Nel tempo rimanente, condividete brevemente ciò che vi ha colpito mentre ascoltavate gli altri.

❖ Preghiera di chiusura

Apri le nostre orecchie, Signore, tutto il nostro essere,
affinché possiamo diventare una presenza che ascolta gli altri.

Dacci la generosità di ascoltare con apertura.

Concedici la curiosità di un bambino

La saggezza per comprendere ciò che viene ascoltato

La gioia di celebrare nuove scoperte

La prudenza per sapere quando non parlare

La resa che apprezza il silenzio dopo le parole

La forza per essere cambiati da ciò che viene condiviso

Ravviva in noi la libertà di lasciare che il mistero sia

Concedici la grazia di ascoltare con umile amore

Il timore reverenziale di sentirti parlare in noi.