

## Betrachtung / Meditation

### Vinzenz Henkes

In allen Spiritualitäten dient die Betrachtung der Vertiefung des Gebetsgeistes (>>[Gebet](#)). Es geht um eine innere Hinordnung des gläubigen Menschen und seiner seelischen Kräfte auf Gott. Gegenstand der Betrachtung ist die gesamte Glaubenswahrheit, wie sie in Heiliger Schrift (>>[Bibel](#)), Glaubensgeschichte und >>[Liturgie](#) vorliegt. Der eigentliche Vorgang beim Betrachten besteht darin, alle Dinge und Ereignisse in Verbindung mit Gott zu bringen, sie auf ihn hin durchsichtig zu machen, um darin seinen Wunsch und Willen für mich zu erkennen.

„Unsere bevorzugte Betrachtungsmethode ist: nachprüfen und nachkosten, vorprüfen und vorkosten... Wo ist mir Gott begegnet?“ P. Kentenich greift das bekannte Ignatiuswort auf und erweitert es: „Gott suchen, Gott finden und lieben in allen Dingen, Ereignissen und Menschen.“ Im [Leben](#) aus dem >>praktischen Vorsehungsglauben und dem >>[Liebesbündnis](#) mit [Maria](#) und dem Dreifaltigen Gott setzt P. Kentenich den Akzent auf den >>Gott des >>Lebens und der >>Geschichte. Im Licht des Glaubens sucht der an die Führung Gottes Glaubende den Allmachts-, Weisheits- und Liebesplan Gottes zu betrachten, wie er sich in [Seele](#) und Zeit kundtut.

Gerade für den modernen Menschen ist solches Beten hilfreich: „Eine ausgeprägt religiöse Atmosphäre ist heute im Zeitalter des Massenmenschentums und der pluralistischen Gesellschaft verhältnismäßig selten möglich. Wir müssen dafür sorgen, dass Atmosphäre von uns ausgeht. Und das ist nur möglich, wenn wir mit dem Kern unserer Persönlichkeit so tief in Gott hineingewachsen sind, als das eben möglich ist.“

Einen besonderen Akzent legt P. Kentenich auf die liebende Antwort des Menschen in der Betrachtung: Betrachtung „ist eine Liebesschule für uns... Wir unterscheiden eine große und eine kleine Liebesschule. Die große ist die eigentliche Betrachtung: ausschließliches, konzentriertes Hingegebenheit an Gott. Die kleine (Liebesschule) sollte sich durch den ganzen Tag hindurch ziehen: es sind die kleinen Aufblicke zu Gott.“

Durch die regelmäßige Übung der Betrachtung wächst der [Glaube](#) zu einer Art „Witterungssinn für Gott und Göttliches“. Er führt zur Grundhaltung dauernder Hingabe an ihn im Alltag, die P. Kentenich „[Leben](#) aus der >>[Blankovollmacht](#) und >>[Inscriptio](#)“ nennt.

Das betrachtende [Gebet](#) kennt ein Wachstum, bei dem das diskursive Denken immer mehr zurücktritt und das Ruhen des Herzens bei Gott vorherrscht. Es wird zum Herzensgebet und

zum [Gebet](#) der Einfachheit (der erworbenen Beschauung) und schafft die Voraussetzung für die [Gnade](#) der eingegossenen Beschauung, wenn Gott sie schenken will.

>[Gebet](#); >>[Mystik](#)

---

## Literatur:

- J. Kentenich, Wachstum im höheren Gebetsleben. Priestertagung vom 20. bis 22.1. 1941 in Schönstatt, Vallendar 1977, 149 S.
  - J. Kentenich, [Exerzitien](#) für Schönstattpriester in Würzburg (21.-25.11.1966), verv., A 4, 185 S., 104 f.
  - J. Kentenich, [Exerzitien](#) für Schönstattpriester in der Marienau (11.-16.12.1966), verv.W, A 4, 86 S., 66
  - J. Kentenich, Victoria Patris. Vorträge von Pater Josef Kentenich anlässlich seines Besuches in Oberkirch vom 3.-4. September 1967, zwei Bände, 70+131 S. I, 46 ff.
  - H.W. Unkel, [Leben](#) aus dem praktischen Vorsehungsglauben, Vallendar-Schönstatt 1980
  - V. Henkes, [Leben](#) in deinem Licht, Vallendar-Schönstatt 1985.
- 

## Schönstatt-Lexikon:

Herausgeber: [Internationales Josef-Kentenich-Institut für Forschung und Lehre e.V. \(IKF\)](#)

Verlag: Patris-Verlag, Vallendar-Schönstatt - All rights by Patris-Verlag  
- [www.patris-verlag.de](http://www.patris-verlag.de)

Online-Präsentation: Josef-Kentenich-Institut e.V. (JKI) - [www.j-k-i.de](http://www.j-k-i.de)