



## Spirituelle Konversation Methodik

Ideale Gruppengröße: 6 Personen

3 Runden

Moderation strukturiert die Zeit

Einführung

Gebetszeit – eine Stunde

Gemeinsame Stille

Runde 1

- Jede Person teilt die Frucht aus der Zeit ihres Gebets, was sie in der Zeit des Gebets bewegt hat. Jede Person spricht max. 5 Minuten.
- Jede Person spricht nur einmal.
- Alle anderen hören „nur“ zu.
- Kurze Pause nach jeder Person.

Kurze Stille

Runde 2

- Was tröstet, was trifft, was bewegt mich jetzt, wenn ich den anderen zugehört habe?
- Jede Person spricht einmal (3Minuten). Alle anderen hören „nur“ zu.
- Kurze Pause nach jeder Person

Kurze Stille

Runde 3

- Die Gruppe versucht, die Bewegungen des Geistes zu fassen.
- Wo stehen wir als Gruppe? Nehmen wir einen Ruf wahr?

Kurzes Gebet zum Abschluss.

### Vorteile der Methodik

- Lässt Raum für den Geist
- Überschreitet Stereotypen und fixe Sichtweisen
- Vermeidet die Dominanz von einzelnen Personen
- Einfache Vorgangsweise, die inneren Frieden ermöglichen kann
- Ermöglicht Verbindung mit dem Charisma von Personen, Gemeinden, Gemeinschaften
- Schafft Verbindung von und mit Jesus und mit seinen Jüngern
- Moderne Businessmodels (Theory U, etc.) wende Aspekte dieser Methode säkularisiert an.

## Jeder Mensch ein kleines Wort Gottes

### „Spirituelle Konversation“

- Herzstück von Synodalität
- Methode = Inhalt
- „Neues“ Tool - Verschieden Bezeichnungen:  
Konversation, Dialog, Geistliches Gespräch, Unterscheidung in Gemeinschaft, Anhörkreis,...

### Theologische Ausgangspunkte

- Gott wirkt in der Welt: in der Schöpfung, in jeder Person, in der Kirche, in unserer Sendung.
- Wir können Gottes Wirken erkennen: Dankbarkeit, Sehnsucht, Hören, Spüren innerer Bewegungen, können uns für den Geist Gottes öffnen.
- Wir können Mitwirkende Gottes werden, indem wir so unterscheiden, entscheiden und handeln.

### Kernelemente:

#### 1. Aktives Zuhören

- Aktives Zuhören ist die wichtigste Tätigkeit bei dieser Art und Weise des Vorgehens
- Jede Person ist Expertin/Experte ihrer/seiner eigenen Erfahrung
- Spirituelle Konversation beinhaltet ein respektvolles Willkommen und die Schaffung eines offenen Raums für den anderen

#### 2. Bewusstes Sprechen

- Ich nehme mich selbst bewusst wahr.
- Ich bin bereit meine Gefühle, Gedanken und Reaktionen zum Ausdruck zu bringen.
- Ich übernehme Verantwortung für das, was ich sage, und das, was ich fühle.

#### 3. Gebet

- Vor Gott in Berührung kommen mit mir selbst
- und mit Gottes Sehnsucht für diese gebrochene, aber wunderbare Welt.
- Mit Jesus gehen: von seiner Art zu denken, zu sprechen und zu handeln lernen. In das „Mindset“ Jesu hineinwachsen.

## Spirituelle Dialog

Der spirituelle Dialog ist eine strukturierte Gesprächsweise, bei der das **Hören** im Mittelpunkt steht: das gegenseitige Hören aufeinander und dadurch das gemeinsame Hören auf Gott.

Drei aufeinanderfolgende Runden sollen das Hinspüren auf innere Regungen und deren Unterscheidung ermöglichen.

In der ersten Runde teilt jede Person mit, was sie in der Stille bewegt hat (siehe Impulsfragen für die Stille). Die anderen hören „nur“ zu und nehmen wahr, was das von den anderen Gesagte, in ihnen auslöst. (3 Minuten pro Person)

In der zweiten Runde teilt jede Person, was das von den anderen Gesagte in ihnen bewegt hat während sie den anderen zugehört hat. (2 Minuten pro Person)

In einer dritten Runde werden mögliche gemeinsame Linien oder das was sich in den ersten beiden Runden zeigt festgehalten. (gemeinsam 10 Minuten)

Am Beginn und zwischen den Runden und am Ende wird jeweils eine kurze gemeinsame Stille gehalten.

Es ist hilfreich diese Vorgangsweise konsequent umzusetzen, auch wenn gewohnte Gesprächsmuster vielleicht anders sprechen lassen würden.

Es ist unterstützend, wenn eine Person aus der Gruppe die Funktion übernimmt, auf den Ablauf des Dialogs zu achten.

Stille Zeit allein

**Wo macht mir der Prozess der Synodalität Hoffnung,  
wo macht er mir Angst?**

Im Gebet mit der Frage vor dem Herrn sein.

- Was berührt mich und geht mir nach?
- Wo spüre ich Dankbarkeit?
- Was löst Nachdenklichkeit oder Ratlosigkeit aus?
- Wo verspüre ich Freiheit?
- Wo regt sich Kraft für Neues?