



# *Heilung traumatischer Erinnerungen und Bilder*

In dieser Reihe "Themenfokussierter Dienst der inneren Heilung" verwenden wir einen integrierten Ansatz zur Heilung und Befreiung des verwundeten Herzens. Dieser fokussierte Dienstansatz ermöglicht es uns, uns mit allen grundlegenden Problembereichen zu befassen, die mit einem bestimmten Herzensthema zusammenhängen, für das wir den Herrn um Heilung und Freiheit bitten.

Heute werden wir uns auf traumatische Bilder und schmerzhaftes Erinnerungen konzentrieren und den Herrn fragen, wie sie zu unserem Problem beitragen, unser Herz mit Glauben, Liebe, Hoffnung und einem reinen Gewissen zu füllen. Wir werden uns an den Herrn wenden und ihn bitten, diese schmerzhaften Stellen mit seiner göttlichen Gegenwart und seinem lebendigen Wort zu berühren.

## **Schriftstellen**

- Der Herr ist nahe bei denen, die zerbrochenen Herzens sind (Psalm 34,18).
- Er heilt die, die ein gebrochenes Herz haben, und verbindet ihre Wunden (Psalm 147,3).
- 'Friede, Friede dem, der fern ist, und dem, der nah ist', sagt der Herr, und 'ich will ihn heilen' (Jesaja 57,19).
- Der Geist des Herrn ist auf mir, denn er hat mich gesalbt, den Armen das Evangelium zu verkünden. Er hat mich gesandt, damit ich den Gefangenen die Entlassung verkünde und den Blinden das Augenlicht, damit ich die Bedrängten in Freiheit setze und das Gnadenjahr des Herrn verkünde (Lukas 4,18).
- Damit sich erfülle, was durch den Propheten Jesaja gesagt wurde: "Er selbst hat unsere "Gebrechen" auf sich genommen und unsere Krankheiten weggetragen" (Mt. 8,17).
- Jesus sagte: "Nicht die Gesunden brauchen einen Arzt, sondern die Kranken. Geht aber hin und lernt, was das heißt: Ich will Barmherzigkeit und nicht Opfer; denn ich bin nicht gekommen, Gerechte zu rufen, sondern Sünder" (Mt 9,12-13).
- Der Herr wird ihn auf seinem Krankenbett stützen, In seiner Krankheit wirst du ihn gesund machen (Psalm 41,3).
- Bekennt einander eure Fehler und betet füreinander, damit ihr geheilt werdet (Jak. 5,16).
- Das Gebet des Glaubens wird die Kranken aufrichten (Jak. 5,15).
- Was im Dunkeln liegt, muss aufgedeckt werden; was verdeckt ist, muss aufgedeckt werden. Denn nichts ist verborgen, es sei denn, dass es offenbart werde; auch ist nichts verborgen, es sei denn, dass es ans Licht komme (Markus 4,22).
- Erforsche mich, o Gott, und erkenne mein Herz; prüfe mich und erkenne meine ängstlichen Gedanken; und sieh, ob nicht ein verletzender Weg (Weg des Schmerzes) in mir ist, und führe mich auf den ewigen Weg. - Psalm 139:23-24
-



## Seine Namen verraten seine heilende Absicht

- JHWH: der selbst existierende Eine - alles, was wir jemals brauchen werden, ist in Ihm.
- Jehovah Rapha: der Herr, dein Arzt, der Heiler. "Ich will dir keine Krankheit auferlegen ... denn ich, der Herr, bin dein Heiler" (Ex 15,26). Das hebräische Wort rapha bedeutet flicken, wie ein zerrissenes Tuch nähen oder flicken; heilen oder heilen lassen, heilen, in Ordnung bringen, reparieren, gesund machen. Wenn wir also sagen: "Jehova Rapha", dann sagen wir: Gott, der Flickende; derjenige, der uns ganz macht" (Kylstra & Kylstra, Restoring the Foundations, S. 204).

# Über traumatische Bilder und schmerzhaftere Erinnerungen

## Traumata verstehen

Traumata sind Lebensereignisse, die körperliche, seelische oder geistige Schäden verursachen und zu einem Einfallstor werden, das es dem Feind ermöglicht, eine Festung in unserem persönlichen Leben oder in unseren Generationen einzunehmen und zu halten. Sie können auch zu Dissoziation, Verwirrung und dem Verlust des Gefühls von Sicherheit führen. Sie stellen unsere Sicht der Welt als gerechten, sicheren und berechenbaren Ort in Frage.

Einige Traumata werden als großes Trauma (Posttraumatische Belastungsstörung) diagnostiziert; dazu gehören Vergewaltigung, Überfall, Kampfhandlungen oder Naturkatastrophen - eine lebensbedrohliche Komponente oder man nimmt wahr, dass sein Leben in Gefahr ist, was zu einer Reaktion der Hilflosigkeit oder des Entsetzens führt.

Die Forschung hat herausgefunden, dass zu viele kleine traumatische Momente zu einem so genannten Small-T-Trauma führen können. Dazu gehören alle erschütternden Lebensereignisse, die schwer zu verarbeiten sind: Beschimpfungen, Mobbing, Scheidung, eine medizinische Krise, der Verlust eines Haustiers, ein Umzug, der Verlust eines Freundes usw.

Small-T-Trauma kann zu einer Vielzahl von Fehldiagnosen führen: Depressionen, Angststörungen, Stimmungsstörungen, Anpassungsstörungen, Paraphilien und andere problematische Verhaltensweisen.

## Ein Trauma ist ...

- Eine schreckliche Erfahrung, die deine Wahrnehmung der Realität verändert.
- Ein Ereignis, das deine Fähigkeit zur Bewältigung übersteigt.
- Wenn du aufgrund des Schocks/Horrors in einem vergangenen Zustand feststeckst.
- Wenn die Vergangenheit dich als Geisel hält und du das Gefühl hast, keine Wahl zu haben.
- Ein lebensbedrohendes oder das Ego bedrohendes Ereignis.



- Du bist nicht in der Lage, eine schlimme Episode aus der Vergangenheit zu überwinden.

## **Anzeichen für schreckliche Traumata**

Hier sind zwei Indikatoren für ein schreckliches Trauma:

- Wir handeln/fühlen uns wie ein "ängstliches Kaninchen" - wir gehen mit Bedrohungen um uns herum um, indem wir immer die Kontrolle behalten.
- Wir verhalten uns wie ein "verwundetes Tier", das von einem Feind in die Ecke gedrängt wird - alles, was wir tun können, ist, eine furchterregende Pose einzunehmen und einen wütenden Laut von uns zu geben, in der Hoffnung, ihn/sie zu verscheuchen.

## **Einige Anhaltspunkte, die dir helfen, deine Wunden und Traumata zu erkennen**

- Ein Bewusstsein für empfindliche oder wunde Stellen in deiner Seele, wenn du an eine Erinnerung denkst.
- Ein Wort der Erkenntnis, d.h. die Gaben des Heiligen Geistes.
- Vorhandensein von Schuld und Scham.
- Ablehnung, Trauer, Depression, Traurigkeit, Verlassenheit, Eifersucht, Neid.
- Die Unfähigkeit, Liebe zu empfangen und zu fühlen.
- Deine Überreaktionen (ein Amygdala-Hijacking).
- Deine nächtlichen Träume.

## **Was passiert, wenn wir verwundet werden?**

### **Wir wollen, dass jemand für das bezahlt, was er getan hat**

Wir werden verletzt, wenn sich jemand zu Unrecht gegen uns versündigt. Wir reagieren auf die schmerzhafteste Wunde, indem wir wütend und nachtragend werden. Um die Waage der Gerechtigkeit auszugleichen, muss jemand für den Schmerz, den wir erfahren haben, bezahlen: entweder die Person, die uns verletzt hat, oder sogar wir selbst.

Bewusst oder unbewusst haben wir den Wunsch, jemanden zu verletzen. Folglich verankern sich unser Groll und unsere Rache tief in der Wunde, so dass sie sich noch schmerzhafter anfühlt.

### **Wir versuchen zu verstehen, warum das passiert ist**

Weil wir Menschen sind, wollen wir wissen, warum das passiert ist. Unser Herz will verstehen, was das für uns bedeutet. Der Vater der Lüge kommt und gibt uns seine todbringende Bedeutung. Und diese Lügen werden in die schmerzhafteste Wunde eingebettet.

## **Wir geben die Schuld und Verantwortung für unsere Wunde**



Wir wollen jemandem die Schuld geben. Wer ist verantwortlich? Wer hat mir diesen Schmerz zugefügt?

## **Wir geben eine sündige Antwort**

Als Reaktion auf die Wunde halten wir an der Unversöhnlichkeit fest, machen innere Schwüre, öffnen uns für negative Erwartungen und Überzeugungen und entwickeln sündige Verhaltensmuster.

## **Wunde wird durch Unversöhnlichkeit eingeschlossen**

Sobald wir jemandem die Schuld geben, wird die Wunde durch Ressentiments, den Wunsch nach Bestrafung, Hass, Gewalt, Mord usw. gefangen gehalten. Unsere Wunden, die nun gefangen sind, sind von der heilenden Gegenwart und Liebe Jesu Christi abgeschnitten.

## **Die Erinnerung an die Wunde fällt ins Unterbewusstsein**

Im Laufe der Zeit können wir die schmerzhafteste Erinnerung vergessen und sie wird in den unbewussten Schichten unserer Persönlichkeit begraben - zusammen mit all unseren sündigen Reaktionen, Gelübden, Groll, Schuldgefühlen usw., die in ihr stecken. Das erklärt, warum wir uns vielleicht nicht bewusst daran erinnern, uns nicht leicht daran erinnern können oder nicht wissen, dass es jemals passiert ist.

Die Mutter der Bewegung für Innere Heilung, Agnes Sanford, erklärt, warum manche Wunden nicht durch Selbsterforschung und Gebete geheilt werden können. "Manche tiefen Wunden sind unweigerlich mit einem unterbewussten (unbewussten) Sündenbewusstsein verbunden, entweder mit den eigenen Sünden oder mit den schlimmen Reaktionen auf die Sünden anderer."

Viele unserer Wunden sind unter der Oberfläche des Bewusstseins begraben und warten darauf, dass der Heilige Geist sie ans Licht bringt. Er weiß, wann wir in der Lage sind, mit ihrem Schmerz umzugehen und wann wir die Kraft haben, uns ihnen zu stellen. Innere Heilung unter der Führung des Heiligen Geistes ermöglicht es, dass diese Dinge im kairos-Moment an die Oberfläche kommen.

## **Traumatische Erfahrungen erzeugen schmerzhafteste Erinnerungen**

Diese traumatischen Erfahrungen können schmerzhafteste Erinnerungen in unserem Herzen und negative Bilder in unserem Geist hinterlassen, die Sündenenergie oder dämonische Energie erzeugen, die uns dazu drängen, Böses zu tun, und die zu den Problemen in unserem Geist und unserem Herzen beitragen, mit denen wir zu kämpfen haben.

Die Neuronen in unserem Gehirn scheinen sich auf den Punkt des Traumas zu fixieren und halten eine Art Bild oder eine bleibende Vorstellung in unserem Geist fest.



## **Unsere Vergangenheit bleibt ein Teil von uns**

Physiologische Studien des Gehirns belegen, dass alles, was wir je erlebt haben, ein Teil von uns bleibt. Unsere Vergangenheit ist uns immer noch präsent, aber sie ist auch für Jesus präsent. Es gibt nichts, was vor Gott verborgen werden kann. Er kennt jedes Haar auf unserem Kopf, jeden Gedanken, den wir hegen. Nichts ist vor ihm verborgen - schon gar nicht unsere schmerzhaften Erfahrungen. Selbst der Hades kann Gottes Gegenwart nicht verbergen (Ps. 139,8).

## **Das Unbewusste vergisst nie etwas**

Es ist unmöglich, sich aller Aspekte unseres Lebens bewusst zu sein. Deshalb ist das Unterbewusstsein, das 90 % des Verstandes ausmacht, der Aufbewahrungsort für alles, was uns je widerfahren ist.

Jede Erfahrung/Erinnerung aus der Vergangenheit befindet sich in unserem Verstand und ist in unserem Unterbewusstsein abgelegt. All diese Erinnerungen beeinflussen unser Gefühlsleben und unseren heutigen Körper.

Erinnerungen sind die Grundlage für unser Gefühlsleben. Viele Probleme im Erwachsenenalter rühren von diesen negativen Gefühlen und Emotionen unserer frühen Jahre her - Ängste, Spannungen, Hass, Groll, Selbstbewusstsein, Schmerz, geringes Selbstwertgefühl.

Interessanterweise können wir uns gute Erinnerungen in der Regel ohne große Anstrengung ins Bewusstsein rufen, aber die traumatischen Episoden unseres Lebens werden oft tief in verborgene Nischen geschoben, da wir versuchen, sie und den damit verbundenen Schmerz zu vergessen. Leider können wir einer der Eigenschaften des Unbewussten nicht entkommen: Es vergisst nie etwas.

## **Das zelluläre Gedächtnis verstehen**

Beunruhigende Ereignisse sind eine Hauptursache für negative Symptome. Wir verbinden unsere gegenwärtigen Erfahrungen mit denen der Vergangenheit. Ungelöste oder verarbeitete traumatische Erlebnisse werden so gespeichert, wie sie wahrgenommen wurden.

Es gibt eine Art Wissen, einen "Intelligenzimpuls", der in jeder Zelle unseres Körpers vorhanden ist; er ist überall präsent. Diese Intelligenz ist sehr lebendig. Sie ist wichtiger als die eigentliche Materie in unserem Körper. Das Gedächtnis der Zelle überlebt die Zelle selbst. Das nicht-materielle Gedächtnis ist da. Die Vergangenheit kommt zurück.

Unser Körper ist nur der Ort, an dem unsere Erinnerungen zu Hause sind. Wissenschaftler, die sich mit diesem Thema beschäftigen, fragen, wie eine kranke Erinnerung in unser chemisches System gelangt. Dieser "Intelligenzimpuls" ist eine Kombination aus einem Gedanken und einem Molekül, die miteinander verbunden sind.

Auf einer tiefen zellulären Ebene sind also verzerrte Erinnerungen, Weltanschauungen, Emotionen, Reaktionen und Interpretationen der Ereignisse um uns herum eingebettet.



## **Wir sprengen unsere Gelassenheit (We blow our cool)**

Diese ungeheilten Erinnerungen schwären in uns und erfordern große Mengen an psychischer Energie und Willenskraft, um sie einzudämmen. Wenn wir eine Phase ungewöhnlichen Stresses erleben, verlieren wir die Kontrolle über unsere Fähigkeit, all diese Gefühle zu unterdrücken, und wir überreagieren - wir verlieren die Nerven. Etwas, das viel Energie enthält, wurde in uns freigesetzt.

Ungeheilte Verletzungen führen zu destruktivem Verhalten, um den Schmerz in unserem Inneren zu heilen - Alkoholismus, Drogen, Promiskuität, Völlerei, Arbeitswahn, Perfektionismus usw.

Oft sind wir uns des Grundes für die ständige Anspannung in unserem Leben nicht bewusst, also entwickeln wir destruktive Gewohnheiten, um damit umzugehen. Viele psychosomatische Krankheiten lassen sich auf die Bemühungen des Körpers zurückführen, die Probleme des Geistes zu lösen.

Es wird deutlich, dass die schmerzhaften Erinnerungen der Vergangenheit nicht ignoriert werden können, wenn wir von der Liebe des Vaters erfüllt werden wollen.

## **Warum manche schmerzhaften Erinnerungen schwer abrufbar sind**

Neue Erkenntnisse helfen uns, die Praxis des Abrufens schmerzhafter Erinnerungen zu verstehen. Offenbar werden nicht alle Erinnerungen auf dieselbe Weise verarbeitet oder gespeichert. Wenn Menschen in großer Angst sind, wird die normale Art und Weise, wie Erinnerungen verarbeitet werden, gestört: Die emotionale Komponente wird abgespalten und in einem anderen Bereich des Gehirns gespeichert. Das erklärt, warum sich Menschen oft nicht an die Gefühle erinnern können, die mit den traumatischen Erinnerungen verbunden sind.

### **Die gute Nachricht**

Leanne Payne sagt: "Unser Gedächtnis ist in der Lage, die verletzende Erfahrung auf außergewöhnliche Weise wieder präsent zu machen. Der Grund dafür ist, dass Jesus, der Unendliche, der außerhalb der Zeit steht und für den alle Zeiten gegenwärtig sind, in das eintritt, was für uns ein vergangenes Ereignis ist, das wir nur im Nachhinein kennen, obwohl wir seine Folgen in der Gegenwart erleben.

Hier trifft die Zeitfolge Vergangenheit-Gegenwart-Zukunft, in der wir unsere Existenz erleben, auf eine besonders sinnvolle Weise mit dem Ewigen zusammen. Und das, was in uns ewig ist und daher nicht an die Zeit gebunden ist, wird entfacht. Auf diese Weise erleben wir Vergangenheit und Gegenwart als eins."

## **Innere Heilung durch den Heiligen Geist**

Innere Heilung wirkt durch den Namen, der über allen Namen steht: Jesus Christus. Sie wurzelt im Werk Jesu am Kreuz, seinem Tod und seiner Auferstehung, seinem vergossenen Blut und der Vergebung der Sünden. Aber sie wird vom Heiligen Geist, dem Geist der Wahrheit, initiiert und geleitet.



Auf dieser Reise zur inneren Heilung und Ganzheit ist die Gegenwart und Aktivität der Kraft des Heiligen Geistes, der in uns wirkt, von entscheidender Bedeutung - vielleicht sogar wichtiger als das Handauflegen, die inneren Heilungsgebete und die Gaben des Geistes usw. "Unser Fortschritt hängt jedoch in gewisser Weise davon ab, wie sehr wir auf den Heiligen Geist, diesen Lehrer, den Gott uns schenkt, reagieren. Der Heilige Geist ist zu uns gesandt, um uns zu helfen, uns voll und ganz zu dieser neuen Schöpfung zu entwickeln. Er lässt die geistlichen Sinne in uns aufblühen. Er lehrt uns, wie wir anfangen können, geistlich zu sehen, geistlich zu hören, geistlich zu sprechen und geistlich auf die Dinge Gottes zu reagieren" (Ralph Nault).

Die innere Heilung durch den Heiligen Geist ist göttlich, übernatürlich und geistlich. Gott heilt durch den Geist. Heilung kommt von innen nach außen, nicht von außen nach innen. Der Geist allein kennt den richtigen Zeitpunkt, an dem Dinge geschehen. Therapeuten oder Dienste der inneren Heilung dürfen nur dann Dinge zur Sprache bringen, wenn der Geist Gottes ihnen zeigt, dass es an der Zeit ist. Sonst können wir nicht so damit umgehen, dass es uns Leben und Heilung bringt. Der Geist Gottes weiß, wann wir die inneren Ressourcen haben, um mit dem Schmerz der Erinnerung umzugehen.

## Die empfangende Position

Die göttliche Heilung wird von Gott auf dieselbe Weise empfangen wie die neue Geburt (2. Korinther 5,17; Johannes 3,6). Wie hast du den Herrn Jesus empfangen? In deinem hoffnungslosen, hilflosen und besiegten Zustand?

❖ Empfangen bedeutet, aktiv zu akzeptieren oder aufzunehmen, was gegeben oder weitergegeben wird.

Innere Heilung erfordert, dass wir uns selbst demütigen und uns in eine empfangende Position begeben, in der wir ehrlich unsere Grenzen und Unzulänglichkeiten anerkennen und verstehen, dass wir unsere traumatischen Bilder und schmerzhaften Erinnerungen nicht heilen können - egal, wie sehr wir es versuchen.

Wir müssen uns auf seine Gnade und Liebe verlassen und zu Jesus Christus, dem großen Arzt, gehen. Das setzt voraus, dass wir ein winziges Senfkorn des Glaubens - Vertrauen und Gewissheit in unserem Herzen - haben, wenn wir zu ihm gehen.

Die Bibel macht deutlich, dass das Reich Gottes nach göttlichen Gesetzen und Prinzipien funktioniert, die sich stark von der natürlichen Welt unterscheiden. Zum einen sagt sie, dass Gott diejenigen belohnt, die im echten Glauben handeln können (Hebräer 11,6).

### **Innere Heilung beinhaltet:**

1. Heilung von Traumata und schmerzhaften Erinnerungen.
2. Aufdecken der Lügen, die wir glauben.
3. Abbau von Verteidigungsmechanismen, die als Bollwerke und Festungen bezeichnet werden.
4. Gottes Liebe und Wahrheit zu empfangen.



5. Erneuerung unseres Geistes, Veränderung unserer Denkweise.
6. Befreiung von bösen Geistern, die sich während unserer traumatischen Erfahrungen Zugang verschafft haben.

## Heilungs-Erfahrungen

### Quälende Bilder von drei Patienten

Jahrelang hatten mich die Bilder von drei Patienten gequält, die ich als junge Krankenpflegeschülerin betreut hatte: ein Teenager, der nach einem Tauchunfall gelähmt war, eine junge Mutter mit sechs Kindern, die von Krebs zerfressen war, und ein Kleinkind, das an Leukämie starb.

Offensichtlich war ich über ihre Situationen entsetzt und hatte nicht die geistigen Ressourcen, um zu Jesus zu gehen. Da ich nicht wusste, was ich mit meinem Schmerz und meiner Angst (es könnte jemandem passieren, den ich liebte) anfangen sollte, schluckte ich ihn herunter und erlaubte mir nicht, ihn zu fühlen. Doch die Bilder dieser drei Patienten quälten mich immer wieder.

Eines Tages, als ich betete, tauchten die Bilder dieser drei Patienten in meinem Kopf auf. Der Schmerz kam von irgendwo tief in mir hoch. Ich blieb bei den Bildern, und dabei wurde ich wieder mit jedem Patienten konfrontiert.

Diesmal erlebte ich all die emotionalen Qualen und den Schmerz, den ich vor Jahren verdrängt hatte: Schmerz über ihr Leiden, Schmerz über den Verlust ihrer Familien, Schmerz über das zerstörte Leben - es strömte einfach aus mir heraus. Als ich damit fertig war, war ich frei und wurde nie wieder von der Erinnerung an ihre Gesichter gequält.

Einsicht: Vielleicht habe ich eine Art Schock erlitten, als ich ihr Leid sah. Das führte dazu, dass sich mein Gehirn auf den Punkt des Schocks fixierte und mich für dämonische Belästigungen öffnete. Du weißt, dass du frei bist, wenn du auf die Erinnerung zurückblicken kannst und es keinen Schmerz mehr gibt.

### Sein Blut befreit mich von quälenden Pornobildern

Nachdem ich einige pornografische Bilder unter dem Bett eines meiner Teenager-Söhne gefunden hatte, gingen mir diese Bilder nicht mehr aus dem Kopf. So etwas hatte ich noch nie gesehen. Monatlang tauchten diese grafischen Bilder immer wieder in meiner Fantasie auf und quälten mich immer wieder.

Als ich mich vor ihnen ekelte, wusste ich, was ich tun musste. Ich kniete vor meinem Bett nieder und bat den Herrn, diese Bilder wegzunehmen. Während ich im Gebet wartete, sah ich plötzlich, wie ein Kelch mit Blut auf die Bilder gegossen wurde. Als das Blut auf die Bilder fiel, bildete es die Form eines Kreuzes. Danach wurde ich nie wieder von diesen quälenden Bildern in meinem Kopf geplagt.

**Einsicht:** Wir müssen mit unseren schmerzhaften Erinnerungen und Bildern zu Gott gehen.



## Jesus steigt mit Jerry in das Riesenrad

Als Jerry eines Tages von einer Geschäftsreise nach Hause kam, erzählte er mir, dass er jedes Mal, wenn das Flugzeug in einem Luftloch ruckelte, eine Art Angst verspürte. Er grübelte darüber nach, denn er liebt das Fliegen und hat keine Angst davor.

Wir baten den Herrn, ihm zu zeigen, warum. Sofort kam ihm diese Erinnerung in den Sinn. Er war etwa zwölf Jahre alt, als er mit seinem jüngeren Bruder auf einem Jahrmarkt mit dem Riesenrad fuhr. Sein Bruder flippte aus und Jerry versuchte verzweifelt, die Aufmerksamkeit des Fahrers auf sich zu ziehen, während er durch die Luft gewirbelt wurde.

Wir brachten diese schmerzhafteste Erinnerung zu Gott und baten ihn, sie zu heilen. Mit Hilfe seiner Vorstellungskraft ließ Jerry diese Erinnerung wieder aufleben. Als er auf dem Riesenrad herumwirbelte, sah er plötzlich Jesus zwischen ihm und seinem Bruder sitzen, wobei die Arme von Jesus um beide gelegt waren. Auf dem Gesicht von Jesus lag ein breites Lächeln der Freude und des Vergnügens. Danach hatte Jerry nie wieder diese Angst. Er war frei!

## Prinzipien der göttlichen Heilung

Pater Matthew Linn und Dennis & Sheila Linn lehren in *Healing the Eight Stages of Life*, dass alles geheilt werden kann, sogar pränatale und Geburtstraumata. "Keine Verletzung muss uns lähmen: Menschen erleiden Verletzungen nicht passiv, sondern entscheiden häufig selbst, ob diese sie verletzen oder beschenken. Sie verwandeln die Verletzung in eine Zeit des Wachstums und übernehmen die Verantwortung für ihre Heilung und Genesung."

Die Linns sagen: "Es gibt eine Vielzahl von Wegen, wie der Herr Heilung in die Traumata und Wunden unseres Herzens bringt. Ein dynamischer Weg ist jedoch, sich direkt an Jesus zu wenden, ihm in die Augen zu sehen und ihn einzuladen, in das Erinnerungsbild zu kommen, das wir noch von dem Trauma in uns tragen.

"Jesus Christus ist eine reale und lebendige Gegenwart, die uns alles geben will und kann, was er hat. Wir bitten Ihn, zu uns zu kommen und inmitten der schmerzhaften Situation bei uns zu sein, uns zu zeigen, wie Er auf die Situation reagiert hat, und zu uns seine heilenden Wahrheiten zu sprechen.

"... wir teilen unser Herz mit Jesus und nehmen sein liebendes Herz an, bis wir die Vergangenheit auf eine ganz neue Weise sehen können, mit Jesu Blick. Wir können uns von den negativen Auswirkungen vergangener Verletzungen befreien und diese Verletzungen in Geschenke zum Lieben verwandeln, indem wir die Liebe Jesu in verletzende Erinnerungen bringen. Wir bitten Jesus, unsere Erinnerungen zu heilen; wir bitten ihn nicht, die Vergangenheit auszulöschen oder uns zu helfen, sie zu vergessen." (Heilung der acht Lebensabschnitte - *Healing the Eight Stages of Life*)

## Kurze Erklärung zur Heilung von Lügen, die in schmerzhaften Erinnerungen vergraben sind

Beunruhigender emotionaler Schmerz kommt oft von einer Lüge oder der Interpretation, die wir einem historischen Ereignis gegeben haben, das sich während eines traumatischen



Ereignisses in unserem Gedächtnis festgesetzt hat. Die Lüge ist eingebettet und verwurzelt in einer Erinnerung tief in unserer Psyche, im Unterbewusstsein oder im tiefen Herzen. Sie ist an einem Ort verankert, der für die menschliche Vernunft, den Intellekt und das Denken unzugänglich ist. Die Lüge befindet sich nicht am Ort der Vernunft, des Intellekts oder des Verstandes. Wenn wir genug Wahrheit in unserem Verstand wissen, heilt das nicht, denn der Verstand ist nicht der Ort, an dem die Wahrheit gebraucht wird.

Die meisten von uns besitzen mehr Wahrheit in ihrem logischen Verstand, als wir jemals anwenden werden. Das Problem ist, dass wir die Wahrheit, die wir logischerweise bereits kennen, aufgrund der Macht, der in der ursprünglichen Erinnerungswunde eingebetteten Lüge nicht annehmen können. Die Lüge überwältigt unsere Fähigkeit und unseren Wunsch, das zu begreifen, was wir logisch gesehen zugeben könnten. Die Lüge wirkt wie ein Filter oder eine Barriere und lässt die Wahrheit nicht herein. Auch wenn wir die Wahrheit logisch erkennen, sind wir durch die unlogische Lüge in der Erinnerung gefangen.

Die Wahrheit muss an dem Ort empfangen werden, an dem die Lüge sitzt - in der Erinnerung, im Unterbewusstsein. In den Psalmen betete David: *Herr, du willst die Wahrheit* in unserem Innersten haben. Offenbar müssen wir die Wahrheit im tiefsten Teil unserer Psyche haben. Nur dann kann sie die eingebettete Lüge ersetzen. Es kann keine heilende Veränderung stattfinden, bevor die Wahrheit nicht dort angekommen ist.

Wir haben nicht die Macht, auf diesen tief verborgenen Ort in den Menschen zuzugreifen, ihnen die Wahrheit auf dieser Ebene zu geben oder sie von ihrem Schmerz zu befreien. Das kann nur Gott. Er allein hat die Macht, Menschen von ihren Lügen zu befreien. Wenn Gott nicht eingreift, sind die Menschen dem Untergang geweiht. Das ist der Grund, warum so wenig Fortschritte gemacht werden, wenn der Therapeut oder Pastor versucht, die Person mit der Wahrheit zu versorgen.

Wahre Heilung setzt voraus, dass die Lüge einer persönlichen Wahrheit ausgesetzt wird, die direkt von der Quelle der Wahrheit kommt - nur sie kann bis zum innersten Kern unseres Wesens vordringen. Jesus sagt: *Die Wahrheit wird euch frei machen und ich bin die Wahrheit.* Wenn Gott seine göttliche Offenbarung in die im Gedächtnis vergrabene Lüge bringt, berichten die Menschen, dass sie Bilder sehen, Worte von Jesus hören, Gottes Gegenwart spüren oder seine Wahrheit auf irgendeine Weise empfinden. Diese Bilder und Eindrücke führen zu einer Entfaltung der Wahrheit, die zu einer vollständigen Heilung der Erinnerung führt, um die es geht.

## **Gehe direkt zu Jesus**

Wir wenden die biblische Methode an und tun, was Jesus gesagt hat: Geh direkt zu ihm.

- Kommt alle zu mir, die ihr müde und beladen seid, und ich werde euch Ruhe geben. Nehmt mein Joch auf euch und lernt von mir; denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig; so werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen (Mt 11,28).

Und wir richten unsere Augen auf ihn. Wir sehen, was Jesus in der schmerzhaften Situation, die wir durchgemacht haben, getan hat. Wie hat er auf die Situation reagiert, in der wir uns befanden? Was bittet er uns jetzt zu tun?



- Wir schauen auf Jesus, den Urheber und Vollender unseres Glaubens, der um der vor ihm liegenden Freude willen das Kreuz erduldet hat und die Schande verachtet und sich zur Rechten des Thrones Gottes gesetzt hat (Hebr. 12,2).
- Denn unser geringes Leid, das nur für einen Augenblick ist, bewirkt in uns eine viel größere und ewige Last der Herrlichkeit, während wir nicht auf das sehen, was wir sehen, sondern auf das, was wir nicht sehen; denn das, was wir sehen, ist zeitlich, das, was wir nicht sehen, aber ist ewig (2. Korinther 4,17-18).

## **Wecke deinen Glauben**

Innere Heilung geschieht durch den Glauben, der sich auf die Kraft Gottes verlässt und nicht auf die Weisheit der Menschen. Es gibt so viele Bibelstellen über den Glauben.

- Tochter, dein Glaube hat dich geheilt. Geh in Frieden und sei von deinem Leiden befreit (Markus 5,34).
- Dann berührte er ihre Augen und sagte: "Wie ihr glaubt, so wird euch geschehen" (Matthäus 9,29).
- Darum sage ich euch: Was immer ihr im Gebet erbittet, glaubt, dass ihr es empfangen habt, und es wird euch zuteilwerden (Markus 11,24).

## **Definition von Glauben**

Der Glaube geht über Doktrin und Theologie hinaus; er muss an einem tieferen Ort in uns wohnen - in unserem Herzen. Das Herz ist eine viel tiefere Angelegenheit als unser Verstand. Dr. Bruce Morgan sagt: "Wir lernen die Wahrheit mit dem Herzen oder dem Geist kennen, nicht mit dem Verstand. Unsere westliche Welt hat nicht viel über unser Herz gewusst. Wir waren in unserem Kopf gefangen und haben versucht, unsere Beziehung zu Gott über den Kopf zu regeln."

❖ Glaube bedeutet, völlig überzeugt zu sein, überzeugt davon, dass das, was Gott sagt, wahr ist (Röm. 4,20-21).

Das Ausmaß, in dem ich Gottes Segen erhalte, hängt genau davon ab, wie sehr ich glaube. Ohne Glauben ist es unmöglich, Gott zu gefallen.

## **➤ Deine Antwort**

➤ Kann Gott lügen? Hat er keinen Respekt vor den Menschen?

## **Empfange etwas von Gott**

In Momenten der inneren Heilung erleben wir den Lebendigen Herrn auf eine Art und Weise, die uns von den negativen Glaubenssätzen befreit und den Schmerz, der in der Erinnerung steckt, auflöst. Wir können ein persönliches "Wort" oder eine göttliche Offenbarung erhalten, die direkt in das schmerzhafteste Bild und die darin eingebetteten Lügen gesprochen wird.

Wir können Bilder sehen, Worte von Jesus hören und seine liebende Gegenwart oder seine Wahrheit auf irgendeine Weise spüren. Diese Bilder und Eindrücke führen zu einer Entfaltung



der Wahrheit, die zu einer vollständigen Befreiung von der Lüge und dem Schmerz in der Erinnerung an die Erfahrung führt.

Laut Dr. Ed. Smith: "Die Wahrheit muss an dem Ort empfangen werden, an dem sich die Lüge befindet - in der Erinnerung, im Unterbewusstsein." In den Psalmen betete David: "Herr, du willst die Wahrheit in unserem Innersten. Offenbar müssen wir die Wahrheit im tiefsten Teil unserer Psyche haben. Nur dann kann sie die eingebetteten Lügen ersetzen. Keine heilende Veränderung kann stattfinden, bevor die Wahrheit nicht dort angekommen ist.

❖ Wir werden nicht geheilt, indem wir uns einfach nur an eine Bibelstelle erinnern oder die Szene manipulieren; wir müssen uns selbst erlauben, etwas von Gott zu empfangen – kein Streben, kein Versuchen, keine Anstrengung usw.

Wenn du jemandem hilfst, innere Heilung zu erfahren, sage der Person niemals, was sie sehen oder hören soll. Bitte sie einfach, dir zu sagen, was passiert.

Dr. Ed Smith erinnert uns daran: "Wir haben nicht die Macht, auf diesen tief verborgenen Ort in den Menschen zuzugreifen, ihnen die Wahrheit auf dieser Ebene zu geben oder sie von ihrem Schmerz zu befreien. Das kann nur Gott. Er allein hat die Macht, Menschen von ihren Lügen zu befreien. Wenn Gott nicht eingreift, sind die Menschen dem Untergang geweiht. Das ist der Grund, warum so wenig Fortschritte gemacht werden, wenn der Therapeut oder Pastor versucht, die Person mit der Wahrheit zu versorgen.

"Wahre Heilung setzt voraus, dass die Lüge einer persönlichen Wahrheit ausgesetzt wird, die direkt von der Quelle der Wahrheit kommt - nur sie kann bis zum innersten Kern unseres Wesens vordringen. Jesus sagt: *Die Wahrheit wird euch frei machen und ich bin die Wahrheit.* "

## ➤ Deine Antwort

➤ Kannst du glauben, dass Gott ein persönliches Wort zu dir sprechen möchte?

## Gott verspricht, sein "lebendiges Wort" zu senden, um zu heilen

Die Bibel sagt uns, dass Jesus das lebendige Wort ist. Die folgenden Bibelstellen helfen uns, die heilende Kraft von Gottes Wort zu verstehen.

- Belebe mich nach deinem Wort [ein Pfand, das bei einem Besuch übergeben wurde] (Ps. 119:25b).
- Er sandte sein Wort und heilte sie und befreite sie von ihrem Verderben (Ps. 127,20).
- Legt allen Schmutz und alles, was von der Bosheit übriggeblieben ist, ab und nehmt in Demut das Wort auf, das euch eingepflanzt wurde und das eure Seelen retten kann (Jakobus 1,21).



## **Gottes Gedanken**

Interessanterweise sieht Gott die Dinge ganz anders als wir. Innere Heilung erfordert, dass wir Gottes Gedanken empfangen, Gedanken, die Leben und nicht Tod bringen. Wir müssen lernen, auf die Stimme des Herrn zu hören und sie zu erkennen:

- Der Gottlose verlasse seinen Weg und der Ungerechte seine Gedanken... Denn meine Gedanken sind nicht eure Gedanken und eure Wege sind nicht meine Wege, spricht der Herr. Denn wie der Himmel höher ist als die Erde, so sind auch meine Wege höher als eure Wege und meine Gedanken als eure Gedanken (Jes. 55:7-9).
- Mein Sohn, achte auf das, was ich sage; höre genau auf meine Worte. Lass sie nicht aus den Augen, bewahre sie in deinem Herzen; denn sie sind Leben für den, der sie findet, und Gesundheit für den ganzen Körper (Sprüche 4:20-22).
- Sie werden deinen Körper heilen und deine Knochen nähren (Sprüche 3,8).

## **Lerne, deine Vorstellungskraft zu nutzen**

Pionierdienste für innere Heilung verbinden die Heilung schmerzhafter Erinnerungen mit dem Einsatz der Vorstellungskraft. Sie haben herausgefunden, dass die Vorstellungskraft wichtig für unser Wohlbefinden und unsere Heilung ist. Jesus kann das innere Auge unserer Vorstellungskraft nutzen, um uns zu helfen, Ereignisse zu sehen, die emotionale und spirituelle Narben hinterlassen haben, und um uns zu helfen, diese Ereignisse im Licht seiner Liebe zu sehen. (Heilung in den acht Phasen des Lebens)

Wenn wir unsere Vorstellungskraft nutzen, können wir uns vom kontrollierenden Einfluss unseres Ich-Bewusstseins und des rationalistischen Aspekts unseres Verstandes befreien und dem Geist Gottes Zugang geben, um uns zu berühren und zu heilen.

## **Zusätzliche Quellen**

⇒ <https://judithdoctor.com/wp-content/uploads/2020/08/The-Imagination.pdf>

## **Nutze deine Fantasie, um mit den Gefühlen deiner Kindheit in Kontakt zu kommen**

Wähle einen Ort, an dem du ruhig und ungestört sein kannst. Mach es dir bequem, stell die Füße auf den Boden und richte den Rücken auf. Atme langsam und tief. Lasse jede Anspannung in deinem Körper los. Stell dir vor, dass du ein Kind bist. Lass dich in deiner Vorstellung zu diesem Kind werden. Stell dir vor, dass du wieder so groß bist.

Schließe deine Augen und erinnere dich an den Ort, an dem du lebst - dein Zimmer, die Küche, den Hof, deine Nachbarschaft, deine Schule und so weiter.

Wenn du ausreichend in die Welt deiner Kindheit eingetaucht bist, fange an, dich an einige der Gefühle und Emotionen zu erinnern, die du damals empfunden hast, und schreibe sie auf.



- Welche Gefühle hast du für dich selbst empfunden?
- Über deine Familie, deine Eltern?

## **Nutze deine Fantasie beim Heilungsgebet**

In *Healing the Eight Stages* sagen die Autoren: "Jeder Mensch ist anders verletzt worden und wird anders geheilt. Nutze deine Gabe der Vorstellungskraft, um Heilung zu erfahren. Wir laden Jesus in jeden schmerzhaften Moment in unserem Leben ein und empfangen von ihm die heilende Liebe, die wir brauchen. Jesus ist eine reale und lebendige Präsenz, die uns alles geben will und kann, was er hat.

"Wir müssen nicht die tiefsten Verletzungen aufdecken, sondern lassen einfach zu, dass die Liebe Jesu den Schmerz jeder realen oder eingebildeten verletzenden Szene berührt. Wir können uns dem Schmerz nur in dem Maße stellen, wie wir uns geliebt fühlen. Wenn wir eine andere Person mit uns beten lassen, kann die liebevolle Gegenwart dieser Person ein Weg für Gott sein, uns zu lieben."

Wir können die Kraft unserer Vorstellungskraft in einem Kontext der Liebe heraufbeschwören. Wir können Jesus in jeden schmerzhaften Moment in unserem Leben einladen und von ihm die heilende Liebe empfangen, die wir brauchen. Jesus ist eine reale und lebendige Gegenwart, die uns alles geben will und kann, was er hat.

- Nimm Kontakt mit einer Szene aus deinem eigenen Leben auf und bitte Jesus, in diese Szene einzutreten und dir zu helfen.
- Gehe mit Jesus in eine Szene aus seinem Leben. Heilung durch göttliches Eingreifen: Jesus und seine Familie sind reale Präsenzen, die aktiv in der Lage sind, uns heilende Liebe zukommen zu lassen, einfach weil wir sie brauchen. Was wünschst du dir aus dem Leben von Jesus? Bitte Jesus um das, was du dir am meisten wünschst, z.B. von ihm, seinem Vater oder seiner Mutter gehalten zu werden.

## **Imaginative Übung: Bethlehem-Gebet**

Jeder Mensch ist anders verletzt worden und wird anders geheilt.

Stell dir den Stall in Bethlehem vor, in dem Jesus geboren wurde. Nimm die Szene mit all deinen Sinnen wahr. Sieh, wie Maria und Josef abwechselnd Jesus in die Arme nehmen und ihn zärtlich lieben.

Nimm den Platz von Jesus ein. Lass dich von Maria umarmen und mit all der Liebe erfüllen, die deine Mutter dir nicht geben konnte, als du in ihrem Schoß geboren wurdest. Dann lass dich von Josefs starken Händen wiegen und mit der Liebe und Geborgenheit füllen, die dein Vater dir nicht geben konnte. Vielleicht möchtest du deine eigenen Eltern neben Maria und Josef stehen sehen.

Begleite Jesus in die Szene seiner eigenen Geburt. Jesus ist so begierig darauf, seine Erfahrung, als Säugling geliebt zu werden, mit uns zu teilen, dass wir nicht einmal wissen müssen, welche Erinnerung er heilen will. Erlebe die vollkommene Liebe einer Mutter und eines Vaters, die du in deinen ersten Lebensjahren vermisst hast.



## Gebet

### Wir müssen unser "Zeug" jemandem beichten, der mit uns beten kann

Das Gebet ist der Prozess, in dem wir uns für die Heilung durch die Liebe Gottes öffnen. Oft ist es wichtig, jemandem sein "Zeug" zu erzählen.

- Bekennt einander eure Fehler und betet füreinander, damit ihr geheilt werdet (Jak. 5,16).
- Das Gebet des Glaubens wird die Kranken aufrichten [Kamno - müde sein, müde sein] (Jak. 5:15).

### Wir müssen beten und den Glauben in unserem Herzen nutzen

Das Wichtigste ist, dass Gebete aus dem Kopf heraus uns nicht heilen werden, sondern wir müssen mit unserem Herzen in Kontakt bleiben und es beim Beten an den Herrn richten.

Die Virkler weisen darauf hin, dass das Herz in einer anderen Sprache spricht als unser Verstand. Unser Verstand denkt in logischen Ideen, analytischer Vernunft. Die Sprache unseres Herzens hingegen ist der Fluss, die Bilder, die Vorstellung, die Träume und Visionen, die Emotionen und das Grübeln.

□ Wer an mich glaubt, ... "Aus seinem Innersten werden Ströme lebendigen Wassers fließen" (Johannes 7,38).

Wenn du also betest, richte dein Herz auf Gott, bleibe auf fließende Gedanken, fließende Bilder/Visionen und geistliche Gefühle eingestellt. Und verlasse dich darauf, dass der Heilige Geist dich durch den Heilungsprozess führt. Er kann und wird auf dein kleines Senfkorn reagieren.

### Aspekte der inneren Heilungsgebete

In inneren Heilungsgebeten erkennen wir an, bekennen, bereuen, vergeben und verzichten auf etwas, und dann empfangen wir aktiv etwas vom Herrn und erneuern unseren Geist damit.

1. Erkennen und anerkennen, was wir getan haben; Verantwortung für unser Leben übernehmen.
2. Unsere Sünden, Versäumnisse und Probleme bekennen, manchmal auch einer anderen Person gegenüber.
3. Reue bedeutet, dass wir uns von etwas abwenden.
4. Anderen, Gott und uns selbst zu vergeben bedeutet, dass wir uns entschieden haben, dass das Blut Christi als Bezahlung für die Schuld all dieser Sünden ausreicht.
5. Verzicht bedeutet, dass wir einen Anspruch oder das Recht aufgeben, etwas zu glauben, an etwas festzuhalten, andere und uns selbst zu verurteilen, etwas abzulehnen und uns zu weigern, von etwas gefangen gehalten zu werden.
6. Etwas von Gott empfangen - um geheilt zu werden, müssen wir etwas von ihm empfangen, seine heilenden Wahrheiten, seine Gegenwart, seine Liebe, seinen Trost usw.
7. Den gottlosen Unglauben und die Lügen durch Gottes Wahrheiten zu ersetzen.
8. Unseren Geist mit Gottes Wahrheiten erneuern.



# Identifiziere deine Bilder und Erinnerungen

## I Identifiziere positive Erinnerungen und Bilder

Unterteile dein Leben in Zehnjahresabschnitte.

Beginne mit den letzten zehn Jahren und lass deine Gedanken über diese Jahre schweifen und finde 2-3 gute und wertvolle Erinnerungen, die du in deinem Herzen trägst.

Wiederhole dies dann für jedes der zehn Jahre deines Lebens, bis du zu deiner Geburt kommst.

➤ Schreibe die Liste mit den positiven Erinnerungen für jede Zeitspanne auf.

## Identifiziere negative Bilder und schmerzhaftes Erinnerungen

Healing the initial traumatic picture or painful memory underlying your current heart issue or problem is foundational. So now repeat the above strategy, working backward in your life, identify any uncomfortable memories in each time segment. ➤ Write out the list of painful memories that come to your mind.

### ➤ Deine Antwort

➤ Bete: "Herr, welche dieser negativen Bilder oder schmerzhaften Erinnerungen tragen zu meinem Herzproblem ... bei?"

# Göttliche Heilung empfangen

## Heiße den Heiligen Geist willkommen

Beginne damit, die Gegenwart des Heiligen Geistes willkommen zu heißen, damit er dich leitet und befähigt. Richte dein Herz in Demut vor dem Herrn auf.

## Bekenne deinen Glauben an Jesus Christus und sein Opfer für dich

Erkenne laut an, dass du deine Heilung und Freiheit nur aufgrund dessen erhältst, was Jesus für dich getan hat.

Lieber himmlischer Vater, du bist in diesem Raum und in meinem Leben gegenwärtig. Du allein bist allwissend, allmächtig und überall präsent, und ich bete dich allein an. Ich erkläre, dass ich von dir abhängig bin, denn ohne dich kann ich nichts tun. Ich entscheide mich, Deinem Wort zu glauben, das lehrt, dass alle Macht im Himmel und auf Erden dem auferstandenen Christus gehört, und da ich in Christus lebe, habe ich die Macht, dem Teufel zu widerstehen, während ich mich Dir unterordne. Ich bitte Dich, dass Du mich mit Deinem Heiligen Geist erfüllst und mich in alle Wahrheit führst. Ich bitte Dich um Deinen vollständigen Schutz und Deine Führung, während ich versuche, Dich zu erkennen und Deinen Willen zu tun. In dem wunderbaren Namen Jesu Christi bitte ich dich. Amen.



### **Erklärung**

*Im Namen und in der Vollmacht des Herrn Jesus Christus befehle ich Satan und allen bösen Geistern, ihren Einfluss auf mich aufzugeben, damit ich frei sein kann, den Willen Gottes zu erkennen und zu tun.*

*Als ein Kind Gottes, das mit Christus in den himmlischen Örtern sitzt, erkläre ich, dass jeder Feind des Herrn Jesus Christus in meiner Gegenwart gebunden ist. Satan und alle seine Dämonen können mir keinen Schmerz zufügen oder in irgendeiner Weise verhindern, dass Gottes Wille heute in meinem Leben getan wird, denn ich gehöre dem Herrn Jesus Christus.*

## **Vergib anderen**

Triff die Entscheidung, den Menschen zu vergeben, die zu deinem Herzproblem beigetragen haben. Verbreite deine Entscheidung, indem du laut sagst: "Herr, ich vergebe..." und nenne die Person(en), um die es geht, und nenne ihre Sünde.

Erkläre, dass du völlig auf Gott angewiesen bist, um dich zu befreien. Bitte Gott, dich von der Sünde zu befreien und dir zu vergeben; bekunde deinen Wunsch, dich von ihr abzuwenden und seine Gnade zu empfangen. Bitte Gott auch darum, dass er dir vergibt, wenn du andere verurteilst.

Herr Jesus, ich vergebe ... für ... und bitte dich um deine vollständige Vergebung. Ich entscheide mich, dies als Sünde anzuerkennen und erlaube dir, mich von all meiner Ungerechtigkeit zu reinigen. Ich akzeptiere dein Blut als ausreichend für ihre Sünden. Mache mich rein und heil und befreie mich von dieser Sünde. Darum bitte ich dich im Namen Jesu Christi. Amen.

Herr, ich bekenne meine Sünde des Richtens ..... und bitte dich um deine vollständige Vergebung. Ich entscheide mich, das Richten ..... als Sünde anzuerkennen und erlaube dir, mich von all meiner Ungerechtigkeit zu reinigen. Mache mich rein und heil und befreie mich von dieser Sünde. Ich beschließe, diese Person nicht mehr zu verurteilen. Ich bitte dich darum im Namen Jesu. Amen.

## **Heilungsgebet**

Mein Vater im Himmel,

Ich bekenne und bereue jeden Zorn und jede Bitterkeit, die ich gegen Dich, Gott, hege, weil Du es zugelassen hast, dass dieses Ereignis in meinem Leben geschehen ist. Ich bitte Dich, mir zu vergeben, und ich nehme Deine Vergebung an.

Herr, bitte führe mich zu der entsprechenden Erinnerung/dem Bild zurück, die/der diesem Problem in meinem Herzen zugrunde liegt. (Erlaube dir, die Szene zu sehen. Wenn es sich um eine extrem traumatische Szene handelt, erlaube dir, zu ihr zurückzukehren, kurz nachdem sie vorbei war - nicht mittendrin.)

Herr, ich weiß, dass du bei dieser verletzenden Erinnerung dabei warst. Jesus, bitte zeige mir, wo du warst und was du getan hast. (Schau jetzt nach, wo Jesus ist/war.)

Heiliger Geist, komm und übernimm diese schmerzhaftige Erinnerung/dieses Bild und gib mir deine göttliche Wahrheit und dein Bild und zeige mir, was Jesus getan hat. (Reagiere auf das, was der Herr dir zeigt und tut.) Im Namen Jesu Christi von Nazareth danke ich dir, Amen.

## **Dankt dem Herrn**