

Hinweis: Diese Heilungsgebete der Lebensphasen sind nur vollständig mit den "Reflexionen" und den ergänzenden "Vielleicht-Fragen" aus dem Kurs: *Heilung der Lebensgeschichte*, nach dem Vortrag in radio horeb zu der entsprechenden Lebensphase oder dem Lesen im Buch: *Sinn und Heilung der Lebensphasen* zu verstehen.

Heilungsgebet zur 8. Lebensphase: Das Alter: Versöhnung finden – dankbar sein (ab 65 Jahre)

Wenn ich in der Gegenwart lebe und für alles danken kann, was Gott in meinem Leben gewirkt hat, werde ich weise. Deshalb ist es gut, jeden Tag mit Dank abzuschliessen für das, was gut war, was vorgefallen ist und auch für das, was schief gegangen ist.

Paulus sagt: *Dankt für alles; denn das ist der Wille Gottes für euch in Christus Jesus (1 Thess 5, 18)*. Im griechischen Urtext heisst es: Seid dankbar in allen Dingen! Wir müssen nicht für das Negative danken, sondern für das Gute, das Gott daraus machen will. So kann ich beten: „Herr, ich gebe Dir auch dieses Ereignis. Ich danke Dir dafür, dass Du daraus noch etwas Gutes machen willst und wirst.“ Wer so in die Nacht hineingeht, wird wieder mit neuer Lebenskraft aufwachen.

Dag Hammarskjöld sagt einmal in diesem Zusammenhang: „Für das Vergangene Dank – dem Kommenden Ja.“ Das folgende Gebet will uns helfen, in diese Sicht hineinzuwachsen.

Heilungsgebet

Himmlicher Vater, ich schaue auf zu Dir und wünsche mir, dass mein Leben zu einem Lobpreis auf Dich, meinen Schöpfer werde, denn Du hast mir das Leben geschenkt. In Deinem Sohn Jesus gehst Du in allem mit mir mit und trägst mich durch bis zum Ende meines Lebens. So darf ich jetzt mit Dir, Jesus, die letzte Phase meines Lebens anschauen. Du willst in dieser Phase mein irdisches Leben abrunden, es ganz und heil machen.

Wenn ich auf mein Leben zurückschaue, sehe ich viel Segen, Erfreuliches und Wohltuendes, aber genauso Schwieriges, Schmerzliches, Misserfolg, Scheitern und Versagen. Und wenn ich in die Zukunft auf mein Älterwerden, auf die kommenden Beschwerden, das Abnehmen der menschlichen Kräfte und das Sterben schaue, dann kann mir das Angst machen und Unsicherheit auslösen. Doch Dir darf ich alles bringen, was mich beschäftigt und wie es gewesen ist.

Jetzt kann ich all das im Gebet aussprechen

Jesus, ich bitte Dich, erleuchte mich und zeige mir, wie Du mein Leben siehst und welches Heil Du mir jetzt schenken möchtest. Zuerst bitte ich Dich, heile alle Wunden, die mir heute noch weh tun und in denen noch Auflehnung spürbar ist. Heile diese Erinnerungen, damit ich zu einem Ja zu allen Situationen meines Lebens komme, einem Ja zu allem Versagen und allen Blamagen, allem Unerledigten und Misslungenen, damit ich sagen kann: Ja, es war so und es darf so gewesen sein.

In der Kraft des Heiligen Geistes akzeptiere ich jetzt mein Leben wie es war – ohne Ausnahme. Ich höre endgültig auf, altem Unrecht nachzulaufen und mich selbst zu bedauern. Ich gebe niemandem die Schuld, warum ich so bin wie ich bin, auch nicht meinen Eltern. Ich anerkenne und akzeptiere, dass ich für mein Leben selbst verantwortlich bin. Ich sage versöhnt Ja zu meinen Eltern, wie sie auch immer gewesen waren.

Rückblickend erkenne ich dankbar an, dass Du, Jesus, meine tiefsten Verletzungen im Nachhinein zu einer Gabe verwandelt hast und ich anderen Menschen, die dasselbe (oder ähnliches) erlebt haben, damit zum Segen werden durfte. Im Vertrauen, dass Du, Jesus, aus allem etwas Gutes machen wirst oder schon gemacht hast, danke ich Dir, Jesus, auch für das,

was ich bis jetzt nicht verstanden habe. Ich lege meinen Stolz ab, alles besser wissen zu wollen und bekenne in Demut mein Nicht-verstehen-Können. Ich versöhne mich und nehme dankbar Deinen göttlichen Frieden über meinem ganzen Leben an.

So darf ich im Blick auf mein Älterwerden und auf mein Sterben mit einem zuversichtlichen Ja auf Dich zugehen, ruhig und gelassen bleiben und Dir vertrauen. Wenn Ängste kommen, will ich den Blick fest auf Dich richten und sagen: „Jesus, mein Leben gehört Dir. Ich vertraue auf Dich!“

So lege ich jetzt mein weiteres Leben bis zum Tod in Deine Hände. Du wirst immer bei mir sein, was auch immer kommt. Du wirst mich stützen, stärken und trösten. Du wirst mir immer die nötige Kraft geben. Du wirst mit mir in den Tod hinein gehen. Dann wirst Du mich an der Hand nehmen und mich ins Reich der ewigen Liebe des himmlischen Vaters führen. Jesus, ich danke Dir bereits jetzt dafür. Amen