

Sínodo sobre la sinodalidad

Fundamentos para la escucha

- 1 Establece las directrices clave al principio de la sesión. Los facilitadores deben presentarse. Los demás pueden presentarse, si lo desean, cuando les toque hablar.
- 2 Asegúrate de decir a todos los presentes en tu "sesión de escucha" que cada persona tendrá la oportunidad de hablar. Los demás se limitarán a escuchar sin criticar ni ponerse a la defensiva. Es **muy muy importante que la gente no haga comentarios**. Las sesiones no pretenden ser conversaciones, sino momentos de escucha sincera. Cada persona debe hablar de lo que tiene en su mente y en su corazón y no utilizar su tiempo de palabra para comentar la experiencia de otra persona, sino para hablar con atención de sus propias experiencias. Algunas de estas expresiones pueden ser positivas, otras pueden ser negativas. No pasa nada.
- 3 Nadie debe tomar notas cuando la gente está hablando. Se recomienda que en cada mesa haya una persona encargada de tomar notas cuando la persona termine de hablar. Considera un momento de silencio.

A - Preguntar (Ask): Si pudieras hablar con el Papa Francisco personalmente, ¿de qué hablarías?

L - Escuchar (Listen): Estamos llamados a ser oyentes activos que buscan comprender con el conocimiento de que cada persona ha sido creada a imagen de Dios. Escuchar requiere autoconciencia, ya que todos tenemos nuestras opiniones propias y fuertes sobre diversos temas. Cuando escuchamos con el corazón, las personas perciben que son escuchadas, no juzgadas: se sienten libres de contar sus propias experiencias y su viaje espiritual.

O - Observar: A veces la gente habla de forma no verbal. Ten en cuenta la postura, el tono de voz y las expresiones faciales del orador. Intenta evitar cualquier tipo de reacción negativa ante lo que se dice. Lo nuestro no es juzgar, sino ser un instrumento de paz.

H - Oír (Hear) con tu corazón (Heart): La comprensión requiere compasión. Puede que no estemos de acuerdo con el 90% de lo que se dice, pero nos esforzamos por comprender y formar una asociación compasiva.

A - Pregunta de nuevo (Ask again), si no se entiende lo que se dice. Puede que tengas que preguntar al orador "dime si lo he entendido bien" para asegurarte de que la persona que toma las notas entiende claramente el mensaje. Nunca preguntes "¿por qué?" Es una pregunta sin final. "A" también puede significar "Pedir perdón" (Apologize). Si alguien ha sido herido, el facilitador puede ser un instrumento de curación simplemente diciendo: "Lo siento".

Se sugieren preguntas o comentarios reflexivos, si es necesario, como por ejemplo: "Te escucho". "Me gustaría conocer los pensamientos que hay detrás de ese sentimiento". "¿Qué significado tuvo eso para ti?" "Estoy seguro de que no eres el único que opina así".

S.O.S. - En un contacto de emergencia disponible para un problema grave. Ver la Guía de recursos. Comprender las cuestiones de Notificación Obligatoria.



For a synodal Church
communion | participation | mission