

*Possiamo iniziare ascoltando la Parola del Signore.
Lo legge un componente della famiglia.*

Ascoltiamo la Parola del Signore dal Vangelo secondo Matteo (Mt 13,3-9.13-15)

Gesù parlò loro di molte cose in parabole. E disse: «Ecco, il seminatore uscì a seminare. E mentre seminava una parte del seme cadde sulla strada e vennero gli uccelli e la divorarono.

Un'altra parte cadde in luogo sassoso, dove non c'era molta terra; subito germogliò, perché il terreno non era profondo. Ma, spuntato il sole, restò bruciata e non avendo radici si seccò.

Un'altra parte cadde sulle spine e le spine crebbero e la soffocarono.

Un'altra parte cadde sulla terra buona e diede frutto, dove il cento, dove il sessanta, dove il trenta.

Chi ha orecchi intenda».

Staremo qualche istante in silenzio rileggendo e ripensando a ciò che abbiamo ascoltato. Poi se qualcuno lo desidera può rileggere una frase che l'ha colpito o fare una breve riflessione.

Grazie per rendervi disponibili a provare questa semplice esperienza di ascolto reciproco.

*Vi saremo grati se **la risposta alla domanda 7** verrà **condivisa** in parrocchia a questo indirizzo:*

<https://tinyurl.com/2p986b3p>



GRAZIE PER LA VOSTRA COLLABORAZIONE!



Arcidiocesi di Gorizia
Comunità Pastorale Bassa Friulana
tel. 0431 32039
www.chiesabassafriulana.it



Ascoltare

Esperienza
sinodale in famiglia,
piccola Chiesa
domestica

Ricordiamo queste cinque regole d'oro:

1. **Essere empatici**, mettersi nei panni dell'altro.
2. **Non aver paura dei silenzi**, anzi ogni tanto cercarli.
3. **Non procedere per dibattito**, ma per accostamento di prospettive.

4. **Frenare delicatamente i chiacchieroni**, incoraggiare chi parla poco.
5. **Scommettere sulle risorse della famiglia** e sulle sorprese dello Spirito Santo...



Come vivere un'esperienza di ascolto in casa

L'ASCOLTO

L'ascolto è la base di ogni relazione umana, ma è anche un gesto tra i più difficili da attuare correttamente.

Ascoltare significa incontrare l'altro, mettersi nei suoi panni, non essere concentrati su se stessi, tenere presente la persona che mi sta di fronte, senza giudicare o pensare di cambiarla.

Nell'ascolto dovremmo anche lasciar terminare l'altro senza offrire soluzioni o pretendere di sapere quello che ci sta per dire.

NON È FACILE

Ma ascoltare non è sempre facile, perché a volte siamo di fretta, a volte abbiamo paura di essere coinvolti o la presunzione di non essere d'accordo (e avere così la verità in tasca). A volte siamo troppo impegnati a fronteggiare le domande e a preparare le risposte.

PROVIAMO ASSIEME

Proviamo a vivere assieme un momento di ascolto reciproco, con lo stile del "camminare assieme" che la Chiesa

ci suggerisce.

Troviamo un momento tranquillo, con la televisione e altri dispositivi spenti. Ci sediamo attorno a un tavolo o dove è meglio, in modo che tutti possiamo vederci in volto.

COME FARE

Dopo aver ascoltato il Vangelo, staremo qualche istante in silenzio rileggendo o ripensando a ciò che abbiamo ascoltato. Poi se qualcuno lo desidera può rileggere una frase che l'ha colpito o fare una breve riflessione.

ASCOLTIAMOCI

Iniziamo ora il dialogo lasciandoci guidare dalle domande che seguono. Meglio rispondere una domanda alla volta, facendo il giro dei presenti e lasciando qualche istante di silenzio tra una e l'altra.

LE DOMANDE

1. Nella mia famiglia, chi ho più difficoltà ad ascoltare (moglie, marito, figli, parenti eccetera)?
2. Quali sono gli argomenti che fatico di più ad ascoltare (salute, spese, lavoro, figli, lamentele, richieste varie)?
3. Nella mia vita quotidiana quali sono gli ostacoli maggiori per un ascolto profondo?
4. Quando mi sono sentito ascoltato veramente? (racconto un'esperienza positiva di ascolto ben riuscito)
5. Quanto sono disposto ad ascoltare i vicini di casa o le persone che incontro nella mia Comunità?
6. Sono consapevole che il mio tipo di ascolto verso il prossimo è lo stesso che ho verso Dio?

7a. Il Signore mi parla attraverso il suo Vangelo e la sua Comunità che è la Chiesa. Che cosa mi rende difficile ascoltare le parole del Vangelo o le parole della Chiesa?

7b. Come mi piacerebbe che fossero, per ascoltarle meglio?

Ci pensiamo in silenzio qualche istante, poi a turno divideremo la nostra esperienza.