



## **Gebete, die helfen können:**

Wir können Jesus um Vergebung bitten für alles Böse, was wir getan und was sich in unserem Herzen angesammelt hat. Dann wird Jesus uns alles vergeben und gern in unser Herz einziehen. Jesus in mein Herz einladen.

Herr, ich habe ein Schutzsystem entwickelt, damit niemand sehen kann, wer ich bin. Ich habe ein Versteck gebaut, um mich vor Verletzungen zu schützen. Ich weiß, dass dieser „Schutz“ die Liebe, Wärme und Zuneigung, nach der ich mich sehne, von mir fernhält. Ich komme zu dir, Herr, weil ich mich nicht selbst verändern kann. Ich lade dich in mein Leben ein, damit du die Mauer niederreißt. Ich möchte, dass du mein Schutz bist. Herr, hilf mir, verletzlich zu werden und mich der Liebe auszusetzen.

Herr, ich vergebe denen, die mich verwundet haben, und ich lasse meine Bitterkeit darüber los, dass du diese Verwundungen in meinem Leben zugelassen hast. Ich vergebe auch mir selbst für die sündhaften Reaktionen auf den Schmerz und dafür, dass ich dieses steinerne Herz aufgebaut habe.

Vater, bitte vergib mir meine sündhaften Reaktionen und dass ich geliebte Menschen verletzt habe, indem ich sie aus meinem Leben ausgeschlossen habe. Ich tue Buße für die Zerstörung in meinem eigenen Leben und dafür, dass ich auch dich, Herr, mit meiner Sünde verletzt habe. Bitte vergib mir.

Herr, ich entscheide mich ganz bewusst, mit anderen innerhalb des Leibes Christi und innerhalb meiner Familie verbunden zu sein. Ich möchte mit anderen „einen vertrauten Umgang haben. Vergib mir, Herr, dass ich der Liebe nicht traue, die mir vom Ehepartner, von den Kindern und von Mitchristen entgegengebracht wird. Hilf mir zu sehen und zu schätzen, was andere mir schenken. Setze einen Wächter auf meine Lippen, damit ich aufbaue, statt niederzureißen. Hilf mir, dass ich Warnungen und Zurechtweisungen als Ausdruck der Liebe und nicht als Ablehnung annehmen kann. Hilf mir, dass ich die verletzliche Stellung dessen einnehmen kann, dem gedient wird, und ich nicht nur anderen meinen Dienst anbiete. Ich bitte dich, jene Menschen in mein Leben zu bringen, die bedingungslos lieben können und dennoch den Mut haben, mich zur Rechenschaft zu ziehen. Nimm mir mein Herz aus Stein und gib mir ein Herz aus Fleisch.