



## **ÜBER DAS BETEN**

Mit 16 Jahren begegnete dem jungen Yusef (Hl. Charbel) ein Mönch. Yusef wollte wissen:

*„Vater, wie betet man am besten?“*

### **„Beten ist Leben,**

Beten ist sprechen mit Gott.

Lass alles hinter dir, alles worin du geirrt  
und gesündigt hast, und alle weltliche Last.

Wenn du dich am Schluss in Heiliger Ruhe  
ganz in Gott verloren hast,  
dann kommt das Reich Gottes zu dir,  
das sich dir öffnet.

...

Wenn der Frieden Christi einmal  
in dir Wurzeln geschlagen hat,  
dann wirst du den Frieden anderen bringen  
und du wirst sie heilen  
von ihrer Lebensangst und ihren Zweifeln.

...

**Die Kraft des glühenden Gebets  
hat eine tausendfach stärkere Macht**  
als alle menschlichen Heilmittel,  
als alle irdischen Kräfte.

...

*Geh hin, mein Sohn, und denke darüber nach,  
was ich dir gesagt habe.“*

bitte jeden Tag mindestens ein Vater Unser  
und drei Ave Maria beten