



## *Atempause für die Seele*

*Mich hineinstellen in dein Leben – nicht das, was ich will, soll geschehen, sondern das, was mich zu dir bringt.*

*Mich hineinstellen in dein Leben – nicht mein Bild entwerfen von einem gelungenen Leben, sondern nachspüren, was dein Bild ist von mir.*

*Mich hineinstellen in dein Leben – nicht wissen, wie es gelingen kann, sondern auf die Zeichen achten, die zur sprudelnden Quelle führen. R. Hagmann*

Jesus muss alles loslassen, was ihm hier in diesem Leben wichtig war. Aber Jesus glaubt daran: Wenn er jetzt die Menschen loslässt, wenn er jetzt sein Werk loslässt, wenn er jetzt sein Leben loslässt, dann wird alles Früchte bringen. Wenn er an seinem Leben festhalten würde, dann würde es keine Frucht bringen.

**Wenn das Weizenkorn nicht auf die Erde fällt und stirbt, bleibt es allein; wenn es aber stirbt, bringt es reiche Frucht.**

Frucht bringen durch Loslassen, durch Sterben, das lehrt uns Jesus. Man muss nicht immer seinen Willen, seine Meinung, seine Pläne durchsetzen. Ich glaube, fruchtbar ist ein Mensch dann, wenn durch ihn mehr Liebe in die Welt kommt. Durch seinen Kreuzestod hat Jesus die totale Liebe in die Welt gebracht, eine Liebe, die alle Schuld vergibt, die die Menschen überflutet mit Barmherzigkeit, die allen Menschen einen neuen Anfang ermöglicht.

**Innehalten:** Mich mit dem Atem verbinden, meinen Körper spüren von innen und gleichzeitig die unendliche Weite wahrnehmen. Und alles gehen lassen, was mich vorher noch im Aussen gehalten hat. Ein- und Ausatmen, Sein in der Gegenwart Gottes, die alles umgibt und durchdringt.

**Gebet:** Jesus, ich danke dir für dein Vorbild. Hilf uns so zu leben, dass auch unser Leben fruchtbar wird durch die Liebe. Hilf uns zu erkennen, wo wir loslassen müssen, wo wir den anderen mehr Raum geben müssen, wo wir „sterben“ müssen, damit die Liebe wachsen kann. Damit auch unser Leben von Gott eine wunderbare Erfüllung findet, die alles übersteigt, was die Welt uns geben kann.

**Taizé Lied:** *Bless the Lord my soul, and bless God's holy name*

<https://youtu.be/t4Svh-9ohg4> <http://www.kath-niederwil.ch/aktuelles/>

Ein froher Gruss Marianne Lembke und Monika Ender