



## *Atempause für die Seele*

### *Maria Tochter der Erde – Königin des Himmels*

Maria, du Urbild des glaubenden Menschen.  
Ein Blick auf dich kann das Leben bedeuten. Unser Leben, wie dein  
Leben, ein Wechselspiel von Licht und Schatten.

Dein Mantel, unser Glaube, in dem wir uns geborgen wissen dürfen.  
In der Tiefe unseres Seins berührt.

Du und das Christuskind, es weist nach oben und unten. Gott und Mensch in einem.  
In ihm berühren sich Himmel und Erde. Gottes Liebe hat Hand und Fuss bekommen.  
Du bist das Licht der Welt.

Verbunden nach unten, geerdet in der Vielfältigkeit des Lebens.  
Ein Glaube der einen mit beiden Beinen auf der Erde stehen lässt.  
Energie und Kraft von unten. Wir, gerufen in der Nachfolge Jesu.

Verbunden nach oben. Gehimmelt im dreifaltigen Gott. Das göttliche Licht, das wärmt und  
Liebe schenkt. Ein Strahl ins Leben. Ein Hoffnungsschimmer.

Maria, du Urbild des gläubigen Menschen. *Gebet gesehen auf dem Jakobsweg*

**Bibelimpuls:** Joh. 19, 26-27 Als Jesus seine Mutter sah und bei ihr den Jünger, den er liebte,  
sagte er zur Mutter: Frau siehe dein Sohn. Dann sagte er zu dem Jünger: Siehe deine Mutter!

Jesus machte uns zum grossen Geschenk, dass seine Mutter auch unsere Mutter wurde.

Was auch geschehen mag, es gibt die Mutter, Maria, die dich auffängt, in ihren Armen wiegt  
und aus tiefer Not errettet. Ihre Gnade ist unendlich, so wie die Kraft der Liebe, die alles  
durchwirkt, unendlich ist. Der Strom dieser Liebe, der Strom der Schöpferkraft des Göttlichen,  
wird von Maria zu dir gelenkt.

Maria erwartet dich, im Grünen, im Blühenden, im Maigold.

**Innehalten:** Genau so wie wir jetzt da sind, lassen wir uns ein auf eine kurze Zeit der Stille.  
Wir müssen nichts tun, eher alles lassen, alles Maria übergeben, da sein im Bewusstsein, dass  
wir in Verbindung sind mit MARIA und sie unsere Bitten hört.

**Gebet:** Gegrüsst seist du Maria, voll der Gnade, der Herr ist mit dir, du bist gebenedeit unter  
den Frauen, und gebenedeit ist die Frucht deines Leibes Jesu.

Heilige Maria, Mutter Gottes bitte für uns Sünder, jetzt und in der Stunde unseres Todes.

AMEN

**Ave Maria:** <https://youtu.be/4dYb93Mv4N0>

<http://www.kath-niederwil.ch/aktuelles/>

Ein farbenfroher Frühlingsgruss Marianne Lembke und Monika Ender