


CONVERSAZIONE SPIRITUALE

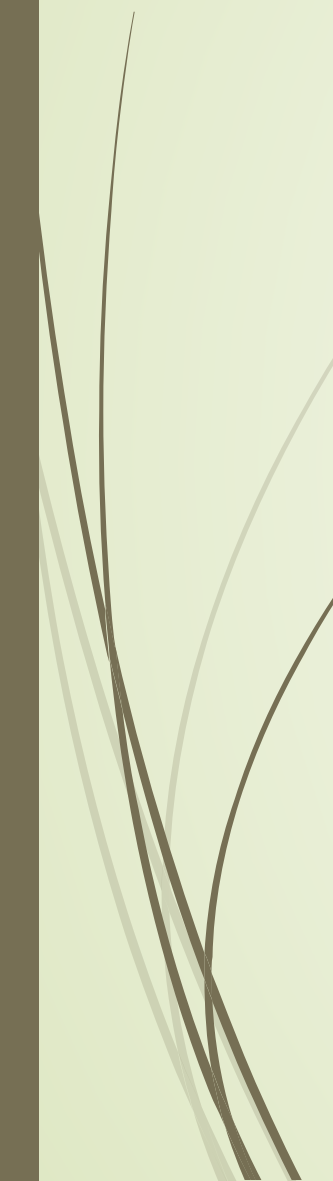
PARROCCHIA BUON PASTORE



CONVERSAZIONE s. f. [dal lat. *conversatio -onis* «il trovarsi insieme», der. di *conversari*: v. *conversare*²]. – **1. a.** Il trovarsi insieme di più persone per conversare; ritrovo, circolo: *c. di artisti, di intellettuali; c. mondane; frequentare le c.; essere ricercato nelle c.*; ormai disus. *tenere conversazione*, tenere salotto, **ricevere in casa ospiti per ritrovo**, spec. la sera; *saper stare in conversazione*. **b.** Più comunem., il fatto di **conversare, amichevole colloquio di più persone**: *fare un po' di c.; partecipare alla c.; una c. piacevole, animata, briosa, frivola, noiosa; la c. languiva*. Anche, colloquio in senso generico: *ho avuto una lunga c. con il segretario dell'ente; c. telefonica*. **c.** Nel linguaggio diplomatico, *conversazioni* (fr. *pourparlers*), **gli incontri privi di carattere formale di due o più persone**, organi di rapporti internazionali, in cui si scambiano idee su affari correnti o su particolari problemi. **d.** Il modo di conversare: *persona di c. arguta, spigliata*. **e.** Locuz. particolari: *lingua di c., la lingua dell'uso quotidiano* (detta anche *lingua* o *linguaggio colloquiale*), contrapposta alla lingua scritta, letteraria; *manuale di c.*, contenente le frasi e le espressioni di una data lingua di uso comune nel parlare quotidiano; *quadri di c.*, genere di pittura originario dei Paesi Bassi e assai diffuso in Inghilterra nei secoli 17° e 18° (*conversation pieces*), raffigurante gruppi di persone riunite come in conversazione o in varî atteggiamenti di vita familiare; *sacra c.*, rappresentazione pittorica della Madonna con Bambino, insieme con figure di santi e anche di altri personaggi riuniti e atteggiati come per una conversazione. **2. a.** Breve discorso su argomento letterario, scientifico o di attualità: *tenere una c. alla radio, al circolo di cultura*. **b.** Al plur., titolo di opere contenenti saggi, note, divagazioni: *le «Conversazioni critiche» di Benedetto Croce*. **3. ant. a.** **Familiarità, pratica, dimestichezza**. **b.** **Convivenza, comunanza di vita**: *la c. umana* (Leopardi). **c.** Contegno, costume di vita: *due buoni e giusti uomini e di santa vita e c.* (G. Villani). ◆ Dim. **conversazioncèlla, conversazioncina**.





SPIRITUALE: ciò che ha a che fare con lo Spirito di Dio e lo spirito dell'uomo. È la parte più nascosta e più profonda, ma più vera di noi stessi dove Dio e l'uomo si incontrano




LA CONVERSAZIONE SPIRITUALE:

Colloquio che abbia toni molto familiari, informali dove c'è una condivisione e una comunanza di vita animata dallo Spirito di Dio presente e coabitante con lo spirito dell'uomo.

- 
- Capacità di ascolto di se e degli altri
 - Attenzione ai movimenti spirituali in se stessi e nell'altra persona
 - Attenzione alla qualità delle parole dette
 - Clima di fiducia
 - Rispetto, accoglienza, ospitalità verso l'altro così com'è
 - Attenzione alla persona che stiamo ascoltando
 - Attenzione a noi stessi e a ciò che stiamo sperimentando a livello spirituale



*Cosa sta succedendo
nell'altra persona e in me,
e come sta lavorando il
Signore qui?*





ATTEGGIAMENTI NECESSARI:

1. ASCOLTO ATTIVO

2. PARLARE CON IL CUORE

ASCOLTO ATTIVO:

- ✓ Cercare di capire l'altro così come sono, quello che dice, quello che intende, e potrebbe vivere a livello profondo
- ✓ ascoltare con cuore aperto e ricettivo
- ✓ Prestare attenzione ai diversi livelli di espressione dell'altro
- ✓ Ascoltare l'altro senza concentrarsi su ciò che diremo dopo
- ✓ Accoglierlo senza giudicarlo indipendentemente da ciò che pensiamo della persona o da ciò che ha detto
- ✓ Credere che lo Spirito Santo ci parla attraverso l'altra persona
- ✓ Accogliere l'altro nella sua unicità
- ✓ Imparare dall'altro
- ✓ Prendere sul serio gli altri con atteggiamento di umiltà, apertura, pazienza.

PARLARE CON IL CUORE:

- ✓ Esprimere sinceramente se stessi, la propria esperienza, i propri sentimenti e pensieri
- ✓ Parlare della propria esperienza, di ciò che si pensa e si sente
- ✓ Assumersi la responsabilità di ciò che diciamo e sentiamo
- ✓ Condividiamo la verità come la vediamo senza imporla
- ✓ È offrire se stessi all'altro dopo essere stati ascoltati
- ✓ Abituarsi a discernere e conoscere se stessi e Dio presente nella tua vita


IN SINTESI:

- a) Conoscenza di se e di Dio
- b) Conoscenza e consapevolezza dell'esperienza di Dio nella mia vita
- c) Costante ascolto dello Spirito che agisce e parla in me attraverso gli eventi della vita
- d) Attenzione all'altro come un altro IO
- e) Ascolto libero, umile, ricettivo dell'altro senza pregiudizi
- f) Apertura del cuore alla condivisione reciproca dell'esperienza di Dio nella nostra vita
- g) Condivisione delle proprie idee o sussulti dello Spirito senza imporsi o necessariamente creare dibattito

Svolgere una conversazione spirituale:

I passi fondamentali Tempo stimato: Circa 2 ore

- 1. Preparazione:** Prima di arrivare alla riunione di gruppo, i partecipanti svolgono un tempo di preghiera personale e di riflessione sul tema in questione. Di solito vengono fornite alcune informazioni di base e alcuni punti e domande per la preghiera. Un tempo adeguato di circa 30 minuti fino a 1 ora può essere messo da parte per questo. Alla fine del periodo di preghiera, i partecipanti fanno un bilancio dei frutti della loro preghiera e decidono cosa condividere con il gruppo.
- 2. Riunione:** Idealmente ogni gruppo può comprendere circa 6-8 persone. Viene nominato un facilitatore per la riunione del gruppo e lui o lei accoglie tutti i partecipanti. Si dice una preghiera di apertura e ogni persona può condividere una o due parole che descrivono il suo stato interiore in quel momento. Il facilitatore può anche ricapitolare brevemente la sequenza dei passi come sotto. Di solito si richiedono anche dei volontari per prendere appunti e tenere il tempo.
- 3. Il primo giro:** Ogni persona a turno racconta cosa è successo durante il tempo di preghiera personale e condivide i frutti della sua preghiera. A tutti viene data la stessa quantità di tempo per parlare (ad esempio 3 minuti). L'attenzione è quella di ascoltarsi l'un l'altro piuttosto che pensare semplicemente a ciò che si vuole dire. I partecipanti sono invitati ad aprire i loro cuori e le loro menti per ascoltare chi sta parlando ed essere attenti a come lo Spirito Santo si muove. Tra una persona e l'altra, il gruppo può fare una breve pausa per assorbire ciò che è stato detto. Durante questo giro non ci sono discussioni o interazioni tra i partecipanti, tranne che per chiedere chiarimenti su una parola o una frase, se necessario.
- 4. Silenzio:** Si osserva un tempo di silenzio, durante il quale i partecipanti osservano come si sono sentiti coinvolti durante il primo turno, cosa li ha colpiti mentre ascoltavano, e quali sono stati i punti notevoli di consolazione o desolazione, se ce ne sono stati.



5. Il secondo turno: I partecipanti condividono ciò che è emerso in loro durante il tempo di silenzio. Nessuno è obbligato a parlare, e i partecipanti possono condividere spontaneamente senza un ordine particolare. Questo non è un momento per discutere o confutare ciò che qualcun altro dice, né per tirare fuori ciò che i partecipanti hanno dimenticato di menzionare nel primo turno. Piuttosto, è un'opportunità per rispondere a domande come:

- Come sono stato influenzato da ciò che ho sentito?
- C'è un filo conduttore in ciò che è stato condiviso? Manca qualcosa che mi aspettavo venisse detto?
- Sono stato particolarmente toccato da una specifica condivisione?
- Ho ricevuto una particolare intuizione o rivelazione? Di cosa si tratta?
- Dove ho sperimentato un senso di armonia con gli altri mentre condividevamo l'uno con l'altro?

Questo secondo giro permette al gruppo di rendersi conto di ciò che li unisce. È qui che i segni dell'azione dello Spirito Santo nel gruppo cominciano a manifestarsi, e la conversazione diventa un'esperienza di discernimento condiviso.

6. Silenzio: Un altro tempo di silenzio è osservato per i partecipanti per notare come sono stati mossi durante il secondo turno, e in particolare quali punti chiave sembrano emergere nel gruppo.

7. Il terzo turno: I partecipanti condividono ciò che è emerso dal precedente tempo di silenzio. Possono anche prendere nota dei modi in cui lo Spirito Santo può muovere il gruppo. Una preghiera di ringraziamento può concludere la conversazione.

8. Revisione e relazione: Infine il gruppo può brevemente rivedere e riflettere su come la conversazione si è svolta, e decidere i punti principali che riporteranno dalla conversazione.