

Rosemarie Stresemann

Hörraum des Herzens

Seelsorge mit dem Heiligen Geist

– Ein geistlicher Erfahrungsweg in die hörende Begegnung mit Gott –

GloryWorld-Medien

1. Auflage 2026

© 2026 Rosemarie Stresemann

© 2026 GloryWorld-Medien, Xanten, Germany, www.gloryworld.de

Alle Rechte vorbehalten

Bibelzitate sind, falls nicht anders gekennzeichnet, der Lutherbibel, Revidierte Fassung von 2017 entnommen. Weitere Bibelübersetzungen:

DBU: Das Buch. Neues Testament, Psalmen, Sprichwörter – übersetzt von Roland Werner © 2022 SCM R.Brockhaus

ELB: Elberfelder Bibel, Revidierte Fassung 2006 (ELB)

EU: Einheitsübersetzung, revidierte Fassung von 2016

GNB: Gute Nachricht Bibel, durchgesehene Neuauflage.

© 2018 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart

HfA: Hoffnung für alle, Basel und Gießen, 1983

MNG: Menge Bibel, Public Domain

NEÜ: Neue evangelistische Übersetzung © 2025 by Karl-Heinz Vanheiden (Textstand 2025.10).

NLB: Neues Leben. Die Bibel © der deutschen Ausgabe 2002 / 2006 / 2024 SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH

NGÜ: Neue Genfer Übersetzung

SLT: Schlachter 2000

ZÜ: Zürcher Bibel (Ausgabe 2007)

Lektorat: Klaudia Wagner-Diehl, www.wortwirkt.de

Satz: Manfred Mayer

Umschlaggestaltung: Kerstin & Karl Gerd Striepecke, www.vision-c.de

Umschlagfoto: freepik

Druck: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN: 978-3-95578-676-2

Bestellnummer: 356676

Erhältlich beim Verlag:

GloryWorld-Medien

Beit-Sahour-Str. 4

D-46509 Xanten

Tel.: 02801-9854003

Fax: 02801-9854004

info@gloryworld.de

www.gloryworld.de

oder in jeder Buchhandlung

Inhalt

Geleitwort	7
Vorwort	9
Prolog	13
Die Seele stellt sich vor – Eine poetische Annäherung –	13

Teil I: Einführung in die Hörraum-Seelsorge **17**

1 Die Hörraum-Seelsorge in der Praxis	19
2 Hörraum-Gespräch – Beispiel Lara	23
3 Die einzelnen Gesprächsschritte kommentiert	29
4 Wie Veränderung im Herzen wächst	37
5 Wenn das Herz irrt: Falsche Deutungen und ihre Folgen	39
6 Das Herz verstehen lernen – Hörraum-Beispiel Enrico	45
7 Die einzelnen Gesprächsschritte kommentiert	51
8 Nicht die Zeit – Jesus heilt innere Wunden	57
9 Gefühle – die Sprache der Seele	59
10 Hörzeit des Herzens – Selbstreflexion mit Gott	71
11 Blockierte Gefühle – blockierte Seele	75
12 Durch Fragen das Gespräch mit Gott vertiefen	83

Teil II: Eine Erkundungsreise im Wortexpress

„Was ist der Mensch?“ **89**

Station 1: Lebendige Seelen	91
Station 2: Der 6. Schöpfungstag	93
Station 3: Die Geistseele und der Körper	94
Station 4: Gott und himmlische Körper	97
Station 5: Der Leib Jesu	101

Station 6: Die Reise nach innen – was treibt den Menschen an? ..	105
Station 7: Leben in zwei Welten	108
Station 8: Das Herz	111
Station 9: Gottes Herz	116
Station 10: Leben in einem neuen Machtbereich	120
Station 11: Von der harmonischen Verbindung zur inneren Spaltung	124
Station 12: Eine neue Schöpfung	129
Station 13: Verbundenheit als Schlüssel der Erlösung	133
Station 14: Ein neuer Bund	136
Station 15: Neues hat begonnen	140

Teil III: Der lange Weg zu meinem Herzen	147
---	------------

<i>Unter einem nassen Laken</i>	149
<i>Omas Malzbonbons</i>	150
<i>Die blaue Puppe</i>	151
<i>Allein beim Kaninchenzüchter</i>	153
<i>Von Gott enttäuscht</i>	154
<i>Auf der Suche nach Freiheit</i>	155
<i>Schatten über der Seele</i>	156
<i>Im Würgegriff</i>	157
<i>Die Wolke der Liebe</i>	158
<i>Warum Jesus?</i>	160
<i>Werden wie ein Kind</i>	162
<i>Im Schneckenhaus</i>	164
<i>Riss in der Mauer</i>	166
<i>Ein steinernes Herz</i>	168
<i>Alles hat seine Zeit</i>	171
<i>Der Waffentausch</i>	173
<i>Der Richterstuhl</i>	176
<i>Der innere Garten</i>	178
<i>Freundschaften, die mein Leben veränderten</i>	184
<i>Scham</i>	188
<i>Die Wiese beginnt zu blühen</i>	192
<i>Heimkommen</i>	194
<i>Mit Gebrochenheit leben</i>	196
<i>Zerbrochenheit und Schönheit</i>	197
<i>Nachklang</i>	201

Geleitwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

aus eigenem Erleben weiß ich – und vermutlich wirst du mir zustimmen: Es gibt kein Leben ohne Schmerz, Verlust, Verletzung oder Mangel. Und doch trägt jeder Mensch eine tiefe Sehnsucht in sich – die Sehnsucht nach Heilsein, nach Ganzsein.

Oft versuchen wir, unsere Verletzungen selbst zu bewältigen. Manches hilft für eine Zeit, vieles erweist sich jedoch nur als Kompensation. Wirkliche Heilung findet die Seele bei dem, der selbst vollkommen ist und sich zugleich unseren Verletzungen liebevoll zuwendet: bei Gott. Dafür braucht es Räume der Begegnung – Räume, in denen der Mensch hören lernt, was auf Gottes Herzen ist: Hörräume des Herzens.

Rosemarie Stresemann legt uns hier ein Seelsorge-Lehrbuch der besonderen Art vor, das aus ihrem reichen Erfahrungsschatz geboren ist. Über viele Jahre hat sie Menschen begleitet, verschiedene seelsorgerliche und kommunikative Ansätze kennengelernt und dabei immer neu gelernt, sich selbst unter die Führung des Heiligen Geistes zu stellen. Daraus entstand kein festes System und keine neue Methode. Denn der Hörraum des Herzens – dieser Raum, in dem reale Begegnung zwischen Gott und Mensch stattfindet – ist viel größer und überraschender, als dass man ihn in eine systematische Form fassen könnte.

Stattdessen erzählt sie Geschichten. Geschichten, die sich im Inneren des Lesers einnisten und dort ihre heilsame Wirkung entfalten.

Im ersten Teil des Buches nimmt uns die Autorin unmittelbar in die Praxis des Hörraums hinein. Der Leser erlebt, wie Gott an den Herzen von Ratsuchenden wirkt und wie die Seelsorgerin sich bewusst unter die Leitung des Heiligen Geistes stellt. Nicht menschliche Expertise steht im Mittelpunkt, sondern das gemeinsame Hören auf Gott – und die überraschenden Wege, auf denen er spricht und handelt.

Der zweite Teil nimmt uns weit über den Seelsorgeraum hinaus und öffnet grundlegende Fragen nach dem Menschen, seinem Herzen und Gottes Erlösungswerk. Auf der Suche nach Antworten nimmt uns Rosemarie mithilfe einer Geschichte auf eine Erlebnistour durch das Wort Gottes mit. Wir suchen nach dem verlorenen Schatz: dem Heilen, im Herzen Gottes erneuerten Menschen und der Wiederherstellung der ganzen Schöpfung.

Im dritten Teil gewährt die Autorin einen sehr persönlichen Einblick in ihren eigenen Weg zu einem heilen Herzen. Mit großer Offenheit erzählt sie von lebensgeschichtlichen Verletzungen und den Heilungsprozessen, die Gott in ihrem Leben angestoßen hat. Gerade diese Ehrlichkeit macht das Buch glaubwürdig und lädt den Leser ein, sich mit den eigenen Fragen vertrauensvoll an Gott zu wenden.

Mich persönlich hat dieser Teil bewegt und neu herausgefordert, Gott auch in den eigenen Nöten mit der offenen Frage zu begegnen: „Was willst du mir sagen, wo möchtest du mich berühren und wie mich heilen?“ Die Lektüre dieses Buches hat bei mir selbst einen Prozess des Ganzwerdens angestoßen.

Ich bin mir daher sicher, dass das Buch nicht nur für Seelsorge-Interessierte geeignet ist. Mit dem theologisch-anthropologischen Mittelteil und dem persönlichen Lebenszeugnis von Rosemarie spricht es sowohl Menschen an, die sich für Seelsorge und Theologie interessieren, als auch geistlich Suchende, die Gott im eigenen Leben neu begegnen möchten. Wer sich darauf einlässt, wird nicht nur neue Gedanken entdecken, sondern immer wieder eingeladen, selbst hörend vor Gott zu stehen.

Ich wünsche dir, dass dieses Buch auch für dich zu einer solchen Einladung wird.

Ralf Elsner
Therapeut für Konzentrierte Bewegungstherapie
1. Vorsitzender des Surrexit e.V.
Surrexit – Beratung, Therapie, Geistliche Begleitung
www.surrexit.de
Altensteig, Juli 2026

Vorwort

Welche Fragen bewegen dich, wenn du dieses Buch aufschlägst?

Vielleicht suchst du einen Weg, dein eigenes Herz besser zu verstehen, oder du sehnst dich danach, Gottes Stimme darin deutlicher zu hören.

Gleich zu Anfang: Dies ist kein Seelsorge-Fachbuch. Ich erzähle dir von einem seelsorgerlichen Ansatz, der über Jahre in meiner geistlichen Begleitung gewachsen ist: dem „Hörraum des Herzens“. Dabei nehme ich dich mit auf einen Erfahrungsweg, der dir Mut machen soll, diesen Hörraum selber zu entdecken.

Die Heilung der Seele beginnt dort, wo sich das Herz wieder mit Gott verbindet.¹ Deshalb konzentriere ich mich bei meinem Seelsorgeansatz auf diesen inneren Raum.

Ohne den Heiligen Geist hätte ich dieses Buch nie geschrieben – denn ER ist der wahre Seelsorger. Ich durfte ihn in dieser Eigenschaft persönlich kennenlernen, und er nahm mich über viele Jahre hinweg in seine Schule.

In der Seelsorge ist es wichtig, dass in Zusammenarbeit mit dem Heiligen Geist alles ausgeräumt werden kann, was das Herz blockiert oder beschädigt hat. Seit einigen Jahren arbeite ich in der Begleitung von Ratsuchenden fast ausschließlich mit der Hörraum-Seelsorge. Sie ermöglicht oft überraschend schnell, die Wurzeln langjähriger innerer Konflikte freizulegen und Wege zu echter, bleibender Veränderung zu entdecken. Ihre besondere Kraft liegt darin, dass der Ratsuchende erlebt, wie der Heilige Geist ihm Wahrheit im Innersten schenkt.

Das Buch verbindet persönliche Erfahrungen, geistliche Erkenntnisse, biblische Einsichten und praktische Beispiele.

Es gliedert sich in drei Teile, die du auch unabhängig voneinander lesen kannst:

¹ Mehr dazu in dem zweiten Teil: Eine Erkundungsreise im Wortexpress.

- Teil 1: Hörraum des Herzens
- Teil 2: Eine biblische Entdeckungsreise im Wortexpress „Was ist der Mensch?“
- Teil 3: Der lange Weg zu meinem Herzen

Im ersten Teil möchte ich dir anhand von Hörraum-Gesprächen zeigen, wie man gemeinsam in diesen Raum des Herzens eintreten kann und wie der Heilige Geist dort als Seelsorger wirkt. Ergänzt werden die Beispiele durch einzelne seelsorgerliche Aspekte und praktische Übungen.

Im zweiten Teil starte ich eine Erkundungsreise durch die Bibel – mit einem Zug, dem Wortexpress. Dabei leitet mich die Frage: Was ist der Mensch?

Von dir braucht es für diese Reise nur Neugierde und Offenheit. Dabei kannst du überraschende Einsichten zum Thema Mensch, Seele, Herz und Geist gewinnen.

Im dritten Teil berichte ich dir von meinem persönlichen Weg, auf dem ich mein Herz kennenlernen durfte.

Als ich vor vielen Jahren mit ehrenamtlicher Beratung begann, wollte ich Menschen helfen, in ihre eigene Gestalt, die sie in Gott haben, hineinzuwachsen. Aber wie konnte dies gelingen, ohne dass sie am Ende zu einer Kopie von mir wurden? Was brauchte ich dafür?

Auf der Suche nach einem weiterführenden, neutraleren Zugang begann ich eine Ausbildung in systemischer Therapie und Coaching, zunächst ganz ohne seelsorgerlichen Anspruch. Die Rolle als Coach lag mir, war gesellschaftlich anerkannt, aber das Wort „Seelsorge“ blieb mir fremd.

Mit dem Thema „Geist“ hatte ich mich über Jahrzehnte intensiv beschäftigt. Aber die „Seele“? War sie überhaupt wichtig für Gott?

Es brauchte eine lange persönliche Lehrzeit, in der ich mithilfe des Heiligen Geistes zuerst den Weg zu meinem eigenen Herzen finden musste.²

Schritt für Schritt durfte ich dabei entdecken: Der Heilige Geist ist nicht nur Lehrer, Tröster und Führer, er ist auch der Seelsorger der Seele. Mit liebevoller Geduld zeigte er mir, wie er sich ihrer annimmt, um sie ins Herz des Vaters zurückzuführen.

² Siehe Teil 3 dieses Buches: Der lange Weg zu meinem Herzen.

Für diese Seelsorge sucht der Heilige Geist Menschen, die ihm dabei helfen. Dieses Buch soll dir dafür Anregungen und Hilfestellungen geben. Es ersetzt dabei keine Seelsorgeschulung, sondern kann sie ergänzen und unterstützen.

Ich wünsche dir, dass du beim Lesen dem Heiligen Geist als deinem persönlichen Seelsorger begegnest – und dass du den Hörraum deines Herzens entdeckst. Denn jeder Weg der Heilung beginnt im eigenen Herzen.

Bevor wir uns den Grundlagen der Hörraum-Seelsorge zuwenden, lädt dich eine poetische Erzählung ein, der Seele selbst zuzuhören.

Prolog

Die Seele stellt sich vor – Eine poetische Annäherung –

Darf ich mich vorstellen? Ich bin die Seele.

Als der Vater mich erschuf, war ich ganz eins mit seiner Liebe – geboren aus seinem heiligen Liebeshauch. Von Anfang an war ich verbunden mit Geist und Leib. Ich war nicht allein.

Ich war eins mit dem Körper, eins mit dem Geist – so wie Vater, Sohn und Heiliger Geist eins sind und doch eigenständig.

Ohne Liebe bin ich nichts. Für die Liebe bin ich geschaffen. Aus Liebe bin ich geworden – und alles in mir sehnt sich nach dieser Liebesverbindung zurück. Ohne sie kann ich nicht leben.

Verstehst du meinen Schmerz?

Seit dem Sündenfall musste ich in Trennung vom göttlichen Geist leben. Die Liebesströmung aus dem Himmel erreichte mich nicht mehr. Ich war verloren. Orientierungslos. Wie hätte ich den Weg zurückfinden sollen?

Was mir blieb, war die Verbindung zum Leib. Vieles, was der Leib begehrte, zog nun an mir.

Ich klammerte mich an Dinge, die mir vorgaukelten, Liebe zu bringen. Dabei entwickelte ich Süchte, wurde verletzt und tat alles – nur, um irgendwie diese Leere zu füllen.

Ich war schrecklich einsam und auf mich allein gestellt. Rastlos war ich auf der Suche, nur um stets neu enttäuscht zu werden. Ich wusste nicht, wie ich das finden sollte, wonach ich mich so sehnte – eine unbegrenzte, bedingungslose Liebe.

Meine Not war groß. Ich bin nicht dafür gemacht, allein durch diese Welt zu gehen. Ich versuchte einfach, irgendwie zu überleben.

Ich beobachtete andere Seelen, wie sie zurechtkamen: Einige zogen sich ganz in sich zurück, andere wurden wütend, schlugen um sich. Wieder andere gaben sich der Verzweiflung hin. Ich lernte von

denen, die mir nah waren – aber nichts, was ich tat, konnte meine tiefe Sehnsucht stillen.

Dann kam Jesus.

Er fand mich in meiner Verlorenheit.

Und plötzlich geschah das Unfassbare: Ich wurde wieder mit dem Geist Gottes verbunden – neu geschaffen. Die Liebe meines Vaters begann, mich zu versorgen.

Ich war überglücklich und dachte: *Jetzt ist für immer alles gut.*

Aber das neue Leben brachte auch Unsicherheit mit sich. Ich hatte so lange gelernt, allein für mich zu sorgen, doch nun schien es eine neue Ordnung zu geben. Der innere Mensch¹ – aus dem Geist neu geboren – wollte die Führung übernehmen.

Es tat mir gut zu spüren, dass ich nicht alles alleine entscheiden musste. Diese neue Geistführung brachte mir Entlastung – einerseits. Andererseits zögerte ich, schützte mich weiterhin selber und weigerte mich oft, ihm zu folgen. Ich war misstrauisch. Meinte er es wirklich gut mit mir?

Würde er mich sehen? Mich verstehen?

Wie sollte ich den alten Ballast loswerden, die vielen Lügen, die mich gefangen hielten? Ich war innerlich vergiftet und sehnte mich nach liebevoller Wahrheit. Aber: Ich war noch immer tief verletzt.

Einfach nur gehorchen heilte meine Wunden nicht.

Neue Spannungen traten auf. Nun zerzte nicht nur der Leib an mir, jetzt zog mich auch der innere Mensch. Würde dieses Ziehen und Zerren denn nie ein Ende nehmen?

Zu meiner Enttäuschung erlebte ich eine neue Art der Verachtung. Plötzlich schien ich bedrohlich und böse zu sein.

Es stimmt: Seitdem ich auf die Welt gekommen bin, hat die Sünde mich geprägt, geformt, beherrscht. Aber mein Schöpfer hat mich nicht böse geschaffen.

Ich war im Reich der Finsternis aufgewachsen, in dem Menschen auch durch finstere Geister belogen und manipuliert werden. Daher habe ich mir vieles angewöhnt, was ich nicht ohne Hilfe loslassen kann – Muster des Selbstschutzes, Überlebensstrategien und vieles mehr. Alles nutzlose Versuche, um Liebe zu bekommen oder mich vor weiterer Verletzung zu schützen.

¹ Eph 3,16 – mehr dazu im zweiten Teil des Buches.

Aber jetzt ist Hoffnung in mir. Denn der Geist in mir, auf den ich so dringend angewiesen bin, ist wieder verbunden mit dem Heiligen Geist – mit dem Ruach des Vaters, von dem ich komme.

Was ich jetzt brauche, ist eine liebevolle Führung. Ich brauche den Geistmenschen² in mir – verbunden mit Jesus, getragen von seiner Liebe.

Ich ordne mich gerne unter – wenn ich geliebt werde. Aber wenn der innere Mensch mich schlägt, mich beschämt, mich wegdrückt, dann kehre ich zurück zu meinen alten Wegen des Schutzes.

Bitte, lieber Geistmensch, geh liebevoll mit mir um!
Du hast nur eine Seele – und ich bin sie.

² „Geistmensch“ und „innerer Mensch“ gebrauche ich in der Erzählung synonym.

TEIL I

Einführung in die Hörraum-Seelsorge

Kapitel 1

Die Hörraum-Seelsorge in der Praxis

Meine Schafe hören meine Stimme.

Jesus in Johannes 10,27

Definition

Die Hörraum-Seelsorge hilft Menschen, im Inneren ihres Herzens Gottes Stimme für ihre persönlichen Nöte und Fragen zu hören. Durch offene Fragen und gemeinsames Hören öffnet sich ein Raum, in dem der Heilige Geist selbst das Gespräch führt und der Seele neue Orientierung schenkt. Im Hörraum-Gespräch wird Wahrheit nicht nur gehört – sie wird im Herzen als wahr erkannt.

Ziel ist es, dass Menschen heilsame Wege mit Gott entdecken und in ihrer Beziehung zu ihm wachsen.

Der Hörraum befindet sich im Inneren des Herzens, dort, wo sich Gottes Geist mit dem menschlichen Geist verbindet. Gerade in persönlichen Nöten braucht es jedoch oft Hilfe, damit die Kommunikation mit Gott gelingen kann. An diesem Punkt setzt die Hörraum-Seelsorge unterstützend an.

Durch wiederholte gemeinsame Hörraumzeiten wächst die Fähigkeit des Ratsuchenden, eine eigene Hörzeit selbstständig mit Gott zu gestalten. Wird diese Zeit Teil des persönlichen Gebetslebens, kann daraus ein beständiger Prozess innerer Heilung entstehen.

Inspiziert zu dieser Art geistgeführter Seelsorge wurde ich durch den Ansatz von SOZO.¹ Mich faszinierte vor allem die Möglichkeit,

¹ Siehe: www.bethelsozo.de / In vielen Gemeinden wird SOZO – ein innerer Heilungs- und Befreiungsgebetsdienst – als Ergänzung zu anderen Seelsorgemethoden angeboten.

Ratsuchende durch gezielte Fragen in einen direkten Austausch mit Gott zu führen. Diesen Grundgedanken entwickelte ich für meine eigene seelsorgerliche Praxis weiter.

Für die Hörraum-Seelsorge übernahm ich daraus nur zwei wesentliche Elemente:

- Die ratsuchende Person wird von mir angeleitet, bestimmte Fragen an eine der drei göttlichen Personen – Vater, Jesus oder Heiliger Geist – zu richten.
- Die erste Antwort – je nachdem, an wen die Frage gerichtet war – hilft mir zu erkennen, wie das Gespräch weitergeführt werden kann.

Worin sich die Hörraum-Seelsorge unterscheidet

Nach dieser Anfangsphase löse ich mich bewusst vom klassischen SOZO-Ansatz und entwickle das Gespräch im Hören auf den Heiligen Geist weiter – mithilfe offener Fragen, die individuell auf den Ratsuchenden und seine Situation abgestimmt sind.

Jede Hörraum-Zeit ist einzigartig. Es gibt keinen festgelegten Weg zum Ziel. Was Gott schließlich ans Licht bringen will, wissen beide Beteiligten zu Beginn nicht.

Jedes Gespräch wird von mir protokolliert, damit der Ratsuchende sich ganz auf das Hören konzentrieren kann. Das Protokoll hilft mir, den roten Faden im Gespräch zu behalten und an bereits Offenbartes anzuknüpfen. Für den Ratsuchenden dient es anschließend zur Vertiefung und zur bewussten Verarbeitung dessen, was im Gespräch geschehen ist.

Ein Begleitprozess umfasst meist mehrere Sitzungen im Abstand von mindestens vier Wochen. In dieser Zeit wird das Gehörte im Alltag umgesetzt und Neues eingeübt. Oft lösen sich nach und nach innere Schichten, sodass weitere Fragen oder tiefere Blockaden sichtbar werden. Erst wenn dieser Prozess seinen Abschluss gefunden hat, endet auch die Begleitung.

Die Hörzeit ist nun so vertraut geworden, dass sie selbstständig praktiziert werden kann. Auf diese Weise kann eine bleibende, vertiefte Herzensbeziehung zu Gott wachsen.

Bevor ich ein Beispiel aus einem Hörraum-Gespräch vorstelle, möchte ich kurz beschreiben, welche Elemente sich in einer Hörzeit häufig wiederfinden.

Elemente einer Hörraum-Zeit

Obwohl die Hörraum-Zeit keiner festen Methode folgt, lassen sich dennoch einige wiederkehrende Schritte erkennen:

Gebet und Ausrichtung auf Gott

Die Zeit beginnt mit einem Gebet. Dabei richten wir unser Herz bewusst auf Gott aus und bitten den Heiligen Geist um seine Leitung.

Haltung des Nichtwissens

Wir überlassen ihm sowohl den Weg als auch das Ergebnis. Entscheidend ist allein, was der Heilige Geist in sein Licht bringen will. Er kennt die Wege der Seele und weiß, was sie braucht.

Klärung des Anliegens

Der Ratsuchende beschreibt kurz die Situation oder Frage, die ihn bewegt. So wird deutlich, welches Anliegen in die Hörzeit hineingenommen wird. Dabei bleibt offen, ob Gottes Geist das Gespräch in eine andere Richtung führt.

Die Hörzeit

Durch angeleitete offene Fragen wird der Ratsuchende eingeladen, sich im Herzen an Gott zu wenden und auf seine Antwort zu hören. Auch der Seelsorger hört dabei auf die Führung des Heiligen Geistes.

Einsicht und Entscheidung

Was im Hören deutlich geworden ist, kann zu neuen Einsichten oder Entscheidungen führen. Diese werden gemeinsam bedacht und vorbereitet.

Antwort im Gebet

Entscheidungen oder Schritte werden Gott im Gebet bewusst als Antwort gegeben.

Empfang von Gottes Hilfe

Zum Hören gehört auch das Empfangen dessen, was Gott schenkt – Trost, Vergebung, Orientierung oder neue Kraft für den nächsten Schritt.

Die folgende Grafik fasst den Ablauf einer Hörraum-Zeit in vereinfachter Form zusammen:

Hörraum-Seelsorge:

Der Ablauf



1. Ankommen	2. Fragen stellen	3. Hören auf Gott	4. Deuten und Vertiefen	5. Umsetzen
<i>Ruhe & Gebet</i>	<i>Offene Fragen</i>	<i>Antworten empfangen</i>	<i>Gehörtes verstehen</i>	<i>Neues einüben</i>

Illustration zum Ablauf der Hörraum-Seelsorge

Im Folgenden stelle ich ein Fallbeispiel einer Hörraum-Zeit vor – anhand eines Wortprotokolls, das ich an einzelnen Stellen kommentieren werde.