

Atme in uns, Hl. Geist

FAMILIENGOTTESDIENST AN PFINGSTSONN- TAG

VORBEREITUNGEN

- Tischdecke, Kerze, Blumen, Bibel, Kreuz
- Gotteslob

ABLAUF DES GOTTESDIENSTES

WIR BEGRÜßEN JESUS IN UNSERER MITTE

Lied

GL 342

A Komm, Heil'ger Geist, der Leben schafft

Eröffnung

V (+) Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.

A Amen.

Hinführung

L Mit dem heutigen Pfingstfest beenden wir die 50-tägige Osterzeit, die uns gezeigt hat, Ostern ist „mehr“ als nur die Auferweckung von den Toten, die uns durch Jesus geschenkt wurde. Er zeigt uns das neue Leben, dass im Himmel vollendet wird. Um dieses Leben zu erhalten, müssen wir Gottes Lebensatem empfangen, seinen Geist, der die ganze Welt durchdringt und sie erhält. Und so brauchen wir Gottes Geist, der in uns atmen möge.

Hinführung

V Wir wollen gemeinsam beten.

Dazu stellen wir uns hin.

Ich spreche einen Vers vor und mache dabei Bewegungen.

Danach wiederholen alle!

Bereit sind meine Augen.

(Beide Hände zu den Augen führen.)

Bereit sind meine Ohren.

(Beide Hände zu den Ohren führen.)

Bereit sind meine Hände.

(Beide Hände zu einer Schale formen.)

Bereit ist mein Mund.

(Beide Hände zum Mund führen.)

Bereit ist mein Herz.

(Beide Hände zum Herz führen.)

Bereit bin ich für dich, Jesus.

(Beide Hände nach oben ausbreiten.)

A Amen.

Pfingstpsalm

nach Psalm 118,24-29

Nacheinander, reihum jeweils einen Satz lesen.

Groß ist unsere Freude über diesen Tag, den du machst.

Fröhlich sollen unsere Lieder klingen.

Du bist der Schöpfer aller Tage.

Lass uns das nicht vergessen, wenn Tage kommen,
wo wir uns von allen guten Geistern verlassen fühlen.

Groß wird unsere Freude sein, wenn deine Hilfe uns erreicht.

Wenn gelingt, was wir in deinem Namen begonnen.

Wenn der Geist, der in deinem Namen kommt, unserer Schwachheit aufhilft,
unsere trüben Tage erleuchtet, unsere dunklen Stunden erhellt,
dann - dann beginnt das Fest, nach dem wir uns sehnen.

Dann werden wir dir danken und dich preisen;

denn deine Freundlichkeit hat sich uns mitgeteilt.

Gestärkt hat dein Geist unser Vertrauen,
dass deine Güte bleibt heute und morgen – und immer.

Amen.

JESUS IST BEI UNS IN SEINEM WORT

Evangelium

Joh 20, 19-23

L Aus dem Heiligen Evangelium nach Johannes

Am Abend des ersten Tages der Woche,
als die Jünger aus Furcht vor den Juden
bei verschlossenen Türen beisammen waren,
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, als 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 sagte zu ihnen:

Empfangt den Heiligen Geist!

Denen ihr die Sünden erlasst, denen sind sie erlassen;
denen ihr sie behaltet, sind sie behalten.

Evangelium unseres Herrn Jesus Christus.

A Lob sei Dir, Christus.

Deutung

V Der Bibeltext eben hat uns erzählt:

Aus Angst waren die Jünger hinter verschlossenen Türen versammelt.
Da war nicht viel von Aufbruch zu spüren. Aber genau in diese Ver-
schlossenheit und Angst tritt Jesus. Er nimmt sie mit dem, was sie ihm

geben können. Und er zeigt sich ihnen, so wie sie ihn jetzt während der vergangenen Tage häufig erlebt haben – ganz der Alte, aber doch ein anderer, wie die Wundmale belegen.

Jesus wünscht ihnen den Frieden, zweimal spricht er das aus. Zur Begrüßung und zur Sendung.

So erfahren die Jünger – der Friede gilt ihnen. Und der Frieden gilt den anderen, zu denen Jesus sie sendet.

Und dann haucht er sie an. Das ist so zart und ganz anders als wir das in der heutigen Lesung aus der Apostelgeschichte hören würden. Das ist kein Brausen, kein heftiger Sturm.

Das ist ein Atem. Ein Lebensatem. Unscheinbar und doch für das Überleben wichtig.

Das ist jetzt also der versprochene Beistand, der Tröster, der Helfer.

Das ist der Atem, der uns befähigt für die Sache Jesu einzutreten. Als Begeisterte. Der unseren Mund übersprudeln lässt im Erzählen der Frohen Botschaft.

Soviel Kraft ist darin, soviel Energie. Und diese wird die Jünger bewegen, sie aufbrechen lassen aus ihrer Enge, den verschlossenen Räumen und der Angst.

So wird der Atem Gottes, der Hauch, für die Geburtsstunde der Kirche sorgen.

Denn die Jünger lassen sich senden – sie bringen Frieden und eine Frohe Botschaft.

Amen.

Atemgebet

✓ Ich lade euch jetzt zu einem **Atemgebet** ein:

In Ruhe die einzelnen Anleitungen durchgehen.

Stellen wir uns in der Runde als Familie so, dass jede/r einen guten Platz für sich hat.

Jede/r von uns achtet darauf, dass sie/er gut steht.

Wenn dein Platz gut ist, und du fest stehst, bleib mit der Aufmerksamkeit ganz beim Stehen.

Spüre, wie groß du im Stehen bist: von den Füßen bis zum Kopf.

Spüre, wie es ist, ganz da zu sein.

Dann achte jetzt darauf, wie dein Atem kommt.

Wie du einatmest... und ausatmest.

Vielleicht kannst du fühlen, wie deine Bauchdecke sich leicht bewegt oder dein Brustkorb...

Der Atem bewegt dich... und du musst dafür gar nichts tun.

Er kommt... und geht...

Achte einmal 5 Atemzüge nur darauf...

Dem Heiligen Augustinus wird ein Gebet zugeschrieben:
„Atme in mir, du Heiliger Geist“

Mit den nächsten Atemzügen
kannst Du beim Ein- und Ausatmen beten.

Beim Einatmen: Atme in mir ...

beim Ausatmen: du Heiliger Geist.

Nehmt Euch dafür jede und jeder 3 Minuten Zeit in der Stille

Drei Minuten Stille.

Und dieses Gebet des Hl. Augustinus können wir jetzt singen (oder uns anhören):

Lied

GL 386

Singen oder auf Handy/Youtube hören:

<https://www.youtube.com/watch?v=wTweZe1jIU0>

A Atme in uns, heiliger Geist

GEBET UND ABSCHLUSS

Fürbitten

V Lasst uns zu Gott, unserem Vater beten, der uns seinen Geist schenkt, damit er bei uns bleibt und wir aus ihm leben:

1.

Gott, manchmal geht es uns wie damals den Jüngern.
Wir ziehen uns zurück, wir machen die Türen und Fenster zu.

A Komm, Heiliger Geist!

2.

Manchmal geht es uns wie damals den Jüngern.
Unser Herz ist schwer. Wir lassen keinen an uns heran.

A Komm, Heiliger Geist!

3.

Manchmal geht es uns wie damals den Jüngern.
Wir fühlen uns unsicher. Uns fehlt der Mut.

A Komm, Heiliger Geist!

4.

Gott, wir bitten dich um Mut für alle, die Angst haben.

A Komm, Heiliger Geist!

5.

Wir bitten dich um Freude für alle, die traurig sind.

A Komm, Heiliger Geist!

6.

Wir bitten dich um Frieden für alle, die im Streit leben.

A Komm, Heiliger Geist!

7.

Komm, Heiliger Geist. Komm in unser Herz.
Komm in unsere Familien. Komm in unsere Kirche.

A Komm, Heiliger Geist!

Herrengebet

V All unsere Bitten, für die wir die Kraft des Heiligen Geistes brauchen, bündeln wir in dem Gebet, dass Jesus uns auch als Kraftquelle zurückgelassen hat – es zeigt uns, wie wir zu unserem Vater im Himmel beten dürfen:

A Vater unser im Himmel...
Denn dein ist das Reich...

Segensbitte

V Gottes Heiliger Geist sei uns nahe wie ein warmer Wind auf unserer Haut.

Gottes Heiliger Geist schenke uns Kraft wie ein starker Sturmwind.

Gottes Heiliger Geist schenke uns Liebe wie ein sanfter Windhauch.

Es segne und verbinde uns miteinander der dreieinige Gott

(+) der Vater und der Sohn und der Heilige Geist.

A Amen.

Lied

GL 351

A Komm, Schöpfer Geist, kehre bei uns ein

Gemeindereferentin Patricia Fink
Alfeld