

Indice

Presentazione	Pag.	5
Sigle e documenti del Magistero	»	12
Introduzione	»	14
1. La grazia della «seconda conversione»	»	14
2. Un'esigenza sempre attuale	»	18
3. Una via nuova e molto antica	»	22
Capitolo 1		
FINO A CHE CRISTO SIA FORMATO IN NOI	»	28
A. Il senso della vocazione	»	28
1. Una corretta teologia della vocazione	»	28
2. Le caratteristiche della vocazione	»	30
2.1 Rientrare in sé stessi	»	34
2.2 Il cammino originale	»	35
2.3 La perseveranza	»	36
2.4 Responsabili di sé stessi	»	36
2.5 Non finalizzati a sé stessi	»	36
2.6 Nel luogo in cui viviamo	»	37
3. L'itinerario spirituale	»	37
Prima tappa: l'esperienza della Grazia	»	38
Seconda tappa: la conversione	»	40
Terza tappa: le consolazioni	»	40
Quarta tappa: la delusione e le desolazioni	»	41

Quinta tappa: il passaggio nel vuoto	Pag.	42
Sesta tappa: lo stadio della trasformazione	»	43
Settima tappa: il ritorno alla vita quotidiana	»	44
B. La spiritualità del mistero e della sequela	»	45
1. Il mistero dell'essere umano di fronte al mistero di Dio	»	45
1.1 Accogliere il «mistero» di Dio in Cristo	»	45
1.2 Recuperare il «mistero della persona umana»	»	46
2. La spiritualità della sequela	»	48
2.1 Gesù Maestro e i discepoli	»	48
2.2 La strategia di Gesù: chiama, forma e invia	»	49
C. La visione antropologica	»	52
1. I segni rimandano all'insieme	»	54
2. Il corretto inserimento del contributo psicologico nell'itinerario formativo.	»	54
3. Verso la realizzazione di una autentica vita spirituale»		55
D. Il cammino psico-spirituale:		
la lotta per la trasformazione in Cristo	»	57
1. Uno strumento originario: la «direzione spirituale»	»	64
2. Il counseling: aiuto prezioso ma insufficiente	»	65
3. La novità: l'accompagnamento psico-spirituale	»	68
Capitolo 2		
«SONO VENUTO A PORTARE IL FUOCO SULLA TERRA»	»	72
A. I fondamenti dell'alleanza	»	73
1. Le sfide antropologiche	»	74
2. La formazione degli/delle accompagnanti	»	78
3. Una nuova impostazione pedagogica	»	80
4. Una formazione pluridimensionale	»	83

B. Costruire la relazione	Pag.	85
1. La preparazione	»	87
2. L'accoglienza	»	87
3. La valutazione	»	89
4. Il contratto: stabilire le regole	»	91

Capitolo 3

«CHE COSA DEVO FARE PER GUADAGNARE LA VITA ETERNA?»	»	97
--	---	----

A. Il mistero perduto: la ferita originale	»	99
--	---	----

B. Il mistero cercato: favorire le condizioni per un vero e fruttuoso cammino	»	103
1. Gli incontri della prima fase	»	104
2. Gli orizzonti del desiderio umano e le «lotte» per la crescita	»	107

C. Il mistero ritrovato	»	110
1. Rimanere in sé stessi, evitando la dispersione	»	110
2. Apprezzare il silenzio, cammino per l'incontro con sé stessi	»	111
3. Dare un nome	»	113
4. Recuperare l'ambito affettivo	»	114
5. Riconoscere l'inconscio per diminuire l'ansia e la confusione	»	116
6. Trasformare la lotta psicologica in lotta religiosa	»	119
7. Imparare a consegnarsi	»	120
8. L'attenzione verso sé stesso e la disciplina con umorismo	»	122

Capitolo 4

«COME POSSO CAPIRE, SE NESSUNO MI ISTRUISCE?»

Pag. 124

A. Chi può essere accompagnante?	» 126
B. Gli atteggiamenti dell'accompagnante	» 133
1. Atteggiamenti positivi	» 134
2. Gli atteggiamenti errati	» 138
3. Le tentazioni	» 140
C. I compiti dell'accompagnante psico-spirituale: accogliere, comprendere, interpretare	» 143
1. Accogliere: favorire la relazione	» 143
1.1 L'accoglienza	» 144
1.2 L'ascolto	» 145
1.3 L'arte di formulare le domande	» 145
2. Comprendere: facilitare l'internalizzazione e la personalizzazione	» 146
2.1 L'arte del feedback (o del rispondere)	» 148
2.2 La testimonianza	» 148
2.3 Vicinanza o distanza nell'accompagnamento psico-spirituale?	» 149
3. Interpretare: favorire il cambiamento	» 150
3.1 L'annuncio di una Parola che guarisce	» 150
3.2 Maturità dell'accompagnante	» 151
3.3 L'interpretazione	» 152
3.3.1 Aspetti generali: i tre componenti degli avvenimenti	» 152
3.3.2 Aspetti specifici	» 154
D. Le sfide dell'intimità	» 158

Capitolo 5

«LA VERITÀ VI FARÀ LIBERI»

Pag. 162

A. Il dialogo tra Gesù e la samaritana	»	163
1. Un incontro fuori dagli schemi (Gv 4,1-6)	»	164
2. La prima unità di dialogo: il tema dell'acqua e del lavoro (Gv 4,7-15)	»	165
3. La seconda unità: il tema del marito o della famiglia (Gv 4,16-18)	»	166
4. La terza unità: il tema religioso (Gv 4,19-24)	»	167
5. L'unità dell'annuncio e del confronto: «Il Messia sono Io che parlo con te» (Gv 4,25-26)	»	168
6. La trasformazione della samaritana (Gv 4,27-30) e di Gesù (Gv 4,31-38)	»	168
7. La conclusione dell'incontro: il risultato della missione di Gesù in Samaria (Gv 4,39-42)	»	170
B. Alcune premesse per un metodo efficace	»	170
1. Necessità di un metodo	»	171
2. Che tipo di cambiamento?	»	174
C. Scegliere il cammino	»	176
1. Completamento tra valutazione e accompagnamento	»	176
2. Un cammino per tappe	»	178
3. Imparare ad ascoltare sé stessi	»	184
D. I tre momenti del metodo dell'identificazione proiettiva	»	186
1. Il primo momento: la proiezione dell'accompagnato/a	»	191
2. Secondo momento: ri-elaborazione e oggettivizzazione da parte dell'accompagnante	»	191
3. Terzo momento: riappropriazione e nuova identificazione dell'accompagnato/a	»	192
E. Esercizi di coscienza	»	194

Capitolo 6

«DI COSA DISCUTEVATE LUNGO IL CAMMINO?» Pag. 197

A. Il dialogo di Gesù con i due discepoli	» 197
B. Il linguaggio dei gesti e dei sentimenti	» 199
C. La comunicazione nelle relazioni umane	» 202
D. La comunicazione nell'accompagnamento psico-spirituale	» 205
1. L'ascolto come arte e metodo	» 205
2. Le forme di comunicazione	» 208
2.1 Il linguaggio dei sentimenti	» 209
2.2 Il linguaggio non-verbale	» 210
2.3 I silenzi	» 210
2.4 L'apertura del cuore	» 211
2.5 Le domande e la riformulazione	» 213
2.6 Consigli, suggerimenti, lodi	» 216
E. La comunicazione affettiva	» 219
1. Analisi fenomenologica	» 219
2. Lo schema «ABC»	» 221
3. Descrizione delle emozioni	» 223
a) Le emozioni di «fuga» o evasione	» 223
b) Le emozioni «contro»	» 224
c) Le emozioni «per»	» 226
4. Liberarsi dal debito emozionale	» 227
5. L'espressione delle emozioni	» 228
F. Atteggiamenti da favorire negli accompagnanti	» 230

Capitolo 7

«DOV'È IL TESORO, LÀ SARÀ ANCHE
IL TUO CUORE» » 233

A. L'antica lezione dei vizi	» 234
------------------------------	-------

B. Riconciliarsi con l'immagine di sé stessi	Pag. 243
C. Rivedere e correggere l'immagine degli altri	» 254
D. Revisione e purificazione delle immagini di Dio	» 258
1. Il Dio del perfetto	» 265
2. Il Dio dell'esigente	» 266
3. Il Dio del sospettoso	» 267
4. Il Dio dello spettatore	» 267
5. Il Dio dello scoraggiato	» 268
6. Il Dio dell'entusiasta	» 268
7. Il Dio dell'efficiente	» 269
E. Rivedere e purificare la relazione con le creature	» 270
F. Vivere il perdono e la riconciliazione	» 274
1. Accettare sé stessi	» 275
2. La riconciliazione con la propria storia di vita	» 276
3. La riconciliazione con l'altro	» 276
4. La riconciliazione con Dio	» 277

Capitolo 8

«SIGNORE, PERCHÉ NON POSSO SEGUIRTI ADESSO?»

	Pag. 279
A. Resta con noi, Signore (Lc 24,28-29)	» 279
B. Il coraggio di ritrovare sé stessi	» 280
C. Le resistenze nell'accompagnamento psico-spirituale	» 285
1. Il concetto di resistenza	» 286
2. Aspettative non realistiche	» 289
3. Tipologie di resistenza	» 291
3.1 Resistenza al cambiamento	» 291
3.2 Resistenze di carattere o di stile	» 292
3.3 Resistenza al contenuto e alla comunicazione	» 294
3.4 Le trasferenze come resistenza	» 295

D. Segni tipici di resistenza	Pag. 297
E. Come affrontare la resistenza?	» 299
F. Dalla lotta psicologica alla lotta spirituale	» 302

Capitolo 9

«È BENE PER VOI CHE IO VADA»	» 310
------------------------------	-------

A. Il congedo	» 312
---------------	-------

B. Raggiungere obiettivi o apprendere un metodo?	» 313
--	-------

C. Fattori che determinano la durata degli incontri	» 317
---	-------

1. Profondità e intensità del trattamento	» 317
---	-------

2. Orientamento e capacità dell'accompagnante	» 318
---	-------

3. Esigenze e capacità della persona accompagnata	» 319
---	-------

D. «Quando» e «come» terminare	» 319
--------------------------------	-------

E. Alla ricerca dei segni di trasformazione	» 323
---	-------

1. Crescita nella conoscenza di sé e nell'autostima	» 326
---	-------

2. Accettazione della propria fragilità	» 328
---	-------

3. Autocontrollo o autoregolamentazione?	» 329
--	-------

4. Contemplazione orante e misericordiosa	» 330
---	-------

5. La flessibilità dello sguardo e l'attenzione al presente	» 331
--	-------

6. Un nuovo modo di relazionarsi	» 332
----------------------------------	-------

7. La tenerezza come segno di riconciliazione interiore	» 333
---	-------

Conclusione

IL MINISTERO DEL MISTERO	» 335
--------------------------	-------

Bibliografia	» 349
--------------	-------