

# DIE BEICHTE

Im Auf und Ab des Lebens läuft selten alles rund. Wir kommen mit uns selbst, miteinander und mit Gott an unsere Grenzen. Das schmerzt und hinterlässt Spuren.

Da es die Beichte gibt, musst du das, was zerbrochen ist und uns belastet, jedoch nicht ewig mittragen. Die Beichte, auch genannt „Sakrament der Versöhnung“, ist ein Angebot Gottes, heiler zu werden! Wir dürfen mit all unseren Fehlern, Sünde und Schuld zu Jesus kommen. Wir sagen *ihm*, was wir bereuen und dass es uns leidtut. Im Priester ist Jesus Christus selbst gegenwärtig und spricht uns durch ihn die Vergebung zu.

Stell dir Folgendes vor: Bei der Taufe hast du ein weißes Kleid bekommen. Egal wieviele Kleckse drauf sind, wenn du aus der Beichte herauskommst, ist es wieder absolut sauber. *For free!*

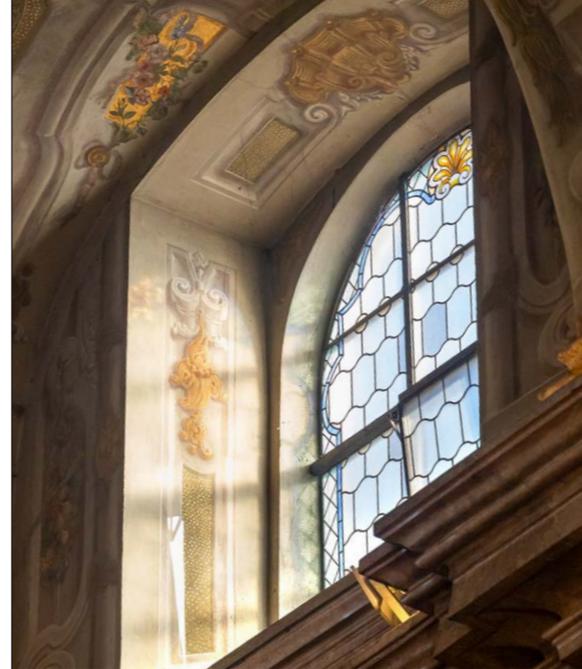
## So bereitest du dich vor

Zur Vorbereitung auf die Beichte gibt es verschiedene Hilfen. Man nennt sie **Gewissenspiegel**, weil man sich dadurch gewissermaßen selbst betrachten kann.

Im Gebetbuch **Gotteslob**, das in praktisch allen Kirchen aufliegt, findest du von der **Nummer 599 bis 601** solche Hilfen und auch andere nützliche Hinweise zur Beichte.

Du kannst aber auch in ganz persönlicher Form an die Dinge herangehen.

Jesus Christus hat im Evangelium Fragen gestellt, die dich auf eine spannende Reise zu den Gründen und Abgründen des eigenen Lebens und Glaubens führen können. Es sind Impulse, die nachwirken; sie setzen in Gang und fordern heraus, ...



Lass dich von folgenden Fragen zu den Bibelstellen anregen. **Deine Beichte ist der Versuch einer Antwort.** Du kannst dir Notizen machen und zur Beichte mitbringen.

- » Was suchst du?  
Joh 1,38
- » Was willst du, dass ich dir tue?  
Mk 10,51

- » Glaubst du nicht, ...?  
Joh 14,10
- » Willst du etwa auch weggehen?  
Joh 6,67
- » Und du, für wen hältst du mich?  
Mt 16,15
- » Wer sind meine Brüder und Schwestern?  
Mt 12,48
- » Warum siehst du den Splitter im Auge deines Bruders, aber den Balken in deinem Auge bemerkst du nicht?  
Mt 7,3
- » Was steht im Gesetz geschrieben? Was liest du dort?  
Lk 10,26
- » Was nützt es dir, wenn du die ganze Welt gewinnst, dabei aber dein Leben verlierst?  
Mt 16,26
- » ..., liebst du mich?  
Joh 21,16

# HOW-TO BEICHTE

Das Sakrament  
der Versöhnung



# ICH WAR BEICHTEN

... und es hat mir  
gut getan.

Manche gehen nicht mehr beichten, ...

- » weil sie Angst vor der Beichte haben
- » weil sie sich schämen, dass sie schon länger nicht waren
- » weil andere das auch nicht mehr tun

Auch bei mir hat das alles ein wenig  
zugesprochen und eine Rolle gespielt!

Irgendwann habe ich einen Hinweis  
gelesen, der mich wieder erinnert hat.

Dann wollte ich es wissen.

Und ich habe mich entschlossen, wieder  
einmal das Sakrament der Versöhnung  
zu empfangen, also beichten zu gehen.

**Am Ende der Suche  
nach Gott steht nicht  
eine Antwort, sondern  
eine Umarmung.**

Dieser Satz „Am Ende der Suche nach  
Gott steht nicht eine Antwort, sondern  
eine Umarmung.“ hat mich schon länger  
beschäftigt, er drückte meine innerste  
Sehnsucht aus. Das wollte ich:

## **Von Gottes Liebe umarmt werden.**

Nachdem ich mich für einen Priester  
zum Beichten entschieden hatte, ging es  
eigentlich sehr schnell. Ich habe mit ihm  
Kontakt aufgenommen und wir haben  
uns verabredet. Es wäre aber sicher auch  
zu einer angebotenen Beichtzeit in einer  
Kirche möglich gewesen.

Ich redete nicht lange herum, stellte mich  
kurz vor, was ich mache (*Name ist nicht  
notwendig*) und sagte, dass ich halt wieder  
einmal beichten möchte.



Der Priester führte mich dann durch die  
Beichte, sodass ich mir sicher war, alles  
richtig zu machen.

## **Im Vorfeld hatte ich mir überlegt, ...**

- » was mir auf der Seele lag
- » was ich Gott übergeben wollte
- » was ich besser machen möchte
- » was an mir heilungsbedürftig ist
- » wofür ich Gott um Verzeihung bitte

## **Und ich habe auch intensiv gebetet.**

Ich habe Gott gedankt für alles Gute in  
meinem Leben, das er mir schenkt. Ich  
habe Gott gesagt, dass mir meine Sünden  
leidtun und ihn um Verzeihung gebeten.  
Und ich habe ihm gesagt, dass ich an  
seine Liebe in meinem Leben glaube und  
mich daran festhalten will.

Und ich habe mir auch etwas vorgenom-  
men, worauf ich in nächster Zeit beson-  
ders Wert legen werde. Der Priester hörte  
mir zu und wir kamen auch ins Gespräch  
miteinander. Er hat mich verstanden!

Die befreiende Botschaft der Lossprechung  
und den Friedensgruß verstand ich so:

**Gott hat mich gern!**

Als konkretes Zeichen für den Neubeginn  
hat mir der Priester einen Vorschlag  
gemacht, den ich gern angenommen habe.

*Gedanken zur Beichte  
von Msgr. Herbert Döller*

**Die Beichte ist ein  
heiliger und heilender  
Moment! Du begegnest  
Gottes grenzenloser  
Barmherzigkeit.  
Du darfst deine Lasten  
ablegen und inneren  
Frieden finden.**



[www.heiligesjahr25.at](http://www.heiligesjahr25.at)

Die Diözese St. Pölten  
feiert das Heilige Jahr 2025.

