

Die Heiligen Beichte ist...



...die Barmherzigkeit Jesu für alle,  
die Böses getan haben und  
es bereuen.

# Inhalt

Einführung, Gedanken zur Beichte

Seite 3

Der Traum des Heiligen Don Bosco

Seite 4

Ablauf der Heiligen Beichte

Seite 9

Einleitung 10 Gebote

Seite 11

Gewissenserforschung

Seite 12

Das erste Geschenk, das der Auferstandene Seinen Aposteln machte, war Seine Verzeihung und der damit verbundene Friede. Im selben Atemzug gab Er ihnen die Vollmacht und den Auftrag, Sünden zu vergeben. „Christus hat gewollt, dass Seine Kirche Werkzeug der Vergebung sei, die Er uns um den Preis Seines Blutes erworben hat“, sagt der Katechismus (1442).

„Das Sakrament der Versöhnung mit Gott bewirkt eine wirkliche ‚geistige Auferstehung‘, eine Wiedereinsetzung in die Würde und in die Güter des Lebens der Kinder Gottes, dessen kostbarstes die Freundschaft mit Gott ist“ (1468).

Durch die Sünde wendet sich der Mensch von Gott ab und verliert das kostbarste Gut, die innige Freundschaft mit Ihm. Nicht dass Gott dem Menschen Seine Liebe entziehen würde, aber der Egoismus und die mangelnde Hingabe an Seinen Willen verletzen das kindliche Vertrauensverhältnis zu unserem himmlischen Vater. Wie unsere Stammeltern entscheiden wir uns oft für die Angebote Satans und begeben uns dadurch- in den meisten Fällen unbewusst - in seine Macht.

Jeder kennt das: Wenn man der Versuchung das erste Mal nachgegeben hat, meldet sich alarmierend das Gewissen. Doch wenn wir diese falsche Entscheidung nicht bereuen und nicht

entschlossen den Vorsatz fassen, die Sünde nicht mehr zu begehen, fallen wir bald wieder in dieselbe Falle, und unser Fehlverhalten wird zur Gewohnheit, zum Laster, zur Abhängigkeit. In diesem geistigen Kampf ist das Sakrament der Hl. Beichte eine der stärksten Waffen. Denn sobald wir bereuen und Gott um Vergebung bitten, verlieren die Dämonen ihren Herrschaftsanspruch in unserem Herzen.

Mit den Worten Jesu durch den Priester „*Ich spreche dich los ...*“ befreit Gott die Seele von allen falschen Bindungen und entreißt sie dem Einfluss des Bösen. Alle Bedrückung und Traurigkeit, die der Mensch als Folge seiner Schuld trägt, muss weichen, denn die Verzeihung Gottes spendet Trost, Kraft und manches Mal sogar körperliche Heilung. Deshalb konnte der hl. Pfarrer von Ars, der bis zu 14 Stunden täglich im Beichtstuhl verbrachte, behaupten: „Sünden kann man nicht verstecken. Sie kommen immer wieder - spätestens in der Todesstunde. Am allerbesten versteckt man sie, indem man sie durch eine gute Beichte auslöscht. Nach einer guten Beichte habt ihr sogar den Teufel in Ketten gelegt.“

Genau diese geistige Wirklichkeit zeigte Gott dem charismatischen Pädagogen **Don Bosco** in einem überaus anschaulichen Traum, das sowohl ihn selbst stark beeindruckte, als auch seine

Jugendlichen tief erschütterte. **Am 4. April 1869 erzählte er:**

„Ich stand an der Tür meines Zimmers und ging hinaus. Auf einmal blickte ich umher und befand mich in der Kirche inmitten meiner Jungen, sie schienen sich auf die Hl. Beichte vorzubereiten. Eine ungeheure Menge drängte sich wartend um meinen Beichtstuhl unter der Kanzel. Nachdem ich mich ein wenig umgesehen und überlegt hatte, wie ich es schaffen könnte, die Beichte aller zu hören, setzte ich mich in den Beichtstuhl. Gleich darauf aber erhob ich mich wieder, um weitere Beichtväter zu suchen, die mir helfen konnten. Da keiner da war, wollte ich in die Sakristei gehen und einen Priester rufen. Da sah ich hier und da Jungen, die einen Strick um den Hals trugen, der ihnen die Kehle zuschnürte. ‚Was soll dieser Strick‘, fragte ich. ‚Nehmt ihn weg!‘ Sie antworteten mir nicht und schauten mich die ganze Zeit an. ‚Los, komm schon, nimm das Seil weg.‘ Der angesprochene Junge aber antwortete mir: ‚Ich kann nicht, hinter mir ist jemand der es festhält. Kommen Sie doch und sehen Sie.‘ Ich richtete meinen Blick mit größter Aufmerksamkeit auf die Jungen, und mir schien, als sähe ich hinter den Schultern vieler zwei sehr lange Hörner hervorragen. Ich trat ein wenig näher, um besser sehen zu können. Als ich um einen Jungen herumging, sah ich hinter ihm eine hässliche Bestie

mit einer schrecklichen Schnauze. Sie sah aus wie eine große Katze mit langen Hörnern. Diese zog die Schlinge zu. Das Scheusal senkte seine widerliche Fratze, verdeckte sie mit seinen Pfoten und duckte sich, um nicht gesehen zu werden. Ich frage einige Jungen nach ihren Namen, aber sie antworteten mir nicht. Da fragte ich das hässliche Tier, doch es versteckte sich noch mehr. Dann befahl ich einem der Jungen: ‚Geh in die Sakristei und sag Don Merlone, dem Direktor der Sakristei, er möge dir das Eimerchen mit Weihwasser geben.‘ Kurze Zeit später kehrte der Junge damit zurück. Unterdessen entdeckte ich, dass jeder der anderen Jungen hinter seinen Schultern einen ebenso unangenehmen ‚Diener‘ hatte wie der erste und dass auch diese sich immer mehr zusammenkauerten. Ich nahm das Weihwasser und fragte eine der Katzen: ‚Sag mir, wer du bist!‘ Das Tier schaute mich an, streckte die Zunge heraus, fletschte die Zähne und machte Anstalten, mich anzuspringen. „Sag mir sofort, was du hier machst, du hässliche Bestie! Tobe, soviel du willst, ich habe keine Angst. Siehst du das hier? Mit diesem Wasser werde ich dich gehörig waschen.‘ Die Bestie starrte mich an und erschauerte. Sie wand sich derart, dass sie ihre Hinterfüße über ihre Schultern legte. Erneut bäumte sie sich gegen mich auf, doch ich blickte sie durchdringend an und sah, dass sie mehrere Schlingen in der Handhielt. ‚Und jetzt sagst du mir, was du hier machst!‘ Ich erhob

den Weihwasserwedel. Die Katze wollte fliehen. ‚Du bleibst hier, ich befehle es dir!‘ Sie knurrte und sagte: ‚Da, schau‘, und zeigte mir die Schlingen. ‚Sag mir, was bedeuten diese drei Schlingen?‘ Sie antwortete mir: ‚Was, das weißt du nicht? Ich bin hier und halte mit diesen drei Schlingen die Jungen fest, damit sie schlecht beichten. Mit diesen Schlingen führe ich 90 Prozent der Menschen ins Verderben.‘ ‚Und wie machst du das?‘ ‚Das will ich dir nicht sagen, denn du würdest die Jugendlichen warnen.‘ ‚Ich will jetzt wissen, was diese drei Schlingen bedeuten. Sprich, sonst besprengte ich dich mit dem Weihwasser!‘ ‚Neiiiiin! Schrecklich! Schick mich lieber in die Hölle, aber bespreng mich nicht mit diesem Wasser!‘ Die Bestie krümmte sich schrecklich und gestand:

‚Die **erste Schlinge** fesselt die Jungen, damit sie in der Beichte etwas verschweigen.

Die **zweite Schlinge** bewirkt, dass sie ohne Reueschmerz beichten.‘

‚Und die dritte Schlinge?‘ - Und die Bestie schrie mich an: ‚Die dritte will ich dir nicht sagen. Genügt es dir nicht? Ich hab dir schon zu viel gesagt.‘ ‚Ich befehle dir, es zu sagen!‘ Da traten Flammen aus ihren Augen und sogar einige Tropfen Blut, und sie sagte:

„Die **dritte Schlinge** hindert sie, einen festen Vorsatz zu fassen, sich zu bessern und die Ratschläge der Beichtväter zu befolgen.‘

Da sprengte ich das Weihwasser auf die Bestie und in alle Richtungen, und die Monster flohen überstürzt unter größtem Schrecken. Ich muss noch ergänzen, dass mir die Bestie vor ihrer Flucht sagte: „Schau auf den Nutzen, den die Jungen aus ihren Beichten ziehen. Die Frucht der Beichte muss die Besserung sein. Wenn du erkennen willst, ob ich die Jungen in der Schlinge halte, achte darauf, ob sie sich bessern.“ Da erwachte ich und fand mich in meinem Bett wieder.“

Als Don Bosco selbst damals diese Vision erzählte, endete er mit einem Rat, den jeder gut beherzigen sollte: „„Legt diesem Traum so viel an Bedeutung bei, wie ihr wollt. Tatsache aber ist, dass dieser Traum genau der Wirklichkeit entspricht.“

*(Aus der Zeitschrift „Triumph des Herzens“,  
Nr. 136, Online abrufbar unter:  
[www.familiemariens.org/html/de/pdf/136.pdf](http://www.familiemariens.org/html/de/pdf/136.pdf) )*



## Ablauf der Heiligen Beichte

*Du beginnst mit dem Kreuzzeichen:*

**+ „Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.“**

*Danach betet der Priester für dich in der folgender, oder ähnlicher Weise:*

**„Gott, der unser Herz erleuchtet, schenke dir wahre Erkenntnis deiner Sünden und seiner Barmherzigkeit. Amen.“**

*(Er kann auch eine Stelle aus der Heiligen Schrift erwähnen.)*

*Danach sagst du wann deine letzte Beichte war (ungefähr, so gut du dich halt erinnern kannst) und beginnst mit deinem Sündenbekenntnis in folgender, oder ähnlicher Weise:*

**"Ich bekenne vor Gott, dass ich folgende Sünden begangen habe..."**

*Dann zählst du deine Taten der Sünden aus der Gewissenserforschung auf. Sei dabei konkret und ehrlich, denn je wahrhafter wir unsere Sünden bekennen umso freier wird unsere Seele. (Vermeide Sätze wie "ich bin zornig gewesen", "ich habe vermutlich gelogen"... sondern benenne deine Sünden genau in Worten, Taten und Gedanken, denn Sünden sind Taten und nicht nur vage Vermutungen.)*

*Am Ende drück deine Reue über deine Sünden aus, in folgender oder ähnlicher Weise:*

**"Das sind meine Sünden, Herr, mein Gott es tut mir von Herzen leid, dass ich dich damit beleidigt habe und bitte dich um Vergebung."**

*Danach kann der Priester dir einen Rat zur Besserung und eine angemessene Buße geben.*

*Erkennt der Priester, dass du den ehrlichen Wunsch zur Besserung und Umkehr hast, betet er über dich und spricht dich von deinen Sünden los, indem du das Kreuzzeichen über dich machst, während der Priester diese Worte spricht:*

**"So spreche ich dich los von deinen Sünden im Namen des Vaters + und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen."**

*Danach entlässt dich der Priester mit den Worten:*  
**"Der Herr hat dir deine Sünden vergeben, gehe hin in Frieden!"**

*Worauf du antwortest:*

**"Dank sei Gott, dem Herrn!"**

*Nach der Hl. Beichte verrichte so bald als möglich deine Buße, sie ist ein Zeichen deiner Dankbarkeit gegenüber Gott, der dir deine Sünden vergeben hat.*

## **Gewissenserforschung anhand der 10 Gebote**

Gott hat das Volk Israel, das in Ägypten versklavt war befreit. Auch als Christen sind wir durch die Taufe von der Sklaverei des Unglücks befreit! Wenn wir Gott dankbar sind für die Erlösung und die Möglichkeit nach einem Ihm wohlgefälligen Leben in den Himmel zu kommen, dann werden wir die Dinge nicht machen, die Ihn beleidigen. Die 10 Gebote sind daher keine Einschränkung, sondern unsere Antwort auf die Liebe Gottes. Wenn wir Gott diese Liebe schuldig geworden sind, sollen wir das in der Beichte durch eine gute Erforschung und Bildung des Gewissens bekennen, die Sünden bereuen und mit festem und guten Vorsatz Gott mehr lieben versuchen und böse Taten zu unterlassen. Dann werden uns die Gebote zur Quelle der Freude und des Lebens mit Gott.

Diese Zusammenstellung ist bei weitem nicht komplett soll nur eine Anregung zum Nachzudenken sein.

# **1. Ich bin der HERR, dein Gott. Du wirst neben mir keine anderen Götter haben.**

- Okkulte/esoterische Praktiken ausüben oder einwilligen, dass sie mit einem gemacht werden (Hexerei, Tischlerücken, Pendeln, Tarotkarten, Wahrsagerei, Horoskope, Handlesen, Hypnose, weiße oder schwarze Magie, etc...)
- Hilfe suchen bei Geistheilern, Medien mit okkulten Hintergründen (Aura-sehen, automatisches Schreiben etc.),
- Alles in Verbindung stehende mit Engelmächten außerhalb der Katholischen Kirche (7 Erzengel Verehrung, Endzeitrosenkrantz, etc.)
- New Age, oder östlichen Religionen/Philosophien praktizieren (Yoga, Hinduismus, Buddhismus, etc.)
- Apostasie (d.i. Glaubensabfall; z.B. aus der Kirche austreten)
- Teile des Katholischen Glauben ablehnen
- Anhänger einer schismatischen Gruppe (von der Kirche getrennten Gruppe) oder Sekte bzw. Geheimer Gruppen zu sein (z.B. Mitglied von Freikirchen, ec.)

- Sakrament der Eucharistie (die Hl. Kommunion) im Zustand schwerer Sünde empfangen haben (z.B. über 1 Jahr keine Hl. Beichte,...)
- Sakrament der Firmung oder Ehe in schwerer Sünde empfangen
- Unrechten Generalabsolutionen empfangen (Bußgottesdiensten mit Generalabsolution...)
- Gott und seine Gnade, seine Liebe ablehnen
- Gott betrügen wollen (gesündigt mit den Vorsatz „Ich tue Schlechtes, ich kann es dann sowieso beichten gehen.“)
- Hass auf Gott
- Längere Zeit nicht beten, kein Gebetsleben, keine Ordnung im geistliche Leben mit Gott
- Simonie (Kaufen od. Verkaufen von heiligen Dingen)
- Die Hl. Kommunion nicht mind. 1x im Jahr empfangen, bevor man gebeichtet hat
- Die Hl. Kommunion schänden (z.B. auch aus der Kirche forttragen, in die Tasche stecken...)

- Nicht glauben, dass die Hl. Kommunion tatsächlich der Leib von Jesus ist
- Gott nicht an die erste Stelle im Leben setzen (Z.b. „Zuerst ist meine Familie, meine Gesundheit und dann wenn Zeit bleibt kommt Gott.“)
- Sich von der Kirche „bedienen lassen“ und seine Gaben nicht einbringen, nichts beitragen in die Pfarrgemeinde
- Kein Vertrauen zu Gott

## **2. Du wirst den Namen des HERRN, deines Gottes, nicht missbrauchen**

- Gottes Namen beim Fluchen nennen
- Gottes Namen für meine Interessen, Wünsche missbrauchen
- Anderen Böses wünschen in Gedanken oder Worten,
- Etwas Heiliges(Kirche, Altäre, etc.) oder eine gottgeweihte Person (Papst, Bischof, Priester, Ordensfrau,...) bewusst schlecht machen, lächerlich machen, verspotten, abfällig über sie reden,...
- Pakte mit dem Bösen geschlossen, oder einen Eid in einer Sekte/Geheimgruppe
- In der Beichte lügen oder schwere Sünde begehen
- Blasphemie (Worte des Hasses, oder über Gott böses sagen,...)
- Meineid (Lügen unter schwören eines Eides)

### **3. Du wirst den Tag des HERRN heiligen**

- Die Hl. Messe an Sonntagen oder Feiertagen nicht besuchen (ohne schwerwiegenden Grund)
- Die Sonntagsmesse bei Schismatikern und Häretikern besuchen (z.B. statt zur Katholischen Sonntagsmesse zu gehen zu Freikirchen/Ev. Kirche)
- Arbeit, die man unter der Woche verrichten könnte, am Sonntag tun
- Generelle nicht notwendige Arbeiten am Sonntag verrichten
- An Abstinenztagen nicht gefastet (Aschermittwoch, Karfreitag), oder generell das Fasten nicht üben
- Andere zwingen am Sonntag zu arbeiten, indem man sie mit Geld bezahlt (z.B. besuchen von Kinos am Tag des Herrn, oder andere Vergnügungstätten,...)
- Keine Erholung und Zeit mit der Familie/Anvertrauten am Sonntag



- Sich respektlos in der Kirche verhalten, lautes Reden in der Kirche,...
- In der Heiligen Messe nicht aufmerksam mitbeten, bewusste Ablenkung in Gedanken
- Zu spät zur Heiligen Messe kommen, oder früher zu gehen, ohne wichtigen Grund
- keine ausreichende Vorbereitung oder Danksagung nach der Heiligen Messe

## **4. Du wirst Vater und deine Mutter ehren**

- Sich nicht um ältere Eltern kümmern
- Aufgaben meines Standes nicht wahrnehmen (als Eltern für Kinder gut sorgen, als Kind sich um Eltern kümmern, sie respektieren,...)
- In wichtigen Angelegenheiten nicht auf Eltern hören wofern man noch nicht volljährig ist
- Generell mutwillig Autoritäten missachten
- Eltern böses oder den Tod wünschen
- Den letzten Willen der Eltern vor dem Tod nicht respektieren
- Sich für Eltern schämen
- Schlechte Laune an Familienmitgliedern auslassen
- egoistisches Verhalten anderen im Haus gegenüber
- Übernommene Aufgaben schlampig oder nicht tun, ohne Liebe,...

- An die Eltern: erwachsene Kinder wie kleine Kinder behandeln und ihre Freiheit nicht respektieren
- Missbrauchen oder zurückweisen/ablehnen von Kindern
- Kinder nach der Geburt nicht taufen lassen
- Schlechte/Keine religiöse Erziehung der Kinder (z.B. Kein Familiengebet, keine gemeinsame Zeit mit Gott,...)
- Von Kindern nicht loslassen, oder akzeptieren, wenn sie andere Lebenswege und Glaubenswege gehen
- Kinder als Eigentum betrachten
- Für Kinder nicht beten um ihr Seelenheil
- Einmischen in die Angelegenheiten von verheirateten Kindern

## **5. Du wirst nicht töten (morden)**

- Mord, Totschlag
- Abtreibung, oder jemand zur Abtreibung raten, Abtreibung unterstützen, Organisationen die Abtreibung unterstützen fördern, Politiker die für Abtreibung sind wählen, etc. – JEDER  
Zusammenhang mit Abtreibung
- Einsetzen von Spirale, Einnahme von der Pille danach, etc. (Hat alles abtreibende Wirkung beim Geschlechtsakt)
- Bewusst jemanden verletzen, oder versuchen zu verletzen
- Andere zu Sünden zu verführen
- Gefährliches Autofahren, Smartphone beim Autofahren nutzen
- Autofahren unter Alkoholeinfluss, Drogen, etc.
- Am Hass auf jemanden festhalten
- Kaufen/Verkaufen von Drogen
- Bewusstes betrinken, Alkohol über die Maßen konsumieren, Drogenkonsum,...

- Selbstverstümmelung, Selbstverletzung,...
- sich selbst den Tod wünschen
- Tattoos, Piercings,...
- Sterilisation
- Unterstützung oder Förderung der Euthanasie
- Zulassen/Unterstützung von Selbstmordgedanken
- Selbstmordversuch
- Den eigenen Körper schlecht behandeln, Schlafentzug, Übermäßiges Arbeiten, keine Ruhezeiten, Keine körperliche Betätigung, etc.
- Das eigene Geschlecht ablehnen, sich ablehnen
- Geschlechtsumwandlungen und alles damit in Zusammenhang stehende (Entfernung von Sexualorganen – Selbstverstümmelung des von Gott geschenkten Körpers,...)
- Die Toten nicht begraben, oder die Asche eines Toten nicht vergraben, Grabschändung
- Unterstützung von ungerechten Gesetzen (LGBTQ, Gender-Ideologie unterstützen, etc.)

- Hassen von Menschen anderer Kulturen, Hautfarbe, Rassen, Asylanten, Fremde, Verbrecher, Ausländer,...
- Schwache/Kinder bewusst in Versuchung führen um böses zu tun, sie vom Glauben abhalten
- Andere gegeneinander aufbringen, Menschen gegeneinander ausspielen
- Böses Gerede, Rufmord
- Mobbing
- Soziale Medien nutzen um andere schlecht machen, den guten Ruf von anderen ruinieren
- Stolz, Arrogant-sein, Hochmütig, Eitelkeit, Sturheit
- Zorn, Wut, Obszöne, Vulgäre Gesten (Mittelfinger,...)
- Rache üben/planen/denken
- Böses wünschen
- Urteile über andere fällen, ohne Gründe zu wissen

## **6. Du wirst nicht die Ehe brechen**

- Ehebruch, Wiederverheiratung, Scheidung,...
- Vorehelicher Geschlechtsverkehr
- Zusammenleben/Zusammenziehen vor der Ehe
- Selbstbefriedigung, Orgasmus außerhalb des erlaubten Geschlechtsverkehrs, nichtvaginale Ejakulation
- Homosexualität ausleben und jegliche homosexuelle Aktivität
- Verwendung von Verhütungsmittel (Kondom,...)
- Kleidung die andere zu sexuellen Gedanken/Gefühlen aufreizt (außer Ehepartner)
- Keine Gedanken machen über Kleidung und was sie bewirkt bei anderen
- Andere anfassen/berühren küssen, um sie sexuell zu erregen (außer Ehepartner), oder um sich selbst daran zu erregen
- Bestialität (Sexuelle Akte mit Tieren)
- Oralverkehr, Analverkehr, Inzest

- Prostitution, Geschlechtsverkehr um Geld, Wetten oder Mutproben
- Vergewaltigung, sexueller Missbrauch
- Polygamie (mit mehreren Partnern leben, sexuelle Beziehungen mit mehreren aufrecht erhalten)
- In-vitro-Fertilisation, Insamination (künstliche Befruchtung)
- Leihmutterschaft
- Selektion von vorgeburtlichem Leben
- Fruchtbarkeitstests, die moralisch verwerflich sind
- Unterstützung, Involviert-sein bei Versuchen von der Klonung von Menschen
- Die Unschuld/Jungfräulichkeit eines anderen zerstören, schänden
- Sexuelle Lust im Herzen unterhalten („Wenn ich könnte, würde ich“)
- Frauentausch



- Öffentlich nackt sich zur Schau stellen und Ausstellen des eigenen Körpers in Saunas, Bäder, Stränden, Swingerclubs,...
- Transvestitismus, Kleidung anderen Geschlechts tragen
- Pornografie, schlechte Internetseiten, Fernsehen,...
- Das andere Geschlecht auf sexuelle Lust reduzieren – andere zum Lustobjekt machen
- Ehepartner nicht von Herzen lieben, Bedürfnisse nicht sehen, nur zur eigenen Befriedigung nutzen („Puff zu Hause“)
- Grob zu Ehepartner beim ehelichen Geschlechtsakt sein, nicht respektvoll umgehen, die Wünsche nicht wahrnehmen/ erfragen/ herausfinden
- Ehepartner beim Geschlechtsakt erniedrigen, an andere Frauen/Männer während des Geschlechtsaktes denken, Stellungen beim Geschlechtsakt zulassen, die die Würde des andern verletzt

## **7. Du wirst nicht stehlen**

- Zerstören/Beschädigen des Eigentums von anderen
- Stehlen was Gott geweiht ist, Gott gehört, oder von einem Heiligen Ort etwas entwenden
- Kaufen, Verkaufen, Annehmen von gestohlenen Dingen
- Verhindern von Wiedergutmachungen gestohlener Dinge
- Spielsucht, Kartenspiel um Geld, sonstige Suchtspiele wo Vermögen entwendet wird durch Glücksspiel
- Computerspielsucht, Smartphone/ App-süchte
- Ungerechten Lohn zahlen, Benachteiligung von Untergebenen
- Ungerechte/Gefährliche Arbeitsumfelder schaffen/unterstützen
- Lohn vorenthalten
- Arme, Einfache, Unerfahrene ausbeuten

- Unterlassene Hilfeleistung
- Andere betrügen
- Arbeitgeber falsche Auskunft erteilen, mehr Arbeit eintragen als gemacht,...
- Bestechen, Bestechung annehmen, Unterschlagung
- Erpressung
- Exzessive Vermüllung fördern, oder unterstützen – Sorglosigkeit der Schöpfung gegenüber
- Umweltzerstörung aktiv fördern durch unnötige Verschmutzungen
- Verschwendung von Lebensmitteln
- Steuerhinterziehung
- Fälschen jeglicher Art
- Illegale Beschaffung von Software, Computerprogrammen
- Copyright-Verletzungen
- Künstlern nicht ihre Werke honorieren durch das beachten von Rechtsvorschriften zu deren Nutzung

- Sklaverei
- Tierquälerei
- Unpünktlichkeit: Stehlen der Zeit von anderen
- Andere vom Empfang der Hl. Kommunion, oder anderen Sakramenten abgehalten („Du wirst dein Kind doch nicht in so einer Kirche taufen lassen!“)

## **8. Du wirst nichts Falsches aussagen gegen deinen Nächsten**

- Lügen, jede Form von Notlügen und überhaupt jede Art von unwahrhafter Rede (Gerüchte verbreiten)
- Vorteile verschaffen durch Lügen
- Lügen weitererzählen
- Tratsch (schlechte Taten anderer weitererzählen, ohne gerechten Grund)
- Anvertrautes preisgeben, ohne gerechten Grund
- Versprechen brechen
- Verschweigen von Komplizenschaft

- Übertreibung von Fakten/Fehler anderer
- Schuld auf andere schieben
- Andere Täuschen, sich selbst besser geben als man ist, Angeberei
- Lächerlich machen von Wahrheit
- Wahrhaftigkeit als Nebensächlichkei abtun
- Gedankenloses übernehmen von Meinungen, ohne vorher zu prüfen
- Medien (öffentlichen, sozialen, etc.) ungeprüft glauben

## **9. Du wirst nicht begehren deines nächsten Partner**

- Sich generell nicht beherrschen wollen – Zucht als negativ sehen
- Filme, Internet, etc. nutzen um sexuelle Lüste zu unterhalten
- Sich an anderen erregen (außer Ehepartner)

- Pornografie in Büchern, Magazinen, Filmen, Internet,...
- Sexuelle Erregung bewusst suchen, sich reizen
- Bilder von anderen für meine Lust benutzen
- In unreine Gedanken einwilligen, weiterdenken, hineinräumen
- Nicht zu Gott gehen mit sexuellen Gedanken, nicht bei Gott Hilfe suchen in Momenten der Versuchung
- Undankbarkeit für Sexualität
- Undankbarkeit für Lebensstand (allein, verheiratet, zölibatär)
- Verachtung von anderen

## **10. Du wirst nicht begehren, was deinem Nächsten gehört**

- Gier und Wunsch nach Dingen, die mir nicht gehören
- Fähigkeiten nicht für andere einsetzen, egoistisch handeln
- Faulheit
- Keine Ordnung halten
- Meine Arbeit nicht gewissenhaft tun
- Ignorieren der eigenen Fehler, andere beschuldigen
- Aufregen über Unpünktlichkeit anderer
- Anderen nicht vergeben
- Andere verurteilen
- Eitelkeit, Arroganz, Launenhaftigkeit, Empfindlich, Nachtragend, Ungeduldig, Zornig, Eifersüchtig auf andere