

## Eine Viertelstunde vor dem Allerheiligsten

*Diese Anleitung für das Zwiegespräch mit dem Herrn, der im Geheimnis der Eucharistie unter uns lebt, stammt vom hl. Antonius Maria Claret.*

Der Herr spricht zu Dir: Es ist nicht nötig, viel zu wissen, um mir zu gefallen - es genügt, daß du mich sehr liebst. Sprich hier also einfach mit mir, wie du mit deinem engsten Freund sprechen würdest.

*Mußt du mich für jemanden um etwas bitten?*

Nenne mir seinen Namen und sage mir dann, was du möchtest, das ich jetzt für ihn tun soll. Erbittle viel! Zögere nicht, zu bitten. Sprich zu mir auch einfach und aufrichtig von den Armen, die du trösten willst; von den Kranken, die du leiden siehst; von den Verirrten, die du sehnlichst auf den rechten Weg zurückwünschst. Sag mir für alle wenigstens ein Wort.

*Und für dich, brauchst du für dich nicht irgendeine Gnade?*

Sage mir offen, daß du vielleicht stolz, selbstsüchtig, unbeständig, nachlässig bist ... und bitte mich dann, dir zu Hilfe zu kommen bei den wenigen oder vielen Anstrengungen, die du machst, um davon loszukommen. Schäme dich nicht! Es gibt viele Gerechte, viele Heilige im Himmel, die genau die gleichen Fehler hatten. Aber sie baten demütig ... und nach und nach sahen sie sich frei davon. Und zögere auch nicht, um Gesundheit sowie einen glücklichen Ausgang deiner Arbeiten, Geschäfte oder Studien zu bitten. All das kann ich dir geben und gebe ich dir. Und ich wünsche, daß du mich darum bittest, soweit es sich nicht gegen deine Heiligung richtet, sondern sie begünstigt und unterstützt. Und was brauchst du gerade heute? Was kann ich für dich tun? Wenn du wüßtest, wie sehr ich wünsche, dir zu helfen.

*Trägst du gerade einen Plan mit dir?*

Erzähle ihn mir. Was beschäftigt dich? Was denkst du? Was wünschst du? Was kann ich für deinen Bruder tun? Was für deine Schwester, deine Freunde, deine Familie, deine Vorgesetzten? Was möchtest du für sie tun? Und was mich angeht: Hast du nicht den Wunsch, daß ich verherrlicht werde? Möchtest du nicht deinen Freunden etwas Gutes tun können, die du vielleicht sehr liebst, die aber vielleicht leben, ohne an mich zu denken? Sage mir: Was erweckt heute besonders deine Aufmerksamkeit? Was wünschst du ganz sehnlich? Über welche Mittel verfügst du, um es zu erreichen? Sage es mir, wenn dir ein Vorhaben schlecht gelingt, und ich werde dir die Gründe für den Mißerfolg nennen. Möchtest du mich nicht für dich gewinnen?

*Fühlst du dich vielleicht traurig oder schlecht gestimmt?*

Erzähle mir in allen Einzelheiten, was dich traurig macht. Wer hat dich verletzt? Wer hat deine Selbstliebe beleidigt? Wer hat dich verachtet? Teile mir alles mit, und bald wirst du soweit kommen, daß du mir sagst, daß du nach meinem Beispiel alles verzeihst, alles vergißt. Als Lohn wirst du meinen tröstenden Segen empfangen. Hast du vielleicht Angst? Spürst du in deiner Seele jene unbestimmte Schwermut, die zwar unberechtigt ist, aber trotzdem nicht aufhört, dir das Herz zu zerreißen? Wirf dich meiner Vorsehung in die Arme! Ich bin bei dir, an deiner Seite. Ich sehe alles, höre alles, und nicht einen Augenblick lasse ich dich im Stich. Spürst du Abneigung bei Menschen, die dich vorher gern mochten, die dich jetzt vergessen haben, und sich von dir entfernen, ohne daß du ihnen dazu den geringsten Anlaß gegeben hast? Bitte für sie, und ich werde sie an deine Seite zurückbringen, wenn sie nicht zum Hindernis für deine Heiligung werden.

*Und hast du mir nicht vielleicht irgendeine Freude mitzuteilen?*

Warum läßt du mich nicht daran teilnehmen, da ich doch dein Freund bin? Erzähle mir, was seit dem letzten Besuch bei mir dein Herz getröstet und dich zum Lächeln gebracht hat. Vielleicht hast du angenehme Überraschungen erlebt; vielleicht hast du glückliche Nachrichten erhalten, einen Brief, ein Zeichen der Zuneigung; vielleicht hast du eine Schwierigkeit überwunden, bist aus einer ausweglosen Lage herausgekommen. Das alles ist mein Werk. Du sollst mir einfach sagen: Danke, mein Vater!

*Willst du mir nichts versprechen?*

Ich lese in der Tiefe deines Herzens. Menschen kann man leicht täuschen, Gott aber nicht. Sprich also ganz aufrichtig zu mir. Bist du fest entschlossen, dich jener Gelegenheit zur Sünde nicht mehr auszusetzen, auf jenen Gegenstand zu verzichten, der dir schadet, jenes Buch nicht mehr zu lesen, das deine Vorstellungskraft gereizt hat, mit jenem Menschen nicht mehr zu verkehren, der den Frieden deiner Seele verwirrt? Wirst du zu jenem anderen Menschen wieder sanft, liebenswürdig und gefällig sein, den du bis heute als Feind betrachtet hast, weil er sich gegen dich verfehlte? Nun gut, gehe jetzt wieder an deine gewohnte Beschäftigung zurück. Zu deiner Arbeit, deiner Familie, deinem Studium. Aber vergiß die Viertelstunde nicht, die wir beide hier verbracht haben. Bewahre, soweit du kannst, Schweigen, Bescheidenheit, innere Sammlung, Liebe zum Nächsten.

*Liebe meine Mutter, die auch die deine ist.*

Und komme wieder mit einem Herzen, das noch mehr von Liebe erfüllt, noch mehr meinem Geist hingegeben ist. Dann wirst du in meinem Herzen jeden Tag neue Liebe, neue Wohltaten, neue Tröstungen finden.