

## 30.12.2023: 6. Rauhacht „Loslassen“



*Auf dem Rücken winterblauer Nächte  
reise in das Herz der Stille.*

*Du wirst schon erwartet.*

*Leg zuvor alles ab,*

*was noch auf deinen Schultern liegt*

*wie eine Last.*

(Giannina Wedde)

Herzlich willkommen zum heutigen Impuls. Schön, dass du dir diese Zeit der Stille schenkst.

### **Thema der 6. Rauhacht: „Loslassen“**

Die heutige Rauhacht lädt uns ein loszulassen, was ausgelebt ist.

Vielleicht gibt es Dinge oder Themen, die du nicht weiter mit dir herumtragen möchtest, die dein Leben beschweren?

- Was ist überholt und darf verabschiedet werden?

### **Impuls:**

Nimm dir heute ein wenig Zeit auf das vergangene Jahr zurückzuschauen. Vielleicht magst du eine Kerze anzünden und dich in der Stille an das alte Jahr erinnern.

Welche Bilder steigen in dir auf? Was braucht noch Heilung oder Umwandlung? Was möchte endgültig losgelassen werden?

Du kannst diese Themen in deinem Rauhachtstagebuch notieren oder deine Notizen zum Loslassen auch bewusst ins Feuer geben.

### **Segen:**

Atme alles aus. Und dann brich auf. Der Weg ist nicht weit, ein Lidschlag nur, und der Sog der Stille trägt dich nach Hause. (G. Wedde)

So sei gesegnet mit väterlicher Kraft, in mütterlicher Geborgenheit in der Weisheit Heiligen Geistes. Schalom und amen.