

Die Weisungen der Kirche

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

Am Sonntag erinnern wir uns an das Wichtigste in unserem Glauben: Jesus ist auferstanden. Das dürfen wir feiern. Deshalb soll die Arbeit ruhen. Darum sollen wir diesen Tag in Gemeinschaft mit anderen, vor allem aber in der Familie verbringen.

2. Besuche die Hl. Messe an Sonn- und Feiertagen. Dort hören wir nämlich, was unseren Glauben ausmacht. Dort spüren wir, dass wir nicht alleine sind. Dort begegnen wir Jesus Christus im Sakrament der Eucharistie. Wer ohne schwerwiegenden Grund (Krankheit oder Beruf) der Messfeier fernbleibt, der ist undankbar gegenüber Gott. Das Fehlen beim Sonntagsgottesdienst ist zu beichten, weil es die Beziehung zwischen Dir und Gott schwer beschädigt.

3. Halte die Fast- und Abstinenztage ein.

Am Aschermittwoch und am Karfreitag essen wir Katholiken kein Fleisch (Abstinenz) und nehmen nur eine sättigende Mahlzeit am Tag zu uns (Fasten). Diese Ausnahme vom Alltag soll uns an das erinnern, was Jesus für uns getan und gelitten hat.

Aus dem gleichen Grund sollen wir an jedem Freitag ein kleines Opfer bringen.

Das Abstinenzgebot verpflichtet alle ab 14 Jahren, das Fastengebot alle ab 18 Jahren bis zum 60. Lebensjahr.

4. Gehe wenigstens einmal im Jahr zur Beichte.

In der Beichte werden Dir Deine Sünden vergeben. Das befreit! Alles was Deine Beziehung zu Gott, zum Nächsten und zu Dir selbst angeht, kann so neu geordnet werden. Außerdem hilft Dir die Gewissensforschung, Dich besser kennen zu lernen.

5. Empfange wenigstens einmal im Jahr die Hl. Kommunion, zumindest in der Osterzeit.

In der Hl. Messe erinnern wir uns nicht nur an das, was Gott in Jesus Christus für uns getan hat. Christus selbst gibt sich uns als Speise in der Hl. Kommunion. Eine tiefere Verbindung mit ihm können wir auf Erden nicht erlangen. Und mit ihm verbunden zu sein, ist das Ziel unseres Lebens.