

**Kannst Du mir das mal erklären...?**

# Die Beichte



**Unser katholischer Glaube in einfacher Sprache**

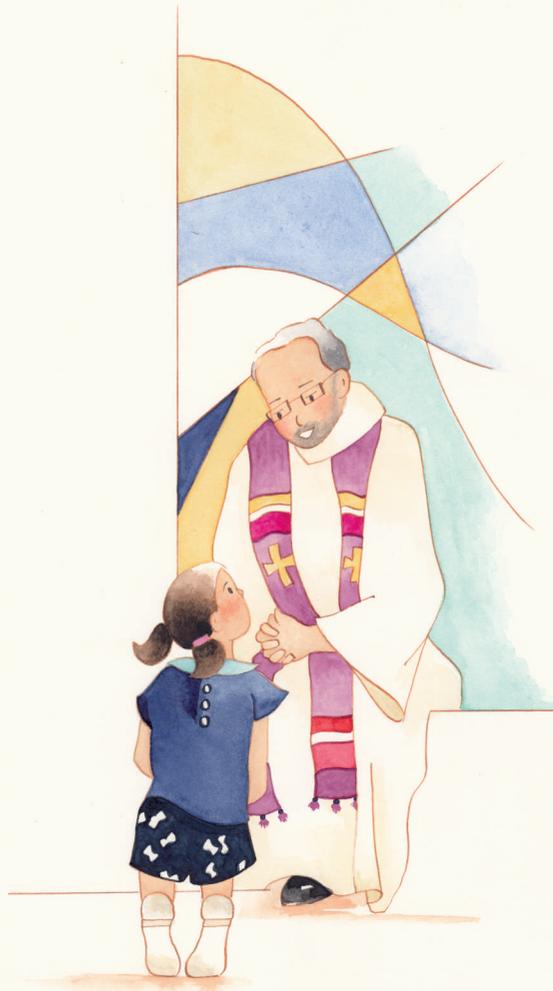
## Warum beichten?

Gott möchte, dass wir glücklich werden. Dass wir froh sind, Freude schenken und uns rundherum wohl fühlen.

Aber: Gott möchte, dass wir immer wieder in der Beichte zu Ihm kommen. Wieso wünscht er das? Wenn er doch unser Glück will: Warum sollen wir dann unseren Sünden aussprechen? Das ist doch peinlich!

Das denken nicht nur Kinder, wenn sie sich darauf vorbereiten, das erste Mal zu beichten. Wenn du dieses Büchlein gelesen hast und gut verstehst, worum es in der Beichte geht, wirst du besser begreifen, was für ein wunderbares Geschenk die Beichte ist.

Das wünsche ich dir auf jeden Fall!



## Vom Glück und der Sünde

Manche Menschen denken, eine »Sünde« ist deshalb eine schlechte Tat, weil man gegen eine Regel verstoßen hat. So wie beim Fußball, wenn ein Spieler den Ball mit der Hand berührt. Aber das gilt ja nur in einem Spiel! Da hat jemand sich Regeln ausgedacht, die auch anders sein könnten. Beim Handballspiel zum Beispiel darf man sehr wohl den Ball mit der Hand berühren. Ist das Leben wie ein Spiel – und Gott hat sich dafür Regeln ausgedacht? Vielleicht ist Gott wie ein Schiedsrichter und achtet darauf, dass du nach Seinen Regeln lebst und nicht nach deinen eigenen?

In Wirklichkeit ist es aber nicht so. Es geht nämlich nicht um Regeln, um ein Spiel oder um Gott als Schiedsrichter. Es geht um Gebote für ein gutes Leben. Es geht darum, dass alle Menschen glücklich werden. Ich bin mir sicher: Das wollen alle Menschen, auf der ganzen Welt. Glücklich sein.

(Gebote sind Gottes gute Wünsche. Nicht für sich. Sondern für uns.)

## Glücklich machen und glücklich werden

Alle Leute wollen glücklich werden, aber einige verhalten sich ziemlich ungeschickt.

Sie klauen vielleicht Geld, weil sie meinen, Geld macht glücklich. Andere streiten sich mit anderen und hoffen, den Streit zu gewinnen. Sie meinen, Gewinner sind glücklich. Und wieder andere betrügen die Menschen und erzählen ihnen tolle Geschichten von sich, die gar nicht stimmen. Sie meinen, wenn sie bewundert werden, wären sie glücklich.

So wird man nicht glücklich. Glücklich wird, wer andere glücklich macht! Denn wer gute Freunde hat und im Frieden mit der eigenen Familie lebt, wer keine Angst vor unbekanntem Menschen haben muss und sich gut mit Gott versteht, der ist ein glücklicher Mensch. Wir Menschen sind alle so geschaffen, dass wir unser Glück darin finden, in wunderbaren Beziehungen zu Gott und den Menschen zu leben. Mit anderen zu lachen, Gutes zu tun und sich an anderen zu freuen.



## Und was ist nun eine Sünde?



Eine Sünde ist, wenn ich gute Beziehungen störe. Wenn ich zum Beispiel meinen besten Freund anlüge oder die beste Freundin betrüge. Dann leidet das, was doch die Grundlage meines Glücks ist: Die Beziehung zu anderen Menschen. Wenn du dann immer so weiter machst, bist du irgendwann ganz allein und ganz unglücklich. Weil keiner eine Beziehung mit dir möchte. Und du vielleicht kein guter Freund mehr sein kannst. Das wäre gar nicht schön.

Deshalb ist es gut, möglichst nicht zu sündigen. Und alle Menschen so gut zu behandeln, wie Gott es uns wünscht.

Aber leider geschieht es immer wieder, dass wir trotzdem sündigen und es anderen schwer machen, mein Freund oder meine Freundin zu sein. Was dann?

## Reue

In vielen Vorbereitungen auf die Beichte wird von der «Reue» gesprochen. Sie soll für die Vergebung der Sünden (durch Gott und durch die Menschen) ganz, ganz wichtig sein. Aber was heißt das: Ich «bereue»?

Damit ist gemeint, dass mir etwas «leid tut». Ich leide darunter, dass ich etwas getan habe, was nicht gut gewesen ist.

Zum Beispiel habe ich meinem Freund die Schokolade weggenommen und sie selbst gegessen. Ich muss nun nicht bereuen, dass ich die Schokolade gegessen haben. Und es muss mir auch nicht leid tun, dass sie lecker gewesen ist. Auch gestohlene Schokolade schmeckt immer noch gut. Das ist ja das Problem an der Sünde: Das, was wir uns auf Kosten anderer nehmen, bleibt immer noch eine feine Sache.

Das Problem ist, dass ich die Schokolade wichtiger angesehen habe als die Freundschaft. Oder sogar als meinen Freund. Das gilt auch, wenn ich meine Eltern belogen habe und etwas getan habe, dass sie mir verboten hatten. Vermutlich hat das sogar Spaß gemacht. Aber ist Dir diese Freude wirklich wichtiger als das gute Verhältnis zu deinen Eltern?

Bevor ich also jemandem um Entschuldigung bitte, sollte ich mir selbst klar machen, dass mir die Beziehung zu ihm wichtiger ist als das, was ich mir unerlaubt gegönnt habe.



## Um Vergebung bitten

Wenn ich merke, dass ich etwas gemacht habe, das andere Menschen daran hindert, mein Freund zu sein, dann gibt es drei Dinge, die ich tun sollte.

Das Erste und Wichtigste ist, dass ich um Verzeihung bitte. Das bedeutet, dass ich den, dem ich eine Freundschaft mit mir schwer gemacht habe, darum bitte, trotzdem mein Freund zu bleiben.

Das ist für mich und für den anderen nicht einfach. Denn ich sage damit ja, dass ich etwas falsch gemacht habe. Das ist nicht einfach.

Aber mein Freund hat es auch nicht leicht: Wenn er mir vergibt, dann heißt das, dass er weiterhin mein Freund bleiben will. Auch wenn es ihm schwer fällt zu verzeihen. Jemanden zu vergeben ist ein großes Geschenk!



## Schaden wiedergutmachen



Aber nur um Verzeihung zu bitten, ist manchmal nicht genug. Denn wenn ich zum Beispiel jemanden etwas weggenommen habe, muss ich das Geklaute natürlich auch zurückgeben.

Klar! Ich kann das gestohlene Geld nicht einfach behalten, nur weil ich um Vergebung gebeten habe.

## Die Angst nehmen

Jede Sünde verletzt nicht nur die Freundschaft und richtet einen Schaden an – sie verändert auch mich. Und wie andere Menschen mich sehen. Wenn ich gelogen habe, hat mein Freund es echt schwer, mir wieder zu vertrauen. Vielleicht hat er Angst, nochmal von mir ausgenutzt zu werden? Oder ich selbst traue mir nicht mehr über den Weg? Deshalb ist es drittens auch gut, etwas zusätzlich Gutes zu tun. Um ihm zu zeigen, dass ich mich ändern will.

Aber nicht nur das. Während ich anderen zeigen will, dass ich mich geändert habe, geschieht etwas viel wichtigeres: Aus meiner **Absicht**, mich zu ändern, wird eine **wirkliche** Änderung!

Das nimmt meinem Freund die Angst. Und es verändert mich wieder in eine gute Richtung. Wenn eine Sünde auch mir selbst schadet, dann heilt eine Liebestat diesen Schaden in mir wieder ein bisschen.







## Gott ist wie eine gute Mutter

Das gilt natürlich auch für meine Freundschaft mit Gott.  
Manchmal beleidige ich Gott direkt, vergesse Ihn  
oder will nicht an Ihn denken. Das ist sicher nicht schön.

Viel häufiger streiten wir uns mit anderen Menschen und nicht mit Gott.  
Warum muss ich dann auch Gott um Entschuldigung bitten?

Weil Gott so ähnlich ist wie eine gute Mutter. Die sagt ihren Kindern:  
«Seid gut zueinander!» Weil sie alle ihre Kinder liebt,  
möchte sie, dass die Kinder auch lieb zueinander sind.  
Das sagt sie zum Beispiel, wenn sie für eine Zeit einkaufen geht.

In dieser Zeit, wo die Mutter nicht da ist, kommt es vor,  
dass die Kinder sich streiten. Nach dem Streit ist es das Wichtigste,  
dass sie sich wieder untereinander vertragen. Aber damit ist noch nicht  
alles gut: Sie haben ja auch die Mutter enttäuscht.  
Denn ihr Wunsch, dass die Kinder sich gern haben, hat sich nicht erfüllt.

So ist das auch mit Gott. Wenn wir andere Menschen unglücklich  
machen, dann stört das auch unsere Freundschaft mit Gott.  
Deshalb hat er uns gesagt, wir sollen alle Menschen lieben!

Eine Tat, die es anderen Menschen schwerer macht, glücklich zu  
werden, trifft auch immer Gott. Wenn wir das einsehen und die  
Menschen um Entschuldigung bitten, sollten wir das auch bei Gott tun.

## Ein Freund werden

Vielleicht denkst du jetzt, dass es ja auch Menschen gibt, die du nicht magst. Es reicht doch sicher, dass andere nett zu denen sind. Muss ich denn auch noch für diese Menschen ein Freund sein?

Es ist richtig, dass du nicht von allen Menschen ein Freund sein kannst. Aber wenn du nur die wenigen Menschen gut und richtig behandelst, die du magst, wirst du sie irgendwann auch verlieren. Denn es geht beim Gutes-tun nicht allein darum, anderen Menschen das Leben zu verschönern. Sondern darum, selbst ein «Freundesmensch» zu werden! Nicht nur einer, der seine Freunde gut behandelt, sondern der ein guter Freund **ist**.

In der Bibel heißt es, dass wir unseren Nächsten lieben sollen. Jesus hat dazu in einem Gleichnis einmal gesagt: Frage nicht, wer für dich der «Nächste» ist, sondern werde selbst ein «Nächster»!

(«Der Barmherzige Samariter», Lk 10, 25-37)



## Ein «Entschuldigungsmensch» werden

Die Bitte um Entschuldigung können wir gar nicht oft genug üben. Wir bitten Gott in jeder Heiligen Messe um Entschuldigung (ganz am Anfang der Messe), aber auch das ist oft noch viel zu wenig. Viele Christen bitten Gott mindestens jeden Abend um Vergebung für die Sünden, die sie am Tag begangen haben. Das ist ganz wichtig!

Denn so wirst du ein Mensch, der keine Angst hat, bei Gott um Vergebung zu bitten. Und dann kannst du auch die Menschen viel leichter darum bitten, dir zu verzeihen. So kannst du viele Freundschaften bewahren. Oder den Frieden in der Familie wieder herstellen. Und deine Eltern froh machen. Kurz: So kannst du ein Mensch werden, der andere glücklich macht.

Und, das wissen wir schon: Wer andere glücklich macht, wird selbst ein glücklicher Mensch.



## **Gott um Vergebung bitten**

**Eine Sünde stört also eine Freundschaft. Und da Gott will, dass wir gute Freunde sind, stört auch jede Sünde die Freundschaft mit Gott.**

**Wenn wir wieder glücklich werden wollen und die Freundschaften retten wollen, sollten wir also nicht nur die Mensch um Entschuldigung bitten, sondern auch Gott.**

**Soll ich dir etwas verraten? Um Gott um Entschuldigung zu bitten, brauchst du nur beten. Dazu musst du gar nicht in die Beichte! Denn wir machen so oft etwas falsch und müssten Gott so oft um Entschuldigung bitten, dass wir ständig beichten müssten. Bestimmt ein paar Mal am Tag!**

**So oft können wir gar nicht beichten gehen. Aber beten können wir, so oft wir wollen. Mehr als nur ein paar Mal am Tag: Wenn du willst, kannst du zehn Mal am Tag beten. Ganz unbemerkt, einfach so in Gedanken. Gott hört dich immer, auch ohne Kreuzzeichen und Händefalten. Vielleicht kannst du sogar mehr als zehn Mal am Tag beten? Vielleicht sogar hundertmal...? Da gibt es keine Grenze!**



## Ganz schlimme Sünden

Aber manchmal passieren uns nicht nur ärgerliche Fehler. Manchmal zerstören wir eine Freundschaft absichtlich. Zumindest in dem Augenblick sind wir richtig böse. Das geht oft wieder vorbei. Was aber, wenn die Freundschaft dann zuende ist? Wenn du jemand so sehr verletzt hast, dass er gar nicht mehr mit dir reden will? Dann wird es schwer, um Verzeihung zu bitten. Vielleicht auch deshalb, weil wir uns so sehr schämen, dass wir uns gar nicht mehr trauen.

Gott ist niemals so sauer, dass wir nicht mehr mit ihm reden können. Aber manchmal waren wir so gemein, dass wir mit uns selbst nicht mehr befreundet sein wollen. Und uns vorstellen, dass Gott vielleicht auch nicht mehr mein Freund sein will. Mag mich Gott noch? Will er immer noch mein Freund sein? Ach, wie schön wäre es, wenn er uns das sagen würde!

In einem solchen Fall brauchen wir mehr als nur das Gebet. Dann müssen wir hören, dass Gott zu uns sagt: «Ich verzeihe dir. Lass uns wieder Freunde sein!»



## Das geschieht in der Beichte: Gott spricht uns frei

Am Ende der Beichte passiert es: Gott sagt, dass er alle deine Sünden vergibt. Du sollst wirklich ganz und gar frei sein! Das sagt Gott (durch den Priester): «So spreche ich dich los von deinen Sünden: Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.»

Das ist das Geschenk der Beichte. Denn Gott sagen, dass es dir leid tut und ihn um Entschuldigung bitten, kannst du auch im Gebet. Aber Gott hören, wie er dir ganz persönlich sagt: «Alles ist wieder gut!», das gibt es nur in der Beichte.

Wenn du am Ende der Beichte diesen Satz hörst »Ich spreche dich los...«, dann brauchst du dich vor Gott für nichts mehr zu schämen, keine Sorge oder Angst mehr haben.



## Der Priester ist ein Handy

Vielleicht hast du auf der letzten Seite gedacht: «Gott spricht zu mir? Wo denn? Ich höre nur den Priester.» Nun, das stimmt. Aber der Priester leiht Gott seine Stimme. Im Grunde ist er genau deshalb Priester geworden, damit Gott seine Stimme, seine Hände, ja sogar ihn ganz und gar in Seinen Dienst nimmt, damit Gott uns durch den Priester erreichen kann.

Vielleicht kann man den Priester mit einem Telefon oder einem Handy vergleichen. Wir reden in der Beichte zum Priester – und alles, was wir sagen, kommt bei Gott an. Und dann sagt der Priester uns die Worte, die er im Auftrag Gottes sagen soll – weil das die Worte sind, die Gott zu uns sprechen möchte.

## Das Bekenntnis

Jetzt sind wir mit dem Wichtigsten der Beichte angefangen: Mit den Worten, die der Priester im Auftrag Gottes ganz am Schluss spricht. Davor aber kommt etwas, das uns meistens eher unangenehm ist: unser Bekenntnis. Wir sagen Gott alles, das uns leid tut. Zumindest alles, was uns einfällt. Sicher haben wir noch viel mehr Dinge getan, die nicht gut waren. Aber entweder haben wir sie wieder vergessen, oder auch gar nicht bemerkt. Gott weiß das alles schon. Aber: Warum erzählen wir Ihm das dann alles, an das wir uns erinnern?

Weil das ehrliche Aussprechen der Sünden ein großartiges Zeichen meines Vertrauens zu Gott ist. Denn peinliche Dinge erzählt man nicht jedem. Dafür muss man sich schon gut kennen. Ein Geheimnis vertraut man ja auch nicht einem ganz unbekanntem Menschen an.

Vielleicht ist Gott für mich noch nicht mein bester Freund. Er will es aber werden! Und genau das passiert, wenn ich beichte: Ich erzähle Gott, was meine geheimsten Sünden sind. Ich vertraue dieses Geheimnis ihm an. So werden wir zu Freunden!

Sünden bekennen ist also ganz wichtig - und bleibt trotzdem unangenehm. Aber es geht nicht ohne das Bekenntnis. Eine Beichte besteht nämlich nicht nur aus dem, was der Priester sagt. Eine Beichte beginnt mit dem, was du erzählst. Und dass du Gott damit deine Freundschaft anbietest. Aber, keine Sorge: Das letzte und wichtigste Wort hat Gott. Du brauchst deine Sünden nur so gut du kannst aufzählen. Das reicht allemal!

## Die Vorbereitung auf die Beichte

Damit du Gott deine Sünden anvertrauen kannst, muss man sich vorher Gedanken machen. Das nennen die Christen «Gewissenerforschung». Vielen fällt das schwer, weil sie ihre Sünden immer ganz schnell vergessen wollen. Andere wissen vielleicht gar nicht, wo sie anfangen sollen. Und wieder andere haben zwar ein mulmiges Gefühl, finden aber nicht die richtigen Worte dafür.

Deshalb gibt es für die Vorbereitung Hilfen. Manche heißen «Gewissenspiegel», weil man beim Lesen wie in einen Spiegel schaut und sich selber besser erkennt. Andere Hilfen sind zum Beispiel die «Bußgottesdienste», in den sich Menschen gemeinsam auf die Beichte vorbereiten.

Aber, soll ich dir etwas verraten? Der beste «Gewissenspiegel» sind manchmal deine Freunde, Geschwister oder Eltern. Stell dir einmal vor, du wärst deine eigene Mama: Hättest du gerne ein Kind, das sich so benimmt wie du? – Oder denke dir, du wärst dein Freund: Möchtest du dich selbst als Freund oder Freundin haben? – Oder als deinen eigenen Bruder oder Schwester...?

Manchmal sind Freunde, Geschwister, Eltern oder Lehrer wie ein Spiegel: An ihnen kannst du sehen, wie du dich ihnen gegenüber verhältst.



**Ich gebe dir noch einen Geheimtipp: Eine gute Vorbereitung auf die Beichte ist auch das Gebet. Frag ruhig Gott, was Ihm an dir gefällt – und was nicht. Stell Dir vor, wie Gott dich sehen würde. Das Gewissen ist das Echo der Stimme Gottes.**



## Die Wiedergutmachung

Jetzt habe ich die Beichte genau in der falschen Reihenfolge erklärt: Zuerst den Satz am Schluss, dann das Bekenntnis, das davor kommt, und dann die Zeit, in der du dir Gedanken machst, was du beichten kannst.

Auch noch vor der Beichte sollte eigentlich die Wiedergutmachung geschehen. Ein Mann, der seine geliebte Frau enttäuscht hat, schenkt ihr auch erst Blumen und bittet sie danach um Entschuldigung. Deswegen solltest du, wenn es möglich ist, vor der Beichte alles so gut klären, wie es geht. Wenn du etwas gestohlen hast, dann gib es zurück; wenn du gelogen hast, dann sag klar die Wahrheit; wenn du jemanden weh getan hast, dann schenke ihm Zeit, Aufmerksamkeit oder Schokolade.

Meistens gehen die Menschen aber erst zur Beichte und versuchen danach, den Schaden wieder gutzumachen. Das ist auch okay. Denn nach der Beichte fällt es vielen leichter, etwas wieder in Ordnung zu bringen.

Leider geht das nicht immer. Das »Wiedergutmachen«. Manchmal, weil die Menschen gar nicht mehr in deiner Nähe sind. Oder weil sie deine Sünde gar nicht bemerkt haben oder inzwischen längst wieder vergessen. Aber wenn du etwas wiedergutmachen kannst, solltest du dich vor (oder auch nach) der Beichte nach Kräften darum bemühen.



## Mit Gott ins Kino gehen?



Wenn zwei Menschen sich gestritten haben, sich gegenseitig vergeben haben und nun wieder Freunde sind – dann feiern sie manchmal die erneuerte Freundschaft. Manche gehen gemeinsam essen, sie gehen ins Kino oder verbringen einen schönen Abend miteinander.

Deshalb fragt der Beichtpriester am Ende der Beichte manchmal: «Was kann ich dir als Buße aufgeben?»

Natürlich klingt «Buße» nicht so schön. Da denkt man an eine Strafe oder Bestrafung. Dabei soll die Buße nach der Beichte aber eher etwas Schönes sein.

«Gott, ich war zuerst kein guter Freund für dich. Doch dann habe ich um Verzeihung gebeten und du hast mir vergeben. Was können wir jetzt Schönes gemeinsam machen?» – Natürlich kann man mit Gott nicht einfach Essen gehen oder ins Kino. Aber vielleicht können wir ihn loben? Ein Dankgebet sprechen? Uns für ein stilles Gebet zurückziehen? Etwas Zeit nur für Gott haben? – Es gibt viele Ideen.

Hauptsache, die «Buße» bereitet dir und Gott Freude!

## Das Beichtgeheimnis

Seine eigenen Sünden laut aussprechen, das macht keiner wirklich gerne. Gott gegenüber können wir das natürlich ohne Angst tun. Aber... was ist mit dem Priester? Er hört doch alles mit! Denkt der nicht anschließend schlecht über mich? Lästert er vielleicht mit anderen über mich? Was, wenn er mich an meine Eltern, Lehrer oder meine beste Freundin verrät?

Gott weiß, wie unangenehm es ist, wenn deine Sünden weitererzählt werden. Aber er möchte trotzdem, dass du sie aussprichst. Und er möchte, dass du jemanden hast, den du sehen und hören kannst, wenn du mit Gott redest. Weil Gott dies alles gleichzeitig möchte, hat er den Priester erfunden. Gott hat ihm nicht nur die Aufgabe gegeben, an Gottes Stelle die Worte der Vergebung zu sprechen. Sondern er hat dem Priester ganz streng verboten, irgendetwas aus der Beichte jemals irgendjemanden weiterzuerzählen.

Das nennt man das Beichtgeheimnis. Das ist vermutlich das am besten gehütete Geheimnis in der ganzen Welt. Kein Priester darf auch nur das kleinste Bisschen aus der Beichte weitererzählen. Nicht für ganz viel Geld; nicht dem König oder der Polizei. Auch nicht, wenn sein Leben davon abhängt. Und auch nicht nach vielen Jahren oder Jahrzehnten.

Nichts, niemanden, niemals!

Er darf Nichts aus der Beichte weitergeben.

Er darf es Niemanden weitererzählen.

Er darf das Niemals tun.

Das ist spannend. Und gleichzeitig ist beruhigend: Gott möchte so sehr, dass du in der Beichte keine Angst hast, dass er das strengste Geheimnis der Welt erfunden hat!

## Angst vor der Beichte

Vor einer Beichte bin ich immer noch nervös. Obwohl ich schon seit vielen Jahren regelmäßig beichte und eigentlich weiß, wie der Priester reagiert, bin ich immer noch ein bisschen aufgeregt. Das sind sicher auch Menschen, die schon lange nicht mehr gebeichtet haben. Und natürlich auch Kinder, die das erste Mal überhaupt beichten.

Aber das liegt nicht daran, dass die Beichte eine unangenehme Sache ist. Das Bekennen der eigenen Sünden ist unangenehm. Ja, das stimmt. Aber wenn das einmal geschafft ist, ist der erste Schritt in die Freude gemacht: «Ich habe es geschafft, ich war ehrlich!» Und der krönende Abschluss, die Antwort Gottes, zeigt, dass es sich gelohnt hat.

Es gibt vieles, das uns ein wenig Überwindung kostet: Der Sprung vom 3-Meter-Brett ins Wasser, ein Auftritt auf einer Bühne, um Entschuldigung zu bitten und eine Schuld einzugestehen. Wenn wir uns aber überwunden haben, dann sieht alles plötzlich ganz leicht aus! Im Nachhinein fragen wir uns dann: «Wovor habe ich überhaupt Angst gehabt?!»

Und, das ist ganz wichtig: Je öfter ich beichten gehe, umso leichter fällt es. Auch wenn ich immer noch ein wenig nervös bin, freue ich mich schon auf die nächste Beichte und das Gespräch mit Gott!



## Wo man beichten kann

Meistens beichten die Leute in einem großen Holzkasten, den sie «Beichtstuhl» nennen. Das Wort stimmt eigentlich nicht: Es handelt sich dabei nicht um einen Stuhl, sondern eher um einen Schrank. Der ist rundherum dicht, so dass niemand hören kann, was da drinnen gesprochen wird. Und damit keiner Sorge hat, dass der Priester einen erkennt, ist es manchmal auch noch richtig dunkel da drinnen. Und zwischen dem Priester und dem, der beichtet, ist sogar noch ein Gitter. Das alles soll helfen, dass die Menschen nicht so viel Angst vor der Beichte haben. Dumm ist nur, dass dieser Schrank manchen Menschen erst recht Angst macht.

Deshalb gibt es auch Beichtzimmer, in denen du dem Priester gegenüber sitzt und ihr euch beide sehen könnt. Manchmal findet die erste Beichte in der Sakristei statt (das ist der Raum, in dem sich die Priester und Messdiener auf die Messe vorbereiten). Oder in einem anderen größeren Raum der Kirche.

Aber beichten kann man eigentlich überall. In manchen Wallfahrtsorten beichten die Menschen auf der grünen Wiese, auf der die Priester auf Klappstühlen sitzen. Es gibt sogar ein «Beichtmobil», das ist ein Auto, indem man beichten kann. Bei manchen Priestern kann man bei ihnen zuhause beichten oder man trifft sich zum Spaziergang.

Vielleicht hast du keine Angst vor dem «Beichtschrank» oder du beichtest gerne im «Beichtzimmer». Wie auch immer: Die Beichte selbst bleibt eigentlich immer die gleiche, egal an welchem Ort sie stattfindet.

## Nach der Beichte: Freuen!

Vielleicht hast du lange gebraucht, bis du endlich eine Schuld in der Beichte ausgesprochen hast und nun davon frei bist. Da kann es passieren, dass du immer noch ein schlechtes Gewissen hast. Manche Menschen haben Jahre gebraucht, bis sie sich mit Gott versöhnt haben. Sie haben sich schon fast an ihre Schuldgefühle gewöhnt. Und so ganz plötzlich frei sein: Das geht nicht so einfach.

Damit wir nicht mehr zurückblicken, sondern auf das schauen, was die Zukunft bringt, gibt es ein Gebot nach der Beichte: «Freut Euch! Noch einmal sage ich Euch: Freut Euch allezeit!»

Denn wenn wir versuchen, nach der Beichte nicht die gleichen Fehler nochmal zu begehen, können wir uns ganz feste anstrengen. Aber das ist sehr schwer und klappt wahrscheinlich gar nicht. Wir können uns aber auch einfach freuen und versuchen, dem aus dem Weg zu gehen, was uns diese Freude nimmt. Das ist viel schöner!

Das ist so, als ob du ein neues, wunderbares Kleid zum ersten Mal trägst: Dann gehst du allem Dreck und allem Schlamm aus dem Weg, weil das Kleid so schön ist.

Oder du hast in der Schule ein neues Heft angefangen. Das alte war am Schluss so voller Fehler, Flecken und Verbesserung, dass es gar nicht mehr schön anzusehen war. Nun aber bemühst du dich, das neue Heft so schön, sauber und ordentlich zu lassen. Weil das Heft so schön aussieht!



**Deshalb sollen wir uns nach der Beichte, wenn Gott uns alles vergeben hat, einfach nur freuen! In der Freude haben wir dann überhaupt keine Lust, wieder eine Sünde zu begehen. Weil die Freude so schön ist!**

## Jetzt ist es soweit: Ich gehe beichten.

Beichten ist eigentlich ganz einfach. Für andere Dinge müssen wir uns viel merken, manches auswendig aufsagen oder bestimmte schwierige Bewegungen machen – zum Beispiel beim Fußball, beim Reiten oder für ein Theaterstück. Beichten ist dagegen ein Klacks!

Damit wir aber an Gott denken und nicht nur daran, alles irgendwie richtig zu machen, ist es gut, sich das Beichten hier noch einmal vor Augen zu halten. (Noch besser ist es, sooft beichten zu gehen, dass ich es mir einfach angewöhnt habe. Wie beim Fußball oder Reiten.)

Wenn du im Beichtstuhl oder im Beichtzimmer Platz genommen hast (oder dich hingekniet hast), beginnst du am besten mit dem Kreuzzeichen: **«Im Namen des Vater und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.»**. Falls der Priester dich nicht sehen kann (weil es im Beichtstuhl dunkel ist), sagst du kurz, wer du bist, zum Beispiel: **«Ich bin ein Mädchen, 8 Jahre alt und meine letzte Beichte war vor 3 Monaten.»**

Dann kannst du einfach mit deinen eigenen Worten sagen, welche Sünden dir eingefallen sind. Du kannst anfangen, indem du sagst: **«Folgende Sünden möchte ich beichten...»**. Wenn du nicht mehr weiter weißt oder dir vielleicht gar keine Sünden eingefallen sind, darfst du den Priester gerne um Hilfe bitten.

Wenn du fertig bist und alles gesagt hast, was du dir vorgenommen hast, musst du das natürlich dem Priester sagen. Das kann ein einfaches **«So, das war's.»** sein. Schöner ist es, wenn du sagst: **«Das sind meine Sünden. Sie tun mir leid. Ich bitte Gott um Vergebung.»**

Dann beginnt der Priester, dir etwas zu sagen. Höre gut zu, vielleicht stellt er dir noch eine Frage und beginnt ein Gespräch mit dir. Vielleicht gibt er dir aber auch einfach ein paar Tipps. Wenn der Priester fertig ist, schlägt er dir eine Buße vor – also etwas, das du nach der Beichte tun kannst, zum Beispiel ein Gebet. Und dann kommt das Wichtigste.

Ganz am Schluss spricht der Priester ein Gebet, das er auswendig kann, und das mit den Worten endet: **«...so spreche ich dich los von deinen Sünden: Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.»** Dazu macht er ein Kreuzzeichen über dich, und du machst dazu auch ein Kreuzzeichen über dich.

Vielleicht verabschiedet sich der Priester noch von dir, oder er sagt einfach: «Gott hat dir deine Sünden vergeben. Geh nun hin in Frieden!»

Das war's! – Das ist doch viel einfacher als ein Fußballspiel, oder?



## **Das Größte ist unsichtbar: die Beichtgnade**

Während der Beichte bist du vielleicht in Gedanken damit beschäftigt, ob du alles richtig machst. Oder du denkst an deine Sünden. Oder besser: Du hörst den Gedanken zu, die dir der Priester erzählt. Und vielleicht freust du dich schon auf die Zeit nach der Beichte, wenn das Leben ein ganzes Stück schöner geworden ist.

Was auch immer du in der Beichte tust, Gott tut auch etwas ganz Wichtiges. Gott umhüllt dich (wie eine Wolke) mit seiner Liebe. Er stärkt deinen guten Willen. Gott reinigt die wunderbaren Eigenschaften, die Er dir von Geburt an geschenkt hat. Und noch vieles mehr geschieht, während du beichtest, ohne dass du es merkst.

Das nennen wir die «Beicht-Gnade». («Gnade» heißt alles das, was wir unverdient geschenkt bekommen.) Die Beichtgnade ist wie eine reinigende und belebende Dusche, die uns erfrischt und wieder schön macht. Schöner als direkt nach einer Beichte kann ein Mensch auf dieser Welt gar nicht sein!

Und wenn wir an eine Dusche denken, dann erinnern wir uns vielleicht an eine andere Gnade, die wir bereits bei der Taufe geschenkt bekommen haben: Ein Kind Gottes sind wir damals geworden.

Die Beichte erneuert die Taufe, immer wieder. So werden wir immer wunderbare, wunderschöne und geliebte Kinder Gottes bleiben.

Ach, ist das herrlich!



«Kannst Du mir das mal erklären...» ist eine Reihe der Karl-Leisner-Jugend  
Bestellmöglichkeit: [www.karl-leisner-jugend.de](http://www.karl-leisner-jugend.de)



Text: Peter van Briel  
Illustrationen: Schwestern von Maria Stella Matutina

