

Rauszeit für mich – für uns – Teil 46 (Pastor Stephan Massolle, Beverungen, 30.04.2020)
In Schriftfarbe „rot“ die Ergänzungen/Ersetzungen zum Teil 1 bis 45!

Suche Dir einen ruhigen Raum ohne viele Störquellen. Zünde eine Kerze an, die Beobachtung der Flamme kann helfen ruhig zu werden! Oder Du kannst einfach die Augen schließen, um stiller zu werden. Und wisse Dich verbunden mit denen, die auch die „RausZeit – für mich – für uns –“ genießen!

Bei der Vielzahl der Rauszeiten, wird es sich nun nicht mehr vermeiden lassen, dass sich das eine oder andere Lied zur Einstimmung wiederholt, zum Ausklang bin ich bemüht immer noch andere passende und angemessene Lieder zu finden! Für heute es ist mir wieder gelungen, meditative/angemessene Vorschläge sind willkommen!

Heute ist im Erzbistum Paderborn der Gedenktag der **Sel. Pauline von Mallinckrodt**, mit der ich sehr verbunden fühle, u.a. habe ich meinen Zivildienst an der Blindenschule geleistet, die von ihr gegründet wurde, u.a. Gründerin der Schwestern der christl. Liebe!
(Weitere Infos können die Interessierten auf der letzten Seite unten finden!)

GEDENKTAG SEL. PAULINE VON MALLINCKRODT

Zur **Einstimmung** hören: Meditationsmusik, die Du magst oder z. B:

Denn in DIR, Gott, ist Leben (Markus Heßbrügge) Passend zum Gedenktag

(Diesmal nicht bei Youtube, sondern auf der Seite des Autors, in der Mitte der Seite kann klicken und dann das Lied hören!)

<https://www.notenfarben.de/meine-lieder/denn-in-dir-gott-ist-leben>

Einführung

Diese 20 Minuten sollen getragen sein von Stille, geprägt von Ruhe, erfüllt mit Frieden im Herzen. Darum darfst Du einfach nur sein und die ganze Zeit genießen.

Auch wenn du das Vater Unser gebetet wird, bitte ich Dich, es langsam zu lesen, statt es auswendig zu sagen, und einfach mal diese Worte mehr zu beachten und wirken zu lassen.

Am Ende steht der Segen.

Wer möchte kann auch den Rauszeit-Dialog, der hier aufgeführt ist, weiterhin immer mal wieder zur Hand nehmen und so sich und Gott Zeit gönnen, oder die ganze RausZeit wiederholen. Über eine Rückmeldung zu diesem Angebot würde ich mich sehr freuen.

RausZeit-DiaLog

*Zum Nachdenken kann Musik helfen, z.B. Meditationsmusik (ca. 5 min lang), die Du magst oder z.B.: „O’Neill-Brothers: **Fire in Love**“*

(Hier kommt kein neuer Vorschlag, wegen der Vertrautheit mit der Musik!)

<https://www.youtube.com/watch?v=rAzLvfhV Rc>

Währenddessen beschäftige Dich mit diesen Fragen und Aussagen, lass Dir Zeit. Vor allem die drei Sätze am Beginn, die dreimal wiederholt werden, sollen dir helfen ruhig zu werden!

Gott, ich komme zu Dir,

hilf mir Dich zu finden und auf meinen Tag mit Liebe und Geduld zurückzublicken. Ich bin mit allen meinen Gedanken hier, ich will sie mit Dir ordnen und anschauen.

Gott, ich will mit Dir sprechen.

Gott, ich will mit Dir sprechen.

Gott, ich will mit Dir sprechen.

Gott, ich schicke Dir meine Gedanken.

Gott, ich schicke Dir meine Gedanken.

Gott, ich schicke Dir meine Gedanken.

Gott, ich öffne Dir mein Herz.

Gott, ich öffne Dir mein Herz.

Gott, ich öffne Dir mein Herz.

Guter Gott hilf mir,

mich und meinen Tag heute mit offenen Augen und Ohren wahrnehmen zu können. Ich bringe Dir, was mich jetzt bewegt und berührt von dem, was ich heute erlebt habe.

Dein liebevoller Blick auf mich erinnert mich daran,
selbst mit Liebe zurückzublicken:

- wie ich anderen Menschen begegnet bin.
- welche Stellung Du, Gott, für mich hattest.
- wie ich mit mir selbst umgegangen bin.

Ich blicke hin:

- wo ich Ermutigung bemerkt habe.
- wo ich Trost entdeckt habe.
- wo ich Hoffnung er- und gelebt habe.

Ich erinnere mich,

- wo ich Misstrauen gefunden u. gestreut habe.
- wo ich Angst gespürt habe.
- wo ich Entmutigung empfunden habe.

Wie im Gespräch mit einem guten Freund:

- Bringe ich Dir meine Bitten.
- Sage ich Dir meinen Dank.
- Trage ich zu Dir meine Klage.
- Preise ich Dich durch mein Lob.

Lesung aus der Lesehore des Stundenbuches:

Aus ihren (P. v. Mallinckrodt) Exerzitien-Aufzeichnungen: Du der Weinstock, ich die Rebe
Lieber Herr, du weißt besser, was mir frommt, als ich; du hast mich ja so lieb, du bist so
gütig, bist allweise: Siehe, ich bin die Magd des Herrn, mir geschehe, wie du willst! Wohl, so
laß mich denn fortan allzeit so zu dir reden und mein Wandel soll die Zunge keiner Lüge
strafen. Bitte, Herr, hilf du dazu! Gib einzig und allein, was du willst: Gesundheit oder
Krankheit, Leben oder Tod, Lob oder Tadel der Menschen, Einsamkeit oder Verkehr mit
ihnen, trübe oder heitere Stimmung, Fortschritte der blinden Kinder oder fruchtlose Arbeit,
schönes oder ärmliches Lokal für die Anstalten [gemeint sind die Blindenanstalten] gib, was
du willst! Nur eines, Herr, eines, das schlag mir nicht ab: Laß die Anstalten zu deiner
höchsten Ehre sein! Laß nicht zu, dass ich verblendet an einem Werk arbeite, das dir mißfällt
o, einem solchen Werk gib nimmer Gedeihen! Aber gefällt es dir, dann laß mich nichts irre
machen, Herr! Verwickelt sind die Verhältnisse; viele werden mich scharf beurteilen wegen
des Arbeitens an einem (konfessionell) gemischten Institut. Herr, laß mir dann dein Urteil
genügen! Hilf mir, dass allzeit der redlichste Wille und die richtige Erkenntnis in mir sei! Laß
mich mit nachdrücklichem Ernst die Rechte deiner hl. Kirche wahren, aber zugleich mit der
wärmsten Liebe gegen den Nächsten erfüllt sein!

Mach mit meinem ganzen Leben, was du willst! Es sei mühselig oder ruhig und angenehm –
Herr, das gilt gleich, wenn ich dir nur gefalle. Alles gereicht dem, der Gott liebt, zum besten;
die ganze Welt ist zu seinem Dienste da ... Dir will ich allein dienen, das ist mein Ziel und
Ende zu dir hin soll mich alles Geschaffene geleiten, zu dir hin alles, was mir die Menschen
zufügen: Gutes oder Übles. Lehre du mich sein eine Magd des Herrn, laß mir geschehen nach
deinem Wort, damit ich meine Bestimmung, die du willst, erreiche!

Ich will dich lieben, Urquell alles Heils, von ganzem Herzen, von ganzer Seele, aus allen
meinen Kräften, über alles und aus Liebe zu dir den Nächsten wie mich selbst. Nur dann wird
meine Nächstenliebe probehaltig sein, wenn sie aus dieser Quelle fließt. Wenn ich die
Menschen nur um ihrer Talente, ihrer Liebenswürdigkeit willen liebe, das wäre nur
natürliche Anhänglichkeit, und sie verdiente den Namen der christlichen Liebe nicht. Aber
wie stark muß denn die Nächstenliebe sein? „Liebet euren Nächsten wie euch selbst“, spricht
Jesus; „Liebet ihn, wie ich euch geliebt habe!“ Er liebte uns bis zum Tode des Kreuzes also
das ist der Maßstab!

Gib, Jesus, dass ich dein Bild in mir ausprägen, dass ich nur aus dir und in dir und mit dir und
durch dich lebe! Du der Weinstock, ich die Rebe! Hilf, dass meine Gesinnungen, meine
Handlungen so den deinen gleichen, dass man gleichsam Christus in mir handeln sieht! Laß

mich sein: geduldig wie Jesus, sanftmütig wie Jesus, demütig wie Jesus, liebevoll wie Jesus denn in der Ähnlichkeit mit Jesus, unserm Vorbild, unserm Bruder, besteht alle Heiligkeit.

Zum Innenhalten: Meditationsmusik, die Du magst oder z.B: **Dona Nobis Pacem**
<https://www.youtube.com/watch?v=9GYX-Y7XnQw>
oder „O’Neill Brothers: Your Great Name - Contemporary Christian Piano“
<https://www.youtube.com/watch?v=MBGslcyUINo>

Lesen wir das **Vater unser:**

**Vater unser im Himmel,
geheiligt werde dein Name.
Dein Reich komme.
Dein Wille geschehe,
wie im Himmel so auf Erden.
Unser tägliches Brot gib uns heute.
Und vergib uns unsere Schuld,
wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.
Und führe uns nicht in Versuchung,
sondern erlöse uns von dem Bösen.
Denn dein ist das Reich und die Kraft
und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen.**

Segen

Der HERR segne uns und behüte uns.

Der HERR lasse sein Angesicht über uns leuchten und sei uns gnädig.

Der HERR wende uns sein Angesicht zu und schenke uns Frieden.

So komme der Segen auf uns herab,

der Segen des freudegebenden, friedenschenkenden und lebensstiftenden Gottes:

Der Segens des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Zum Ausklang: *Meditationsmusik, die Du magst oder z.B.:*

Höher - - - Passend zum Gedenktag

<https://www.youtube.com/watch?v=khpZopjcpn4>

Informationen zur Seligen des Tages: *Pauline von Mallinckrodt wurde 1817 in Minden geboren. Sie setzte sich von Jugend an für den Dienst an kranken und hilfsbedürftigen Menschen ein. In Paderborn widmete sie sich besonders der Erziehung und Ausbildung blinder Kinder. 1847 übernahm sie hier die Leitung der katholischen Abteilung der Provinzialblindenanstalt. Zwei Jahre später im Jahr 1849 gründete sie die Kongregation der Schwestern der Christlichen Liebe, die zu der Sorge um die Blinden bald andere soziale Dienste und vor allem die Erziehung und den Unterricht in Schulen übernahm. Pauline von Mallinckrodt war hellhörig für die Nöte der Menschen im beginnenden Industriezeitalter. Ihr Einsatz für den Nächsten lebte aus ihrer Gottesliebe, besonders aus der Kraft der Eucharistie. In der Kulturkampfzeit wurde ihr Lebenswerk nahezu zerschlagen. Doch im Gehorsam gegen Gottes Willen durchstand sie alle Wirren der Zeit. Ihrer mutigen Entschlossenheit verdankt das Erzbistum Paderborn, dass der Bekennerbischof Konrad Martin im Dom beigesetzt werden konnte. Sie gewährte ihm während seiner letzten Lebensjahre in einer belgischen Filiale Asyl; seinen Leichnam ließ sie geheim nach Paderborn überführen. Am 30. April 1881 starb Pauline von Mallinckrodt im Rufe der Heiligkeit.*