

## Gebetsnot und not-wendendes Beten (I)

Es gibt viel Literatur über das Gebet. Dennoch verstummt die aus der Gebetsnot stammende Frage nicht: „Wie können wir heute beten?“ Sie wird eher noch eindringlicher gestellt.

Diese Artikelserie kann niemandem die eigene Erfahrung und Praxis ersparen. Das Aufzeigen der Gründe für unsere Gebetsnot mag aber schon eine kleine Hilfe dazu sein, sie zu überwinden. In den vier Nummern dieses Jahrgangs der Quartalschrift sollen folgende Ursachen von Gebetsnot besprochen werden: Die Nichtbeachtung natürlicher Dinge (I); die Schwerhörigkeit unserer Zeit gegenüber Gott (II); die persönlich verschuldete Schwerhörigkeit gegenüber Gott (III); die falsche Gebetsweise (IV). (Redaktion)

### Hinführung

„Beten ist menschlich“,<sup>1</sup> denn „der Mensch ist unheilbar religiös“ (B. Welte), aber Beten ist kein Spaziergang, denn Gott ist ein „mühsamer Freund“ (H. Oosterhuis); es fällt uns im übrigen nicht leicht, ganz menschlich zu sein. Alle Illusionen über mögliche Schnellkurse sind von Anfang an zu dämpfen, denn Lebensgesetze sind die des nüchternen und auch durch Krisen hindurch geduldigen Wachstums im Gegensatz zum schnell aufgepflanzten Machwerk mit seinen Wassertrieben und Scheinfrüchten. Das Gebet führt nicht in ein Schlaraffenland, sondern will Zugang sein zum Reich Gottes, das kein Reich der billigen Gnade ist. Mühe und Gnade gehören zusammen; zunächst ist Beten mehr Mühe, in den tieferen Stufen wird es immer mehr Gnade. Erst nach den Jahreszeiten Winter, Frühling und Sommer kommt der fruchtbare Herbst. Das darf aber nicht darüber hinwegtäuschen, daß viel Korn bereits in stiller Winternacht gedeiht. Beten als Gang in die Mitte gegen den Sog der Peripherie wurde immer als Mühe erlebt, die sich freilich „lohnt“. So sagt der Wüstenvater Abbas Agathon:

„Es gibt keine größere Mühe als das Beten zu Gott. Überall, wo der Mensch beten will, wollen ihn die Heilsfeinde abhalten. Denn sie wissen, daß ihnen von keiner Seite her mehr Behinderung droht als vom Beten zu Gott . . . Das Beten verlangt Kampf bis zum letzten Atemzug.“<sup>2</sup>

Romano Guardini meint in seiner „Vorschule des Betens“:

„Im allgemeinen nämlich betet der Mensch nicht gern. Er empfindet dabei leicht eine Langeweile, eine Verlegenheit, einen Widerwillen, geradezu eine Feindseligkeit. Alles andere erscheint reizvoller und wichtiger.“<sup>3</sup>

Auch wenn Beten menschlich ist, sind wir aufgrund der Haut, in der wir stecken, und der Luft, die wir atmen, keine Naturtalente mehr, denn „wir leben anders als wir gemacht sind“ (R. Riedl). Wie wir für den zwischenmenschlichen Kontakt Nachhilfeunterricht (Kommunikationstraining) brauchen, so bedürfen wir auch des Kommunikationstrainings mit Gott, des „Exerzierens“, um in die Vertrautheit mit ihm hineinzuwachsen (Exerzitienziel: *familiaritas cum Deo*). Wie in der Beziehung zwischen Eltern und Kind das Urvertrauen grundgelegt wird, indem das Kind das Antlitz seiner Eltern „gnädig“, d. h. in bedingungsloser Liebe, über sich leuchten sieht und Antwort

<sup>1</sup> Vgl. J. Sudbrack, *Beten ist menschlich. Aus der Erfahrung unseres Lebens mit Gott sprechen*, erw. Neuauflage von HTB 465, Freiburg 1981.

<sup>2</sup> *Weisungen der Väter* (Sophia. Quellen östl. Theologie, hg. v. J. Tycki und W. Nyssen, Bd. 6), Freiburg 1965, n. 91, 42f.

<sup>3</sup> R. Guardini, *Vorschule des Betens*, Einsiedeln 1964, 7. Aufl., 16.



gibt in seinem ständig wiederholten „Mama, Papa, . . .“, so hören wir auf unsere Frage, wie wir beten sollen, Jesu Aufmunterung, es wie Kinder zu machen und ständig neu zu rufen „Abba, Vater unser“.

Die Vater-Anrede entspricht unserem Kindsein, doch Jesus fordert uns nicht auf, Kinder zu bleiben, sondern wie Kinder zu werden. Wie jede Menschwerdung notwendige Lebenskrisen durchläuft, so ist auch unsere Beziehung zu Gott, also unser Beten, einem solchen Prozeß mit Krisen unterworfen, um Kinder einer zweiten Naivität zu werden. Wir sollten dabei nicht vergessen, daß Krise immer ein Zweifaches bedeutet: Katastrophe und Hoffnung. Die Lebenskrisen wollen also Krisen zum Leben sein. Die Not ist ein Schrei nach Abhilfe, wie der Schmerz ein Signal ist, mit dem der gesunde Körper reagiert, um falsche Weichenstellungen zu korrigieren.

### Gebetsnot als Folge der Nichtbeachtung natürlicher Dinge

#### *Gnade setzt Natur voraus*

Es ist eine der wichtigen theologischen Erkenntnisse, daß die Gnade die Natur voraussetzt und vervollkommen (gratia supponit et perficit naturam), aber zugleich eine der Wahrheiten, an denen wir uns oft versündigen. Wir treiben vielfach Raubbau an unserer Natur und erwarten dann, daß die Gnade den Schaden gutmacht und das Gebet die Wunden heilt.

Wer nicht beten kann, muß sich zunächst fragen, wie es um sein Menschsein steht, damit er nicht, bildlich gesagt, dem Fehler verfällt, im zweiten Stockwerk seines Hauses zu bauen, statt die notwendigen Fundamente im Keller und Erdgeschoß zu legen, denn „die Dinge entwickeln sich nicht von oben nach unten, sondern der organische Aufbau eines Menschen, auch der seiner Weltanschauung, seiner Religion erfolgt von unten nach oben“.<sup>4</sup> Ich soll für ein Wunder Gottes, in dem Gott die Natur „überspringt“, offen sein, aber ich darf es nicht verlangen und nicht Gottes Allmacht in dieser mich letztlich entmündigenden Richtung strapazieren, denn Gott ist nicht nur mein Erlöser, sondern auch mein Schöpfer und Erhalter. Auch wenn des Menschen Natur durch die Sünde verletzt und für das Böse anfällig ist, ist sie nicht ganz verdorben und kann und soll der Mensch mit Gottes Kraft in Entfaltung seiner Fähigkeiten alles ihm Mögliche tun. Es besteht keine Konkurrenz zwischen dem Schöpfer und Erlöser, der zugleich Vollender ist. Beten ist nicht eine Einladung, die Hände in den Schoß zu legen (Quietismus), es ist vielmehr die Anerkennung Gottes, der mich zu mir selbst und zu meinen Talenten befreit und freilich zugleich mein immer fragmentarisches und oft fehlerhaftes Tun nochmals in seiner Liebe überholt und umfängt. So soll ich — nach Ignatius von Loyola — so handeln, als ob alles von mir abhinge, zugleich darf ich so vertrauen, als ob alles von Gott abhinge (wodurch das erste vom Fluch und vom Krampf der Selbsterlösung befreit wird zum Maß des mir in Freiheit Möglichen). Wir sollen also nicht — analog zum Ankämpfen — gegen etwas „an-beten“, wenn die Gründe der Not woanders liegen, nämlich in der Nichtbeachtung natürlicher Dinge. Leid und Not sollen wir auch dort nicht allzu schnell als Gottes Willen ansehen, wo er uns Kräfte gegeben hat, diese zu beseitigen — gemäß dem Gebet F. Öttingers aus dem Jahre 1728:

„Gott, gib mir den Mut, das Leid, das in der Welt verhinderbar ist, zu beseitigen. Gib mir die Kraft, das Leid, das unvermeidbar ist, zu ertragen. Und gib mir die Weisheit, zwischen diesen beiden Dingen zu unterscheiden.“

<sup>4</sup> E. Ringel, *Die österreichische Seele. 10 Reden über Medizin, Politik, Kunst und Religion*, Wien 1984, 72.



Gebetsnot kann also ein Aufruf sein, wieder gesund und vernünftig zu leben, mein Menschsein ernstzunehmen und „positiv“ zu denken und zu handeln. Wer sich überarbeitet und nicht mehr ausspannt, soll sich nicht wundern, daß er nicht mehr beten kann. Wer sich nicht genügend Schlaf gönnt und auch den Jahresurlaub als Luxus ansieht, wird leicht in eine Krise geraten, die er nicht durch vermehrte Gebetszeit beheben kann. Wer von einer Arbeit in die andere fällt und keine Pause mehr macht, der erstickt damit auch das Gebet. Wer sich aus Vergötzung des Leistungsprinzips kein Kranksein mehr gestattet, wird die Warnsymptome seines Leibes nicht mehr hören. Wer stark Kopfwahl oder Zahnschmerzen hat, wird sich nicht in ein tiefes Gebet versenken können; er soll zunächst etwas gegen seine Schmerzen tun. Wenn jemand an Depressionen leidet, so darf er seine Not vor Gott hintragen, aber zugleich soll er das ihm Mögliche tun, um den aktuellen Schmerz und — womöglich langfristig — die dahinterliegenden Ursachen auch therapeutisch zu lindern oder zu heilen. Heilung durch Gebet darf nicht zum Überspringen der möglichen natürlichen Hilfen, also aller medizinischen und notfalls auch psychotherapeutischen Möglichkeiten, werden, zu einer supranaturalistischen Flucht ins Gebet. Humanes Tun darf freilich das Gebet nicht ausschließen, sondern muß dafür offen sein, wie auch Arzt und Priester um ihre je eigenständigen und doch ergänzenden Dienste wissen sollen. Viel Gebetsnot bedarf gerade heute aufgrund des durch Erziehung und Milieu vergifteten Gottesbildes der Hilfe der Humanwissenschaften, zumal der Psychotherapie. Oft freilich genügt schon das tiefe humane Wissen des gesunden „Hausverstandes“.

Im „Leibgewissen“, d. h. in der körperlich verspürbaren Reaktion auf seelische Umstände, hat der Mensch ein feines Sensorium für alle Fälle, in denen er die natürlichen Dinge nicht beachtet. Theoretisch wissen wir zwar sehr viel über die psychosomatischen Zusammenhänge im Krankheitsbereiche, und nicht wenige sind wieder sensibler geworden, wenn sie etwas „im Magen drückt“, wenn etwas „den Atem nimmt“ oder „im Hals steckenbleibt“, . . . aber vielfach wird das „Leibgewissen“ als Stimme des Schöpfer-Gottes nicht ernstgenommen, und dann lebt der Mensch in einem falschen Rhythmus.

### *Verlust der Mehrdimensionalität des Menschen*

Die Krankheit des Jahrhunderts, die in der Entfremdung des Menschen von sich selbst, von seinen Mitmenschen, von der Natur und von Gott besteht, ist u. a. eine Folge der seit Descartes (*Cogito ergo sum*) immer größeren Trennung zwischen Denken und Affekt, die in der einseitigen Vorherrschaft des Rationalen und Technischen und in der entsprechenden Verdrängung der Tiefenschichten des Menschen zum Ausdruck kommt. In einer Welt, in der nur der „Homo Faber“ (M. Frisch) zählt, wird alles säkularisiert und viele Erfahrungen der Natur, der Symbole und der Begegnungen, die früher selbstverständliche Wege zum Religiösen waren, haben ihre Bedeutung als „Vorraum des Betens“ verloren, wenn der einzelne sie nicht selbst neu für sich zugänglich macht, denn die inzwischen wertfreie Gesellschaft hilft ihm dabei nicht mehr.

Die Christen haben zwar weitergebetet, aber das Beten hat vielfach den Boden unter den Füßen verloren, den Anknüpfungspunkt in der menschlichen Erfahrung, die Verankerung im Humanum. Es darf nicht verwundern, daß solches, seiner Wurzeln beraubtes Gebet immer mehr vertrocknete und seine Lebenskraft und Ausstrahlung verlor. Eine solche Entwicklung kann ins Pathologische gehen und der Frömmigkeit den Beiklang von Unmenschlichkeit und Krankheit geben. So hört man gelegentlich sagen: „Es ist leichter, einen Gesunden fromm zu machen als einen Frommen gesund!“ Erwin Ringel,



der die Verdrängungen der „österreichischen Seele“ aufzeigt, weist auf deren wunde Stelle, den Glauben zu „entmenslichen“; seine alarmierende Diagnose sollte zu denken geben:

„Wo Menschliches mit Akribie eliminiert oder verurteilt wird, die Menschwerdung nicht stattfinden darf, geht für eine Lehre auch die Attraktivität auf Menschen verloren, sie droht, aus lebendiger Substanz totes, theoretisches System zu werden. Dies steht in Übereinstimmung mit der gerade in Österreich festzustellenden psychotherapeutischen Einsicht, daß Gott sich vielfach aus dem Bewußtsein zurückgezogen hat, dafür im Unbewußtsein eine unendliche Sehnsucht nach Religion besteht, die aber von einer menschenfernen, ja oft menschenfeindlichen formalistischen Auslegung der christlichen Lehre nicht erfüllt werden kann.“<sup>5</sup>

Das Entdecken der wahren Natur des Menschen und damit auch der wahren Menschlichkeit unserer christlichen Religion (vgl. Tertullian: *anima naturaliter christiana*) besteht nicht in dem, was „man“ tut und was gerade „in“ ist, denn das ist meist die Eindimensionalität des nur nach Nutzen und Profit rechnenden Homo Faber, sondern vielmehr im Freilegen der verschütteten Dimensionen. Gebet in solchem Klima ist zunächst „Unterbrechung“, Unterbrechung aller Plausibilitäten, in denen wir leben, und das macht zunächst einmal — sprachlos.“<sup>6</sup>

Die ins Unbewußte verdrängte Sehnsucht nach Religion feiert neuerdings Urstände in den verschiedensten, oft recht obskuren Wellen der „neuen Religiosität“, die sich aller Esoterik annimmt und der der Psychoboom unserer Tage Rechnung trägt. Innerhalb der Kirchen versuchen zurecht etwa die Meditationsbewegung oder die charismatische Gemeindeerneuerung den verlorengegangenen Boden der Erfahrung auf verschiedenste Weise wiederzugewinnen und zu verbreitern, um unser Beten neu in unserer menschlichen Erfahrung zu verankern.

#### *Verwurzelung des Betens im „Humusboden“ unserer normalen Erfahrung*

Die Frage nach Gott ist zunächst nicht die Frage, ob es ihn gibt, sondern wie es uns gibt: offen oder verschlossen. In einem Schreiben der holländischen Bischöfe aus dem Jahre 1974 über das Beten bedauern sie die Verkümmern der Innerlichkeit und fordern ein Zurückgewinnen der tieferen Dimensionen menschlichen Daseins.

„Es scheint uns, daß die Zurückdrängung, unter der das Gebet in unserer Gesellschaft leidet, irgendwie zusammenhängt mit einer zu geringen Wertschätzung von etwas sehr Fundamentalem im Menschen: seiner Sehnsucht, seinem Schmerz, seiner Freude, seiner Rebellion, seiner Hilfsbedürftigkeit, seiner Dankbarkeit, seinem Heimweh nach dem Fest.“ (Publik-Forum Sonderdruck)

Angesichts der weitgehenden Rationalisierung muß wiederum die normale menschliche Erfahrung zum Humusboden unseres Betens werden: das Staunen und Überraschtwerden im aufmerksamen Betrachten von Dingen, Menschen und Ereignissen, die Empfänglichkeit für das Unerwartete, für das nicht Selbstverständliche und Fremde, die Ergriffenheit von Kunst. Solches erdnahe Beten entspricht Adam, dem „Erdling“, dem Gott seinen Geist einhauchte.

Der Mensch muß wieder innehalten, auch und gerade wenn er „keine Zeit hat“; er muß Stoßdämpfer zwischen die einzelnen Arbeiten einlegen, soll er nicht Schaden nehmen; er muß Pufferzonen der Stille zwischen die lauten Bereiche des Lebens schieben, soll das Geheimnis des Lebens nicht getötet werden. Wer verlernt hat, natürliche Pausen zu ma-

<sup>5</sup> E. Ringel, a.a.O., 43 (vgl. ebd. 71f. 320–333).

<sup>6</sup> J. B. Metz, Voraussetzungen des Betens, in: HerKorr 32 (1978) 132.



chen, etwa beim Jahreswechsel, am Geburtstag, beim Öffnen eines wichtigen Briefes, in Stunden der Entscheidung oder wann immer er außer sich ist vor Freude oder Leid, wird kaum noch Zeit und Anlaß finden, im Gebet die Augen nach oben zu erheben. Grenzfragen, die sich in dunklen oder hellen Stunden auftun, können mit dem „Schlafpulver“ der Arbeit oder Zerstreuung betäubt werden; aber nur als eingestandene und angenommene können sie zum „Einfallstor Gottes“ (G. v. LeFort) werden.

Es gibt für den Christen praktisch keine menschliche Erfahrung, die nicht Ausgangspunkt für Meditation und Gebet werden könnte. So hat die Meditationsbewegung den ganzen Reichtum an möglichen Erfahrungen eingebracht. Aktive oder passive Leiberfahrungen, Verkosten der fünf Sinne, vielfältige Selbsterfahrung in Stille, im Atmen oder im kreativen Tun, vor allem aber das Wort und die Liebe können zum Fenster zur Ewigkeit hin werden, also zur meditativen Basis des zu Gott hin offenen Betens. Erst durch den Anknüpfungspunkt „unten“ enthält das Gebet eine persönliche Teilhabe. Indem ich frage, was *meine* Erfahrung „unten“ mit dem lebendigen Gott zu tun hat, beginne *ich* zu beten.

Wie alles Geschaffene, birgt freilich auch die Erfahrung die Gefahr in sich, sich einzugeln und sich selbst zu genügen. Meditation wird zum Verrat, wenn sie das in ihr enthaltene „Loch“ in der Erfahrung nicht offenhält hin zum sie übersteigenden Geheimnis. Um der möglichen Gefahr willen darf aber die Anstrengung nicht nachlassen, den Mutterboden unseres Betens neu zu integrieren und ihn in einem so neugewonnenen inneren Rhythmus des Menschen dem Weg in die Innerlichkeit dienstbar zu machen.

### *Beachten natürlicher Dinge*

Beim inneren Rhythmus des Menschen spielen sein körperlicher, affektiver und seelischer Rhythmus zusammen. Es wird für mein Beten sehr unterschiedlich sein, ob ich Migräne habe oder in Urlaubsstimmung bin, ob ich gerade in Prüfungsangst bin oder von einer guten Begegnung komme, ob sich unter mir ein Abgrund aufzutun scheint oder ich tiefen inneren Frieden empfinde. Bei einem hektischen Lebensrhythmus ist bestenfalls mündliches Gebet möglich — und auch das droht zu versiegen! Je mehr Ruhe einkehrt, umso tiefere Stufen des Betens werden zugänglich. Das Wesentliche im Gebet geschieht zwar von Gott her, doch ich muß das Meine beitragen, mich aus Verkrampfungen und Verspannungen lösen und zur Ruhe kommen.

Die Ordnung der äußeren Bedingungen, etwa die rechte Zeiteinteilung für Arbeit und Erholung, für Bildung und für Freunde und die Beschränkung der Arbeit auf ein erträgliches Maß ist ebenso wichtig wie die Suche nach der inneren Balance zwischen Möglichkeiten und Grenzen. Je mehr der Mensch ja sagen lernt zum eigenen Leben mit seinen Stärken und je mehr er sich mit seinen Grenzen und Schwächen versöhnt, umso weiter und gesünder wird in ihm der „Vorraum des Betens“. Aller Abbau dessen, was kränkt und deshalb krank macht (gestörte Beziehungen, menschenunwürdige Arbeitsbedingungen, Angstdruck usw.), ist zugleich Abbau an möglicher Gebetsnot, denn die Schwierigkeiten im Gebet hängen nicht selten mit dem Umgang mit meinen Mitmenschen und mit deren Verhalten zu mir zusammen.<sup>7</sup> Eine Mißachtung der Natur wäre es auch, wenn ich aus meiner Seele eine Mördergrube machte und nur brav moderierte Gebetsworte wählte, während es in mir kocht und brodelte. Solch unehrliches Beten wird

---

<sup>7</sup> Vgl. E. Ringel, a.a.O., 199—227.



versanden; nur die Wahrheit läutert und befreit, nicht die Verdrängung, die wir vor Gott am allerwenigsten notwendig haben, wie uns das alle Höhen und Tiefen des Menschseins umfassende Psalmengebet lehrt.

Das Wahrnehmen der Natur ergibt nicht ein für alle Altersgruppen stereotypes Gebetsmodell, denn wenn Beten so eng mit dem Leben verknüpft ist, so prägen auch die verschiedenen Lebensalter ihm ihren Stempel auf. So sollte uns der normale Unterschied zwischen dem selbstverständlich vertrauensvollen Kindergebet, dem eher unbeholfenen, verlegenen und suchenden Beten des Heranwachsenden, dem vielleicht trotz mancher Krisen zur treuen Gewohnheit gewordenen Gebet des Erwachsenen und dem gelassenen weisen Beten des alten Menschen nicht beunruhigen, sondern eher das Gegenteil, wenn etwa Erwachsene noch wie Kinder oder Jugendliche bereits wie Senioren beten. Wenn wir die natürlichen Dinge mehr beachteten und alle Dimensionen unseres Menschseins besser integrierten, käme es nicht zu den verschiedenen epochalen Pendelschlägen, die bei allem Positiven doch immer wieder einseitig zu werden drohen und so eine neue Gebetsnot heraufbeschwören können. Aus der starken Kopflastigkeit eines vorwiegend rational geprägten Betens kommt es in unseren Tagen zu einem mehr meditativ geprägten Beten mit all seinen Werten, aber auch mit der Gefahr des bloßen Verkostens der eigenen Innerlichkeit; aus einem mehr weltfernen Beten von einst (Mystik) zu einem mehr weltnahen Gebet heute (Politik); das mehr individualistische Beten wechselt über zu einem mehr sozialen Beten — bis hin zur Flucht aus dem Alleinsein in die Gemeinschaft; das stark institutionalisierte Beten bekommt einen notwendigen Ausgleich durch freies und spontanes Beten — mit der Gefahr, Stimmung und Gunst des Augenblicks überzubewerten. Die Besinnung auf den Menschen im Schnittpunkt von Hirn und Herz, Mystik und Politik, Individuum und Gemeinschaftswesen, Buchstaben und Geist könnte uns den rechten Mittelweg weisen und vor neuen einseitigen Pendelschlägen und der damit verbundenen Gebetsnot schützen.

### *Weg zur Mitte*

Um die verlorene Mitte und den inneren Rhythmus wiederzufinden, um also einen guten „Humusboden“ für das Beten auch in größeren Tiefen zu bereiten, gibt es zahlreiche Wege (Methoden), deren Begehung heute für viele das Gebot der Stunde ist. Sie können hier nur unvollständig und ohne nähere Erläuterung aufgeführt werden.

Eine Grundübung ist und bleibt das Schweigen, das heute — nach Kierkegaard — notwendiger denn je ist, um die kranke Welt zu heilen. Wer ständig schwätzt, kann nicht beten. Wenn Gott mit einem Menschen etwas vorhat, führt er ihn in die Wüste. Ein weiterer Weg in die Tiefe ist in allen Religionen das rechte Atmen, dessen gleichmäßiger Rhythmus zum ganzheitlichen Loslassen und zum vertrauenden Annehmen führt. Entspannungsübungen in verschiedenen leiblichen Situationen, vor allem im Sitzen und Gehen, sind für viele nervöse Menschen notwendiges Rüstzeug, um wieder beten zu können. Auch die fernöstlichen Methoden Zen und Yoga können für den in der christlichen Tradition Beheimateten eine echte Bereicherung sein, während sie für den des christlichen Standpunktes Entleerten aufgrund ihrer latenten Einheitsmetaphysik nicht ungefährlich sind. Eutonie als Körpererfahrung und autogenes Training sind ebenfalls Hilfe in dem heilenden Individuationsprozeß, so wie auch das Fasten in seiner therapeutischen Wirkung neu entdeckt wird. Wichtig ist auch das Naturerlebnis, bei dem wir unser in die Vergangenheit und die Zukunft abschweifendes Denken durch uns in der Gegenwart geschenkte Empfindungen der Sinne ersetzen, die gute Ruhe der Natur in uns aufnehmen und dadurch selbst gelöst und empfänglich werden.

Diese und andere Wege führen nicht automatisch zum Gebet und sie würden mißbraucht, wollte man dadurch Gott „in den Griff bekommen“. Sie wirken jedoch der Gebetsnot entgegen und disponieren uns für das Gebet, indem sie das „Gefäß“ dafür bereiten. Es hat auch keinen Sinn, ungeduldig eine Methode nach der anderen auszuprobieren in einem „spiritual searching“ (analog zum „medical searching“, das ein Krankheitsstadium signalisiert); es ist vielversprechender, in der Treue des Alltags *einen* Weg zu gehen.

**landauf-  
landab**



**Ober-  
österreichische**  
**Wechselseitige Versicherungsanstalt**

Linz, Gruberstraße 32  
A-4010 Linz, Postfach 97  
Telefon (0 73 2) 27 65 11-0