

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

Ascoltiamo la Parola del Signore dal Vangelo secondo Matteo (26,36-41)

Allora Gesù andò con loro in un podere,
chiamato Getsèmani, e disse ai discepoli:
«Sedetevi qui, mentre io vado là a pregare».
E presi con sé Pietro e i due figli di
Zebedèo, cominciò a provare tristezza e
angoscia.

Disse loro: «La mia anima è triste fino alla
morte; restate qui e vegliate con me». E
avanzatosi un poco, si prostrò con la faccia
a terra e pregava dicendo: «Padre mio, se è
possibile, passi da me questo calice! Però
non come voglio io, ma come vuoi tu!».

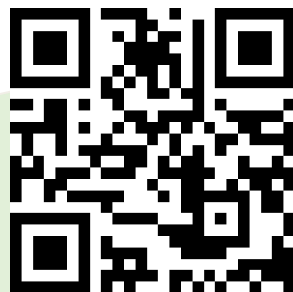
Poi tornò dai discepoli e li trovò che
dormivano. E disse a Pietro: «Così non siete
stati capaci di vegliare un'ora sola con me?
Vegliate e pregate, per non cadere in
tentazione. Lo spirito è pronto, ma la carne
è debole».

*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 “sinodo – camminare
insieme” in famiglia.*

*Vi saremo grati se la risposta alla domanda 6
verrà inviata in parrocchia al seguente indirizzo:*

<https://tinyurl.com/5fu9tyrp>



GRAZIE PER LA COLLABORAZIONE!



Comunità Pastorale Bassa Friulana
Cervignano del Friuli
tel. 0431 32039
www.chiesabassafriulana.it



Dialogare

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...



LE DOMANDE

1. Qual è il mio modo di dialogare (sono irruento o precipitoso, preferisco ascoltare, ecc.)?
2. Qual è o qual è stato in questo ultimo periodo il mio modo di dialogare in famiglia (o in comunità)?

Come dialoghiamo in famiglia

PER COMUNICARE

Per comunicare tra due o più persone serve il dialogo che, se impostato correttamente, può portare al confronto costruttivo e dare molti frutti. Se non è impostato correttamente, invece, può portare alla discussione, al silenzio di uno dei due o addirittura sfociare in un litigio.

DIALOGO COSTRUTTIVO

In un dialogo costruttivo cerco di

farmi conoscere, di comunicare le mie idee, i miei sentimenti, i miei pensieri e mi apro il confronto con le diversità dell'altro, ponendo l'attenzione a chi ho di fronte. Accolgo e ascolto le proposte, le situazioni, gli stati d'animo e sono pronto a mettermi in discussione.

Il dialogo può essere uno strumento per capirci meglio, ma non deve diventare il momento di critica, offesa o tentativo di cambiare l'altro o le sue idee.

PAURE

A volte però abbiamo delle difficoltà ad aprirci al dialogo, difficoltà che derivano dalle paure che portiamo dentro di noi: la paura di confrontarsi, di essere giudicati, di scontrarsi con idee opposte, la paura di dover reprimere ciò che desidero. Oppure la paura di non essere all'altezza o di essere rifiutato.

Ma se riusciamo ad imparare a dialogare serenamente e profondamente, diventiamo più coppia (tra gli sposi), più famiglia (con i figli) e più aperti verso la comunità.

PROVIAMO !

Proviamo a vivere assieme un momento di dialogo 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.

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.

3. Come mi sento quando riesco ad instaurare un buon dialogo?

4. Riesco, nel dialogo, ad ascoltare ed accogliere le diversità dell'altro?

5. Nella mia preghiera, quando riesco meglio a dialogare con Dio (in quali situazioni ad esempio, ecc.)?

6. Quali sono i luoghi e le modalità di dialogo all'interno della nostra parrocchia?

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