

„Beichtspiegel“

EINE HILFE ZUR VORBEREITUNG

Ich sehe wie in einem Spiegel, was nicht gut war, damit ich es vor Gott trage.

Mein Verhältnis zu Gott

- Ehre ich Gott? War mir Gott gleichgültig oder stelle ich Gott in meinem Leben auf den ersten Platz? Habe ich über Gott gespottet? Habe ich Magie, Spiritismus, Esoterik oder Okkultismus betrieben oder in Anspruch genommen? War ich abergläubisch? Fluche ich?
- Wie sieht meine Beziehung zu Jesus aus? Bemühe ich mich, Jesus besser kennen zu lernen? Bete ich regelmäßig? Mit dem Herzen? Was alles war mir wichtiger als Jesus? Bilde ich meinen Glauben weiter? Lese ich die Heilige Schrift und bete ich mit ihr? Vertraue ich auf Gottes Liebe zu mir? Möchte ich mein Leben auf Jesus hin ausrichten?
- Meine Beziehung zur Kirche? Habe ich abwertend über die Kirche, den Papst gesprochen? Spreche ich mit anderen über die Schönheit des Glaubens? Möchte ich andere zu Jesus führen? Bete ich für die anderen Menschen? Wie könnte mein Einsatz für das Reich Gottes aussehen?
- Meine Beziehung zu Jesus im Sakrament? Gehe ich an Sonn- und Feiertagen in die Heilige Messe? Möchte ich Jesus in der heiligen Kommunion begegnen? Habe ich Ausreden gebraucht, um die Hl. Messe nicht zu besuchen? Wie habe ich mich in der Hl. Messe verhalten? Zuhörend? Betend? Gehe ich mindestens einmal im Jahr zur Beichte? Freue ich mich darauf, dass Jesus meine Sünden vergeben will?

Meine Beziehung zu den Menschen

- Verachte ich Menschen? Blicke ich auf andere herab? Beneide ich sie? Kann ich mich mit den anderen freuen – an ihrem Erfolg und an ihren Talenten? Habe ich andere belogen? Auch nur ein bisschen? Aus Angst? Hasse ich jemanden? War ich berechnend im Umgang mit anderen? Ist es mir vor allem um mich selbst gegangen? Habe ich getötet? Habe ich ein Kind abgetrieben, dazu gedrängt oder geraten? Habe ich jemanden körperlich verletzt? Habe ich jemanden gekränkt? Mit Worten? Mit Blicken? Mit Verachtung? Schimpfe ich über andere? Habe ich über jemanden

schlecht geredet? War ich zynisch oder spöttisch? Provoziere und ärgere ich meine Mitmenschen?

- War ich hilfsbereit? Bin ich ein gutes/schlechtes Vorbild für andere? Worin? Bin ich bereit, jedem zu vergeben? Wenn ich verheiratet bin – bemühe ich mich um eine gute Ehe? Halte ich die Ehe heilig? Bitte ich um Vergebung, wenn ich etwas falsch gemacht habe? Habe ich jemanden verführt, etwas Böses zu tun? Ist durch mich jemand geschädigt worden? Habe ich etwas beschädigt? Habe ich den Schaden wieder gut gemacht? Habe ich gestohlen? Habe ich Sachen ausgeborgt und nicht mehr zurückgegeben?
- Ehre ich Vater und Mutter? Wie habe ich meine Pflichten und Aufgaben erfüllt? In der Schule, in der Arbeit, zu Hause? Wie bin ich mit meinem Geld umgegangen? Tue ich damit Gutes? Habe ich mich bemüht, den anderen in Liebe zu begegnen, oder lasse ich mich gehen? Habe ich mich und andere im Straßenverkehr gefährdet (Alkohol)?

Mein Verhältnis zu mir selbst

- Meine Persönlichkeit. Wie bin ich? Wahrhaftig? Ehrlich? Egoistisch? Ein Wichtigmacher? Angeberisch? Überheblich? Jähzornig? Verlässlich? Träge? Eitel? Eifersüchtig? Neige ich zur Verzweiflung? Fühle ich mich minderwertig? Gebe ich leicht auf? Kann ich meine Schuld vor Gott und den Menschen eingestehen?
- Meine Leiblichkeit. Schade ich meiner Gesundheit durch unmäßiges Essen und Trinken, durch Rauchen, Drogen, Alkohol? Habe ich pornographische Bilder oder Filme konsumiert? Wieviel Zeit habe ich für Videos, Filme, Internet verwendet? Bin ich süchtig? Spreche und benehme ich mich ordinär, zweideutig? Habe ich meine Begierden im Griff oder beherrschen sie mich? Habe ich andere verführt? Habe ich durch voreheliche sexuelle Beziehungen die Heiligkeit des Ehesakraments verletzt? Führe ich ein gesundes Leben? Such ich Erholung von der Arbeit in Freizeit, Gespräch und Sport?