

CONVERSACIÓN ESPIRITUAL

CALIDAD:

- + Capacidad **escucha**
- + **Palabras** pronunciadas

Atención a los movimientos espirituales, en uno mismo y en la otra persona.

OBJETIVO: crear una atmósfera de **confianza y acogida**, expresarse con **mayor libertad**. Presencia y participación del **Espíritu Santo**, en el proceso de compartir y discernir.

2 ACTITUDES NECESARIAS:

ESCUCHA ACTIVA:



HABLAR DESDE EL CORAZÓN:

- Comprender a los demás como son: lo que dice; lo que quiere decir; lo que puede estar experimentando. Escuchar con corazón abierto y receptivo.

- Prestar atención.

- Escuchar sin pensar que vamos a decir después.

- Acogemos, sin juzgar, lo que dice el otro, independientemente de lo que pensemos de la otra persona, o de lo que haya dicho.

- Creer que el Espíritu Santo nos habla a través del otro.

- Dejarse influir por el otro y aprender de él.

- HUMILDAD, apertura, paciencia e implicación, tomar en serio a los demás.

- Expresar con sinceridad la propia experiencia, los sentimientos y los pensamientos.

- Nos responsabilizamos de lo que decimos y de lo que sentimos. Sin culpar a nadie.

- Compartimos la verdad tal y como la vemos y la vivimos.

- Es ofrecer un regalo generoso al otro, a cambio de ser escuchado activamente.

- Sin un hábito de discernimiento y conocimiento de uno mismo y de cómo Dios está presente en la propia vida, no se puede escuchar ni hablar activamente desde el Corazón.

ACTITUDES DESEADAS:

- 1. Escuchar activa y atentamente**
- 2. Escuchar a los demás sin juzgarlos**
- 3. Prestar atención a palabras, al tono, los sentimientos del que habla (no utilizar el tiempo para preparar lo que vas a decir)**
- 4. Hablar con intención.**
- 5. Expresar tus experiencias, pensamientos y sentimientos con la mayor claridad posible.**
- 6. Escuchar activamente, teniendo en cuenta tus propios pensamientos y sentimientos mientras hablas.**



PASOS BÁSICOS:

1. **PREPARACIÓN:** oración y reflexión personal sobre el tema en cuestión; balance de sus frutos y ver que compartir.
2. **REUNIÓN:** 6-8 personas, un “facilitador”, acogida, oración apertura y cada persona puede compartir una o dos palabras de su estado interior. Voluntario para tomar nota y controlar tiempo.
3. **PRIMERA RONDA: COMPARTIR** frutos de su oración, todos mismo tiempo para hablar. Escucharse sin estar pensando que voy a decir. Atentos al Espíritu. Breve pausa entre personas. No discusiones, ni interacciones participuales, sólo aclaraciones sobre algo que no se entiende.
4. **SILENCIO:** pensar cómo me he sentido, qué me ha impactado, cuáles han sido los puntos notables de consuelo o desolación.
5. **SEGUNDA RONDA: RESONANCIA:** compartir sobre este silencio, nadie olvidado a hablar, espontáneo. No discutir o refutar, ni para volver a decir lo de la primera ronda:
 - a. ¿Cómo me ha afectado lo que he escuchado?
 - b. ¿Hilo conductor en lo compartido? ¿Falta algo que se esperaba decir?
 - c. ¿Me ha conmovido especialmente alguna intervención?
 - d. ¿He recibido alguna visión o revelación en particular?
 - e. ¿Dónde he experimentado una sensación de armonía con los demás al compartir?
6. **SILENCIO:** cómo me he sentido segunda ronda, “qué puntos clave parecen estar surgiendo en el grupo”.
7. **TERCERA RONDA: CONSENSO Y ACCIÓN:** compartir, y tomar nota de las formas en que el Espíritu Santo puede estar movilizándolo al grupo. Oración de agradecimiento.
8. **REVISIÓN E INFORME:** repasar, reflexionar brevemente, decidir cuáles son los puntos principales.