



## *Atempause für die Seele*

*Heiliger Geist, Hoffnungsklang im Aufbruch*

- *durch den geöffneten Türspalt hinaus in die Weite neuer Räume*
- *aus der Sicherheit des Hafens hinaus ans andere Ufer des Meeres*
- *durch das Dunkel der Nacht dem anbrechenden Morgen entgegen*
- *aus meinen Wüsten hinein in die Lebensfülle einer Oase*
- *aus den Bruchstücken meines Seins hinein in eine neue Schöpfung*

*Heiliger Geist, Klang der Hoffnung in unseren Herzen. Ute Weiner*

**Bibelimpuls: Der Heilige Geist, den euch der Vater an meiner Stelle als Helfer senden wird, er wird euch an all das erinnern, was ich euch gesagt habe, und euch meine Worte erklären, Auch wenn ich nicht bei euch bleibe, sollt ihr doch Frieden haben. Meinen Frieden gebe ich euch; einen Frieden, den euch niemand auf der Welt geben kann. Seid deshalb ohne Sorge und Furcht! Joh. 14, 26-27**

**Innehalten:** Ich bitte um den Heiligen Geist, der mir den Frieden schenkt. Ich erlaube mir für eine kurze Zeit der Stille mich er-füllen und nähren zu lassen. Jeder Atemzug erfüllt mich, stillt meinen Hunger – und mit der Ausatmung den Durst der ganzen Schöpfung. Atme in mir, Heiliger Geist...

Lied: Atme in uns, Heiliger Geist.... <https://youtu.be/lUXJh9Xhm28>

**Gebet:** Heiliger Geist, durch dich kann alles neu werden. Gib uns neue Gedanken, und lass uns das Undenkbare denken. Gibt uns ein neues Herz und lass uns dem Unfassbaren Raum geben. Mach alles neu und lass uns Deine neue Welt sein hier auf Erden.

Im Namen des Vaters, der uns in unendlicher Liebe erschaffen hat  
und des Sohnes, der uns in unendlicher Liebe erlöst hat  
und des Heiligen Geistes, der uns in unendlicher Liebe heiligen und verherrlichen will. Amen.

Mit euch verbunden

Monika Ender und Marianne Lembke

**Zur Info: Nächste Atempause 11.8.2020 um 19.00h**