



segreteria nazionale  
via Urbino 9 -Milano tel – fax 02 36524602

e mail [mcfsegreteria@fastwebnet.it](mailto:mcfsegreteria@fastwebnet.it)

segreteria nazionale gruppi di condivisione  
via S.Rocco 6 – Castello Cabiaglio (VA) tel 0332 435775

[www.comunitaefamiglia.org](http://www.comunitaefamiglia.org)

## I GRUPPI DI CONDIVISIONE: IL METODO

### PREMESSA

Il bisogno di scrivere le righe che seguono nasce dalla forte espansione che hanno avuto i “gruppi di condivisione” promossi dall’associazione Mondo di Comunità e Famiglia e dall’esigenza di raccontare un metodo che aiuti la vita dei gruppi stessi.

Il gruppo di condivisione di Bologna ha iniziato i suoi incontri all’inizio del 2003 ed è quindi anche alla luce dell’esperienza di questi anni che cercheremo di raccontare “cosa” abbiamo fatto e “come” l’abbiamo fatto.

### IL CONTESTO

I “gruppi di condivisione” sono uno strumento di auto promozione della famiglia e della persona che Mondo di Comunità e Famiglia mette a disposizione di tutti coloro che sono interessati a un’esperienza di formazione all’ascolto e all’accoglienza dell’altro. Sono sorti come “raggruppamento” di persone che desideravano approfondire l’esperienza dei “condomini solidali” (esperienze di comunità di famiglie e persone che vivono vicine in uno spirito di sobrietà, tolleranza, accoglienza e mutuo soccorso) per capire, attraverso l’aiuto del gruppo di condivisione, se intraprendere un cammino verso un’esperienza di vita comunitaria.

Col passare del tempo hanno perso questa finalità “mirata” e hanno assunto sempre più caratteristiche di accompagnamento reciproco e aiuto al “discernimento” personale, di coppia, comunitario.

Per “discernimento” intendiamo la capacità di guardare con chiarezza ai propri sogni, ai propri desideri e alle proprie aspirazioni facendo luce in zone d’ombra e aprendo quindi la strada alla realizzazione di sogni, desideri e aspirazioni.

### IL METODO: la teoria

Lo strumento che abbiamo individuato è un metodo basato sull’ascolto dell’altro e sull’assenza di dibattito nella relazione tra i componenti del gruppo; l’ascolto senza giudizio dell’esperienza altrui e la messa in comune con gli altri della propria esperienza di vita permette di aprire nuove strade prima impensate o di proseguire più spediti sulla strada della propria realizzazione (personale o familiare).

La diversità delle storie che si incontrano all’interno di ogni gruppo è lo specchio poliedrico dentro il quale guardare alla propria esperienza, il tempo dedicato all’ascolto - e all’accoglienza- degli altri è la premessa indispensabile per l’ascolto e l’accoglienza di noi stessi.

I gruppi di condivisione hanno quindi l’obiettivo di concorrere alla ricerca della felicità delle persone, delle coppie e delle famiglie consapevoli da un lato che in questa ricerca abbiamo bisogno degli altri e dall’altro che i frutti della nostra felicità aumenteranno tanto più saranno condivisi con gli altri.

### IL METODO: la pratica

Concretamente gli incontri del gruppo di condivisione si svolgono tenendo presenti alcune premesse che riteniamo siano funzionali all’effettiva esperienza dell’ascolto dell’altro:

-ogni incontro è dedicato a un tema che precedentemente il gruppo avrà considerato utile per il proprio cammino

- ciascun membro del gruppo parla a turno cercando di rispettare i tempi che consentano a tutti di intervenire entro un tempo ragionevole
- ognuno parla in prima persona raccontando la propria esperienza e la propria visione rispetto al tema affrontato
- al termine di ogni intervento il gruppo ringrazia chi ha messo a disposizione degli altri un pezzo della propria esperienza di vita
- chi non vuole intervenire e' libero di farlo comunicando, possibilmente, agli altri i motivi
- il gruppo si impegna a non riferire all'esterno cio' che gli e' stato affidato con fiducia se non parlandone in terza persona
- nessuno interrompe o giudica gli interventi degli altri
- non ci si risponde e non si innescano dibattiti

L'incontro si apre e si chiude con un momento di riflessione\animazione sul tema che il gruppo affronta. Questo momento e' curato a turno dai diversi partecipanti che, a seconda della propria sensibilita' e della propria storia, proporranno metodologie e temi differenti (una lettura, una preghiera, un'immagine, un gioco, una danza...). Il tema dei vari incontri e' stabilito in anticipo in modo che ciascuno possa prepararsi per tempo; i temi sono solitamente raggruppati in cicli (annuali o semestrali) al termine dei quali si prevede un incontro dedicato alla verifica del lavoro svolto dal gruppo di condivisione durante quel ciclo.

Prima o dopo l'incontro e' solitamente previsto il pranzo o la cena insieme come preparazione o proseguimento informale (ma altrettanto efficace) della condivisione vera e propria.

Il gruppo sceglie al suo interno dei coordinatori che hanno lo scopo di "facilitare" il gruppo nel suo cammino mantenendo i contatti con i vari partecipanti, predisponendo gli aspetti logistici e favorendo l'auto-conduzione del gruppo nel rispetto del metodo che il gruppo stesso si e' scelto per il proprio lavoro. Per favorire il ricambio dei ruoli e l'assunzione collettiva delle responsabilita' ogni uno\due anni i coordinatori vengono sostituiti da altri coordinatori scelti dal gruppo al proprio interno.

## **LA NOSTRA STORIA**

Il gruppo di condivisione di Bologna ha iniziato il primo ciclo di incontri nel 2003 effettuando da allora 2 cicli di 6 incontri all'anno (di cui uno dedicato alla verifica e uno all'ingresso di nuove persone, alla programmazione e alla scelta dei temi per il ciclo successivo).

I temi affrontati nei 2 cicli sono stati: il lavoro, il denaro, l'accoglienza, la spiritualita', la sobrieta', il dialogo e l'ascolto dell'altro, omogeneita'\diversita'.

Alcune persone del gruppo di condivisione hanno formato parallelamente un "gruppo di lavoro" allo scopo di condividere non solo quello che si e' ma anche quello che si ha secondo il modello del "condominio solidale". Il gruppo si occupa sia della ricerca di strutture idonee ad ospitare un condominio solidale sia della messa a punto di un cammino di formazione (secondo il metodo dei gruppi di condivisione) per chi intende andare a vivere insieme.

Il gruppo di condivisione e il gruppo di lavoro si coordinano attraverso una mailing list, per iscriversi: [liste.comodino.org](mailto:liste.comodino.org) oppure mandare una mail a [acf-bologna@liste.comodino.org](mailto:acf-bologna@liste.comodino.org)

## **MCF \ ACF**

L'Associazione Comunita' e Famiglia (ACF) e' un'associazione di volontariato regionale che promuove e consente la realizzazione delle esperienze di vita comunitaria nei "condomini solidali".

L'associazione Mondo di Comunita' e Famiglia (MCF) e' un'associazione nazionale che raggruppa al suo interno tutte le esperienze nate attorno e accanto ai valori dell'originaria esperienza dei "condomini solidali": raccoglie quindi le esperienze dei condomini solidali, delle comunita' territoriali, dei gruppi di condivisione e delle imprese sociali che si sono sviluppate attorno ai principi della condivisione, del mutuo soccorso tra famiglie e persone, dell'accoglienza, della sobrieta' e dell'impegno personale.

Entrambe le associazioni sono aconfessionali e apolitiche.

Siccome, cronologicamente, MCF e' nata dopo ACF quest'ultima ha avuto in passato il ruolo che oggi ha MCF (che e' nata nel 2003), capita a volte di fare un po' di confusione...

---

**Addio -disse la volpe- ecco il mio segreto.**

**E' molto semplice: non si vede bene che col cuore.**

**L'essenziale e' invisibile agli occhi.**

Il piccolo principe - A. De Saint-Exupery