

Allgemeine Gewissenserforschung

Wir Menschen leben in drei Grundbeziehungen: zu uns selbst, zu den anderen, zu Gott. Anhand dieser drei Beziehungen will die folgende Gewissenserforschung helfen, dass eigene Leben zu bedenken. Da, wo ich mit mir selbst, mit anderen und mit Gott nicht im Reinen bin, lohnt es sich nach den eigenen Anteilen für die Unstimmigkeiten zu suchen, mögliche Sünden zu erkennen und Gott dafür um Vergebung zu bitten.

1. Meine Beziehung zu mir selbst

Habe ich Freude an meinem Leben? Oder kommt es mir langweilig vor? Warum ist das so?

Wann bin ich traurig, niedergeschlagen? Warum?

Sorge ich für meine Gesundheit durch eine vernünftige Lebensweise? Oder schade ich ihr durch unmäßigen Konsum von Nikotin, Alkohol, Drogen? Übertreibe ich in der Sorge um meine Gesundheit?

Kenne ich meine Fähigkeiten? Setze ich sie ein oder lasse ich sie verkümmern? Kann ich mit meinen Grenzen leben?

Bin ich empfindlich, zornig, nachtragend? Lasse ich mich gehen oder bemühe ich mich um Ausgeglichenheit und bekämpfe meine Launen?

Muss ich immer im Mittelpunkt stehen? Bin ich neidisch auf andere? Suche ich nur meinen Vorteil?

Bin ich verantwortungsbewusst? Bin ich ein verlässlicher Partner, Freund?

Was lese ich? Sehe ich wahllos fern oder wähle ich bewusst aus?

Wahre ich den Anstand bei der Wahl meiner Lektüre, der Filme, in meinem Reden, meiner Kleidung?

Wie integriere ich meine Sexualität in mein Leben?

2. Meine Beziehung zu den anderen

Wie erfülle ich die Pflichten, die ich als Vater, Mutter, Gatte, Kind oder Geschwister habe? Nehme ich mir Zeit für die Familie? Lasse ich mich nur bedienen oder trage ich meinen Teil zum Wohl der Familie bei?

Achte ich die Eigenarten, die Meinung und die Leistung der Mitmenschen zu Hause, im Beruf, in der Gesellschaft?

Richte ich meine Mitmenschen grundlos und ohne dazu verpflichtet zu sein? Tratsche ich? Habe ich den Ruf anderer beschädigt? Mache ich andere schlecht, damit ich besser dastehe?

Lasse ich mich von der Nächstenliebe leiten, wenn ich unausweichliche Konflikte austragen muss?

Bin ich bereit zu verzeihen? Bemühe ich mich ehrlich, die anderen zu verstehen? Wie gehe ich mit Widerspruch und negativer Kritik um? Kann ich zuhören?

Bin ich ehrlich, wahrhaftig? Habe ich gelogen? Rede ich mich heraus oder stehe ich zu meinen Taten?

Habe ich das Eigentum anderer beschädigt oder schlecht behandelt? Habe ich gestohlen oder betrogen? Habe ich berechnete Steuern hinterzogen?

Habe ich andere zu schlechten Taten verleitet? Habe ich Unrecht hingenommen?

Bin ich bereit zu teilen? Wie gehe ich mit meinem Besitz und meinem Vermögen um? Bin ich geizig? Verschwenderisch? Habe ich nach meinen Möglichkeiten materielle Hilfe geleistet?

Bin ich hilfsbereit? Nehme ich meine Pflichten und Rechte als Bürger wahr und diene so dem Gemeinwesen?

Mache ich meine Arbeit gewissenhaft, sorgfältig und pünktlich? Ist Arbeit für mich mehr als nur ein Mittel, um Geld zu verdienen oder den persönlichen Ehrgeiz zu befriedigen?

Wie denke und rede ich über das andere Geschlecht? Bejahe und lebe ich die Unauflöslichkeit der

Ehe? Gehe ich bei der leiblichen Vereinigung mit meinem Partner rücksichtsvoll, einfühlsam und achtsam um?

Habe ich mich und andere durch mein Verhalten im Straßenverkehr gefährdet?

Bemühe ich mich um einen vernünftigen Umweltschutz? Achte ich Pflanzen, Tiere und Menschen als Geschöpfe Gottes?

3. Meine Beziehung zu Gott

Welche Bedeutung spielt Gott in meinem Leben? Glaube ich an ihn?

Was tue ich, um Gott und den christlichen Glauben besser kennen zu lernen? Oder bin ich daran gar nicht interessiert? Lese ich in der Hl. Schrift, im Katechismus der Kirche, in Büchern, die die christliche Botschaft enthalten?

Wie stehe ich zur Kirche? Bin ich davon überzeugt, dass sie trotz aller menschlichen Schwächen ihrer Glieder die Botschaft Jesu Christi authentisch verkündet und die Sakramente des Heils spendet?

Lasse ich mein Gottesbild und mein Gewissen von der Lehre der Kirche prägen? Oder lege ich mir mein Gottesbild und meine Moral selber zurecht?

Mache ich mit, wenn über die Kirche und den Glauben hergezogen wird? Oder bemühe ich mich, beide nach Kräften zu bekennen und zu verteidigen?

Sehne ich mich nach der Begegnung mit Gott im sonntäglichen Gottesdienst? Habe ich die Hl.

Kommunion oder ein anderes Sakrament der Kirche unwürdig empfangen?

Beteilige ich mich am Leben der Gemeinde?

Suche ich im Gebet die Nähe zu Gott? Wie bete ich und wann?

Bin ich froh und dankbar, an Gott zu glauben und zur Kirche zu gehören?