

Heile mich von meinen Schuldgefühlen, die ich Dir gegenüber empfinde: aus Angst, verurteilt oder bestraft zu werden, aufgrund meines Aufbegehrens gegen Dich, wenn Du zugelassen hast, dass Menschen, die ich besonders liebte, starben, mich verließen oder betrogen.

Vergib mir die zerstörerischen Erfahrungen, bei denen ich mich möglicherweise dem Alkohol, der Droge oder der Pornographie ausgeliefert habe. Heile mich von Bindungen, die ich mir möglicherweise durch Techniken der mentalen Konzentration zugezogen habe, oder durch den Versuch, eine Lösung meiner Probleme im Okkultismus, im Spiritismus oder in der Esoterik zu finden.

**Herr,**

ich rufe Deine heiligen Wunden an, dass sie mich heilen; ich rufe Dein heiliges Blut an, dass in freier Entscheidung aus Liebe zu mir am Kreuz vergossen worden ist, damit ich Verzeihung erlange und von meinen Sünden reingewaschen werde.

**Schenke mir Deine Barmherzigkeit, Herr!**

Ich danke Dir für Deine große Liebe zu mir. Erneuere mich und schenke mir von neuem die Gnade zu lieben und mich in Deiner Liebe zu entfalten. Heile mein Unbewusstes. Ich übergebe mich Dir ganz: Leib, Verstand und Geist. In Deine Hände lege ich meine Ideen, meine Gefühle, meine Worte, mein Verhalten, alle meine Fähigkeiten, aber auch alle meine Schwachheiten, meine Verwundungen, meine Begrenztheiten, meine Lauheit, meine Herzeshärte, sogar den Hass, der in mir ist. Erhelle all das durch Dein Licht, damit daraus Taten der Liebe, der Zärtlichkeit und des Friedens werden.

**Jesus!**

Meine Vergangenheit und meine Zukunft ruhen heute in Deinem erbarmenden Herzen. Meine Verwundungen sind keine Verwundungen mehr, denn Deine unermessliche Liebe hat sie geheilt; sie sind hingegen zu Erfahrungen geworden, auf denen meine Zukunft mit Dir aufbaut.

**Danke, Jesus,**

dass Du so gut an mir gehandelt und mich gerettet hast.

**Halleluja. Amen.**

Aus: *Gebete für den Befreiungsdienst der Priester und den Heilungsdienst der Laien*  
Unio-Verlag, 2013 - ausgewählt und zusammengestellt  
von **Hans Buob / Urs Hofmann**

# GEBET UM HEILUNG DER EMOTIONEN

NACH P. HANS BUOB SAC / JEAN PLIYA



† Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

**Herr Jesus,**

erweise mir, ich bitte Dich, Deine barmherzige Liebe; komm und heile in meinem vergangenen Lebensabschnitt alles, was der Heilung bedarf. Du kennst mich besser als ich mich selber, denn schon lange bevor ich empfangen wurde, hast Du mich mit einzigartiger Liebe geliebt. Von Anbeginn ist mein Leben in Deiner Hand. Berühre mich im Augenblick meiner Empfängnis. Wenn sich diese nicht in einer Atmosphäre der Liebe vollzog, in dem elterlichen Wunsch mir das Leben zu schenken, sondern vielmehr unter Druck, Angst oder Gewaltanwendung, so heile mich, Du Gott der Güte und Zärtlichkeit. Befreie mich von allem, was einen negativen Einfluss auf mich haben könnte und was mir Abscheu vor dem Leben einflößt oder mich manchmal den Tod herbeiwünschen lässt.

Segne mich in jeder Phase meines Wachstums als Embryo oder Fötus. Breite Deine Liebe in jedem Winkel meines Herzens aus.

Wenn meine Mutter, während sie mich erwartete, unter Ängsten, Qualen oder Traumata litt, wenn ich mich unerwünscht oder durch sie abgelehnt fühlte, wenn der Vater, der mich zeugte, seinerseits mich nicht haben wollte, so komm, mein Gott, und lass mich spüren, wie wertvoll ich Dir bin und wie sehr Du mich behütetest: wie den Augapfel. Möge das Jesuskind im Schoß Mariens auch mich im Heiligen Geist vor Freude hüpfen lassen, wie seinerzeit das Kind im Schoße Elisabeths! Gib mir ein großes Verlangen, geboren zu werden, und heile mich von dem physischen und seelischen Schock, den ich bei meiner Geburt erlebt haben mag, als ich in die Welt der Menschen hereinbrach. Durch die Kraft Deiner Liebe und Gnade beseitige alle physischen und psychischen Folgen, die von den damaligen Verletzungen und Traumata ausgelöst worden sind.

**Danke, Herr,**

dass Du zugegen warst, um mich in Deine beschützenden Arme zu nehmen. Ich bringe Dir die ersten Jahre meiner Kindheit:

Umgib sie mit Deinem Licht. Wenn ich unter der Kälte meines Vaters oder meiner Mutter gelitten habe, wenn sie mir nicht die Liebe und Sicherheit gegeben haben, die ich brauchte, wenn es mir an mütterlicher Zuneigung und tröstender Liebkosung gefehlt hat, dann sende mir Deine Mutter, damit sie mich in ihre Arme nimmt und darin wiegt, mich mit ihrer Zärtlichkeit sättigt.



Dass sie mich annehme wie ich bin, mit meinen kindlichen Schwächen, und dass Jesus komme und mich umarme, mich segne und mir die Hände auflege, wie er es getan hat, als die Jünger die Kinder anführten, die zu ihm kommen wollten (vgl. Mk 10,13-16). Wenn ich mich von der allzu besitzergreifenden Liebe meiner Mutter eingeengt fühlte oder erdrückt von der Autorität meines Vaters, dann befreie mich, Jesus, und heile auch die schmerzhaften Erinnerungen an ihre Auseinandersetzungen, an ihre ehelichen Spannungen, die meine kindliche Gefühlswelt durcheinander brachten und mich erschreckten und fürchten ließen, die beiden könnten sich trennen und mich allein lassen.

### **Von ganzem Herzen, Herr,**

vergebe ich meinen Eltern die Verletzungen, die möglicherweise von ihren Taten, Worten oder ihrem Verhalten herrühren. Ich freue mich und danke Dir, Herr, für die Sicherheit, die Du mir gegeben hast, nämlich dass „Du mich aufnimmst, wenn mich auch Vater und Mutter verlassen“ (Ps 27,10) und dass „Du mich nicht vergisst“ (Jes 49,15).

### **Herr Jesus,**

der Du mir meinen Vater geschenkt hast: lass mich durch den Heiligen Geist von glückseliger Liebe erfüllt und so frei werden, dass ich mit meinem ganzen Sein rufen kann: „Abba, Vater!“ Wenn ich mich alleingelassen fühlte, einsam und abgelehnt von meinen Angehörigen oder Menschen, auf die ich zählte, so schenke mir durch Deine heilende Liebe das Gefühl meiner Würde und eine weise Wertschätzung meiner selbst (vgl. Röm 12,3). Sei Du mein Trost dort, wo die anderen nicht liebevoll mit mir umgegangen sind.

### **Befreie mich, allmächtiger Vater,**

von der Last aller Verwünschungen durch Eltern, Vorfahren oder Hexer, die die Ursache meiner Misserfolge, meiner Krankheiten oder Enttäuschungen sein könnten.

Gib mir Vertrauen und neuen Mut, damit ich den Herausforderungen dieser Welt gewachsen bin. Ich weiß, dass Deine Liebe, mein Vater, mich stützen wird, wenn ich strauchele und falle. Heile die Verletzungen aus Kämpfen, die mich traumatisiert und dazu veranlasst haben, mich abzukapseln und Barrieren zu errichten zwischen mir und den anderen.

#### **BESTELLADRESSE:**

Brüder Samariter FLUHM, Hafnerberg 13, A-2571 Altenmarkt/Triesting  
0043 / (0)2673 - 2271, gabriel.hueger@gmail.com, www.segenskreis.at

Heile meine Wunden, die tief in mir liegen, die mich hart werden ließen und die ich verdrängt habe: Wunden der Eifersucht gegenüber jenen, die man mir in der Familie oder in der Schule vorgezogen hat; Wunden der Empörung, der Erniedrigung, der Ungerechtigkeit, der Einsamkeit, der Verbitterung darüber, dass man mich ins Abseits geschoben hat; Wunden des Spottes, der Beschimpfung oder der Verleumdung.

### **Herr Jesus,**

gib mir die Gnade denen zu verzeihen, die mich nicht geliebt haben, und sie aller Schuld mir gegenüber freizusprechen. Heile mich von allen Störungen und Traumata meiner Kindheit oder meines Jugendalters, als ich meinen Körper ent-

deckte, die Liebe und die Sexualität: Ruhelosigkeit, Beschämung, Anschuldigung. Wasche ab alle Befleckungen des Körpers und der Seele und heile die Verletzungen, die man mir zugefügt hat, als man mich missbrauchte, meiner physischen Reinheit Gewalt antat, mir durch sexuelle Abartigkeiten Bindungen auferlegte, die mich daran hindern, echte und Dir wohlgefällige Beziehungen einzugehen. Hilf mir, mich trotzdem als Mann oder Frau anzunehmen.

### **Möge die Jungfrau Maria,**

die reine Mutter, die Unbefleckte Empfängnis für mich beten und mich von diesen Störungen heilen. Heile mich, Herr, von den Verletzungen meines Gefühlslebens, im Zusammenhang mit Verliebtheiten, die anstößig waren oder aus irgendeinem Grund keine Erfüllung fanden.

### **Lehre mich Herr,**

mich Deiner Liebe zu überlassen, die meine Sehnsucht zu lieben und geliebt zu werden stillt; lehre mich, Dir das zu übergeben, was hinsichtlich meiner Berufung, meines beruflichen oder sozialen Engagements, meines Gefühlslebens oder meines Ehelebens ein Missgriff war.

### **Danke, Herr,**

dass Du mir in meiner Kindheit und meiner Jugendzeit mit Deinem Licht und Deiner Wahrheit zur Seite gestanden bist.

Vergib mir, wenn ich gelegentlich auf Dich vergesse, wenn ich denke, dass Du mich nicht mehr liebst und mich in meinem Leid alleingelassen hast.

