

## La Conversazione spirituale

Il **metodo della Conversazione spirituale** aiuta a mettersi in ascolto dello Spirito attraverso la condivisione nella preghiera, vivendo un reale e attivo ascolto reciproco, senza scadere nel dibattito, nella discussione.

Il metodo consiste di un tempo di preparazione personale e di un tempo di condivisione di gruppo in tre momenti. La preparazione personale può avvenire nei giorni precedenti all'incontro o nel giorno dell'incontro stesso se ci si dà un tempo sufficiente: in questo caso bisognerebbe avere a disposizione almeno 2 ore e mezza.

### Preparazione personale

Avviene a partire da una breve scheda con la Parola di Dio che fa da base per la condivisione che si vivrà con dei punti di commento; seguono poi alcune domande sul tema della conversazione.

Ciascuno è chiamato a prendersi un tempo di preghiera in cui, a partire dalla meditazione della Parola proposta, si lascia guidare dalle domande (alle quali non va data una risposta puntuale) per scegliere che cosa condividere nel gruppo, preparando un intervento di massimo 3 minuti.

### Conversazione in gruppo

Per vivere bene e in modo fruttuoso l'esperienza è necessario che i **gruppi** siano **piccoli**, al massimo 6/7 persone, che così lavoreranno per circa 1 ora (bisogna quindi prevedere di suddividere un eventuale gruppo grande cui si fa la proposta).

Ogni gruppetto deve avere **una persona che prende nota** delle conclusioni (moderatore).

Ci si introduce con un momento di preghiera che ponga nel clima di ascolto dello Spirito.

La conversazione avviene in **3 passaggi**:

- In un **primo** momento ciascuno condivide solo ciò che ha raccolto rispetto al tema a partire dalla propria preghiera personale (non si riprende o dibatte quanto detto dagli altri!); dopo che ciascuno ha parlato per max 3 min. si lascia un momento di silenzio breve per darsi il tempo di fissare quel che si è ascoltato; poi parla un altro e così via. Non ha importanza se si ripetono cose già dette da altri, anche questo sarà un dato di cui tenere conto nel discernimento.  
Al termine del giro si lasciano 2/3 minuti in cui ciascuno si chiede: di quello che ho ascoltato che cosa mi è risuonato in modo particolare, che cosa mi ha colpito, mi ha consolato o mi ha messo in difficoltà?
- La risposta viene condivisa nel **secondo momento** con la stessa procedura del primo giro.  
Al termine di questo secondo giro si lasciano ancora alcuni minuti in cui ciascuno si chiede: ascoltando le risonanze di questo secondo momento, dove mi sembra che lo Spirito ci stia conducendo? Su che cosa sta facendo convergere la nostra attenzione?  
(Magari un'osservazione è stata fatta da una sola persona, ma ci si accorge che diversi del gruppo risuonano su di essa: forse lì c'è una parola dello Spirito).
- Nel confronto del **terzo momento** i membri del gruppo provano a rispondere insieme e scelgono le cose principali da riconsegnare a tutto il gruppo grande; la persona incaricata le annota e poi le relazionerà.

Al termine dei lavori di gruppo **si raccoglie il frutto** della conversazione.

### ALCUNE CONDIZIONI CHE FAVORISCONO LA CONVERSAZIONE

Come si intuisce, perché il processo avvenga è necessario avere delle predisposizioni personali e delle condizioni esterne.

**Predisposizione personale** fondamentale è l'apertura di cuore, che si esprime nella disponibilità a mettersi in gioco.

Non in tutti i momenti questo è facile per le diverse situazioni, magari periodi difficili e scoraggianti, che ci troviamo a vivere.

Talvolta sarà necessario lottare contro alcune **tentazioni** che ci spingeranno a non lasciarci coinvolgere portando un'attenzione eccessiva su cose che potevano essere fatte meglio, diversamente, e così via; oppure a criticando le indicazioni di metodo, come fossero inutili, considerandole delle banalità... un po' come la tentazione di Naaman il Siro di fronte alla proposta troppo banale del profeta di bagnarsi nel fiume Giordano (cfr. 2 Re 5, 1-14).

In ogni caso la cosa fondamentale è prendere coscienza di che cosa si sta vivendo e chiedere al Signore l'apertura che eventualmente sentiamo di faticare ad avere. Il desiderio alla fine è la cosa più importante

**Condizioni esterne** sono invece l'attenzione a stare al metodo, non con rigidità, ma come spirito, preparandosi prima così da poter davvero ascoltare gli altri, vigilando sui tempi che si usano, evitando di "reagire" (nei primi due giri) nel proprio intervento a ciò che gli altri dicono, ma esprimendo semplicemente ciò che si è preparato, anche se già detto da altri.

#### IL MODERATORE/FACILITATORE

Ha il compito di facilitare il processo. Per questo:

- Aiuta a controllare i tempi degli interventi e le pause di silenzio tra i diversi "giri"
- Vigila che tutti abbiano la possibilità di esprimersi
- Richiama nel caso si inizi a dibattere durante i primi due "giri"