

Das Gebet der Ruhe

Nichts soll dich verwirren, nichts dich erschrecken. Alles vergeht, Gott ändert sich nicht.
Geduld erreicht alles. Wer Gott besitzt, dem fehlt nichts. Gott allein genügt. *Amen.*

Herr, schenke mir die innere Ruhe, die deine Dienerin Teresa von Ávila so tief erfahren hat.
Wenn die Stürme des Lebens mich verwirren, erinnere mich daran, dass du dich niemals
änderst. Lass mein Herz in deiner Gegenwart zur Ruhe kommen, befreie mich von Angst
und Sorgen und schenke mir das Vertrauen, dass du allein mir genügst. Heilige Teresa von
Ávila, bitte für uns. *Amen.*

Himmlischer Vater, am Ende dieses Tages suche ich die Ruhe, von der die heilige Teresa
gesprochen hat. Ich lege alle meine Lasten, Konflikte und Ängste in deine Hände. Nichts
soll mich in dieser Nacht verwirren, denn du bist bei mir. Segne meinen Schlaf und
erneuere meinen Glauben, damit ich morgen in deiner Harmonie erwache. In deine Arme
empfehle ich meinen Geist. *Amen.*

O Herr, lass mein Herz niemals abweichen von dem, was wahr und gut ist. Hilf mir, nicht
von meinen eigenen Gedanken und Ängsten gefangen zu werden, sondern in Deiner
Gegenwart zu verweilen, wo ich die echte Ruhe finde. Möge dieses Gebet der Ruhe mir die
Kraft geben, jeden Tag in die Herausforderungen des Lebens zu gehen, mit dem Vertrauen,
dass Du an meiner Seite bist und mir Frieden einflößt. *Amen.*