

Novene zum Hl. Geist und um seine Gaben

Simone Hartmann

Begleitende Fotos: Einstimmungen auf Sydney

Eine Novene ist ein neuntägiges Gebet – das dir hilft, tiefer mit dem Heiligen Geist in Beziehung zu kommen. Sozusagen ein Rendezvous mit dem Heiligen Geist, an neun hintereinander folgenden Tagen!

Nicht, dass Gottes guter Geist so viel Zeit bräuchte, in deinem Herzen Wohnung zu nehmen.

Vielmehr ist es an uns, gründlichen „Hausputz“ zu halten und alles herzurichten. Dazu können die folgenden Tages“impulse“ dienen, den Heiligen Geist behutsam einzuladen, und euch miteinander vertraut zu machen.

Schaffe zuallererst einen guten und festen Rahmen:

- Am besten du nimmst dir an den kommenden neun Tagen eine feste Zeit vor. Wann ist die ruhigste Zeit des Tages für dich, in der du dich diesem Projekt ungestört und mit aller Wachsamkeit widmen kannst?
- Nimm dir Zeit und gönne dir für die Novene 15-20 Minuten.
- Wähle einen ruhigen Ort dafür.
- Vielleicht ist es gut, einen Bleistift und ein Blöckchen dort zu haben, falls dir Ideen, Gedanken und Vorhaben in den Sinn kommen, die du gerne festhalten möchtest.
- Wie gestaltest Du diesen Ort? Gibt es dort ein Kreuz, eine Kerze, einen Betschemel oder ein Kissen? Wirst du sitzen oder knien oder stehen?
- Nichts und niemand sollen dich in dieser Zeit ablenken von deiner Begegnung mit Gott. Lass das Telefon unbeachtet klingeln, lass die Welt sich weiterdrehen...
- ... und versuche, auch innerlich still zu werden. Wenn dir plötzlich in den Sinn kommt, dass du unbedingt noch dies und jenes tun müsstest, verschiebe es bewusst auf später. Lass die Dinge, die sich nun bemühen, dich abzubringen, wie Wolken an deinem inneren Auge vorüberziehen und verabschiede sie mit den Worten: Jetzt ist nicht eure Zeit – euch betrachte ich nachher.
- Und sei dir bewusst: diese Zeit ist deine Zeit mit Gott. Auch, wenn es Dir schwer fällt, Er wird die Zeit nutzen: **Gott selbst erwartet dich! Und zwar jetzt.**



1. Tag: Den Geist der Wahrheit kennen lernen.

Im Namen des Vaters und Sohnes und des Heiligen Geistes.

Das ist die direkte Telefonleitung zu Gott, die immer für dich frei ist.

Nun hast du sie „gewählt“ und stehst deinem Gott bewusst gegenüber, der dich mit Liebe anschaut und sich freut, dass du zu ihm sprechen und ihn hören möchtest.



Beginne Deine Gebetszeit, wenn du magst, mit dem Pfingsthymnus – siehe im gleichen Themenblock.

Gebet: Hl. Geist, ich möchte dich in den kommenden Tagen näher kennen lernen.

Bitte sprich zu meinem Herzen, damit ich erlebe, wie sehr Gott mich liebt und wie viel ihr - Vater, Sohn und Geist - mir zutraut.

Du, Jesus, versprichst uns: „Wenn ihr mich liebt, werdet ihr meine Gebote halten. Und ich werde den Vater bitten, und er wird euch einen anderen Beistand geben, der für immer bei euch bleiben soll. Es ist der Geist der Wahrheit, den die Welt nicht empfangen kann, weil sie ihn nicht sieht und nicht kennt. Ihr aber kennt ihn, weil er bei euch bleibt und in euch sein wird (...). Das habe ich zu euch gesagt, während ich noch bei euch bin. Der Beistand aber, der Heilige Geist, den der Vater in meinem Namen senden wird, der wird euch alles lehren und euch an alles erinnern, was ich euch gesagt habe. Frieden hinterlasse ich euch, meinen Frieden gebe ich euch; nicht einen Frieden, wie die Welt ihn gibt, gebe ich euch. Euer Herz

beunruhige sich nicht und verzage nicht (Joh 14,15-17 und 25-27).

Heiliger Geist, Jesus nennt dich den Geist der Wahrheit.

Du bist eine eigenständige Person und immer bei mir. Jetzt bist du da.

Ich möchte keiner Lüge mehr in meinem

Leben bewusst zustimmen, sondern mit dir erkennen, wer ich wirklich bin.

Mit dir möchte ich zu meinen Schwächen und Fehlern stehen und niemandem etwas vorspielen. Mit dir möchte ich mich genauso an den Gaben und Talenten freuen, die mir geschenkt wurden und sie einsetzen.

Am meisten möchte ich die ganze Wahrheit über deine Liebe zu mir erkennen und erleben, dass mit dir nichts unmöglich ist.

Danke für den Frieden, den du meinem Herzen schenkst, wenn ich der Wahrheit traue und ihr zustimme. Amen

Nimm dir noch Zeit, über dich

nachzudenken. Gott hat dich mit vielen Talenten beschenkt. Welche sind es? Wie setzt du sie schon für andere ein? Wo könntest du sie noch ausdrücklicher für andere einsetzen? Und kennst du auch Seiten an dir, die du am liebsten verstecken würdest? In welchen Situationen ist die Wahrheit unbequem für dich?

Sprich den Heiligen Geist selber an und bitte ihn, dir dabei zu helfen, an der Wahrheit zu wachsen.

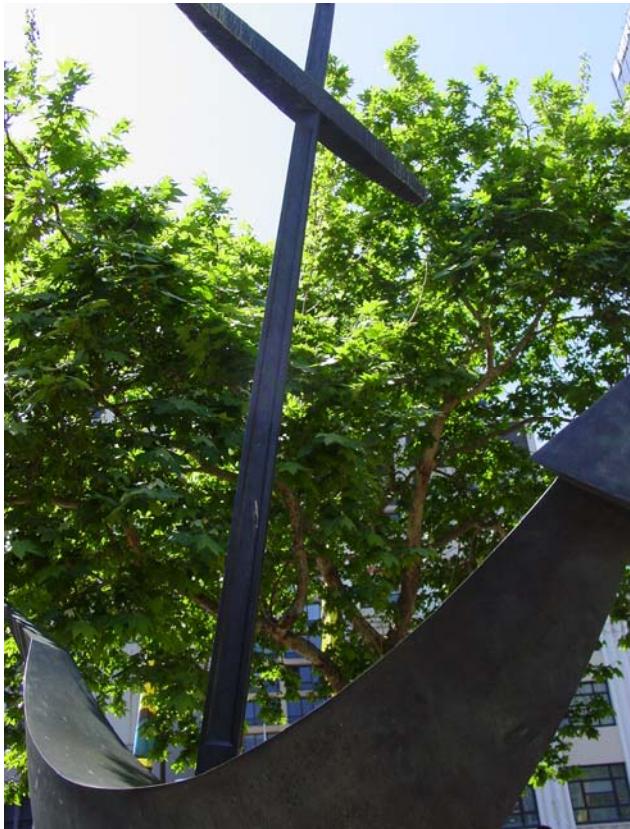
Abschluss: Heiliger Geist, wenn du willst, dass aus mir etwas Gutes werden soll, dann musst du selbst Hand ans Werk legen. Amen (nach P. Combière SJ)



2. Tag: Bitte um die Gabe der Weisheit

Im Namen des Vaters und Sohnes und des Heiligen Geistes.

Beginne, wenn du magst, mit dem Pfingsthymnus – siehe im gleichen Themenblock.



Heiliger Geist, du bist jetzt da und auch ich bin ganz da vor dir.

Heute möchte ich dich um die Gabe der Weisheit bitten und darum, zu verstehen, was diese Gabe bedeutet.

In der Bibel sagt Gott zu König Salomon: „Weil du mich nicht um ein langes Leben, Reichtum und den Tod deiner Feinde gebeten hast, werde ich deine Bitte erfüllen. Ich gebe dir ein weises und verständiges Herz“ (nach 1 Kön 3,9-12)!

Und im Jakobusbrief steht (Jak 3,17): „Die Weisheit, die von oben kommt, ist friedsam, freundlich, fügsam, barmherzig. Sie richtet und heuchelt nicht.“

Der Heilige Geist, der in dir wohnt, will dich durch jeden Tag führen.

Er gibt dir den ganzen Tag über Anregungen, Gutes zu tun und Schlechtes zu lassen. Damit du seine Anregungen hören und sie befolgen kannst, beschenkt er dich mit sieben Gaben. Sie sind untrennbar mit der Liebe zu Gott und der Liebe zu deinem Nächsten verbunden. Man könnte sie auch als Eigenschaften der Liebe selbst bezeichnen.

Die Weisheit ist nichts anderes als die Liebe, die verkostet und erfährt, wie sanft und unendlich gut der Herr ist. Diese Gabe, die die Seele mit jedem Gut erfüllt, macht sie besonders für die Liebe sensibel, die Gott ist und die sich mitteilt, indem sie alles kraftvoll und zugleich sanft zu sich hinzieht. Sie lässt erkennen, dass diese Liebe der Ursprung und die Vollendung von allem ist.

Denke an die Momente, in denen Gott dir besonders nahe war. Wie hast du die Liebe Gottes zu dir erfahren? Wie hast du dich dabei gefühlt?

Und gibt es etwas in deinem Leben (z. B. eine Gewohnheit, eine Tat, eine bestimmte „Freundschaft“, Leidenschaft,...) das dich hindert, die Liebe Gottes freien Herzens zu empfangen?

Was könntest du wohl verstärken (an Eigenschaften, Gepflogenheiten, vielleicht die Gebetszeiten?) und/ oder worauf würde es sich lohnen, zu verzichten, um aufmerksamer für Gottes Liebe zu werden? Sprich mit dem Heiligen Geist persönlich über das, was dir dazu in den Sinn kommt.

Abschluss: Heiliger Geist, wenn du willst, dass aus mir etwas Gutes werden soll, dann musst du selbst Hand ans Werk legen. Amen

3. Tag: Bitte um die Gabe der Einsicht (Verstand)

Im Namen des Vaters und Sohnes und des Heiligen Geistes.

Beginne, wenn du magst, mit dem Pfingsthymnus.

Komm Heiliger Geist und zeige mir selbst, dass du nun da bist. Dir möchte ich diese Zeit schenken und auch ganz für dich da sein.

Heute möchte ich dich um die Gabe der Einsicht bitten und darum, zu verstehen, was diese Gabe für mein Leben bedeutet.

„Der Allmächtige gibt den Menschen Einsicht“ (Jesus Sirach 38,6).

Die Einsicht ist die aufmerksame Liebe, die uns den Sinn der Glaubenswirklichkeiten – besonders der Erlösung und der Eucharistie – eröffnet, um darin Gott und seine Liebe zu erkennen.

Man kann sehr viel über die Geheimnisse des Glaubens wissen und trotzdem unwissend bleiben, weil man sie nicht im Licht dieser Gabe empfängt.

Die Einsicht jedoch lehrt uns alles und lässt uns von innen her verstehen.



Gibt es Glaubenswahrheiten, mit denen du Schwierigkeiten hast?

Hast du vielleicht schon erlebt, plötzlich einen Zusammenhang von innen her zu verstehen?

Sprich auch mit anderen über Fragen des Glaubens und bitte vorher der Heiligen Geist, dabei anwesend zu sein.

Nimm dir nun noch etwas Zeit, um ganz persönlich mit dem Heiligen Geist zu sprechen.

Abschluss: Heiliger Geist, wenn du willst, dass aus mir etwas Gutes werden soll, dann musst du selbst Hand ans Werk legen. Amen

4. Tag: Bitte um die Gabe des Rates



Im Namen des Vaters und Sohnes und des Heiligen Geistes.
Beginne, wenn du magst, mit dem Pfingsthymnus.

Heiliger Geist, komm und erfülle mich. Du bist jetzt da und auch ich bin ganz da vor dir. Meine Gedanken will ich auf dich hinlenken und still werden.

Heute möchte ich dich um die Gabe des guten Rates bitten, und darum, zu verstehen, was diese Gabe für mein Leben bedeutet.

„Der Rat ist ebenfalls die Liebe, da er uns aufmerksam, sorgfältig und geschickt macht, die geeigneten Mittel zu wählen, um Gott auf ihm wohlgefällige Weise zu dienen.“ Durch diese Gabe inspiriert uns der Heilige Geist und schenkt uns das Gespür, wie wir uns in allem als Kinder des Lichts verhalten sollen.

Sie macht uns gelehrig, zu erkennen, was richtig ist und was zu tun ist.



Fast in jedem Augenblick des Tages müssen wir uns entscheiden. Tue ich zuerst dieses oder jenes? Soll ich etwas ganz sein lassen und mich anderem zuwenden? Soll ich mit diesem oder jenem Menschen sprechen oder Zeit verbringen?

Der Heilige Geist schenkt uns in der Gabe des Rates, das Bessere der Möglichkeiten zu erkennen und uns dafür zu entscheiden. Folgen wir ihm dann, empfinden wir Frieden und Freude.

Wählen wir doch das Schlechtere oder Schlechte, lässt der Geist uns erst zögern und wir erleben dann Traurigkeit und eine innere Leere und Unzufriedenheit.

Fallen dir Situationen ein, in denen du nach einer Tat einen tiefen Frieden gespürt hast, auch wenn es dich zuerst Überwindung gekostet hat?

Vor welchen Entscheidungen stehst du häufig?

Rufe den Heiligen Geist oft am Tag, um dir zu helfen, dich richtig zu entscheiden, auch in kleinen Dingen.

Sprich nun mit dem Heiligen Geist über alles, was dir dazu in den Sinn kommt – auch über deine Schwierigkeiten.

Abschluss: Heiliger Geist, wenn du willst, dass aus mir etwas Gutes werden soll, dann musst du selbst Hand ans Werk legen. Amen

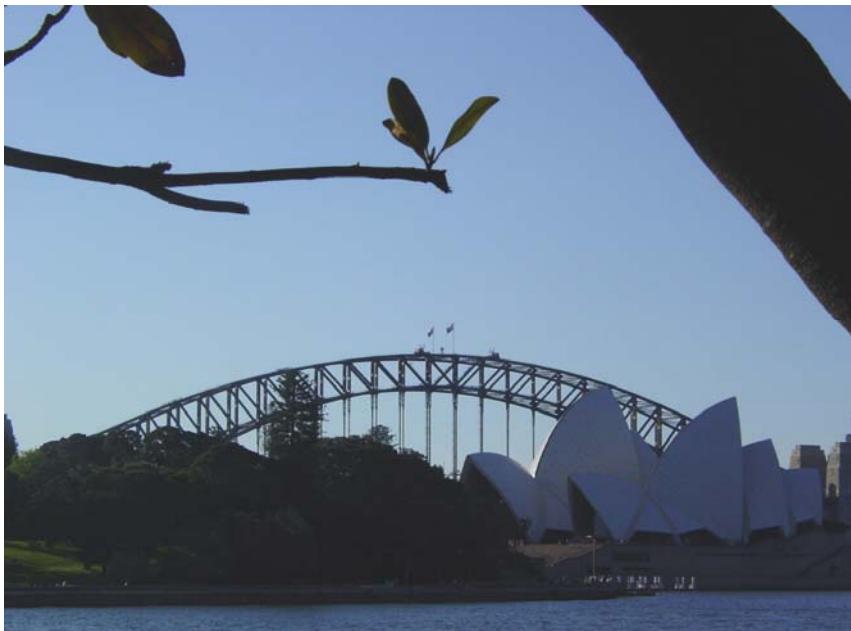
5. Tag: Bitte um die Gabe der Stärke

Im Namen des Vaters und Sohnes und des Heiligen Geistes.

Beginne, wenn du magst, mit dem Pfingsthymnus – siehe im gleichen Themenblock.

Heiliger Geist hier bin ich. Komm und erfülle mich mit deiner Gegenwart. Ich glaube, dass du immer kommst, wenn ich dich aufrichtig darum bitte.

Heute möchte ich um die Gabe der Stärke bitten und darum, zu verstehen, was diese Gabe für mein Leben bedeutet.



„Ihr werdet die Kraft des Heiligen Geistes empfangen, der über euch kommen wird“ (Apg 1,8). Die Stärke, ist die Liebe, die das Herz ermutigt und belebt, um das auszuführen, was der Rat uns hat erkennen lassen. Sie kommt uns zu Hilfe in Verzagtheit und Not und schenkt uns Standhaftigkeit und Kraft, den Versuchungen nicht zu unterliegen. Sie verleiht dem Willen eine Energie, die ihm hilft, wagemutig große Dinge zu vollbringen, die vom menschlichen Verstand oft als verrückt beurteilt werden. Als Musterbeispiel gilt das Martyrium.

Fallen dir Situationen ein, in denen dir bewusst war, dass du etwas Ungutes tust?

Nimm dir vor, den Geist der Stärke zu rufen, wenn dir eine Versuchung unwiderstehlich erscheint.

Hast du schon erlebt, dass du über dich hinausgewachsen bist?

Sprich mit dem Heiligen Geist persönlich über das, was dich nun bewegt.

Abschluss: Heiliger Geist, wenn du willst, dass aus mir etwas Gutes werden soll, dann musst du selbst Hand ans Werk legen. Amen

6. Tag: Bitte um die Gabe der Erkenntnis/Wissenschaft

Im Namen des Vaters und Sohnes und des Heiligen Geistes.
Beginne, wenn du magst, mit dem Pfingsthymnus – siehe im gleichen Themenblock.

Komm, Heiliger Geist, komme nun und bringe meine Gedanken zum Schweigen. Erfülle du selber mein Herz, damit ich ganz für dich da sein kann.

Heute bitte ich dich um die Gabe der Erkenntnis und darum, dass ich verstehre, was diese Gabe für mein Leben bedeutet.



Die Erkenntnis ist die Liebe, die in uns die Aufmerksamkeit wach hält, uns selbst und alle Geschöpfe im Licht der Liebe Gottes zu erkennen.

Diese Gabe erleuchtet das Herz darüber, wie sie alle in der Hand Gottes sind, wie sehr sie von ihm geliebt und behütet sind. Sie lässt die Zerbrechlichkeit, aber zugleich auch die Würde der Geschöpfe verstehen, die alle von Gott kommen.

Bist du überzeugt davon, dass Gott dich bedingungslos liebt – so, wie du bist?

Kannst du dir vorstellen, dass Gott den Menschen, den du am wenigsten magst und der dir am meisten zusetzt genauso liebt wie dich mit allen Macken und Fehlern?

Fällt dir jemand ein, mit dem du dich versöhnen könntest?

Sprich persönlich eine Weile mit dem Heiligen Geist über die Gedanken, die dir dazu kommen.

Abschluss: Heiliger Geist, wenn du willst, dass aus mir etwas Gutes werden soll, dann musst du selbst Hand ans Werk legen. Amen

7. Tag Bitte um die Gabe der Frömmigkeit

Im Namen des Vaters und Sohnes und des Heiligen Geistes.

Beginne, wenn du magst, mit dem Pfingsthymnus.

Heiliger Geist, ohne dich kann ich nicht beten und mich nicht für deine Gegenwart öffnen. Deshalb bitte ich dich, mich jetzt zu besuchen und mein ganzes Wesen zu durchdringen.

Heute bitte ich dich auch um die Gabe der Frömmigkeit und darum zu verstehen, was diese Gabe für mein Leben bedeutet.

Die Frömmigkeit ist die Liebe, welche die Mühen erleichtert und uns von ganzem Herzen in Freude, Treue und kindlicher Zuneigung all das gerne tun lässt, was Gott, unserem Vater, gefällt und ihn erfreut.

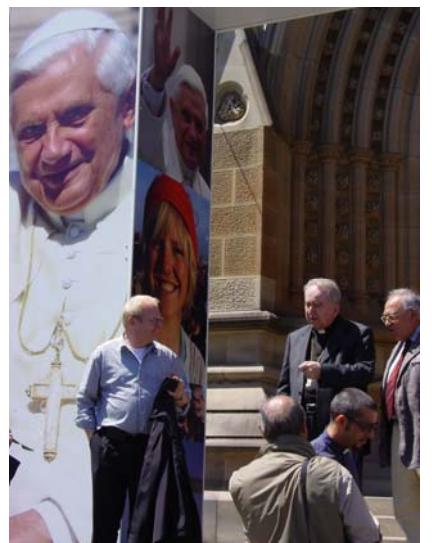
Mit dieser Gabe wird unser ganzes Leben ein immer währendes Lob- und Dankgebet vor dem Herrn werden.

Von welchen Bereichen in deinem Leben hast du bisher geglaubt, dass sie nicht mit Gott zu tun haben, ihn nichts angehen oder nicht interessieren?

Kannst du dir vorstellen, dass Gott dein Glück und deine Erfüllung möchte, und ihm deshalb dein Detail deines Alltags egal ist?

In welchem Bereich möchtest du den Heiligen Geist jetzt bewusst um etwas bitten, und wo möchtest du etwas verändern?

Nimm dir ein wenig Zeit, um mit dem Heiligen Geist zu sprechen.



Abschluss: Heiliger Geist, wenn du willst, dass aus mir etwas Gutes werden soll, dann musst du selbst Hand ans Werk legen. Amen

8. Tag: Bitte um die Gabe der Gottesfurcht

Im Namen des Vaters und Sohnes und des Heiligen Geistes.
Beginne, wenn du magst, mit dem Pfingsthymnus – siehe im gleichen Themenblock.

Heiliger Geist, komm und durchdringe mich ganz neu mit deinem Licht und deiner Liebe. Ich bin nun da für dich und möchte auf dich hören.

Heute bitte ich dich um die Gabe der Gottesfurcht und darum zu verstehen, was diese Gabe für mein Leben bedeutet.



„Die Furcht des Herrn ist der Anfang der Weisheit. Heilvolle Einsicht gibt sie allen, die sie üben“ (PS 111,10).

Die Gottesfurcht ist die Liebe, die uns alles meiden lässt, was Gott, unserem guten Vater, missfällt. Sie hat nichts zu tun mit der Furcht oder Angst vor Gott, denn vor dem, der uns unbegrenzt liebt, brauchen wie niemals Angst zu empfinden. Es ist vielmehr die Furcht, etwas zu tun, was uns von ihm trennt, was also der Liebe widerspricht. Sie bewirkt ebenso die Erfahrung unseres Kleinseins vor Gott im Geiste der Kindschaft. Ein Kind stört sich nicht daran, kleiner zu sein als sein Vater, vielmehr vertraut es ihm in allem.

Hast du dich im Gebet schon an Gott, deinen Vater gewandt?

Versuche, das was dir am meisten Angst und Sorge bereitet, diesem Vater im Himmel anzuvertrauen und ihm zu überlassen.

Fällt dir etwas ein, das in deinem Leben der Liebe widerspricht und könntest du darauf verzichten? Sprich heute noch persönlich zu Gott, deinem Vater. Jesus lädt uns sogar ein, ihn „Abba“, d. h. heißt „Papa“ zu nennen.

Abschluss: Heiliger Geist, wenn du willst, dass aus mir etwas Gutes werden soll, dann musst du selbst Hand ans Werk legen. Amen



9. Tag: Bitte um ein Leben im und aus dem Heiligen Geist

Im Namen des Vaters und Sohnes und des Heiligen Geistes.

Beginne, wenn du magst, mit dem Pfingsthymnus – siehe im gleichen Themenblock.

Heiliger Geist komm und belebe mich. Ohne dich gibt es kein Leben und schon gar keines in Fülle. Ich bin nun hier, um dich zu empfangen.

Heute bitte ich dich um die Gabe, keinen Augenblick mehr ohne dich zu sein.
Bewege und lenke du mein Wollen,
Fühlen, Denken und Handeln mein Leben lang, damit ich aus der und für die Liebe lebe.

„Die Liebe ist ausgegossen in unsere Herzen durch den Heiligen Geist, der uns gegeben ist“ (nach Röm 5,5).

*Der Heilige Geist selbst ist die Liebe.
Bitten wir ihn um seine Gaben, so schenkt er sich uns zuerst selber. Ein Leben in der Liebe ist ein Leben in Glück und Fülle.*

Der Heilige Geist bringt in uns gute Früchte hervor, die wir selbst und auch unsere Umgebung wahrnehmen können.

Dies sind:

Liebe, Freude, Friede, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Langmut, Sanftmut, Treue, Bescheidenheit, Enthaltsamkeit, Keuschheit (nach Gal 5,22-23).

Wo in deinem Leben kannst du schon etwas von den Früchten des Geistes erkennen?

Wo möchtest du dem Heiligen Geist von jetzt an mehr Platz schenken?

Was bedeutet dir die Liebe?

Glaubst du, dass für Gott nichts unmöglich ist?

Sprich noch persönlich mit dem Heiligen Geist, der eine konkrete Person und ein echtes Gegenüber ist.

Abschluss: Heiliger Geist, wenn du willst, dass aus mir etwas Gutes werden soll, dann musst du selbst Hand ans Werk legen. Amen

*Simone Hartmann
Neuss 2007*

