

# INHALT

<i>Zur Einführung: Eine Erfahrung für unsere Zeit</i> .....	7
<b>WAS IST BETEN? .....</b>	<b>21</b>
Gebet als Bewegung zu Gott hin .....	21
Gebet als Ausrichtung auf Gott allein .....	23
Die „absolute Notwendigkeit“ des Gebets .....	25
Gebet als Begegnung mit dem lebendigen Gott ....	28
<b>„UM DAS BETEN BETEN“ .....</b>	<b>35</b>
<b>WIE – WANN – WO BETEN? .....</b>	<b>45</b>
Wie beten? .....	46
<i>Tiefenbohrung 46 – Sehnsucht der Liebe 53 – Bekannte Gebete und kleine Gesten als Hilfe 59 – Zerstreuungen 61 Fehlende oder ungute Gefühle als Chance 62</i>	
Wann beten? .....	64
<i>Atemzüge – Zeitmulden – Zeitstaub 64 – Blickkontakt aufnehmen 67 – Praktische Ratschläge zur „Gebetszeit“ 69</i>	
Wo beten? .....	74
<b>DER „INTIME GEHILFE DES GLAUBENS“ .....</b>	<b>79</b>

<b>BITTEN .....</b>	<b>93</b>
<i>Bitten und fürbittendes Gebet .....</i>	<i>93</i>
<i>Überwindung von Stolz und Egoismus 95 – Inständig und voll Vertrauen bitten 98 – Nicht erhörte Bitten? 102 – Um Licht bitten 105</i>	
<i>Stellvertretendes Gebet .....</i>	<i>110</i>
<b>ANBETEN .....</b>	<b>115</b>
<b>IN DER GEMEINSCHAFT DER KIRCHE – FÜR DIE WELT .....</b>	<b>129</b>
<i>Ausblick .....</i>	<i>139</i>