- Maak seker jy vat jou tyd
- GEEN afleidings om aandag af te trek nie!
- Moenie haastig wees nie

1. Vra dat Heilige Gees jou wys wie moet jy vergewe.

2. Begin by jou heel eerste seer wat jy kan onthou. Maak 'n lysie soos jy onthou.

3. Vra Heilige Gees moet jou wys as daar enige iets was wat gebeur het in jou moederskoot wat jy ook moet vergewe.

4. As jy dink jy het almal, vra Heilige Gees om jou te wys as jy iemand gemis het.

5. Vat jou lysie een persoon op 'n slag en KRY DIT UIT! Sê jou sê!!!

Vader ek kom vandag en ek vergewe ____________(noem elke naam op jou lysie)

Vir dit wat hul aan my gedoen het en nie gedoen het nie, gesê het en nie gesê het nie.

Ek spreek hul vry en ek seën hul.

Vergewe my asb vandag vir my onvergewensgesindheid, bitterheid, haat, woede, selfhaat, moordgedagtes, wraak aksies en skerp tong wat vloeke op my vyande vrygelaat het. Ek kanseleer elke woord en vloek en die oes op daardie saad in die geestesrealm asook in die fisies.

Ek maak my los van elke mens wat ek genoem het en verklaar hul sal geen gevolg of effek ooit weer op my hê nie.

Ek vra dat U Vader, met U heilige vuur die boekrolle en baniere kom verbrand en verwoes waarop daar onvergewensgesindheid, bitterheid, haat, woede, selfhaat, moordgedagtes en wraak staan, asook hul aksies en woorde, sodat dit nooit weer 'n invloed op my sal hê nie. Maak my nou vol met U liefde sodat ek my vyande ook onvoorwaardelik lief sal hê. Ek maak dit los in die hemel en so sal dit nou wees en manifisteer asook in die fisiese realm, in die naam van Jesus, Amen!