

## **Heilung der Seele**

### **Vorbereitungen, um das Sakrament der Versöhnung zu empfangen**

(Bibelstellen – entnommen aus der Einheitsübersetzung)

#### **Die Sakramente der Heilung**

##### **KKKK 295. Warum hat Christus die Sakramente der Buße und der Krankensalbung eingesetzt?**

(KKK 1420-1421, 1426)

Christus, der Arzt der Seele und des Leibes, hat sie eingesetzt, weil das neue Leben, das er uns in den Sakramenten der christlichen Initiation geschenkt hat, geschwächt und durch die Sünde sogar verloren werden kann. Darum wollte er, dass die Kirche sein Heilungs- und Heilswerk durch diese beiden Sakramente fortsetze.

##### **KKKK 392. Was ist Sünde?**

(KKK 1849-1851, 1871-1872)

Die Sünde ist „ein Wort, eine Tat oder ein Begehren im Widerspruch zum ewigen Gesetz“ (hl. Augustinus). Die Sünde ist eine Beleidigung Gottes im Ungehorsam gegenüber seiner Liebe. Sie verwundet die Natur des Menschen und beeinträchtigt das menschliche Zusammenleben. In seiner Passion deckt Christus die ganze Schwere der Sünde auf und überwindet sie durch seine Barmherzigkeit.

#### **Wie wir die Vergebung der Sünden erlangen**

1. Von Herzen eine feste Entscheidung treffen, sich nicht mehr an den Früchten der Sünde erfreuen zu wollen. (Sir 37,17-18)
2. Künftig ein heiliges Leben führen. (Joh 5,14)
3. Den Feinden vergeben. (Mt 6,14-15)
4. Wiedergutmachung leisten. (Lk 19,1-10)
5. Fasten und Gebet. (Jona 3,4-10)
6. Almosen geben. (Tob 4,10-11)
7. Die Sünden einem Priester bekennen. (Joh 20,23 / Jak 5,14-16)  
Nur für Katholiken möglich; alle anderen mögen den ersten sechs Punkten folgen, um die Vergebung der Sünden zu erlangen.  
Bekenne die Sünden vor dem Empfang der Hl. Kommunion, im Falle einer Todsünde (KKKK 305).

#### **10 Anleitungen für Priester**

1. Wann war deine letzte aufrichtige und ganzheitliche Beichte?
2. Hast du alle deine Sünden gebeichtet? Wenn du in vorherigen Beichten Sünden verheimlicht hast, dann waren folgende Beichten ungültig. Mache alle Beichten gültig, indem du in dieser Beichte alle verheimlichten Sünden zuerst bekennst.
3. Hast du die Buße getan, die der Priester dir auferlegt hat? Wenn nicht, dann beichte auch dies und empfang eine Buße für gegenwärtige und vergangene Sünden.
4. Gibt es Sünden in Bezug auf fehlende Wiedergutmachung? Wenn ja, dann treffe Vorkehrungen, diese Wiedergutmachung vor der Beichte zu leisten.
5. Gibt es Sünden im Bereich der Unversöhntheit?  
Wenn ja, dann vergib und danach geh zur Beichte.
6. Bringst Du Dankgebete vor Gott nach dem Hören der Beichte und nach der Heiligen Messe (vgl. KKK 1466)?
7. Hast du einem Helfershelfer (der sich mit dir schuldig gemacht hat) die Absolution erteilt?
8. Hast du jemals das Beichtgeheimnis verletzt? Auf irgendeine Art und Weise?
9. Hast du Messintentionen veruntreut, z.B. indem du mehr verlangt hast, als festgeschrieben ist, oder mehr genommen und weniger dem Ordinariat / anderen Priestern weitergegeben hast?
10. Hast du Kirchengeld oder anderes Geld zu irgendeiner Zeit veruntreut?

### Biblische Einführung zum Sakrament der Versöhnung

Ps 32,1-5	Bekenne Gott all deine Sünden, dann vergibt er dir alle Sünden.
Mt 3,6	Die Menschen bekannten ihre Sünden Johannes dem Täufer, einer menschlichen Person.
Lk 15,21	Der verlorene Sohn bekennt seine Sünden dem Vater, einer menschlichen Person.
Mk 2,5	Jesus vergibt dem Gelähmten die Sünden.
Joh 20,23	Jesus gab den Aposteln die Autorität, Sünden zu vergeben.
Jak 5,16	Die Praxis der Beichte in der Urkirche zur Vergebung der Sünden und der Heilung.
1 Joh 1,9	Bekenne deine Sünden und all deine Sünden sind vergeben.
Apg 5,1-10	Hananiah und Saphira bekannten nicht ihre Sünden. Darum starben sie. Als sie sündigten, waren sie nicht gestorben.
Apg 5, 8	Petrus fordert Saphira auf, ihre Sünden der kirchlichen Autorität zu bekennen, um ihr Leben zu retten. Aber sie bekannte diese nicht und starb. Darum bekenne aufrichtig deine Sünden der Kirche (Priester), damit du deinen Besitz sicherst, das ewige Leben erlangst und die Reinheit heute empfängst. Sünde ist Gesetzeswidrigkeit, die zum geistlichen Tod führt.
Röm 5,13	Sünde war schon vor dem Gesetz in der Welt, aber Sünde wird nicht angerechnet, wo es kein Gesetz gibt.
Röm 5,14	Der Tod herrschte von Adam bis Mose auch über die, welche nicht wie Adam durch Übertretung eines Gebots gesündigt hatten. Adam aber ist die Gestalt, die auf den Kommenden hinweist.

### Arten und Weisen von Sünden

1 Joh 3,4	Begangene Sünden. Sünde ist die Verletzung der Gebote Gottes.
Lk 16,19-31	Unterlassungssünde. Der reiche Mann und der arme Lazarus. Auch das ist eine ernste Sünde (Jak 4,17).
Mt 5,48	Sünde der Unvollkommenheit. Wir tun nicht alles so, wie wir es eigentlich tun sollten. Unsere Taten sind nicht vollkommen, sie beinhalten Unvollkommenheiten.
1 Joh 5,16-17	Todsünde und lässliche Sünde (KKK 1854 – 1864). Wer sieht, dass sein Bruder eine Sünde begeht, die nicht zum Tod führt, soll (für ihn) bitten; und Gott wird ihm Leben geben, allen, deren Sünde nicht zum Tod führt. Denn es gibt Sünde, die zum Tod führt. Von ihr spreche ich nicht, wenn ich sage, dass er bitten soll.
1 Joh 5,17	Jedes Unrecht ist Sünde; aber es gibt Sünde, die nicht zum Tod führt.
Lk 19,1-10	Es ist wichtig, auch die Sünden der fehlenden Wiedergutmachung zu beichten. Zachäus bekannte Jesus seine Sünden der fehlenden Wiedergutmachung. Da sagte Jesus zu ihm: Heute ist diesem Haus das Heil geschenkt worden (Lk 19,9).

### Lehre der Kirche (siehe CIC 959 – 991)

Das Sakrament der Versöhnung ist eines von sieben Sakramenten, welches die nach der Taufe begangenen Sünden vergibt und immer unsichtbare Gnaden durch das sichtbare Zeichen der individuellen und ganzheitlichen Beichte und Absolution durch einen gültigen Diener gibt (vgl. KKKK 224).

CIC Can. 916

Wer sich einer schweren Sünde bewusst ist, darf ohne vorherige sakramentale Beichte die Messe nicht feiern und nicht den Leib des Herrn empfangen, außer es liegt ein schwerwiegender Grund vor und es besteht keine Gelegenheit zur Beichte; in diesem Fall muss er sich der Verpflichtung bewusst

sein, einen Akt der vollkommenen Reue zu erwecken, der den Vorsatz mit einschließt, sobald wie möglich zu beichten.

CIC Can. 960

Das persönliche und vollständige Bekenntnis und die Absolution bilden den einzigen ordentlichen Weg, auf dem ein Gläubiger, der sich einer schweren Sünde bewusst ist, mit Gott und der Kirche versöhnt wird; allein physische oder moralische Unmöglichkeit entschuldigt von einem solchen Bekenntnis; in diesem Fall kann die Versöhnung auch auf andere Weisen erlangt werden.

CIC Can. 965

Spender des Bußsakramentes ist allein der Priester.

CIC Can. 983

§ 1. Das Beichtgeheimnis ist unverletzlich, dem Beichtvater ist es daher streng verboten, den Pönitenten durch Worte oder auf irgendeine andere Weise und aus irgendeinem Grund irgendwie zu verraten.

§ 2. Zur Wahrung des Geheimnisses sind auch, falls beteiligt, der Dolmetscher und alle anderen verpflichtet, die auf irgendeine Weise aus der Beichte zur Kenntnis von Sünden gelangt sind.

CIC Can. 986

§ 1. Jeder, dem von Amts wegen die Seelsorge aufgetragen ist, ist zur Vorsorge dafür verpflichtet, dass die Beichten der ihm anvertrauten Gläubigen gehört werden, die in vernünftiger Weise darum bitten; des weiteren, dass ihnen an festgesetzten Tagen und Stunden, die ihnen genehm sind, Gelegenheit geboten wird, zu einer persönlichen Beichte zu kommen.

CIC Can. 988

§ 1. Der Gläubige ist verpflichtet, alle nach der Taufe begangenen schweren Sünden, deren er sich nach einer sorgfältigen Gewissenserforschung bewusst ist, nach Art und Zahl zu bekennen, sofern sie noch nicht durch die Schlüsselgewalt der Kirche direkt nachgelassen sind und er sich ihrer noch nicht in einem persönlichen Bekenntnis angeklagt hat.

§ 2. Den Gläubigen wird empfohlen, auch ihre lässlichen Sünden zu bekennen.

CIC Can. 989

Jeder Gläubige ist nach Erreichen des Unterscheidungsalters verpflichtet, seine schweren Sünden wenigstens einmal im Jahr aufrichtig zu bekennen.

CIC Can. 990

Niemand darf daran gehindert werden, mit Hilfe eines Dolmetschers zu beichten; dabei sind aber Missbräuche und Ärgernisse zu vermeiden und die Vorschrift des CIC. 983, § 2 zu beachten.

Ortsbischöfe und Priester haben Gewissensverpflichtungen, indem sie dafür sorgen, dass die Büsser regelmäßig Gelegenheit zum individuellen und ganzheitlichen Sündenbekenntnis in allen Pfarrkirchen und soweit möglich in anderen pastoralen Zentren haben. Darüber hinaus sind die Priester aufgerufen, großzügig zu sein, wenn sie außerhalb der vorgesehenen Zeiten zur Verfügung stehen, um das individuelle und ganzheitliche Sündenbekenntnis zu feiern, wann immer die Gläubigen vernünftigerweise darum bitten. Andere Arbeiten, aus Zeitmangel, müssen vielleicht verschoben oder sogar aufgegeben werden, aber nicht die Beichte.

*(Ref.: Prot. N. 700:00:L, Circular Letter concerning the integrity of the Sacrament of Penance)*

*Jorge A. Card. Medina Estévez, Prefect*

*+ Francesco Pio Tamburrino, Archbishop Secretary*

Es ist gut, alle Verletzungen der Gebote Gottes, Unterlassungssünden, Unvollkommenheiten, fehlende Wiedergutmachung, Todsünden und lässliche Sünden zu beichten.

### **KKK 1466 – Über den Beichtvater**

Der Beichtvater ist nicht Herr, sondern Diener der Vergebung Gottes. Der Diener dieses Sakramentes soll sich mit der Absicht und der Liebe Christi vereinen. Er muss zuverlässig wissen, wie ein Christ zu leben hat, in menschlichen Dingen Erfahrung haben und den, der gefallen ist, achten und sich ihm gegenüber feinfühlig verhalten. Er muss die Wahrheit lieben, sich an das Lehramt der Kirche halten und den Pönitenten geduldig der Heilung und vollen Reife entgegenführen. Er soll für ihn beten und Buße tun und ihn der Barmherzigkeit Gottes anvertrauen.

### **8 Anleitungen für Laien**

1. Wann habe ich das letzte Mal das Sakrament der Versöhnung empfangen?
2. Habe ich dort all meine Sünden aufrichtig bekannt?
3. Wenn nicht, will ich diese Sünden in dieser Beichte aufrichtig bekennen.
4. Habe ich die Buße verrichtet, die mir der Priester auferlegt hat?
5. Wenn nicht, will ich dies in dieser Beichte bekennen und die Buße tun.
6. Habe ich, wissentlich oder unwissentlich, Sünden wiederholt, welche ich bereits gebeichtet habe, aber diese immer wieder tue (Gewohnheitssünden)?  
Wenn es solche Sünden gibt, will ich auch diese in der Beichte bekennen.
7. Personen, die nur zivil verheiratet sind, können nicht beichten.
8. Nur Katholiken dürfen zur Beichte gehen.

### **Gewissensprüfung durch das Wort Gottes**

- „Wer seine Sünden verheimlicht, hat kein Glück, wer sie bekennt und meidet, findet Erbarmen.“ (Spr 28,13)
- „Wenn wir unsere Sünden bekennen, ist er treu und gerecht; er vergibt uns die Sünden und reinigt uns von allem Unrecht.“ (1 Joh 1,9)
- „Jesus antwortete ihnen: Ihr irrt euch; ihr kennt weder die Schrift noch die Macht Gottes.“ (Mt 22,29)

### **Gebet**

Herr, erbarme dich. Christus erbarme dich. Vergib mir meine Sünden und gewähre mir die Gnade der Reue. Erinnerere mich an meine Sünden und schenke mir, Herr, ein neues Herz. Befreie mich von der Fessel der Sünde und von der Neigung zur Sünde. Entferne die Stricke der Laster. Verzeih mir alle Ungerechtigkeiten. Befreie mich von satanischen Bindungen und den Fallen der Feinde. Erfülle mich mit dem Heiligen Geist. Danke Jesus! Preis Dir Jesus! Halleluja! Halleluja! Amen.

### **Nach dem Lesen der einzelnen Punkte, bete „Vergib mir Herr.“**

1. Gott! Weil ich dich nicht von ganzem Herzen geliebt habe. (Mk 12,30-32)
2. Weil ich mehr Interesse am Geschaffenen als am Schöpfer habe. (Röm 1,21)
3. Weil ich andere Götter durch Magie und Zauberei angebetet habe. (Lev 20,6)
4. Weil ich die Kräfte der Natur verehrt und als Gott angesehen habe. (Gal 4,8-9)
5. Weil ich mich wegen nichtigen Zeichen und Träumen geängstigt habe. (Sir 34,5)
6. Weil ich mein Leben durch Horoskope und Mondphasen bestimmen lasse.
7. Weil ich Kräfte auf magische Gruppen zurückgeführt habe. (Ez 13,20)
8. Weil ich den Namen Gottes ohne entsprechende Achtung gebraucht habe. (Sir 23,9-12)
9. Weil ich den Herrn verflucht habe, ohne den Plan Gottes zu verstehen. (Jer 29,11-14)
10. Weil ich durch stolzes Reden gesündigt habe. (Sach 8,17 / Sir 32,12)
11. Weil ich Gott, dem Herrn, nicht den Zehnten (10% des Einkommens) gegeben habe. (Lev 27,30)
12. Weil ich Gelübde nicht gehalten habe. (Spr 4,5)
13. Weil ich die Heilige Kommunion ohne entsprechende Vorbereitung empfangen habe. (1 Kor 11,27-30)
14. Weil ich hartherzig, voller Feindschaft und Eigensinn war. (1 Sam 15,23)

15. Weil ich die Heilige Kommunion mit einem falschen Herzen empfangen habe. (Joh 13,-7)
16. Weil ich den göttlichen Plan und gesetzliche Ordnungen abgelehnt habe. (Röm 13,2)
17. Weil ich mich von Habgier habe leiten lassen, was Götzenanbetung ist. (1 Tim 6,10 / Kol 3,5)
18. Weil ich am Sonntag gearbeitet und andere am Sonntag habe arbeiten lassen. (Dtn 5,12-14)  
(wenn aufgrund der Sonntagsarbeit die göttliche Verehrung fehlt.)
19. Weil ich die Eltern verflucht und verletzt habe. (Lev 20,9 / Ex 20,12)
20. Wegen der Sünden aufgrund von Kindestötung und Mord. (Weis 12,3-5)
21. Weil ich unschuldige Kinder durch Klatsch und Verleumdung zerstört habe. (Ex 23,7)
22. Weil ich den guten Namen anderer durch Klatsch und Verleumdung ruiniert habe. (Sir 28,13)
23. Weil ich meine Zunge zum Klatsch missbraucht habe. (Sir 19,6 / Jak 3,9)
24. Weil ich andere durch Lügen und Betrügen verletzt habe. (2 Tim 3,3)
25. Weil ich andere verleumdet habe. (Ps 50,20)
26. Weil ich andere verurteilt habe. (Mt 7,1)
27. Weil ich andere verletzt und deren Frieden zerstört habe, indem ich Geheimnisse enthüllt habe.  
(Spr 20,19)
28. Weil ich andere um den Segen beneidet habe, den sie empfangen haben. (vgl. Spr 14,30)
29. Weil ich stolz bin und mich damit selbst betrogen habe. (Gal 6,3)
30. Weil ich andere herabgesetzt habe. (Lk 18,11)
31. Weil ich auf mich selbst und nicht auf Gott vertraut habe. (Mt 26,33)
32. Weil ich Gott nicht für seine Segnungen gedankt habe. (Lk 17,17)
33. Wegen meiner Selbstgerechtigkeit. (Lk 18,11-14)
34. Weil ich Hass und Rache im Herzen gehegt und Streit zuhause / in der Gesellschaft geweckt habe. (Spr 10,12)
35. Weil ich das Reich Gottes verloren habe, um ein Leben nach dem Fleische zu führen.  
(Gal 5,18-21)
36. Weil ich Schwache beleidigt habe, statt sie zu tolerieren. (Röm 15,1)
37. Weil ich Zorn im Herzen gehegt und dadurch dem Satan Raum gegeben habe. (Eph 4,26-27)
38. Weil ich Opfergaben gegeben habe, ohne anderen aufrichtig zu vergeben. (Mt 5,24)
39. Weil ich Gutes unterlassen habe, obwohl ich um die Not anderer wusste. (Jak 4,17 / 1 Joh 3,17)
40. Weil ich mich geschämt habe, Jesus als meinen Herrn zu bekennen. (Lk 12,9 / 2 Tim 1,8)
41. Weil ich mein Herz durch böse Begierden der Sünde übergeben habe. (Jak 1,15)
42. Weil ich der Sünde Gelegenheit gab, indem ich die Begierde des Fleisches, der Augen und des Besitzes nicht kontrolliert habe. (1 Joh 2,16)
43. Weil ich ein Sklave lüsterner Gedanken bin, aufgrund pornografischer Bücher, Bilder, Filme.  
(Sir 23,5)
44. Weil ich mich nicht von Personen mit leichtem Lebenswandel / Prostituierten ferngehalten habe. (Spr 2,16)
45. Weil ich meinen Körper, den Tempel Gottes, durch Sünden verunreinigt habe, z.B. durch Selbstbefriedigung, Homosexualität, Sex mit Tieren, Ehebruch. (Gen 18,19 / 1 Kor 6,9-19 / Lev 18,23)
46. Weil ich nicht die Gesellschaft meide, die mich zu schlechten Gewohnheiten führt. (Sir 11,33)
47. Weil ich mein Leben durch Gefräßigkeit und Trunkenheit zerstöre. (Lk 21,34 / Sir 31,20)
48. Weil ich die Einheit und Heiligkeit der Ehe durch außer- und vorehelichen Sex nicht in Ehren gehalten habe. (Hebr 13,4)
49. Weil ich meinen Geist durch Zerstreuung, Trunkenheit und Alltagsorgen geschwächt habe.  
(Lk 21,34)
50. Weil ich Kinder außerhalb der Ehe gezeugt habe. (Weish 3,16)
51. Weil ich die gottgegebene Sexualität missbraucht habe. (Gen 1,27-28 / 38, 9-10)
52. Weil ich durch maßlose Zinsen Reichtum angehäuft habe. (Spr 28,8)
53. Weil ich durch falsche Gewichte und Waagen betrogen habe. (Spr 20,23)
54. Weil ich Arme durch Schwarzmarkt und Zurückhalten von Waren (Preiserhöhung) geschadet habe. (Amos 8,1-5)
55. Weil ich Grenzsteine verschoben habe und in den Besitz von Waisen eingedrungen bin.  
(Spr 23,10)

56. Weil ich Arbeitern ihren verdienten Lohn nicht zur rechten Zeit gegeben habe. (Tob 4,14)
57. Weil ich wegen eines Bestechungsgeldes den Schuldigen freigesprochen und den Unschuldigen um sein Recht gebracht habe. (Jes 5,23)
58. Weil ich den Armen nicht entsprechend meiner Möglichkeiten geholfen habe. (Tob 4,8)
59. Weil ich ohne Grund an anderen etwas auszusetzen habe. (Lk 6,37)
60. Weil ich deinen Geboten und Gesetzen nicht gehorcht habe. (Ex 20,1)
61. Weil ich weiter an Sünden festhalte, nachdem ich die Wahrheit von Jesus und seiner Lehre erkannt habe. (Hebr 10,26)
62. Weil ich den ehelichen Pflichten nicht nachgekommen bin. (1 Kor 7,3)
63. Weil ich die gesetzlich festgelegten Steuern nicht gezahlt habe. (Röm 13,6)
64. Weil ich Gott betrogen habe, indem ich den Zehnten (10% des Einkommens) nicht gegeben habe. (Mal 3,8-10)
65. Weil ich Klatschgeschichten über andere und kleine Kinder verbreitet habe. (Mt 18,6)
66. Weil ich schamlose Kleidung trage, die andere verführen kann. (Dtn 22,5)
67. Weil ich durch das fehlende Gebet vor und nach dem Essen Gottes Ehre nicht gesucht habe. (1 Kor 10,31)

## **Gewissensprüfung durch die zehn Gebote (KKK 2052 – 2557)**

### **1. Gebot: Du sollst neben mir keine Götter haben.**

#### **Ich bin der Herr, dein Gott (Ex 20,2)**

1. Verehrung von Idolen bei Festivals und anderen Gelegenheiten. Falsche Götter anbeten und ihnen opfern, um übernatürlichen Segen und Wohlwollen zu erhalten, nachdem ich Jesus Christus kennen gelernt habe.
2. Anbetung und Vergötterung von Filmstars, Sportlern und politischen Führern.
3. Unfähigkeit, an den Einen Wahren Gott, den Vater – Sohn – Heiligen Geist, zu glauben und ihn anzubeten.
4. Statt Gott, dem Reichtum und der Arbeit den Vorrang im Leben geben.
5. Den beständigen Wunsch haben, die Zukunft durch Horoskope und Handlesen zu erfahren – wann immer die Möglichkeit dazu besteht.
6. Suche nach übernatürlichem Segen durch schwarze Magie, Okkultismus, Satansanbetung, esoterische und andere abergläubische Praktiken, nachdem ich Jesus Christus kennen gelernt habe.

#### **Du sollst dir kein Gottesbild machen. (Ex 20,4)**

1. Opfertgaben vor Statuen mit einer anbetenden Haltung, um deren Gunst zu erhalten.
2. Heldenverehrung, Ansehen, Prestige, Reichtum, Besitz, Sehnsucht nach menschlicher Würdigung, Wunsch nach Ruhm, das eigene Ego verwöhnen, Sturheit, Stolz, schwelgen in schlechten Gewohnheiten z.B. Glücksspiel, Trinken, sexuelle Vergnügungen, Essen, Rauchen und andere Süchte. Andere Personen wichtiger als Gott behandeln z.B. Filmstars, Ehepartner, Kinder, ... als Vorbilder in unserem Leben.

### **2. Gebot: Du sollst den Namen des Herrn, deines Gottes, nicht missbrauchen. (Ex 20,7)**

1. Gemachte Versprechen vor dem Einen Wahren Gott nicht einhalten.
2. Schwören im Namen Gottes bei Streitfragen.
3. Oftmaliges Fluchen aufgrund von Wutanfällen.
4. Den Namen Gottes ohne Achtung gebrauchen.
5. Gotteslästerung, Sakrilegien, Abfall von Gott sind Sünden gegen das zweite Gebot.
6. Mangelnde Achtung und Verehrung von religiösen Orten.
7. Missbrauch von Personen, die dem Dienst Gottes geweiht sind.
8. Entweihung von Orten, die der Anbetung geweiht sind.
9. Mangelnde Achtung gegenüber der Bibel, heiligen Büchern, Statuen, frommen Gegenständen.
10. Die von Gott und der Kirche gebotenen Fasttage nicht einhalten.

**3. Gebot: Gedenke des Sabbats: Halte ihn heilig. (Ex 20,8)**

1. Keine Teilnahme an der sonntäglichen Eucharistiefeier und den anderen gebotenen Tagen.
2. Die Heilige Kommunion beschämt und widerwillig empfangen.
3. An der Heiligen Messe und der Heiligen Kommunion vorsätzlich in unwürdiger Weise teilnehmen.
4. Am Sonntag und anderen gebotenen Festtagen gewinnbringenden Geschäften nachgehen oder Veranlassen, dass andere an diesen Tagen arbeiten müssen.  
(wenn aufgrund der Sonntagsarbeit die göttliche Verehrung fehlt.)
5. Den Tag des Herrn ungenutzt und ziellos verbringen in Freizeit und Luxus.

**4. Gebot: Ehre Vater und Mutter. (Ex 20,12)**

1. Verachtung der Eltern aufgrund ihrer Unwissenheit und fehlenden Bildung.
2. Gegenüber den Eltern nachtragend sein, weil sie mir in der Kindheit nicht genug Liebe gezeigt haben.
3. Die betagten Eltern missachten, indem man sich wegen seiner vielen Arbeit entschuldigt.
4. Hassgefühl und mangelndes Interesse an Eltern und Lehrern, wenn diese belehren oder schimpfen.
5. Abschieben der Eltern und Alten, weil man befürchtet, damit die eigene Freiheit einzuschränken.
6. Die Eltern schlecht behandeln, nachdem man deren Reichtum und Besitz erhalten hat.

**5. Gebot: Du sollst nicht morden. (Ex 20,13)**

1. Missbrauch von Alkohol und Drogen.
2. Andere, die du nicht magst, durch scharfe unfreundliche Worte verletzen.
3. Hass in sich hegen.
4. Rufmord durch Klatsch und falsche Aussagen.
5. Andere in Gedanken verfluchen mit einem Herzen der Unversöhntheit.
6. Abtreibung und andere zur Abtreibung ermutigen.
7. Selbstmord und Beihilfe zum Selbstmord.
8. Euthanasie (direkte Sterbehilfe)

**6. Gebot: Du sollst nicht die Ehe brechen. (Ex 20,14)**

1. Selbstbefriedigung mit dem Gedanken, dies sei besser als Ehebruch.
2. Pornografische Filme, Bilder und Bücher kaufen, behalten, sich damit vergnügen und verteilen.
3. Sexueller Missbrauch von Kindern.
4. Andere zu sexuellen Unsittlichkeiten antreiben und dazu ermutigen.
5. Andere mit sexuellem Verlangen anschauen und Ehebruch in Gedanken begehen.
6. Missbrauch moderner Medien (TV, Internet, Telefon)
7. Gebrauch von Verhütungsmitteln, ausgenommen der natürlichen Verhütungsmethoden.
8. Sexuelle Beziehung mit Tieren.
9. Alle sexuellen Vergnügungen – außerhalb der ehelichen Gemeinschaft – sind eine Verletzung des 6. Gebotes.

**7. Gebot: Du sollst nicht stehlen. (Ex 20,15)**

1. Unverschämt hohe Zinsen berechnen.
2. Geben oder Nehmen von Bestechungsgeld, um unverdienten Nutzen daraus zu ziehen.
3. Reisen in Bus oder Zug ohne Fahrschein.
4. Gewichte und Maße manipulieren. Preise erhöhen, wegen schlechter Umstände.
5. Verfälschte Ware verkaufen.
6. Steuerhinterziehung.
7. Produktpiraterie. Ideen, Produkte kopieren, ohne sich darüber Gedanken zu machen.

**8. Gebot: Du sollst nicht falsch gegen deinen Nächsten aussagen. (Ex 20,16)**

1. Ein falsches Zeugnis vor Gericht geben, um finanziellen Gewinn zu erzielen, um andere zu schikanieren, um sich an Gegnern zu rächen.
2. Ehen spalten aufgrund falscher Aussagen.
3. Durch Schmeichelei Vorteile erreichen.
4. Geld erpressen durch die Drohung, persönliche Geheimnisse bekannt zu machen.
5. Arbeiter entlassen durch falsche Anschuldigungen.

**9. Gebot: Begehre nicht deines Nächsten Frau. (Ex 20,17)**

1. Wunsch nach sexuellen Vergnügungen mit anderen als dem legitimen Lebenspartner.
2. Beziehung mit dem zukünftigen Lebenspartner einer anderen Person haben.
3. Sexueller Missbrauch von Personen aufgrund falsch gemachter Versprechungen und Hoffnungen.
4. Unheilige Beziehungen mit dem Lebenspartner eines anderen beibehalten.

**10. Gebot: Begehre nicht deines Nächsten Gut. (Ex 20,17)**

1. Ungerecht erhaltenen Besitz behalten.
2. Den Besitz anderer an sich reißen, durch Manipulation von Dokumenten oder Erstellen von falschen Dokumenten.
3. Das Eigentum anderer oder öffentliches Eigentum zerstören.
4. Verantwortungslos mit dem Besitz anderer umgehen.
5. Darlehen und Schulden nicht rechtzeitig zurückzahlen.
6. Gefundene Dinge, die verloren wurden, nicht zurückgeben.
7. Die gesetzliche Regelung der Rückerstattung nicht einhalten.

- „Mein Sohn, hast du gesündigt, tu es nicht wieder und bete wegen deiner früheren Sünden!“ (Sir 21,1)
- „Mein Sohn, vergiss meine Lehre nicht, bewahre meine Gebote in deinem Herzen! Denn sie vermehren die Tage und Jahre deines Lebens und bringen dir Wohlergehen.“ (Spr 3,1-2)

**Gewissensprüfung für die Diener des Wortes Gottes**

1. Sehe ich Jesus in allen Menschen auf mich zukommen?
2. Bin ich die Antwort von Jesus, in allen Situationen und Beziehungen? Bin ich ein anderer Christ?
3. Bin ich treu in meinem Dienst?
4. Habe ich mich bemüht, meinen Dienst zu verbessern? Ist es mir gelungen?
5. Praktiziere ich, was ich predige? (Röm 2,21-24)
6. Enthülle ich Geheimnisse anderer, die ich durch meinen Dienst erfahren habe?
7. Suche ich persönlichen Gewinn und Vorteile außerhalb meines Dienstes?
8. Schätze ich meine Mitbrüder und meine Mitarbeiter?
9. Habe ich den Dienst anderer herabgesetzt?
10. War ich respektlos gegenüber den Sakramenten? Gebe ich frommen Artikeln und religiösen Orten den nötigen Respekt? Gehe ich mit der Bibel ehrfürchtig und respektvoll um? Halte ich Heilige Orte und Gegenstände sauber und ordentlich?
11. Schade ich meine Mitbrüder durch negative Kritik, Verleumdung, Klatsch, Unbeherrschtheit und Eifersucht, durch Ungehorsam gegenüber dem Wort Gottes und den Vorgesetzten? Schade ich jemanden durch Wort oder Tat?
12. Werde ich ewige Belohnung für meinen Dienst erhalten?
13. Bin ich verbittert? „Du hast weder einen Anteil daran noch ein Recht darauf, denn dein Herz ist nicht aufrichtig vor Gott. Denn ich sehe dich voll bitterer Galle und Bosheit.“ (Apg 8,21.23)
14. Halte ich am Hass fest?  
„Seht zu, dass keine bittere Wurzel wächst und Schaden stiftet und durch sie alle vergiftet werden“ (Hebr 12,15)

15. Bin ich eifersüchtig? Als Saul eifersüchtig wurde auf David, entfernte sich der Heilige Geist von ihm und er war beherrscht von einem bösen Geist, den Gott sandte. (vgl. 1 Sam 18,10)
16. Habe ich ungesetzliche Beziehungen zu anderen? Das Buch der Richter hat ein Beispiel durch die Geschichte von Samson gegeben. Samson hatte eine Liebesaffäre mit der Philisterin Delilah. Dadurch verlor er sein Haar, sein Leben, seine Augen und seine Charismen. (vgl. Richter 16,4ff)
17. Konsumiere ich zu viel Alkohol? „Berauscht euch nicht mit Wein – das macht zügellos –, sondern lasst euch vom Geist erfüllen.“ (Eph 5,18). Beide Geister können nicht miteinander arbeiten. Gutes und Böses kann nicht nebeneinander bestehen.
18. Bin ich bereit zu vergeben? Wenn ich nicht von Herzen vergeben kann, wird mein Gebet nicht erhört oder aufgeschoben werden. (Mk 11,24-25)
19. Bin ich schwatzhaft? Die Absichten von Geist und Herz sind nur Gott und einer begrenzten Anzahl von Erzengeln bekannt. Durch Verleumdung und Klatsch kann der böse Geist leicht von mir Besitz ergreifen, denn das gesprochene Wort macht meine Absicht bekannt.
20. Zerstöre ich den guten Ruf von Mitbrüdern? (Richten anderer). „Darum bist du unentschuldigbar – wer du auch bist, Mensch –, wenn du richtest. Denn worin du den anderen richtest, darin verurteilst du dich selber, da du, der Richtende, dasselbe tust. Wir wissen aber, dass Gottes Gericht über alle, die solche Dinge tun, der Wahrheit entspricht. Meinst du etwa, du könntest dem Gericht Gottes entrinnen, wenn du die richtest, die solche Dinge tun, und dasselbe tust wie sie?“ (Röm 2,1-3)
21. Nehme ich teil bzw. helfe ich bei der Verbreitung von Satansanbetung, schwarzer Magie, Hexerei, Götzendienst usw., um übernatürlichen Segen zu empfangen? Die Liebe zu Geld und Komfort ist Götzendienst (vgl. Kol 3,5)
22. Habe ich Sünden gegen den Heiligen Geist?
  - a) Depressionen oder Hoffnungslosigkeit: Zu denken: „Was immer ich tue – ich werde nie Gottes Segen in meinem Leben erhalten.“
  - b) Falsche Anmaßung: Zu versuchen in den Himmel zu kommen, ohne gute Werke zu verrichten.
  - c) Die Wahrheit ablehnen: Die Wahrheit kennen, sie aber nicht anerkennen. Jesus und Sein Wort sind die Wahrheit.
  - d) Eifersucht: Bin ich auf jemanden eifersüchtig, weil ich denke, dass mich diese Person um meinen Vorteil und Fortschritt beraubt hat?
  - e) Mangelnde Reue: All das genannte trägt zu mangelnder Reue bei und ist eine Sünde gegen den Heiligen Geist. Wenn jemand selbst im letzten Moment bereut, wird ihm vergeben werden. Gibt es keine Reue, selbst im letzten Moment, kann die Seele nicht gerettet werden.
  - f) Den Heiligen Geist verdrängen und betrüben, indem ich Ihn nicht anerkenne und es ablehne, mit Ihm zusammenzuarbeiten. (Eph 4,30-32)
  - g) Das Recht haben zu sündigen: Manche Menschen glauben, dass sie das Recht haben zu sündigen und verbleiben in ihren Sünden. Auch das ist eine Sünde gegen den Heiligen Geist.
  - h) Bin ich eigensinnig und stur gegenüber dem Heiligen Geist? (Apg 7,51)
23. Bin ich intolerant? Der Hl. Paulus sagt zu den Korinthern: Ertragt einander und schlichtet alle Streitfragen, bevor ihr zu Gericht zieht. (1 Kor 6,1-8)
24. Bedarf ich der Heilung meiner inneren Wunden und der negativen Erfahrungen? Wenn jemand fortwährend seine inneren Wunden und negativen Erfahrungen nährt, wird dies seine Charismen beeinflussen.
25. Halte ich fest an meinen Sünden? Alle Verfehlungen nehmen die gegebenen Charismen hinweg. Der Lohn der Sünde ist der Tod. Die ewigen Charismen, als freies Geschenk Gottes, sterben ab und mein Dienst wird wirkungslos, wenn ich an der Sünde festhalte.
26. Wie gehe ich mit den Wunden der Kinder Gottes um? Wenn jemand verantwortungslos mit den Wunden der Menschen umgeht, wird sein Dienst ruiniert sein. „Darum gebe ich ihre Frauen an Fremde, ihre Felder an Eroberer. Sind sie doch alle, vom Kleinsten bis zum Größten, nur auf Gewinn aus; vom Propheten bis zum Priester betrügen sie alle. Den Schaden der Tochter, meines Volkes, möchten sie leichthin heilen, indem sie rufen: Heil, Heil! Aber kein Heil ist da. Schämen müssten sie sich, weil sie Gräueltaten verüben. Doch sie schämen sich nicht; Scham ist

- ihnen unbekannt. Deshalb müssen sie fallen, wenn die anderen fallen. Sobald ich sie zur Rechenschaft ziehe, werden sie stürzen, spricht der Herr.“ (Jer 8,10-12)
27. Bin ich bereit, meine Sünden aufzugeben und den Dienst mit zehnfachem Eifer fortzuführen? Wenn jemand von der Gnade abgefallen ist und nicht mit zehnfachem Eifer umkehrt, wird er durch Krankheit und Unheil zerstört werden. Kehrt er um, wird er gesegnet sein. „Wie euer Sinn auf den Abfall von Gott gerichtet war, so zeigt nun zehnfachen Eifer, umzukehren und ihn zu suchen. Er, der über euch das Unheil gebracht hat, wird mit eurer Rettung euch ewige Freude bringen.“ (Bar 4,28-29)
28. Wie nähere ich meine Schafe? Wenn der Diener (Hirte) darin fehlt, das Wort Gottes den Menschen zu geben, wird ihm der Dienst weggenommen. „Das Wort des Herrn erging an mich: Menschensohn, sprich als Prophet gegen die Hirten Israels, sprich als Prophet und sag zu ihnen: So spricht Gott, der Herr: Weh den Hirten Israels, die nur sich selbst weiden. Müssen die Hirten nicht die Herde weiden? Ihr trinkt die Milch, nehmt die Wolle für eure Kleidung und schlachtet die fetten Tiere; aber die Herde führt ihr nicht auf die Weide. Die schwachen Tiere stärkt ihr nicht, die kranken heilt ihr nicht, die Verletzten verbindet ihr nicht, die Verscheuchten holt ihr nicht zurück, die Verirrten sucht ihr nicht und die Starken misshandelt ihr. Und weil sie keinen Hirten hatten, zerstreuten sich meine Schafe und wurden eine Beute der wilden Tiere. Meine Herde irrte auf allen Bergen und Höhen umher und war über das ganze Land verstreut. Doch keiner kümmerte sich um sie; niemand suchte sie. Darum ihr Hirten, hört das Wort des Herrn: So wahr ich lebe – Spruch Gottes, des Herrn: Weil meine Herde geraubt wurde und weil meine Schafe eine Beute der wilden Tiere wurden – denn sie hatten keinen Hirten – und weil meine Hirten nicht nach meiner Herde fragten, sondern nur sich selbst und nicht meine Herde weideten, darum, ihr Hirten hört das Wort des Herrn: So spricht Gott, der Herr: Nun gehe ich gegen die Hirten vor und fordere meine Schafe von ihnen zurück. Ich setze sie ab, sie sollen nicht mehr die Hirten meiner Herde sein. Die Hirten sollen nicht länger nur sich selbst weiden: Ich reiße meine Schafe aus ihrem Rachen, sie sollen nicht länger ihr Fraß sein.“ (Ez 34,1-10)
29. Bin ich aufrecht und standhaft in meinem Verhalten? Ein Geistlicher muss ein heiliges Leben führen. „Denn ein Bischof muss unbescholten sein, weil er das Haus Gottes verwaltet; er darf nicht überheblich und jähzornig sein, kein Trinker, nicht gewalttätig oder habgierig. Er soll vielmehr das Gute lieben, er soll gastfreundlich sein, besonnen, gerecht, fromm und beherrscht. Er muss ein Mann sein, der sich an das wahre Wort der Lehre hält; dann kann er mit der gesunden Lehre die Gemeinde ermahnen und die Gegner widerlegen.“ (Tit 1,7-9)
30. Lege ich Wert auf geistliche Disziplin? Ein Geistlicher sollte auf die geistliche Disziplin anderer bestehen. „Dieses Wort ist glaubwürdig, und ich will, dass du dafür eintrittst, damit alle, die zum Glauben an Gott gekommen sind, sich nach Kräften bemühen, das Gute zu tun. So ist es gut und für alle Menschen nützlich.“ (Tit 3,8)
31. Halte ich täglich Fürbitte für meine Schafe? Die Fürbitte bringt Wohlergehen im Leben. Das Unterlassen der Fürbitte nimmt das damit verbundene Wohlergehen hinweg. „Der Herr wendete das Geschick Hiobs, als er für seinen Nächsten Fürbitte einlegte; und der Herr mehrte den Besitz Hiobs auf das Doppelte.“ (Hiob 42,10). Die Fürbitte ist die Hauptpflicht eines Pfarrers (1 Tim 2,1-3). Jesus hielt Fürbitte für alle. (Röm 8,34 / Hebr 7,25).
32. Bin ich ungehorsam gegenüber der Botschaft Gottes? Ein Geistlicher, der den Willen Gottes erkannt hat, aber entschlossen anders handelt, steht vor seiner Zerstörung. Ein Geistlicher, der sündigt, ohne dies zu korrigieren, wird wie Jonas über Bord geworfen. (vgl. Jona 1,4-13)
33. Ärgere ich mich über Gott? Ein Geistlicher hat nicht das Recht, mit Gott ärgerlich zu sein. „Und als die Sonne aufging, schickte Gott einen heißen Ostwind. Die Sonne stach Jona auf den Kopf, sodass er fast ohnmächtig wurde. Da wünschte er sich den Tod und sagte: Es ist besser für mich zu sterben als zu leben. Gott aber fragte Jona: Ist es recht von dir, wegen des Rizinusstrauches zornig zu sein? Er antwortete: Ja, es ist recht, dass ich zornig bin und mir den Tod wünsche. Darauf sagte der Herr: Dir ist es leid um den Rizinusstrauch, für den du nicht gearbeitet und den du nicht großgezogen hast. Über Nacht war er da, über Nacht ist er eingegangen.“ (Jona 4,8-10)
34. Gehe ich ungerechte Kompromisse ein? Ein Geistlicher soll keine moralischen Werte aufgeben. In dem Moment, wo er seine moralischen Werte für Geld oder Materielles aufgibt, wird er

- bestraft und sein Dienst wird fruchtlos für lange Zeit. Als Abraham seine Frau Sara dem Pharao überließ, blieb Sara bis zum Alter von 90 Jahren unfruchtbar. (vgl. Gen 12,10)
35. Verlasse ich mich in meinem Dienst ausschließlich auf meine eigene Weisheit und meine wissenschaftlichen Erkenntnisse? Die Arbeit um das Seelenheil, welche auf menschlicher Vernunft und Weisheit gründet, entfernt den Geistlichen für lange Zeit von seinem Dienst. Z.B.: Moses kannte den Willen Gottes hinsichtlich seiner Arbeit und Mission unter den Israeliten. Aufgrund menschlicher Weisheit tötete er einen Ägypter, um einen Juden zu retten. Er nutzte die menschliche Erkenntnis und Vernunft, um die streitenden Hebräer zu versöhnen. Diese Arbeitsweise brachte ihn weg von seinem Dienst in die Wildnis für 40 Jahre. (vgl. Ex 2,11-35)
36. Bin ich daran interessiert, die verlorenen Schafe wieder zu finden? Bin ich ein guter Hirte, wie Jesus? (vgl. Lk 15,1-7)
37. Liebst du Jesus Christus mehr als andere ihn lieben? Jesus Christus stellte diese Frage Petrus. Und Petrus antwortete: „Ja, Herr, du weißt, dass ich dich liebe.“ Dann sagte Jesus zu ihm: „Weide meine Schafe!“ (Joh 21,15-17). Der Fortschritt des Dienstes eines Pfarrers ist abhängig von der Liebe, die er gegenüber dem Herrn hat und von der Liebe gegenüber den Schafen, welche Jesus am meisten liebt.
38. Wie heilig ist mein Leben? Geistliche sollten in ihrem Dienst von heute an ein heilig mäßiges Leben führen, als Buße für alle Versäumnisse und Schwächen in ihrem bisherigen Dienst.
39. **Priesterlicher Dienst**  
Ich gebe euch Hirten nach meinem Herzen; mit Einsicht und Klugheit werden sie euch weiden (Jer 3,15)  
Die Lippen des Priesters bewahren Erkenntnis. Er ist der Bote des Herrn. (Mal 2,7)
40. **Priesterliche Pflichten**  
**2. Vat. Konzil, Dekret über Leben und Dienst der Priester, 4**  
Das Volk Gottes wird an erster Stelle geeint durch das Wort des lebendigen Gottes, das man mit Recht vom Priester verlangt. Da niemand ohne Glaube gerettet werden kann, ist die erste Aufgabe der Priester als Mitarbeiter der Bischöfe allen die frohe Botschaft Gottes zu verkünden, um so in der Erfüllung des Herrenauftrags: "Gehet hin in alle Welt, und verkündet das Evangelium allen Geschöpfen" (Mk 16,15), das Gottesvolk zu begründen und zu mehren. Durch das Heilswort wird ja der Glaube, durch den sich die Gemeinde der Gläubigen bildet und heranwächst, im Herzen der Nichtgläubigen geweckt und im Herzen der Gläubigen genährt, wie der Apostel sagt: "Der Glaube kommt aus der Predigt, die Predigt aber durch Christi Wort" (Röm 10,17).

### **2. Vat. Konzil, Dekret über Leben und Dienst der Priester, 9**

Wenngleich die Priester des Neuen Bundes aufgrund des Weihesakramentes das so überaus hohe und notwendige Amt des Vaters und Lehrers im Volk und für das Volk Gottes ausüben, so sind sie doch zusammen mit allen Christgläubigen Jünger des Herrn, die dank der Berufung durch Gott seines Reiches teilhaftig geworden sind. Mit allen nämlich, die wiedergeboren sind im Quell der Taufe, sind die Priester Brüder unter Brüdern, da sie ja Glieder ein und desselben Leibes Christi sind, dessen Auferbauung allen anvertraut ist. Die Priester müssen also ihr Leitungsamt so ausüben, dass sie nicht das ihre, sondern die Sache Jesu Christi suchen. Sie müssen mit den gläubigen Laien zusammenarbeiten und in deren Mitte dem Beispiel des Meisters nachleben, der zu den Menschen "nicht kam, sich bedienen zu lassen, sondern zu dienen und sein Leben hinzugeben als Lösepreis für viele" (Mt 20,28). Die Priester sollen die Würde der Laien und die bestimmte Funktion, die den Laien für die Sendung der Kirche zukommt, wahrhaft anerkennen und fördern. Sie mögen auch mit Bedacht die gebührende Freiheit, die allen im bürgerlichen Bereich zusteht, achten. Sie sollen gern auf die Laien hören, ihre Wünsche brüderlich erwägen und ihre Erfahrung und Zuständigkeit in den verschiedenen Bereichen des menschlichen Wirkens anerkennen, damit sie gemeinsam mit ihnen die Zeichen der Zeit verstehen können. Sie sollen die Geister prüfen, ob sie aus Gott sind, und die vielfältigen Charismen der Laien, schlichte wie bedeutendere, mit Glaubenssinn aufspüren, freudig anerkennen und mit Sorgfalt hegen. Unter den Gaben Gottes, die sich reichlich bei den

Gläubigen finden, verdienen die eine besondere Pflege, die nicht wenige zu einem intensiveren geistlichen Leben anspornen. Ebenso sollen sie vertrauensvoll den Laien Ämter zum Dienst in der Kirche anvertrauen, ihnen Freiheit und Raum zum Handeln lassen, ja sie sogar in kluger Weise dazu ermuntern, auch von sich aus Aufgaben in Angriff zu nehmen. Endlich leben die Priester mitten unter den Laien, um alle zur Einheit in der Liebe zu führen, "indem sie in Bruderliebe einander herzlich zugetan sind, an Ehrerbietung einander übertreffen" (Röm 12,10). Ihre Aufgabe ist es darum, die verschiedenen Meinungen so in Einklang zu bringen, dass niemand sich in der Gemeinschaft der Gläubigen fremd fühlt. Sie sind die Verfechter des gemeinsamen Wohls, für das sie im Namen des Bischofs Sorge tragen, und zugleich die entschiedenen Verteidiger der Wahrheit, damit die Gläubigen nicht von jedem Wind der Lehre hin und her getrieben werden. Ihrer besonderen Sorge sind die anvertraut, die die Sakramente nicht mehr empfangen, ja vielleicht sogar vom Glauben abgefallen sind; sie werden es nicht unterlassen, als gute Hirten gerade auch ihnen nachzugehen. Im Blick auf die Bestimmungen über den Ökumenismus werden sie auch die Brüder nicht vergessen, die nicht in voller kirchlicher Gemeinschaft mit uns stehen. Nicht zuletzt werden sie auch alle diejenigen sich anvertraut wissen, die Christus nicht als ihren Erlöser anerkennen. Die Christgläubigen aber sollen sich bewusst sein, dass sie ihren Priestern gegenüber in Schuld stehen. Darum mögen sie diesen als ihren Hirten und Vätern in Kindesliebe verbunden sein. Sie sollen an den Sorgen und Nöten ihrer Priester Anteil nehmen und ihnen durch Gebet und Tat nach Kräften helfen, dass sie ihre Schwierigkeiten leichter überwinden und erfolgreicher ihre Aufgaben erfüllen können.

### **Die Feier des Stundengebets**

Can. 1173 — In Erfüllung des priesterlichen Dienstes Christi feiert die Kirche das Stundengebet; sie hört dabei auf Gott, der zu seinem Volk spricht, und begehrt das Gedächtnis des Heilsmysteriums; sie lobt ihn ohne Unterlass in Gesang und Gebet und tritt bei ihm ein für das Heil der ganzen Welt.

Can. 1174 — § 1. Die Kleriker sind nach Maßgabe von can. 276, § 2, n. 3 verpflichtet, das Stundengebet zu verrichten, die Mitglieder aber der Institute des geweihten Lebens und der Gesellschaften des apostolischen Lebens nach Maßgabe ihrer Konstitutionen.

§ 2. Zur Teilnahme am Stundengebet als einem Handeln der Kirche werden auch die übrigen Gläubigen je nach den Umständen nachdrücklich eingeladen.

Can. 1175 — Bei der Feier des Stundengebets soll nach Möglichkeit die wirkliche Zeit der einzelnen Hore eingehalten werden.

### **Hauptpunkte**

- Gesinnung einer katholischen Familie – Familiengebete – kanonisches Gebete
- Treue – zur Lehre der Kirche und zur Bibel
- Geist des Dialogs
- Geist der Versöhnung
- Geist der Evangelisierung zum Nutzen anderer

### **Die Pflege einer brüderlichen Liebe unter den Priestern**

Can. 275 — § 1. Da alle Kleriker zu einem einzigen Werk zusammenwirken, nämlich zum Aufbau des Leibes Christi, haben sie im Band der Brüderlichkeit und des Gebetes untereinander eins zu sein und nach den Vorschriften des Partikularrechts die Zusammenarbeit untereinander zu pflegen.

## Hauptsünden (KKK 1866)

### 1. Stolz

- „Ein Gräuel ist dem Herrn jeder Hochmütige, er bleibt gewiss nicht ungestraft.“ (Spr 16,5)
- Ein stolzer Mensch gibt Gott nicht den ersten Platz. Sein Geist konzentriert sich auf seine Fähigkeiten und alles Erreichte. Alles dreht sich um ihn selbst und er vergisst Gott, seinen Schöpfer. Stolz entfernt von Gott. „Er darf kein Neubekehrter sein, sonst könnte er hochmütig werden und dem Gericht des Teufels verfallen.“ (1 Tim 3,6)
- „Gott tritt den Stolzen entgegen, den Demütigen aber schenkt er seine Gnade.“ (Jak 4,6)

### 2. Habsucht

- Das Wort Gottes warnt uns, dass sich Gier in Götzendienst verwandelt.  
„Darum tötet, was irdisch an euch ist: die Unzucht, die Schamlosigkeit, die Leidenschaft, die bösen Begierden und die Habsucht, die ein Götzendienst ist.“ (Kol 3,5)
- „Ermahne die, die in dieser Welt reich sind, nicht überheblich zu werden und ihre Hoffnung nicht auf den unsicheren Reichtum zu setzen, sondern auf Gott, der uns alles reichlich gibt, was wir brauchen.“ (1 Tim 6,17)
- Unser Herr Jesus Christus sagt:  
„Gebt Acht, hütet euch vor jeder Art von Habgier. Denn der Sinn des Lebens besteht nicht darin, dass ein Mensch aufgrund seines großen Vermögens im Überfluss lebt.“ (Lk 12,15)
- „Gebt lieber, was in den Schüsseln ist, den Armen, dann ist für euch alles rein.“ (Lk 11,41)

### 3. Neid

- „Neid und Ärger verkürzen das Leben, Kummer macht vorzeitig alt.“ (Sir 30,24)
- Rost am Eisen, parasitäre Pflanzen in Bäumen und Neid und Zorn im Geist wirken alle gleich. Wut und Eifersucht sind Parasiten, die langsam den Seelenfrieden verschlingen.
- „Ein gelassenes Herz bedeutet Leben für den Leib, doch Knochenfraß ist die Leidenschaft.“ (Spr 14,30)

### 4. Trägheit

- Spr 15,19 spricht über die Faulheit.  
„Wer lässig ist bei seiner Arbeit, ist schon ein Bruder des Mörders.“ (Spr 18,9)
- Zeit ist ein großes Geschenk Gottes. Wir müssen die Zeit für Gottes Angelegenheiten und zum Nutzen anderer einsetzen. Ein fauler Geist ist die Werkstatt des Teufels.
- Faule Menschen werden leicht lustvollen Gedanken ausgesetzt. Satan nutzt diese Situation aus. Der Hl. Paulus drängt uns dazu, die Müßiggänger zu ermahnen.  
„Wir ermahnen euch Brüder: Weist die zurecht, die ein unordentliches Leben führen, ermutigt die Ängstlichen, nehmt euch der Schwachen an, seid geduldig mit allen!“ (1 Thes 5,14)
- Das Wort Gottes sagt:  
„Wer nicht arbeiten will, soll auch nicht essen.“ (2 Thes 3,10)  
„Da kommt schon die Armut wie ein Strolch über dich, die Not wie ein zudringlicher Bettler.“ (Spr 24,33-34)
- Eltern sollten ihre Kinder davon überzeugen, kein TV zu sehen, wenn sie studieren sollen. Das bedeutet nicht, dass körperliche und geistige Vergnügungen gänzlich ausgeschlossen sind. Doch Trägheit führt uns zu verschiedenen Sünden.
- „Einem beschmutzten Stein gleicht der Faule, jeder ruft Pfui, weil er ekelhaft ist“ (Sir 22,1-2)
- Chancen warten auf niemanden. Wenn die Schüler ihre Zeit in Erholung und Unterhaltung verbringen, statt zu studieren, müssen sie vielleicht den guten alten Zeiten, die verloren sind, nachtrauern. Es ist selten, dass ein Müßiggänger Erfolg im Leben hat.

## 5. Zorn

- Es gibt keine Rechtfertigung für unvernünftigen Zorn. Zorn führt zur Sünde. Darum sagt der Hl. Paulus: „Lasst euch durch den Zorn nicht zur Sünde hinreißen! Die Sonne soll über eurem Zorn nicht untergehen.“ (Eph 4,26-27)
- Wir lesen im Buch Jesus Sirach: „Groll und Zorn, auch diese sind abscheulich, nur der Sünder hält daran fest.“ (Sir 27,30)
- Das Buch der Sprichwörter sagt:  
„Ein hitziger Mensch erregt Zank, ein langmütiger besänftigt den Streit.“ (Spr 15,18)
- „Ich aber sage euch: Jeder, der seinem Bruder auch nur zürnt, soll dem Gericht verfallen sein; und wer zu seinem Bruder sagt: Du Dummkopf!, soll dem Spruch des Hohen Rates verfallen sein; wer aber zu ihm sagt: Du (gottloser) Narr!, soll dem Feuer der Hölle verfallen sein.“ (Mt 5,22)

## 6. Unkeuschheit

- KKKK 491. In welcher Weise sind alle berufen, in Keuschheit zu leben?  
(KKK 2348-2350, 2394)  
In der Nachfolge Christi, der das Vorbild der Keuschheit ist, sind alle berufen, ihrem jeweiligen Lebensstand entsprechend ein keusches Leben zu führen: die einen in der Jungfräulichkeit oder in der gottgeweihten Ehelosigkeit, die eine hervorragende Weise ist, sich leichter mit ungeteiltem Herzen Gott hinzugeben; die anderen, die verheiratet sind, indem sie die eheliche Keuschheit leben; und die Unverheirateten, indem sie enthaltsam leben.
- KKKK 492. Welche Hauptsünden gegen die Keuschheit gibt es?  
(KKK 2351-2359, 2396)  
Sünden, die entsprechend der jeweiligen Natur des Gegenstandes schwer gegen die Keuschheit verstoßen, sind: Ehebruch, Selbstbefriedigung, Unzucht, Pornographie, Prostitution, Vergewaltigung, homosexuelle Handlungen. Diese Sünden sind Ausdruck des Lasters der Unkeuschheit. Wenn sie an Minderjährigen begangen werden, wiegen solche Handlungen noch schwerer, weil sie gegen deren physische und moralische Unversehrtheit verstoßen.
- Der Hl. Paulus lehrt uns: „Lasst uns ehrenhaft leben wie am Tag, ohne maßloses Essen und Trinken, ohne Unzucht und Ausschweifung, ohne Streit und Eifersucht. Legt als neues Gewand den Herrn Jesus Christus an und sorgt nicht so für euren Leib, dass die Begierden erwachen.“ (Röm 13,13-14)
- Das Buch Jesus Sirach lehrt: „Zwei Gruppen von Menschen häufen die Sünden, drei ziehen den Zorn herbei: Leidenschaftliche Begierde, sie brennt wie Feuer und erlischt nicht, bis sie sich verzehrt hat; der Mensch, der am eigenen Leib Unzucht treibt und nicht aufhört, bis das Feuer verglüht;“ (Sir 23,16)
- Wer aber bereut und im Namen des Herrn Jesus um die Erfüllung mit dem Heiligen Geist betet, der wird von der Knechtschaft der Lust und der bösen Begierden erlöst werden.

## 7. Unmäßigkeit

- Der Hl. Paulus sagt: „Die Frömmigkeit bringt in der Tat reichen Gewinn, wenn man nur genügsam ist. Denn wir haben nichts in die Welt mitgebracht, und wir können auch nichts aus ihr mitnehmen. Wenn wir Nahrung und Kleidung haben, soll uns das genügen.“ (1 Tim 6,6-8)

## **Fünf Regeln der Kirche**

### **Gewissensprüfung durch die Gebote der Kirche (KKK 2041-2043)**

1. Du sollst an Sonn- und Feiertagen der Heiligen Messe andächtig beiwohnen.
2. Du sollst deine Sünden jährlich wenigstens einmal beichten.
3. Du sollst wenigstens zur österlichen Zeit sowie in Todesgefahr deinen Schöpfer in der Heiligen Kommunion empfangen.
4. Du sollst die gebotenen Feiertage halten.
5. Du sollst die gebotenen Fasttage halten.  
Die Gläubigen sind auch verpflichtet, ihren Möglichkeiten entsprechend zu den materiellen Bedürfnissen der Kirche beizutragen.

## **Fünf wesentliche Elemente einer Beichte**

Gewissenserforschung, Reue, Vorsatz zur Änderung, Bekenntnis und Buße (YouCat 232).

## **Schlussbetrachtung**

### **Die Gnade Gottes genügt! (vgl. 2 Kor 12,9)**

Ohne die Gnade Gottes können wir aus unseren Sünden nicht befreit werden. Wir lesen in der Bibel:

- „wo jedoch die Sünde mächtig wurde, da ist die Gnade übergroß geworden.“ (Röm 5,20)
- „Es gibt keinen der gerecht ist, auch nicht einen.“ (Röm 3,10)
- Darum soll sich jeder der unbegreiflichen Barmherzigkeit Gottes vertrauen. Er vergibt uns, denn Er ist barmherzig und voller Nachsicht.
- „Er erweist seine Gerechtigkeit in der gegenwärtigen Zeit, um zu zeigen, dass er gerecht ist und den gerecht macht, der an Jesus glaubt.“ (Röm 3,26)
- „der Herr ist gnädig und barmherzig.“ (Ps 111,4)

### **Unser gnädiger und liebender Gott, unser Herr, sagt:**

- „Denn ich verzeihe ihnen ihre Schuld und an ihre Sünden denke ich nicht mehr.“ (Hebr 8,12)

### **Unser Herr sagt weiter:**

- „Kommt her, wir wollen sehen, wer von uns Recht hat, spricht der Herr. Wären eure Sünden auch rot wie Scharlach, sie sollen weiß werden wie Schnee. Wären sie rot wie Purpur, sie sollen weiß werden wie Wolle.“ (Jes 1,18-20)

Mit einem zerknirschten Herzen wollen wir uns mit dem Herrn, unserem Gott, durch die Sakramente versöhnen, besonders durch das Sakrament der Versöhnung und durch die heilige Eucharistie. Lasst uns unsere Sünden bekennen und bereuen, „und das Blut seines Sohnes Jesus reinigt uns von aller Sünde“ (1 Joh 1,7).

Lasst uns also in Christus sein. „Wenn also jemand in Christus ist, dann ist er eine neue Schöpfung. Das Alte ist vergangen, Neues ist geworden.“ (2 Kor 5,17)

### **Überlege es dir genau – Das Beispiel von der falschen Sicherheit des reichen Mannes (Lk 12,20-21)**

„Da sprach Gott zu ihm: Du Narr! Noch in dieser Nacht wird man dein Leben von dir zurückfordern. Wem wird dann all das gehören, was du angehäuft hast? So geht es jedem, der nur für sich selbst Schätze sammelt, aber vor Gott nicht reich ist.“

### **Ablauf der Beichte**

1. kurze Vorstellung der eigenen Person, gegenwärtige Lebenssituation (z.B. ledig, verheiratet, Ordenszugehörigkeit, ...)
2. Wann war die letzte aufrichtige und ganzheitliche Beichte?
3. Hast Du alle Sünden bekannt und die Buße verrichtet?  
Wenn nicht, dann bekenne jetzt alle Sünden.  
Bekenne auch alle Gott gemachten und nicht erfüllten Versprechen. Bist du nicht in der Lage, deine Versprechen zu erfüllen, dann suche nach entsprechendem Ersatz.
4. Bekenne auch jene Sünden, die in vorherigen Beichten verheimlicht wurden.
5. Was ist deine Gewohnheitssünde? Bekenne auch diese.
6. Bekenne alle Sünden, die bisher noch nicht gebeichtet wurden.
7. Höre die Mahnungen des Beichtvaters und empfang die Buße.
8. Akt der Reue (leise sprechen).
9. Lossprechung (Absolution) durch den Beichtvater.
10. Geh aus dem Beichtstuhl heraus und verrichte die Buße.

### **Akt der Reue**

Mein Gott, aus ganzem Herzen bereue ich alle meine Sünden, nicht nur wegen der gerechten Strafen, die ich dafür verdient habe, sondern vor allem, weil ich dich beleidigt habe, das höchste Gut, das würdig ist, über alles geliebt zu werden. Darum nehme ich mir fest vor, mit Hilfe deiner Gnade nicht mehr zu sündigen und die Gelegenheiten zur Sünde zu meiden. Im Namen unseres Herrn und Retters Jesus Christus, der für uns gelitten und für uns gestorben ist, habe Erbarmen.

### **Lossprechung (Absolution)**

Gott, der barmherzige Vater, hat durch den Tod und die Auferstehung seines Sohnes die Welt mit sich versöhnt und den Heiligen Geist gesandt zur Vergebung der Sünden. Durch den Dienst der Kirche schenke er dir Verzeihung und Frieden. So spreche dich los von deinen Sünden im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.

### **Abkürzungen**

- KKK Katechismus der Katholischen Kirche  
KKKK Katechismus der Katholischen Kirche, Kompendium  
CIC Codex Iuris Canonici, Gesetzbuch des Kirchenrechts der Katholischen Kirche