

## Katholisch kurz gefasst

Kernpunkte des Glaubens gemäß „Katechismus der katholischen Kirche“

Zusammengestellt von Dr. theol. Theo Irrgang, Köln

### DAS KREUZZEICHEN

Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen

### EHRE SEI DEM VATER

Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist, wie im Anfang, so auch jetzt und alle Zeit und in Ewigkeit. Amen

### DAS GEBET DES HERRN

Vater unser im Himmel, Geheiligt werde Dein Name. Dein Reich komme. Dein Wille geschehe, wie im Himmel so auf Erden.

Unser tägliches Brot gib uns heute, und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unsern Schuldigern. Und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns von dem Bösen. Amen.

### ZUSAMMENFASSUNG DES KATHOLISCHEN GLAUBENS

Wir glauben an den einen Gott, Schöpfer der sichtbaren und unsichtbaren Dinge und auch Schöpfer der unsterblichen Geistseele jedes Menschen.

Gott hat sich uns offenbart als Vater, Sohn und Heiliger Geist. Durch die Gnade sind wir Kinder Gottes und berufen, an seinem ewigen Leben teilzuhaben, hier auf Erden im Dunkel des Glaubens, und nach dem Tode im ewigen Licht Gottes.

Wir glauben an Gott, den einen Gott und das Mysterium der Heiligsten Dreifaltigkeit.

Wir glauben an den Vater, der von Ewigkeit her den Sohn zeugt; an den Sohn, das Wort Gottes, das von Ewigkeit her gezeugt ist; an den Heiligen Geist, die unerschaffene Person, die vom Vater und vom Sohne ausgeht als ihre ewige Liebe.

Wir glauben an unsern Herrn Jesus Christus, der der Sohn Gottes ist. Durch das Wirken des Heiligen Geistes hat er im Schoße der Jungfrau Maria Fleisch angenommen und ist Mensch geworden. Er hat unter uns gewohnt, voll der Gnade und Wahrheit.

Er verkündete das Reich Gottes, richtete es wieder auf und rief zur Umkehr. Durch ihn erkennen wir den Vater. Er hat uns das Gebot gegeben, einander zu lieben, wie er uns geliebt hat.

Er litt und starb für uns am Kreuz und rettete uns durch sein erlösendes Blut.

Er ist begraben worden und am dritten Tag aus eigener Kraft wieder auferstanden. Er ist aufgefahren in den Himmel und wird wiederkommen, um die Lebenden und Toten zu richten: einen jeden nach seinen Verdiensten - jene, die der Liebe und dem Erbarmen Gottes entsprechen haben, werden eingehen zum ewigen Leben; die anderen aber, die bis zum Ende ihres Lebens die Liebe und das Erbarmen Gottes ablehnten, werden dem Feuer der Hölle überantwortet, das niemals erlischt.

### DIE SIEBEN SAKRAMENTE

Christus begegnet uns in seinen Sakramenten. In der katholischen Kirche gibt es sieben Sakramente:

1. Taufe
2. Firmung
3. Eucharistie
4. Buße
5. Krankensalbung
6. Priesterweihe
7. Ehe

### DIE ZEHN GEBOTE

Ich bin der Herr, dein Gott:

1. Du sollst keine anderen Götter neben mir haben.
2. Du sollst den Namen Gottes nicht vermehren.
3. Gedenke, dass du die Feiertage verheiligst.
4. Ehre deinen Vater und deine Mutter.
5. Du sollst nicht töten
6. Du sollst nicht ehebrechen.
7. Du sollst nicht stehlen
8. Du sollst kein falsches Zeugnis geben gegen deinen \
9. Du sollst nicht begehren Deines Nächsten Frau. \Nächsten.
10. Du sollst nicht begehren deines Nächsten Gut.

### DIE BEICHTÉ

Gott vergibt alle Sünden im Sakrament der Buße oder Beichte. Wer beichtet, muss sich besinnen, seine Sünden bereuen, bekennen und sich bessern wollen. Ohne Reue ist Vergebung nicht möglich. Gott verzeiht jede Sünde, die ein Mensch aus Liebe zu ihm bereut. 5 Elemente gehören zur Beichte: besinnen, bereuen, sich bessern wollen, beichten, büßen

#### *Besinnen oder Gewissensforschung*

Habe ich am Glauben gezweifelt oder die Wahrheiten des katholischen Glaubens verleugnet?

### DAS APOSTOLISCHE GLAUBENSBEKENNTNIS

Ich glaube an Gott, den Vater, den Allmächtigen, den Schöpfer des Himmels und der Erde, und an Jesus Christus, seinen eingeborenen Sohn, unsern Herrn, empfangen durch den Heiligen Geist, geboren von der Jungfrau Maria, gelitten unter Pontius Pilatus, gekreuzigt, gestorben und begraben, hinabgestiegen in das Reich des Todes, am dritten Tage auferstanden von den Toten, aufgefahren in den Himmel; er sitzt zur Rechten Gottes, des allmächtigen Vaters; von dort wird er kommen, zu richten die Lebenden und die Toten. Ich glaube an den Heiligen Geist, die heilige katholische Kirche, Gemeinschaft der Heiligen, Vergebung der Sünden, Auferstehung der Toten und das ewige Leben. Amen.

### AVE MARIA

Gegrüßet seist du, Maria, voll der Gnade, der Herr ist mit dir. Du bist gebenedeit unter den Frauen, und gebenedeit ist die Frucht deines Leibes, Jesus.

Heilige Maria, Mutter Gottes, bitte für uns Sünder jetzt und in der Stunde unseres Todes. Amen

### SALVE REGINA

Sei gegrüßt, o Königin, Mutter der Barmherzigkeit; unser Leben, unsere Wonne und unsere Hoffnung, sei gegrüßt! Zu dir rufen wir, verbannte Kinder Evas, zu dir seufzen wir trauernd und weinend in diesem Tal der Tränen.

Wohlan denn, unsere Fürsprecherin, wende deine barmherzigen Augen uns zu, und nach diesem Elend zeige uns Jesus, die gebenedeite Frucht deines Leibes. O gütige, o milde, o süße Jungfrau Maria.

Des Reiches Gottes wird kein Ende sein.

Wir glauben an den Heiligen Geist, den Herrn und Lebensspender, der mit dem Vater und dem Sohne angebetet und verherrlicht wird. Durch die Propheten hat er zu uns gesprochen und ist von Christus, nach der Auferstehung und Himmelfahrt zum Vater, uns Menschen gesandt worden. Der Heilige Geist erleuchtet, belebt, beschützt und führt die Kirche.

Wir glauben, dass Maria, die allzeit Jungfrau blieb, die Mutter des menschgewordenen Wortes ist, unseres Gottes und Heilandes Jesus Christus; dass sie durch eine einzigartige Gnade von jedem Makel der Erbsünde bewahrt, am Ende ihres irdischen Lebens mit Leib und Seele in die Herrlichkeit des Himmels aufgenommen wurde.

Wir glauben, dass die heilige Gottesmutter, die Mutter der Kirche, im Himmel ihr mütterliches Amt fortsetzt für die Glieder Christi.

Wir glauben, dass in Adam alle gesündigt haben und die Erbschuld auf alle Menschen übergegangen ist. Das ist der Sinn der Aussage, dass jeder Mensch in Sünden geboren wird und die Taufe benötigt.

Wir glauben, dass unser Herr Jesus Christus uns durch sein Opfer am Kreuz von der Erbsünde und von allen persönlichen Sünden, die wir begangen haben, erlöst und uns zur Teilnahme am göttlichen Leben, das ist das Leben der Gnade, erhoben hat.

Wir glauben an die eine Taufe zur Nachlassung der Sünden. Die Taufe soll auch schon den Kindern im frühen Alter gespendet werden, die sich noch keiner persönlichen Sündenschuld bewußt sind, damit sie wiedergeboren werden zum göttlichen Leben in Jesus Christus.

Wir glauben an die eine, heilige, katholische und apostolische Kirche, die von Jesus Christus auf den Felsen gegründet wurde, der Petrus ist.

Die Kirche hat die Aufgabe alle Wahrheiten zu bewahren, sie zu lehren, auszulegen und in der Welt zu verkündigen, die Gott in ihrer ganzen Fülle durch Jesus Christus offenbart hat.

Habe ich ohne die gebührende innere Verfassung kommuniziert?

Habe ich an Sonntagen oder gebotenen Feiertagen die heilige Messe nicht besucht?

Habe ich die Fast- und Abstinenztage gehalten?

Habe ich in der letzten Beichte eine schwere Sünde verschwiegen?

Begegne ich meinen Eltern u. Angehörigen mit Ehrfurcht u. Liebe?

Sorge ich mich um das Wohl meiner Familie, um meine Frau, um meine Kinder?

Habe ich anderen in meiner Umgebung schlechtes Beispiel gegeben?

Habe ich schlecht von anderen gesprochen? Urteile ich ungerecht?

Tadle ich im Zorn? Streite ich oft? Zögere ich, zu verzeihen?

Versuche ich, meinen Familienangehörigen, Freunden und Kollegen zu helfen?

Hasse ich jemanden? Will ich mich an jemandem rächen?

Habe ich anderen geschadet durch Worte oder Taten?

Habe ich mich berauscht? Andere dazu angehalten?

Habe ich unreine Gedanken und Blicke zugelassen?

War ich schamlos? Habe ich unkeusch gehandelt? Allein oder mit anderen?

Habe ich mich freiwillig der Gefahr ausgesetzt zu sündigen durch unmorale Filme, Zeitschriften, Internet, Computerspiele usw.?

Habe ich zum Schaden anderer beigetragen?

Habe ich Geld oder andere Gegenstände gestohlen?

Habe ich geliehene Sachen schonend behandelt, zurückgegeben?

Habe ich Geld verschwendet oder fremdes Eigentum beschädigt?

Habe ich gelogen? Durch Lügen anderen geschadet?

Habe ich schlecht über andere geredet oder gedacht? Habe ich andere verleumdet?

War ich neidisch? War ich stolz? Habe ich andere verachtet?

Habe ich meine Arbeit gut gemacht? Meine Aufgaben pünktlich erfüllt?

Versuche ich jeden Tag Gott in die Hände zu legen mit allen Sorgen, Nöten, Enttäuschungen?

Denke ich an Gott wenigstens am Morgen und am Abend?

### ANGELUS

Der Engel des Herrn brachte Maria die Botschaft, - und sie empfing vom Heiligen Geist.

Gegrüßet seist du, Maria...

Maria sprach: Siehe, ich bin die Magd des Herrn;

- mir geschehe nach Deinem Wort.

Gegrüßet seist du, Maria...

Und das Wort ist Fleisch geworden

- und hat unter uns gewohnt.

Gegrüßet seist du, Maria...

Bitte für uns, heilige Gottesmutter,

- dass wir würdig werden der Verheißung Christi.

Lasset uns beten. - Allmächtiger Gott, gieße deine Gnade in unsere Herzen ein. Durch die Botschaft des Engels haben wir die Menschwerdung Christi, deines Sohnes, erkannt. Laß uns durch sein Leiden und Kreuz zur Herrlichkeit der Auferstehung gelangen. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn. Amen.

### SCHULDBEKENNTNIS

Ich bekenne Gott, dem Allmächtigen, und allen Brüdern und Schwestern, dass ich Gutes unterlassen und Böses getan habe - ich habe gesündigt in Gedanken, Worten und Werken (alle schlagen an die Brust) durch meine Schuld, durch meine Schuld, durch meine große Schuld. Darum bitte ich die selige Jungfrau Maria, alle Engel und Heiligen und euch, Brüder und Schwestern, für mich zu beten bei Gott, unserm Herrn. - Der allmächtige Gott erbarme sich unser. Er lasse uns die Sünden nach und führe uns zum ewigen Leben. Amen.

10.08.2005

Wir glauben an die Unfehlbarkeit, die dem Nachfolger des heiligen Petrus zukommt, wenn er ex cathedra als Hirte und Lehrer aller Gläubigen spricht; diese ist auch dem Kollegium der Bischöfe verheißt, wenn sie gemeinsam mit dem Papst das höchste Lehramt ausüben. Wir glauben, dass das Papst- und Bischofsamt in der apostolischen Nachfolge, der apostolischen Sukzession, weitergegeben wird.

Wir glauben, dass die heilige Messe, wenn sie vom Priester in persona Christi gefeiert wird, das Opfer Jesu Christi am Kreuz auf unseren Altären sakramental vergegenwärtigt.

Das Brot und der Wein, durch den Priester konsekriert, werden in den Leib und das Blut Christi verwandelt. Diese geheimnisvolle Gegenwart des Herrn ist eine wahre, wirkliche, wesentliche.

Wir glauben an das ewige Leben. Wir glauben, dass die Seelen aller, die in der Gnade Gottes entschlafen sind, die himmlische Kirche bilden; sie leben in ewiger Glückseligkeit und schauen Gott wie er ist; dass sie für uns Fürsprache einlegen und uns in unserer Schwachheit helfen.

Wir glauben an die Gemeinschaft aller Christgläubigen: derer, die hier auf Erden als Pilger unterwegs sind; derer, die als Verstorbene noch der Läuterung bedürfen und derer, die als Selige im Himmel ewig glücklich sind. Sie alle zusammen bilden die eine Kirche.

Mit eben diesem Glauben und eben dieser Hoffnung erwarten wir die Auferstehung von den Toten und das Leben der zukünftigen Welt. Gepriesen sei der dreimal heilige Gott, der Vater und der Sohn und der Heilige Geist!

(Zusammenfassung des "Credo des Gottesvolkes" von Papst Paul. VI.)

Zusammen mit dem Glauben versucht der Christ so zu leben, dass er Jesus Christus ähnlich wird. Darum richtet er sich nach seinen Geboten und begegnet ihm in den Sakramenten.

#### *Bereuen - Ein Reuegebet*

Vater, ich habe gesündigt vor dir, ich bin nicht wert, dein Kind zu heißen. Du hast mich nach deinem Bild erschaffen und mich zu Großem berufen, und ich habe gesündigt, habe so klein gedacht, geredet und gehandelt durch meine Schuld.

Ich blicke aber auf zu dir und deinem Sohn Jesus Christus. Er ist mein Herr. Auch für mich hat er am Kreuz sein Blut vergossen. Vergib mir meine Schuld, meine Sünden, meine Fehler. Du bist die ewige Liebe, nimm mich wieder an dein Herz und halte mich fest in deiner Gnade. Ich will dein sein und ein bleiben. Mach mich frei und führe mich zur herrlichen. Freiheit der Kinder Gottes.

Heilige Maria, Mutter Gottes, bitte für uns Sünder jetzt und in der Stunde unseres Todes. Amen.

#### *Sich bessern wollen - Vorsatz*

Dass ich gesündigt, ist mir leid; zu bessern mich, bin ich bereit. Mein Gott und Herr, mir doch verzeih; nie mehr zu fallen Gnad verleihe.

#### *Sündenbekenntnis*

Nach der Gewissensforschung, in den Beichtstuhl eingetreten, begrüße den Priester und sprich:

- Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Der Priester betet (so oder ähnlich): Gott, der unser Herz erleuchtet, schenke dir wahre Erkenntnis deiner Sünden und seine Barmherzigkeit. Antwort: Amen.

Es folgt das Bekenntnis der Sünden und das Beichtgespräch, bei dem du eine angemessene Buße zur Genugtuung für deine Sünden übernimmst. Nach der Lossprechung und Entlassung durch den Priester verrichte die Gebete, die der Priester dir als Buße auferlegt hat. Danke Gott für seine Güte und Barmherzigkeit, dass er dir deine Sünden vergeben, dir seine Gnade, seinen Frieden und seine Freude deinem Herzen gegeben hat.

## HEILIGE MESSE – HEILIGE KOMMUNION

Es lohnt sich sehr bewußt und konzentriert die Hl. Kommunion zu empfangen. Dazu bereitet man sich vor. Vor der Kommunion kann man beten:

„Jesus, ich komme wie ein Kranker zum Arzt des Lebens, wie ein Unreiner zur Quelle des Erbarmens, wie ein Blinder zum Licht der ewigen Klarheit, wie ein Armer zum Herrn des Himmels uns der Erde. Barmherziger Gott, gib, dass ich nicht nur äußerlich das Sakrament des Leibes und des Blutes des Herrn empfangen, sondern auch innerlich dessen Wesen und Kraft, dass ich verdiene, seinem geheimnisvollen Leib einverleibt zu werden. (Nach Thomas von Aquin)

### Nach der Hl. Kommunion: Danksagung

Seele Christi, heilige mich. Leib Christi, rette mich. Blut Christi, tränke mich. Wasser der Seite Christi, wasche mich. Leiden Christi, stärke mich. O guter Jesus, erhöre mich. Birg in deine Wunden mich. Von dir laß nimmer scheiden mich. Vor dem bösen Feind beschütze mich. In meiner Todesstunde rufe mich, zu dir zu kommen heiße mich, mit allen Heiligen zu loben dich in deinem Reich ewiglich. Amen.

### Gespräch mit Jesus

(Nach der hl. Messe und der hl. Kommunion oder beim Besuch des Allerheiligsten in einer Kirche kann man so beten).

1. Dank dir, Jesus, für die heilige Messe und Kommunion. Wie gut bist du und wie liebst du mich! Ich liebe dich, ich bete dich an. Ich möchte dich viel mehr lieben! Hilf mir! Denn ich vergesse dich oft und manchmal besiegt mich die Versuchung und das Böse.

## DIE DREI GÖTTLICHEN TUGENDEN

Glaube, Hoffnung, Liebe

(Aus dem Katholischen Kurzkatechismus, Königstein)

O Mein Gott und Herr! Ich glaube alles, was Du geoffenbart hast und durch Deine heilige Kirche uns zu glauben lehrt, weil Du der wahrhafte Gott bist. Vermehre, o Gott, meinen Glauben!

O Mein Gott und Herr! Ich hoffe von Dir die Verzeihung meiner Sünden, Deine Gnade und endlich die ewige Seligkeit, weil Du, o gütiger und getreuer Gott, dieses alles versprochen hast. Stärke, o Gott, meine Hoffnung!

O Mein Gott und Herr! Ich liebe Dich von ganzen Herzen über alles, weil Du der unendlich gute Gott bist. Aus Liebe zu Dir liebe ich auch meinen Nächsten wie mich selbst. Entzünde, o Gott, meine Liebe!

## DIE VIER KARDINALTUGENDEN

Klugheit, Gerechtigkeit, Tapferkeit, Mäßigung

Diese vier Grundtugenden sind Angelpunkte des sittlichen Lebens und heißen darum Kardinaltugenden.

Die Klugheit ist jene Tugend, welche die praktische Vernunft bereit macht, in jeder Lage unser wahres Gut zu erfassen und die richtigen Mittel zu wählen, um es zu erlangen.

Die Gerechtigkeit als sittliche Tugend ist der beständige, feste Wille, Gott und dem Nächsten das zu geben, was ihnen gebührt.

Die Tapferkeit ist jene sittliche Tugend, die in Schwierigkeiten standhalten und im Erstreben des Guten durchhalten läßt.

Die Mäßigung ist jene sittliche Tugend, welche die Neigung zu verschiedenen Vergnügungen zügelt und im Gebrauch der geschaffenen Güter das rechte Maß einhalten läßt.

"Vaterunser". Dann folgen 10 "Gegrüßet seist du, Maria ...". Je eine "Vaterunser - Perle" mit den folgenden 10 eng zusammengeknüpften Perlen bilden ein sogenanntes Gesätz bzw. ein Rosenkranzgeheimnis. Diese sind den wichtigsten Schritten unserer Erlösung durch Jesus Christus entnommen.

Wir beginnen die Geheimnisse immer mit dem Vaterunser und fügen dann bei jedem "Gegrüßet seist du Maria" die entsprechenden Gesätze aus den verschiedenen Geheimnissen ein.

Am Ende eines Gesätzes folgt wiederum ein "Ehre sei dem Vater" bevor das nächste Gesätz gebetet wird.

Die Geheimnisse können auch als betrachtendes Gebet vor das Vaterunser und die 10 Ave Marias gestellt werden.

Nach alter Gewohnheit und einer Neuerung durch Papst Johannes Paul II werden an bestimmten Wochentagen folgende Geheimnisse gebetet:

Montag die freudenreichen, Dienstag die schmerzreichen, Mittwoch die glorreiche, Donnerstag die lichtreichen, Freitag die schmerzreichen, Samstag die freudenreichen und Sonntag die glorreiche Geheimnisse.

### Die freudenreichen Geheimnisse

1. Jesus, den du, o Jungfr. vom Heiligen Geist empfangen hast.
2. Jesus, den du, o Jungfrau, zu Elisabeth getragen hast.
3. Jesus, den du, o Jungfrau, in Bethlem geboren hast.
4. Jesus, den du, o Jungfrau, im Tempel aufgeopfert hast.
5. Jesus, den du, o Jungfrau im Tempel wiedergefunden hast.

### Die lichtreichen Geheimnisse

1. Jesus, der von Johannes getauft worden ist.
2. Jesus, der sich bei der Hochzeit in Kana geoffenbart hat.
3. Jesus, der uns das Reich Gottes verkündet hat.
4. Jesus, der auf dem Berg verklärt worden ist.
5. Jesus, der uns die Eucharistie geschenkt hat.

2. In der heiligen Messe, Jesus, wird dein blutiges Opfer am Kreuz sakramental - zeichenhaft - gegenwärtig gesetzt. In der gleichen Weise, wie du ans Kreuz genagelt starbst, opferst du dich dem himmlischen Vater auf für mein Heil und das der ganzen Welt. Du bist mein Erlöser! Du möchtest mich retten. Danke Jesus! Ich will mein Heil. Laß nicht zu, dass ich mich von dir trenne durch die Sünde. Jesus. sei du mein Helfer. Auf dich vertraue ich.

3. Durch die Worte der Konsekration haben sich das Brot und der Wein in dein Fleisch und Blut verwandelt. Das bedeutet, dass du in der heiligen Hostie und im Kelch als Gott und Mensch wahrhaft gegenwärtig bist. Obwohl das meine Augen nicht sehen glaube ich, Herr, an dieses Geheimnis. Ich bete dich an, ich liebe dich. Wenn ich kommuniziere, kann ich voll Freude sagen: Gott ist in mir, ich bin in Gott.

4. Ich möchte immer mit dir sein, Jesus; denn du liebst mich und ich möchte lernen dich zu lieben. Ich möchte dich immer in meinem Herzen haben, um durch deine Kraft zu erreichen, dir in allem treu zu sein. Ich benötige in besonderer Weise deine Kraft, um die Tugend der heiligen Reinheit mit Zartheit und Festigkeit zu üben. Gib mir die Stärke der Märtyrer, um tapfer zu sein bei den unreinen Versuchungen, um meine schlechten Neigungen zu überwinden. Lieber sterben als sündigen! Wenn du mit mir bist, werde ich es schaffen.

5. Nun möchte ich mit dir über die Personen sprechen, die ich sehr liebe und schätze, damit du sie segnest und ihnen alles Notwendige gibst. Du weißt es besser als ich, O Jesus, was jeder einzelne heute und jetzt benötigt. Ich zähle dir ihre Namen auf:

meine Familie ... meine Freunde ... meine Wohltäter ... und besonders ... Auch empfehle ich dir die Kranken ...

6. Viel habe ich dir zu sagen über meinen Tageslauf ..., meine häusliche Beschäftigung ..., meine Arbeit ..., mein Studium ..., meine Pläne ..., meinen Umgang mit dem Nächsten ..., meinen Ein-

## DIE FAMILIE ALS HAUSKIRCHE

Die christliche Familie ist eine "Hauskirche".

Die Eltern sind in ihrer Familie Lehrer und Glaubensboten und führen als erste in Gebet und Liturgie ein.

Mit Recht wird die Familie als "Hauskirche" bezeichnet, in der das Evangelium übermittelt und ausgestrahlt wird. So ist sie Erzieherin im Glauben, im gegenseitigen Verstehen und in der Liebe.

Die Familie ist die Gemeinschaft, in der echte Liebe, Achtung vor dem Nächsten und vor dem Leben, Großmut und Bildung gepflegt und gelebt werden sollen.

Das "große Sakrament" der Ehe hilft den Eltern ihre Pflichten zu erfüllen; denn es gibt ihnen eine besondere Gnade, die sie innerhalb dieser Hauskirche am göttlichen Leben teilnehmen läßt. Deshalb ist es Sache eines jeden Familienmitgliedes, die Familie zu einem Raum der Begegnung mit Gott zu machen - und zwar für den Einzelnen wie auch gemeinsam.

Es ist heilige Pflicht der Eltern ihre Kinder von klein an beten zu lehren und täglich mit ihnen zu beten; und auch die Großen zu täglichem Gebet anzuhalten, da sie bei wachsender Verantwortung umso mehr der über-natürlichen Hilfe bedürfen.

Das gemeinsame Beten ruft Christus in die Mitte dieser "Hauskirche".

"Eine Familie, die zusammen betet, bleibt zusammen" [Mutter Teresa]

### Die schmerzreichen Geheimnisse:

1. Jesus, der für uns Blut geschwitzt hat.
2. Jesus, der für uns gegeißelt wurde.
3. Jesus, der für uns mit Dornen gekrönt wurde.
4. Jesus, der für uns das schwere Kreuz getragen hat.
5. Jesus, der für uns gekreuzigt worden ist.

### Die glorreichen Geheimnisse:

1. Jesus, der von den Toten auferstanden ist.
2. Jesus, der in den Himmel aufgefahren ist.
3. Jesus, der uns den Heiligen Geist gesandt hat.
4. Jesus, der dich, o Jungfrau, in den Himmel aufgenommen hat.
5. Jesus, der dich, o Jungfrau, im Himmel gekrönt hat.

Nach dem "Ehre sei dem Vater" kann zwischen den einzelnen Gesätzen folgendes Gebet hinzugefügt werden: "O mein Jesus, verzeihe uns unsere Sünden; bewahre uns vor dem Feuer der Hölle, führe alle Seelen in den Himmel, besonders jene, die deiner Barmherzigkeit besonders bedürfen". „Lauretanische Litanei“

Herr, erbarme dich unser  
Christus, erbarme dich unser  
Herr, erbarme dich unser  
Christus, höre uns  
Christus, erhöre uns  
Gott Vater im Himmel  
(erbarme dich unser)  
Gott Sohn, Erlöser der Welt  
Gott Heiliger Geist  
Heiliger dreifaltiger Gott  
Heilige Maria (bitte für uns)  
Heilige Mutter Gottes  
Heilige Jungfrau über allen  
Jungfrauen  
Mutter Christi  
Mutter der Kirche

Mutter der göttlichen Gnade  
Du reine Mutter  
Du keusche Mutter  
Du unversehrte Mutter  
Du unbefleckte Mutter  
Du liebenswürdige Mutter  
Du wunderbare Mutter  
Du Mutter des guten Rates  
Du Mutter des Schöpfers  
Du Mutter des Erlösers  
Du kluge Jungfrau  
Du ehrwürdige Jungfrau  
Du lobwürdige Jungfrau  
Du mächtige Jungfrau  
Du gütige Jungfrau  
Du getreue Jungfrau

satz für ..., auch über ein Leid ..., eine Sorge ..., einen Ärger ... meine Freude ..., eine gute Nachricht, einen Sieg. Sicher kann ich auch mit dir einen Vorsatz besprechen ... Gib mir ein, was du von mir willst. Sage mir, Herr: Was wünschst du von mir? Und ich werde versuchen wie die heiligste Jungfrau Maria zu sprechen: Fiat, es geschehe dein Wille.

7. Zum Schluss richte ich an dich eine besondere Bitte. Jesus, deine Kirche und die ganze Welt braucht großmütige Männer und Frauen, welche sich dir hingeben. Mache sie zu deinen Aposteln. Wähle unter ihnen, die du willst, rufe sie und gib ihnen den Mut alles zu lassen, um dir zu folgen, um Sämann zu sein für deine Liebe und dein Erbarmen, für die Freude und den Optimismus, der kennzeichnend sein sollte für die Kinder Gottes in der Welt. Amen.

## DIE WEISUNGEN DER KIRCHE

(vgl. Gotteslob Nr. 67)

Gott schenkt uns seine Gnade vor allem durch die Sakramente. Wir tragen diesen Schatz aber in zerbrechlichen Gefäßen (2 Kor 4,7). Die Kirche will uns mit ihren Weisungen helfen, in der Gnade zu verharren, das heißt, in der Gemeinschaft und der Nachfolge des gekreuzigten und auferstandenen Herrn zu leben.

1. Feiere den Sonntag als "Tag des Herrn"!

2. An Sonn- und Feiertagen nimm regelmäßig an der Eucharistiefeyer teil!

3. Am Freitag bring ein Opfer!

4. Empfange regelmäßig, wenigstens aber in der österlichen Zeit, die Sakramente der Buße und des Altares!

5. Hilf der Kirche und deiner Gemeinde!

## DER ROSENKRANZ

Wie bete ich den Rosenkranz? Das Rosenkranzgebet enthält wie auf einer Schnur aufgereiht die wichtigsten Glaubensgeheimnisse. Er hilft mit den Augen Marias auf Jesus Christus zu schauen und von den einzelnen Schritten, die unser Herr machte, um uns zu erlösen, Impulse für das eigene christliche Leben aufzunehmen.

Schon vor langer Zeit begannen die Menschen mit Hilfe einer Gebetsschnur zu beten. Später nannten sie es den Rosenkranz. Er besteht immer aus einem Kreuz und 59 Perlen

Jede dieser Perlen bedeutet ein Gebet. 55 Perlen bilden eine zusammenhängende Kette. Sie ist an einem Verbindungsglied zusammengefügt, der aus einem Kreuz oder einer Medaille besteht. Am Verbindungsglied hängt eine Kette mit 5 Perlen und einem Kreuz. Es erinnert zu Beginn daran, dass Christus für uns am Kreuz gestorben ist, als Zeichen seiner Liebe zu uns; deshalb beginnen wir mit einem Kreuzzeichen und beten dann als erstes Gebet das Glaubensbekenntnis.

Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Ich glaube an Gott ..., Ehre sei dem Vater ..., Vater unser ...

Bei den 3 folgenden Perlen wird je ein "Gegrüßet seist du Maria..." gesprochen und zwar folgendermaßen:

Gegrüßet seist du Maria ... Jesus, der in uns den Glauben mehrte. Heilige Maria ...

Gegrüßet seist du Maria ... Jesus, der in uns die Hoffnung stärkte. Heilige Maria ...

Gegrüßet seist du Maria ... Jesus, der in uns die Liebe entzündete. Heilige Maria ...

Danach beten wir: Ehre sei dem Vater ...

Jetzt sind wir an der gegliederten Rosenkranzkette angelangt. Bei einer einzelnen Perle, die in größerem Abstand zu den nächsten 10 eng zusammengeknüpften steht, beten wie das

Du Spiegel der Gerechtigkeit  
Du Thron der Weisheit  
Du Ursache unserer Freude  
Du keich des Geistes  
Du kostbarer Kelch  
Du Kelch der Hingabe  
Du geheimnisvolle Rose  
Du starker Turm Davids  
Du elfenbeinerer Turm  
Du goldenes Haus  
Du Bundeslade  
Du Pforte des Himmels  
Du Morgenstern  
Du Heil der Kranken  
Du Zuflucht der Sünder  
Du Trösterin der Betrübten  
Du Helferin der Christen

Du Königin der Engel  
Du Königin der Engel  
Du Königin der Patriarchen  
Du Königin der Propheten  
Du Königin der Apostel  
Du Königin der Märtyrer  
Du Königin der Bekenner  
Du Königin der Jungfrauen  
Du Königin aller Heiligen  
Du Königin, ohne Makel der Erbsünde empfangen  
Du Königin in den Himmel aufgenommen  
Du Königin vom heiligen Rosenkranz  
Du Königin der Familie  
Du Königin des Friedens

Lamm Gottes, du nimmst hinweg die Sünde der Welt  
- verschone uns, o Herr  
Lamm Gottes, ... - erhöre uns, o Herr  
Lamm Gottes, ... - erbarme dich unser

Unter deinen Schutz und Schirm fliehen wir, o heilige Gottesgebährerin; verschmähe nicht unser Gebet in unseren Nöten, sondern erlöse uns jederzeit von allen Gefahren, o du glorreiche und gebenedeite Jungfrau, unsere Frau, unsere Mittlerin, unsere Fürsprecherin. Versöhne uns mit deinem Sohne, empfiel uns deinem Sohen, stelle uns vor deinem Sohne. Amen.

Bitte für uns, heilige Gottesmutter, dass wir würdig werden der Verheißungen Christi. (weiter s. „Angelus“)

Abschließend für Kirche und Staat, den Bischof dieser Diözese und seine Anliegen sowie für die armen Seelen je ein Vater unser, Gegrüßet seist Du Maria und Ehre sei dem Vater.