



Ablauf der Anbetung in dem Schritt der Widersagung

1. Rufen Sie den Heiligen Geist an – durch ein Lied oder ein einfaches Gebet. Bitten Sie Ihn, Ihr Herz zu öffnen und Sie in die Wahrheit zu führen.

2. Richten Sie dann Ihren Blick auf den Herrn im Allerheiligsten Sakrament. Staunen Sie über seine Gegenwart. Sehen Sie, wie sehr Er Sie liebt ... ja, sehen Sie, wie sehr Er Sie liebt ... und lieben Sie Ihn zurück. Verweilen Sie dort in dieser stillen Begegnung – etwa fünfzehn Minuten oder länger, wenn Ihr Herz danach verlangt.

3. Öffnen Sie Ihr Herz vor dem Herrn und bringen Sie Ihm die Last Ihrer Sünden. Schauen Sie auf Jesus, der für jede einzelne Ihrer Sünden am Kreuz hängt. Sagen Sie Ihm mit aufrichtigem Herzen, dass es Ihnen leid tut.

Bleiben Sie dann still, um Ihn wirken zu lassen.

4. Sprechen Sie anschließend dieses Gebet:

Herr, vor Dir widersage ich jeder Verbindung mit den Mächten der Finsternis.

Ich widersage ... (fügen Sie hier hinzu, was Sie im Gebet aufgeschrieben haben).

Nachdem Sie dieses Gebet gesprochen haben, beten Sie auch das „Gebet der Befreiung durch das Kostbare Blut Jesu“.