



**Movimento
Gocce di Giustizia**



Bocca gentile

Ecologia verbale

LA COSTRUZIONE DEL CAMBIAMENTO

mediante **6 parti del corpo**
da riscoprire e riscattare e per mettere in atto un
cambiamento nel 2022
sulla prospettiva dell'

Ecologia integrale dell'enciclica Laudato Si'
6 videoconferenze a due voci e un piccolo
laboratorio interattivo in modalità remota,
un lunedì ogni 15 giorni dalle 20.30 alle 22.00

PROGRAMMA

- 24 gennaio: **Mente libera (ecologia mentale)** 
- 7 febbraio: **Occhi nuovi (ecologia visiva)** 
- 21 febbraio: **Bocca gentile (ecologia verbale)** 
- 7 marzo: **Mani aperte (ecologia dell'accoglienza)** 
- 21 marzo: **Cuore amorevole (ecologia della tenerezza)** 
- 4 aprile: **Piedi profetici (ecologia del cammino)** 

FACILITATORI

Adriano Sella
Giacomo Ruaro
Marina Marcolini
Maurizio Maccetto

PROMOTORI

Movimento Gocce di Giustizia
Rete Vicenza Mondo
Rete NSdV Padova

Iscrizione obbligatoria **ENTRO IL 21 GENNAIO:**
goccedigiustizia@gmail.com oppure **WhatsApp** o **Telegram**
(3462199404 Adriano) per ricevere il link di collegamento
Google Meet

Adriano Sella: educatore, scrittore e conferenziere, missionario laico del creato e dei nuovi stili di vita, promotore e coordinatore del movimento Gocce di Giustizia, della Rete VicenzaMondo, della Rete NSdV Padova, delle Reti nazionali Nuovi Stili di Vita (Rete Interdiocesana con 90 diocesi e Rete Italiana con gruppi e associazioni).

PACE
in UCRAINA



Bocca gentile (ecologia verbale)

1. La prima parola è il saluto: la fiammella quotidiana della relazione.
2. Linguaggio nonviolento liberandoci dal linguaggio aggressivo dei talk show televisivi: la parola come strumento di pace e non arma nel conflitto.
3. La gentilezza come premessa per una relazione positiva.
4. Educarci all'ascolto e al dialogo. Il metodo del bastoncino della parola (talken stick) e la via del cerchio (circle way).
5. La campagna "anche le parole possono uccidere".

Dalla violenza verbale
alla gentilezza della parola



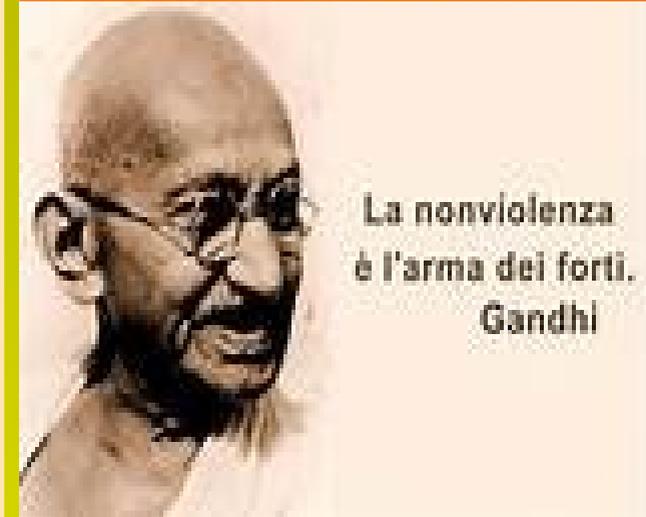
Il saluto è la fiammella quotidiana della relazione



- Constatazione: il saluto sta diventato sempre più raro, la fatica di salutarsi:
 - campagna “salvare il saluto” (Montegaldella: il paese del ciao)
 - Ciao è una delle parole italiane più conosciute al mondo come pizza (204 anni: prima attestazione nel 1818). Dal veneziano schiao, forma sincopata di schiavo, con il significato servo suo o schiavo suo (= mi metto al suo servizio), fino al ciao di oggi.
- Il saluto serve a stabilire una relazione, un legame. L’altro diventa un “prossimo”, liberandolo dall’anonimato. È come dire: “tu esisti e sei importante per me” (Ilvo Diamanti nel *Sillabario dei tempi tristi*).
- Il saluto è una parola che fa da scintilla per accendere la relazione e per rompere la solitudine.
- Quanto male fa quando il saluto viene tolto = ferita.
- E quanto bene fa nel riceverlo = carezza.

Sì al linguaggio nonviolento No al linguaggio aggressivo

- La violenza e l'aggressività stanno contaminando sempre più anche le relazioni verbali, oltre a quelle sociali e istituzionali.
- Vari programmi televisivi, chiamati oggi *talk show*, diffondono una tale aggressività nel dibattito da diventare insopportabili e molto preoccupanti: persone che si aggrediscono verbalmente senza lasciare parlare l'altro e meno ancora ascoltarlo. Sono aggressioni verbali che vengono emulate dalla gente.
- Bisogna sradicare la violenza dalle nostre relazioni per poter recuperare la pace relazionale e costruire le vere condizioni per l'incontro e il dialogo.
 - La nonviolenza verbale deve diventare il pane quotidiano: pedagogia della nonviolenza non ha paura del conflitto, che fa parte della vita, e neppure lo considera come sinonimo di violenza, ma come condizione esistenziale per la crescita costruttiva e reciproca delle parti che si relazionano.
 - Bisogna dare importanza ai mezzi che ci possono aiutare a raggiungere l'obiettivo della pace relazionale. Come sosteneva Gandhi, il profeta della non violenza: *“il fine è nei mezzi come l'albero nel seme”*.
 - Una parola pensata diventa costruttiva, mentre un parola istintiva può diventare una spada che ferisce e diventa distruttiva.



La gentilezza come premessa della relazione verbale

"La gentilezza è un atteggiamento di apertura agli altri, è il voler cercare una relazione, un bilanciamento tra le due parti, un mettersi a disposizione" dichiara Marta Grigoletto (tesi di laurea magistrale in Strategie di comunicazione all'Università di Padova. Il titolo della tesi, discussa il 6 marzo 2020, è "La gentilezza aiuta a costruire le relazioni. Anche nelle organizzazioni").

- La gentilezza, purtroppo, viene considerata come una debolezza da parte del sentire comune. Mentre, secondo Grigoletto, deve essere riscattata come dimensione dell'essere umano, ossia di tutti gli uomini e donne.
- Dalle ricerche fatte da Marta, soprattutto nel mondo lavorativo:
 - ✓ rende più serene le persone (anche tra lavoratori e più produttiva l'azienda);
 - ✓ favorisce rapporti positivi tra colleghi, ma anche tra l'azienda e la comunità, tra l'azienda e i diversi stakeholders";
 - ✓ la gentilezza non è un atteggiamento da perdenti o una attitudine delle persone deboli, ma è proprio il contrario: è una caratteristica dei vincenti, ossia di coloro che vogliono sradicare la violenza, l'odio e l'aggressività sociale per dare posto all'incontro, alla relazione vera e alla cura di tutti gli esseri viventi.
- Bisogna promuovere una cultura della gentilezza mediante le nostre piccole azioni quotidiane intrise di gentilezza:
 - ✓ un saluto radioso a tutti coloro che incontriamo;
 - ✓ dire grazie per quello che si riceve a livello materiale, ma tanto più a livello relazionale;
 - ✓ chiedere per favore quando si ha bisogno di un aiuto, di un servizio o di qualcosa;
 - ✓ chiedere permesso quando si tratta di entrare nella vita altrui, così pure nella casa dell'altro;
 - ✓ essere umili, pazienti, benevoli, rispettosi e compassionevoli;
 - ✓ dare fiducia a priori e desiderosi di incontrare l'altro.



Educarci all'ascolto e al dialogo mediante il metodo:

La Via del cerchio e il Bastone della parola (Circleway and Talking stick)

- È un metodo proposto dalla guida spirituale della nazione indiana Wampanoag del Massachusetts (USA), chiamato Manitonquat.
- Questo metodo ha come obiettivo aiutare le persone a sentirsi innanzitutto uguali, senza nessun privilegio, ed educare all'ascolto e all'uso equo della parola.

La Via del cerchio (circleway)

- Le persone che formano un gruppo si mettono in cerchio: non c'è «più basso» o «più alto», non c'è un ordine gerarchico; tutti sono uguali, vengono rispettati e trattati nello stesso modo.
- Il cerchio genera finalmente una comunicazione che favorisce lo sviluppo del cuore e dell'intelligenza, al posto della gerarchia e del dominio.
- Il cerchio permette di guardarsi tutti negli occhi e questo stimola la persona a non nascondersi, suscitando la disponibilità di esprimere quello che si vive, condividendo anche realtà profonde.

Il Bastone della parola (talking stick): in cerchio e in mezzo viene posto un bastoncino;

- colui che vuole parlare deve prenderlo in mano, mettendo tutti gli altri in atteggiamento di ascolto e di profondo rispetto fino alla riposizione del bastoncino stesso.
- a lui viene richiesto di saper utilizzare in maniera equa il diritto alla parola, per poter consentire anche agli altri di avere spazio e tempo di esprimersi.
- Il *talking stick* è uno strumento materiale che diventa il simbolo efficace che consente il dialogo nel rispetto e nell'ascolto.



Fare nostra la Campagna sociale 2014

“Le parole possono uccidere”

«Ne uccide più la lingua che la spada» ricorda il libro del Siracide.

- Ci sono parole che uccidono: pregiudizi, discriminazioni, bullismo, stereotipi, l'intolleranza.
- Obiettivo della campagna sociale voluta da Famiglia Cristiana con Avvenire e i 190 settimanali cattolici della Fisc: combattere i pregiudizi veicolati dal linguaggio.
- Chiamata «Anche le parole possono uccidere» ed accompagnata dall'hashtag #migliorisipuo. Opera dell'agenzia Armando Testa, diffusa sulle testate cattoliche con l'obiettivo di di raggiungere anche in 10mila scuole, parrocchie, oratori. Patrocinata dalla Camera e dal Senato.



Impegno comunitario:

**usiamo parole che costruiscono,
non quelle che uccidono.**



Adriano Sella

Miniguida dei nuovi stili di vita



TIPOGRAFIA EDITRICE ESCA - VICENZA

ADRIANO SELLA

Miniguida delle relazioni umane, sociali, ecologiche e cosmiche



TIPOGRAFIA ESCA - VICENZA

**Pensieri che
generano
speranza**



Urgente!!!

Cerco un elettricista per ristabilire
i contatti tra persone che non si parlano piu'..

Cerco un ottico per cambiare
lo sguardo della gente...

Cerco un artista per disegnare
un sorriso su ogni viso..

Cerco un muratore per costruire la pace ...
e un matematico per insegnarci di nuovo
a contare gli uni sugli altri.



Libri e miniguide per l'approfondimento

IL KIT



Adriano Sella

Miniguide dei nuovi stili di vita



QUARTA
EDIZIONE
AGGIORNATA

TIPOGRAFIA EDITRICE ESCA - VICENZA

ADRIANO SELLA

Miniguide delle relazioni umane, sociali, ecologiche e cosmiche



TIPOGRAFIA ESCA - VICENZA

Movimento Gocce di Giustizia

Miniguide al consumo critico e al boicottaggio



EDIZIONE
aggiornata
2021



Edizioni Bertato - Ars et Religio

Adriano Sella Dipende da Noi

IDEE E AZIONI DI SOLIDARIETÀ INTELLIGENTE
IN UN'ECONOMIA GLOBALE

Prefazione di Nicoletta Dentico Postfazione di Giulio Albanese



Tutti possiamo e dobbiamo fare qualcosa ogni giorno e a chilometro zero per garantire la dignità ai popoli, anche e soprattutto nella loro terra.

#VOLERSIBENE

Adriano Sella

CAMBIAMENTI A KM 0



L'opzione del quotidiano
per nuovi stili di vita



adriano sella

Dal grido al cambiamento

Educhiamoci ai nuovi stili di vita
con la *Laudato si'*



#emi

Info

e-mail adrianosella80@gmail.com

cell. 346 21984040

Siti:

www.reteinterdiocesana.wordpress.com

www.contemplazionemissione.org

www.goccedigiustizia.it

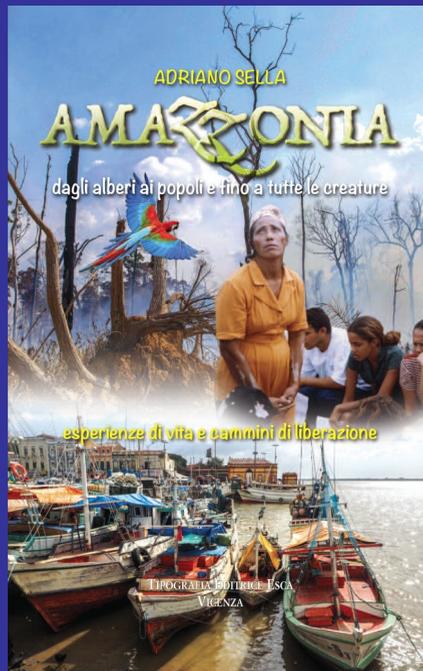
www.nuovistilidivitaitalia.wordpress.com

Adriano Sella Nel domani del virus

TRENTA NUOVE PRASSI
RESE NECESSARIE
DAL COVID-19:
UNA AL GIORNO

ADRIANO SELLA AMAZZONIA

dagli alberi ai popoli e fino a tutte le creature



esperienze di vita e cammini di liberazione

TIPOGRAFIA EDITRICE ESCA
VICENZA

Adriano Sella

Miniguia dei nuovi stili di vita



QUARTA
EDIZIONE
AGGIORNATA

TIPOGRAFIA EDITRICE ESCA - VICENZA

ADRIANO SELLA

Miniguia delle relazioni umane, sociali, ecologiche e cosmiche



TIPOGRAFIA ESCA - VICENZA

Movimento Gocce di Giustizia

Miniguia al consumo critico e al boicottaggio



EDIZIONE
aggiornata
2021



Edizioni Bertado - Ars et Religio