

معبودم،

شهوت خود را به تو تسلیم می دارم و تقاضا دارم که امروز، مرا از شهوت دور نگه داری، زیرا که من ناتوان هستم، اما با قدرت تو این توانایی را خواهم داشت.

(کتاب سفید - صفحه ۹۵)

من هیچ قسمت از شهوت را نمی خواهم،

درونی و بیرونی خود آگاه و ناخود آگاه، فاعل یا مفعول

خدایا مرا در مقابل شهوت هوشیار نگه دار چون خود نمی توانم، مبادا که ترس از سقوط منجر به سقوط من شود ناتوانی خود را در مقابل این ترس اعلام نموده و ترس را رها کرده و به تو می سپارم و از تو می خواهم که شهوت را از من دور نگه داری.

(کتاب بهبودی ادامه دارد صفحه ۲۴)

خدایا ناتوانم لطفاً یاریم کن

خدایا اختیار شهوترانی ام را به تو می سپارم
خداوندا من هیچ نوعی از شهوت رانمی خواهم
خداوندا بار شهوتم را به دوش تو می گذارم و نمی خواهم هیچ
جزئی از آن را با خودم نگه دارم
خدایا از تو درخواست می کنم این بنده را مورد رحمت و یاری
خود قرار دهی.

(کتاب بهبودی ادامه دارد صفحه ۳۶)

خدایا

مرا یاری فرما تا بینم که می توانم از این احساسات بیرون روم
اگرچه آنها بسیار مخرب به نظر می رسند و اینکه لازم نیست فرار کنم
مرا از شهوت نگاهم پاک گردان، باشد که آرامش را نزد تو بیایم،
که تدبیر تو پناه و قدرت من است.

(کتاب بهبودی ادامه دارد صفحه ۵۲)

خداوندا، برای اتفاقات خوب و اتفاقاتی که بد به نظر می رسند اما

برای رشد من الزامی اند، سپاسگزارم

باشد که اراده تو جاری شود، نه اراده من.

(کتاب سفید صفحه ۷۵)

وقتی دچار وسوسه برای شهوت رنجش و یا ترس هستم

آن را تسلیم می نمایم و این جمله را با خودم تکرار می کنم

خداوندا من نمی توانم آن را تحمل کنم، از تو می خواهم آن را به

جای من تحمل کنی، من آن را به تو واگذار می کنم.

(کتاب سفید صفحه ۱۲۱)

بدون خداوند من نمی توانم،

بدون من خداوند نمی خواهد.

باشد که رستگار شوید و هم اکنون به سمتش بیایید.