

# Moment Mal

16.07.2018 von Pfarrer Olaf Glomke

## Beten ordnet die Gedanken



Liebe Leserinnen und liebe Leser! Manchmal erzählen mir Menschen, dass sie mit sich selbst reden. Dabei sprechen sie leise, fast als würden sie mir ein Geheimnis verraten. Und meist folgt dann die Frage: „Bin ich verrückt?“

Nein, natürlich nicht! Studien belegen, dass wir getrost mit uns reden sollen. Das es sogar hilfreich und gesund ist. Das reden mit sich selbst ordnet die eigenen Gedanken. Sogar Stress wird dabei abgebaut. Menschen, die mit sich sprechen, können manche Dinge sogar besser verstehen. Also: Wer mit sich selbst redet ist nicht krank oder gar verrückt. Zur Krankheit wird es erst dann, wenn jemand „Stimmen“ hört, die nicht mehr die eigenen sind.

Beim Sprechen ordne ich meine Gedanken. Mit dem Beten ist es ähnlich. Beten ist wie ein kleines Selbstgespräch. Nur, dass ich nicht ganz allein mit mir selbst spreche, sondern mit einem unsichtbaren Gott. Ich weiß, er ist da, ich weiß nur nicht, wo. Meist spreche ich leise vor mich hin und denke dabei, dass er mich hört. Wie bei einem Selbstgespräch, so ist es auch beim Reden mit Gott. Die Antwort fehlt. Ob sie ist sehr leise oder mitunter kann es Wochen und Monate dauern, bis mit ein Licht auf geht.

Im 63. Psalm der Bibel (Vers 7) spricht jemand wie zu sich selbst: „Wenn ich mich zu Bette lege, so denke ich an dich, wenn ich wach liege, sinne ich über dich nach.“ Mit dem „sinnen“ beginnt das Beten. Und Beten ist ordnen meiner Gedanken. Dabei bleibe ich nicht allein mit mir. Das macht mir Mut.

## Einen Kommentar schreiben

