



continuar el camino de la

gracia transformadora:

Práctica transformadora

30 de junio de 2024

Cuarto paso:

Escuchar para aprender

En esta cuarta parte de la serie sobre habilidades y práctica en el trabajo de abordar la polarización, exploramos la importancia de escuchar para aprender, más que para ganar. La educadora canadiense [Irshad Manji](#) sugiere que, al interactuar con alguien con quien estamos en desacuerdo, una habilidad esencial es la de escuchar con la intención de aprender, en lugar de involucrarse con el objetivo de ganar. Juntas, reflexionamos y practicamos.

Canción de apertura:

Peace Like A River (Paz como un río) | Beautiful Chorus

Oración de apertura:

Thea Bowman | **«Healing Ministry» (Ministerio sanador)** Iglesia Católica de San Esteban, 1989

«Si vamos a servir, a cuidar, y a hacer ministerio, hemos que entrar en nuestro interior. Por eso, oremos: Espíritu, tócame.

Tócame con tu gracia, Tócame con tu sabiduría.

Tócame con tu amor para que pueda ayudar a alguien, para que pueda servir a alguien, para que pueda bendecir a alguien.

Sé el puente sobre aguas turbulentas,

para que yo pueda ser el bálsamo en Galaad, ser las manos de Jesús extendidas para curar».



Escritura

2 Corintios 8:13-14

«Porque ya conocen la misericordia de nuestro Señor Jesucristo, que, siendo rico, se hizo pobre por ustedes, para que se enriquezcan con su pobreza. No para que otros tengan alivio mientras ustedes estén agobiados, sino para que, en igualdad de condiciones, su abundancia actual supla sus necesidades, a fin de que la abundancia de ellos supla también sus necesidades, para que haya igualdad»

Herramientas para la escucha y el aprendizaje

Tres modos de acabar con las relaciones basadas en el conflicto | Esther Perel

El error de comunicación que todos cometemos, y cómo intensifica el conflicto

Oír para aprender | Cultivar el liderazgo

Para la reflexión y el diálogo

Pasa unos momentos en silencio, imaginando una situación de malestar, división o polarización. Visualiza sentarte con otra persona, practicando los tres pasos que conducen a «Escuchar para aprender»:

- Respira
- Crea un terreno común
- Haz una pregunta sincera

¿Cuál es tu sensación (cuerpo, mente, espíritu) cuando estás en disposición de oír para aprender en lugar de escuchar para ganar? ¿Cómo te sentirías si te escucharan de esta manera?

Ahora, busca una grabación de 2-3 minutos del reciente debate presidencial y céntrate en el candidato al que te resulta difícil apoyar. ¿Qué pregunta sincera te gustaría hacerle? ¿Qué pregunta sincera te gustaría que te hicieran?

Pensamiento de clausura

«Puesto que para hablar primero hay que escuchar, aprende a hablar escuchando». - Rumi

Oración y canto de clausura

Swimming to the Other Side (Nadando hacia la otra orilla) | Emma's Revolution

