

BEICHTEN IST GANZEINFACH

Vor Beginn der Beichte empfiehlt sich eine Gewissenserforschung, z.B. anhand eines Beichtspiegels.

DU | PRIESTER

Während Du das Kreuzzeichen machst:

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

Falls der Priester Dich (im Beichtstuhl) nicht sehen kann, sag ihm, wie alt Du bist.

Meine letzte Beichte war vor...
(so gut Du dich Erinnerst)

Erzähle einfach und ehrlich, was Du beichten möchtest; Du kannst den Priester dabei auch um Hilfe bitten.

Du drückst Deine Reue aus

Herr Jesus, Sohn Gottes, hab Erbarmen mit mir.

*Oder: Das sind meine Sünden. Es tut mir von Herzen leid.
Oder: ein frei formuliertes Reuegebet.*

Während Du das Kreuzzeichen machst:

Amen.

Diözese
ROSENBERG-STU
GART

1



Gott, der unser Herz erleuchtet, schenke dir wahre Erkenntnis deiner Sünden und seiner Barmherzigkeit. Amen.

2



3



Der Priester gibt dir Rat

und dazu eine Buße auf, meist ein Gebet oder eine gute Tat.

4



Jesus Christus selbst vergibt Dir mit der Lossprechung durch den Priester:

So spreche ich dich los von deinen Sünden im Namen des Vaters und des Sohnes + und des Heiligen Geistes.

5



Jetzt kannst Du in Frieden gehen: Gott hat Dir die Sünden vergeben und Dich neu gemacht.

Wie wäre es im Anschluss noch mit einem kurzen Dankgebet?

DAS UMSEITIGE ABLAUSCHHEMA IST NUR EIN UNVERBINDLICHER ÜBERBLICK.

DER PRIESTER WIRD EIN NORMALES GESPRÄCH MIT DIR FÜHREN UND DIR AUCH WEITERHELFEN, WENN DU NICHT WEITER WEIßT. DU KANNST ALSO GANZ ENTSPANNT IN DAS GESPRÄCH GEHEN! ☺

Drei Schritte gehören zur Bewältigung von Schuld. Sie können sehr schön im Gleichnis vom „verlorenen Sohn“ (Lk 15,11-32) nachvollzogen werden: 1. Erkenntnis/Einsicht, dass ich etwas falsch gemacht habe, 2. Reue: Es tut mir wirklich leid, 3. Bekenntnis: Dadurch übernehme ich die Verantwortung (und bekomme die Lossprechung). An diesen orientiert sich das Beichtgespräch.

Vor der Beichte solltest Du Dir darüber klar werden, was es überhaupt gibt, was Du Gott sagen möchtest. Man nennt das eine „Gewissensforschung.“ Die kann man z.B. anhand eines so genannten „Beichtspiegels“ machen, in dem man sich wie in einem Spiegel anschaut und anhand von Fragen an sich selbst klärt, wo es Versöhnungsbedarf gibt. Gerade wenn man selten zur Beichte geht, lohnt sich eine ausgiebige Gewissensforschung. Das Gewissen weiß meist sehr gut, was richtig und was falsch war. Man kann das natürlich auch schon zuhause machen.

Beichtspiegel gibt es für verschiedene Altersstufen, z.B. auch im Gotteslob ab Nr. 593 (für Jugendliche besonders ab GL 599 und auch der für Kinder ab GL 598 ist für Schüler:innen empfehlenswert) und vielfältig im Internet. Eine sehr einfache und offene Variante ist im Folgenden abgedruckt.



Diese Checks bieten sich auf jeden Fall an:

1. Check: Mein Leben mit Gott, z.B.:

- Ich vernachlässige mein tägliches Gebet.
- Gott spielt für mich kaum eine Rolle.
- Ich zweifle manchmal an der Existenz Gottes.
- Ich gehe gar nicht oder kaum zum Gottesdienst.

2. Check: Mein eigenes Leben, z.B.:

- Ich zweifle manchmal/oft an mir.
- Ich gönne mir keine Ruhe.
- Ich achte nicht auf meine Gesundheit.
- Ich bin manchmal/oft egoistisch oder überheblich.

3. Check: Mein Leben mit den anderen, z.B.:

- Ich bin manchmal/oft ungerecht zu anderen.
- Ich schätze meine Eltern/Freunde/Lehrer/Mitschüler zu wenig.
- Ich nehme es mit der Wahrheit nicht so genau.
- Ich habe manchmal/oft Vorurteile gegenüber anderen.

4. Check: Mein Leben mit der Umwelt, z.B.:

- Ich übernehme wenig/keine Verantwortung.
- Ich engagiere mich kaum für andere(s).
- Ich achte nicht auf die Umwelt.
- Ich vernachlässige manchmal mein Haustier.

Direkt vor der Beichte kann man sich mit einem kurzen Gebet vorbereiten, z.B. GL 599,2.

Wie **die Beichte selbst** abläuft, siehst Du umseitig (detailliert in GL 594). Falls der Priester Dich nicht sehen kann (also in einem Beichtstuhl): Sag ihm nach der Begrüßung zuerst, wie alt Du bist, dann kann er besser auf Dich eingehen.

Nach der Beichte bietet es sich an, noch einige Augenblicke zu verweilen und Gott zu danken, z.B. mit dem Dankgebet unter GL 598,6 oder GL 595,6-8.