

## Fragen zur Gewissensforschung

1 Habe ich mich mit meinem Glauben beschäftigt, oder war er mir gleichgültig? Habe ich Glaubensschwierigkeiten einfach nachgegeben?

2 Habe ich im Gebet den Kontakt mit Gott gesucht?

3 Habe ich an Sonntagen oder an gebotenen Feiertagen die heilige Messe aus eigener Schuld versäumt?

4 Habe ich die heilige Eucharistie oder sonst ein Sakrament unwürdig empfangen?

5 Habe ich in der Beichte irgendeine schwere Sünde verschwiegen?

6 Habe ich meinen Eltern, Geschwistern und Verwandten Liebe und Achtung erwiesen?

7 Bemühe ich mich in der Familie, an der Arbeitsstelle und im Kreise meiner Freunde um Frieden und Freude?

8 Versuche ich Reibereien und Streitigkeiten so schnell wie möglich zu beseitigen und die Verletzungen der Nächstenliebe wiedergutzumachen?

9 Bin ich empfindlich, zornig oder nachtragend gewesen? Bemühe ich mich um Ausgeglichenheit und bekämpfe ich meine Launen?

10 Überwinde ich meinen Egoismus, indem ich überall hilfsbereit bin, besonders den Alten, den Kranken und den Kindern gegenüber?

11 Habe ich einen anderen durch Worte oder durch Taten verleitet, Böses zu denken oder zu tun?

12 Habe ich mich von der Lust beherrschen lassen, mehr zu essen oder zu trinken, als vernünftig ist?

13 Habe ich durch leichtsinniges Verhalten meine Gesundheit gefährdet? Bin ich im Straßenverkehr rücksichtslos gewesen?

14 Bin ich feinfühlig im Bereich des Geschlechtlichen? Habe ich an Veranstaltungen teilgenommen, die eine unmittelbare Gelegenheit zur Sünde beinhalten (unsittliche Filme oder Theaterstücke, schlechte Lektüre oder Gesellschaft oder Internetkonsum usw.)?

15 Habe ich mir unkeusche Erinnerungen, Vorstellungen oder Gedanken ins Gedächtnis gerufen und sie nicht zurückgewiesen?

16 Habe ich Unkeusches getan? Allein oder mit anderen?

17 Habe ich Geld oder Güter des Nächsten ohne irgendein Recht weggenommen?

18 Habe ich Gestohlenes oder Ausgeborgtes zurückerstattet?

19 Habe ich andere betrogen, indem ich z.B. ungebührliche Preise verlangte?

20 Habe ich meiner Möglichkeit angepasst auch materielle Hilfen geleistet?



21 Habe ich Unwahrheiten gesagt, die anderen schaden? Verbreite ich Nachrichten oder Gerüchte, welche den guten Ruf des Nächsten verletzen könnten?

22 Richte ich meine Mitmenschen grundlos und ohne dazu verpflichtet zu sein?

23 Habe ich andere verleumdet, d.h. Unwahrheiten von ihnen ausgesagt?

24 Beneide ich den Nächsten um seinen Erfolg, seine Position oder um gute Eigenschaften? Versuche ich mich mit denen zu freuen, die sich freuen?

25 Bin ich stolz, indem ich nicht bereit bin nachzugeben, keinen Widerspruch ertrage oder andere verachte?

26 Achte ich die Eigenart, die Meinung und die Leistung des Mitmenschen zu Hause, im Beruf, in der Gesellschaft?

27 Mache ich meine Arbeit gewissenhaft, sorgfältig und pünktlich?

28 Sehe ich in der Arbeit einen Dienst am Nächsten oder nur ein Mittel, um Geld zu verdienen oder um den persönlichen Ehrgeiz zu befriedigen?

Zu den Kirchengeboten:

29 Habe ich die kirchlichen Fasttage gehalten (Freitagsoffer, einmalige Sättigung am Aschermittwoch und Karfreitag)?

30 Habe ich die Kirche nach meinen Möglichkeiten unterstützt (Kirchenbeitrag, etc.)?

## Was der Katechismus der Katholischen Kirche zum Sakrament der Buße lehrt:

1485 Am Osterabend zeigte sich Jesus der Herr seinen Aposteln und sprach zu ihnen Empfangt den Heiligen Geist! Wem ihr die Sunden vergebt dem sind sie vergeben wem ihr die Vergebung verweigert dem ist sie verweigert (Joh 20 22-23).

1486 Die Vergebung der nach der Taufe begangenen Sünden wird durch ein eigenes Sakrament gewahrt dieses heißt das Sakrament der Umkehr der Beichte der Buße oder der Versöhnung.

1487 Wer sündigt verletzt die Ehre und Liebe Gottes seine eigene Würde als Mensch der berufen ist Kind Gottes zu sein und das geistliche Wohl der Kirche deren lebendiger Baustein jeder Christ sein soll.

1488 Im Licht des Glaubens gibt es nichts Schlimmeres als die Sünde, nichts hat so arge Folgen für die Sünder selbst, für die Kirche und für die ganze Welt.

1489 Die Rückkehr zur Gemeinschaft mit Gott die durch die Sünde verloren war, geht aus der Gnade Gottes hervor der voll Erbarmen um das Heil der Menschen besorgt ist. Man muss dieses kostbare Geschenk für sich selbst und die anderen erbitten.

1490 Die Rückkehr zu Gott die Bekehrung und Reue genannt wird besteht im Schmerz und im Abscheu vor den begangenen Sunden sowie im festen Vorsatz zukünftig nicht mehr zu sündigen Die Bekehrung erstreckt sich also auf die Vergangenheit und auf die Zukunft sie wird von der Hoffnung auf die göttliche Barmherzigkeit genährt.

1491 Das Sakrament der Buße besteht in der Gesamtheit der drei Akte des Pönitenten und in der Lossprechung durch den Priester Die Akte des Pönitenten sind: die Reue, das Bekenntnis oder Aufdecken der Sunden vor dem Priester und der Vorsatz, Genugtuung und Werke der Sühne zu leisten.

1492 Die Reue [auch Zerknirschung genannt] muss von Beweggründen getragen sein, die aus dem Glauben kommen. Wenn die Reue von der Liebe zu Gott eingegeben ist, wird sie vollkommen genannt, wenn sie auf anderen Motiven beruht, nennt man sie unvollkommen.

1493 Wer mit Gott und der Kirche versöhnt werden will, muss dem Priester alle schweren Sunden beichten, die er noch nicht gebeichtet hat und an die er sich nach einer

sorgfältigen Gewissensforschung erinnert Obwohl es an sich nicht notwendig ist, lässliche Sunden zu beichten, wird dies von der Kirche nachdrücklich empfohlen.

1494 Der Beichtvater erlegt dem Pönitenten auf bestimmte Taten der Genugtuung oder Buße zu leisten, um den durch die Sünde angerichteten Schaden wiedergutzumachen und sich wieder die Verhaltensweisen eines Jüngers Christi anzugewöhnen.

1495 Nur jene Priester, die von der kirchlichen Autorität die Absolutionsvollmacht erhalten haben, können im Namen Christi Sunden vergeben.

1496 Die geistlichen Wirkungen des Bußsakramentes sind:

- Die Versöhnung mit Gott, durch die der Sünder die Gnade wieder erlangt;
- die Versöhnung mit der Kirche;
- der Erlass der ewigen Strafe der man durch Todsünden verfällt
- der wenigstens teilweise Erlass der zeitlichen Strafen, die aus der Sünde folgen;
- der Friede und die Ruhe des Gewissens und der geistliche Trost;
- das Wachstum der geistlichen Kräfte für den christlichen Kampf;

1497 Die individuelle vollständige Beichte der schweren Sunden und die darauf folgende Lossprechung ist das einzige ordentliche Mittel zur Versöhnung mit Gott und der Kirche.

1498 Durch die Ablässe können die Gläubigen für sich selbst und auch für die Seelen im Läuterungszustand den Erlass der zeitlichen Strafen erlangen, welche Folge der Sunden sind.



## DAS SAKRAMENT DER BUSSE



„Die zum Sakrament der Buße hinzutreten, erlangen für die Gott zugefügte Beleidigung von seiner Barmherzigkeit Verzeihung und werden zugleich mit der Kirche wieder versöhnt, die sie durch ihr Sündigen verwundet haben und die zu ihrer Bekehrung durch Liebe, Beispiel und Gebete mitwirkt.“ (LG 11)

### Der Ablauf der Beichte

*Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.*

Priester: *Gott, der unser Herz erleuchtet, schenke dir wahre Erkenntnis deiner Sunden und seiner Barmherzigkeit. - Amen.*

Es folgen das Bekenntnis der Sunden und der Zuspruch des Priesters, der auch das Bußwerk aufgibt.

Der Beichtende spricht ein kurzes Reuegebet, z.B. *"Dies sind meine Sunden. Ich bereue sie von Herzen"*.

Der Priester erteilt die Absolution.