

## *Die 2. Raunacht*

*25./26. Dezember – Der Heiland ist geboren! – Thema:  
„Frieden, Verbindung mit der inneren Stimme“ (Februar)*

### *Erste Gedanken:*

*Die Stille Nacht ist vorüber. Ein neuer Tag ist angebrochen.  
Und auch der ist still. Alle Arbeit ist zur Ruhe gekommen. Es  
ist Weihnachten! Geweihte Nächte – sie haben begonnen.*

*Die Geschenke sind ausgepackt, die Freude über sie bleibt!  
Das Leben läuft heute langsamer; denn es ist Zeit. „Carpe diem  
– pflücke den Tag“, entdecke, dass die Zeit einfach da ist. Du  
darfst sie nutzen.*

### *Ich und Gott:*

*Mein Heil ist da! Ich bin übergücklich; denn wir Christen  
wissen, dass wir uns nicht unser Leben lang anstrengen müssen,  
uns selbst von allem Leid zu erlösen. Du darfst wissen, dass  
Gott zu uns gekommen ist, um uns von allem zu lösen und zu  
befreien, was uns fesselt: physisch und psychisch dürfen und  
können wir frei sein durch den, „der Heil und Leben mit sich  
bringt.“ (Lied „Macht hoch die Tür“).*

*Wer Gottes Heil erLEBEN will, braucht sich nicht aus eigener  
Kraft angestrengt in den Himmel zu stecken, sondern nur seine  
Hände und sein Herz zu öffnen. Ich bin bereit!*

### *Heute-Zeit:*

*Heute ist die Zeit, um den tiefen Frieden zu spüren. Höre in Dich  
hinein, horche Deiner inneren Stimme, um mit Dir selbst in  
Einklang zu kommen.*

*Was ist in diesem Jahr offen geblieben? Was hast Du erreicht,  
was noch nicht? Gibt es etwas, was Du in diesem Jahr noch  
zurücklassen möchtest?*

*Gibt es etwas in deinem Leben, das Du erlöst wissen möchtest?  
Was nimmst Du mit ins neue Jahr? Was willst Du 2020  
erreichen?*

*Verwirkliche Deine Wünsche: Säe heute die Samen, die in  
Deinem neuen Jahr aufgehen sollen.*

*Rituale:*

*Nimm Dir Zeit, um zur Ruhe zu kommen und in Dich hinein zu  
hören.*

*Auch heute kannst Du wieder mit Weißem Salbei räuchern.*

*Finde Ruhe im meditativen Gebet. Sprich mit Gott, sag ihm,  
dem Schöpfer des Universums, was Dich noch belastet. Bitte  
ihn, es wegzunehmen.*

*Öffne Dich für die höchste Macht, für Gott, und lass Dich von  
seinem Frieden anstecken. Hab Mut zum Frieden mit Dir selbst,  
mit Gott und mit den Menschen.*