



# Gewissenserforschung mit den Seligpreisungen

## Einleitung

Die Seligpreisungen gehören zum Kern der Verkündigung Jesu. Sie finden sich im Matthäusevangelium im 5. Kapitel, Verse 1-12. Die acht Seligpreisungen können uns ermutigen, aber auch kräftig herausfordern, denn sie stellen viele unserer alltäglichen Überzeugungen und Werthaltungen auf den Kopf. Doch gerade dadurch kann Gott in unserem Leben wirken: Wenn wir ihm unsere Armut, unsere Trauer und unser Leiden an einer friedlosen Welt hinhalten.

Als Getaufte sind wir alle berufen, die Seligpreisungen zu leben. Sie können deshalb gut als Anstöße für die Vorbereitung auf die Beichte genutzt werden.

Diese Anregungen zur Gewissenserforschung anhand der Seligpreisungen wollen zur Auseinandersetzung mit Schuld und Sünde im eigenen Leben anregen, weshalb sie als Fragen formuliert wurden. Sie sind jedoch keinesfalls erschöpfend, sondern möchten zum Weiterdenken ermutigen.

## Gebet vor der Gewissenserforschung

Herr, ich weiss, dass du mich liebst, dass du Ja zu mir sagst und dass ich mich dir anvertrauen darf, so wie ich bin. Du kennst mich und weisst am besten, was mich im Augenblick belastet. Ich möchte mich so sehen, wie du mich siehst, auch wenn es mich schmerzt und beschämt. Schenke mir den Beistand des Heiligen Geistes, damit ich meine Fehler und Sünden recht erkenne, dass ich meinen Stolz überwinde und mich heilen lasse durch das Wort der Vergebung, das der Priester mir in deinem Namen zusprechen wird. Amen.

## Selig, die arm sind vor Gott; denn ihnen gehört das Himmelreich.

- Wie gehe ich mit materiellen Gütern um? Will ich immer mehr haben oder pflege ich auch andere Werte?

- Gebrauche ich meinen Besitz in Solidarität mit jenen, die zu wenig haben?
- Nehme ich mich mit meinen persönlichen Begrenzungen an, weil ich darauf vertraue, dass Gott mich auch so liebt?
- Lebe ich mit Gott oder halte ich ihn von meinem Alltag fern?
- Kann ich in Gottes Gegenwart verweilen: beten, nachdenken, still werden?

## Selig die Trauernden; denn sie werden getröstet werden.

- Verdränge ich Trauer, Leiden und Schmerz oder versuche ich, daran zu wachsen?
- Kann ich Enttäuschungen in meinem Leben zulassen, weil ich auf Gott hoffe?
- Gehe ich auf niedergedrückte Menschen zu oder weiche ich ihnen aus?
- Kann ich trauernde Menschen einfühlsam trösten oder begnüge ich mich mit blossen Worten?
- Tröste ich andere Menschen, indem ich ihnen tatkräftig beistehe?

## Selig, die keine Gewalt anwenden; denn sie werden das Land erben.

- Wie gehe ich mit eigenen und fremden Aggressionen um?
- Setze ich mich für ein von Frieden und Verständnis geprägtes Umfeld ein: in der Familie, in der Schule, am Arbeitsplatz, in der Gemeinde, in meiner Pfarrei?
- Unterdrücke ich Schwächere, indem ich sie nicht ernst nehme oder bewusst meine Überlegenheit ausspiele?
- Habe ich den Mut, Gewalttätigkeit und Ungerechtigkeit aufzudecken, oder mache ich gute Miene zum bösen Spiel?
- Setzte ich mich für Unterdrückte, Notleidende und Flüchtlinge ein?

### **Selig, die hungern und dürsten nach der Gerechtigkeit; denn sie werden satt werden.**

- Nehme ich Gottes Gerechtigkeit und Güte zum Massstab, wenn ich von anderen mein Recht einfordere?
- Beharre ich stur auf meinem Recht, selbst wenn ich dadurch die Liebe verletze? Oder kann ich auch einmal nachgeben?
- Bemühe ich mich, der Eigenart, dem Charakter und der Lebensgeschichte meiner Mitmenschen gerecht zu werden?
- Bin ich gerecht als Vater, Mutter, Vorgesetzter, Erzieher?
- Bin ich bereit, erlittenes Unrecht zu verzeihen und anderen nichts nachzutragen?

### **Selig die Barmherzigen; denn sie werden Erbarmen finden.**

- Bin ich anderen gegenüber grosszügig und barmherzig, weil ich weiss, wie sehr ich selber Gottes Barmherzigkeit nötig habe?
- Bringe ich es fertig, Gnade vor Recht ergehen zu lassen?
- Nehme ich mir die Nöte der Menschen zu Herzen?
- Überfordere ich meine Mitmenschen mit zu hohen Ansprüchen oder kann ich auch Versagen und Fehlleistungen zulassen?

### **Selig, die ein reines Herz haben; denn sie werden Gott schauen.**

- Sind die Motive meines Handelns lauter und ehrlich oder schiebe ich andere Gründe vor, um meine Ziele zu erreichen?
- Lasse ich mich von negativen Gefühlen leiten: von Neid, Hass oder Rachegelüsten?
- Beruht das Verhältnis zu meinem Partner, meiner Partnerin auf ehrlicher Liebe und echtem Vertrauen?
- Pflege ich Freundschaften und bin ich offen für andere oder schaue ich egoistisch nur auf meinen eigenen Vorteil?

- Achte und respektiere ich die Beziehungen anderer oder gefährde ich sie unüberlegt oder verantwortungslos?
- Bemühe ich mich um Reinheit der Gedanken, um Keuschheit?

### **Selig, die Frieden stiften; denn sie werden Kinder Gottes genannt werden.**

- Lebe ich aus dem Bewusstsein, dass ich durch die Taufe Tochter/Sohn Gottes bin und gibt dies meinem Leben eine positive Grundstimmung?
- Verbreite ich eine Atmosphäre des Friedens oder verursache ich ab und zu Spannungen und Unstimmigkeiten?
- Kann ich meine Meinung vertreten und Konflikte austragen, ohne andere zu kränken und ihnen Unrecht zu tun?
- Bin ich bereit, ohne Vorurteile zuzuhören, legitime Interessen anderer anzunehmen und wenn nötig Kompromisse einzugehen?
- Bete ich um den Frieden in der Welt? Erwarte ich ihn als Geschenk von Gott, ohne deshalb die Hände in den Schoss zu legen?

### **Selig, die um der Gerechtigkeit willen verfolgt werden; denn ihnen gehört das Himmelreich.**

- Stehe ich zu meiner christlichen Überzeugung, auch wenn es mir Nachteile einbringt oder ich belächelt werde?
- Setze ich mich für Menschen ein, die wegen ihrer Überzeugung oder ihrer Herkunft benachteiligt oder verfolgt werden?
- Stehe ich Vertriebenen bei, wenn sie Hilfe und Obdach suchen?
- Bete ich für meine Brüder und Schwestern im Glauben, die wegen ihrer Treue zu Jesus Christus in aller Welt verfolgt werden?

«Mit Überzeugung stellen wir das Sakrament der Versöhnung erneut ins Zentrum, denn darin können wir mit Händen die Grösse der Barmherzigkeit greifen. Das Sakrament wird für jeden Bussfertigen eine Quelle wahren inneren Friedens sein.»

Mit diesen Worten lädt Papst Franziskus alle ein, die Beichte neu zu entdecken. Dazu möchte dieser Flyer beitragen, indem er Anregungen zur Gewissensforschung als Vorbereitung auf die Beichte bietet.

## Beichtzeiten

Im Kloster Einsiedeln stehen mehrmals am Tag Priester für die Beichte oder eine persönliche Aussprache in der Beichtkirche zur Verfügung:

### Sonn- und Feiertage

08.30 – 09.15 / 10.45 – 11.00 Uhr

15.00 – 16.00 / 17.00 – 18.00 Uhr

### Werktage

09.00 – 10.45 Uhr

15.00 – 16.00 / 17.00 – 18.00 Uhr