

Kapitel 2

Jene Seele, die durch die Fülle der Tugenden gereinigt ist, macht den Menschen unerschütterlich gleichmütig und hilft ihm so, in jenen Zustand zu kommen, den er ersehnt.

Kapitel 9

Gib dich also entschlossen ganz dem Gebete hin. Achte dabei weder auf Sorgen noch auf andere Gedanken, die in dir aufsteigen, während du betest. Alles, was sie bei dir erreichen können, ist, dich zu stören und dich zu beunruhigen, um schließlich deine entschlossene Zielgerichtetheit ins Wanken zu bringen.

Kapitel 11

Während du betest, lass deinen Geist ganz taub und still werden, dann erst wirst du wirklich beten können.

Kapitel 22

Der Mensch, der Kränkungen und Verstimmungen nicht vergessen kann und trotzdem zu beten versucht, gleicht einem Menschen, der aus einer Quelle Wasser schöpft und es in ein Fass voller Löcher gießt.

Kapitel 30

Wenn alle uns beunruhigenden Gedanken augenblicklich verschwinden, tiefer Friede sich in uns ausbreitet und wir so zum reinen Gebet gekommen sind, ist das ein Zeichen, dass ein Engel uns nahe ist. Aber es gibt auch Zeiten, in denen wir sehr unruhig sind und so hart (...) bedrängt werden, dass wir keinen Augenblick zur Ruhe kommen-. So lange wir nur nicht aufgeben, uns zu wehren, werden wir aber schließlich gewinnen. Wir brauchen nur hartnäckig genug zu klopfen, dann wird uns schon die Türe geöffnet werden.

Kapitel 35

Das Gebet ist der Aufstieg des Geistes zu Gott.

Kapitel 36

Verlangt dich danach, zu beten? Dann gib alles her, so wird dir alles gegeben werden.

Kapitel 43

Wendest du dich bald diesem, bald jenem zu, während du betest, dann betest du noch nicht wie ein wirklicher Mönch. Dein Tun gleicht dann einem Geschäftsmann, der eine Art Landschaftsgärtnerei betreibt.

Kapitel 44

Wenn du betest, musst du dein Erinnerungsvermögen unter Kontrolle halten. Es darf in dir keine Phantasien entstehen lassen, sondern soll dir dabei helfen, dich ganz nach Gott hin auszurichten.

Kapitel 45

Wenn du beim Gebet bist, kommt es vor, dass in dir Dinge aufsteigen, mit denen du dich in der Vergangenheit beschäftigt hast, oder die dir gegenwärtig wichtig sind. Oder es kann sein, dass du an Personen denken musst, denen du einmal weh getan hast.

Kapitel 52

Der Gebetszustand ist ein habitueller Zustand unerschütterlicher Ruhe (Apatheia). Er führt den Menschen, der die Weisheit liebt und der durch eine tiefe Liebe wahrhaftig vergeistigt ist, zu den höchsten Höhen der Wirklichkeit.

Kapitel 64

Liebt jemand das wirkliche Gebet, überlässt sich aber dem Zorn und dem Groll, muss man ihn für verrückt halten. Er gleicht nämlich einem Menschen, der, um klar sehen zu können, sich die Augen auskratzt.

Kapitel 69

Wache darüber, dass du dich während deines Gebetes an keine Vorstellungen hängst, sondern in tiefer Stille verharrst. So nur wird er, der sich der Unwissenden erbarmt, einen so unbedeutenden Menschen wie dich besuchen und dich mit der größten aller Gaben beschenken, dem Gebet.

Kapitel 70

Du wirst nicht zum reinen Gebet kommen, wenn du in Geschäften steckst und du daher unaufhörlich in der Sorge um sie beunruhigt bist. Das wirkliche Gebet weist die Gedanken zurück.

Kapitel 89

Im Gebet sollte es dir nicht darum gehen, was dir gut erscheint, sondern darum, was Gott gefällt. Das allein wird dein Gebet von Störungen freihalten und dich mit Dank erfüllen, während du betest.

Kapitel 93

Wer die schlimmen Dinge erträgt, die ihn heimsuchen, wird eines Tages auch Tröstliches erfahren. Wer immer wieder Unangenehmes zu ertragen hat, der wird auch dann und wann dem Angenehmen begegnen.

Kapitel 114

Du darfst dir beim Beten auf keinen Fall ein Bild von irgend etwas machen, du darfst dir nichts vorstellen.

Kapitel 117

Lass mich hier wiederholen, was ich schon bei anderer Gelegenheit gesagt habe: Selig ist jener Geist, der beim Gebet völlig frei ist von jederlei Form.

Kapitel 125

Ein Mönch weiß sich eins mit allen Menschen, denn immerzu findet er sich in jedem Menschen.

Kapitel 149

Wenn du mit innerer Aufmerksamkeit das Gebet suchst, wird es dir nicht vorenthalten, denn die Aufmerksamkeit ist das Mittel, das ihm am besten den Weg bereitet. Sie musst du also pflegen.