

Gebet gegen ständige, unberechtigte Schuldgefühle

„Lieber himmlischer Vater, ich fühle mich so oft angeklagt und innerlich zerrissen. Wenn ich nichts oder wenig tue, denke ich, dass ich nicht genug tue. Wenn ich etwas tue habe ich nicht selten danach mit heftigen Attacken zu kämpfen, die mich anklagen. Entweder habe ich es nicht gut genug gemacht, oder meine, etwas falsch gesagt oder im falschen Ton gesagt zu haben. Zu oft lasse ich mir ein schlechtes Gewissen machen.

Herr, es sind oft nur Eindrücke, die mich übermannen und in die Knie zwingen. Zurück bleibt dann mein zerschlossenes Gewissen, das kaum noch ein und aus weiß. Manchmal geht es eine Zeitlang gut und dann setzen diese Anklagen wieder ein. Zurück bleibe ich oft gekrümmt, innerlich entnervt, manchmal auch gereizt, wenn mich jemand auf etwas anspricht, was auch wirklich nicht so gut war. Ich ziehe den Kopf ein und erwarte ein Donnerwetter und kann kaum noch zwischen berechtigter und unberechtigter Kritik unterscheiden.

Ich brauche ein festes Herz, das nicht mehr von so vielerlei diffusen Beschuldigungen aufgerieben wird. Ich möchte meinen Mitmenschen in deiner Freiheit begegnen. Du hattest gegenüber deinen Anklägern und Feinden ein Angesicht, so hart wie ein Kieselstein (Jes 50,7). Gib mir nicht nur ein weiches Herz für alle, die Hilfe brauchen, sondern auch diese gesunde Härte, die mich vor allen anklagenden Blicken und Worten schützt. Lass mich in meinen Gebeten

„... hinzutreten mit wahrhaftigem Herzen in voller Gewißheit des Glaubens, die Herzen besprengt <und damit gereinigt> vom bösen Gewissen und den Leib gewaschen mit reinem Wasser“ (Hebr 10,22).

Denn durch das versöhnende Blut Jesu darf ich als ein geliebtes Kind meines himmlischen Vaters leben und beten. Er freut sich darauf, wenn ich mich ihm nahe und die Gemeinschaft mit ihm suche. Er erinnert uns daran:

„Doch wegen unserer Vergehen wurde er (Jesus) durchbohrt, wegen unserer Übertretungen zerschlagen. Er wurde gestraft, damit wir Frieden haben. Durch seine Wunden wurden wir geheilt“ (Jes 53,5)!

„Gott hingegen beweist uns seine Liebe dadurch, dass Christus für uns starb, als wir noch Sünder waren“ (Röm 5,8).

Deshalb darf ich als unperfekter Christ, der noch viele Lücken und Fehler aufweist wissen, dass ich durch den Glauben von Gott für gerecht und vollkommen erklärt wurde. Darum darf ich im inneren Frieden leben (Röm 5,1). Das gilt für jeden Moment meines Lebens, besonders dann, wenn ich in das Kreuzfeuer der Kritik gerate und ich den Durchblick für die Situation zu verlieren drohe.

Schütze mich vor Machtmenschen, von denen ich immer mit einem schlechten Gewissen weggehe. Sie du zwischen mir und denen, die gerne Gewalt über andere ausüben und von einem Machtrieb gesteuert werden.

Herr Jesus, hilf mir durchzublicken, aufrecht zu stehen und zu gehen. Befreie mich von den bösen Eindringlingen der Schuldgefühle. Entlaste mich von allen inneren Anklagen, die mich niedermachen. Ich will nicht mehr buckeln vor anderen und um ihre Anerkennung betteln. Ich erkenne deutlich, dass das nicht die Hilfe ist, die ich eigentlich brauche und du mir geben willst.

Gib mir Sicherheit in meinem Auftreten, Klarheit in meinen Gedanken, Stehvermögen gegenüber bestimmten Personen, denen ich mich unterlegen fühle, Unterscheidungsvermögen für das, was durch meine Augen und Ohren in mich eindringt.

Schenke du mir Charakterfestigkeit, damit ich kein Opfer mehr bin. Befreie mich von aller Unterwürfigkeit und Menschenkriecherei, aber auch von allen verächtlichen und rachsüchtigen Gedanken. Löse mich auch von allen perfektionistischen Ansprüchen an mich und meine Umgebung. Gib, dass ich zu mir stehen kann mit all meinen Macken und Mängeln, so wie du zu mir stehst. Denn du liebst die Unvollkommenen, die Unperfekten, die mit allerlei Schwächen behaftet sind. Lass mich nicht mehr sein und wollen, als ein von Gott geliebtes Kind, das unter den gütigen Augen seines Vaters leben darf.

So will ich demütig und standhaft, in Ehrfurcht vor Dir, mein guter Vater im Himmel, leben. Lass mich in deiner Gemeinde und in dieser Welt empfindsam, mit würdigem Respekt, deinen Menschen begegnen. Meine Knie aber will ich nur vor dir beugen.“ AMEN!