



STREAMING EXERZITIEN

NUR DIE HALBE GESCHICHTE

Meine Herausforderungen meistern

WOCHE 4

IMPULS TAG 4

ANKOMMEN

Suche Dir einen Platz, an dem Du Dich wohlfühlst. Wenn Du willst, zünde eine Kerze an und mache das Kreuzzeichen:

**Im Namen des Vaters und des Sohnes
und des Heiligen Geistes. Amen.**

Genieße einen Moment der Stille und mach Dir bewusst, dass Gott jetzt da ist. Dann kannst Du folgendes Gebet sprechen.

GEBET

GUTER GOTT,
DANKE, DASS DU MICH SO ANNIMMST, WIE ICH BIN
– MIT ALLEM, WAS MICH AUSMACHT.
DU SIEHST MEIN INNERES, MEINE SEHNSÜCHTE
UND AUCH MEINE UNSICHERHEITEN.
HILF MIR, MICH SELBST MIT DEINEN AUGEN ZU SEHEN,
VOLLER LIEBE UND OHNE VORURTEILE.
GIB MIR MUT, DIE HERAUSFORDERUNGEN DIESER WOCHE ANZUNEHMEN
UND DARAN ZU WACHSEN.
ZEIGE MIR, WAS ECHTE FREUNDSCHAFT BEDEUTET
– EINANDER ZU VERTRAUEN, FÜREINANDER DA ZU SEIN
UND EHRlich MITEINANDER UMZUGEHEN.
LASS MICH DIE WAHRE LIEBE ERKENNEN
UND HINTER DIE FASSADEN BLICKEN
– BEI MIR UND BEI ANDEREN.
SEGNE DIESE WOCHE, MEINE SCHRITTE UND MEIN HERZ
AUF DEM WEG ZU MIR SELBST UND ZU DIR.
AMEN.

TAG 4: HERAUSFORDERUNG ANNEHMEN – WENN ICH MICH TRAUE, WACHSE ICH

SCHRIFTWORT

Denn Gott hat uns nicht einen Geist der Furcht gegeben, sondern der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit.

2 Tim 1,7

IMPULS

Ellie entscheidet sich, Paul beim Verfassen der Liebesbriefe zu helfen, obwohl sie selbst Gefühle für Aster hat. Sie ist erst zögerlich, wird herausgefordert und beißt an. Oft sind es gerade die Aufgaben, die mir zunächst unangenehm erscheinen oder die ich lieber vermeiden würde, die mich am meisten zum Wachsen bringen. Ellie wächst, indem sie etwas wagt, das außerhalb ihrer Komfortzone liegt. Was anfangs wie eine einfache Aufgabe aussieht, wird zu einer großen Herausforderung, weil Ellie nicht nur ihre eigenen Gefühle verbergen muss, sondern irgendwann mit den Konsequenzen ihrer Handlungen konfrontiert wird.

Herausforderungen annehmen, auch wenn ich mich unsicher fühle oder keine Lust habe, ist nicht immer einfach. Es erfordert Mut. Oft sind es genau diese Aufgaben, die mich auf die nächste Stufe des persönlichen Wachstums bringen. Doch hinter jeder Herausforderung verbirgt sich die Chance, mehr über mich selbst zu erfahren und mein Potenzial zu entdecken. Jede Herausforderung ist eine Gelegenheit, stärker zu werden und zu zeigen, was in mir steckt.

IMPULSFRAGEN

Welche Herausforderung habe ich zuletzt vermieden, obwohl ich gewusst habe, dass sie mich weiterbringen würde? Was hat mich davon abgehalten, sie anzunehmen?

Wie fühle ich mich, wenn ich etwas tue, das mir Angst macht, aber ich es trotzdem schaffe? Welche positiven Erfahrungen habe ich gemacht, als ich mich überwunden habe?

Was kann ich tun, um mehr Mut zu entwickeln, neue Herausforderungen anzunehmen?

STILLE

Bete ein Vater Unser und nimm alle Deine Gedanken mit hinein.

ABSCHLUSS

Mache erneut das Kreuzzeichen und sprich dieses Segensgebet:

Gott, der Allmächtige, segne mich, beschütze mich vor allem Unheil und führe mich zum ewigen Leben.

Amen.