

HEILENDES GEBET IN 7 STUFEN

1.) Vor Gottes Anwesenheit sein

- Lerne Gott in Wahrheit schauen, unendlich gut, abgrundtief barmherzig, als deinen Vater, der dich geschaffen hat, der dich liebt, der sich nach dir sehnt. Dass du zu Ihm zurückkehrst – in deine Wahrheit/deinen Gott werden lässt. Stelle dich einfach vor ihn hin. So dass du ganz in seiner Gegenwart bist.
- Komm ihm ganz nahe. Lass dich von ihm umarmen. Freue Dich über die Geborgenheit, die er dir schenkt, und lass Dich von ihm „bergen“.
- Wenn du Gott gefunden hast, dann hast du alles. Er kann dir alles geben, was du brauchst.
- Bitte ihn, dir alle falschen Vorstellungen zu nehmen, die du dir bis jetzt von ihm gemacht hast.
- Schau ihm in die Augen und sprich mit ihm.
- Er versteht dich.
- Er ist mächtig und groß, und doch hat er Zeit für dich – gerade für dich.
- Sag ihm alles, was dir auf dem Herzen liegt.

2.) Um Verzeihung bitten; Sünde, Fehler, Ängste, Bindungen, Sucht bereuen

- Der Vater hat uns Jesus, seinen Sohn gesandt, damit er mich erlöst, mich in die Wahrheit zurückführt und mir vergibt. Durch ihn kann ich erfahren, wie Gott ist.
- Durch Ihn schenkt der Vater mir sein ganzes Erbarmen des Vaters erhalten.
- Jesus ist mein Retter, Erlöser, Heiland – Licht im Dunkel, Vergebung, Friede.
- Jetzt darf Er das für mich sein.
 - Ich sage Ihm jetzt alle Schuld, die mir bewusst ist.
 - Ich offenbare ihm allen Unfrieden/Unversöhnlichkeiten/Enttäuschungen/Verletzungen/Bitterkeiten in meinem Herzen,
 - Ich bringe Ihm alle meine Vorurteile und Festlegungen, die mich jetzt in Beschlag nehmen wollen.
 - Ich bereue auch, wo ich meinen Willen durchsetzen will und nicht bereit bin auf Ihn zu hören – Seiner Weisung/seinem Evangelium zu folgen.
 - Ich bitte auch um Verzeihung, wenn sich Unsicherheit und Ängste breit machen wollen, wenn ich zweifle an dem Erfolg meines Wirkens.
- Auf diese Art muss ich Jesus alles bringen, was zwischen Ihm und mir steht und ein Hindernis für Gott und die Menschen darstellt, so dass die Gnade nicht fließen kann.

3.) Sich selber, den Mitmenschen und Gott vergeben

- Jetzt bin ich dran, allen Menschen zu vergeben, die etwas gegen mich haben. Ich vergebe ihnen:
 - Ihre Vorbehalte gegen mich,
 - ihre Ablehnung mir gegenüber,
 - ihre Kränkungen und Beleidigungen,
 - ihre kritischen Worte,
 - ihre Missachtung,
 - ihr Unverständnis,
 - ihren Hass,
 - ihren Neid
 - und dass sie mich bei anderen herabsetzen.
- Dieses Vergeben fällt manchmal sehr schwer. Es gelingt eigentlich nur, wenn ich den anderen verstehen kann, wenn ich hinter seine aufgesetzte Maske schaue und mir bewusst wird, dass der andere eine Rolle spielt, damit er überhaupt bestehen kann.
- Auf diese Art kann ich Erbarmen mit ihm verspüren und kann ihm vergeben - ihn sogar lieben.

- Manchmal ist es auch notwendig Gott zu vergeben:
 - wenn ich mich mit meinem Schicksal nicht abfinden kann und nicht damit einverstanden bin.
 - Wenn ich nicht verstehen kann und nicht annehmen will, was Gott mit mir tut oder an mir geschehen lässt.
- Auch mir selbst und meiner eigenen Seele gilt es zu vergeben:
 - wenn ich mit mir selbst unzufrieden bin,
 - mit mir selbst hadere,
 - mich nicht so annehmen kann wie ich bin.
- Ich verzeih mir selbst meine Schwachheit, meine Unsicherheit, die mich immer wieder selbst belastet.

4.) *Das eigene Leben so wie es ist ohne Angst annehmen. Ebenso die Welt u. die Umgebung*

- Ich nehme mein eigenes Leben annehmen, so wie es ist.
- Ich konnte nicht wählen. Gott hat mir mein Leben gegeben, so wie Er es will. Das kann ich nicht ändern. Ihm vertrauend will ich es als Gabe und Aufgaben bejahen.
- Alles was ich annehme, auch meine Mitmenschen, was ich sozusagen als mein Kreuz trage, kann zum Segen werden.
- Ich nehme das „So-sein“ des anderen an. So kann Gott mir helfen ihn zu lieben.
- Auch die Welt will ich annehmen, wie sie ist. Ich kann die Welt genau so wenig verändern, wie ich meine Mitmenschen verändern kann.
- Das Einzige, was möglich sein wird, ist, mich für die Liebe Gottes zu ihnen zu öffnen und aus ihr zu leben und zu handeln.
- Sieger bin ich, wenn ich ohne Angst, dafür aber in Liebe und Dankbarkeit das Kreuz annehme.

5.) *Lossagen, verzichten, widersagen, von allem was süchtig macht, bindet und was Gottes Platz in meinem Herzen besetzt hält*

- Ich verzichte – letztlich auf alles. Ich will nicht mehr abhängig sein von Dingen/Vorstellungen ...
- Ich will frei werden von allen negativen Bindungen, von allen Süchten
- Ich will mich aber auch von allen „guten“ Bindungen in rechter Weise lösen. Sie sollen nicht mehr meine Götzen sein, die mich gefangen halten können.
 - Mein Leben ... meine Kinder ... meine Gesundheit
 - auf mein Hab und Gut,
 - auf meinen Mann auf meine Frau und meine Kinder.
 - Ich verzichte darauf, mich selbst darstellen zu wollen, in egoistischer Weise mich selbst zu verwirklichen.
 - Ich verzichte darauf Erfolg und Wertigkeit zu erlangen,
 - Ich verzichte auf meine eigenen Pläne und Vorstellungen, indem ich sie Gott „zur Verfügung stelle“.
- Ich will mein eigenes Leben annehmen - für Seine Pläne offen sein.
- Ich lasse meine eigenen Vorstellungen
 - Ich bin nicht mehr darauf angewiesen, dass all diese Dinge an erster Stelle in meinem Leben stehen müssen.
 - So erreiche ich eine Unabhängigkeit, die es mir ermöglicht, in Freiheit zu lieben und zu geben.
 - Es bringt mich auch eine „rechte Distanz“ zu den Dingen und zu den Menschen - so dass ich nicht mehr gebunden und abhängig von allem möglichen bin, sondern Gott wirklich an erster Stelle in meinem Leben Platz nehmen kann.

6.) Die Bitte um Erlösung

- Jesus möge mich erlösen, heilen, befreien alles gut und heil machen.
- Jesus selbst hat dafür alle Voraussetzungen erfüllt – Er hat für mich bezahlt.
- Das darf/muss ich vertrauensvoll in Anspruch nehmen – für mich und für andere.
- Er soll mich auch erlösen im Leben der anderen. D. h. Jesus möge alles wieder gut und heil machen, was durch meine Schuld in ihnen beschädigt oder zerstört worden ist, und was ich selbst nicht mehr wieder gut machen kann.

7.) Die Bitte um die Liebe

- Die letzte Bitte richtet sich auf die Einladung Jesu einander so zu lieben, wie er uns geliebt hat.
- Wir sollen die gleiche Liebe zu den Menschen haben, mit der auch Jesus die Menschen liebt.
- Das ist eine göttliche Liebe, die das menschliche Vermögen übersteigt.
- Wir bitten Jesus, dass er uns an seiner Liebesfähigkeit, Opferbereitschaft, Güte, Heilsgewalt teilhaben lässt.
- Das christliche Gebet zielt ab auf die Teilhabe am Geliebten auf Vereinigung mit ihm.
- So werden wir was wir sind – Leib Christi – für das Heil der Welt.

Heilendes Beten in 7 Stufen. (Kurzform)

1. Lerne Gott zu schauen, vor ihm zu stehen, ihm in die Augen zu schauen, vor seiner Anwesenheit zu sein.
2. Sünde, Fehler, Ängste, Bindungen, Sucht bereuen – „verzeih mir, dass...“
3. Sich selber vergeben, der eigenen Seele und Gott vergeben. Den anderen vergeben, vor allem denen, die mit mir zusammenleben oder denen ich begegne.
4. Lossagen, verzichten, widersagen – allem, was süchtig macht, bindet, was Gottes Platz in meinem Herzen besetzt.
5. Das eigene Leben annehmen, so wie es ist. Auch die Welt, meine Umgebung ohne Angst annehmen.
6. Darum bitten, mich bei den anderen zu erlösen: „Mach du wieder gut, wo ich Schaden und Wunden zugefügt habe.“
7. Um die Liebe für die Menschen bitten, die auch Jesus zu den Menschen hat.