

Neues wagen. Mit dir.T + M: Irene Eldracher
Schönstattbewegung Frauen und Mütter, J.L. 2017/2018

Neu-es wa-gen. Mit dir. Mit dir, Mut-ter, jetzt und hier.
 Öff - ne mich für Got - tes Geist, der mir Le - ben, Kraft ver -
 heißt. Le - ben, Kraft ver - heißt. Rechte bei der Autorin
 Oft bin ich all - ein und fühl' mich schwach und klein. Doch
 Du rufst mich vom Tun zu dir, um aus - zu - ruhn. Mein
 Mu - tig geh' ich dann mit dir das Nächs - te an. Ich
 Mit dem Grün - der baun, wie er auf Gott ver - traun. Er
 schau ich auf dein Bild, wird all - es in mir still.
 Herz wird weit und licht; du schenkst mir neu - e Sicht.
 weiß, du bist da - bei - und so wird vie - les neu.
 nimmt - von dir ge - sandt - mich si - cher an die Hand.

Dieses Lied finden Sie als Audiodatei zum Download unter derselben Link-Adresse wie die PDF-Datei dieser Einheit der Arbeitshilfe – siehe S. 2

Thema

„Komm herab, o Heiliger Geist“
 Meditation zur Pfingstsequenz

Hinweise

Die Meditation kann auch als eine Gebetseinheit verwendet werden. Dann empfiehlt es sich, die Texte für alle zu kopieren und evtl. auch Sprechertext 2 gemeinsam zu sprechen. Es ist auch möglich, einzelne Teile daraus zu entnehmen.

Material

- Gotteslob und kurze Gebetsverse für alle TN (bei der Verwendung als Meditation)
- oder: Text der Gebetszeit für alle TN (bei der Verwendung als Gebetszeit)
- Instrumentale Musik
- Lied: Neues wagen (Irene Eldracher)

Download der gleichnamigen PDF-Datei unter folgender Link-Adresse:
www.s-fm.de/materialien/arbeitshilfe

Instrumentale Musik zum inneren Ankommen

- 1 „Als Jesus in den Himmel aufgefahren war, kehrten die Apostel vom Ölberg, der nur einen Sabbatweg von Jerusalem entfernt ist, nach Jerusalem zurück. Als sie in die Stadt kamen, gingen sie in das Obergemach hinauf, wo sie nun ständig blieben: Petrus und Johannes, Jakobus und Andreas, Philippus und Thomas, Bartholomäus und Matthäus, Jakobus, der Sohn des Alphäus, und Simon, der Zelot, sowie Judas, der Sohn des Jakobus. Sie alle verharrten dort einmütig im Gebet, zusammen mit den Frauen und mit Maria, der Mutter Jesu, und mit seinen Brüdern.“ (Apg 1,12-14)

Kurze Stille

- 2 Im Gebet bereiten sich die Apostel mit Maria und anderen Vertrauten auf die Sendung des Heiligen Geistes am Pfingstfest vor. Das Gebet schafft einen Raum, in dem Gott wirken kann. Wir brauchen diesen Raum für Gott auch in unserem Leben und beten darum, dass wir das Wirken des Heiligen Geistes an uns erfahren.
- 1 „Bittet, dann wird euch gegeben ... Oder ist unter euch ein Vater, der seinem Sohn eine Schlange gibt, wenn er um einen Fisch bittet, oder einen Skorpion, wenn er um ein Ei bittet? Wenn nun schon ihr, die ihr böse seid, euren Kindern gebt, was gut ist, wie viel mehr wird der Vater im Himmel den Heiligen Geist denen geben, die ihn bitten.“ (Lk 11,9-13)

- L *Melodie: Nun freue dich, du Christenheit, altes GL 222*
Text: R. Köck, alters GL Ostdeutsche Diözesen Nr. 832
singen oder als gemeinsames Gebet sprechen

Was immer betend ihr erfleht,
 habt Glauben und Vertrauen.
 Der Vater weiß ja, was euch fehlt,
 um ewig ihn zu schauen.
 Empfängt den Geist, die Gotteskraft,
 die euch zu neuen Menschen schafft
 und herrlich euch vollendet.

leben. Er frischt die Liebe des Anfangs wieder auf.“ (Papst Franziskus, 20.05.2018)

kurze Stille / Instrumentalmusik

A Maria, inmitten der Apostel darfst erleben,
 du machtvoll des versprochenen Geistes Wehen,
 das schwache Menschen umgewandelt hat,
 die Kirche hinweist auf den Siegespfad.
 Schließ unsere Seele auf für Gottes Geist,
 dass neu die Welt er aus den Angeln reißt.
 (J. Kentenich)

L Neues wagen mit dir (Irene Eldracher)

Anregung

Vor dem Abschluss der Gebetszeit/Meditation die Zeit für eine längere Besinnung einbauen – mit der Möglichkeit zu folgenden Impulsfragen etwas aufzuschreiben und in den Krug zu legen:

Wo brauche ich das Wirken des Heiligen Geistes ganz speziell?
 Was erwarte, erhoffe ich von ihm – in konkreten Lebenssituationen,
 für konkrete Menschen, für mich selbst?

L GL 344, 9+10

Gib dem Volk, das dir vertraut,
das auf deine Hilfe baut,
deine Gaben zum Geleit.

Lass es in der Zeit bestehn,
deines Heils Vollendung sehn
und der Freuden Ewigkeit.

- 1 „Philippus aber kam in die Hauptstadt Samariens hinab und verkündete dort Christus. Und die Menge achtete einmütig auf die Worte des Philippus; sie hörten zu und sahen die Zeichen, die er tat. Denn aus vielen Besessenen fuhren unter lautem Geschrei die unreinen Geister aus; auch viele Lahme und Verkrüppelte wurden geheilt. So herrschte große Freude in jener Stadt. Als die Apostel in Jerusalem hörten, dass Samarien das Wort Gottes angenommen hatte, schickten sie Petrus und Johannes dorthin. Diese zogen hinab und beteten für sie, dass sie den Heiligen Geist empfangen. Denn er war noch auf keinen von ihnen herabgekommen; sie waren nur getauft auf den Namen Jesu, des Herrn. Dann legten sie ihnen die Hände auf und sie empfangen den Heiligen Geist.“ *(Apg 8,5-8;14-17)*
- 2 Komm, Heiliger Geist, du Herz deiner Kirche. Wirke in ihr mit deinen Gaben, mit deiner Freude, mit deiner Kraft zur Veränderung. Gib unserem Leben Mut zur Heiligkeit und unserem Zeugnis Begeisterung, damit es alle Menschen und Völker erreicht. Lass uns die Veränderung sein, die wir uns wünschen für diese Welt.
- 3 „Oft, gerade in den dunkelsten Zeiten, hat der Geist die strahlendste Heiligkeit hervorgebracht! Er ist die Seele der Kirche, er beseelt sie immer neu mit Hoffnung, erfüllt sie mit Freude, befruchtet sie mit Neuem, schenkt ihr Knospen neuen Lebens. Es ist, wie wenn in einer Familie ein Kind geboren wird: Es bringt den Zeitplan durcheinander, lässt einen nicht schlafen, schenkt dafür aber eine Freude, die das Leben erneuert, die ihm Antrieb verleiht und es in der Liebe weit macht. Ja, der Geist bringt ein 'Aroma' von Kindheit in die Kirche. Er bewirkt ein beständiges Wiederauf-

- 3 „Versuchen wir, uns zu fragen: Bin ich offen für das Wirken des Heiligen Geistes, bete ich zu ihm, auf dass er mir Licht schenke, mich empfänglicher mache für die Dinge Gottes? Dieses Gebet müssen wir jeden Tag sprechen: 'Heiliger Geist, lass mein Herz offen sein für das Wort Gottes, lass mein Herz offen sein für das Gute, lass mein Herz jeden Tag offen sein für die Schönheit Gottes.' ...

Christ ist man nicht 'auf Zeit', nur in einigen Augenblicken, unter einigen Umständen, bei einigen Entscheidungen. So kann man nicht Christ sein, Christ ist man in jedem Augenblick! Ganz! Die Wahrheit Christi, die der Heilige Geist uns lehrt und schenkt, betrifft unser tägliches Leben für immer und in vollem Umfang. Wir wollen öfter zu ihm beten, damit er uns auf dem Weg der Jünger Christi leite. Wir wollen jeden Tag zu ihm beten.“

(Papst Franziskus, 15.5.2013)

- A Heiliger Geist, lass mein Herz offen sein für das Wort Gottes, lass mein Herz offen sein für das Gute, lass mein Herz jeden Tag offen sein für die Schönheit Gottes.

L GL 344, 1

Komm herab, o Heil'ger Geist,
der die finstre Nacht zerreißt,
strahle Licht in diese Welt.

- 1 „Denn siehe, Finsternis bedeckt die Erde und Dunkel die Völker, doch über dir geht strahlend der Herr auf, seine Herrlichkeit erscheint über dir.“ *(Jes 60,2)*
- 2 Komm, Heiliger Geist, du Licht der Völker, du Licht unserer Herzen. Lass uns nicht allein, greife ein in das Weltgeschehen, erhelte unser Dunkel.
Erleuchte unsere Herzen, erleuchte unsere Welt. Wirke und bewirke, was der Vater will. Nimm von uns alle lähmende Angst, alle Mutlosigkeit, alle Kleingläubigkeit. Lass in uns und durch uns dein Licht in die Welt scheinen.
- 3 „Unser Licht, nicht unsere Dunkelheit, ängstigt uns am meisten.

Wir fragen uns: Wer bin ich denn, dass ich so brillant sein soll? Aber wer bist du, es nicht zu sein? Du bist ein Kind Gottes. Es dient der Welt nicht, wenn du dich klein machst. Sich klein zu machen, nur damit sich andere um dich herum nicht unsicher fühlen, hat nichts Erleuchtetes. Wir wurden geboren, um die Herrlichkeit Gottes, der in uns ist, zu manifestieren. Er ist nicht nur in einigen von uns, er ist in jedem Einzelnen. Und wenn wir unser Licht scheinen lassen, geben wir damit unbewusst anderen die Erlaubnis, es auch zu tun. Wenn wir von unserer eigenen Angst befreit sind, befreit unsere Gegenwart automatisch die anderen.“ (aus: Marianne Williamson "A Return To Love", zitiert von Nelson Mandela in seiner Antrittsrede zum Präsidenten von Südafrika im Jahre 1994)

kurze Stille / Instrumentalmusik

A Maria, ... Schließ unsere Seele auf für Gottes Geist, dass neu die Welt er aus den Angeln reißt.
(J. Kentenich)

L GL 344, 2
Komm, der alle Armen liebt,
komm, der gute Gaben gibt,
komm, der jedes Herz erhellt.

- 1 „Petrus sagte zu dem Gelähmten: Silber und Gold besitze ich nicht. Doch was ich habe, das gebe ich dir: Im Namen Jesu Christi, des Nazoräers, steh auf und geh umher! Und er fasste ihn an der rechten Hand und richtete ihn auf.“ (vgl. Apg 3,6-7)
- 2 Komm, Heiliger Geist, du Freund der Armen. Du schenkst jedem, was er zum Leben braucht. Du schenkst allen den Frieden des Herzens. Du bist es, der die Niedrigen erhöht und die Mächtigen vom Thron stürzt. Du wirkst in und durch schwache Menschen.
- 3 In der Nähe Mariens werden Menschen zu Aposteln. Zum Beispiel ein junger Ingenieur, von dem ein Kollege sagte: „Wenn er bei mir im Büro war, hat er immer einen eigenartigen Glanz zu-

L GL 344, 8
Wärme du, was kalt und hart,
löse, was in sich erstarrt,
lenke, was den Weg verfehlt.

- 1 „Am Abend dieses ersten Tages der Woche, als die Jünger aus Furcht vor den Juden die Türen verschlossen hatten, kam Jesus, trat in ihre Mitte und sagte zu ihnen: Friede sei mit euch! Nach diesen Worten zeigte er ihnen seine Hände und seine Seite. Da freuten sich die Jünger, dass sie den Herrn sahen. Jesus sagte noch einmal zu ihnen: Friede sei mit euch! Wie mich der Vater gesandt hat, so sende ich euch. Nachdem er das gesagt hatte, hauchte er sie an und sprach zu ihnen: Empfangt den Heiligen Geist! Wem ihr die Sünden vergebt, dem sind sie vergeben; wem ihr die Vergebung verweigert, dem ist sie verweigert.“ (Joh 20, 19-23)
- 2 Komm, Heiliger Geist, du Feuer unserer Seele. Lass das Eis der kalten Herzen schmelzen. Zeige uns, was in unserem Leben noch nicht in Ordnung ist, und hilf uns, dass wir uns neu ausrichten auf Gottes Liebe hin. Nimm uns jede Erstarrung und mache uns schmiegsam für deine Führung. Leite uns auf dem Weg, der uns zum ewigen Ziel führt: hinein in Gottes Vaterliebe, in der wir geborgen sind für Zeit und Ewigkeit.
- 3 „Ein Sprung, ein wagemutiger Sprung in die Arme Gottes, das ist der Vorsehungsglaube. Es ist ähnlich so, wie wenn ich sagen wollte: Ich muss von einem Bergesgipfel hinabspringen in das Meer. Gott ist es, der hinter allem Weltgeschehen steht, hinter allen Situationen. Ob ich gesund oder krank bin, Erfolg oder Misserfolg habe: das ist alles nicht zufällig. Gott steht dahinter! Der Vorsehungsglaube lässt mich wagemutig den Sprung tun in die Arme Gottes, der hinter all diesen Dingen steht.“ (J. Kentenich, „Ich gehe zum Vater“ S.75)

kurze Stille / Instrumentalmusik

A Maria, ... Schließ unsere Seele auf für Gottes Geist, dass neu die Welt er aus den Angeln reißt.

Sie war voll von Gebeinen. Er führte mich ringsum an ihnen vorüber und siehe, es waren sehr viele über die Ebene hin; und siehe, sie waren ganz ausgetrocknet. Er fragte mich: Menschensohn, können diese Gebeine wieder lebendig werden? Ich antwortete: Gott und Herr, du weißt es. Da sagte er zu mir: Sprich als Prophet über diese Gebeine und sag zu ihnen: Ihr ausgetrockneten Gebeine, hört das Wort des Herrn! So spricht Gott, der Herr, zu diesen Gebeinen: Siehe, ich selbst bringe Geist in euch, dann werdet ihr lebendig. Da sprach ich als Prophet, wie er mir befohlen hatte, und es kam der Geist in sie. Sie wurden lebendig und sie stellten sich auf ihre Füße.“ (Ez 37,1-5;10)

- 2 Komm, Heiliger Geist, du Quelle neuen Lebens. Hilf mir, dass ich mich selbst erkenne und dir meine Ohnmacht, meine Schwächen, meine Lebllosigkeit und meine Krankheiten hinhalte. Entfalte dein Wirken in mir: Wasche. – Gieße. – Heile. – Da, wo es nottut. Lass mich lebendig sein und kraftvoll. Verwandle mein Inneres und erneuere das Antlitz der Erde.
- 3 „Wir lernen also heute, was zu tun ist, wenn wir echter Veränderungen bedürfen. Wer von uns braucht sie nicht? Vor allem, wenn wir am Boden sind, wenn wir unter der Last des Lebens stöhnen, wenn unsere Schwächen uns bedrücken, wenn es schwierig ist, vorwärts zu gehen und wenn es unmöglich erscheint, zu lieben. Dann brauchen wir ein kräftiges 'Stärkungsmittel': Und das ist Er, das ist die Kraft Gottes. Der Geist ist es, der 'Leben gibt', wie wir im 'Credo' bekennen. Wie gut täte es uns, jeden Tag dieses Stärkungsmittel des Lebens zu uns zu nehmen und etwa beim Aufwachen zu sagen: 'Komm, Heiliger Geist, komm in mein Herz, komm in meinen Tag'. Außer den Herzen verändert der Geist das Zeitgeschehen. Wie der Wind überall weht, so bahnt auch er sich seinen Weg in die unwahrscheinlichsten Situationen hinein ... Wenn der Geist da ist, geschieht immer etwas; wenn er weht, gibt es keine Flaute.“ (Papst Franziskus, 20.05.2018)

kurze Stille / Instrumentalmusik

- A Maria, ... Schließ unsere Seele auf für Gottes Geist, dass neu die Welt er aus den Angeln reißt.

rückgelassen. Er fällt auf durch seine außerordentliche Verantwortung, seine Begabung und seine warme Menschlichkeit.“ – Eine Siebzehnjährige, die betet: „Hilf, dass mein Blick transparent ist und deine Liebe durchstrahlen lässt, dein Verstehen, deine Herzlichkeit.“ – Ein alter Mann, der sich so sehr gedrängt fühlt, das Evangelium weiterzutragen, dass er notiert: „Ich möchte eine Mücke sein, um bei allen anzukommen, ohne um Erlaubnis fragen zu müssen. Ich möchte ein Pferd sein und leichtfüßig vorankommen, um die frohe Botschaft zu bringen.“ – Ein junges Paar, das glaubt, dass Gott in jedem Getauften lebt und denen aufgeht: Dann sind wir ja füreinander ein Stück Himmel. Und sie sagen: „Das hat bewirkt, dass wir immer öfter staunend voneinander stehen und feinfühlicher werden im Umgang miteinander. Auch die Zärtlichkeiten haben eine andere Dimension.“ (vgl. J. Treutlein: *Die Frau, die mich zu Christus führt, Band 2, S.232*)

kurze Stille / Instrumentalmusik

- A Maria, ... Schließ unsere Seele auf für Gottes Geist, dass neu die Welt er aus den Angeln reißt.
- L GL 344, 3+4
Höchster Tröster in der Zeit,
Gast, der Herz und Sinn erfreut,
köstlich Labsal in der Not.

In der Unrast schenkst du Ruh,
hauchst in Hitze Kühlung zu,
spendest Trost in Leid und Not.
- 1 „Gepriesen sei der Gott und Vater unseres Herrn Jesus Christus, der Vater des Erbarmens und Gott allen Trostes. Er tröstet uns in all unserer Not, damit auch wir die Kraft haben, alle zu trösten, die in Not sind, durch den Trost, mit dem auch wir von Gott getröstet werden.“ (2 Kor 1,3-4)
- 2 Komm, Heiliger Geist, du höchster Tröster. Du lässt mich tief im Herzen spüren, was mich wahrhaft und dauerhaft glücklich macht.

Es ist die Geborgenheit in Gott, der Einklang mit seinem Willen. Es ist die Kunst, ja zu sagen, zu meinem persönlichen Lebensweg, der auch leidvolle Momente einschließt. Das ist mehr als billiger Trost in den Nöten des Lebens. Das nimmt von mir alle Unruhe und Ungewissheit, die mich ziellos umherirren lässt. Du Geist des Trostes schenkst mir Ruhe, weil ich in dir ruhen kann am Herzen Gottes, in seiner Liebe. Diese Ruhe lass mich ausstrahlen.

- 3 „Unsere Verwandtschaft wurde in den letzten Jahren von vielen Schicksalsschlägen getroffen. Es ist mir schon häufiger passiert, dass mich Bekannte manchmal in recht aggressiver Weise angesprochen haben: 'Wie könnt Ihr überhaupt noch glauben? Es kann doch überhaupt keinen Gott geben, der so viel ungerechtes Leid zulässt? Gerade bei euch, die Ihr so viel in die Kirche geht, passieren so schlimme Sachen! Wie könnt Ihr überhaupt noch beten?' Es ist verwunderlich, wie hartnäckig dieses Thema oft hinterfragt wird und wie sehr die Gesprächspartner warten, dass ich sage: 'Für mich ist Gott ein liebender Gott, und trotz allem Leid, das wir durchzutragen haben, können wir auch sehr viel Gutes und Schönes erleben!' Wahrscheinlich halten wir das nur aus, weil wir beten können und wissen, wo unsere Kraftquelle liegt.“
(G. S. in *Liebesbündnisimpulse*, März 2012)

kurze Stille / Instrumentalmusik

A Maria, ... Schließ unsere Seele auf für Gottes Geist,
dass neu die Welt er aus den Angeln reißt.

L GL 344, 5+6
Komm, o du glücklich Licht,
fülle Herz und Angesicht,
dring bis auf der Seele Grund.

Ohne dein lebendig Wehn
kann im Menschen nichts bestehn,
kann nichts heil sein noch gesund.

- 1 „Als der Pfingsttag gekommen war, befanden sich alle an einem Ort. Da kam plötzlich vom Himmel her ein Brausen, wie wenn ein heftiger Sturm daher fährt, und erfüllte das ganze Haus, in dem sie waren. Und es erschienen ihnen Zungen wie von Feuer, die sich verteilten; auf jeden von ihnen ließ sich eine nieder. Alle wurden mit dem Heiligen Geist erfüllt und begannen, in fremden Sprachen zu reden, wie es der Geist ihnen eingab.“ (Apg 2, 1-11)
- 2 Komm, Heiliger Geist, du glückseliges Licht. Erfülle mein innerstes Innen. Durchwehe mich, durchglühe mich. Entzünde neu das Feuer der Liebe in mir. Verbrenne das Alte, Morsche. Mache mich frei und offen für das Neue, das du schenken willst: das, was nicht meinem Denken und Tun entspringt, sondern, was von Gott kommt und größer ist als alles, was ein Mensch sich erdenken und erhoffen kann. Komm, Heiliger Geist, mache mein Leben neu!
- 3 „Anfangen! Es kann schwer sein, noch einmal anzufangen, wenn man schon tausendmal angefangen hat. Aber als Christen dürfen wir den Vers des Hermann Hesse umformulieren: '... und jedem Anfang wohnt ein Pfingsten inne, das uns beschützt und das uns hilft zu leben.' Anfangen – wirklich neu anfangen – ist keine Zauberei. Es ist ein Werk des Heiligen Geistes.“ (aus: B. Langenstein: *Der Zauber der ersten Stunde*, zitiert in: J. Treutlein: *Die Frau, die mich zu Christus führt*, Band 2, S.219)

kurze Stille / Instrumentalmusik

A Maria, ... Schließ unsere Seele auf für Gottes Geist,
dass neu die Welt er aus den Angeln reißt.

L GL 344, 7
Was befleckt ist, wasche rein,
Dürrem gieße Leben ein,
heile du, wo Krankheit quält.

- 1 „Die Hand des Herrn legte sich auf mich und er brachte mich im Geist des Herrn hinaus und versetzte mich mitten in die Ebene.