



# Gebet des Monats

*März 2022*

**Fastenzeit**

Guter Gott,  
es ist wieder Zeit zu beten und zu fasten.

Hilf mir loszulassen, was ich nicht brauche:

Meinen Egoismus,  
meine Selbstherrlichkeit,  
Angst, Unsicherheit, Misstrauen,  
Kummer und Probleme,  
Vorurteile und Rechthaberei,  
Ärger, Aggressionen,  
meine Unentbehrlichkeit.

Hilf mir loszulassen, was mich hindert:

meine Gewohnheiten,  
festgefahrene Meinungen,  
meine Abhängigkeiten.  
meine Gleichgültigkeit.

Hilf mir loszulassen, wen ich behindere:

Durch meine Hilfe hilflos mache,  
durch meine Ansprüche überfordere.

Loszulassen tut mir gut, weil es meine Seele entlastet und mich neu und näher zu mir,  
zum Nächsten und zu Dir führt.

Sei dabei an meiner Seite und schenke mir Mut.

Amen

*Sabine Stachowiak*