

## IL METODO DELLA CONDIVISIONE

- E' importante che ogni gruppo individui un segno di inizio e un segno di fine: cominciare e terminare con una preghiera, un momento di silenzio, un canto, una poesia..., che segnano il tempo della condivisione stessa come una liturgia che racchiude una "comunicazione sacra".
- Il gruppo definisce all'inizio dell'anno l'argomento di ogni incontro che può essere introdotto volta per volta da una testimonianza (esterna o interna al gruppo) o dalla lettura di un testo. La prima parte di ogni incontro è dedicata quindi all'ascolto degli spunti forniti seguito dalla condivisione vera e propria.
- Si fa un giro durante il quale tutti possono esprimersi; chi non desidera parlare può restare in silenzio e saltare il proprio turno, ma è molto importante dirlo comunicandolo al gruppo, in modo che non ci si aspetti che si esprima chi non desidera farlo. Il silenzio così diventa partecipato e vivo, mentre il silenzio non espresso dà a chi non lo esprime un ruolo di spettatore estraneo alla condivisione, come se si volesse entrare in acqua senza bagnarsi. Il gruppo condivide così le fatiche e i sollievi di tutti coloro che partecipano.
- Raccontare la propria esperienza personale è un dono che ci facciamo gli uni gli altri con questo spirito: "Se raccontiamo una sofferenza, questa diminuisce, se raccontiamo una gioia questa aumenta" (don Tonino Bello).
- E' molto importante ascoltare senza interrompere la persona che parla, senza rispondere o fare domande, non giudicare quello che l'altro sta raccontando: nel bene o nel male un'esperienza di vita è una verità in sé, molto importante per chi l'ha vissuta.
- Nel gruppo ognuno si impegna in un patto di discrezione: "Io mi impegno a non raccontare banalmente in giro quello che ascolto"; potrò eventualmente parlarne in terza persona a scopo di testimonianza senza alcun riferimento alla persona.
- E' utile essere coscienti del tempo a disposizione.
- E' importante dare ad una persona del gruppo l'incarico di vegliare sul tempo e sul metodo della condivisione e di intervenire quando si scivola nel dibattito. Questa funzione è un esercizio di autorità delegata e a tempo, che dura lo spazio di un incontro e può cambiare di volta in volta, o di anno in anno per i gruppi che sono in un cammino permanente.
- Nel corso di ogni incontro uno dei componenti annota le "perle" ossia quelle frasi o espressioni significative emerse dalla condivisione. Anche questo è un passaggio senza giudizio che permette di valorizzare quanto il gruppo ha permesso di vedere e sentire sul tema della giornata. Le perle non hanno un autore o una autrice proprio perchè sono il frutto del tempo di condivisione che ci si è dedicati.
- Dopo la chiusura (per alcuni gruppi in apertura) dell'incontro ci si dedica del tempo di condivisione conviviale, ossia pranzo o cena insieme condividendo quanto ognuno ha portato, il tempo delle chiacchiere e dello stare insieme semplicemente.