

*Vorsatz für die Zukunft:

Suche dir aus deinen Sünden etwas aus, das du in Zukunft besser machen möchtest und sage es dem Priester.

„Ich nehme mir besonders vor,

“

*Lossprechung

Nun spricht dich der Priester im Namen Gottes von deinen Sünden los: „Gott, der barmherzige Vater, hat durch den Tod und die Auferstehung seines Sohnes die Welt mit sich versöhnt und uns den Heiligen Geist gesandt zur Vergebung der Sünden. Durch den Dienst der Kirche schenke er dir Verzeihung und Frieden. So spreche ich dich los von deinen Sünden

Du machst das Kreuzzeichen (sprichst aber nicht mit)

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

Der Herr hat dir die Sünden vergeben. Geh hin in Frieden. Gelobt sei Jesus Christus.“

Du antwortest: „In Ewigkeit. Amen.“

*Dann verlässt du den Beichtstuhl und sprichst noch in einer der Kirchenbänke ein Gebet /liest ein Lied im GL. Überlege dir eine „gute Tat“, als Dankeschön für die Lossprechung deiner Sünden!

Die Beichte

* Spreche leise dieses Gebet, bevor du in den Beichtstuhl oder das Beichtzimmer gehst:

Guter Gott, ich komme zu dir.

Ich weiß: Du schaust mit Liebe auf mich.

Du siehst, was gut ist in meinem Leben.

Du siehst auch, was ich falsch mache.

Dir kann ich alles sagen. Du vergibst mir. Amen.

*Gehe nun in den Beichtstuhl oder das Beichtzimmer

Mache das Kreuzzeichen und spreche:

„Im Namen des Vaters, und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.“

*Dann sage:

„In Demut und Reue bekenne ich meine Sünden.“

Sage dem Priester jetzt deine Sünden. (Du findest im Innenteil Beispiele dafür)

Du endest mit den Worten: „Meine Sünden tun mir von Herzen leid.“

Denke nach über deine Sünden!

Dabei helfen dir die 4 Bereiche, in denen du Gott & Mitmenschen verletzen kannst:

1. Mein Leben mit mir selbst

- Ich habe mit meinem Können angegeben
- Ich war nicht bereit, auf etwas zu verzichten
- Ich war neidisch, faul und bequem
- Ich habe nur an mich gedacht
- Ich achte nicht auf meinen Körper

2. Mein Leben mit den Mitmenschen

- Ich habe nicht auf meine Eltern gehört
- Ich habe Schimpfwörter gesagt
- Ich habe andere zum Bösen angestiftet
- Ich war ein Spielverderber
- Ich habe andere geschlagen oder angelogen.
- Ich habe anderen etwas gestohlen
- Ich habe meine Schuld auf andere geschoben
- Ich habe andere ausgelacht oder nicht geteilt

Ich habe nicht geholfen

3. Mein Leben mit Gott

- Ich habe nicht zu Gott gebetet
- Ich habe geflucht
- Ich habe in der Kirche Blödsinn gemacht
- Ich habe am Sonntag die Heilige Messe absichtlich versäumt
- Ich habe über Gott und den Glauben gespottet.

4. Mein Leben mit der Schöpfung (Natur)

- Ich habe Pflanzen ausgerissen und zerstört
- Ich habe Tiere gequält
- Ich habe gutes Essen weggeworfen
- Ich habe mich nicht gefreut, über das was ich habe
- Ich habe meine Sachen unachtsam behandelt