



DIÖZESE  
INNSBRUCK



VERSÖHNUNG  
HERMANN GLETTLER

## Weil Gott JA zum Menschen sagt

- HIRTENBRIEF 2020 von Bischof Hermann Glettler
- Bausteine für eine KULTUR DER VERSÖHNUNG

## versöhnung

denn immer  
verwunden wir doch  
zugleich auch  
uns selber  
und nur  
am anderen  
werden wir wieder  
heiler uns selbst  
der wiedergefundene blick  
reicht weiter  
als jede im fernrohr  
geschaute galaxie  
und selbst die sterne  
empfangen ihr licht  
aus dem leuchten  
versöhnter augen

ANDREAS KNAPP

**Titelbild-Grafik von Hans Salcher, 2020:** Versöhnung verbindet Menschen innerhalb und außerhalb der Kirche. Wer den Dienst der Versöhnung anbietet, kniet sich nieder – kein Herrschen, sondern respektvolle, tröstende Zuneigung. Wenn Versöhnung geschieht, wird der ganze Raum mit Licht erfüllt.

## Weil Gott JA zum Menschen sagt

### Kirche im Dienst der Versöhnung

Liebe Schwestern und Brüder!

Was zählt am Ende eines Lebens? Mit Sicherheit nicht der Kontostand oder die stolzen Leistungen, sondern einzig und allein die Frage, ob jemand im Frieden ist – mit sich, mit anderen, mit dem Leben und mit Gott. Unversöhnlichkeit und das Nicht-Vergeben führen zu großem Leid für alle Beteiligten. Dasselbe gilt für alle Lebensphasen. Viel Freude, Lebenskraft und Kreativität gehen verloren, wenn die Altlasten von Schuld, Kränkung und Verbitterung nicht abgebaut werden. Nur durch Versöhnung gibt es neue Lebensqualität. Versöhnung ist auch ein herausfordernder Dauerauftrag für uns als Kirche – weltweit und vor Ort in den Pfarren und kirchlichen Gemeinschaften. Es geht um weit mehr als nur um ein frommes Thema, das mit ein paar Andachten oder Vorsätzen erledigt wäre. Wir müssen umkehren zu einer neuen, herzhaften Beziehung zu Gott und zu einem entschiedenen JA zum Leben – mit all seiner Schönheit und Brüchigkeit.

#### Am Anfang steht die Dankbarkeit

Dankbarkeit schafft eine Atmosphäre, die alle Lebensbereiche positiv verändern kann. Wer nicht dankt, wird zunehmend fordernder und unzufriedener. Nichts genügt mehr. Undankbarkeit ist eine Hauptsünde unserer Wohlstandsgesellschaft. Sie schreit zum Himmel angesichts des bedrohlichen Zustands unserer Erde, die wir mit unserem unmäßigen Lebensstil weiterhin verletzen. Nur Dankbarkeit befreit aus der unheilvollen Logik der Gier. Nichts ist selbstverständlich. Ich habe mir angewöhnt, wichtige Gespräche und konflikträchtige Begegnungen mit einem Dank zu beginnen. Auch eine Beichte beginne ich mit einem rückblickenden Dank. Es gibt so viel überraschend Gutes und Positives, das wir all zu leicht übersehen. Und – es ist eine Selbsttäuschung, dass wir nur Opfer

der Umstände und Verhältnisse wären und womöglich die Anderen, der Ehepartner, die Nachbarn und Arbeitskollegen allein Schuld hätten an unserem Unglück. Undankbarkeit ist lieblos.

### — **Mut zum realistischen Hinschauen**

Viele Formen der Lieblosigkeit schleichen sich ganz still und leise ein. Sie trüben unsere Beziehungen, machen uns gereizter, unverträglicher und nachtragend. Wie eine Fensterscheibe meist nicht durch einen großen Dreck verunreinigt wurde, sondern durch alltäglichen Feinstaub, so verschmutzt jede Form der Lieblosigkeit die Klarheit unseres Blicks. Durch die trübe Scheibe hindurch betrachten wir dann unsere eigenen Fehler als Probleme der Nachbarn. Die Projektion funktioniert. Was im Kleinen gilt, wird im Großen verheerend. Viel Bereitschaft zur Empörung liegt in der Luft. Es scheint ein Sport der Massen, mit dem Finger auf andere zu zeigen, Skandale genüsslich aufzublähen und mit pharisäischer Manier das Versagen anderer zu kommentieren. Mit dem Wort „Shitstorm“ ist treffend benannt, in welche Klimazone wir dabei gesellschaftlich geraten. „Kehrt um!“ ruft uns Jesus zu und lädt uns ein, seinem Weg der achtsamen Liebe zu folgen.

### — **Verharmlosen ist gefährlich**

Es ist eine beschämende Altlast unserer Kirche, den Menschen oftmals nur ihre Sünden vorgehalten zu haben, noch dazu krampfhaft fixiert auf das sechste Gebot. Das Befreiende der Frohen Botschaft Jesu ist dabei oft auf der Strecke geblieben. Vielen ist damit auch der Zugang zum Bußsakrament verdorben worden. Vertrauen muss behutsam wieder aufgebaut werden. Das JA Gottes zum konkreten Menschen mit seinen Wunden und Belastungen kommt allen menschlichen Bemühungen zuvor. Jesus sagt: „Kommt alle zu mir, die ihr mühselig und beladen seid!“ Unter dieser Voraussetzung ist ein klares Benennen von Schuld und Sünde notwendig und heilsam. Es wäre eine Verharmlosung, nur von Fehlern und Schattenseiten zu sprechen. Sünde kommt vom Wort „sondern“, absondern, getrennt sein. Gemeint ist damit immer eine gestörte Beziehung – zu sich selbst, zum Nächsten, zur Schöpfung und zu Gott. Sünde ist ein vorsätzliches NEIN zum Leben. In diesem Sinn können auch Gleichgültigkeit und

Ignoranz gegenüber dem Schicksal anderer, Sünde sein. Wir bleiben einander schuldig, was wir geben könnten: Aufmerksamkeit, Wertschätzung und Hilfe.

### — **Gottes Auftrag vor Augen**

Der wichtigste Motor auf dem Weg der Versöhnung ist die Freude. Denken wir an Zachäus. Nachdem ihn Jesus angesprochen hat, beginnt er zu laufen. Mit Freude nimmt er den unerwarteten Gast bei sich auf. Seine Freude wächst aus der Erfahrung, angenommen und geliebt zu sein – trotz aller Schuld. Wer Ähnliches erlebt hat, lässt krampfhaft errichtete Fassaden fallen. Auch der Drang zur Selbst-Lossprechung fällt dann weg. Ehrlichkeit macht uns menschlicher. Vielleicht starren wir bei unserer Gewissenserforschung oft zu sehr auf Vergangenes. Wir sollten den Blick Jesu wahrnehmen und nach vorne schauen. Folgende Fragen könnten dabei helfen: Wie möchte ich als Mensch und Christ leben? Was gibt meinem Leben Sinn, was ist mein Auftrag? Umkehr ist doch immer auf Zukunft ausgerichtet. Mit diesem Perspektivenwechsel fällt einem vielleicht auf, dass man sich in einem kleinkarierten Denken verfangen hat oder im narzisstischen Kreisen um die eigene Befindlichkeit. Versöhnung befreit.

### — **Barmherzigkeit schenkt neue Freiheit**

Der Verlorene Sohn, der aus selbst verschuldetem Elend heimkehrt, wird vom Vater mit größter Herzlichkeit empfangen (Lk 15). Er umarmt ihn, obwohl er noch nach Schweinetrog stinkt. Deutlicher kann das JA Gottes zum Menschen, der versagt hat, nicht ausgedrückt werden. Wirkliche Versöhnung hat die Qualität dieser tiefen und von Herzen kommenden Umarmung. Sünde und Unversöhnlichkeit entstellen den Menschen, die Liebe bewirkt das Gegenteil. Niemals ist ein Mensch schöner, als wenn er Vergebung annimmt oder vergibt. In der Beichte geht es deshalb vor allem darum, sein Herz vor Gott auszuschütten. Das Bekenntnis der Schuld kommt an zweiter Stelle. Gott weiß, was uns nützt. Seine zärtliche Liebe macht einen Neubeginn möglich. „Auch ich verurteile dich nicht. Geh und sündige von jetzt an nicht mehr!“ (Joh 8,11) Jesus sagt dies der Ehebrecherin zu und rettet damit ihr Leben, ja er macht alles von Grund auf neu.

## Versöhnung schafft neue Lebensqualität

Ein versöhnter Mensch lebt gelassener und fröhlicher, weil er seine eigenen Grenzen und Schwächen kennt und von Gottes Barmherzigkeit selbst überrascht wurde. Aus dem verdammten Teufelskreis des Beschuldigungs und Verurteilens ist er durch den Mut zur Wahrheit entkommen. Vergebung ist kein billiges „Schwamm-Drüber“. Vergebung schenkt jedoch einen inneren Frieden, der uns zur „Abrüstung“ drängt und die Waffenkammer der uralten Vorwürfe ausräumen lässt. Bei verhärteten Fronten kann das dauern. Auch Kränkungen brauchen Zeit, um ausheilen zu können. Versöhnte Menschen finden zu einem neuen Lebensstil – achtsamer und maßvoller gehen sie mit den begrenzten Ressourcen um. Sie schützen das Leben, weil es das größte Geschenk Gottes ist. Sie tragen zu einem neuen sozialen Klima bei, weil sie die giftigen Emissionen verletzender Worte radikal reduzieren. Sie begegnen ihrer Umgebung mit neuer Aufmerksamkeit. Versöhnte Menschen leben nicht nur für sich selbst – sie sind vielmehr Hörer, Verkünder und „Täter“ der Frohen Botschaft. ■

**Für den heilsamen und befreienden Dienst der Versöhnung erbitte ich allen den Segen unseres barmherzigen Gottes!**

+Hermann Glettler

DIÖZESANBISCHOF VON INNSBRUCK



## tagesrückblick

**still werden. den atem  
spüren. mich in gottes  
gegenwart stellen.**

**gott um einen  
ehrlichen blick bitten.  
auf den tag schauen.**

**wo hat mich gott  
berührt und geführt?  
gott danken für die  
empfangenen gaben.**

**um vergebung und  
heilung bitten.  
auf den nächsten tag  
schauen und ihn mit  
gott planen.**

**vaterunser beten.**

## Anhang

### Bausteine für eine KULTUR DER VERSÖHNUNG

Weitere Unterlagen als Download:  
[www.dibk.at/Hirtenbriefe](http://www.dibk.at/Hirtenbriefe)

Diese Unterlagen können auch für den **Tag der Versöhnung**,  
jährlich am Freitag vor Palmsonntag, herangezogen werden.

# Bausteine für eine „Kultur der Versöhnung“



## Anregungen, Inhalte und Impulse zur praktischen Verwendung

Die hier angebotene kleine Auswahl von Unterlagen und geistlichen Impulsen zur Unterstützung einer „Kultur der Versöhnung“ in Pfarren, Schulen und Familien versteht sich als **Hilfe für die Praxis**. Ich danke allen, die einen Beitrag zur Verfügung gestellt haben. Die kleine Sammlung der ausgewählten Texte, Gebete und inspirierenden Vorlagen ist selbstverständlich unvollständig. Auch aus dem Seelsorgeamt und aus dem Schulamt kamen Anregungen und Praxisvorlagen, von denen aus Platzgründen nur einige hier abgedruckt werden konnten. Aus diesem Grund bitte die weiterführenden Hinweise für Behelfe und Literatur beachten. Hilfen für die Gewissenerforschung und die Beichtvorbereitung finden Sie auch im Gotteslob, Nr. 29 und Nr. 593 - 601.

Dieser vielfältige Anhang zum Hirtenbrief ist **keine neue Diözesane Richtlinie zur Bußpastoral**, auch wenn die immer noch gültige bereits aus dem Jahr 1994 stammt. Sie wurde im Auftrag von Bischof Dr. Reinhold Stecher herausgegeben. Ihr Titel lautete „Das Geschenk der Versöhnung“. Mit dieser Überschrift wird betont, dass **Versöhnung immer zuerst ein Geschenk Gottes** ist, sein Entgegenkommen und nicht unser Tun. Der Befund und die Anregungen von damals haben nichts an Aktualität verloren. Es wird festgestellt, dass die kirchliche Bußpraxis in eine Krise gekommen ist, obwohl der Bedarf nach Versöhnung „in einer Gesellschaft, die vieles duldet, aber nichts verzeiht“ groß ist. Unübersehbar sind trotzdem auch „die subtilen Schuldverdrängungsmechanismen“ und die Orientierungslosigkeit, was denn nun wirklich Schuld und Sünde sei und was nicht. Sehr deutlich wird die **langjährige Fixierung kirchlicher Bußpastoral auf die Einzelbeichte** beklagt, sodass die Vielfalt an eigenständigen Wegen und Formen liturgischer Versöhnungsangebote verloren ging.

Für die Österliche Bußzeit 2014 wurden im Auftrag von Bischof Manfred Scheuer unter dem Titel „Aufbrechen. Aus der Taufe ins Leben“ meh-

rere Gottesdienstmodelle als Weg zur Stärkung des Taufbewusstseins vorgelegt. Einer wurde speziell zum Thema Versöhnung ausgearbeitet: **„Gesalbt – Bekleidet – Erleuchtet“**. In dieser Vorlage wird das Bußsakrament ganz deutlich von der Taufe her gedeutet. Die von Erwachsenen empfangene Taufe ist Ausdruck einer vorausgegangenen Umkehr und bewussten Hinwendung zu Christus. Durch jeden Akt der Versöhnung und speziell durch den Empfang des Bußsakramentes wird die Gnade der Taufe erneuert.

Deutlich wurde auf die eigenständige **Bedeutung gemeinsamer Bußgottesdienste und pfarrlicher Bußfeiern** hingewiesen. Sie machen bewusst, dass wir auch als Gemeinschaft schuldig werden und als Kirche der Sünder vor Gott stehen. Die liturgische Feier sollte bei größeren Konfliktfällen in der Gemeinde auch mit einer Aufarbeitung und (Gemeinde-)Begleitung kombiniert werden. **Der gemeinsame Versöhnungsgottesdienst kann jedenfalls nicht den Wert der Einzelbeichte ersetzen**. Sinnvoll wäre eine Kombination, die in jüngster Zeit an vielen Orten mit einem sogenannten „Abend der Barmherzigkeit“ versucht wird. Gestärkt werden soll auch die „Geistliche Begleitung“, die nicht an das sakramentale Amt gebunden ist.

Die hier nun zusammengetragenen Impulse und Bausteine können eine Unterstützung sein, dass wir uns dem Anliegen von Umkehr und Versöhnung mit neuer Aufmerksamkeit stellen. Die Kreativität aller Verantwortlichen in der pfarrlichen, kategorialen und schulischen Pastoral soll dadurch angeregt werden. In diesem Sinne wünsche ich allen, die sich persönlich und in ihrer seelsorglichen Verantwortung auf einen „Weg der Versöhnung“ einlassen, Gottes reichsten Segen! ■

+ Bischof Hermann Glettler

# Biblische Vorbilder für heilsame Umkehr

FRANZ TROYER

**G**ott traut uns Menschen zu, dass wir immer wieder neu beginnen. Wie ein roter Faden zieht sich diese frohe Botschaft durch die ganze Bibel und steht als großes Plus vor allen biblischen Erzählungen. Deshalb kann die Bibel auch über die Fehler und das Scheitern großer Personen berichten: Noah, Abraham, Mose, Mirjam, David, Jona, Petrus, Paulus. Scheitern ist nicht das Letzte und auf keinen Fall das Ende. Gott möchte, dass wir ein gutes Leben führen können, Heil erfahren und heil werden.

## Verantwortung füreinander: Matthäus 18,15–20

*Wenn dein Bruder gegen dich sündigt, dann geh und weise ihn unter vier Augen zurecht. Hört er auf dich, so hast du deinen Bruder zurückgewonnen. Hört er aber nicht auf dich, dann nimm einen oder zwei mit dir, damit die ganze Sache durch die Aussage von zwei oder drei Zeugen entschieden werde. Hört er auch auf sie nicht, dann sag es der Gemeinde! Hört er aber auch auf die Gemeinde nicht, dann sei er für dich wie ein Heide oder ein Zöllner. Amen, ich sage euch: Alles, was ihr auf Erden binden werdet, das wird auch im Himmel gebunden sein, und alles, was ihr auf Erden lösen werdet, das wird auch im Himmel gelöst sein. Weiter sage ich euch: Was auch immer zwei von euch auf Erden einmütig erbiten, werden sie von meinem himmlischen Vater erhalten. Denn wo zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind, da bin ich mitten unter ihnen.*

Die Art und Weise, wie wir in unseren Gemeinschaften und Pfarren mit Fehlern und mit Sünden umgehen und

Außenseiter integrieren, zeigt schnell, was wir von Jesus gelernt haben. Im Matthäusevangelium finden wir dazu wertvolle Tipps:

**Zuhören:** Die Fähigkeit gut zuzuhören spielt beim Umgang mit Konflikten eine wichtige Rolle und wird deshalb im Bibeltext mehrfach betont.

**Reihenfolge der Lösungsversuche beachten:** Am Beginn steht das Gespräch unter vier Augen. Falls dieses nicht gelingt, folgt ein Gespräch mit ein bis zwei Personen des Vertrauens. Die Information über den Streitfall an eine größere Öffentlichkeit soll erst dann erfolgen, wenn die Gespräche nichts gebracht haben.

**Niemanden fallen lassen:** Die Lösung für einen Konflikt liegt nicht im Wegschauen oder Tabuisieren. Der Bibeltext hört auch nicht mit dem Hinweis auf den möglichen Ausschluss einer Person auf, sondern schlägt als nächsten Schritt das Gebet für diese Person vor. Das Gebet für die Ausgeschlossenen kann diese und uns selbst verwandeln. Wenn ich für jemanden bete, begegne ich ihm anders.

## Lasst euch mit Gott versöhnen: 2 Korinther 5, 17–21

*Wenn also jemand in Christus ist, dann ist er eine neue Schöpfung: Das Alte ist vergangen, siehe, Neues ist geworden. Aber das alles kommt von Gott, der uns durch Christus mit sich versöhnt und uns den Dienst der Versöhnung aufgetragen hat. Ja, Gott war es, der in Christus die Welt mit sich versöhnt hat, indem er ihnen ihre Verfehlungen nicht anrechnet und unter uns das Wort von der Versöhnung aufgerichtet hat. Wir sind also Gesandte an Christi statt und Gott ist es, der durch uns mahnt. Wir bitten an Christi statt: Lasst euch mit Gott versöhnen! Er hat den, der keine Sünde kannte, für uns zur Sünde gemacht, damit wir in ihm Gerechtigkeit Gottes würden.*

Viele Menschen tragen schon seit Jahren und Jahrzehnten eine schwere Last mit sich. Das ist für sie und oft auch für die Umgebung mehr als belastend. Deshalb ist es wichtig und notwendig, dass wir nicht im Wahn einer fehlerlosen Welt leben, sondern uns gegenseitig immer wieder Türen des Neuanfangs öffnen. Jesus selbst hat uns den anspruchsvollen „Dienst der Versöhnung“ aufgetragen. Er selbst kam ja auch nicht in eine Traumwelt, sondern in diese unsere Welt, wie sie gerade ist. Vergebung ist eine innere Haltung, die wir von Jesus lernen können. Mehr noch. Er befähigt uns dazu, sein Werkzeug des Friedens zu werden. Mit Jesus verbunden sind wir eine „neue Schöpfung“ und tragen dazu bei, dass in unserer Umgebung etwas neu werden kann.



### **Kann Jesus heilen und Sünden vergeben? Markus 2,1–12**

*Als Jesus ihren Glauben sah, sagte er zu dem Gelähmten: Mein Sohn, deine Sünden sind dir vergeben.*

Versöhnung und Heilung benötigen manchmal das Zusammenwirken und die Unterstützung anderer. Beim Gelähmten sind es vier Männer, die Ausdauer und Klugheit zeigen. Ihr Glaube an die Kraft Jesu ermutigt auch uns, Außergewöhnliches gemeinsam zu wagen.

Deine Sünden sind dir vergeben! Warum spricht Jesus dem Gelähmten zuallererst die Vergebung der Sünden zu? Offensichtlich weiß er, dass körperliche und seelische Gesundheit eng zusammengehören. Oft müssen zuerst die innere Starre und die inneren Blockaden gelöst werden, damit auch äußerliche Heilung gelingt. Von innen her blockiert uns auch die Sünde.

Darf und kann Jesus Sünden vergeben? Die Skepsis der Schriftgelehrten läuft auf die Frage hinaus, ob Jesus Gott ist oder nicht. Wenn er Gott ist, dann sind seine Worte berechtigt. Wenn er aber nur ein normaler Mensch ist, dann bleiben seine Worte eine Gotteslästerung. Hier müssen sich die Schriftgelehrten entscheiden, hier müssen auch wir uns entscheiden.

Traue ich Jesus zu, dass er meine Sünden vergibt? Habe ich Sehnsucht danach?

### **Anfragen an den älteren Sohn: Lukas 15,11–32**

*Da wurde der ältere Sohn zornig und wollte nicht hineingehen. Sein Vater aber kam heraus und redete ihm gut zu. Doch er erwiderte seinem Vater: Siehe, so viele Jahre schon diene ich dir und nie habe ich dein Gebot übertreten; mir aber hast du nie einen Ziegenbock geschenkt, damit ich mit meinen Freunden ein Fest feiern konnte. Kaum aber ist der hier gekommen, dein Sohn, der das Vermögen mit Dirnen durchgebracht hat, da hast du für ihn das Mastkalb geschlachtet.*

Vorweggenommen! Der ältere Sohn arbeitet verlässlich, er tut seine Pflicht und hat nichts angestellt. Das dürfen wir nicht übersehen. Die folgenden vier Anfragen an den älteren Bruder sind trotzdem aufschlussreich und auch eine Mahnung und Anfrage an unser kirchliches Handeln.

### **Anfrage 1: Wie steht es mit deiner Achtung vor dem anderen?**

Der ältere Sohn verweigert die Bruderbezeichnung für seinen Bruder und spricht beim Vater nur von „diesem deinem Sohn“. Woher weiß er, dass sein Bruder das Geld mit Dirnen verschleudert hat? Der Knecht hatte ihn nur darüber informiert, dass der Vater ein Fest feiert, weil er seinen Sohn heil und gesund wiederhat. Menschen, die zuerst negativ von anderen denken, sind in Gefahr, selbstgerecht zu denken und zu handeln.

### **Anfrage 2: Bist du der Diener deines Vaters oder sein Sohn?**

Der jüngere Sohn spricht seinen Vater als Vater an, sein älterer Bruder hingegen verwendet diese Anrede nie, sondern betont, dass er seinem Vater schon so viele Jahre „dient“. Dienen erinnert an das Verhältnis Herr-Knecht und nicht an eine Vater-Sohn-Beziehung.

### **Anfrage 3: Wie gehst du mit Schuld um?**

Der jüngere Sohn sieht seine Schuld und bekennt sie vor seinem Vater. Er sucht keine Ausreden und gibt niemandem die Schuld, weder den bösen Menschen in der Ferne noch dem Schicksal. Der ältere Bruder hingegen bleibt bei der Schuldzuweisung an seinen Bruder stecken und betont seine eigene Leistung und Fehlerlosigkeit. Der Vater sieht die Schuld seines Sohnes und deren Folgen, dass dieser tot und verloren war. Er beschönigt oder zerredet die Schuld des Sohnes auch nicht und vergibt ihm genau deswegen.

### **Anfrage 4: Wovon bist du mehr geprägt, von Dankbarkeit und Freude oder von Neid und Kleinkariertheit?**

Beim Vater sprudeln die Dankbarkeit und Freude über die Rückkehr seines Sohnes so richtig heraus. Der ältere Sohn ist draußen auf dem Feld, während die anderen drinnen im Haus feiern. Schon diese räumliche Aussage drückt etwas von seiner inneren Situation aus. Weil er nicht zum Fest ins Haus hineingehen will, ist er in Gefahr, sich ganz ins Out zu stellen. Bei seiner Klage, dass er nie einen Ziegenbock bekommen hat, stellt sich die Frage, ob er jemals einen wollte. Ist der ältere Sohn zum Fest hineingegangen? Konnte er seinem Herzen einen Stoß geben und sich über die Umkehr seines Bruders mitfreuen?

### Das Gift der Selbstgerechtigkeit: Lukas 18,9–14

*Einigen, die von ihrer eigenen Gerechtigkeit überzeugt waren und die anderen verachteten, erzählte Jesus dieses Gleichnis: Zwei Männer gingen zum Tempel hinauf, um zu beten.*

Der eine gehört zur Gruppe der Insider, der andere zu den Außenseitern der Gesellschaft. Der eine hat eine wichtige Aufgabe innerhalb des Volkes Israel, der andere arbeitet mit den Römern zusammen. Der eine ist ein Pharisäer, der andere ein Zöllner. Hier geht es nicht nur um Berufe, sondern um Charaktertypen und persönliche Eigenschaften. Diese beiden Personen laden ein, selber in den Spiegel zu schauen.

Vom Pharisäer heißt es: **Er sprach bei sich dieses Gebet.** Genau übersetzt heißt es sogar: „Er betete zu sich selbst.“ Wer so betet, kreist nur um sich selbst und sucht mehr den Ich-Dienst als den Gottes-Dienst. Der Zöllner dagegen bleibt ganz hinten im Tempel stehen und wagt nicht einmal, die Augen zum Himmel zu erheben. Er weiß: Vor Gott muss ich keine Masken aufsetzen.

Der Pharisäer lebt vom Vergleich mit anderen und schaut dabei auf diese herab.

Der Zöllner schaut zu Gott hinauf und bittet um Erbarmen. Er bleibt auch nicht bei den üblichen Ausreden: Als Zöllner muss ich manches tun und kann nicht anders handeln! Sonst bin ich arbeitslos! Die anderen tun es auch! Denn wer mit zwei Fingern auf andere zeigt, zeigt immer mit drei auf sich selbst.

Wer von den beiden hat wohl das größere Selbstwertgefühl? Der Pharisäer oder der Zöllner? Was speist meinen Selbst-Wert? Meine Leistungen? Der Vergleich mit anderen? Gott und seine bedingungslose Liebe zu uns Menschen?

### Herausfordern statt beschämen: Lukas 19,1–10

*Als Jesus an die Stelle kam, schaute er hinauf und sagte zu ihm: Zachäus, komm schnell herunter! Denn ich muss heute in deinem Haus bleiben.*

Haben Sie es schon erlebt, dass Sie beschämt worden sind, öffentlich in einer großen Runde, vor jemand anderem oder ganz allein? Haben Sie

selber schon jemanden beschämt, um ihm etwas auszuwischen, weil Sie zornig waren, vielleicht auch, ohne es zunächst zu merken.

Es ist spannend, die Begegnung Jesu mit dem Zöllner Zachäus unter dem Blickwinkel zu betrachten, wie Jesus den Kontakt zu ihm sucht. Er baut in überraschender Weise eine Verbindung mit ihm auf. Das verändert Zachäus, das wirkt bis in die tiefste Faser seines Herzens.

**Jesus beginnt nicht mit Besserwissen:** Zachäus, ich habe dich schon gesehen. Du brauchst dich nicht zu verstecken. Meinst du, dass ich nicht alles schon weiß.

**Jesus beginnt nicht mit Forderungen:** Du musst dich ändern. Du musst sozialer und ehrlicher werden. Du musst das Geld sofort zurückgeben.

**Jesus beginnt nicht mit Bedingungen:** Wenn du das und das tust, dann können wir miteinander reden.

**Jesus beginnt mit einer Selbsteinladung:** Komm schnell herunter, ich muss heute bei dir zu Gast sein.

**Jesus beginnt mit einem liebevollen Blick:** Er schaut zu Zachäus auf und begegnet ihm dadurch in neuer Weise, nicht entwürdigend, sondern mit Respekt.

### Steine werfen oder Selbsterkenntnis: Johannes 8,1–11

*Da brachten die Schriftgelehrten und die Pharisäer eine Frau, die beim Ehebruch erappt worden war. Sie stellten sie in die Mitte und sagten zu ihm: Meister, diese Frau wurde beim Ehebruch auf frischer Tat erappt. Mose hat uns im Gesetz vorgeschrieben, solche Frauen zu steinigen. Was sagst du dazu? Mit diesen Worten wollten sie ihn auf die Probe stellen, um einen Grund zu haben, ihn anzuklagen. Jesus aber bückte sich und schrieb mit dem Finger auf die Erde. Als sie hartnäckig weiterfragten, richtete er sich auf und sagte zu ihnen: Wer von euch ohne Sünde ist, werfe als Erster einen Stein auf sie.*

Wir hier in Österreich steinigen heute niemanden mehr! Bei uns gelten die Menschenrechte! Wirklich? Ich bin oft erschüttert, welche Methoden und Tricks auch unter uns angewandt werden, um Menschen nieder zu machen. Sind folgende Möglichkeiten, wie sich heute die Begegnung mit der Ehebrecherin ereignen könnte, ganz fremd?



**Variante I:** Da meinte jemand: Bitte bringt eure Anschuldigungen vor. Wer hat Fotos, wer hat den Vorfall gefilmt? Alles muss öffentlich gemacht und ins Internet gestellt werden!

**Variante II:** Einige gingen weg, tratschten und erzählten überall die Neuigkeiten: Das habe ich mir gleich gedacht, dass diese Frau so ist! Wisst ihr noch, was sie vor drei Jahren getan hat? Und ihre Großmutter war nicht viel besser!

**Variante III:** Jemand schrie heraus: Scheinheiliges Getue! Euch geht es nicht um die Frage der Gerechtigkeit und Barmherzigkeit, sondern darum, jemandem etwas auszuwischen und selber als Saubermänner dazustehen.

**Variante IV:** Jemand begann sofort Unterschriften zu sammeln: Wir benötigen strengere Gesetze! Das darf nie mehr passieren!

Es ist phänomenal, wie Jesus mit der kritischen Situation umgeht sowohl im Blick auf die Ehebrecherin als auch im Blick auf die selbstgerechten Ankläger. Er zeigt, was Vergebung bedeutet:

**Vergebung bedeutet nicht, die Augen vor dem Geschehenen zu verschließen:** Stimmt es, dass in unserem Land viele hilfreiche Gespräche nicht zu Ende geführt werden? Man wechselt das Thema und sucht keine endgültige Klärung, auch um selber keine Konsequenzen ziehen zu müssen.

**Vergebung bedeutet nicht Verharmlosen:** Jesus sagt nicht: Schwamm drüber, eigentlich war es ja gar nicht so schlimm. Jesus entlarvt die menschliche Neigung, die eigene Schuld zu bagatellisieren, weil andere noch die größeren Sünder sind.

**Vergebung setzt Abstand und Freiheit voraus:** Jesus schreibt in den Sand und lässt sich nicht in hitzigen Diskussionen ein. Er lässt sich nicht vereinnahmen. Druck erschwert das Finden einer Lösung.

**Vergebung ermöglicht einen Neuanfang:** Jesus stellt der Frau keinen Freibrief für die Zukunft aus: Geh und sündige von jetzt an nicht mehr.

**Vergebung hat viel mit Geben zu tun und nicht so sehr mit Nehmen:** Jesus zeigt den Selbstgerechten ihre Grenzen auf und hält ihnen einen Spiegel vor: Schaut zuerst auf euch und eure Fehler und ergötzt euch nicht an den Fehlern der anderen. Jesu weiß, dass Ver-Geben heilsamer ist als Ver-Nehmen. ■

## Papst Franziskus im O-Ton

Wenn die Musik des Evangeliums nicht mehr unser Inneres in Schwingung versetzt, werden wir die Freude verlieren, die aus dem Mitgefühl entsteht, die Zartheit, die aus dem Vertrauen kommt, die Fähigkeit zur Versöhnung, die ihre Quelle in dem Wissen hat, dass uns vergeben wurde und dass auch wir vergeben sollen. *(Apostolische Reise nach Litauen, Lettland und Estland, Ökumenische Begegnung, 24.9.2018)*

Jesus ist radikal. Aber Versöhnung hat ja auch nichts mit gutem Benehmen zu tun: Sie ist radikal. Sie will nicht nur die Würde des anderen, sondern auch meine Würde respektieren. Von der Beleidigung zur Versöhnung, vom Neid zur Freundschaft: Das ist der Weg, den uns Jesus heute vorgibt. *(Hl. Messe in Santa Marta, 14.6.2018)*

Die Liebe des Herrn ist eine alltägliche Liebe, diskret und respektvoll, sie liebt die Freiheit und sie befreit, sie ist eine Liebe, die heilt und erhebt. Die Liebe des Herrn kennt sich eher mit dem Wiederaufstieg als mit dem Fall aus, mehr mit der Versöhnung als mit Verboten, mehr mit dem Gewähren neuer Möglichkeiten als mit der Verdammnis, mehr mit der Zukunft als mit der Vergangenheit. Es ist die stille Liebe einer dienend und hingebungsvoll ausgestreckten Hand. *(Reise nach Panama, Eröffnungsfeier des Weltjugendtags, 24.1.2019)*

Die Verkündigung des Evangeliums des Lebens treibt uns an und verlangt von uns als Gemeinschaft [der Kirche], dass wir ein Feldlazarett werden, das dazu hergerichtet ist, die Wunden zu heilen und immer einen Weg der Versöhnung und der Vergebung anzubieten. *(Hl. Messe in Tokio, 25.11.2019)*

Der Weg der Versöhnung erfordert Geduld und Vertrauen. Man erhält keinen Frieden, wenn man ihn nicht erhofft. *(Botschaft zum Weltfriedenstag 2020, 8.12.2019)*

Die Gnade Gottes des Vaters wird als bedingungslose Liebe geschenkt. Wenn wir in Christus seine Vergebung empfangen haben, können wir

uns auf den Weg machen, um diese Vergebung den Männern und Frauen unserer Zeit anzubieten. Tag für Tag gibt uns der Heilige Geist Haltungen und Worte ein, damit wir zu „Handwerkern“ der Gerechtigkeit und des Friedens werden. *(Botschaft zum Weltfriedenstag 2020, 8.12.2019)*

Ohne Gott kann man das Böse nicht besiegen: Nur seine Liebe richtet innerlich wieder auf, nur seine ins Herz ausgegossene Zärtlichkeit macht uns frei. ... Die Beichte ist der Übergang von der Erbärmlichkeit zum Erbarmen, sie ist die Schrift Gottes auf dem Herzen. Dort lesen wir jedes Mal, dass wir in den Augen Gottes kostbar sind, dass er Vater ist und uns mehr liebt, als wir selbst uns lieben. *(Bußfeier, Vatikan, 29.3.2019)*

Die Vergebung schenkt uns einen neuen Anfang, sie macht uns zu neuen Geschöpfen, sie lässt uns das neue Leben mit Händen greifen. Die Vergebung Gottes ist nicht eine Fotokopie, die jedes Mal, wenn wir in den Beichtstuhl kommen, identisch vervielfältigt wird. Durch den Priester die Vergebung der Sünden zu erhalten ist eine stets neue, ursprüngliche und unnachahmliche Erfahrung. *(Bußfeier, Vatikan, 29.3.2019)*

„Ja, er ist gut, er ist barmherzig, aber er ist auch gerecht. Wenn du die Tür deines Herzens von innen versperrst, kann er sie nicht öffnen, weil er unser Herz sehr wohl respektiert. Jesus abzulehnen bedeutet, die Tür von innen heraus zu schließen, sodass er nicht eintreten kann.“ *(Hl. Messe in Santa Marta, 6.11.2018)*

Die Liebe Gottes ist immer größer, als wir uns vorstellen können; sie geht über jegliche Sünde hinaus, für die uns unser Gewissen anklagen könnte. Es ist eine Liebe, die keine Beschränkungen kennt und grenzenlos ist. *(Bußfeier, Vatikan, 9.3.2018)*

Uns allen wurde in der Taufe vergeben, und jedes Mal, wenn wir das Sakrament der Buße empfangen, wird uns vergeben. Und vergesst nicht: Jesus vergibt immer. Jesus wird nicht müde zu vergeben. Wir sind es, die müde werden, um Vergebung zu bitten. *(Generalaudienz, Petersplatz, 21.3.2018)*

Der Beichtende muss sich sicher sein können, dass das, was er im Beichtstuhl sagt, vom Beichtgeheimnis geschützt wird. Das Beichtgeheimnis ist unverzichtbar, und keine menschliche Gewalt darf daran rühren! *(Audienzhalle, 29.3.2019)*

Wenn Gott vergibt, verliert er die Erinnerung daran. Er vergisst unsere Sünden. ... Gott löscht das Böse aus. Er macht uns innerlich neu und lässt in uns die Freude neu erwachen, nicht die Trauer, nicht die Dunkelheit im Herzen, nicht den Argwohn, sondern die Freude. ... Brüder und Schwestern, Mut, bei Gott hat keine Sünde das letzte Wort. *(Angelus, Petersplatz, 15.9.2019)*

Wir sind soziale Geschöpfe, und die Vergebung hat eine soziale Dimension, denn auch die Menschheit, meine Brüder und Schwestern, wird durch meine Sünden verletzt. Vor einem Priester beichten heißt, dass ich mein Leben in die Hände und das Herz eines anderen Menschen lege, der in diesem Augenblick im Namen und im Auftrag Jesu handelt. *(Der Name Gottes ist Barmherzigkeit, ein Gespräch mit Andrea Tornielli, Kösel 2016, S. 44)*

Die Beichte ist wie das Gespräch eines Vaters mit seinen pubertierenden Kindern, die etwas verbochen haben, und deswegen müsste er sie ausschimpfen. Dieser Vater weiß aber auch, dass er mit einem Prügelstock nichts erreichen wird. Er will stattdessen Vertrauen aufbauen. Jesus, der Herr sagt also sinngemäß: ‚Komm, lasst uns doch mal einen Kaffee zusammen trinken und ein bisschen miteinander quatschen. Hab keine Angst, ich will dich nicht verprügeln.‘ Denn er weiß, was der Sohn denkt: ‚Oh je, ich habe was ausgefressen...‘ So wie es der Vater mit seinen pubertierenden Kindern tut, so macht es Jesus mit uns. Man denke hier an die Bibelstellen, in denen Jesus Zachäus oder Matthäus zu sich ruft. Danken wir also dem Herrn für seine Güte! Er will uns nicht verhauen und verurteilen. Er hat für uns sein Leben hingegeben. Immer sucht er die beste Art und Weise aus, um unsere Herzen zu gewinnen.“ *(Predigt in Santa Marta, Hl. Messe, 27.2.18) ■*

# Wer bin ich?

TEXT VON DIETRICH BONHOEFFER

Wer bin ich? Sie sagen mir oft,  
ich träte aus meiner Zelle  
gelassen und heiter und fest.  
Wie ein Gutsherr aus seinem Schloss.  
Wer bin ich? Sie sagen mir oft,  
ich spräche mit meinen Bewachern  
frei und freundlich und klar,  
als hätte ich zu gebieten.  
Wer bin ich? Sie sagen mir auch,  
ich trüge die Tage des Unglücks  
gleichmütig, lächelnd und stolz,  
wie einer der Siegen gewohnt ist.  
Bin ich das wirklich, was andere von mir sagen?  
Oder bin ich nur, was ich selbst von mir weiß?  
Unruhig, sehnsüchtig, krank, wie ein Vogel im Käfig,  
ringend nach Lebensatem, als würgte mir einer die Kehle,  
hungernd nach Farben, nach Blumen, nach Vogelstimmen,  
dürstend nach guten Worten, nach menschlicher Nähe,  
zitternd vor Zorn über Willkür und kleinlichste Kränkung,  
umgetrieben vom Warten auf große Dinge,  
ohnmächtig bangend um Freunde in endloser Ferne,  
müde und leer zum Beten, zum Denken, zum Schaffen,  
matt und bereit, von allem Abschied zu nehmen?  
Wer bin ich? Der oder jener?  
Bin ich denn heute dieser und morgen ein anderer?  
Bin ich beides zugleich? Vor Menschen ein Heuchler  
und vor mir selbst ein verächtlich wehleidiger Schwächling?  
Oder gleicht, was in mir noch ist, dem geschlagenen Heer,  
das in Unordnung weicht vor schon gewonnenem Sieg?  
Wer bin ich? Einsames Fragen treibt mit mir Spott,  
Wer ich auch bin, Du kennst mich, Dein bin ich, o Gott. ■

# Wie beichten?

Anregungen und Schritte für Priester und Gläubige

VON HERMANN GLETTLER

## Willkommen – mit allem, was Du mitbringst!

**E**in klares Angebot, wo und wann das Sakrament der Versöhnung empfangen werden kann, ist oft schon eine wirksame Einladung. Am besten ist die Angabe einer fixen Zeit, verlautbart im Pfarrblatt oder im Kirchenraum ersichtlich ausgehängt. Es sollte klar sein, wann ein Priester für die Beichte zur Verfügung steht und wer es ist. Ebenso entscheidend ist das atmosphärische Umfeld, in dem das Beichtgespräch stattfinden wird. Die äußeren Umstände tragen nicht unwesentlich dazu bei, dass sich jemand für das Geschenk der Versöhnung öffnen kann. Ein einladender Raum, ein bewusst gestaltetes Beichtzimmer und selbst ein Beichtstuhl, der gepflegt ist, sind ein Signal des Willkommens. Das Sakrament der Versöhnung ist eine Einladung, das Herz vor Gott auszuschütten – es geht nicht um ein Aufsagen von Sünden, sondern um eine Umkehr zu Gott, der wie ein barmherziger Vater oder eine liebende Mutter auf jeden von uns wartet.

## Hurra, endlich wieder beichten?

Mit dieser Euphorie wird sich wohl kaum jemand dem Sakrament nähern. Meist gibt es eine stille Sehnsucht, eine verborgene Last loszuwerden, bzw. den inneren Mistkübel wieder einmal auszuleeren. Um sich auf das Beichtgespräch einzustellen, blickt man dann oft zurück auf Vergangenes. Ein ganz kleiner Keim von Reue ist da, aber das Erkennen von einzelnen Sünden fällt schwer. Trotz guten Willens ist die Vorbereitung auf die Beichte mühsam. Was sagen? Wesentlich zielführender als ein krampfhafter Blick in die Vergangenheit ist ein Blick in die Zukunft mit folgenden Fragen: Was und wie möchte ich eigentlich leben? Wofür will ich meine Lebensenergie einsetzen? Was erwartet Gott von mir in meiner aktuellen Lebenssituation? Was brauchen die Menschen in meiner Umgebung? Dieser Perspektivenwechsel ermöglicht relativ rasch ein Erkennen wesentlicher Defizite und Fehlentwicklungen.

### **Gleich mit einem Dank anfangen**

Nach der Begrüßung im Ausspracheraum oder Beichtstuhl und nach der liturgischen Eröffnung mit dem Kreuzzeichen ist ein kurzes Gebet des Dankes sinnvoll. Wenn es der Priester in einfachen Worten macht, schafft er ein positives Grundgefühl und eine Ausrichtung auf Gott hin. Ebenso empfiehlt es sich auch für die Person, die zur Beichte gekommen ist, einen Dank für etwas Gelungenes, für das Leben allgemein oder für etwas speziell Erfreuliches auszusprechen. Dankbarkeit muss mehr denn je eingeübt werden, denn Undankbarkeit ist die eigentliche Fehlhaltung heutiger Zeit. Man könnte sie in einer maßlos gewordenen Gesellschaft fast als kollektive Sünde bezeichnen. Mit diesem bewussten Vorspann des Dankens lässt sich dann wesentlich leichter auch der Blick auf das Scheitern, sowie auf die Verfehlungen und Unterlassungen richten.

### **Am besten das Herz sprechen lassen**

Das Zugeben und Aussprechen von eigener Schuld fällt niemandem leicht. Zu sehr haben wir uns an Verdrängungen und Verharmlosungen gewöhnt. Im atmosphärischen Sog unserer Gesellschaft ist es fast ein Zeichen von Schwäche, Verfehlungen einzugestehen. Diesem Zeitgeist zum Trotz kommt man um ein demütiges Hinschauen, Wahrnehmen und Benennen von Schuld nicht herum. Was als Schuld und Sünde anerkannt wurde, kann vergeben werden. Das klare Benennen hat auch den Charakter einer bewussten Distanzierung: Dies oder jenes will ich eigentlich nicht tun! So möchte ich eigentlich nicht leben! Es tut mir leid, dass ich es trotzdem getan habe. Wie bei einem Arztbesuch ist es hilfreich, Erkrankungen möglichst genau zu benennen, damit ein Heilungsprozess mit einer gezielten Behandlung eingeleitet werden kann.

### **Gott spricht das entscheidende Wort**

Nach dem Bekenntnis der Sünden und vor der Lossprechung durch den Priester ist ein gemeinsames Hören auf das Wort Gottes wichtig. Gott

selbst hat in diesem kostbaren Moment, wo sich ein Mensch öffnet und etwas sehr Persönliches von sich preisgibt, das Wesentliche zu sagen. Dazu braucht es einen Moment der Stille. Auch eine kurze Anrufung des Heiligen Geistes ist sinnvoll. Schließlich ist er der erste Anwalt und Helfer für jede Form der Versöhnung. Der Beichtvater kann ein Wort aus der Heiligen Schrift frei zitieren oder auch eine Stelle in der Bibel aufschlagen. Damit wird auch die Einzelbeichte in eine Wort-Gottes-Feier eingebettet. Außerdem erhält die Person, die von Gott Vergebung empfangen will, nicht nur gute Ratschläge des Beichtpriesters. Wirklich tröstend und aufbauend ist das lebendige Wort Gottes. Danach kann der Priester aufgrund seiner geistlichen Erfahrung auch die eine oder andere Richtungsweisung mit auf den Weg geben. Allerdings sollte dies tatsächlich im Rahmen bleiben. Der Beichtvater ist weder Lebensberater noch Therapeut. Er wurde geweiht und beauftragt, um das entscheidende Wort zu sagen: „Im Namen Gottes ist Dir alle Schuld vergeben!“

### **Befreit, entlastet, losgesprochen!**

Gibt es Schöneres? Der Höhepunkt der Beichte ist die Lossprechung. Die biblische Neuausrichtung des Sakramentes orientiert sich am Gleichnis des Barmherzigen Vaters. Der Vater läuft seinem Sohn, der am Schweinetrog gelandet ist, entgegen und umarmt ihn mit einer bedingungslosen Herzlichkeit. Die Lossprechung hat die Qualität dieser Umarmung. Sie besiegelt die Wieder-Aufnahme in die volle Lebensgemeinschaft mit Gott – Neubeginn als Sohn und Tochter des himmlischen Vaters. Die im Namen Jesu zugesprochene Vergebung ist eine Entlastung und Befreiung, die auch jene Tiefenschichten der menschlichen Seele erreicht, die uns gar nicht bewusst sind. Die Lossprechung ist zugleich die Wiederversöhnung mit der konkreten Gemeinschaft der Kirche, als dessen Vertreter der Priester ebenso anwesend ist. Meist ist die Folge der zugesprochenen Vergebung ein tiefes Gefühl von Erleichterung, Dankbarkeit und Freude. Lasten fallen ab. Gottes Zuwendung wirkt und befreit zu einem versöhnten Leben.

# Boxenstopp bei Gott

MARTIN RIEDERER OPRAEM

## Sich auf das Neue einstellen

Gute Vorsätze allein sind zu wenig. Das neue Leben, das durch das Sakrament der Versöhnung ermöglicht wurde, braucht eine Einübung. Geläufig ist dafür die Bezeichnung „Buße“. Sie ist irreführend, weil sie zur Annahme verleitet, der Umkehrwillige könne sich Versöhnung selbst erarbeiten, bzw. durch Buße erwirken. Jesus fasst in der Aussage „Ich verurteile Dich nicht!“ das gesamte Evangelium zusammen. Aber er fügt noch hinzu: „Geh und sündige nicht mehr!“ Dieser zweite Satz ist ebenso wichtig. Der Priester kann dazu einen Vorschlag machen – eine „Buße“ aufgeben. Dies kann eine Ermutigung zum regelmäßigen Gebet sein oder zu einem konkreten Dienst für jemanden. Der Abschluss und Nachklang der Beichte darf auch eine festliche Note bekommen, denn Versöhnung ist ein Fest – ohne Übertreibung oder Verordnung. Auch ein passendes Zeichen gehört vielleicht dazu – eine Einladung zum Essen, ein kleines Mitbringsel für die Familie, eine Blume, ein Brief oder ein Telefonat, das längst schon fällig gewesen wäre. Neubeginnen dürfen ist ein wahnsinnig tolles Gefühl! Wenn persönlich erfahren, bitte auch weitersagen. ■

*Auch wenn in dieser Ausführlichkeit nicht immer alle Schritte in einer Einzelbeichte möglich sind, so ist doch der hier skizzierte Ablauf mit den unterschiedlichen Elementen ein Impuls, bewusster und mit größerer Erwartung das Sakrament der Versöhnung zukünftig zu spenden, bzw. zu empfangen.*

Jeder, der ein Auto hat, ist bemüht, es sicher, mit möglichst geringer Abgasbelastung, guter Straßenhaftung und einigermaßen rostfrei lange gut zu erhalten. Dazu muss das Fahrzeug regelmäßig gewartet und technisch überprüft werden. Darum geben wir das Auto in die Werkstatt oder lassen es bei einem Autofahrer-Club durchchecken. Wenn nötig, werden Reparaturen und Nachjustierungen vorgenommen, neue Reifen aufgelegt und die Scheibenwischerblätter erneuert. Dann können wir wieder eine Weile sicher und gelassen am Straßenverkehr teilnehmen.

Die regelmäßige Beichte wäre im seelischen Bereich, im Verhältnis zu Gott und in der Teilhaberschaft an der Kirche ein innerer Werkstattbesuch, ein Weg zur Nachbesserung und zu innerer Freiheit durch das Geschenk der Vergebung.

Wer regelmäßig beichtet, macht sich Gedanken über seine tatsächliche Befindlichkeit. Eine gute Vorbereitung in Form einer Gewissenserforschung ist, wie die Checkliste fürs Auto in der Werkstatt, wichtige und solide Voraussetzung für eine umfassende und klärende Zustandsbestimmung. Von jeher hat die Kirche sogenannte „Beichtspiegel“ als Hilfe angeboten. Heute gibt es vielerorts Bußandachten als Anregung zur Erforschung des eigenen Denkens, Redens und Tuns. In jedem Fall ist es gut, wenigstens einmal im Jahr aus dem Getriebe des Alltags und der Gewohnheit zum Boxenstopp in die Ruhe des kirchlichen Raums abzubiegen und in der Barmherzigkeit Gottes, Orientierung und Neu-Anfang zu suchen. Die Gewissenserforschung – die im Tagesablauf des Stundengebetes der Kirche an jedem Abend ihren festen Platz hat – kann für jeden von uns und für die Gesamtheit der Kirche ein Segen sein. Vielleicht wächst in der verantwortlichen Wahrheitssuche vor Gott auch wieder die Sehnsucht nach dem Gespräch und der Wunsch nach sakramentaler Lossprechung... ■

# Die 10 Gebote

Jede Gesellschaft braucht ihre Regeln,  
denn ohne sie läuft alles drunter und drüber.

U nser „Grundgesetz“ bilden die Zehn Gebote, die Moses einst auf dem Berg Sinai empfangen hat. Die Zehn Gebote enthalten eine Liste religiöser und ethischer Regeln, die im Judentum und im Christentum eine grundlegende Bedeutung haben. Die Kurzfassung der Zehn Gebote nach dem Katechismus der katholischen Kirche lautet:

- I.  
Du sollst keine anderen Götter neben mir haben.
- II.  
Du sollst den Namen Gottes nicht verunehren.
- III.  
Du sollst den Tag des Herrn heiligen.
- IV.  
Du sollst Vater und Mutter ehren.
- V.  
Du sollst nicht töten.
- VI.  
Du sollst nicht ehebrechen.
- VII.  
Du sollst nicht stehlen.
- VIII.  
Du sollst nicht falsch gegen deinen Nächsten aussagen.
- IX.  
Du sollst nicht begehren deines Nächsten Frau.
- X.  
Du sollst nicht begehren deines Nächsten Gut.

# Die 10 Gebote der Gelassenheit

PAPST JOHANNES XXIII.

- 1. Leben:** Nur für heute werde ich mich bemühen, einfach den Tag zu erleben – ohne alle Probleme meines Lebens auf einmal lösen zu wollen.
- 2. Sorgfalt:** Nur für heute werde ich größten Wert auf mein Auftreten legen und vornehm sein in meinem Verhalten: Ich werde niemanden kritisieren; ja ich werde nicht danach streben, die anderen zu korrigieren oder zu verbessern ... nur mich selbst.
- 3. Glück:** Nur für heute werde ich in der Gewissheit glücklich sein, dass ich für das Glück geschaffen bin ... nicht nur für die anderen, sondern auch für diese Welt.
- 4. Realismus:** Nur für heute werde ich mich an die Umstände anpassen, ohne zu verlangen, dass die Umstände sich an meine Wünsche anpassen.
- 5. Lesen:** Nur für heute werde ich zehn Minuten meiner Zeit einer guten Lektüre widmen. Wie die Nahrung für das Leben des Leibes notwendig ist, ist die gute Lektüre notwendig für das Leben der Seele.
- 6. Handeln:** Nur für heute werde ich eine gute Tat vollbringen – und ich werde es niemandem erzählen.
- 7. Überwinden:** Nur für heute werde ich etwas tun, wozu ich keine Lust habe. Sollte ich mich in meinen Gedanken beleidigt fühlen, werde ich dafür sorgen, dass niemand es merkt.
- 8. Planen:** Nur für heute werde ich ein genaues Programm aufstellen. Vielleicht halte ich mich nicht genau daran, aber ich werde es aufsetzen. Und ich werde mich vor zwei Übeln hüten: vor der Hetze und vor der Unentschlossenheit.
- 9. Mut:** Nur für heute werde ich keine Angst haben. Ganz besonders werde ich keine Angst haben, und mich an allem freuen, was schön ist. Und ich werde an die Güte glauben.
- 10. Vertrauen:** Nur für heute werde ich fest daran glauben – selbst wenn die Umstände das Gegenteil zeigen sollten –, dass die gütige Vorsehung Gottes sich um mich kümmert, als gäbe es sonst niemanden auf der Welt.



# Gewissenserforschung – einmal anders

MARTIN RIEDERER OPRAEM

Hast du schon einmal geschwiegen, obwohl du dich verteidigen wolltest?  
Hast Du den Mund gehalten, obwohl du ungerecht behandelt wurdest?

Hast du schon einmal von Herzen verziehen,  
obwohl man dein schweigendes Verzeihen als selbstverständlich annahm?

Hast Du Verzeihung geschenkt,  
obwohl die Bitte darum vermutlich nicht ehrlich war?  
Hast Du wirklich verziehen und den Menschen wieder lieb gewonnen,  
der Dich so verletzt hat?

Warst du schon einmal völlig einsam?  
Warst Du einsam, weil Du einem Versprechen treu geblieben bist?

Hast du dich schon einmal zu etwas entschieden,  
rein aufgrund deines Gewissens?  
Hast Du schon einmal eine Entscheidung gefällt,  
nachdem Du intensiv gebetet hast?

Hast du schon einmal versucht zu lieben,  
wo keine „Schmetterlinge“ da waren,  
wo alles ungreifbar und scheinbar sinnlos zu werden drohte?

Hast Du einen Streit beendet, indem Du auf Dein Recht verzichtet hast?  
Bist Du einem Konflikt aus dem Weg gegangen  
und hast einen wirklichen Nachteil ertragen?

Hast du einmal eine Pflicht oder einen Dienst getan,  
bei der du über den eigenen Schatten springen,  
dich überwinden musstest?

Hast Du in Treue zu Deinem Glauben gehandelt,  
wo andere von entsetzlicher Dummheit gesprochen haben?

Warst du einmal gut zu einem Menschen,  
von dem keine Dankbarkeit und kein Verständnisses zurückkommt?

Was war das letzte Lob, dass Du jemanden ausgesprochen hast?

Hast Du Dich in letzter Zeit entschlossen,  
etwas mehr für Deinen Glauben – Deine Beziehung zu Gott zu tun?  
Und Deinen Entschluss auch ein wenig in die Tat umgesetzt?

Hast Du im Stillen – im Privaten – ganz für Dich selbst  
schon einmal auf etwas verzichtet, nur Gott zu liebe?

Hast Du jemanden Dein Gebet versprochen und es auch gehalten?

Hast Du schon einmal die Wahrheit gesagt,  
obwohl es Dir nur Ärger eingebracht hat?

Hast Du einem Menschen ein gutes Wort geschenkt,  
der dir eigentlich unsympathisch ist –  
einfach in dem Bewusstsein, dass jeder Mensch von Gott geliebt ist?

Wann hast Du das letzte Mal bewusst die Stille gesucht?  
Nicht, um zu schlafen oder zu träumen,  
sondern um die Stille auf Dich wirken zu lassen?

Hast du schon einmal etwas hergeschenkt,  
ohne Dank, ohne Anerkennung,  
selbst ohne das Gefühl einer inneren Befriedigung?

Wie lange ist es her, dass Du in Ruhe mit Gott gesprochen hast?  
Erinnerst Du Dich daran, dass Du Gott aus ganzem Herzen gedankt hat,  
weil sich etwas erfüllte, um das Du zuvor gebeten hattest?

Und kannst Du Dich auch daran erinnern,  
dass Du Gott dafür gedankt hast,  
dass er eine Deiner Bitten nicht erfüllte, sondern Dir eine andere und  
größere Freude bereitete? ■

## GEBET

GUTER VATER, DU HÖRST NIE AUF, MICH ZU LIEBEN.  
DU LIEBST MICH AUCH, WENN ICH BÖSES GETAN HABE.  
DU BIST DER BARMHERZIGE. HILF MIR DEN RICHTIGEN WEG  
FÜR MEIN LEBEN ZU FINDEN  
UND IHN MIT DEINER HILFE AUCH ZU GEHEN.

**AMEN**

# Verzeihen lernen

MELANIE WOLFERS

Das Thema „Verzeihen“ brennt offensichtlich vielen Menschen auf der Seele: Es geht um kleinere und größere Kränkungen, die das Leben vergiften können. „Dass wir immer wieder verletzt werden, ist eine Lebenserfahrung, die wir alle machen. Aber es stellt sich die Frage, wie gehen wir mit Kränkungen um, damit wir nicht auf Dauer an ihnen krank werden?“, so die Theologin und Ordensfrau Melanie Wolfers. Das hat sie auch dazu bewogen, das Buch „Die Kraft des Vergebens“ zu schreiben.

Vergebung ist lebensnotwendig und ist der Weg nach vorn, selbst dort, wo es keine versöhnte Beziehung mehr geben kann. Vergebung macht frei und führt zu neuer Lebensfreude, denn solange ich einem anderen nicht verzeihe, gebe ich ihm noch Macht über mich. Und was wir nicht loslassen, lässt uns nicht los. Es hat uns in der Hand. Ich bin Gefangener meiner Vergangenheit, lasse mich von erlittenen Kränkungen bestimmen und bin in Gefahr, zu verbittern.

Wer dagegen verzeiht, lässt Schritt für Schritt das Erlittene los und befreit sich von dem, was ihm angetan wurde. Unser Lebensglück hängt also entscheidend davon ab, ob wir verzeihen können, ob wir die Schatten der Vergangenheit hinter uns lassen und von Neuem nach vorne zu leben vermögen. Um verzeihen zu können, braucht es allerdings genügend Zeit und viele innere Schritte.

Der erste Schritt besteht darin, den Schmerz nochmals zuzulassen, denn auch seelische Verletzungen heilen nur, wenn wir sie nicht allzu schnell zupflastern. Unvermeidlich ist es, sich innerlich der verletzenden Ausgangssituation zu stellen und dabei dürfen und sollen auch Wut, Ärger und Rachephantasien ans Licht kommen. Wenn wir aus der verengten Perspektive herauskommen wollen - entweder man gibt sich selbst an allem die Schuld oder man fühlt sich als Unschuldslamm -, dann gilt es auch die eigenen Anteile am Konflikt realistisch anzuschauen. Letztlich müssen wir uns fragen und entscheiden: Will ich dem anderen vergeben, oder will ich ihm sein verletzendes Verhalten ewig nachtragen? Möchte ich mich endlos im Kreisverkehr von Rachephantasien und Schuldzuwei-

sungen drehen, oder will ich die Sache „gut sein“ lassen? Denn solange wir uns innerlich nicht aussöhnen, bleiben wir an den Menschen fixiert, der uns verletzt hat.

„Vergeben bedeutet, dass wir aufhören, auf eine bessere Vergangenheit zu hoffen“, so Wolfers. Die Entscheidung, verzeihen zu wollen, ist von weitreichender Bedeutung: „Solange wir jemandem eine Verletzung nachtragen, sind wir es, die schwer daran tragen! Wir leben mit der Last der vergiftenden Gefühle und Erinnerungen und sind Gefangene unserer Vergangenheit.“ Wenn wir vergeben können, dann lassen wir die Vergangenheit wirklich vergangen sein und beginnen wieder im Hier und Jetzt zu leben und unser Leben aktiv zu gestalten. Denn ein rückwärts gewandter Blick ist blind für Gegenwart und Zukunft.

Vergebung entschuldigt die Tat nicht, ebenso wenig ist Vergeben ein Vergessen der Vergangenheit. Vielmehr eröffnen wir uns selbst und dem anderen einen Neuanfang. Wir nehmen unser Leben neu in die Hand, steigen aus der Opferrolle aus und machen uns auf den Weg, bewusster und achtsamer zu leben.

Vergeben ist ein aktives Tun, ein kreatives Geschehen. Ich gebe den Anspruch auf Wiedergutmachung auf, folge nicht der Logik der Rache und des Heimzahlens, sondern der Vergebung und Versöhnung. So gewinne ich eine neue Freiheit.

Vergeben zu können fällt nicht einfach in den Schoß, sondern es braucht das geduldige Arbeiten an Erinnerungen und Gefühlen. Auf dem Weg der Versöhnung ist aber nicht nur unser Wille gefordert, sondern auch unsere Bereitschaft, Versöhnung geschehen zu lassen. Es braucht das „Vertrauen, dass ich nicht alles in der Hand haben muss, sondern von der Hand eines anderen gehalten bin; Vertrauen, dass dort, wo ich nicht weiterkomme, Gott noch lange nicht am Ende ist“, ist Melanie Wolfers überzeugt. Verzeihen können ist letztlich ein Geschenk. ■

# Auch in der SCHULE

## über Versöhnung sprechen & Versöhnung feiern

**Im Schulalltag** ist das Thema „Versöhnung“ an vielen Stellen wichtig. Ein guter Umgang mit Fragen nach Schuld und Versöhnung in der Klassen- und Schulgemeinschaft kann gezielt thematisiert und ritualisiert werden.

**Unterlagen:** Hierzu finden Sie ausgewählte und erprobte Materialien auf der Homepage der Kirchlichen Pädagogischen Hochschule Edith Stein, zusammengestellt von Sabine Edinger und David Erhart:

- Beispiel für eine Unterrichtsstunde in der NMS/Sekundarstufe 1
- Beispiel für eine Versöhnungsfeier in der Volksschule
- Kurzgeschichten zum Thema
- Bilderbuchgeschichten zu den Themen Streit, Versöhnung, Frieden.

**Download unter:** <https://www.kph-es.at/hochschule/institute/institut-fuer-religionspaedagogische-bildung-innsbruckstams/downloads/>

### Weitere Unterlagen für die Volksschule:

Arbeit mit den Religionsbüchern:

Religion 2 (Grazer Reihe), begegnen und feiern, Kapitel: Einander trauen. Sich versöhnen

Religion 2 (Wiener Reihe), fragen und antworten, Kapitel: Zur Umkehr eingeladen

Regenbogen Nr. 26. 58. Jg. 2003/04: Vergebung heilt, ein Arbeitsheft für die Beichte

### Für die Mittelschule:

Reli + Religionspädagogische Zeitschrift für Praxis und Forschung, Spezial 2017/1: Gemeinsam vor Gott

Reli + Religionspädagogische Zeitschrift für Praxis und Forschung, 2017-03-04: Stolpern

### Weitere Literaturtipps:

**YOUCAT for Kids, Der Katechismus für Kinder und Eltern**, 2018

*Eine einladende und einfach verständliche Einführung in den Glauben der Katholischen Kirche für Kinder (8 bis 12 Jahre). Lustige Zeichnungen regen die Kinder zum Erkunden und Fragen an. Dadurch eröffnet sich ein spannendes Gespräch mit Kindern über Jesus, die Sakramente, das Gebet, etc. Zusätzlich gibt es für Eltern und Lehrer zu jeder Frage noch interessante Hintergrundinformationen.*

**Katrin Schärer, So war das! Nein, so! Nein, so!** (Aufl. 4, 2011). Zürich: Atlantis-Verlag.

*Wenn drei sich streiten, gibt es meist drei Ansichten, wer angefangen hat. So war das! Nein, so! Nein, so! Das gehört zum Streit, und manchmal gehört Streiten einfach dazu. Wichtig ist die Lösung, wie Dachs, Fuchs und Bär wieder zusammenfinden. Eine Geschichte über das Streiten, ein Plädoyer für das Zuhören und ein Lob des Spielens.*

**Edith Schreiber-Wicke und Carola Holland, Achtung! Bissiges Wort!** Thienemann Verlag, 2004.

*Laura und Leo sind die besten Freunde. Doch heute hat Laura schlechte Laune, und da rutscht es ihr heraus, das Wort, das sie am liebsten nicht gesagt hätte. Denn dieses Wort ist bissig!*

*Ein Bilderbuch, das zeigt, wie schwierig es ist, ein verletzendes Wort wieder aus der Welt zu schaffen. ■*

### KLICKTIPP

Weiterführende Unterlagen für die Verwendung im **Schulunterricht** finden Sie zum Download unter:

[www.dibk.at/Hirtenbriefe](http://www.dibk.at/Hirtenbriefe)

# Einander in der EHE vergeben?

SILVIA MUIGG-SINGER

## 1. Vergebung ist eine Entscheidung

Vergeben ist nicht primär eine Sache des Gefühls. Man muss sich dazu entscheiden, egal ob es sich um etwas Großes oder Kleines handelt. Vergebung zu üben kostet etwas:

- Wir müssen unser Selbstmitleid, unseren Stolz loslassen.
- Wenn wir vergeben, verzichten wir auf unser Recht.
- Wir verzichten auf unser Bedürfnis nach Rache.

Vergebung kann man sich nicht verdienen. Wir können auch nicht erwarten, dass wir nicht mehr in derselben Weise verletzt werden. Jemanden die Schuld immer wieder nachtragen, bedeutet, dass er sie nie hinter sich lassen kann! Vergebung ist genau das Gegenteil: Vergangenes loslassen und sich bewusst für Vergebung entscheiden, unabhängig von Gefühlen.

### Wir brauchen Gottes Hilfe um vergeben zu können, denn:

- Vergeben heißt nicht „es macht mir nichts aus“, „Schwamm drüber“. Man kann nichts einfach so vergessen – es lagert sich ab, zumindest im Unterbewusstsein.
- Verletzen ist ein negatives Gefühl. Wenn wir vergeben, können wir uns immer noch an das erinnern, was man uns angetan hat. Doch wenn wir an der Vergebung festhalten, werden die Erinnerungen immer weniger Macht haben.
- Vergebung heißt auch nicht, dass man den Schmerz leugnet.
- Vergebung meint auch nicht, zu hoffen, dass der Schmerz schon verschwinden wird, nach dem Motto: „unsere Liebe wird die Verletzung schon beseitigen, lieber nicht so genau hinschauen“.

## 2. Es ist wichtig auszusprechen, was verletzt hat

Das nimmt den Groll, das Selbstmitleid. Das Gefühl der Liebe und die Vertrautheit werden wieder hergestellt. Man muss lernen, sich mitzuteilen, wenn man verletzt ist – und dann bewusst zu vergeben. Vergeben heißt nicht, so tun, als ob nichts wäre.

Vergeben bedeutet, die andere Person freizulassen, den Anderen Gott zu überlassen. Das gilt auch, wenn der andere sich nicht entschuldigt oder wenn er nicht gemerkt hat, dass sein Verhalten verletzend war.

Wenn wir Menschen Gott überlassen, überlassen wir Ihm auch die Konsequenzen des Fehlverhaltens. Nur Gott stellt die volle Gerechtigkeit wieder her. Wenn wir den Anderen nicht durch Vergebung loslassen, werden wir selbst die Leidtragenden. Unversöhnlichkeit vergiftet nicht nur unsere Beziehung zu der Person, die uns verletzt hat, sondern sämtliche Beziehungen in unserem Leben.

## 3. Einander zu vergeben braucht Geduld und Zeit

NICHTS bringt so viel HEIL in der Ehe wie die VERGEBUNG.

Die Vergebung ist eine echte Herausforderung. Jeder Akt der Vergebung kostet etwas. Es gibt natürlich Abstufungen der Schwierigkeitsgrade der Vergebung je nach Grad der Verletzung (Unpünktlichkeit bis Untreue).

Heilung braucht oft Zeit. Sich entschuldigen und vergeben nimmt die Distanz zwischen uns, aber oft bleibt noch eine Wunde, die geschlossen werden muss.

Es ist wie bei einem Bienenstich: der Stachel muss herausgezogen werden; es gibt einen Heilungsprozess (es ist noch rot und geschwollen); es dauert, bis der Schmerz und die Schwellung weggehen.

Das Gebet für- und miteinander kann eine große Hilfe sein.

Und wenn die Sache zu groß ist, um allein damit fertig zu werden, muss man unbedingt Hilfe holen. Eheberatung oder therapeutische Hilfe sind oft ein Segen!

**Mehr zum Thema:** In jeder Beziehung gibt es Streit und Missverständnisse, denn unterschiedliche Persönlichkeiten, Interessen und Vorstellungen müssen zusammengebracht werden. Anregungen für eine Versöhnungskultur finden Sie unter: <https://www.dibk.at/Media/Organisationen/Familienreferat/Neu-beginnen-zusammen-wachsen>

Hier erhalten Sie Anregungen für Versöhnungsrituale in der Partnerschaft, Gebete, Gedanken und weiterführende Links

**Familienbehilfe:** Familienrituale helfen, über schwierige Zeiten hinwegzukommen. Morgen- und Abendgebete, eine kurzes Nachdenken über das Erlebte und ein Segensgebet geben Kindern Ruhe und Sicherheit.

**Anregungen:** <https://www.dibk.at/Media/Organisationen/Familienreferat/Familie-und-Spiritualitaet> ■

# Steine, die trennen – Steine, die verbinden

## Versöhnungsfeier für die 3./4. Schulstufe VS

SILVIA MUIGG-SINGER, SABINE EDINGER

Mit den Kindern einen Kreis bilden.

**Gestaltung der Mitte:** rundes Tuch, Kerze, Kreuz aus Tüchern, Korb mit Steinen

### Lied

### Begrüßung und Kreuzzeichen

### Kyrie:

- Gott, du sorgst für uns Menschen. Kyrie eleison.
- Jesus, du liebst uns Menschen. Christe eleison.
- Gott, du begleitest uns Menschen. Kyrie eleison.

**Geschichte** „So war das! Nein, so! Nein, so!“ (von Kathrin Schärer)

### Lied

**Bibeltext:** Mt 7,12 Goldene Regel

### Geführte Besinnung

- In der Geschichte, die wir gehört haben, beginnen Dachs, Bär und Fuchs beim Steinturmbauen zu streiten. Wie Steine sind die bösen Worte, die sie zueinander sagen. Auch wir sagen manchmal böse Worte und tun Dinge, die uns wie Steine auf der Seele liegen.
- Jedes Kind nimmt sich einen Stein aus dem Korb und hält ihn.
- Spürst du den Stein in deiner Hand? Steine sind schwer, Steine kann man werfen. Steine können verletzen, anderen wehtun.
- In mehreren Blöcken Fragen zum Nachdenken stellen.

- Jeweils nach drei oder vier Fragen das Lied singen: z.B. „Herr, erbarme dich, lass mich nicht allein“ (Kurt Mikula)
- In unserer Geschichte haben alle am Schluss aus den Steinen etwas gebaut und sich gut vertragen. Auch wir können aus unseren Fehlern lernen und es in Zukunft besser machen. Wir können unsere Steine vor Gott hinlegen, weil wir fest daran glauben, dass Gott uns verzeiht.
- Die Kinder legen die Steine der Reihe nach auf das Kreuztuch und sagen laut oder leise: Gott, verzeih mir.

### Fürbitten

- Ich will mich bemühen, Gutes zu denken. Alle: Gott, hilf mir dabei.
- Ich will mich bemühen, Gutes zu sagen. Alle: Gott, hilf mir dabei.
- Ich will mich bemühen, Gutes zu tun. Alle: Gott, hilf mir dabei.
- Ich will mich bemühen, deine Freundin oder dein Freund zu sein. Alle: Gott, hilf mir dabei.

### Vaterunser singen oder sprechen

### Segensgebet und Segen

Gott, wir wissen, dass du uns liebst und uns verzeihst, wenn wir Fehler machen. Wir danken dir und bitten dich um deinen Segen.

### Lied

## KLICKTIPP

Weiterführende Unterlagen für **Kinder- und Jugendinitiativen** finden Sie zum Download unter:

[www.dibk.at/Hirtenbriefe](http://www.dibk.at/Hirtenbriefe)

# Die wilden Kerle

## Idee zur Beichtvorbereitung für Kinder

MARTIN RIEDERER, OPRAEM

Die wilden Kerle“: Geschichte wird erzählt und die Kinder machen mit Bewegung und Geräuschen mit (und es wächst ein Wald in seinem Zimmer, Kinder wachsen mit Armen und Beinen, usw.). Dann stellen wir gemeinsam fest, dass in jedem von uns so ein wilder Kerl steckt. Ich nehme auch die Erwachsenen nicht aus. Dadurch gelingt es gut, dass sich auch die Kinder öffnen.

Dann brauche ich vier Mutige, die sich auf den Boden legen, wir sitzen in einem Kreis rundherum. Ein Kind steht für die Schule, eines für zu Hause, Freizeit und Gott. Dann sammeln wir gemeinsam, was in diesen vier Bereichen alles schief laufen kann. Jedem dem etwas einfällt, darf vorsichtig einen Stein auf das entsprechende Kind legen. (Hat bis jetzt immer sehr gut funktioniert – sogar mit wilden Klassen). Ich bringe auch ein, was ich auf dem Schulhof beobachtet habe. Dann die Frage an die vier, wie es ihnen geht. Ob sie die Steine nicht wieder loswerden wollen. Meistens sagen sie, dass sie mit der Zeit richtig schwer und belastend werden. Nun werden die Steine von den Kindern, die sie hinauf gelegt haben, wieder herunter genommen.

Wir überlegen gemeinsam, was man tun kann, um Unrecht wieder gut zu machen. Denn Unrecht kann auf beiden Seiten (Schuldiger – Unschuldiger) schwer sein wie ein Stein. Im nächsten Schritt wird mit Legematerial und den Bibelfiguren die Geschichte vom barmherzigen Vater erzählt (wichtig auch der scheinbar „brave Sohn“).

Übertragung auf unser Verhältnis zu Gott: Ablauf der Beichte erklären. Zur Vorbereitung schreiben wir einen „Schwindelzettel“ – auf diesen kommen die Bereiche vor (Schule/zu Hause/Freizeit/Gott). Er wird eingesammelt, Kinder stecken persönlich, ohne dass ich es sehe, Zettel ins Kuvert. Dazu Erklärung des Beichtgeheimnisses – den Kindern ganz wichtig. Kuvert wird vor den Augen der Kinder zugeklebt und erst am Beichttag wieder geöffnet. Wichtig: Name auf der Seite, wo nichts oben

steht (nur Mandala drauf) – so kann ich die Zettel wieder verteilen, ohne den Inhalt zu sehen.

Am Tag der Beichte sind zwei Räume hergerichtet. Jede Klasse eine Gruppe: Gemeinsamer Einstieg: Kreuzzeichen – Lied – Geschichte vom barmherzigen Vater kurz wiederholt (Mitte mit Bibelfiguren gestaltet – jedes Kind darf um die Mitte Steine ablegen, Priester richten Worte an die Kinder. Dann: Gruppe macht Stationenbetrieb (in einem vorbereiteten Raum – nicht Klasse). Immer zwei Kinder gehen mit Beichtzettel und ihrer Beichtkerze (in Erstkommunionsgruppenstunde gestaltet) zum Priester. Beichte wird abgenommen. Kinder zünden dort Kerze an der vorbereiteten Klassenkerze an und tauschen ihren Stein mit der Kerze aus.

Wenn alle gebeichtet haben – gemeinsamer Abschluss mit einem Vater Unser und einem Lied. Dann in die Klasse zurück, dort wartet Kuchen und Saft (von Eltern bereitgestellt) auf sie – so dass es ein Fest wird.

In manchen Schulen wird überlegt, heuer eine Versöhnungsfeier statt der Erstbeichte zu machen. Vorbereitung ähnlich, wie beschreiben. Kinder kommen mit ihrem Beichtzettel in den Gottesdienst – wickeln ihn um einen Stein und legen ihn in eine Feuerschale/Eisenkübel. Geschichte vom verlorenen Sohn wird mit Hilfe der Kinder erzählt – zum Schluss Losprechung und Segnung. Vor dem Haus werden Zettel im Kübel verbrannt – Dankgebet – dann festlicher Abschluss mit Kuchen und Saft. ■



# Versöhnung im Krankenhaus

MICHAEL WEISKOPF

Versöhnung ist im Krankenhaus ein großes Thema: Versöhnung mit der eigenen Biographie - da man viel Zeit hat um wichtige Dinge „durchzudenken“, Versöhnung mit Gott – auf die Frage, woher das Leid kommt und ob es Strafe bedeutet, Versöhnung mit der Lebenssituation – auf einmal steht man auf der vom Zeitgeist verachteten Seite der Bedürftigen, Versöhnung mit der eigenen Schwachheit – wenn man als Patient, Angehöriger oder Mitarbeiter die „Nerven wegschmeißt“, nicht mehr weiter weiß.

Cicely Saunders, die Begründerin der modernen Hospizbewegung, spricht besonders bei Sterbenden vom „spirituellem Schmerz“. Dazu gehört auch die Unversöhntheit und diese tut weh und macht den letzten Lebensabschnitt oft unerträglich – für alle Beteiligten. Versöhntheit wiederum - und das sehe ich in meinem Beruf sehr häufig – macht innerlich frei, lässt leichter loslassen.

Und da ist nun die christliche Botschaft: Egal ob du krank oder gesund, jung oder alt, produktiv oder unproduktiv, fehlerlos oder fehlerbehaftet etc. bist, du zählst vor Gott als unendlich wertvoll, weil er dich liebt. Die Gewissheit, dass darum die Türe Gottes immer offen steht, gibt inneren Frieden und Halt. Das ist schon ein wunderbarer Glaube!

Nun, für die Versöhnung braucht es meistens ein DU: Gott, der sein Herz für uns öffnet, ein Mensch, der gut zuhört und den Willen zur Versöhnung höher stellt als die Schwachheit eines Menschen ... oder im besten Falle beides zusammen, in Form einer Beichte, einer Aussprache, einer Person die durch ihre Haltung den lebendigen Gott durchscheinen lässt. ■

# Bußandacht in der österlichen Bußzeit

## Kreuzzeichen und Eröffnung:

Der dreieinige Gott, der uns in der Taufe mit seinem Leben beschenkt hat, sei mit euch.

## Einführung:

In der Taufe sind wir in die Gemeinschaft mit dem dreifaltigen Gott aufgenommen worden.

Wir sind Teilhaber an der Gemeinschaft der Kirche, dem Volk Gottes.

Aus dem Wasser und dem Heiligen Geist sind wir neu geboren worden, wir haben ein neues Herz für Gott und unsere Nächsten erhalten.

Wir sind erlöst und befreit von der Sünde, der Tod hat keine Macht mehr über uns.

Trotzdem verweigern wir immer wieder unsere Antwort auf die Liebe Gottes oder wir bleiben zurück in der Nachfolge Jesu durch Müdigkeit oder Nachlässigkeit.

Von seiner Liebe umgeben, dürfen wir immer wieder neu beginnen.

## Gebet:

Gütiger Gott, du freust dich über jeden Menschen, der umkehrt und Buße tut.

Du hast für alle ein Herz. Lass uns darauf vertrauen und deinem Ruf folgen.

Hilf uns, dass wir einander vergeben wie du uns vergibst.

Darum bitten wir im Heiligen Geist durch Christus, unseren Herrn.

Amen

## Lesung aus dem Propheten Ezechiel (36,25-28)

So spricht Gott, der Herr:

Ich gieße reines Wasser über euch aus, dann werdet ihr rein.

Ich reinige euch von aller Unreinheit und von allen euren Götzen.

Ich schenke euch ein neues Herz und lege einen neuen Geist in euch.

Ich nehme das Herz von Stein aus eurer Brust  
und gebe euch ein Herz von Fleisch.  
Ich lege meinen Geist in euch und bewirke, dass ihr meinen Gesetzen  
folgt und auf meine Gebote achtet und sie erfüllt.  
Ihr werdet mein Volk sein und ich werde euer Gott sein.

#### **Gedanken dazu:**

In allen großen Religionen gibt es die Praxis der religiösen Waschungen. Diese Waschungen haben den Sinn, dass die Menschen sich vor der Begegnung mit dem Heiligen von allem äußeren Schmutz reinigen sollten. Diese äußeren Reinigungen bringen aber auch zum Ausdruck, dass es letztlich um die Reinigung des Herzens geht. So wie es im Psalm 51,4 heißt: „Gott, wasche meine Schuld von mir ab und mach mich rein von meiner Sünde!“

Wir werden im Glauben hinein getaucht in die Liebe Jesu. Das ist uns in der Taufe geschenkt. Du bist mein geliebtes Kind ist die Grundaussage darin an uns.

Und weil wir Sünder sind und bleiben, brauchen wir immer wieder die Begegnung mit Jesus Christus – der uns sinnbildlich wie bei der Fußwaschung im Abendmahlsaal die Schuld abwäscht – und uns wieder neu als seine Tischgenossen annimmt.

Darum wollen wir nun auf uns und in uns hinein schauen:

#### **Gewissensforschung:**

Welche Rolle spielen Religion, Glaube und Kirche in meinem Leben?  
Welche Beziehung pflege ich zu Jesus Christus?  
Was bedeutet Gott für mein Leben?  
Rechne ich mit dem Wirken des Heiligen Geistes in meinem Leben?  
Wie zeigt sich mein Vertrauen auf Gott? Rechne ich mit Gottes Hilfe in meinem Leben?  
Habe ich den Mut, meine Glaubensüberzeugung vor anderen zu vertreten?  
Bestimmen christliche Werte mein Leben?  
Hat das Gebet einen Platz in meinem Alltag? Wie gestalte ich den Sonntag?  
Bin ich anderen im Glauben ein Vorbild?

#### **Stille – Orgelmusik**

Wie gehe ich mit Freunden und Menschen um, für die ich verantwortlich bin?  
Bin ich meinem Lebenspartner und meinen Kindern gegenüber aufmerksam und besorgt?  
Bemühe ich mich um konstruktive Kritik? Kann ich sie auch annehmen?  
Bin ich bereit, um Verzeihung zu bitten und Verzeihung anzunehmen?  
Bin ich ehrlich anderen gegenüber?  
Neige ich zum Lügen? Warum?  
Lasse ich mich von Vorurteilen leiten oder beeinflussen?  
Trete ich ein für das Gute?  
Woran messe ich den Wert eines anderen Menschen?  
Was tue ich, um Not zu lindern?  
Helfe ich, wo es mir möglich ist?

#### **Stille – Orgelmusik**

Ist mir mein Leben kostbar? Habe ich es leichtfertig in Gefahr gebracht - durch übermäßigen Sport, Nikotin oder Alkohol?  
Kann ich ja sagen zu meinem Leben?  
Bin ich zufrieden und dankbar für mein Leben und das was mir im Alltag geschenkt wird?  
Tue ich etwas für meine eigene persönliche Reife?  
Bin ich empfänglich für das, was Gott in mir wirken will?  
Habe ich Mut und Zivilcourage, wenn Reden oder Handeln Not tut?  
Welche Rollen spielen Geld und Besitz in meinem Leben?  
Gehe ich verantwortlich damit um? Kann ich loslassen?

#### **Stille – Orgelmusik**

Halten wir noch eine stille Zeit, um Gott das zu sagen, was wir auf dem Herzen haben und was vielleicht noch nicht angesprochen wurde.

#### **Stille – Orgelmusik**

#### **Schuldbekentnis: Ich bekenne ....**

**Segensgebet über das Wasser:** (Schale und Krug mit Wasser herrichten oder Weihwasser-Gefäß)  
Lasset uns beten.  
Herr, allmächtiger Gott, alles hat seinen Ursprung in dir.

Segne + dieses Wasser,  
das als Zeichen des Lebens und der Reinigung über uns ausgegossen wird.  
Voll Vertrauen erbitten wir von dir die Vergebung unserer Sünden,  
damit wir mit reinem Herzen zu dir kommen.  
Gib, dass die Wasser des Lebens immer für uns fließen und uns Rettung  
bringen.  
Durch Christus, unseren Herrn.

#### Symbolhandlung:

- nach vorne kommen und sich mit dem Wasser bekreuzigen
- oder: nach vorne kommen und sich Wasser über die Hände gießen lassen

(evtl. Ministrant: Tuch zum Abtrocknen bereit halten)  
(„Der Herr wasche ab deine Schuld, von deinen Sünden mache er dich rein!“)

#### Segensbitte:

Herr, schenke uns deinen Segen, barmherziger Vater,  
denn wir sind dein Volk.  
Hilf uns das Böse und Zerstörerische zu meiden und zu tun,  
was gut ist und heil macht.  
Darum bitten wir im Heiligen Geist durch Christus, unseren Herrn. Amen  
Und der Segen des allmächtigen Gottes,  
des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes  
komme auf euch her und bleibe bei euch allezeit. Amen  
Gehet hin in Frieden....

#### Lied: GL 405 Nun danket alle Gott

## Literaturverzeichnis

### Empfohlene Behelfe (Auswahl)

- AUS DER TAUFE INS LEBEN AUFBRECHEN, Gottesdienstmodelle für die Österliche Bußzeit, Seelsorgeamt der Diözese Innsbruck, 2014
- Christian Nuener und Martin Lesky, Vergib mir, wie auch ich vergebe, Bußfeiern und Versöhnungsgottesdienste (Modelle/Texte/Symbole), Tyrolia Verlag, 2008
- Maria Regina Strugholz, Achtsame Kommunikation (Kath. Familienverband Hrsg.)
- Frauenlebenswenden in Liturgien, Ritualen und Feiern, Frauenreferat, Frauenkommission und KFB der Diözese Innsbruck, 2010

### Empfohlene Literatur (Auswahl)

- Dietrich Bonhoeffer, Beichte und Abendmahl, in: Gemeinsames Leben, 23. Aufl., München, 1988
- Geiko Müller-Fahrenholz, Vergebung macht frei, Vorschläge für eine Theologie der Versöhnung, Frankfurt am Main, 1996
- Anselm Grün 1999, Vergib dir selbst: Versöhnung – Vergebung. Münsterschwarzer Kleinschriften 120
- Georg Fischer und Knut Backhaus, „Sühne und Versöhnung“, Neue Echter Bibel Themen 7, Würzburg, 2000
- Bernhard Körner (Hg.), Geistliche Begleitung und Bußsakrament, Impulse für die Praxis, Würzburg 2007
- Ewald Volgger und Albert Urban 2011, Liturgie und Versöhnung. Wege des Heils
- Melanie Wolfers. Die Kraft des Vergebens. Wie wir Kränkungen überwinden und neu lebendig werden, Herder, 2013
- Peter Zimmerling, BEICHTE, Gottes vergessenes Angebot, Leipzig 2014
- Ewald Volgger, Wie Versöhnung geschieht. Zur Frage nach dem Ort der Versöhnung, in: ThPQ 69 (2015) S. 135–152
- Gunter Prüller-Jagenteufel / Christine Schliesser / Ralf K. Wüstenberg (Hrsg.), Beichte neu entdecken. Ein ökumenisches Kompendium für die Praxis, Göttingen 2016
- Michael Rosenberger 2019, Frei zu vergeben. Moraltheologische Überlegungen zu Schuld und Versöhnung

### Download

- Dieser Fastenhirtenbrief und weiterführende Unterlagen zum Thema finden Sie als Download unter: [www.dibk.at/Hirtenbriefe](http://www.dibk.at/Hirtenbriefe)

## Ich bin der „Ich bin da“ (Ex 3,14)

Ich bin da, wenn du allein bist.  
Ich bin da, wenn du dich betroffen fühlst.  
Ich bin da, wenn sie dich ausstoßen.  
Ich bin da, wenn du meinst, es geht nicht mehr weiter.  
Ich bin da, wenn du verzweifelt und traurig bist.  
Ich bin da, wenn du Angst und Furcht hast.  
Ich bin da, wenn alle dich nicht mögen.  
Ich bin da, wenn zwischen deiner Freundschaft eine Mauer ist.  
Ich bin da, wenn du vor Sorgen nicht schlafen kannst.  
Ich bin da, wenn einer dir etwas zuleide tut.  
Ich bin da, wenn du mit deinem Kummer nicht alleine fertig wirst.  
Ich bin da, wenn für dich die Welt zerbricht.  
Ich bin da, wenn dich die Vergangenheit quält.  
Ich bin da, wenn innere Unruhe dich erfasst.  
Ich bin da, wenn dir die Worte fehlen.  
Ich bin da, wenn einer deine ausgestreckte Hand nicht annimmt.  
Ich bin da, wenn du dich nach Liebe sehnst.  
Ich bin da und warte auf dich.  
Ich bin da wie ein Licht, das deinen Weg erleuchtet.  
Ich bin da wie ein Auge, das mit Liebe auf dich schaut.  
Ich bin da wie eine Hand, die vorsorglich deine Hand ergreift.  
Ich bin da wie ein Herz, das immer für dich schlägt.  
Ich bin da wie ein Freund, der dich niemals im Stich lässt.  
Ich bin da wie eine Schwester, die mit dir die Sorgen teilt.  
Ich bin da wie ein Bruder, der zu dir steht in Freud und Leid.  
Ich bin da wie eine Mutter, die mit dir fühlt und dich ganz versteht.  
Ich bin da wie ein Vater, der dir ewige Geborgenheit gibt.  
Ich bin immer für dich da, dein unendlich liebender Gott. ■





**Herausgeber:** Diözese Innsbruck, Riedgasse 9, Innsbruck.  
**Titelbild:** Grafik von Hans Salcher; **Gestaltung:** Christian Palfrader