

Marienaltar der Kongregationskirche in Eichstätt





Gebetbüchlein

für die
Marianische Männerkongregation

»Mariä Verkündigung«

in Eichstätt
und für
ihre Filiationkongregationen

Eichstätt 2022

Mit kirchlicher Druckerlaubnis.
Eichstätt, 26.10.2022
Nr. 731/2022, Az. 41-00

Michael Alberter
Generalvikar

In die
Marianische Männerkongregation
»Mariä Verkündigung«
Filialkongregation

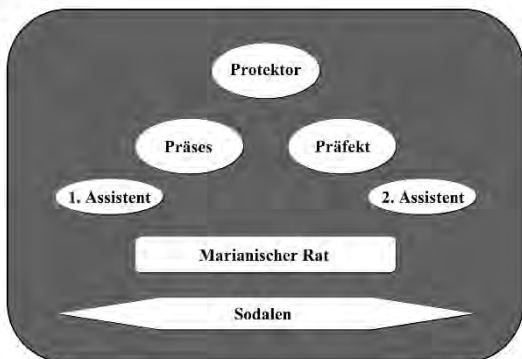
wurde als Sodale aufgenommen

Herr _____

von _____

Datum _____

Aufbau der Kongregation



Protector, d.h. geistlicher Schirmherr unserer Kongregation ist kraft seines Amtes der Bischof von Eichstätt.

Oberstes Gremium ist der **Vorstand**:

Die geistliche Leitung darin hat der **Präses** (für die Hauptkongregation der Regens des Priesterseminars St. Willibald, für die Pfarrkongregationen der jeweilige Ortspfarrer). Die weltliche Leitung obliegt dem **Präfekten**, der sich um alle organisatorischen Angelegenheiten der Kongregation kümmert.

Dem Präfekten stehen **zwei Assistenten** zur Seite.

Der Marianische Rat besteht aus dem Vorstand, acht von der alle vier Jahre zusammentretenden Mitgliederversammlung gewählten Konsultoren sowie bis zu acht vom Präses berufenen Obmännern oder Sodalen aus den Pfarrkongregationen, die dem Vorstand in wichtigen Entscheidungen zur Seite stehen.

Um die **Verwaltungsangelegenheiten** kümmert sich der am 1. Juli 2022 eigens dafür gegründete **Marianische Männerkongregation Eichstätt e.V.** Für die **Organisation des Kongregationslebens** hat sich die MMC eine neue Satzung als pastorale Struktur- und Arbeitshilfe gegeben.

Aus der Geschichte¹

Zu den Ursprüngen der Marianischen Männerkongregation

1563 wird vom jungen flämischen Jesuiten Johannes Leunis am Römischen Kolleg des Jesuitenordens eine Gemeinschaft von Schülern ins Leben gerufen, „die sich [...] versammelten, um im Rahmen der Verehrung Mariens und ihrer Standesaufgaben selbständig an der Ausbildung ihrer sittlichen Persönlichkeit zu arbeiten.“

1564 weihte sich diese erste Gruppe in förmlicher Weise der Gottesmutter unter dem Titel „Mariä Verkündigung“ (diesen Titel trug ihr Versammlungsort, die Kollegiumskirche).

¹ Vgl. ausführlich zur Geschichte: Gehr, Josef: 400 Jahre Marianische Männerkongregation „Mariä Verkündigung“ zu Eichstätt. Geschichtliche Aspekte und gegenwärtige Bedeutung, in: KIBl 8+9/2015, 170-177.

Zur Verbreitung der Marianischen Männerkongregation in Bayern

Am **18. November 1574** gründete Pater Jakob Rem SJ die erste Marianische Bruderschaft in Bayern in Dillingen.

1577 gründete Petrus Canisius die erste Studentenkongregation in Ingolstadt.

1578 entstand eine erste Sodalität in München.

Zur Geschichte der Eichstätter Marianischen Männerkongregation

Im **Dezember 1614** entstand eine lateinische Kongregation der Studierenden und Kleriker am neu gegründeten Jesuitenkolleg in Eichstätt,

einige Wochen später eine für alle Stände, Bevölkerungsschichten und Berufe offene Männer- bzw. Bürgerkongregation.

Am **5. Januar 1616** wurden beide Kongregationen durch ein Dekret des damaligen Jesuitengenerals P. Mutius Vitelleschi SJ unter dem Titel „Mariä Verkündigung“ bestätigt.

Ab 1617 gab es in Eichstätt drei Kongregationen: zwei lateinische – eine

„kleinere“ für Schüler und eine „größere“ für Studierende und Kleriker – sowie die deutsche für die Bürger.

1621 vereinigten sich die Geistlichen der größeren lateinischen Kongregation mit der deutschen Bürgerkongregation, die Studenten mit der lateinischen Schülerkongregation; seither hat die Kongregation den Doppelcharakter als Kleriker- und Laiensodalität. Dadurch breitete sich die Marianische Männerkongregation auch allmähliche über das Bistum aus.

Ab 1652 führte die lateinische Kongregation den Titel „Mariä Reinigung“.

Seit 1786 ist das Amt des Diözesanpräses mit dem Amt des Regens des Bischöflichen Seminars St. Willibald verbunden.

1807 erlosch die lateinische Kongregation „Mariä Reinigung“ mit der Aufhebung der Schulen des Seminars (bis auf zwei Klassen) im Zuge der Säkularisation.

Seit 1809 ist die Eichstätter Schutzengelkirche kanonischer Sitz der Marianischen Männerkongregation.

Warum Maria verehren?

„Die Verehrung der Mutter Gottes ist keine spirituelle Anstandsregel, sie ist eine Notwendigkeit christlichen Lebens. Der Blick auf die Mutter ermutigt uns, viel unnötigen Ballast abzuwerfen und das wieder zu entdecken, was zählt. Das Geschenk der Mutter, das Geschenk jeder Mutter und jeder Frau ist so wertvoll für die Kirche, die Mutter und Frau ist. Während der Mann oft abstrahiert, Behauptungen aufstellt und Ideen durchsetzt, ist die Frau und Mutter in der Lage, zu bewahren, im Herzen zu verbinden und zu beleben. Damit der Glaube nicht zu einer reinen Idee oder Lehre verkommt, brauchen wir alle ein Mutterherz, das die Zärtlichkeit Gottes bewahrt und die Regungen des Menschen wahrnimmt.“²

² *Aus der Predigt von Papst Franziskus am Hochfest der Gottesmutter Maria, dem 1. Januar 2018.*

Warum Mitglied der Marianischen Männerkongregation sein?

„[...] immer war klar, dass Katholizität ohne marianische Gesinnung nicht sein kann, daß Katholischsein Marianischsein heißt, daß es die Liebe zur Mutter bedeutet, daß wir in der Mutter und durch die Mutter den Herrn finden.“

Maria „ist die große Glaubende. Sie hat die Sendung Abrahams, Glaubender zu sein, aufgenommen und nun den Glauben Abrahams im Glauben an Jesus Christus konkretisiert und so uns allen den Weg des Glaubens gewiesen, den Mut, sich anzuvertrauen an den Gott, der sich in unsere Hände gibt, die Freude, zu ihm zu stehen; und dann eben auch wirklich ihre Entschiedenheit standzuhalten, wo die anderen fortgelaufen sind, den Mut, zum Herrn zu stehen, wo er verloren schien, und gerade so das Zeugnis abzulegen, das dann in das Osterfest hinüberführte.“

„So bin ich dankbar zu hören, daß es in Bayern immerhin 40.000 Sodalen gibt; daß es auch heute Männer gibt, die mit Maria den Herrn lieben und durch Maria den Herrn kennen und lieben lernen und wie sie Zeugnis ablegen für den Herrn in schwierigen und in guten Stunden, die zu ihm stehen unter dem Kreuz und die freudig mit ihm immer wieder Ostern erleben. So danke ich Ihnen allen, daß sie dieses Zeugnis hoch halten, daß wir wissen, bayrische katholische Männer sind Sodalen, die diesen Weg gehen, den die Jesuiten im XVI. Jahrhundert eröffnet hatten, und die immer wieder neu zeigen, daß Glaube nicht der Vergangenheit zugehört, sondern immer ein Heute und vor allen Dingen ein Morgen eröffnet.“³

³ *Aus der Ansprache von Papst Benedikt XVI. an die Delegation der Marianischen Männerkongregation „Mariä Verkündigung“ aus Regensburg am 28. Mai 2011.*

Allgemeine Empfehlungen für das geistliche Leben eines Sodalen

- Regelmäßiges Lesen in der Heiligen Schrift und im Katechismus der Katholischen Kirche.
- Sorgfältige Erfüllung der selbst auferlegten täglichen Gebete.
- Häufige Mitfeier der Heiligen Messe.
- Regelmäßiger Empfang des Bußsakramentes.
- Eucharistische Anbetung.
- Religiöse Fortbildung (Exerzitien, Einkehrtage, Wallfahrten usw.).

Weihe-Erneuerung der Eichstätter Kongregation

Heilige Jungfrau und Gottesmutter Maria!
Ich erwähle dich heute aufs Neue zu meiner
Herrin und Mutter.

Du aber, mein göttlicher König und Herr,
Jesus Christus, nimm das Versprechen

meiner Treue aus den Händen deiner Mutter gnädig an und verleihe mir die Gnade, es zu vollenden bis ans Ende.

Tagesweihe an Maria

1) O meine Gebieterin, o meine Mutter! Dir bringe ich mich ganz dar; und um dir meine Hingabe zu bezeigen, weihe ich dir heute meine Augen, meine Ohren, meinen Mund, mein Herz, mich selber ganz und gar.

Weil ich also dir gehöre, o Mutter, bewahre mich, beschütze mich als dein Gut und Eigentum.

Pater Joseph Kantenich; Liebesbündnis

Gebet vor einem Convent

V Komm, Heiliger Geist, erfülle die Herzen deiner Gläubigen

A und entzünde in ihnen das Feuer deiner Liebe.

V Sendest du deinen Geist aus, so werden
sie alle erschaffen,

A und du erneuerst das Antlitz der Erde.

V Lasset uns beten. – Gott, du hast die
Herzen deiner Gläubigen durch die
Erleuchtung des Heiligen Geistes
gelehrt. Gib, dass wir in diesem Geist
erkennen, was recht ist, und allezeit
seinen Trost und seine Hilfe erfahren.
Darum bitten wir durch Christus,
unseren Herrn.

A Amen.

Gegrüßet seist du, Maria ...

Gebet nach einem Convent

Ewiger Gott, wir haben uns unter den
besonderen Schutz der heiligsten Mutter
deines Sohnes gestellt.

Gib uns die Gnade, dass wir in deiner Liebe
und im Dienst der seligsten Jungfrau als
treue Weggefährten unseren Weg durchs
Leben gehen.

Hilf uns, unserem Vorsatz treu zu bleiben

und als treue Diener deines Sohnes und seiner heiligsten Mutter zu leben.

Allerseligste Jungfrau und Gottesmutter Maria, wir übergeben dir heute und immerdar unsere Kongregation. Leite und schütze sie, erhalte in ihr den Eifer für Tugend und Frömmigkeit, bewahre ihre Mitglieder vor Unglauben und religiöser Gleichgültigkeit. Hilf uns allen durch deine mächtige Fürbitte, dass wir treuer den Weg des Lebens gehen, jede Sünde meiden und durch ein Leben aus dem Glauben zu Zeugen des Evangeliums und der Freude für unsere Mitmenschen werden.

V Bitte für uns, o seligster Josef,

A, dass wir würdig werden der Verheißung Christi.

V Lasset uns beten. – O Gott, du hast in deiner unerforschlichen Vorsehung den heiligen Josef zum Bräutigam der heiligsten Gottesmutter auserwählt; wir bitten dich, lass uns an ihm, den wir auf Erden als unseren Beschützer verehren,

einen Fürsprecher im Himmel finden;
der du lebst und herrschst in alle
Ewigkeit.

V Lasst uns beten für die verstorbenen
Mitglieder unserer Kongregation:

O Herr, gib ihnen die ewige Ruhe

A und das ewige Licht leuchte ihnen.

V Herr, lass sie ruhen in Frieden.

A Amen.

V Lasst uns auch beten für unsere
abwesenden, kranken und bedrängten
Brüder.

A Schütze, o Gott, und bewahre deine
Diener, die auf dich hoffen!

V Ehre sei dem Vater und dem Sohn und
dem Heiligen Geist,

A wie im Anfang, so auch jetzt und allezeit
und in Ewigkeit. Amen.

*(Ist ein Priester oder Diakon anwesend, gibt er hier den
Segen)*

V Maria, mit dem Kinde lieb,

A uns allen deinen Segen gib.

Gebet nach dem Geist des hl. Franz Xaver, dem zweiten Patron der Kongregation

2) Gott, du Heil aller Menschen,
du hast durch das Wirken
des heiligen Franz Xaver
vielen Völkern den Weg zu dir gewiesen.
Wecke in deinen Gläubigen
den Sinn für die missionarische Arbeit
und schenke ihnen Eifer
für die Ausbreitung des Glaubens,
damit die Kirche
überall auf der Welt erstarke und wachse.
Darum bitten wir durch Jesus Christus,
deinen Sohn unseren Herrn und Gott, der in
der Einheit des Heiligen Geistes mit dir lebt
und herrscht in alle Ewigkeit.

Tagesgebet der Kirche am 3. Dezember

Morgengebet

3) O Gott, Du hast in dieser Nacht

so väterlich für mich gewacht;
ich lob und preise Dich dafür
und dank für alles Gute Dir.

Bewahre mich auch diesen Tag
vor Sünde, Tod und jeder Plag;
und was ich denke, red und tu,
das segne, liebster Vater, Du!

Beschütze auch, ich bitte dich,
o heilger Engel Gottes mich!
Maria, bitt an Gottes Thron
für mich bei Jesus, deinem Sohn,
der hochgelobt sei allezeit
von nun an bis in Ewigkeit!

Aus dem Morgengebet der Kirche

4) Schon zieht herauf des Tages Licht,

wir flehn zu Gott voll Zuversicht:
Bewahre uns an diesem Tag
vor allem, was uns schaden mag.

Bezähme unsrer Zunge Macht,
dass sie nicht Hass und Streit entfacht;
lass unsrer Augen hellen Schein
durch Böses nicht verdunkelt sein.

Rein sei das Herz und unversehrt
und allem Guten zugekehrt.

Und gib und jeden Tag das Brot
für unsre und der Brüder Not.

Senkt sich hernieder dann die Nacht
und ist das Tagewerk vollbracht,
sei dir all unser Tun geweiht
zum Lobe deiner Herrlichkeit.

Dich Vater, Sohn und Heilger Geist.
voll Freude alle Schöpfung preist,
der jeden neuen Tag uns schenkt
und unser ganzes Leben lenkt. Amen

Aufopferung des Tageswerkes

5) Alles, was ich heute tue,
schenk ich dir, o Mutter mein,
alle Arbeit, auch die Ruhe,
soll durch dich geheiligt sein.

All mein Denken, all mein Reden,
all mein Lieben, all mein Beten,
all mein Leiden und mein Freuen,
all mein Lieben und Verzeihen,
alles, liebe Mutter mein,
leg ich in die Hände dein.

aus Schönstatt; Verfasser unbekannt

6) Segne mich, guter Gott,
und alles, was ich heute in die Hand nehme.
Segne meine Arbeit, damit sie gelingt und
auch anderen zum Segen wird.

Segne meine Gedanken, damit ich heute gut
über die Menschen denke.

Segne meine Worte, damit sie in ihnen das
Leben wecken.

Segne mein Leben, damit ich immer mehr
das einmalige Bild verwirkliche, das du dir
von mir gemacht hast.

Segne alle Menschen,
die ich in meinem Herzen trage,
du, der gütige und barmherzige Gott,
der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.

Anselm Grün; GL 11,3

Sonnengesang

7) Höchster, allmächtiger, guter Herr,

dein sind das Lob, die Herrlichkeit und
Ehre und jeglicher Segen.

Dir allein, Höchster, gebühren sie,
und kein Mensch ist würdig, dich zu
nennen.

Gelobt seist du, mein Herr,
mit allen deinen Geschöpfen,
zumal dem Herrn Bruder Sonne,
welcher der Tag ist
und durch den du uns leuchtest.

Und schön ist er und strahlend mit großem
Glanz: Von dir, Höchster, ein Sinnbild.

Gelobt seist du, mein Herr,
durch Schwester Mond und die Sterne;
am Himmel hast du sie gebildet,
klar und kostbar und schön.

Gelobt seist du, mein Herr,
durch Bruder Wind und durch Luft und
Wolken und heiteres und jegliches Wetter,

durch das du deinen Geschöpfen Unterhalt gibst.

Gelobt seist du, mein Herr,
durch Schwester Wasser, gar nützlich ist es
und demütig und kostbar und keusch.

Gelobt seist du, mein Herr,
durch Bruder Feuer, durch das du die Nacht
erleuchtest; und schön ist es und fröhlich
und kraftvoll und stark.

Gelobt seist du, mein Herr,
durch unsere Schwester, Mutter Erde,
die uns erhält und lenkt
und vielfältige Früchte hervorbringt
und bunte Blumen und Kräuter.

Gelobt seist du, mein Herr,
durch jene, die verzeihen um deiner Liebe
willen und Krankheit ertragen und
Drangsal.

Selig jene, die solches ertragen in Frieden,
denn von dir, Höchster, werden sie gekrönt.

Gelobt seist du, mein Herr,
durch unsere Schwester, den leiblichen

Tod;
ihm kann kein Mensch lebend entrinnen.
Wehe jenen, die in tödlicher Sünde sterben.
Selig jene, die er findet in deinem heiligsten
Willen, denn der zweite Tod wird ihnen
kein Leid antun.

Lobt und preist meinen Herrn und dankt
ihm und dient ihm mit großer Demut.

*Sonnengesang des hl. Franz von Assisi (1224/25)
nach der Übersetzung von P. Leonhard Lehmann (2003)*

Abendgebet

8) Bevor ich mich zur Ruh begeb,

zu Dir o Gott mein Herz ich heb
und sage Dank für jede Gabe
die ich von dir empfangen habe.

Und hab ich heut beleidigt Dich,
verzeih mir Gott, ich bitte Dich.
Dann schließ ich froh die Augen zu,
es wacht ein Engel, wenn ich ruh.

Maria liebste Mutter mein,
lass mich Dir empfohlen sein.

Dein Kreuz, oh Jesu, schütze mich
vor allem Bösen gnädiglich.
In Deine Wunden schließ mich ein,
dann schlaf ich sicher, keusch und rein.

Aus dem Abendgebet der Kirche

9) Bevor des Tages Licht vergeht,

o Herr der Welt, hör dies Gebet:

Behüte uns in dieser Nacht

durch deine große Güte und Macht.

Hüllt Schlaf die müden Glieder ein,

Lass uns in dir geborgen sein

und mach am Morgen uns bereit

zum Lobe deiner Herrlichkeit.

Dank dir, o Vater reich an Macht,

der über uns voll Güte wacht

und mit dem Sohn und Heiligen Geist

des Lebens Fülle uns verheißt.

Die „geistliche Kommunion“

„Die **Eucharistie** erscheint als **Höhepunkt aller Sakramente**, weil sie die Gemeinschaft mit Gott Vater im Einswerden mit dem eingeborenen Sohn durch den Heiligen Geist zur Vollendung führt. Ein bedeutender Schriftsteller der byzantinischen Tradition (Nicolas Cabsilas) brachte diese Wahrheit mit gläubigem Scharfsinn zum Ausdruck: In der Eucharistie ist vor jedem anderen Sakrament das Geheimnis [der Gemeinschaft] so vollkommen, dass es zum Gipfel aller Güter führt: Hier liegt das höchste Ziel jeder menschlichen Sehnsucht, weil wir hier Gott folgen, und Gott sich mit uns in der vollkommensten Einheit verbindet‘. Eben darum ist es angemessen, **in der Seele das dauernde Verlangen nach dem eucharistischen Sakrament zu pflegen**. Hier liegt die Übung der ‚geistlichen Kommunion‘ begründet, die sich seit Jahrhunderten in der Kirche verbreitet hat und von heiligen Lehrmeistern des geistlichen Lebens empfohlen wurde“.

Papst Johannes Paul II: Ecclesia de eucharistia, Über die Eucharistie und ihre Beziehung zur Kirche, Nr. 34.

Gebete zur „geistlichen Kommunion“

Ich glaube an Dich, ich liebe Dich,
ich verlange nach Dir, komm in mein Herz!

10) Ich möchte dich empfangen, Herr,
mit jener Reinheit, Demut und Andacht,
mit der deine heiligste Mutter dich empfing,
mit dem Geist und der Inbrunst der
Heiligen.

einem Piaristenpater zugeschrieben

11) Zu Deinen Füßen, lieber Jesus, werfe
ich mich nieder und schenke Dir den
Reueschmerz meines zerknirschten
Herzens. Ich beuge mich tief in meinem
Nichts vor Deiner heiligen Gegenwart. Ich
bete Dich an im Sakrament Deiner Liebe, in
dem unsagbar großen und heiligen
Sakrament des Altares. Ich wünsche Dich
aufzunehmen in die armselige Wohnung,
die meine Seele Dir bieten kann.

In Erwartung des Glückes der wirklichen heiligen Kommunion möchte ich Dich geistigerweise empfangen. Komme zu mir, lieber Jesus, denn ich komme zu Dir. Möge Deine Liebe mein ganzes Wesen besitzen im Leben und im Tode! Ich glaube an Dich, ich hoffe auf Dich, ich liebe Dich. Amen.

Kardinal Rafael Merry del Val

12) O mein Jesus, ich glaube, dass du wirklich im Allerheiligsten Sakrament des Altares gegenwärtig bist. Ich liebe dich über alles und begehre dich in meiner Seele. Da ich dich jetzt nicht sakramental empfangen kann, kommst du zumindest geistig in mein Herz. Und da ich bereits gekommen bin, umarme ich dich und vereine mich ganz mit dir. Lass mich niemals von dir getrennt werden.

Die beiden letztgenannten Gebete hat Papst Franziskus nach den täglichen Frühmessen im Vatikanischen Gästehaus „Domus Sanctae Marthae“ während der Corona-Krise 2020 gebetet.

Vor Gottes Angesicht

13) Gott Vater

Du, Herr, gibst mir immer wieder Augenblicke der Stille,
eine Atempause, in der ich zu mir komme.
Du stellst mir Bilder vor die Seele, die mich sammeln und mir Gelassenheit geben:
Oft lässt du mir mühelos irgendetwas gelingen, und es überrascht mich selbst, wie zuversichtlich ich sein kann.
Ich merke, wenn man sich dir anvertraut, bleibt das Herz ruhig.

Dr. Klaus Velguth; GL 6,3

Jesus Christus/ Gebet nach der Kommunion

14) 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 deinen 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 deinen Heiligen zu loben dich
in deinem Reiche ewiglich!

15) Mein Gott, mein Erlöser, bleibe bei mir.

Fern von Dir müsste ich welken und verdorren.

Zeigst Du Dich mir wieder, blühe ich auf in neuem Leben.

Du bist das Licht, das nie verlöscht, die Flamme, die immer lodert.

Vom Glanz Deines Lichtes beschienen, werde ich selber Licht, um anderen zu leuchten.

Ich bin nur wie ein Glas, durch das Du den anderen scheinst.

Lass mich zu Deinem Ruhm Deine
Wahrheit und Deinen Willen verkünden, –
nicht durch viele Worte, sondern durch die
stille Kraft der tätigen Liebe – wie Deine
Heiligen – durch meines Herzens
aufrichtige Liebe zu Dir.

John Henry Newman; GL 8,2

Liebblingsgebet des Seligen Pater Rupert Mayer SJ (1876-1945)

16) Herr,

wie Du willst, soll mir geschehn,
und wie Du willst, so will ich gehn,
hilf Deinen Willen nur verstehn.

Herr,

wann Du willst, dann ist es Zeit;
und wann Du willst, bin ich bereit,
heut und in alle Ewigkeit.

Herr,

was Du willst, das nehm ich hin,
und was Du willst, ist mir Gewinn;
genug, dass ich Dein Eigen bin.

Herr,
weil Du's willst, drum ist es gut;
und weil Du's willst, drum hab ich Mut.
Mein Herz in Deinen Händen ruht!

Heiliger Geist

17) Ich glaube an den Heiligen Geist

Ich glaube, dass er meine Vorurteile
abbauen kann.

Ich glaube, dass er meine Gewohnheiten
ändern kann.

Ich glaube, dass er meine Gleichgültigkeit
überwinden kann.

Ich glaube, dass er mir Fantasie zur Liebe
geben kann.

Ich glaube, dass er mir Warnung vor dem
Bösen geben kann.

Ich glaube, dass er mir Mut für das Gute
geben kann.

Ich glaube, dass er mir Liebe zu Gottes
Wort geben kann.

Ich glaube, dass er mir
Minderwertigkeitsgefühle nehmen kann.

Ich glaube, dass er mir Kraft in meinem
Leiden geben kann.

Ich glaube, dass er mir Mitmenschen an die
Seite geben kann.

Ich glaube, dass er mein Wesen durch-
dringen kann.

P. Karl Rahner SJ; GL 7,4

Bitte und Dank

18) Herr, unser Gott!

Wenn wir Angst haben,
dann lass uns nicht verzweifeln!

Wenn wir enttäuscht sind,
dann lass uns nicht bitter werden!

Wenn wir gefallen sind,
dann lass uns nicht liegen bleiben!

Wenn es mit unserem Verstehen und
unseren Kräften zu Ende ist,

Dann lass uns nicht umkommen!

Nein, dann lass uns deine Nähe
und deine Liebe spüren!

GL 9,1

19) Gott gebe mir die Gelassenheit,
Dinge hinzunehmen,
die ich nicht ändern kann;
den Mut,
Dinge zu ändern,
die ich ändern kann;
und die Weisheit,
das eine vom anderen zu unterscheiden.

*Reinhold Niebuhr/
Ü: Hartmut von Henting; GL9 ,2*

Bitte um Entscheidungsfindung

20) Herr Jesus Christus,
du bist der Weg, der uns zum Vater führt,
du bist die Wahrheit, die uns befreit,
du schenkst uns das Leben,
das wahrhaft selig macht.

Wir sind oft hin- und hergerissen
und wissen nicht,
ob wir neu aufbrechen sollen.
Wir fragen uns, wohin du uns rufen
und wozu du uns senden willst,
ob unser Platz in dieser Welt hier ist

oder an einem anderen Ort,
ob das, was wir tun,
die uns von dir zuge dachte Aufgabe ist.
Wir kommen heute zu dir und bitten dich,
dass du uns den rechten Weg zeigst.
Wir bitten dich,
dass wir aus dem Gewirr so vieler Stimmen
deinen Ruf heraushören
und uns von dir leiten lassen.
Wir bitten dich,
dass wir aus den vielen Möglichkeiten,
die sich uns bieten, die richtige auswählen.
Wir bitten dich,
dass wir im Lärm dieser Welt
deine Stimme nicht überhören,
der wir im Leben und im Sterben vertrauen
können.
Wir bitten dich für uns,
die wir allzu oft leben als ob es dich nicht
gäbe,
die wir aber dennoch unser Vertrauen
immer wieder allein auf dich setzen wollen:

Lass uns nicht allein bei unserer Suche
nach dem Ort, den du für uns bestimmt,
und nach der Aufgabe,
die du uns zgedacht hast.

*Rast für die Seele – Einladung
zur Besinnung und Gebet*

Marianische Gebete

21) Der Engel des Herrn

V: Der Engel des Herrn brachte Maria die Botschaft, ...

A: ... und sie empfing vom Heiligen Geist.

Gegrüßet seist du, Maria ...

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

A: ... mir geschehe nach deinem Wort.

Gegrüßet seist du, Maria ...

V: Und das Wort ist Fleisch geworden ...

A: ... und hat unter uns gewohnt.

Gegrüßet seist du, Maria ...

V: Bitte für uns, heilige Gottesmutter, ...

A: ... damit wir würdig werden der Verheißung Christi.

V: 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. Führe uns durch sein Leiden und

Kreuz zur Herrlichkeit der Auferstehung.
Darum bitten wir durch ihn, Christus,
unseren Herrn.

Freu dich, du Himmelskönigin (Osterzeit)

22) Freu dich, du Himmelskönigin,
Halleluja!

Den du zu tragen würdig warst, Halleluja,
er ist auferstanden, wie er gesagt hat.
Halleluja.

Bitt Gott für uns! Halleluja.

V: Freu dich und frohlocke, Jungfrau
Maria, Halleluja,

A: denn der Herr ist wahrhaft auferstanden!
Halleluja.

V: Lasset uns beten. – Allmächtiger Gott,
durch die Auferstehung deines Sohnes,
unseres Herrn Jesus Christus, hast du die
Welt mit Jubel erfüllt. Lass uns durch seine

jungfräuliche Mutter Maria zur
unvergänglichen Osterfreude gelangen!
Darum bitten wir durch Christus, unsern
Herrn.

Magnificat

23) Meine Seele preist die Größe des
Herrn,* und mein Geist jubelt über Gott,
meinen Retter.

Denn auf die Niedrigkeit seiner Magd hat er
geschaut,* siehe, von nun an preisen mich
selig alle Geschlechter!

Denn der Mächtige hat Großes an mir
getan,* und sein Name ist heilig.

Er erbarmt sich von Geschlecht zu

Geschlecht* über alle, die ihn fürchten.

Er vollbringt mit seinem Arm machtvolle
Taten:* Er zerstreut, die im Herzen voll
Hochmut sind;

Er stürzt die Mächtigen vom Thron* und
erhöht die Niedrigen.

Die Hungernden beschenkt er mit seinen Gaben* und lässt die Reichen leer ausgehen.

Er nimmt sich seines Knechtes Israel an* und denkt an sein Erbarmen,

Das er unseren Vätern verheißen hat,* Abraham und seinen Nachkommen auf ewig.

Ehre sei dem Vater und dem Sohn* und dem Heiligen Geist.

Wie im Anfang, so auch jetzt und allezeit* und in Ewigkeit.

Unter deinen Schutz und Schirm

24) Unter deinen Schutz und Schirm

fliehen wir, o heilige Gottesgebälerin;
Verschmähe nicht unser Gebet in unseren Nöten,

sondern erlöse uns jederzeit von allen Gefahren,

o du glorwürdige und gebenedeite Jungfrau,

unsere Frau,
unsere Mittlerin,
unsere Fürsprecherin.
Versöhne uns mit deinem Sohne,
empfehl uns deinem Sohne,
stelle uns vor deinem Sohne.

Sei begrüßt, o Königin

25) Sei begrüßt, o Königin,
Mutter der Barmherzigkeit,
unser Leben, unsre Wonne
und unsre Hoffnung, sei begrüßt.
Zu dir rufen wir verbannte Kinder Evas,
zu dir seufzen wir
trauernd und weinend in diesem Tal der
Tränen.
Wohlan denn, unsre 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.

O Maria hilf!

26) O Maria, hilf doch mir,
es fleht ein armes Kind zu dir.
Du bist es ja, die helfen kann,
nimm dich, Mutter, meiner an.

Hilf, Maria, es ist Zeit,
Mutter der Barmherzigkeit.

Du bist mächtig, uns aus Nöten
und Gefahren zu erretten,
denn wo Menschen Hilfe bricht,
mangelt doch die deine nicht.

Hilf, Maria, es ist Zeit,
Mutter der Barmherzigkeit.

Nein, du kannst das heiße Flehen
deiner Kinder nicht verschmähen.
Zeige, dass du Mutter bist,
wo die Not am größten ist.

Hilf, Maria, es ist Zeit,
Mutter der Barmherzigkeit.

Gebet zur Mutter von der immerwährenden Hilfe

27) Jungfrau, Mutter Gottes mein,

lass mich ganz dein Eigen sein.

Dein im Leben, dein im Tod,
dein in Unglück, Angst und Not,
dein in Kreuz und bitterem Leid,
dein für Zeit und Ewigkeit.

Jungfrau, Mutter Gottes mein,
lass mich ganz dein Eigen sein.

Mutter, auf dich hoff und baue ich.

Mutter, zu dir ruf und seufze ich.

Mutter, du Gütigste, steh mir bei.

Mutter, du Mächtigste, Schutz mir verleih.

O Mutter, so komm, hilf beten mir.

O Mutter, so komm, hilf streiten mir.

O Mutter, so komm, hilf leiden mir.

O Mutter, so komm, und bleib bei mir.

Du kannst mir ja helfen, o Mächtigste.

Du willst mir ja helfen, o Gütigste.

Du musst mir nun helfen, o Treueste.

Du wirst mir auch helfen, Barmherzigste.

O Mutter der Gnade, der Christen Hort.
Du Zuflucht der Sünder, des Heiles Port.
Du Hoffnung der Erde, des Himmels Zier.
Du Trost der Betrüben, ihr Schutzpanier.
Wer hat je umsonst deine Hilf angefleht.
Wann hast du vergessen ein kindlich Gebet.
Drum ruf ich beharrlich, in Kreuz und in
Leid.
Maria hilft immer, sie hilft jederzeit.
Ich ruf voll Vertrauen im Leiden und Tod.
Maria hilft immer, in jeglicher Not.
So glaub ich und lebe und sterbe darauf.
Maria hilft mir in den Himmel hinauf.
Amen.

Memorare/ Gedenke, gütigste Jungfrau

28) Gedenke, gütige Jungfrau Maria,

es ist noch nie gehört worden,
dass jemand, der zu dir seine Zuflucht
genommen,

deine Hilfe angerufen
und um deine Fürsprache gefleht,
von dir verlassen worden sei.

Von solchem Vertrauen beseelt,
nehme ich meine Zuflucht zu dir,
Mutter Jesu Christi
und Jungfrau der Jungfrauen.

Zu dir komme ich,
vor dir stehe ich
als armer sündiger Mensch.

Mutter des ewigen Wortes,
verschmähe nicht meine Worte,
sondern höre mich gnädig an
und erhöre mich.

Amen.

Ich grüße dich, Mutter

29) Ich grüße dich, Mutter, jeden Tag.

Ich grüße dich auf all meinen Wegen.

Ich bitte dich um Eingebung und Kraft,

um meine irdischen Pflichten

recht zu erfüllen,

um Gott zu loben

und die ewige Seligkeit zu erlangen.

Maria, ich will wie du

in Betlehem und auf Golgota

immer bei Jesus bleiben.

Er ist der unsterbliche König

aller Zeiten und Völker.

Gebet von Papst Johannes XXIII.

Rosenkranz

30) „Der Rosenkranz der Jungfrau Maria

(Rosarium Virginis Mariae), der sich allmählich

im zweiten Jahrtausend unter dem Wehen des

Geistes Gottes entwickelt hat, ist ein durch das

Lehramt empfohlenes beliebtes Gebet vieler

Heiliger. In seiner Schlichtheit und Tiefe bleibt

der Rosenkranz auch in dem soeben

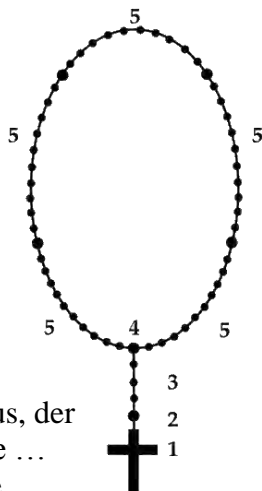
begonnenen dritten Jahrtausend ein Gebet von großer Bedeutung und ist dazu bestimmt, Früchte der Heiligkeit hervorzubringen. Dieses Gebet reiht sich gut ein in den geistigen Weg des Christentums, das nach zweitausend Jahren nichts von der Frische des Ursprungs verloren hat und das sich durch den Geist Gottes gedrängt fühlt, »hinauszufahren« (»duc in altum!«), um der Welt wieder und wieder Christus zuzurufen, noch mehr ihn »hinauszurufen«: Christus, als den Herrn und Erlöser, als »den Weg, die Wahrheit und das Leben« (Joh 14,6), als »das Ziel der menschlichen Geschichte, der Punkt, auf den hin alle Bestrebungen der Geschichte und Kultur konvergieren«.

Tatsächlich ist der Rosenkranz, wenn auch von seinem marianischen Erscheinungsbild her charakterisiert, ein zutiefst christologisches Gebet. In der Nüchternheit seiner Teile vereinigt er in sich die Tiefe der ganzen Frohen Botschaft, für die er gleichsam eine Kurzfassung ist. In ihm erklingt das Gebet Marias, ihr unaufhörliches Magnificat durch das Werk der erlösenden Menschwerdung, die in

ihrem jungfräulichen Schoß ihren Anfang nahm. Mit dem Rosenkranz geht das christliche Volk in die Schule Mariens, um sich in die Betrachtung der Schönheit des Antlitzes Christi und in die Erfahrung der Tiefe seiner Liebe einführen zu lassen. In der Betrachtung der Rosenkranzgeheimnisse schöpft der Gläubige Gnade in Fülle, die er gleichsam aus den Händen der Mutter des Erlösers selbst erhält.“

*Johannes Paul II.: Apostolisches Schreiben
Rosarium virginis Mariae über den Rosenkranz, Nr. 1*

Man beginnt das Rosenkranzgebet mit dem *Kreuzzeichen*, dem *Apostolischen Glaubensbekenntnis* und dem *Ehre sei dem Vater* (1). Darauf folgt ein *Vater unser* (2) und drei *Gegrüßet seist du, Maria* (3) mit den Einfügungen: ... Jesus, der in uns den Glauben vermehre ... Jesus, der in uns die Hoffnung stärke ... Jesus, der in uns die Liebe entzünde.



Daran schließen sich fünf Gesätze mit je 10 *Gegrüßet seist du, Maria* (5) an. Eingeleitet wird jedes Gesätz mit einem *Vater unser* (4). Nach den zehn *Gegrüßet seist du, Maria* betet man das *Ehre sei dem Vater* und das *O mein, Jesus*.

Die freudreichen Geheimnisse

(über die Geburt und Kindheit Jesu)

1 ... Jesus, den du, o Jungfrau, vom Heiligen Geist empfangen hast

2 ... Jesus, den du, o Jungfrau, zu Elisabet getragen hast

3 ... Jesus, den du, o Jungfrau, in Betlehem geboren hast

4 ... Jesus, den du, o Jungfrau, im Tempel geopfert hast

5 ... Jesus, den du, o Jungfrau, im Tempel wiedergefunden hast

Die lichtreichen Geheimnisse

(über das Wirken Jesu)

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

Die schmerzhaften Geheimnisse

(über das Leiden und Sterben Jesu)

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

Die glorreichen Geheimnisse

(über die Auferstehung Jesu)

- 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

Es ist üblich den Rosenkranz nach dem folgenden **Wochenrhythmus** zu beten:

Sonntag: glorreiche Geheimnisse

Montag: freudreiche Geheimnisse

Dienstag: schmerzhaftige Geheimnisse

Mittwoch: glorreiche Geheimnisse

Donnerstag: lichtreiche Geheimnisse

Freitag: schmerzhaftige Geheimnisse

Samstag: freudreiche Geheimnisse

Gebete zu Engeln und Heiligen

Gebet zum hl. Erzengel Michael

31) Heiliger Erzengel Michael,

verteidige uns im Kampfe!

Gegen die Bosheit und Nachstellungen des Teufels sei unser Schutz.

»Gott gebiete ihm!«,

so bitten wir flehentlich.

Du aber, Fürst der himmlischen

Heerscharen, stoße den Satan und die

anderen bösen Geister, die in der Welt

umhergehen, um die Seelen zu verderben,

durch die Kraft Gottes in die Hölle.

Dieses Gebet wurde von Papst Leo XIII. verfasst.

Im Jahr 2018 hat Papst Franziskus das wohl älteste Mariengebete „Unter Deinen Schutz und Schirm“ und

dieses Gebet allen Gläubigen als Ergänzung zum Rosenkranzgebete im Monat Oktober besonders empfohlen.

Gebet zum hl. Josef

32) Heiliger Josef, Nährvater Jesu,
du kluger und getreuer Knecht,
den der Herr über sein Haus gesetzt hat,
du Beschützer meines Heilands,
auch ich erwähle dich zu meinem
Beschützer und besonderen Patron im
Leben und im Sterben.

Sei mir auf meiner irdischen Wanderschaft
ein treuer Gefährte und Führer,
damit ich nie vom Weg der göttlichen
Gebote abweiche.

Sei im Unglück mein Schutz, in Traurigkeit
mein Trost, bis ich endlich mit dir und allen
Heiligen im himmlischen Reich die
Heiligste Dreifaltigkeit ewig preisen und
mich freuen darf.

Gebet zum Schutzengel

33) Heiliger Schutzengel,

Gottes liebende Sorge
hat dich mir zum Begleiter gegeben.
Du bist sein Anruf an mein Gewissen:
verhilf mir zu klarer Entscheidung.
Du bist seine führende Hand:
bleibe bei mir Tag und Nacht.
Du bist sein machtvoller Arm:
kämpfe mit mir für sein Reich.

GL 1975; Nr. 34.1

Gebet zum Namenspatron

34) Heilige(r) ...,

seit der Taufe trage ich deinen Namen.
Bitte für mich bei Gott um
die Kraft deines Glaubens,
die Größe deiner Hoffnung,
die Fülle deiner Liebe.
Steh mir bei,
dass ich wie du den guten Kampf kämpfe
und einst die Krone des Lebens empfangen.

GL 1975; Nr. 34.2

Die Beichte

35) Ablauf der Beichte

Der Priester empfängt den Gläubigen, der zum Bekenntnis seiner Sünden kommt, und begrüßt ihn. Dann machen der Beichtende und der Priester das Kreuzzeichen und sprechen:

Priester und Beichtender:

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

Der Beichtende bekennt nun seine Sünden. Wenn nötig, hilft ihm der Priester, seine Sünden vollständig zu beichten, bietet ihm seinen Rat an und mahnt ihn zur Reue über seine Sünden. Dann schlägt er ihm ein Bußwerk vor, das der Beichtende zur Genugtuung seiner Sünden und zur Besserung seines Lebens auf sich nimmt. Am Schluss soll der Beichtende seine Reue zum Ausdruck bringen, etwa mit diesen oder ähnlichen Worten:

Beichtender:

Ich bereue, dass ich Böses getan und Gutes unterlassen habe. Erbarme dich meiner, o Herr.

Der Priester erteilt die Lossprechung mit folgenden Worten:

Priester:

Gott der barmherzige Vater hat durch den Tod und die Auferstehung seines Sohnes die Welt mit sich versöhnt und den Heiligen Geist gesandt zur Vergebung der Sünden. Durch den Dienst der Kirche schenke er dir Verzeihung und Frieden. So spreche ich dich los von deinen Sünden im Namen des Vaters und des Sohnes + und des Heiligen Geistes.

Beichtender:

Amen

Priester:

Der Herr hat dir die Sünden vergeben. Geh hin in Frieden! Gelobt sei Jesus Christus.

Beichtender:

In Ewigkeit. Amen.

Die Gewissensforschung

Im Folgenden werden ohne Anspruch auf Vollständigkeit und ganz unverbindlich einige Anregungen für eine Gewissensforschung aufgeführt, die dem Bußritual entnommen sind. Der Gläubige kann diesen oder einen anderen Beichtspiegel benutzen, der seinen persönlichen Bedürfnissen eher entspricht.

36) Gebet um Hilfe

Mein Herr und mein Gott, du kennst das Herz jedes Menschen. Gib mir die Gnade, das meine aufrichtig zu erforschen und wahrhaft zu erkennen, damit ich alle meine Sünden entdecke, eine gute Beichte ablege, mich ernsthaft bessere und so auf Erden deine Vergebung und Gnade und im Himmel das ewige Leben verdiene. Durch Christus unseren Herrn. Amen.

I.

1. Gehe ich zur Beichte, weil ich mich aufrichtig nach Läuterung, Lebenserneuerung und einer tieferen Freundschaft mit Gott sehne, oder betrachte ich die Beichte eher als eine Last, die man so selten wie möglich auf sich nehmen sollte?

2. Habe ich bei einer der vergangenen Beichten eine schwere Sünde vergessen oder absichtlich nicht erwähnt?

3. Habe ich die mir auferlegte Buße geleistet? Habe ich Schäden, die ich vielleicht verursacht habe, wiedergutmacht? Habe ich mich bemüht, meinen Vorsatz zu erfüllen und mein Leben stärker nach dem Evangelium auszurichten?

II.

1. Strebt mein Herz so nach Gott, dass ich ihn wirklich wie ein Kind seinen Vater über alles liebe und seine Gebote treu erfülle, oder bin ich von irdischen Dingen besessen? Tue ich alles, was ich tue, in lauterer Absicht?

2. Glaube ich fest an Gott, der durch seinen Sohn zu mir gesprochen hat? Halte ich mich an die Lehre der Kirche? Tue ich etwas für meine christliche Bildung, indem ich das Wort Gottes höre, meinen Glauben durch die geeignete Lektüre stärke, aktiv an den Bildungsaktivitäten teilnehme und alles meide, was meinem Glauben schaden könnte? Habe ich meinen Glauben an Gott immer kraftvoll und furchtlos

bekannt? Habe ich im öffentlichen und privaten Leben zu meinem Christsein gestanden?

3. Habe ich morgens und abends gebetet? Ist mein Gebet ein echtes Zwiegespräch meines Geistes und meines Herzens mit Gott oder ein rein äußerliches Ritual? Habe ich Gott meine Mühen, Leiden und Freuden aufgeopfert? Suche ich Zuflucht bei ihm, wenn ich in Versuchung gerate?

4. Ehre ich den Namen Gottes oder beleidige ich ihn mit Lästerungen und missbrauche ihn mit Meineiden? Bin ich der Jungfrau Maria und den Heiligen gegenüber unehrerbietig gewesen?

5. Halte ich die Sonntage und vorgeschriebenen Festtage der Kirche, indem ich aktiv, aufmerksam und andächtig an der Eucharistiefeyer teilnehme? Habe ich das Gebot der jährlichen Beichte und des österlichen Kommunionempfangs gehalten?

6. Habe ich vielleicht andere „Götter“, das heißt Dinge, um die ich mich mehr Sorge und denen ich mehr vertraue als Gott – wie Reichtum, spiritistischer Aberglaube oder jegliche Form nutzloser Magie?

7. Verwende ich auf das Unternehmen meiner christlichen Heiligung und apostolischen Berufung dieselbe Aufmerksamkeit und Mühe, die ich meinen Geschäften oder anderen persönlichen und sozialen Aktivitäten widme?

III.

1. Liebe ich meinen Nächsten wirklich, oder missbrauche ich meine Mitmenschen, indem ich sie für meine Ziele instrumentalisieren und sie behandle, wie ich selbst nicht behandelt werden will? Habe ich sie mit Worten oder Werken schwer verletzt?

2. Habe ich im Schoß meiner Familie mit meiner Geduld und aufrichtigen Liebe zum Wohl und zur Freude der anderen beigetragen?

3. Teile ich meinen Besitz mit denen, die ärmer sind als ich? Sorge ich für Schwächere und Bedürftige oder verachte ich meinen Nächsten?

4. Erfülle ich in meinem Leben den Sendungsauftrag, den ich mit meiner Firmung angenommen und mit meinem Eintritt in die MMC bestätigt habe? Habe ich versucht, die Nöte der Kirche oder der Welt im Rahmen meiner Möglichkeiten zu lindern? Habe ich für

sie und insbesondere für die Einheit der Kirche, die Evangelisierung der Menschen, die Zunahme der Berufungen zum Priester- und Ordensleben und die Verwirklichung von Frieden und Gerechtigkeit gebetet?

5. Bin ich großzügig, wenn es darum geht, die Talente, die Gott mir gegeben hat (persönliche Qualitäten, Initiative, Zeit, finanzielle Mittel, berufliche Kontakte usw.), für das allgemeine Wohl der Kirche einzusetzen?

6. Weiß ich, wie wichtig die Rettung auch nur einer einzigen Seele ist? Habe ich alles mir Mögliche getan, um meine Familie und meine Bekannten zu Gott und zur Kirche zu führen? Habe ich anderen Personen die Gelegenheit geboten, um in ihrem christlichen Leben zu wachsen und am Evangelisierungsauftrag der Kirche mitzuwirken?

7. Sorge ich mich um das Wohl und die Entfaltung der menschlichen Gemeinschaft, in der ich lebe, oder verbringe ich mein Leben nur im Gedanken an mich selbst? Setze ich mich im Rahmen meiner Möglichkeiten für die Förderung der Gerechtigkeit, den sittlichen Anstand und für ein einträchtiges und

liebevolles Miteinander ein? Habe ich meine Bürgerpflichten erfüllt? Habe ich meine Steuern gezahlt?

8. Bin ich bei meiner Arbeit oder in meiner Anstellung gerecht, fleißig, ehrlich und bereit, der Gesellschaft in Liebe zu dienen? Habe ich meinen Arbeitern, Angestellten oder Bediensteten den gerechten Lohn gezahlt? Habe ich Versprechen und Verträge eingehalten?

9. Habe ich den rechtmäßigen Autoritäten den gebührenden Gehorsam und Respekt erwiesen?

10. Wenn ich ein Amt inne habe oder eine Autorität ausübe: Handle ich zu meinem persönlichen Vorteil oder zum Wohl der anderen und im Geist des Dienens?

11. Bin ich ehrlich und treu geblieben, oder habe ich jemandem mit falschen Informationen, Verleumdungen, Lügen oder der Verletzung eines Geheimnisses geschadet?

12. Habe ich dem Leben, der körperlichen Unversehrtheit, dem Ruf, der Ehre oder dem Besitz anderer Schaden zugefügt? Habe ich eine Abtreibung durchgeführt oder veranlasst? Habe ich Hass für jemanden empfunden? Fühle ich

mich von jemandem durch Streitigkeiten, Ungerechtigkeiten, Kränkungen, Groll oder Feindschaft getrennt? Wenn ich jemanden verleumdet habe: Habe ich das Unrecht wiedergutmacht? Habe ich schlecht über jemanden geredet und seine Fehler oder Grenzen hervorgehoben? Habe ich schlecht über meinen Nächsten gedacht?

13. Habe ich Dinge, die anderen gehören, gestohlen, gegen Recht und Ordnung begehrt oder sie beschädigt? Habe ich diesen Schaden ersetzt oder behoben?

14. Wenn jemand mir Unrecht getan hat: War ich bereit, Frieden zu schließen und aus Liebe zu Christus zu verzeihen, oder hege ich nach wie vor Gefühle von Hass und Rache?

15. Habe ich aus Egoismus etwas unterlassen, was ich gerechterweise für meinen Nächsten hätte tun müssen?

IV.

1. Welche Grundausrichtung gebe ich meinem Dasein? Beseelt mich die Hoffnung auf das ewige Leben? Bemühe ich mich, im spirituellen Leben voranzukommen, indem ich meine

geistlichen Vorsätze treu erfülle: Gebet, Lektüre und Betrachtung des Wortes Gottes, Feier und Empfang der Sakramente, monatliche Einkehrtage, Abtötung? Bemühe ich mich, meine Laster, meine negativen Neigungen und Leidenschaften zu bekämpfen: Neid, unmäßiges Essen und Trinken, Faulheit, Habgier, Zorn? Habe ich mich aus Hochmut oder Anmaßung gegen Gott erhoben, oder habe ich mich selbst überschätzt und damit auf andere herabgesehen? Habe ich anderen meinen Willen aufgezwungen, ohne auf ihre Wünsche und Rechte zu achten?

2. Wie gebrauche ich meine Zeit, meine Stärken, die Gaben, die Gott mir geschenkt hat? Habe ich sie benutzt, um mich selbst zu überwinden und besser zu werden, wie es dem Willen Gottes entspricht, oder war ich so egoistisch, sie ausschließlich zu meinem eigenen Vorteil zu verwenden? War ich müßig oder faul?

3. Habe ich die Schmerzen und Widrigkeiten des Lebens heiter und geduldig ertragen? Habe ich meinen Körper abgetötet und so dazu beigetragen, das zu vervollständigen, „was am

Leiden Christi noch fehlt" (Kol 1,24)? Habe ich die Fast- und Abstinenzgebote gehalten?

4. Habe ich auf die Reinheit und Keuschheit meiner Gefühle und meines ganzen Körpers geachtet, der ein Tempel des Heiligen Geistes und zur Herrlichkeit der Auferstehung berufen ist? Bin ich mir dessen bewusst, dass die treue Liebe, die Gott den Menschen erweist, gerade in der Ehe besonders hell aufscheint? Habe ich meinen Leib mit Unzucht, Unreinheit, unwürdigen Worten und Gedanken, schändlichen Taten oder Begierden befleckt? Habe ich Gespräche geführt, Dinge gelesen, Darbietungen besucht oder an anderen Zerstreungen teilgenommen, die gegen den menschlichen und christlichen Anstand verstoßen? Habe ich andere mit meinem Mangel an Schicklichkeit zur Sünde verführt?

5. Habe ich bei irgendeiner Gelegenheit aus Furcht oder Heuchelei gegen mein Gewissen gehandelt?

6. Habe ich versucht, innerhalb der wahren Freiheit der Kinder Gottes und nach dem Gesetz des Geistes zu handeln, oder bin ich ein Gefangener meiner Leidenschaften?

7. Sorge ich für die christliche Erziehung meiner Kinder? Helfe ich ihnen durch mein Beispiel, und übe ich meine Autorität gerecht und liebevoll aus? Bin ich meinem Ehepartner im Herzen und im Leben treu? Habe ich mich in der Ehe an das Sittengesetz gehalten?

AKT DER REUE

Mein Herr Jesus Christus, wahrer Mensch und wahrer Gott, mein Schöpfer und Erlöser: weil du der bist, der du bist, und weil ich dich über alles liebe, bereue ich von ganzem Herzen alles Böse, was ich getan, und alles Gute, was ich unterlassen habe, weil ich dich, der du das höchste Gut bist und es verdienst, mehr als alles andere geliebt zu werden, durch meine Sünden beleidigt habe. Ich bringe dir mein Leben, meine Arbeit und meine Mühe als Genugtuung für meine Sünden dar. Ich nehme mir fest vor, mit der Hilfe deiner Gnade Buße zu tun, nicht wieder zu sündigen und jede Gelegenheit zur Sünde zu meiden. Herr, um der Verdienste deines Leidens und Sterbens willen erbarme dich meiner und gib mir deine Gnade, damit ich dich nie wieder beleidige. Amen.

Inhaltsverzeichnis – Seitenangabe

- 4 Aufbau der Kongregation
- 6 Aus der Geschichte
- 9 Warum Maria verehren?
- 10 Warum Mitglied der MMC sein?
- 12 Allgemeine Empfehlungen für das geistliche Leben eines Sodalen
- 12 Weihe-Erneuerung der Eichstätter Kongregation
- 13 Tagesweihe an Maria
- 13 Gebet vor einem Convent
- 14 Gebet nach einem Convent
- 17 Gebet nach dem Geist des Heiligen Franz-Xaver
- 18 Morgengebete
- 18 O Gott, du hast in dieser Nacht
- 18 Aus dem Morgengebet der Kirche
- 19 Aufopferung des Tageswerkes
- 20 Segne mich, guter Gott
- 21 Sonnengesang

- 23 Abendgebete
- 23 Bevor ich mich zur Ruh begeb
- 24 Aus dem Abendgebet der Kirche
- 25 Die „geistliche Kommunion“
- 26/27 Gebete zur „geistlichen
Kommunion“
- 28 Vor Gottes Angesicht
- 28 Jesus Christus/ Gebet nach der
Kommunion
- 28 Seele Christi, heilige mich
- 29 Mein Gott, mein Erlöser
- 30 Gebet von P. Rupert Mayer SJ
- 31 Heiliger Geist
- 32 Bitte und Dank
- 33 Gott gebe mir die Gelassenheit
- 33 Bitte um Entscheidungsfindung
- 36 Marianische Gebete
- 36 Der Engel des Herrn
- 37 Freu dich, du Himmelskönigin
- 38 Magnificat

- 39 Unter deinen Schutz und Schirm
40 Sei begrüßt, o Königin
41 O Maria, hilf
42 Gebet zur Mutter von der
Immerwährenden Hilfe
44 Memorare/Gedenke, gütigste
Jungfrau
45 Ich grüße dich, Mutter
45 Der Rosenkranz
52 Gebete zu Engeln und Heiligen
52 Gebet zum hl. Erzengel Michael
53 Gebet zum hl. Josef
54 Gebet zum Schutzengel u.
Namenspatron
55 Die Beichte
57 Die Gewissenserforschung

Quellenverzeichnis-Abdruckgenehmigung

1 Schönstatt Verlag URL:<https://katholischglauben.info/pater-zucchi-sj-und-seine-marienerverehrung> (11.01.2022) 2 Messbuch 1975 S. 857 © 2020 steako.net 4 Stundenbuch I 1978 S. 393 © 2020 steako.net 5 aus Schönstatt Verfasser nicht bekannt 6 Herder Verlag 7 Sonnengesang des hl. Franz von Assisi (1224/25) nach der Übersetzung von P. Leonhard Lehmann (2003) 9 Stundenbuch I 1978 S. 766 f © 2020 steako.net 10 Quelle: Echevarría, Javier: „Sich gut auf die Kommunion vorbereiten“ (Brief, 1. April 2012), in: Opus Dei, URL: <https://opusdei.org/de-de/article/sich-gut-auf-die-kommunion-vorbereiten/> (17.01.2022) 11 Aus „Ganz Dein, Maria“ Dominus Verlag Augsburg 12 Parvis Verlag, Hauteville / Schweiz 13 Dr. Klaus Velguth 14 Gebet- und Gesangbuch Bistum Eichstätt 1952 / Neuauflage 1970 15 Roman Siebenrock 16 Pater Linster SJ 17 Text: Karl Rahner SJ © Deutsche Provinz der Jesuiten, München 18 Dr. Wolf Brixner 19 Reinhold Niebuhr / Ü: Hartmut von Henting – Kawohl Verlag 20 Aus „Rast für die Seele – Einladung zur Besinnung und Gebet“ der Akademie des Versicherers im Raum der Kirchen. Verfasser: Dr. Stephan Goldschmidt, Akademie d. Bruderhilfe, Pastor in Hannover und Theologischer Referent im Sprengel Hildesheim-Göttingen (Evangelisch-lutherische Landeskirche Hannovers) 21 Stundenbuch I 1978 S. 398 © 2020 steako.net 23 Stundenbuch I 1978 S. 364 © 2020 steako.net 24 Stundenbuch I 1978 S. 367 © 2020 steako.net 25 Stundenbuch I 1978 S. 766 © 2020 steako.net 27 Gebet- und Gesang-buch Bistum Eichstätt 1952 / Neuauflage 1970 29 Libreria Editrice Vaticana Verlag 30 https://de.wikipedia.org/wiki/Rosenkranz#/media/Datei:Rosary_2006-08-14.png http://www.daniel-tibi.de/rosenkranz_schema.html 31 Gebet wurde mit dem Zweiten Vatikanischen Konzil abgeschafft 32 Gebet- und Gesangsbuch Bistum Eichstätt 1952 / Neuauflage 1970 33 GL 1975 34,1 Verband der Diözesen Deutschlands (VDD) Bonn / Rechtswahrnehmung durch Kath. Bibelanstalt Stuttgart 34 GL 1975 34,2 Verband der Diözesen Deutschlands (VDD) Bonn / Rechtswahrnehmung durch Kath. Bibelanstalt Stuttgart 35 Gebet- und Gesangbuch Bistum Eichstätt 1992 36 Legionäre Christi Gewissenspiegel URL:<https://www.regnumchristi.eu/de/spiritualitaet-und-glaube/katholische-spiritualitaet/auswahl-spirituellder-basics/praktische-anleitungen/die-beichte> (09.12.2020)

