

Die Kraft der Vergebung Kränkungen überwinden und befreiter leben

Impulsvortrag

- Kränkungen (Warum tut es so weh, Formen, Auswirkungen)
- Zusammenhang Kränkung – Aggressionen gegen mich selbst und Andere – Vergebung
- Liebesgebot – Selbstliebe
- Vergebung in Gebeten
- Begriffe Vergebung – Verzeihung und Versöhnung
- Vergebung – falsche Vorstellungen, Vor- und Nachteile von NICHT-Vergeben, Chancen der Vergebung
- Vergebungsprozess in Schritten
 - Auf meine Würde achten
 - Kränkende Situation wahrnehmen
 - Gefühle / Schmerz zulassen
 - Mich selbst und den anderen besser verstehen
 - Sinn finden
 - Meine Entscheidung und daran festhalten
- Begleitung / Seminare
 - Vertrauensperson (Seelsorger, ...)
 - Lebensberater, Lebenswelt Familie in Pöchlarn oder in der Caritas Beratungsstelle Rat und Hilfe
 - Seminare in Bildungshäuser (z.B. Seitenstetten)
- Bücherliste
 - Melanie Wolfers: Die Kraft des Vergebens ISBN 978-3-451-32631-8
 - Reinhard Haller: Die Macht der Kränkung ISBN 978-3-711-00078-1
 - Konrad Strauss: Die heilende Kraft der Vergebung ISBN 978-3-466-36892-1
 - Henri Nouwen: Nimm sein Bild in dein Herz
Rückkehr des verlorenen Sohnes ISBN 978-3-451-31124-6

Wer dauerhaft nachträgt, trägt schwer
Wer vergibt, hört auf, auf eine bessere Vergangenheit zu hoffen
Mit Gefühlen umgehen, weil sie sonst mit uns umgehen
Wunden heilen in einer Umgebung des Wohlwollens