

04.01.2024: 11. Rauhacht „Meine Grenzen wahrnehmen“



Meditatives Bild: Ein Bild, das eine herbstliche Landschaft zeigt, mit welchem Laub und Bäumen, die ihre Blätter verlieren. Dies kann symbolisieren, dass das Leben im Herbst und Winter seinen natürlichen Lauf nimmt, was uns an die Endlichkeit des Lebens erinnert.

Begrüßung: Hallo liebe Rauhachtschwestern, es ist schön, dass ihr in diesen besonderen Rauhächten zusammengekommen seid. In dieser Zeit des Übergangs und der Stille können wir unsere Grenzen wahrnehmen und unsere eigene

Endlichkeit akzeptieren. Lasst uns gemeinsam in uns gehen und diese kostbare Zeit nutzen, um inneren Frieden zu finden.

Impuls: In der heutigen Rauhacht können wir uns Zeit nehmen, um über unsere Wünsche und Ziele nachzudenken. Ein wichtiges Thema dabei ist, unsere Grenzen zu erkennen und unsere eigene Endlichkeit zu akzeptieren, so wie es die Heiligen Drei Könige getan haben. Sie hatten das Ziel, dem Stern zu folgen, aber sie akzeptierten ihre Grenzen und die begrenzte Dauer ihrer Reise. Mein Impuls für dich ist, die 11. Rauhacht zu nutzen, um über deine persönlichen Ziele und Wünsche nachzudenken. Überlege, wie du deine eigenen Grenzen und die Endlichkeit des Lebens akzeptieren kannst. Schaffe Raum für innere Ruhe und Dankbarkeit für das Hier und Jetzt. Nutze diese Zeit, um Gebet und Meditation in deine Rituale zu integrieren, um Klarheit und Gelassenheit zu finden. Möge dich die Geschichte der Heiligen Drei Könige inspirieren, deine eigenen Ziele zu verfolgen, aber auch deine Grenzen zu erkennen und die Endlichkeit des Lebens in Liebe und Frieden anzunehmen. Segen für die Rauhacht heute wünschen wir dir.

Gebet und Segen: Lieber Gott, in diesen heiligen Rauhächten kommen wir zu dir, um deine Weisheit und Kraft zu erbitten. Lehre uns, unsere Grenzen zu erkennen und unsere Endlichkeit anzunehmen. Hilf uns, demütig anzuerkennen, dass wir nicht alles kontrollieren können und dass es in Ordnung ist, Schwäche zu zeigen. Segne uns, dass wir in unserer Begrenztheit Frieden finden und unser Leben umsichtig gestalten. Gib uns die Kraft, nein zu sagen, wenn es nötig ist, und ja zu sagen zu uns selbst und unseren eigenen Bedürfnissen. Wir vertrauen darauf, dass du uns in dieser Rauhacht begleitest und uns die Erkenntnis schenkst, dass unsere Endlichkeit Teil des göttlichen Plans ist. Segne uns mit Gelassenheit, Dankbarkeit und dem Mut, uns selbst anzunehmen. Amen.

Musik: „I Can Only Imagine“ von MercyMe ist ein ermutigendes christliches Lied, das die Vorstellungskraft anregt, wie es im Himmel sein könnte, wenn man die eigene Endlichkeit akzeptiert. Es kann dazu dienen, Trost und Hoffnung zu spenden.

[MercyMe - I Can Only Imagine \(The Movie Session - Official Music Video\) - YouTube](#)