

Geistliche Konversation

GRUPPENGESPRÄCH: LEITLINIEN

Wenn ich den anderen zuhöre:

- Biete respektvolles und aufmerksames Zuhören an: Jede Person ist der Experte für ihre eigenen Erfahrungen.
- Zeiten der Stille sind angemessen und notwendig. Gerade nicht in Panik, wenn niemand spricht. Erlaube den Worten Bedeutung zu entwickeln, zu reifen. Bewahre eine Atmosphäre des Gebets - kleine Stille nach jeder Person.
- Vertraulichkeit respektieren. Ausserhalb der Gruppe sprechen wir nicht über das, was andere mitgeteilt haben.
- Unterbreche die Person, die gerade spricht, nicht, es sei denn, ihre Zeit ist knapp bemessen.

Wenn ich spreche:

- Sprich mit "ich", nicht mit "wir" oder "ihr". Übernimm die Verantwortung für das, was du sagst.
- Sprich kurz und deutlich und konzentriere dich auf das Thema, das du mitteilen möchtest.
- Vermeide es, zu predigen oder zu lehren. Biete nur deinen Standpunkt aus deiner Perspektive an.

GRUPPENGESPRÄCH: DIE DREI RUNDEN

Bevor ihr beginnt, wählt in der Gruppe einen "Taktgeber" aus. Er hat die Aufgabe, die drei Runden entsprechend der verfügbaren Zeit und der Anzahl der Teilnehmer zu strukturieren

Runde 1: Von mir zu dir - Was möchte ich mit den anderen teilen?

Jede Person hat die Möglichkeit zu sprechen und die Früchte ihres persönlichen Gebets oder ihrer Überlegungen mitzuteilen. Die anderen Mitglieder hören aktiv zu, machen sich Notizen und stellen, wenn nötig, Fragen zur Klärung. Keine Kommentare oder Antworten auf das, was die Person sagt.

Wenn alle gesprochen haben, eine **Schweigeminute** einhalten.

Runde 2: Von dir zu uns - Was schwingt in mir mit, wenn die anderen erzählen?

Jede Person geht in Resonanz zu dem, was in der ersten Runde gesagt wurde.

Um deine Resonanz zu erkennen, kannst du auf die folgenden Fragen antworten:

Was habe ich in der Gruppe gehört? Was hat mich in dem, was andere mitgeteilt haben, berührt?

Welche neue Wahrnehmung oder welches neue Verständnis habe ich erhalten? Welches neue Licht?

Wenn alle gesprochen haben, eine **Schweigeminute** einhalten.

Runde 3: Von uns zum Geist - Was versucht Gott uns durch unser Gespräch zu sagen?

Jeder versucht, das Unausgesprochene in Worte zu fassen, das, was wir versuchen, einander durch den Austausch zu sagen, dem Geist eine Stimme zu geben.

Beendet die Sitzung mit einem gemeinsamen Gebet oder einem Lied.

Spiritual Conversation

GROUP SHARING: GUIDELINES

When I listen to the others:

- Offer respectful and attentive listening: each person is the expert on his or her own experience.
- Times of silence are appropriate and necessary. Don't panic if nobody's speaking. Allows words to develop meaning, to come to maturation. Keep an atmosphere of prayer – small silence after each person.
- Respect what is confidential. Outside the group we do not speak of what others have shared.
- Do not interrupt the person who is speaking, unless she is running out of time.

When I talk:

- Use “I” when speaking; do not use “we” or “you”. Take responsibility of what you are saying.
- Speak briefly and clearly, focusing on the subject to be shared.
- Avoid preaching or teaching. You're just offering your point of view from your perspective.

GROUP SHARING: THE THREE ROUNDS

Before getting started, choose a timekeeper within the group. They will have the task to pace the three rounds according to the available time and the number of people.

Round 1: from me to you - What do I want to share with the others?

Each person has a chance to speak, sharing the fruits of personal prayer or reflection. The other members actively listen, taking notes, and, where necessary, asking questions for clarification. No comments or replies to what the person is saying.

When everyone has spoken, keep one minute of silence.

Round 2: from you to us - What resonated in me from the others' sharing?

Each person resonates to what has been shared in the first round.

To identify your resonance, you can answer to the following questions:

What have I heard in the group? What touched me in what others have shared?

What new perception or understanding have I received? What new light?

When everyone has spoken, keep one minute of silence.

Round 3: from us to the Spirit - What is God trying to tell us through our conversation?

Each person tries to give words to the unsaid, to what we are trying to tell each other through the sharing, to give voice to the Spirit.

End the session with a common prayer or a song.