

Comunicare il sorriso di Dio

Proposta per oggi VENERDI' 1 MAGGIO 2020

parlare e sentirsi ascoltati è un'esperienza molto appagante, e se avremo l'impressione che l'altro ci stia veramente capendo, toccheremo il cielo con un dito.

Oggi proviamo a salire un altro gradino nella scala dell'ascolto profondo: **la comprensione della realtà dell'altro.**

Lo so, viviamo tutti sul Pianeta Terra; ma in realtà ognuno di noi nasce, cresce e vive in **un mondo tutto suo.**

Il mio mondo è diverso dal tuo.

Il tuo mondo è diverso da quello di tuo figlio, come quello del tuo collega è completamente diverso dal tuo. E anche il tuo coniuge non è nato né cresciuto nel tuo stesso mondo: ha avuto una famiglia e delle esperienze completamente diverse dalle tue.

Oggi, o la prossima volta che ne avrai l'occasione, ti chiedo di provare a fare qualcosa di cui abbiamo già parlato riguardo all'empatia, ma credo che non lo faremo mai abbastanza: **prova ad immaginare il mondo dell'altro.**

Lui ti racconta qualcosa, ma c'è un mondo dietro alle sue parole.

Ecco qualche spunto che potrà aiutarti in questo viaggio:

Cosa sta vivendo? Qual è la battaglia che sta combattendo?

Quali difficoltà mi sta comunicando con quelle parole?

Quale richiesta di aiuto può esserci in ciò che mi sta dicendo?

Ti sta parlando di quella cosa attraverso il suo modo di percepirla: prova anche tu a vederla immaginando di essere nei suoi panni.

Fai anche attenzione alle cose che sta cercando di dirti con l'espressione del suo viso, con le mani e con il corpo.

E se dice qualcosa che non condividi, non obiettare: sarà l'occasione perfetta per metterti completamente nelle sue scarpe e provare a comprendere il suo punto di vista.

Ma, scusa, c'è qualcosa che non mi quadra: prima ci dici di spegnere Radio NST, e ora ci chiedi di farci tutte queste domande mentre stiamo ascoltando? Non saranno un'ennesima distrazione?

Credo che tante volte te le sei poste mentre dialogavi e non ti sono state d'ostacolo, anzi. Se invece non sei abituato ad ascoltare in questo modo, subito potrà sembrarti innaturale, ma via via che ti eserciterai, diventerà un'abitudine mentale, un po' come quando hai imparato a guidare: all'inizio ti sembrava impossibile guardare la strada, vedere i cartelli e mettere la marcia contemporaneamente, ma dopo un po' hai iniziato a farlo in modo automatico.

Vedrai: con questo atteggiamento interiore, anche parlare con il tuo familiare o il tuo amico più stretto potrà essere **un'esperienza completamente nuova**; tanto più se parlerai con qualcuno ancor più distante.

Buona festa, pensando e pregando per coloro che in questo momento stanno lottando per il loro lavoro.

Alcune persone riescono a percepire e a toccare la nostra anima comprendendo anche quello che a parole non viene detto, una grande dote, quella che solo pochi possiedono... la sensibilità.

Aforismi ©

V. Murano

**Se giudichi le persone,
non avrai tempo per
amarle.**

(Madre Teresa di Calcutta)

A domani,

FRASIMANIA

