

## *Beichtilfe*

**1. Besinnen:** Bevor du beichtest, nimmst du dir Zeit und denkst an die letzten Tage und Wochen. Dabei kannst du beten:

*„Guter Vater im Himmel! Ich möchte wieder ein gutes und reines Gewissen haben. Hilf mir, dass ich ehrlich einsehe, was ich Gutes nicht gesagt und nicht getan habe und was ich Böses getan habe in Gedanken, Worten und Werken. Ich möchte wieder treu zu unserem Bund stehen. Hilf mir dabei.“*

*Dann überlegst du dir die folgenden Fragen durch:*

### **Gutes unterlassen... in Gedanken und Worten:**

- Hast du für jemanden gebetet, ihn gesegnet?
- Hast du Mitleid gehabt?
- Hast du dich bei etwas Schönerem mitfreuen wollen?
- Hast du jemanden getröstet, ihm Mut gemacht?
- Hast du für jemand ein gutes Wort eingelegt?
- Hast du jemanden gelobt oder gesagt, dass du ihn gern hast?
- Hast du dich entschuldigt?

### **Gutes unterlassen...in Werken:**

- Hast du Schwächeren geholfen und sie verteidigt?
- Hast du versucht deine Aufgaben gut zu machen?
- Hast du dich an Regeln und Abmachungen gehalten?
- Gehst du mit deinen Sachen (und denen anderer) sorgsam um?
- Redest du mit Gott? Betest du?
- Hast du genügend Bewegung oder Sport? Pflegst du dich?

### **Böses getan... in Gedanken und Worten:**

- Hast du jemandem Böses gewünscht? Warst du schadenfreudig?
- Warst du nachtragend und wolltest nicht verzeihen?
- Hast du anderen Schimpfwörter gegeben oder geflucht?
- Hast du Böses Gerede weiter erzählt? Schlecht über andere geredet?
- Hast du Schuld auf andere geschoben?
- Hast du jemandem mit Spott weh getan?
- Hast du jemanden ohne Not angelogen?

### **Böses getan... in Werken:**

- Hast du jemandem bewusst weh getan?
- Hast du andere bewusst gestört?
- Hast du anderen das Spiel verdorben?
- Hast du Sachen von anderen weggenommen oder beschädigt?
- Hast du dich mit Gewalt durchgesetzt?
- Hast du andere eingeschüchtert?

**2. Bereuen:** Überlege dir, was du hättest anders machen sollen. Denke nach, welche von deinen Sünden wohl die wichtigste war. Was kannst du da anders machen?

**3. Bekehren:** Nimm dir dazu jetzt einen Vorsatz. Nimm dir etwas Bestimmtes vor, was du machen willst; nimm dir etwas vor, das du in den nächsten Tagen schaffen kannst.

**4. Bekennen:** Die Feier der Versöhnung beginnt mit dem Kreuzzeichen: *„Im Namen des Vaters...“*

Dann sagst du: *„Meine letzte Beichte war...“*.

Dann: *„Ich bekenne meine Sünden“*.

Danach sagst du, was du dir überlegt hast.

Nun wird der Priester meist noch kurz mit dir reden, danach fragt er dich entweder nach einem **Vorsatz** oder er gibt dir von sich aus etwas als **Buße** (Übung zur Besserung) auf.

Der Priester spricht nun für dich das Gebet zur Versöhnung.

**5. Bessern (Buße):** Nach der Feier der Versöhnung (der Beichte) ist es gut, wenn du dir Zeit nimmst für ein Gebet. Du kannst mit Gott einfach reden, wie es dir einfällt, oder du betest:

*„Lieber Vater im Himmel. Du hast mir gerade gesagt, dass du mich liebst. Du stehst immer zu mir. Was ich mit mir an Bösem herumgeschleppt habe, bin ich jetzt wirklich los. Darüber darf ich froh sein. Hilf mir, dass ich meinen Vorsatz auch halten kann. Bleibe bei mir mit deinem Segen, heute und an jedem Tag. Amen.“*