

Die Beichte

Ein modernes Sakrament

Die Beichte - ein modernes Sakrament

Gemäß der Tradition unserer Site, neben den »Hilfen für Anfänger« auch eine ausführliche, tiefergehende Katechese anzubieten, möchten wir Dir hier wesentliche Bezugspunkte zur Beichte und zur Sündenvergebung nahe bringen.

1. Die Bedeutung des Sakramentes

Jesus stirbt am Kreuz und zahlt dadurch den Preis, den wir eigentlich entrichten müssten: Wir werden von der Verpflichtung (=Schuld), unsere Sünden wiedergutmachen, »erlöst«. (Dazu kannst Du ausführlich in der Katechese zur Erlösung lesen).

Durch die Taufe wird nun das, was Christus am Kreuz erworben hat, vom Taufbewerber angenommen. Während das Kreuzesopfer Jesu ein Angebot der Erlösung an jeden einzelnen Menschen ist, werden wir wirklich erst wie Christus - wir sterben mit ihm und gewinnen ein neues Leben - durch die Taufe.

Somit ist die Taufe das einzige, wirklich »heiligmachende« Sakrament. Was Jesus am Kreuz getan hat, nehmen wir an, indem wir uns taufen lassen. (Ihr könnt, wenn ihr möchtet, darüber mehr in der Katechese zur Taufe und Firmung nachlesen).

Aber dieses neue Leben (manche sagen: Gnadenleben) braucht, wie auch unser irdisches Leben, Nahrung. Das in der Taufe geschenkte Leben wird erhalten durch die Eucharistie - dort werden wir immer wieder durch den Empfang des Leibes Christi selbst zu Leib Christi. Das ist nichts anderes als Sündenvergebung und damit Kern und Zentrum unseres Glaubens. (Es ist daher durchaus empfehlenswert, vor dieser Katechese die Ausführungen zur Eucharistie zu lesen.)

Dieses neugewonnene Leben der Taufe ist also gefährdet: Auf der einen Seite durch Mangelernährung (also durch seltenen oder unwirklichen Empfang der Eucharistie), auf der anderen Seite aber auch durch bewusste Abkehr von Gott und Rückkehr zu einem gottlosen Leben - so, als wenn es die Taufe nicht gegeben hätte.

Die liebevolle Beziehung, die Gott in der Taufe zu uns geknüpft hat, wird verletzt oder aufgegeben. Dabei ist es nicht Gott, der einen Rückzieher macht - sondern der Mensch. Er verkrümmt sich wieder in sich selbst. Um sich wieder ganz auf Gott einzulassen, bedarf er der erneuten Hilfe Gottes - und Gott ist so großzügig, uns diese Hilfe in der Form eines Sakramentes zu gewähren: die Beichte.

Die Beichte ist somit im eigentlichen Sinne eine »Tauerneuerung« - oder, wie Papst Benedikt es formulierte, wie eine »Zweite Taufe«.

Formen der Vergebung der Sünden

Wer sich in einer Beziehung - zum Beispiel einer Liebesbeziehung - versündigt, d.h. wer diese Beziehung stört, kann auf vielerlei Arten wieder das Band der Liebe stärken: Er kann reden - oder Rosen kaufen, einen Liebesdienst verrichten (indem er zum Beispiel die Spülmaschine einräumt oder das Auto wäscht), oder der Geliebten zuliebe auf etwas verzichtet - zum Beispiel auf das Fußballendspiel mit den Kollegen und stattdessen mit zum Geburtstag der Schwiegermutter fährt.

Ähnliches gilt auch für Gott: Wenn ich mich Gott gegenüber leichtsinnig, gedankenlos oder absichtlich lieblos und desinteressiert verhalten habe, kann ich beten, Taten der Liebe verrichten, Opfer bringen, um Verzeihung bitten, Fasten und Verzichten oder andächtig und demütig die Kommunion empfangen.

Wenn ich mich meinem Ehepartner gegenüber allerdings so schwer versündigt habe, dass ich das, was ich getan habe, gar nicht wieder gut machen kann, bin ich auf die großherzige Verzeihung meines Geliebten angewiesen. Wer zum Beispiel fremdgegangen ist, kann das durch demütiges Schuheputzen nicht wettmachen. Da heißt es schlicht: »Rien ne vas plus« - Nix geht mehr. Es bleibt nur noch, um Verzeihung zu bitten - und demütig darauf zu warten, dass mir diese Verzeihung aus reiner Großherzigkeit gewährt wird.

Warum Beichten? Geht's nicht auch anders?

Immer dann, wenn Gott mir etwas gewährt, was ich nicht aus mir selber heraus empfangen, sondern von IHM - und das zudem notwendig für mein Heil ist - hat Gott dafür die Form des Sakramentes gewählt. Ein Priester leiht Gott die Stimme, um mir auf meine Bitte um Verzeihung zu antworten. Gott hält das für die angemessene Form - die Kirche stimmt dem zu und Du wirst vermutlich, wenn Du diese Katechese gelesen hast, ähnlich denken.

Natürlich können wir auch in der Beichte demütig um Verzeihung bitten, wenn wir uns keiner schweren Beziehungsstörung bewusst sind. Ein sehr löblicher Vorsatz: Sowohl für meine Beziehung zu Gott als auch für jede Beziehung zu den Menschen. Das werden wir noch weiter ausführen.

Aber notwendig, ja: unverzichtbar für mein Leben mit Gott, ist die Beichte vor allem dann, wenn ich sehnsüchtig darauf hoffe, dass Gott mir verzeiht, was ich selbst nicht gutmachen kann.

2. Beichte ist Beziehungserneuerung

Was ist eine Sünde?

Es mag Dich überraschen: Aber »Sünde« hat zunächst nicht soviel mit Moral zu tun. Es geht bei der Beichte nicht in erster Linie um Dein moralisches Verhalten - und logischerweise auch bei der Beichtvorbereitung nicht um eine moralische Innen-Revision.

Es geht um Deine Gottesbeziehung. Du gehst in der Beichte zu Gott, um Deine Beziehung zu ihm zu erneuern, auszuräumen, was im Wege steht und Deine Liebe zu ihm zu festigen. Die erste und wichtigste Frage ist also: Wie steht es um Dein Verhältnis zu Gott?

Stell Dir vor, Du merkst, wie Deine Freundschaft zu einem bestimmten Menschen immer langweiliger, routinierter und uninteressanter wird. Da nimmst Du auch nicht als erstes das Büchlein »Zehn Regeln für eine gelungene Freundschaft« zu Hand und kontrollierst, ob Du Dich in jeder Hinsicht gut verhalten hast. Selbst, wenn Du zum Schluss kommst: »Ich habe alle zehn Regeln eifrig und gewissenhaft befolgt« bleibt Deine Beziehung zu diesem bestimmten Menschen wie sie ist: erneuerungsbedürftig.

So fragen Menschen, die mit der Beichte konfrontiert werden, oft als erstes nach ihrem Sündenregister - und sind der Meinung, dass doch alles in Ordnung ist, weil sie keinen umgebracht haben - niemanden betrogen und niemanden verprügelt. Sie gehen die Liste der »Zehn Regeln für eine gelungene Gottesbeziehung« durch - die Zehn Gebote - anstatt sich an den zu wenden, um den es eigentlich geht: Gott.

Wenn Du eine Beziehung erneuern willst, dann frage Dich als erstes: »Was kann ich tun?« Du willst wieder etwas beginnen, was Du in dieser Beziehung vernachlässigt hast. Du suchst nicht nach Fehlern, sondern nach positiven Anknüpfungspunkten.

Sünde ist also in erster Linie nicht eine Verletzung von Regeln, sondern eine Beziehungsstörung. Regeln beobachten und überprüfen ist nur ein Weg, diese Störung zu entdecken. Der schönere Weg ist, sich neu zu verlieben.

Die Beichte: Du begegnest Gott

Viele, die das Wort »Beichten« hören oder auch tatsächlich beichten gehen, glauben, dass es sich dabei um ein Ritual handelt - so ähnlich wie das Händewaschen oder das Duschen. Sie überlegen lange, alles richtig zu machen und lernen Formeln, Sündenregister und Abläufe.

Dabei geht es in der Beichte um nichts weniger als um eine Gottesbegegnung. Wo immer Du beichtest (meistens wird es ja der Beichtstuhl sein - zur Architektur dieses Möbelstückes siehe: »Beichte für Anfänger«), betrittst Du sozusagen das Bundeszelt Gottes, das Allerheiligste, in dem Gott auf Dich wartet.

Eine Beichte lebt also nicht von der richtigen Wortwahl, sondern von Deiner Liebe zu Gott.

Eine biblische Grundlage der Beichte

Zugegeben - in theologischer Fachliteratur werden andere Bibelstellen zitiert (z.B. Mt 18; Mt 18, 21f; vor allem aber Joh 20,22f). Eine Szene aus dem Neuen Testament wird dabei gerne übersehen, dabei zeigt sich dort die Schönheit der Beichte in besonderem Maße:

»Als sie gegessen hatten, sagte Jesus zu Simon Petrus: Simon, Sohn des Johannes, liebst du mich mehr als diese? Er antwortete ihm: Ja, Herr, du weißt, daß ich dich liebe. Jesus sagte zu ihm: Weide meine Lämmer! Zum zweitenmal fragte er ihn: Simon, Sohn des Johannes, liebst du mich? Er antwortete ihm: Ja, Herr, du weißt, daß ich dich liebe. Jesus sagte zu ihm: Weide meine Schafe! Zum drittenmal fragte er ihn: Simon, Sohn des Johannes, liebst du mich? Da wurde Petrus traurig, weil Jesus ihn zum drittenmal gefragt hatte: Hast du mich lieb? Er gab ihm zu Antwort: Herr, du weißt alles; du weißt, dass ich dich liebe. Jesus sagte zu ihm: Weide meine Schafe!« (Johannes 21, 15-18)

Am Boden brennt ein Kohlenfeuer, an dem Jesus und Petrus sitzen. Das letzte Mal, als Petrus an einem Kohlenfeuer saß, hat er Jesus dreimal verleugnet (Johannes 18, 18). Jetzt ist es an der Zeit, dass Petrus seine Sünden beichtet.

Aber Jesus fragt nicht nach der Sünde: »Wieso hast Du das getan? Versprichst Du, es nicht wieder zu tun?« - sondern fragt einfach nach der Liebe seines Apostels. Dreimal - damit Petrus auch genau weiß, warum Jesus fragt. Und als Petrus es endlich begreift, heißt es: »Da wurde Petrus traurig ...« Erkenntnis stellt sich ein - und Reue. Das tut weh. Aber Petrus schaut tiefer, und er erkennt, dass diese Reue nichts anderes ist als Liebe - und er bekennt dem Herrn: Ja, ich liebe Dich!

Und schließlich schauen beide nach vorn: »Weide meine Schafe!« Die Sünden werden nicht analysiert - sie sind vergeben. Jetzt ist die Frage: Was bist Du bereit zu tun? - Das ist Beichte.

3. Die Gewissensforschung: Drei Stufen der Schönheit

1. Stufe: Ich wache aus der Gedankenlosigkeit auf

Wenn Du beichten möchtest, dann musst Du Dir erst einmal Gedanken machen, was Du überhaupt beichten willst. Und damit beginnt schon der erste und wichtigste Schritt zu innerer Schönheit.

Das größte Problem heutzutage ist nämlich die Gedankenlosigkeit. Nicht nur, weil wir damit großen Schaden anrichten: Weil wir unaufmerksam sind; das nötige Feingefühl vermissen lassen; weil wir nicht merken, wenn andere leiden oder unsere Hilfe gebrauchen; weil wir durch Gedankenlosigkeit die Natur zerstören oder Menschen vernichten. Auch nicht deshalb, weil wir uns damit der Höhen und Tiefen unseres Lebens berauben, weil wir gar nicht merken, wie kostbar bestimmte Augenblicke sind; weil wir die Tragik oder Schönheit der Welt, der Menschen und der Natur nicht mitbekommen. Nein, das sind nicht die schlimmsten Auswirkungen der Gedankenlosigkeit. Das Schlimmste an der Gedankenlosigkeit ist, dass wir uns damit selbst um das Glück schlechthin bringen.

Das größte Problem der Menschen zu allen Zeiten ist die eigene Schlechtigkeit (oder Sündhaftigkeit). Darunter haben die Menschen zu allen Zeit mehr gelitten als unter Hungersnöten oder Armut. In allen Religionen haben die Menschen versucht, dagegen ein Mittel zu finden: Da wird geopfert, was das Zeug hält: Erstlingsgaben, Essen, Tiere und manchmal sogar Menschen. Da wird gereinigt, gewaschen und gesäubert, vorwärts und rückwärts. Da werden Rituale erfunden, um sich von den bösen Geistern zu befreien.

Das ist der eigentlich Grund einer jeden Religion: Wir sehnen uns nach Erlösung. Nicht nach Erlösung von den Naturkatastrophen, Erlösung von den bösen Nachbarn oder von Pickeln. Die tiefste Sehnsucht ist die Erlösung von der eigenen Schlechtigkeit und Gottferne. Und das höchste Glück eines jeden Menschen ist das Bewusstsein, etwas richtig gemacht zu haben. Trotz aller widrigen Umstände gut gewesen zu sein. Oder einen Menschen gefunden zu haben, der uns gut behandelt hat.

Und die Gedankenlosigkeit bringt uns um die Erkenntnis, ob unser eigenes Handeln gut ist oder nicht. Wer sich darin abgestumpft hat, beginnt, vor sich hin zu vegetieren. Mag er auch noch so beschäftigt sein und erfolgreich - Wir verlieren das Glück, wenn wir Gut und Böse nicht mehr bemerken.

2. Stufe: Ich gestehe meine Sünden ein

Menschen, die Fehler haben, sind unangenehm. Aber noch schlimmer sind Menschen, die das noch nicht einmal merken.

Ich kann Dir Beispiele ohne Ende nennen, in denen das Verhalten eines Menschen an sich gar nicht so schlimm ist; aber gerade durch die Tatsache, dass derjenige überhaupt nicht merkt, was er tut, und deshalb seine Grenzen nicht kennt, wird diese Person zur Nervensäge.

Du wirst also nicht erst dadurch sympathisch, wenn Du perfekt bist (das ist keiner außer Gott, und das erwartet auch keiner von Dir - noch nicht einmal Gott). Sondern attraktiv und sympathisch wirst Du schon dadurch, dass man Dir Dein Wissen um Deine Fehler und Schwächen anmerkt. Im allgemeinen schämt sich keiner gerne (manche werden allein schon deshalb rot, weil sie sich so davor schämen, rot zu werden) - aber gerade das weckt Zuneigung und Nähe.

Das gilt auch für Gott: Er erwartet keine Perfektion. Aber er will Dich auch davor bewahren, dass Du Dich einfach mit Deinen Fehlern arrangierst und abfindest: »Ich

bin nunmal so, wie ich bin ... Wenn Du es nicht haben kannst, dass ich gerne lüge, dann such Dir doch eine andere Freundin.« - So wird das nicht, mein Freund.

Wenn Du wirklich Gott neu lieben möchtest, dann solltest Du ihm so sehr vertrauen, dass Du keine Ausflüchte und Beschönigungen mehr brauchst. Sag' Gott einfach, wie es ist: »Ich habe Mist gebaut.« - Dafür liebt Gott Dich!

3. Stufe: Ich nehme Hilfe an

Während Stufe eins und zwei der Gewissenserforschung noch jedem Menschen, auch den absolut unreligiösen Zeitgenossen einleuchtet und möglich ist, unterscheidet der dritte Schritt den Christen von allen anderen. Nachdem ich erstens angefangen habe, mich mit den Augen Gottes zu betrachten und ich mir zweitens meiner Fehler bewusst bin, stellt sich nun drittens die Frage: Wie kann ich mich ändern? Woher kommt mir Hilfe?

Es bietet sich natürlich zunächst an, sich in der eigenen Disziplin zu üben. Oder eine Selbsthilfegruppe zu besuchen. Vielleicht gibt es auch eine neuartige Therapie - so nach dem Motto »Abnehmen und schlank werden - ganz ohne hungern!« (ziemlich unglaubwürdig). Oder ich lese ein Buch »positiv denken« oder rede mir ein »Du bist o.k. - ich bin o.k.«. Vielleicht kann mir auch jemand die Karten legen und mir sagen, wie alles wieder gut wird - oder ich gebe einfach auf, lege mich ins Bett und steh nicht mehr auf. »Wer schläft, sündigt nicht.«

Der Christ hält von alledem zunächst nichts. Zunächst sucht der Christ Hilfe bei Gott. Wenn es darum geht, gesund zu werden, brauchen wir Medizin. Wenn ich ein psychisches Problem habe, eine Therapie. Wenn ich groß und stark werden will, muss ich eifrig Fruchtzwerge essen; für weiße Zähne nehme ich die entsprechende Zahnpasta. Aber um ein moralischer Mensch zu werden - ein Mensch, der gut ist? Da hilft nur einer, der selbst »der Gute« ist: Gott.

Der Christ ist kein besserer Mensch als die Nichtchristen. Der Christ wird dadurch zum Christen, dass er die Hilfe, die andere Menschen innerhalb dieser Welt suchen, von Gott erbittet.

Gut werde ich nur durch Gott. Durch sonst nichts. Das glauben wir Christen - wir sind von der homöopathischen Wirkung Gottes felsenfest überzeugt. Und deshalb gehen wir mit unseren Sünden zunächst zu Gott. (Danach kann man dann immer noch mit der Disziplin oder der Schlankkeitstherapie beginnen - aber die ist dann, dank der Gnade Gottes, gar nicht mehr sooo schwer - oder vielleicht sogar nicht mehr nötig).

4. Entschuldige ich mich in der Beichte?

Im Grunde ist eine »Entschuldigung« die Feststellung, dass keine Schuld vorliegt. (Der Schüler entschuldigt sich z. B. für seine Fehlzeiten, indem er ein ärztliches Attest vorlegt.) Wer sich entschuldigt, führt Gründe an, die ihn von Schuld freisprechen: »Ich konnte nicht anders«, »andere sind schuld«, »meine Uhr ist stehen geblieben«, »es gab da ein Erdbeben« usw. Sich entschuldigen heißt also, Schuld von sich zu weisen.

Wer allerdings tatsächlich einen Fehler gemacht hat und Schuld auf sich geladen hat, kann sich gar nicht entschuldigen.

Diese weit verbreitete Sitte, dennoch nach einem Fehltritt einfach ein »'tschuldigung!« in den Raum zu rufen, ist - genau genommen - eine Unverschämtheit. Wer sich entschuldigt, muss schon gute Gründe anführen, warum er glaubt, unschuldig zu sein.

Wer einen Fehler gemacht hat und Schuld auf sich geladen hat, dem bleibt nichts anderes übrig, als um Entschuldigung zu bitten. Eine Bitte, auf deren Erfüllung man allerdings keinen Anspruch hat! Die Erfüllung ist einzig und allein eine Großzügigkeit dessen, an dem man schuldig geworden ist.

Der Geschädigte kann die Bitte um Entschuldigung annehmen und Dir »Entschuldigung gewähren«. So redet natürlich keiner, aber genau das ist gemeint: Ich nehme Dir die Schuld, die Du begangen hast, und »entschulde« Dich, weil Du mich um »Entschuldigung« gebeten hast.

Dieser Unterschied zwischen »sich entschuldigen« und »um Entschuldigung bitten« ist himmelweit. Denn nur, wer erkennt, dass er wirklich Schuld hat, kann Reue zeigen. Und ohne Reue wird es - nicht zwischen den Menschen, nicht vor dem Staat und vor Gericht; auch nicht vor Gott - keine gnädige Vergebung geben.

Eine Beichte ist also kein Ort, an dem Du Dich mal kurz »entschuldigst« - sondern der Ort, an dem Du um Entschuldigung bittest und gnädig Vergebung erfährst - vorausgesetzt, Du bereust.

5. Was ist Reue?

Reue ist so etwas wie »Entsetzen«. Reue erkennt, was Du angerichtet hast und fühlt mit dem Geschädigten mit. Reue ist somit immer eine schmerzhafteste Reaktion - kein schönes Gefühl; aber sehr heilsam und für jede Bitte um Entschuldigung und vor allem für die Beichte unverzichtbar.

Die Kirche unterscheidet zwei verschiedene Formen von Reue: Die unvollkommene Reue und die vollkommene Reue.

Die unvollkommene Reue

Wenn Reue meint, dass man erkennt, was man getan hat und mit dem Geschädigten mitfühlt - dann ist die unvollkommene Reue eben nur ein bruchstückhaftes Erkennen und ein halbherziges Mitfühlen. Aber besser begreift man die Unvollkommenheit, wenn ich ein paar Beispiele bringe:

»Oh Gott - jetzt habe ich meine Freundin gerade für meine letzte Lüge um Entschuldigung gebeten - und jetzt habe ich sie schon wieder belogen. Ich habe es aber satt, mich ständig zu entschuldigen!« (Vollkommen wäre es, wenn Du nicht daran denkst, wie lästig das für Dich ist - sondern wie gemein dass Deiner Freundin gegenüber ist!)

»Oh nein - ich bin schon wieder mit 80 km/h in der geschlossenen Ortschaft geblitzt worden! Langsam wird mir das aber zu teuer!« (Vollkommen wäre die Reue, wenn Du erkennst, wie gemeingefährlich es ist, mit 80 durch ein Wohngebiet zu fahren - ganz unabhängig davon, ob Du geblitzt wirst oder nicht.)

»Ich verstehe nicht, warum Du Dich so aufregst. Aber ich will nicht, dass Du Dich verletzt fühlst!« (Vollkommen wäre es, wenn Du nicht nur das Gefühl von Verletzung vermeiden willst, sondern den Grund für dieses Gefühl - Dein Fehlverhalten.)

»Oh, verdammt! Jetzt habe ich gerade gebeichtet, und schon wieder geflucht! Dabei habe ich mich gerade so gut gefühlt!« (Vollkommen wäre Deine Reue, wenn Du nicht danach fragst, wie Du Dich fühlst, sondern wie Gott von Dir behandelt wird!)

»Ach, das tut mir aber leid, dass ich Dich so enttäuscht habe. Ich habe nicht gewusst, dass ...« (Vollkommen wäre die Reue, wenn Du Dich auch fragst, ob

Du es hättest wissen können. Vielleicht liegt Deine Schuld darin, nicht genug gefragt - mitgedacht - mitgeföhlt zu haben.)

Die Kirche hat immer daran festgehalten, dass für die Vergebung der Sünden in der Beichte die unvollkommene Reue reicht. Damit ist sie großzügiger als wir es meistens sind - wir vergeben nur ungern, wenn wir nicht Anzeichen einer wirklichen Reue sehen. Aber - wie kommt die Kirche dazu? Geht sie nicht etwas zu lasch mit der Gnade Gottes um?

Nein, die Kirche steht damit fest auf biblischem Grund. Im Gleichnis vom »Verlorenen Sohn« (besser: vom »Barmherzigen Vater«) heißt es:

(Lukas 15, 14-20): Als er alles durchgebracht hatte, kam eine große Hungersnot über das Land, und es ging ihm sehr schlecht. Da ging er zu einem Bürger des Landes und drängte sich ihm auf; der schickte ihn aufs Feld zum Schweinehüten. Er hätte gern seinen Hunger mit den Futterschoten gestillt, die die Schweine fraßen; aber niemand gab ihm davon.

Da ging er in sich und sagte: Wie viele Tagelöhner meines Vaters haben mehr als genug zu essen, und ich komme hier vor Hunger um. Ich will aufbrechen und zu meinem Vater gehen und zu ihm sagen: Vater, ich habe mich gegen den Himmel und gegen dich versündigt. Ich bin nicht mehr wert, dein Sohn zu sein; mach mich zu einem deiner Tagelöhner.

Dann brach er auf und ging zu seinem Vater. Der Vater sah ihn schon von weitem kommen, und er hatte Mitleid mit ihm. Er lief dem Sohn entgegen, fiel ihm um den Hals und küsste ihn.

Der Sohn bereut nicht, dass er das Geld des Vaters verschwendet hat, ihm Sorgen bereitet und sich ungerecht verhalten hat - er hat lediglich Hunger. Eine ziemlich unvollkommene Reue - er bereut im Grund nur den schlechten Ausgang seiner Eskapade. Aber für den barmherzigen Vater reicht es - er fällt ihm, noch eher er ein Wort der Reue äußern kann, um den Hals und küsst ihn (der Kuss ist ein Zeichen der wiederhergestellten Beziehung).

Die vollkommene Reue

Die vollkommene Reue dagegen erkennt und föhlt mit - ohne Vorbehalte. Wirklich vollkommen können wir nicht erkennen (das kann nur Gott), deshalb sprechen auch einige Geistliche Autoren von der »Liebesreue« (»lieben« und »erkennen« ist im hebräischen das gleiche Wort - und eigentlich auch der gleiche Sachverhalt). Ich bereue etwas, nicht aus Angst vor Strafe oder negative Folgen für mich - sondern aus Liebe zu dem, den ich geschädigt habe.

Warum diese Unterscheidung?

Da jede Sünde eine Beziehungsstörung ist - beziehungsweise der Tod einer Beziehung - ist die Liebesreue bereits die Wiederherstellung der Beziehung. Wer liebt - vorbehaltlos und ohne eigennützige Absichten - der hat die schlimmste Folge der Sünde bereits überwunden. Deshalb sprechen die geistlichen Autoren auch davon, dass die vollkommene Reue (also die Liebesreue) jede Sünde Gott gegenüber augenblicklich vergibt.

Allerdings sollten wir mit der Liebesreue auch die Absicht verbinden, baldmöglichst beichten zu gehen. Zum einen, weil wir uns nie so ganz sicher sein können, ob unsere Reue wirklich vollkommen ist - und zum anderen aus Liebe zu Christus, der uns dieses Sakrament geschenkt hat. Deshalb spricht die Kirche auch davon, dass die Liebesreue nur dann alle Sünden augenblicklich vergibt

(incl. der Todsünden), wenn sie mit der festen Absicht verbunden ist, das Sakrament der Beichte zu empfangen.

Die unvollkommene Reue dagegen führt erst dann zu einer wirklichen Vergebung durch Gott, wenn sie von Gott - gnädigerweise - angenommen wird. Gott schenkt uns diese Gnade gerne; aber er möchte darum gebeten werden.

Das ist wichtig! Darum wiederhole ich mich gerne: Für die Beichte reicht auch die unvollkommene Reue aus. Das macht die Beichte so genial. Während wir im Gebet oft Grübeln, ob die Reue wirklich ausreicht oder vielleicht nur eingebildet ist, ist eine Beichte auch dann gültig (und wirksam!), wenn die Reue nur im Ansatz vorhanden ist. Das nennt man »Gnade«!

6. Warum Gott die Sünden sagen?

»Ich beichte Gott meine Sünden«. Das klingt ziemlich behämmert. Warum jemanden etwas sagen, was er schon weiß? Und warum reicht es nicht, sich direkt mit dem Geschädigten (z. B. meinem Nachbarn) zu versöhnen?

Wer um Verzeihung bittet, sagt: »Ich liebe Dich«

Nun, unsere Sprache hat nicht nur den Sinn, Informationen auszutauschen. Gott über irgendetwas zu informieren wäre tatsächlich überflüssig. Unsere Sprache hat noch viel mehr Bedeutungen. Die schönste davon ist es, einander seine Gefühle auszudrücken (auch, wenn der andere es schon weiß), Beziehung am Leben zu erhalten und zu kräftigen. Die schönste Form der Sprache aber ist es »Ich liebe Dich« zu sagen.

In der Beichte informierst Du Gott nicht über Deine Sünden. Sondern Du bekennst Dich zu dem, was Du getan hast - und, weil Du es ausgerechnet Gott sagt - bekennst Du Dich trotz Deiner Sünden zu Gott. Eigentlich gilt das für jede Beziehung: Wer sagen kann »Ich habe Dich nicht genug geliebt« macht damit eine der schönsten Liebeserklärungen.

Der Sänger von Pur singt zum Beispiel: »Ich habe gut und gerne fünf Kilo Übergewicht, eine krummes Ding namens Nase zierte mein Gesicht - und wie ich an eine Frau wie Dich komm, weiß ich nicht.« - Jede Liebe lebt in der Überzeugung, unverdient zu sein. Auszudrücken, dass man diese Liebe nicht verdient, ist eine Liebeserklärung - auch, wenn es wie eine Beichte klingt.

Das also ist das Sündenbekenntnis: Eine Liebeserklärung.

Wer um Verzeihung bittet, wird frei

Aber die Sprache hat noch mehr Funktionen. Wer seine Sünden bekennt und ausspricht, der gibt sie ab.

Sprache hat tatsächlich die Funktion, »etwas herauszulassen«. In einigen Therapien muss ein bestimmter Sachverhalt mehrfach ausgesprochen werden (»Lass es raus! Lass Deinen Hass, Deinen Zorn und Deine Wut los!«); in unausgesprochenen Konflikten oder verheimlichter Schuld schwelt ein Feuer, erst wenn man das Problem anspricht, löst sich der Knoten.

In Psalm 32, 2-5 heißt es: »Wohl dem Menschen, dem der Herr die Schuld nicht zur Last legt und dessen Herz keine Falschheit kennt. Solang' ich es verschwieg, waren meine Glieder matt, den ganzen Tag musste ich stöhnen. Denn deine Hand lag schwer auf mir bei Tag und bei Nacht; meine Lebenskraft war verdorrt wie durch die Glut des Sommers.

Da bekannte ich dir meine Sünde und verbarg nicht länger meine Schuld vor dir. Ich sagte: Ich will dem Herrn meine Frevel bekennen. Und du hast mir die Schuld vergeben.«

Wer um Verzeihung bittet, erkennt Gott an

Ich bitte nur jemanden um Verzeihung, dem ich auch etwas angetan habe. Warum Gott meine Sünden beichten - wenn ich doch meinen Freund beleidigt habe? Und: Wenn ich meinen Freund um Verzeihung gebeten habe - warum dann noch beichten gehen und es auch noch Gott sagen?

Weil Gott auch enttäuscht ist, wenn ich meinen Freund belüge. Gott liebt ja nicht nur mich - sondern auch die Menschen, an denen ich mich versündige - und sei es nur, dass ich schlecht über andere gedacht habe.

Wenn Mama ihren beiden Söhnen aufträgt: »Seid schön artig, während ich einkaufe! Und nicht schon wieder streiten!« - und dann die beiden Kinder prompt in erbittertem Streit ausbrechen, sich versöhnen und vertragen, bevor Mama wiederkommt - werden die beiden dann nicht auch, weil sie Mama mögen, ihr ohne Not ihren Streit beichten?

Gott ist kein Polizist, der mich nur deshalb bestraft, weil ich eine Regel übertreten habe. Sondern Gott ist der Schöpfer aller Menschen und der Vater aller Christen, der auch mitleidet, wenn ich meinen Mitgeschöpfen Leid antue.

7. Schwere Sünde - leichte Sünde

Immer wieder werde ich gefragt, was denn eine schwere - und was eine leichte Sünde sei. Nun - eigentlich müssen wir es nicht so genau wissen, wenn wir regelmäßig (z. B. 14-tägig) beichten gehen und alle Sünden, die uns bewusst sind, vor Gott bringen. Zu fragen, was davon schwer und was nicht ganz so schwer wiegt, ist dann müßig - und lenkt vom eigentlichen Sinn der Beichte ab.

Interessant wird es erst dann, wenn ich gar nicht regelmäßig beichten gehen möchte, sondern nur dann beichten gehe, wenn ich muss. Allein schon dieser Gedanke ist eine Perversion des Beichtgeschehens. Anfang des 20. Jahrhunderts haben viele Gläubige die Priester bedrängt, doch bitte genau festzulegen, wo eine leichte Sünde aufhört und eine schwere Sünde beginnt. Im »Beichtbüchlein« des Münsteraner Professors Jone von 1914 schlägt sich das Entgegenkommen der Priester dann nieder. Zum Beispiel heißt es dort, dass jemand, der Freitag weniger als 60 g Fleisch isst, sicherlich nicht schwer sündigt, dagegen ist es mit Sicherheit eine leichte Sünde, mehr als 20 g Fleisch zu essen.

Es ist aber sicherlich kein Ausdruck einer gelungenen Liebesbeziehung, das Fastenversprechen mithilfe einer Briefwaage einzuhalten.

Aber so ist es nun einmal: Wir haben ein gestörtes Verhältnis zum Guten - und so wissen wir manchmal nicht genau, ob das, was wir getan haben, gut, schlecht oder sehr schlecht gewesen ist. Die Kirche steht hier sicher in der Pflicht, uns Richtlinien zu nennen, die uns Schuld und auch schwere Schuld erkennen lassen.

Schwere Sünde

Zunächst gehört zur schweren Sünde die sogenannte »schwere Materie«. Das heißt, das Gebot oder das Gut, das wir verletzen, ist keine Nebensache und keine Bagatelle. Sicherlich gehören dazu die Zehn Gebote und die Fünf Kirchengebote.

Alle schweren Sünden aufzuzählen ist unmöglich. Auf jeden Fall gehört hierzu aber der Ehebruch, die absichtliche Lüge, Betrug, Mord, Gewalt, Körperverletzung, sexuelle Perversion, Untreue, Geheimnisverrat, üble Nachrede oder Verleumdung, Diebstahl, Drogenmissbrauch, Blasphemie (Gotteslästerung) und Sakrileg (Schändung des Heiligen).

Darüber hinaus muss der Verstoß gegen dieses Gebot freiwillig, absichtlich und wissend geschehen. »Aus Versehen« sündigt keiner schwer; ebenso wenig, wenn er von einem Gebot gar nichts gewusst hatte oder die Folgen seines Tuns ohne Schuld falsch eingeschätzt hat.

Allerdings sollten wir uns in dieser Hinsicht genau prüfen; denn sehr schnell haben wir Entschuldigungen an der Hand, die wie das Kaninchen aus dem Hut gezaubert sind. Die Frage ist vor allem, ob wir an dem Zustand der Unwissenheit, der Absichtslosigkeit oder der Unfreiwilligkeit nicht vielleicht selbst schuld sind? (Weil wir zum Beispiel freiwillig zuviel Alkohol getrunken haben ...?)

Kant hat die Leichtfertigkeit, mit der wir uns einreden, wir könnten nicht anders, mit einem schönen, wenn auch drastischen Beispiel veranschaulicht: Einem jungen Mann, der sagt, dass bei Zusammentreffen bestimmter Bedingungen wie einem Haus, in dessen Schlafzimmer sich sein Liebchen befindet, er nicht anders könne als von seiner Leidenschaft hingerissen zu werden und Handlungen vorzunehmen, die in der Transzendentalphilosophie als »Sauerei« zu bezeichnen sind, antwortet Kant eiskalt: Dann lassen wir alle diese Bedingungen zusammentreffen und vermehren sie um eine, dass nämlich vor dem Haus ein Galgen errichtet sei, an welchem du nach Verrichtung deiner Handlungen sofort aufgeknüpft wirst, dann wollen wir doch einmal sehen, ob du nicht doch anders kannst. (KpV A 54 - zitiert nach R. Löw).

Ein guter Indikator für eine schwere Sünde ist unser Gewissen. Zu dem, was wir unter Gewissen genau zu verstehen haben, ist allerdings eine eigene Katechese erforderlich. Nur soviel: Wer sein Gewissen regelmäßig bildet, der Kirche in ihren moralischen Vorstellungen folgt, der darf ruhig seinem Gewissen trauen im Urteil über die Schwere einer Schuld.

Eine schwere Sünde richtet sich gegen eine Person oder eine Sache dieser Welt - und gegen Gott. Insofern verlangt eine schwere Sünde fast ausnahmslos eine irdische Wiedergutmachung - und die sakramentale Beichte vor Gott.

Leichte Sünde

Zu dem, was im Allgemeinen als »leichte Sünde« oder veraltet auch als »lässliche Sünde« bezeichnet wird, brauchen wir dann nicht mehr viel zu sagen. Eine lässliche Sünde ist demnach alles, was zwar Sünde ist, aber eben nicht schwer sündhaft. Mit anderen Worten: Immer dann, wenn wir unwissend (aber unverschuldet unwissend!), unfreiwillig oder in guter Absicht gehandelt haben - oder wenn der angerichtete Schaden oder das übertretene Gebot nur unbedeutend ist, handelt es sich um eine lässliche, d.h. für Dein Verhältnis zu Gott nicht schwer lastende Sünde.

Dabei gilt der Grundsatz: Wenn Du Dir - nach eifriger und aufrichtiger Gewissensforschung - nicht sicher bist, ob Du eine leichte oder eine schwere Sünde begangen hast, so nimm Dir zwar vor, sie bei nächster Gelegenheit zu beichten - bis dahin gehe aber davon aus, dass es sich um keine Todsünde gehandelt hat.

Das mag mal wieder sehr »lasch« klingen. Aber die Kirche hat kein Interesse an einem übertriebenen Sündenbewusstsein - auch wenn der Kirche das immer wieder unterstellt wurde (und noch wird).

Dahinter steckt auch die Erfahrung der Kirche, dass im Zweifelsfall Skrupellanten (Mensch mit übertriebenem Schuldkomplexen) eher gefährdet sind als moralische Phlegmatiker (Menschen mit unterentwickeltem Schuldbewusstsein). Mal ehrlich: Moralische Phlegmatiker sind wir mehr oder weniger alle, oder?

Und noch ein Ratschlag: Bevor Du also schlaflose Nächte hast, ob etwas überhaupt Deine Schuld war - und wenn, ob nur leicht, schwer oder sehr schwer ... geh einfach beichten! Dann hat sich die Frage erledigt. Das Schöne an einer Beichte ist, dass Du alles beichten kannst - auch die Dinge, die gar keine Sünden gewesen sind. Außerdem ist es doch nett, wenn der Priester Dir die erfreuliche Nachricht mitteilt, dass aus seiner Sicht die Hälfte Deiner Sünden gar keine Sünden sind - das nennt man dann »Frohe Botschaft«.

8. Die Aufgabe des Priester in der Beichte

Genau genommen hat der Priester in der Beichte möglichst keine eigene Rolle zu spielen.

Er ist - wie schon in der »Beichte für Anfänger« beschrieben, nur Telefonhörer. Er nimmt Dein Bekenntnis im Auftrag Gottes entgegen - und richtet Dir aus, was er im Auftrag Gottes zu sagen hat. Die schönsten Beichten sind oft sehr kurz - mit Gott plauschen und »schnackeln« kann man ja auch im persönlichen Gebet.

Aber nicht jeder kann richtig beten. Oft sind es gerade die Sünden, die uns im Gebet mit Gott behindern oder es unmöglich machen. Und nicht jeder möchte »nur« Vergebung der Sünden, sondern braucht vielleicht auch Mut, Zuversicht, Selbstvertrauen und einen guten Rat.

Der Priester als Arzt

Deshalb kann und darf ein Priester auch mehr als nur die Sünden vergeben: Er ist mehr der Arzt, der sich um den Verletzten oder Verwundeten kümmert. Seine erste Medizin ist und bleibt die sakramentale Vergebung - nicht die eigenen Hausmittelchen und selbstgebrauten Heiltropfen.

Aber um die Wirkung der Gnade zu verdeutlichen oder spürbarer zu machen - oder um der Heilkraft der Gnade überhaupt Raum zu geben oder zumindest intensiver wirken zu lassen, ist der Priester auch mit seinen eigenen Worten gefragt. Dabei sollte der Priester sich aber weniger von seiner persönlichen Hobby-Psychologie leiten lassen - und auch keine Therapieform nach seinem Namen benennen; der Zuspruch des Priester steht weiterhin ganz unter dem »Telefonhörer - Gedanken«: Es sollte Gott sein, der aus dem Priester spricht.

Deshalb ein Ratschlag an die Priester: Nehmt Euch zurück und lasst Gott in Euch wirken. Vielleicht habt ihr viel Zeit in einen psychologischen Abendkurs gesteckt - deren Früchte vergiften aber eher das Sakrament der Beichte als dass sie es befruchten. Gebt Gottes Geist Raum, indem ihr im Beichtstuhl betet (und nicht im Freud'schen Lexikon für Traumdeutung blättert).

Und ein Ratschlag an den Beichtenden: Erwartet vom Priester keine Beratung - weder in Ehefragen noch in Konfliktvermeidung. Ein guter Priester ist ein Priester, der Euch von Gott erzählt - und Euch das Gefühl bestätigt, dass Gott der eigentlich Handelnde im Beichtstuhl ist. Weist den Priester, der Euch nach den Wurzeln Eurer Sünde in der Kindheit fragt, auf Eure eigentliche Absicht hin: »Entschuldigen Sie, Herr Pfarrer, ich wollte eigentlich meine Sünden los werden - und nicht analysieren.«

Der Priester als Richter

Den Priester als Richter anzusehen, ist in der Theologie oder Katechese nicht sehr populär und wird oft abgelehnt - oder zumindest verschwiegen. Dabei sind es doch meistens die Richter, die in Kino- und Fernsehfilmen die ruhigen väterlichen Figuren sind und die letzte Zuflucht für jemanden, der Gerechtigkeit oder auch mal nur einen Rat sucht (wer das nicht glaubt, der möge sich einfach mal eine Grisham-Verfilmung nach der anderen ansehen. Ich wäre als Beichtvater gerne wie ein Grisham-Richter!).

Die Aufgabe des Richters ist es, Recht zu sprechen. Die Wahrheit zu finden - und dann, wenn alle Voraussetzungen erfüllt sind, das Urteil zu sprechen.

Genau das soll der Priester auch sein: unparteiisch, der Wahrheit verpflichtet. Er darf nicht einfach die »Lossprechung« der Sünden verschenken, wenn z. B. keine Reue oder kein Bekenntnis vorliegt. Er ist nicht einfach nur dem guten Gefühl des »Klienten« verpflichtet, sondern der Wahrheit.

... im Gegensatz zu einem Psychiater. Mal angenommen, jemand der glaubt, er wäre Napoleon, kommt zum Psychiater. Dieser gibt ihm den Hinweis, er solle einfach nur so tun, als wenn er nicht Napoleon wäre. Einmal angenommen, der Patient könne damit wunderbar leben - dann ist der Psychiater ein guter Psychiater. Er muss dem Patienten nicht unbedingt die Wahrheit begreiflich machen.

Der Richter hat sich aber nach den Gesetzen zu richten, die ihm vorgegeben sind. Und in diesem Fall sind es die Gesetze Gottes. Es geht also beim »Richten« um den Willen des göttlichen Gesetzgebers - und dieser Wille lautet: »Vergib!«. So ist das »Richten« immer auch ein »Aufrichten«.

Dennoch bleibt der Priester ein Richter - und kein Karnevalsprinz, der Vergebung unterschiedslos in die Menge wirft. Denn der Richter kann nicht anders, als den göttlichen Gesetzen treu zu bleiben. Wer aber die Lossprechung erhält, darf sich sicher sein: Meine Sünden sind vergeben. Ich wurde geprüft und beurteilt, und das Urteil lautet: »Freispruch« aufgrund des Opfers Jesu, der Liebe des Vaters und der Gnade des Hl. Geistes.

Dieses »Ich spreche Dich los!« als richterliches Urteil anzunehmen, ist nicht immer einfach. Viele Menschen können nicht glauben, dass Gott so großzügig ist. Sie können oder wollen nicht wahrhaben, dass ihre Schuld wirklich getilgt und vergeben ist. Diese Menschen daran zu erinnern, dass der Priester eine richterliche Funktion hat, kann sehr wohltuend und heilsam sein: »Wenn er Dich freispricht, dann zweifle nicht mehr: Dann bist Du frei!«

9. Beichten - Buße - Ablass: Die Folgen der Sünde

Mit der Beichte verbunden ist üblicherweise eine Buße, die nach der Lossprechung vom Beichtenden zu verrichten ist. Hinzu kommt noch eine weitere Möglichkeit, an den Sünden zu arbeiten: der Ablass. Um deutlich zu machen, wie »Beichte«, »Buße« und »Ablass« zusammenhängen und sich ergänzen, zitiere ich hier aus dem »Ablassbrief«, den Du ebenfalls auf dieser Site findest.

Wenn Dir jemand Geld klaut, macht er sich dreifach schuldig:

1. Indem er Dich als Person missbraucht und dadurch verletzt (Schuld),
2. indem er Dir einen materiellen Schaden zufügt (mir fehlt jetzt Geld) und

3. indem er sich an der Gerechtigkeit schuldig macht - und sich selbst schädigt. (Strafe)

Bleiben wir bei dem Beispiel vom Diebstahl. Dir klaut jemand 1000,- Euro. Der Dieb hat sich nicht sonderlich klug angestellt, wird erwischt, verhaftet und kommt vor Gericht. Wenn er sich bei Dir entschuldigt, Dich um Verzeihung bittet, weil es ihm wirklich leid tut, dass er Dir das Geld genommen hat (denn er findet Dich ganz ehrlich ausgesprochen nett), dann ist das eine Frage der persönlichen Schuld und somit eine Frage der Vergebung. Du kannst ihm verzeihen - oder auch nicht (wenn er zum Beispiel nur so tut, als wenn es ihm leid tut). Aber egal, was Du tust, es hat nichts mit dem Gerichtsverfahren zu tun. Das Gericht wird den Fall ganz neutral behandeln, ob Du ihm jetzt verzeihen hast oder nicht.

Das Gericht beachtet nämlich die anderen beiden Aspekte. Der Dieb wird zur Wiedergutmachung verurteilt: Er muss Dir den Schaden erstatten. (Das wäre ja auch noch schöner, wenn er das Geld behalten dürfte!). Damit ist der Fall aber noch nicht erledigt. Denn die Gerichte verurteilen alle Straftäter noch zu einer zusätzlichen Strafe (ein Bankräuber ist dadurch noch nicht frei, wenn er nur die Beute zurück gibt). Das hat damit zu tun, dass der Dieb auch noch die Gesellschaft, sich selbst bzw. die Gerechtigkeit verletzt hat.

Das gilt auch für die Gerechtigkeit Gott gegenüber: In der katholischen Kirche wird die persönliche Schuld durch Gott in der Beichte vergeben, die Buße ist ein Zeichen der Wiedergutmachung (und sollte deshalb auch der Tat entsprechen, also z. B. jemandem Gutes tun, den man zuvor geschädigt hat) und die Strafe ist ein Ablass-Werk, die Tilgung der Strafe der Ablass.

In der staatlichen Praxis ist es üblich, als Strafe nicht nur Gefängnisstrafe, sondern auch Geldstrafe (oft zugunsten einer Hilfsorganisation) oder Sozialstunden zu verhängen. Da haben wir nichts dagegen. Wenn die Kirche das aber tut, dann schütteln wir den Kopf. Was aber ist denn so schlimm daran, wenn der Ablass darin besteht, für eine gute Sache Geld zu spenden? Oder eine Wallfahrt zu machen (sozusagen religiöse Sozialstunden abzuleisten)?

Nebenbei: Der Ablass war niemals ein »Verkauf von Gottes Erbarmen«, sondern nur die Einlösung der Strafe. Die Beichte inklusive Lossprechung ist und war immer kostenlos. Ein Priester, der sich die Beichte bezahlen lässt, wird exkommuniziert.

10. Praktische Beicht-Tips

Die Angst vor der Beichte

Jeder hat immer ein wenig Angst vor der Beichte. Keiner redet gerne und mit Vergnügen über seine Sünden und Bosheiten. Eine Unruhe, etwas Angst oder Furcht, zumindest aber Respekt vor diesem heiligen Geschehen ist aber nicht schlecht. Im Gegenteil.

Die Beichte ist in einem persönlichen Leben mit Gott manchmal das einzige objektive Geschehen - also das einzige, wo Du mit Deinem Glauben »heraus« musst und Dich mit einem Dir fremden Menschen auseinandersetzen musst - und in ihm auch noch Gott erkennen sollst. Das ist nicht einfach - aber gerade das bewahrt Dich davor, Dich mit Deinem Gott einzurichten und es Dir zu gemütlich zu machen.

Es geht in der Beichte nicht nur um eine angenehme Wohligkeit, sondern auch darum, sich gefordert zu fühlen und eine heilsame und heilige Unruhe zu empfinden. Moses war auch nicht einfach nur happy, als er den Dornbusch sah - er hatte vermutlich den gleichen Respekt wie andere heute vor dem Beichtstuhl. Gott

ist zwar »lieb«, aber er ist nicht kuschelig. Genau das aber ist die Gefahr, wenn ich mit meinem Glauben an Gott unterfordert werde. Und ein Kuschel-Gott ist irgendwann auch nicht mehr als ein Teddy, der nicht wirklich hilft.

Beichte macht Freude - nicht Spaß

Spaß kann man sich kaufen (zum Beispiel durch eine Kino-Karte) oder direkt ansteuern (zum Beispiel in Form eines Freizeitparks); Spaß ist etwas, das ich so lange habe, wie der spaßbringende Zustand andauert (also so lange **wie** ich »Achterbahn fahre« oder »Fallschirm springe« oder »Drachen fliege«).

Freude dagegen stellt sich erst ein, wenn man etwas getan hat, dass man zwar als richtig erkannt hat, aber das überhaupt keinen Spaß macht. (Wenn ich zum Beispiel meinem kleinen, nervenden Bruder vor der Mathearbeit mit den Hausaufgaben helfe, anstatt im Freibad zu liegen, macht das keinen Spaß. Aber ihn nach der bestandenen Arbeit strahlen zu sehen, macht Freude!)

Beichten macht keinen Spaß. »Du warst im Phantasia-Land und im Heidepark Soltau? Dann probier's doch jetzt einmal mit der Beichte!« - das ist Blödsinn. Aber auch das Gefühl »Boah, nach der Beichte fühlt man sich so erleichtert!« ist trügerisch - denn oft ist es nur das Gefühl, endlich diese unangenehme Beichte hinter sich zu haben.

Wer aber weiß, dass die Beichte u. U. heilsnotwendig ist; zudem gut für meine Seele und meine Gottesbeziehung, wer glaubt, dass er wirklich nach der Beichte reingewaschen und eine wunderschöne Seele hat - wer spüren kann, dass Gnade unverdient ist und doch geschenkt wird - der wird sich freuen. Ohne Ende.

Und (wieder so eine Genialität): in diesem Zustand der Freude hat man gar keine Lust, wieder zu sündigen. Die Freude ist sozusagen die Creme mit dem höchsten »Sündenschutzfaktor« - und bewahrt tagelang vor dem nächsten »Sündenbrand« - ein echter »Sin-Blocker«.

Der Bußgottesdienst

Ein Bußgottesdienst ist eine wunderschöne Form der gemeinsamen Gewissenserforschung. Auch ein gemeinsames, allgemeines Bekenntnis der Schuld ist sinnvoll - man bekennt in der Gemeinschaft, dass man auch an der Gemeinschaft sündig geworden ist.

Denn jeder Christ, der sündigt, wirft ein schlechtes Licht auf die Kirche. Wie oft kehren Menschen der Kirche den Rücken, weil sie von Christen (z. T. im Namen der Kirche) verletzt worden sind?

Deshalb ist es gut und schön, sich auch vor der Gemeinde und mit der Gemeinde als Sünder zu bekennen. (Das gilt auch - und vor allem - für den Priester!)

Aber: Ein Bußgottesdienst ist kein Sakrament, keine definitive Zusage der Vergebung und keine Möglichkeit, aus schwerer Schuld herauszufinden. Der Bußgottesdienst als Gewissenserforschung und Versöhnung mit der Gemeinde ist ein guter und sinnvoller Schritt auf dem Weg zur Beichte - ersetzt diese aber nicht.

Ein Bußgottesdienst zu besuchen ohne anschließend zu beichten - das wäre so, als wenn ein junger Mann erkennt, dass er die Lieblingsvase seiner Freundin zerbrochen hat - und das dem Vasen-Verkäufer gegenüber auch freimütig erwähnt und sogar schon eine neue Vase bestellt - aber diese neue Vase seiner Freundin nie aushändigt (und auch im Geschäft überhaupt nicht abholt) und das alles zudem der Freundin verschweigt. Schade um die schöne Beziehung.

Die Häufigkeit der Beichte

Die Kirche geht davon aus, dass wir mindestens einmal im Jahr beichten gehen - und, wenn es wirklich nur einmal im Jahr ist, sollte das vor Ostern sein (so steht es in den Kirchengeboten). Aber damit ist ein absolutes Minimum angegeben, dass es uns nur noch schwerer macht, wirklich befreiend zu beichten.

Wie in der »Beichte für Anfänger« schon beschrieben, setzt eine gute Beichte eine regelmäßige, möglichst tägliche Gewissenserforschung voraus. Spätestens dann, wenn wir die in der Gewissenserforschung erkannten Sünden zu vergessen drohen, sollten wir beichten gehen. Das dürfte irgendwo zwischen wöchentlich und monatlich liegen.

Wer seltener beichtet, wird auch häufiger mit folgenden Problemen zu tun haben:

Ich weiß nicht, was ich beichten soll

Mir kommt es häufiger vor, dass ich vor einer Beichte wirklich nicht weiß, was ich dieses Mal beichten soll. Das ist ein untrügliches Zeichen dafür, dass ich zu selten beichte. Denn dann habe ich mich schon zu sehr an meine Sünden gewöhnt und nehme sie schon gar nicht mehr richtig wahr.

Ich beichte so allgemeinen Kram

Wer zum Beispiel 14-tägig beichtet, der wird feststellen, dass er nicht nur Oberbegriffe nennt »Ich habe gelogen, war faul und lieblos« - sondern dass er Zeit, Ort und Umstände benennen kann. Dass er nun Zeit hat, nicht nur Sünden zu »erwähnen«, sondern kleine Geschichten erzählt. Glaube mir - das sind herrliche Beichten! Für mich als Priester, für Dich als Beichtenden, aber vor allem für Gott.

Ich bin so nervös vor der Beichte

Wenn Du häufiger beichtest, kannst Du Dich in einem guten Sinne daran gewöhnen. Du wirst vorher ruhiger sein, Du weißt, wann und wo die Beichte stattfindet, Du weißt, wie lang die Schlange vor Dir ist. Du kennst vielleicht schon den Priester und weißt, wie Du etwas am Besten formulierst.

Natürlich gibt es auch eine schlechte Routine - in der die Beichte nur noch als Ritual absolviert wird und kein Gedanke dabei an Gott verschwendet wird. Aber glaube mir: Das kommt viel häufiger bei den »einmal-und-nie-wieder« Beichten vor - und fast nie bei denen, die jede Woche beichten.

Warte also nicht zu lange mit der nächsten Beichte. Mache den Beichtstuhl auch zu Deinem Wochenendhaus!

Ich beichte immer dasselbe

Du beichtest immer wieder dasselbe? Macht nichts - ich auch. Wir Menschen sind nunmal so, dass wir uns nur sehr langsam ändern und eine eingefahrene Spur nur mit viel Geduld verlassen können. Viele Sünden sind uns zur Angewohnheit geworden - und deshalb werden wir sie auch nicht so schnell wieder los.

Gott hat Geduld mit Dir. So fordert Jesus seine Jünger auf: »Wenn dein Bruder sündigt, weise ihn zurecht; und wenn er sich ändert, vergib ihm. Und wenn er sich siebenmal am Tag gegen dich versündigt und siebenmal wieder zu dir kommt und sagt: Ich will mich ändern!, so sollst du ihm vergeben.« Nicht einfach, zugegeben. Deshalb stöhnten die Apostel auch sofort: »Die Apostel baten den Herrn: Stärke unseren Glauben!« (Lk 17, 3-5)

- Einmal solltest Du Dich nicht zu sehr darauf versteifen, dass die Beichte eine Therapie ist - Du wirst immer ein Sünder bleiben.
- Heiligkeit besteht ja auch nicht darin, dass Du eines Tages keinen Grund mehr zur Beichte hast, sondern dass Du in ständiger Freundschaft mit Gott lebst - und da gehört die Bitte um Verzeihung auch dazu.
- Du solltest Dich nicht fragen, was der Priester wohl von Dir denkt - vor allem, wenn Du regelmäßig beim gleichen Priester beichtest und schon wieder dasselbe. Bedenke immer: Auch der Priester ist ein Sünder und hat mit ziemlicher Sicherheit das gleiche Problem wie Du. Wenn es Dir hilft, dann darfst Du ruhig davon ausgehen, dass der Priester ein größerer Sünder ist als Du - er wird Dir nicht widersprechen.
- Es ist gut, an einer kleinen Sünde zu scheitern - es ist gut für unsere Demut. Sonst sind wir irgendwann der Versuchung erlegen, wir hätten die Überwindung aller Sünden unserer eigenen Machtvollkommenheit (mit einem kleinen Schuß Gnade) zu verdanken. Im Gegenteil; Gott zeigt uns an dieser »resistenten Lappalie«: »Schau, mein Kind - ohne meine Gnade schaffst Du noch nicht einmal das! Bleib also in meiner Nähe und überheb Dich nicht. Ich bin Deine Kraft!«

Haltungen und Sünde

Es ist wichtig, eine grundsätzliche Haltung von der daraus folgenden Sünde zu unterscheiden. Wenn ich beispielsweise ein ungeduldiger Mensch bin - dann ist das eine Schwäche, aber noch keine Sünde. Zur Sünde wird es erst dann, wenn ich aus dieser Haltung heraus meinen Freund beschimpfe, weil er sich nicht an die Uhrzeit gehalten habe (und ihn womöglich nicht zur Wort kommen lasse, obwohl er vielleicht gute Gründe hatte).

Wir alle haben Schwächen und Charaktereigenschaften, die wir als mangelhaft erfahren. Diese Schwächen (zum Beispiel in Mathematik) sind aber keine Sünden - verleiten uns aber gerne dazu (indem wir bei der Klassenarbeit abschreiben - unsere Unfähigkeit leugnen und lügen - auf andere herabschauen, die noch schlechter sind). Dabei sind diese Schwächen oft nicht zu ändern - was wir aber aus den Schwächen heraus tun, liegt sehr wohl in unserer Macht.

Eine große, sehr große Anzahl von Sünden können wir vermeiden, indem wir »einfach« zu unseren Schwächen stehen und sie nicht kaschieren, nicht verheimlichen, nicht davon ablenken oder sie rechtfertigen wollen. Okay - so »einfach« ist das nicht. Es mag sogar sehr »anstrengend« sein - aber es ist genau das Gegenteil von kompliziert. Ein anderer Mensch sein zu wollen - ein Mensch scheinbar ohne Schwächen - ist dagegen sehr kompliziert. (Die Sünde ist immer sehr kompliziert!)

In diesem Zusammenhang gehören die sieben »Todsünden« - die allerdings fälschlicherweise so genannt werden. Denn hierbei handelt es sich genau genommen um »Haltungen, Schwächen« - oder, wie sie manchmal genannt werden, um »Wurzelsünden« oder »Hauptsünden«. So, wie alle Haltungen, stellen die sog. Todsünden Versuchungen dar - und nur, wer sich darauf einlässt, sündigt tatsächlich.

(Die sieben Hauptsünden sind: 1. Stolz, 2. Neid, 3. Zorn, 4. Geiz, 5. Unmäßigkeit, 6. Unkeuschheit, 7. Trägheit.)

Das Beichtgeheimnis

Zum Beichtgeheimnis etwas zu schreiben, ist vermutlich überflüssig. Es ist auch relativ schnell beschrieben: »Das Beichtgeheimnis gilt absolut. Immer und überall. Unter allen Umständen.« Fertig.

Aber es tut vielleicht ganz gut, noch einmal auf folgende Einzelheiten ausdrücklich hinzuweisen:

- Der Priester darf niemanden und unter keinem Umständen den Inhalt einer Beichte weitersagen - auch nicht dem Staat, auch nicht unter Androhung von Strafe und auch nicht in persönlicher Todesgefahr.
- Vom Beichtgeheimnis kann nur einer befreien: Der Beichtende selber. Er kann zum Beispiel dem Priester den Auftrag geben, der Polizei einen Hinweis zu geben oder dem betrogenen Händler eine Entschädigung zu überreichen.
- Das Beichtgeheimnis gilt auch dem Beichtenden gegenüber: Der Priester darf niemals, unter keinen Umständen den Beichtenden außerhalb der Beichte auf eine Sünde oder eine daraus folgende Konsequenz ansprechen.
- Das Beichtgeheimnis bezieht sich auch auf das Handeln des Priesters: Er darf nicht nur das Wissen aus der Beichte nicht weitergeben (weder in mündlicher, noch in schriftlicher Form), er darf auch von dem in der Beichte erworbenen Wissen keinen Gebrauch machen. (Erfährt der Priester beispielsweise in der Beichte, dass seine Sekretärin Geld veruntreut, darf er sie weder entlassen noch mit einer anderen Aufgabe betrauen - ja, er darf noch nicht einmal häufiger als sonst die Kasse nachprüfen!)

Die Beispiele in Krimis oder Spielfilmen (»Ich beichte«, »The Good Shepherd«, »Das Beichtgeheimnis« oder »Auf den Schwingen das Todes«) sind also nicht weit hergeholt - sie entsprechen der katholischen Realität: Auch wenn der Priester selbst des Mordes verdächtigt wird, darf er die wahre Identität des Mörders nicht preisgeben, wenn er sie nur aus der Beichte kennt. Im Zweifelsfall muss der Priester es sogar in Kauf nehmen, dass der Mörder weitere Verbrechen begeht ...

Warum gilt das Beichtgeheimnis sogar in diesem extremen Fall? Nun - gäbe es Ausnahmen, zum Beispiel in Falle eines Mordes, würde der Mörder diese Sünde sicherlich nicht mehr beichten. Wer möchte, dass die Beichte vor Gott - über den Priester - wirklich ALLE Sünden umfassen darf, kann auch beim Beichtgeheimnis keine einzige Ausnahme zulassen.

Werden alle Sünden vergeben?

Ja, alle. Es gibt keine Schuld, die vor Gott so groß ist, dass sein Sohn dafür nicht Sühne geleistet hat. So heißt es ja auch im Markus-Evangelium: (Kapitel 3, 28) »Amen, das sage ich euch: Alle Vergehen und Lästerungen werden den Menschen vergeben werden, so viel sie auch lästern mögen.«

Allerdings heißt es einen Vers weiter: »Wer aber den Heiligen Geist lästert, der findet in Ewigkeit keine Vergebung, sondern seine Sünde wird ewig an ihm haften.« Das klingt allerdings so, als wenn es doch eine Sünde gäbe - die Geistes-Lästerung - die sofort zur ewigen Verdammnis führt. Vielen Menschen bereitet diese Bibelstelle große Kopfschmerzen.

Gemeint ist mit der »Lästerung des Heiligen Geistes« die Zurückweisung des Geistes - eben des Geistes der Vergebung. Wer Gottes Nähe ablehnt und Seine Vergebung nicht will - nun, der behält seine Sünde. Wer in Jesus nicht den Messias sieht oder sehen will (siehe Mk 3, 30), der uns von den Sünden erlöst, der wird auch nicht gegen seinen Willen erlöst. Sollte ein solcher Mensch allerdings Vergebung und Erlösung bei Jesus suchen, weil er sich bekehrt, so kann auch ihm vergeben werden.

Die Karl-Leisner-Jugend ist ein Zusammenschluss von Laien und Priestern des Bistums Münster zur Bereicherung und Vertiefung der Jugendarbeit. In der Schriftenreihe »Katechese« versuchen wir, den unverfälschten katholischen Glauben auf neue und erfrischende Weise darzustellen, ohne ihn inhaltlich zu verkürzen. Die Katechese-Hefte werden kostenlos verteilt und können auf der Internetseite der KLJ (www.karl-leisner-jugend.de) bestellt werden. Für Kritik und Anregungen sind wir dankbar.

1. Die Frage nach Gott: Glauben und Wissen | Wahrheit | Glauben ist Beziehung, Gebet ist Beziehungspflege | Kann man Gott beweisen? | Ist die Glaubenswelt eine Realität? | Hinweise auf Gottes Existenz | Die Gottesbeweise des Thomas von Aquin | Die Religionskritiker | Gott unser Vater | Der Heilige Geist | Dreifaltigkeit | Wahrheit, Glaube und Glaubwürdigkeit | Glauben und Naturwissenschaften | Schöpfung, Urknall und Evolution | Intelligent Design | Der Gott des Alten Testaments | Gott und das Leid

2. Die Frage nach Jesus Christus: Wer war Jesus? - Seine historische Existenz - Sein theologischer Anspruch | Die Predigt Jesu - Das Reich Gottes | Der Tod Jesu | Die Auferstehung – Zentrum des Glaubens | Erlösung – oder: Ist Hitler im Himmel? | Die Glaubwürdigkeit der Evangelien

3. Die katholische Kirche: Die Kirche | Die Gebote der Kirche | Der Absolutheitsanspruch der katholischen Kirche | Evangelisch - katholisch | Können Frauen Priester werden? | Die Tradition der Kirche | Gemeindeftheologie | Die Kardinäle und das Konklave | Katholische Kirche und Nationalsozialismus | Staat und Kirche

4. Der katholische Glaube: Schrift und Tradition | Theologie des Leibes | Maria | Marienerscheinungen | Engel | Wunder | Leib-Seele-Mensch | Mann-Frau-Mensch | Das Ende der Welt | Das Leben nach dem Tod | Das Jenseits: Das katholische und evangelische Modell | Wiedergeburt | End-Entscheidungs-Hypothese | Auferstehung im Tod | All-Erlösung: Kommen wir alle in den Himmel? | Nahtoderfahrungen Teufel, Satan, Satanismus | Der Ablass | Der Limbus

5. Beten in der katholischen Kirche: Der Rosenkranz – nicht nur für Anfänger erklärt | Glauben ist Beziehung | Gebet ist Beziehungspflege | Das Bittgebet

6. Die Sakramente der Kirche: Taufe | Allgemeines Priestertum | Die Heilige Messe | Die Eucharistie | Der Opfercharakter der Messe | Die Ehe | Die Weg kirchlichen Eheschließung | Der Trau-Gottesdienst | Der Priester – das unbekannte Wesen | Die Beichte | Die Krankensalbung

7. Die katholische Moral: Die Zehn Gebote | 1. Gebot: Keine anderen Götter | 2. Gebot: Ehre den Namen Gottes! | 3. Gebot: Heilige den Sabbath! | 4. Gebot: Ehre Vater und Mutter | 5. Gebot: Du sollst nicht töten! (Herleitung, Abtreibung, Aktuelle Fragen) | 6. Gebot – Die Kirche und die Sexualmoral | Sexualität und Kirche | Empfängnisverhütung | Homosexualität | Wiederverheiratet Geschiedene | 7. Gebot: Du sollst nicht stehlen! | 8. Gebot: Du sollst nicht lügen | Braucht Moral einen Gott?

8. Kirche in der Kritik: Kirche und NS-Zeit | Päpstin Johanna | Hexenwahn | Kreuzzüge | Inquisition | Galileo | Richard Dawkins' Gotteswahn | Zölibat – Pflicht oder Liebe? | Ralf Isau | Sakrileg | Populäre Irrtümer

9. Andere Glaubensvorstellungen: Evangelisch – Katholisch | Evangelikale | Zeugen Jehovas | Der Islam | Das Heil der Juden | Esoterik & Gnosis | Okkultismus & Satanismus

10. Christliche Literatur: Die Chroniken von Narnia, Die Hütte / Der Weg | Tolkien | Harry Potter

11. Hilfen für Gruppenleiter: Die Aufsichtspflicht | Denkspiele, Rätsel, Knobelaufgaben | Große Spiele | Pädagogik für Gruppenleiter | Religiöse Gruppenstunden

12. Predigtsammlungen: 11 Predigten zur Eucharistiefeier | 10 Predigten zur Bibel | 20 Predigten zum Glaubensbekenntnis | 3 Predigten zu Martyria, Liturgia und Diakonia