

Der Diamant - Heilung der Erinnerungen

In unserem Leben spielen Erinnerungen eine wichtige Rolle. Persönliche Erfahrungen prägen unsere Verhaltensweisen. Oft wissen wir gar nicht mehr, warum wir so handeln. Wenn wir mit manchen Verhaltensweisen nicht zufrieden sind, hilft es wenig uns zu sagen, wir müssen etwas anders tun. Warum tun wir dies? ist eine wichtige Frage und führt oft in unsere persönliche Vergangenheit. So bemerken wir Ereignisse, die uns geprägt haben, Erinnerungen die unser Leben bestimmen können.

Manche dieser Erinnerungen sind mit Schmerz und Verletzungen verbunden. Wir können uns auf einen gezielten Umgang mit Erinnerungen einlassen, um sie besser in unsere Person zu integrieren und ihre manchmal negativen Auswirkungen auf uns durch das heilende Wirken des Geistes Gottes ändern zu lassen.

Der symbolischer Umgang mit Erinnerungen, um Heilung zu ermöglichen, ist ein wichtiger Schatz im Leben der Kirche. Jesus Christus ist der Heiland der Welt. Diese geistliche Übung stammt aus einem Buch der Gebrüder Linn.

Schaue auf Dein Leben zurück an Begebenheiten, in denen Du verletzt wurdest. Tue dies bedächtig und in einer Haltung des Gebetes.

1. Schreibe in den Diamanten die Namen (Initialen) von fünf Menschen, **die Du verletzt hast**.
2. Male einen Kreis um die, die Dir jetzt nicht näher sind.
3. Nimm eine Person von diesen. Erzähle Christus, wie Du Dich fühlst, dass Du sie verletzt hast. Sei ehrlich und lasse allen Ärger zu, damit Christus ihn heilen kann.
4. Wenn Du sehen kannst, warum Du diese Person verletzt haben magst, ziehe eine senkrechte Linie durch ihren Namen (um anzudeuten, dass Du nicht nur auf sie reagierst, sondern auch auf andere Zwänge).
5. Wenn Du fühlst, dass Du sowohl Dir wie auch ihr in dem Maße vergeben kannst, wie Christus Euch beiden schon vergeben hat, mache einen waagerechten Strich durch ihren Namen. Bete für eine Vertiefung der Vergebung.

6. Wenn Du etwas Positives in der Verletzung finden kannst, (einige Arten des Wachstums für Dich und für sie) mache ein 'X' durch ihren Namen.
7. Wenn Du Dir das Bauen einer Brücke zu ihr vorstellen kannst, male ein Dreieck um ihren Namen. Du hast angefangen ihr und Dir zu vergeben und Gott zu erlauben, diese Begebenheit zu heilen.
8. Danke Christus für das Wachstum, den Beginn von Heilung.
9. Nimm eine andere Verletzung und wiederhole den Prozeß. (Füge andere Erinnerungen in den Diamanten hinzu.) Wähle eine die grundlegende Erfahrungen berührt.
10. (Weitere Vertiefung:) Übergebe alle diese Situationen Christus im Bußsakrament mit der Bitte um Vergebung und um Heilung der Beziehung.

