



9. DEZEMBER 2019

WIR FRAGEN

*HAST DU EINEN  
SCHLÜSSELMOMENT ERLEBT?*

*ATEMPAUSE*

*DER EMAIL-IMPULS AUS  
KLOSTER VOLKENRODA*

**Miriram Berg**, Kommunitätsmitglied, **antwortet:**

Ein Schlüsselmoment in meinem Leben war der Rat einer Freundin, immer laut zu beten, auch wenn ich alleine bin. Das hat mein Gebets- und Glaubensleben revolutioniert!

Der erste wichtige Effekt ist der, dass ich konzentriert bleiben kann. Mir ist es immer wieder passiert, dass ich in Gedanken abgeschweift bin und plötzlich innerlich meine Einkaufsliste geschrieben habe, anstatt zu beten. Das passiert mir nicht mehr. Der zweite wichtige Effekt ist: ich höre und spüre viel besser was ich wirklich denke und fühle, nicht was ich denken und fühlen sollte! Wenn ich stumm bete, kann ich Schmerz verdrängen, wenn ich laut bete, nicht. Dann ist meine Stimme wackelig, es schnürt mir die Kehle zu, dann kommen die Tränen... ich höre, wenn etwas hohl klingt und ich sage plötzlich Dinge, die ich vorher noch nie wahrgenommen habe. Am Anfang ist es etwas komisch in die Luft zu reden, aber dann nur noch genial!

**Impuls zum Nachdenken**

Betest Du laut? Und wenn nicht, magst Du es diese Woche mal ausprobieren?

