



Foto: Sr. Beata Maria Beck, Kloster Zangberg ©

Durch die Vorstellung wird dein Geist in das Geheimnis eingeschlossen, das du betrachten willst, damit er nicht hin- und herflattere, so wie man einen Vogel in den Käfig sperrt oder den Sperber an die Leine legt, damit er auf der Faust sitzen bleibe.

Franz von Sales

Mit Franz von Sales durch den Alltag, nicht nur in besonderen Zeiten

Mit dem Versetzten in die Gegenwart Gottes beginnt Franz von Sales seine Erklärung jenes Gebetes, das er Betrachtung nennt. Wir würden es heute eher als eine Form der Meditation bezeichnen. Doch der Begriff „Betrachtung“ bringt es genauer auf den Punkt: wir verweilen betend, meditierend, eben

¹ DASal, Bd.1; S.75

betrachtend bei einem Inhalt des Glaubens: eine Bibelstelle, ein Bild oder ein Geheimnis des Glaubens, z.B. an Weihnachten die Krippe oder ein Bild des Auferstandenen, der Mutter Gottes oder irgend ein Inhalt unseres Glaubens oder eine biblische Szene. Der Sinn des Ganzen: *Durch die Vorstellung wird dein Geist in das Geheimnis eingeschlossen, das du betrachten willst, damit er nicht hin- und herflattere, so wie man einen Vogel in den Käfig sperrt oder den Sperber an die Leine legt, damit er auf der Faust sitzen bleibe.*¹

Das Verweilen gehört wesentlich zur Gebetsform der Betrachtung. Zur Meditation braucht man Zeit. Wenigstens etwas. Es geht nicht um „Gefangensein“ wie im Vergleich des Franz von Sales beim Vogel, sondern um Konzentration. Und auch beim Verweilen mit einem lieben Menschen braucht man (etwas) Zeit. Und so ist es auch mit Gott oder Jesus Christus. Wir sollen uns in seiner Gegenwart erst einmal niederlassen. Vielleicht hilft uns auch das Tagesevangelium dabei. Es ist genau dies der Schatz der Tagesliturgie und des Kirchenjahres, der uns jeden Tag neu den Tisch des Wortes deckt bei IHM. Hat man sich niedergelassen, soz. „sich zu IHM gesetzt“, beginnt für Franz von Sales die eigentliche Betrachtung:

„Nach der Tätigkeit der Vorstellungskraft kommt die des Verstandes, die wir Betrachtung nennen. Sie besteht in einer oder mehreren Erwägungen, die unser Herz für Gott und Göttliches erwärmen sollen.“¹ Dadurch unterscheidet sich die Betrachtung vom Studium, von anderen Gedanken und Erwägungen, deren Zweck nicht das Erlangen einer Tugend oder der Gottesliebe ist, sondern etwa gelehrt zu werden oder darüber schreiben und disputieren zu können.

Hast du also deinen Geist in den Betrachtungsstoff eingeschlossen - durch die Fantasie, wenn er sinnfällig, durch die einfache Vorstellung, wenn er geistiger Natur ist, - dann beginne darüber Erwägungen anzustellen; ...“²
Es soll uns also warm ums Herz werden, wir dürfen und sollen gern bei unserem Gott verweilen, um Kraft schöpfen zu können, anschließend unseren Weg im Alltag fortzusetzen.

Sr. M. Franziska

² Ebd., S.75