



Einladung
zum Sakrament
der Versöhnung

Beichten
im Kleinen Michel

Katholische Kirche St. Ansgar Hamburg-Neustadt

Glauben ist Beziehung zu Gott

Als Menschen leben wir in Beziehungen. Liebe ist für uns lebenswichtig. Als Christen glauben wir, dass Gott der Schöpfer von jedem einzelnen Menschen ist. In der Taufe dürfen wir das erfahren: Gott nimmt uns auf in sein Volk und sagt uns seine Treue zu; nichts kann uns von Gottes Liebe trennen, wenn wir uns dieser Liebe öffnen wollen, denn Gott ist Liebe. Christlich zu glauben bedeutet, dies als Grundlage unserer Beziehung zu Gott anzunehmen und auf Gottes Liebe zu vertrauen.

Beziehungsstörung

Beziehungsstörungen sind schmerzhaft. Unser Leben ist nicht mehr in Ordnung. Die Beziehung zu uns selbst, zu den Mitmenschen und zu Gott kann gestört oder manchmal sogar zerstört sein. Dabei ist es oft nicht einfach Ursachen und Verursacher zu benennen. Die Bibel spricht von der Sünde und ihren Folgen und meint damit diese Beziehungsstörungen mit zumeist komplexen Hintergründen. Das Wort „Sünde“ wird oft etwas scherzhaft verwendet für das, was Spaß macht aber verboten ist. Das wirkliche Gesicht der Sünde ist anders: Durch sie ist die Liebe gefährdet.

Beziehungen heilen durch Versöhnung

Versöhnung ist der gemeinsame Weg, Beziehungen wieder aufzubauen und zu vertiefen. Dieser Weg fällt oft schwer, weil wir dazu Unrecht benennen müssen, das uns von anderen angetan wurde und das wir unsererseits getan haben. Das Evangelium von Jesus Christus ruft uns auf den Weg zur Versöhnung. Gott liebt jeden Menschen. In Jesus Christus ist seine Liebe zu uns Mensch geworden; in der Gemeinschaft der Kirche soll jeder von uns diese Liebe erfahren können. Deswegen beginnt Gott den Weg der Versöhnung und Heilung, indem Gott uns vorbehaltlos annimmt. Von dem was Menschen einander im Guten und Schlechten antun, sagt Gott: "Das habt ihr mir getan", weil jeder Mensch Gottes Kind ist. Deswegen kann Versöhnung unter einander beginnen mit der Versöhnung, die Gott uns schenken will.

ENTWURFS-FASSUNG DEZEMBER 2010

Versöhnung mit Gott und einander

Die Versöhnung leben

In dem Maße, in dem wir die Liebe Gottes erfahren und glauben, werden wir davon befreit, unsere Schattenseiten verstecken zu müssen. Wo Versöhnung möglich ist, muss die Sünde nicht geleugnet werden.

Auf diesem Weg können Christen – etwa in der Familie und in der Gemeinde – ihre Fehler bekennen. So können wir immer wieder neu anfangen. Im Bußgottesdienst oder im Schuldbekenntnis zu Beginn der Heiligen Messe bekennen wir gemeinsam unsere Schuld und bitten Gott um Versöhnung.

Die Sendung Jesu

Jesus Christus hat in vielen Worten und Zeichen Menschen mit Gott und mit einander versöhnt. Mit göttlicher Vollmacht hat er Menschen angesprochen und ihnen gesagt: „Deine Sünden sind dir vergeben.“ Im Vertrauen darauf ermöglicht es uns Gott neu anzufangen.

Die Liebe Gottes weiter sagen

Damit diese Vergebung alle Menschen erreicht, hat Jesus Christus seiner Kirche die Vollmacht gegeben, jedem der seine Sünden bekennt und bereut, die Vergebung Gottes zuzusagen: "Wem ihr die Sünden vergebt, dem sind sie vergeben".

Dieses Amt wird in der Kirche dem Priester übertragen. Er soll das Wort Jesu verbindlich weiter sagen: Gott vergibt dir deine Sünden.

Der Priester spricht dabei nicht als ein Mensch, der selber frei von Sünden wäre. Er spricht als ein Mensch, dem Gott durch die Kirche den Auftrag dazu gegeben hat, obwohl er selbst auch Sünder ist, denn die Vergebung geht immer von Gott aus. Daher kann sich niemand – kein Priester und auch kein Papst – sich selbst diese Vergebung zusagen, sondern muss seinerseits bei einem anderen beichten.

Wie beichten geht

Vorbereitung

Suchen Sie sich einen Platz, an dem Sie ungestört sind. In der Beichte erneuert Gott die Beziehung zu Ihnen. Beginnen Sie daher mit einem Gebet, etwa:

Gott, ich komme zu dir. Denn ich weiß: Du schaust mit Liebe auf mich. Du siehst, was gut ist in meinem Leben. Du siehst auch, was ich falsch mache. Du kennst mich genau. Vor dir kann ich ehrlich sein. Dir kann ich alles sagen. Du vergibst mir. Deshalb komme ich zu dir.

Zur Vorbereitung auf das, was Sie Gott in der Beichte sagen wollen, kann der Beichtspiegel anhand der Zehn Gebote (auf der Rückseite) helfen.



Der Beginn der Feier der Versöhnung

Gehen Sie in das Beichtzimmer; Sie haben die Wahl, ob Sie anonym hinter dem Gitter bleiben wollen oder darum herum gehen, um gegenüber dem Priester zu sitzen. Die Beichte beginnt mit einem Kreuzzeichen:

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

Der Priester kann jetzt ein Gebet sprechen. Dann beginnen Sie mit einem Gebet, zum Beispiel:

Gott, himmlischer Vater, ich komme zu dir. Du hast versprochen, mich in deine Arme zu schließen, wenn ich mich auf den Weg mache, zurück zu dir. Hilf mir, wenn ich jetzt die Schattenseiten meines Lebens benenne. Mach mich frei, auch das zu sehen, worin ich schuldig geworden bin. Lass mich deine Barmherzigkeit erfahren und gib mir die Freude, mit dir einen neuen Anfang zu machen.

In der Beichte zu Gott sprechen

Sagen Sie Gott nun das, was Sie sagen wollen. Sie können es direkt im Gebet an Gott formulieren oder den Priester anreden. Sie können den Priester auch um Hilfe bitten. Es hilft, wenn Sie zu Beginn sagen, wann Ihre letzte Beichte war.

Der Abschluss der Beichte

Wenn Sie fertig sind, können Sie sagen: Dies sind meine Sünden. Der Priester spricht dann das Gebet zur Losprechung: "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 Ihnen Verzeihung und Frieden. So spreche ich Sie los von Ihren Sünden + Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen."

Der Priester kann mit Ihnen ein Gebet oder eine gute Tat vereinbaren, die Zeichen des Neuanfangs sein sollen.



Nach der Beichte

Nehmen Sie sich nach der Beichte Zeit für Ihr persönliches Gebet des Dankes. Zünden Sie z.B. eine Kerze an und bleiben noch etwas in der Kirche. Sie können beginnen:

Gott, ich danke dir, das du mich liebst und ich immer zu dir kommen kann. Dein Geist hilft mir, in Frieden mit anderen zu leben und meine Nächsten zu lieben. Gib mir täglich die Kraft dazu und bleibe bei mir mit deinem Segen.

Überlegen Sie auch, wie die Versöhnung mit Gott aus der Beichte nun Frucht tragen kann in Ihrer Versöhnung mit anderen Menschen.

Sakrament der Versöhnung - Beichte

Beichten tut gut

- Ich kann vor mir selbst und vor Gott das Schweigen brechen und aussprechen, was mich belastet.
- Ich kann in der Beichte das Wesentliche in den Blick nehmen; ich muss nicht kleinlich alles aufzählen. Das vergebende Wort der Lossprechung jedoch gilt immer uneingeschränkt – Gott nimmt mich an und erneuert die Gnade der Taufe ohne Wenn und Aber.
- Ich kann den Priester bitten, mir bei der Beichte zu helfen; er wird versuchen mir aus seiner Erfahrung Hilfestellung zu geben.
- Ich höre ausdrücklich und persönlich: „Deine Sünden sind Dir vergeben!“

Beichten fällt auch schwer

- Ich muss mich selbst dazu entscheiden.
- Ich muss mich auf den Weg zu einer Kirche machen oder den Mut haben, hineinzugehen, wenn ich daran vorbeikomme.
- Ich muss mir Zeit nehmen und mich innerlich auf die Beichte vorbereiten. Dabei können der Beichtspiegel und das Vorbereitungsgebet in diesem Faltblatt helfen.
- Zur Beichte gehört auch die Reue, dass ich mir eingestehe, was ich falsch gemacht habe, sowie der Vorsatz zu versuchen, es künftig besser zu machen.
- Ich muss meinen Anteil an der Sünde aussprechen. Ich muss das, was mir selber auf dem Herzen liegt einem anderen erzählen, den ich vielleicht gar nicht kenne, von dem ich aber weiß: Er ist Priester, er wird mir zuhören, er kann mir im Namen Gottes durch die Kirche die Vergebung zusagen und er ist verpflichtet, über das in der Beichte Gehörte zu schweigen ("Beichtgeheimnis").
- Ich muss bereit sein dort, wo es möglich ist, angerichteten Schaden wieder gut zu machen.

Die Zehn Gebote – zehn Einladungen

Viele Fehler und Schwächen können zur Gewohnheit werden. Es braucht viel Aufmerksamkeit, zu entdecken, wo unser Leben neu werden kann. Die Zehn Gebote können uns helfen, unser ganzes Leben in den Blick zu bekommen. Dazu müssen sie aber für unser Leben ausgelegt werden. Die folgenden Fragen sollen als „Beichtspiegel“ dazu eine Hilfe sein.

1. Gebot: Ich bin JHWH, dein Gott, der dich aus der Knechtschaft befreit hat. Du sollst keine anderen Götter neben mir haben

Lieben bedeutet, dass der Andere für mich wichtig ist und ich mein Leben mit ihm oder ihr teilen will.

*Wie ist das in meiner Beziehung zu Gott?
Gott liebt mich. Danke ich auch daran?
Stelle ich nur Forderungen oder danke ich Gott auch?
Nehme ich mich selbst wichtig genug oder zu wichtig?
Nehme ich mir Zeit zum Beten?
Bete ich mit, wenn andere beten?
Interessiere ich mich für den Glauben?*

2. Gebot: Du sollst den Namen Gottes nicht verunehren

Wenn uns etwas wirklich wichtig ist, merken wir das daran, wie wir davon reden. Wenn ich jemanden respektiere, dann versuche ich nicht, ihn zu instrumentalisieren.

*Stört es mich, wenn andere Witze machen über Gott, den Glauben oder die Kirche?
Hängt in meinem Zimmer ein Kreuz? Beachte ich es?
Habe ich eine Bibel? Wie gehe ich mit ihr um?
Wie verhalte ich mich in einer Kirche? Zeige ich durch mein Verhalten, dass Gott dort besonders gegenwärtig ist?
Bitte ich Gott, dass sein Wille geschehe, oder will ich nur meinen eigenen Willen haben?*

3. Gebot: Gedenke dass du den Sabbat heiligst

Wenn jeder Tag gleich ist, wird auch das Leben wertlos. Deswegen feiern Christen am ersten Tag der Woche, dem Sonntag, dem Tag der Auferstehung Christi, um sich an die Schönheit und den Wert des Lebens, das Gott geschaffen hat, zu erinnern und ihm dafür zu danken.

*Besuche ich Sonntags die Heilige Messe?
Nehme ich mir (am Sonntag) Zeit für mich und für Andere:
Familie, Freunde, Leute die selten Besuch bekommen?*

4. Gebot: Du sollst Vater und Mutter ehren

Dieses Gebot richtet sich im Alten Testament an die Familien: Sie sollen ihre Eltern achten und für sie sorgen, wenn sie alt und schwach geworden sind. Dieses Gebot lenkt den Blick auf unser Verhältnis zu Schwächeren.

*Helfe ich den Schwächeren gerne?
Bin ich bereit, auch einmal etwas für andere zu tun?
Helfe ich in der Familie mit?
Wann habe ich meiner Mutter oder meinem Vater zum letzten Mal gedankt und für sie gebetet?
Respektiere ich als Erwachsener Kinder und Jugendliche?
Übe ich Gewalt gegen sie aus?
Bin ich intim mit ihnen, auch wenn sie es nicht wollen?
Missbrauche ich Kinder oder andere, die schwächer sind, für meine eigenen Zwecke?*

5. Gebot: Du sollst nicht töten

Die wenigsten von uns töten. Aber manchmal sind wir vielleicht in unserem Herzen Mörder: uns wäre es lieber, es gäbe sie nicht.

*Habe ich Hass auf einen anderen Menschen?
Will ich alles nur für mich haben oder gönne ich auch Anderen etwas?
Verhalte ich mich gegenüber manchen Menschen so, als wären diese gar nicht da? Schließe ich sie aus?
Beteilige ich mich an Mobbing?
Bin ich bereit, Anderen das zu geben, was ich von ihnen erwarte?*

6. Gebot: Du sollst nicht ehebrechen

Die Ehe ist eine Gemeinschaft, in der sich zwei Menschen die Treue für ihr ganzes Leben versprechen. Aber auch für Menschen, die (noch) nicht verheiratet sind, gilt das Gebot der Liebe und Treue. Denn Gott hat uns mit seiner Treue zu uns Menschen ein Beispiel gegeben, das uns Mut machen kann.

*Nehme ich mein Eheversprechen ernst? Wie lebe ich das?
Stehe ich auch sonst zu meinem Versprechen und Beziehungen?
Bin ich nur dann treu, wenn es mir etwas bringt?
Lasse ich andere im Stich, sobald mir etwas nicht mehr gefällt?*

7. Gebot: Du sollst nicht stehlen

Jeder versteht, was mit diesem Gebot gemeint ist: Was anderen gehört, darf ich nicht nehmen.

*Habe ich etwas genommen, obwohl ich mir nicht sicher war, ob es jemand Anderem gehört?
Wie gehe ich mit Sachen um, die Anderen oder der Gemeinschaft gehören?
Zahle ich die gesetzlich geforderten Steuern?
Wie gehe ich mit der Umwelt um, die allen gehört?
Werfe ich Dinge achtlos weg?*

8. Gebot: Du sollst kein falsches Zeugnis geben wider deinen Nächsten

Es kann richtig sein, Andere auf ihre Fehler aufmerksam zu machen, wenn ich ihnen damit wirklich helfen und sie nicht nur kleinmachen will. Über die Fehler Anderer reden kann jedoch oft verletzend sein und ihnen Schaden zufügen.

*Bin ich bereit, es einem anderen selbst zu sagen, wenn ich an ihm etwas auszusetzen habe?
Habe ich andere schlechtgemacht, indem ich Schlechtes über sie erfunden oder berichtet habe?
Habe ich den Mut zu widersprechen, wenn mir Schlechtes über andere erzählt wird?
Höre ich gerne Gerüchte über Andere?
Habe ich etwas über Andere ohne ihre Zustimmung im Internet veröffentlicht?*

9. Gebot: Du sollst nicht begehren deines Nächsten Frau

Dieses Gebot betrifft zunächst den Respekt vor der Ehe und Treue Anderer. Es geht aber weiter und betrifft alle Situationen, in denen ich Zuneigung nur für mich haben will, und dabei die Anderen nicht respektiere.

*Gönne ich Anderen Liebe und Zuwendung?
Muss ich immer im Mittelpunkt stehen oder kann ich auch andere nach vorne lassen?
Versuche ich mich auf Kosten anderer beliebt zu machen?*

10. Gebot: Du sollst nicht begehren deines Nächsten Hab und Gut

Nicht erst das Stehlen ist schlecht. Wenn wir immer auf das schauen, was andere haben, wird unser Herz neidisch und missgünstig.

*Gönne ich Anderen was diese haben?
Vergleiche ich mich neidisch mit Anderen?
Denke ich, dass ich immer alles haben muss, was ich gerade haben will?
Bin ich dankbar für Geschenke und Gutes, das ich erfahre?*