Der große Tag der „Warnung" rückt monatlich näher heran. Daher müsst ihr jetzt Zeit für die Vorbereitung auf Meine Göttliche Barmherzigkeit erübrigen. Katholiken überall sucht jetzt den Beichtstuhl auf, wenn ihr aus Meinem großen Akt der Liebe Nutzen ziehen wollt.

(Worte des liebenden Jesus Christus — Buch der Wahrheit, Botschaft Nr. 100)

Die Lebensbeichte unserer Sünden

Eine kleine Hilfe zur gültigen Beichte
Das Bußsakrament gemäß dem Katechismus
der katholischen Lehre des Hl. Papst Pius X.

"Denn dieser mein Sohn war tot und ist wieder lebendig geworden, er war verloren und ist wieder gefunden worden. Da fingen sie an, ein Freudenmahl zu halten." *(Lk 11, 24)*

"Diese große „Warnung", aus Barmherzigkeit und Liebe, als ein letztes Geschenk an Meine Kinder, wird bald stattfinden. Jedem einzelnen Meiner Kinder wird sein Leben gezeigt werden, seine Sünden, seine falschen Taten und jede einzelne Beleidigung, die er sich gegenüber seinen Brüdern und Schwestern zuschulden kommen ließ, alles in einer mystischen Erfahrung. Kein Mann, keine Frau und kein Kind auf dieser Erde werden ausgenommen sein."
(Worte des Göttlichen Heilands — Buch der Wahrheit Botschaft Nr.17)

Die Warnung ist sehr nahe! Ich sage euch, Törichte, die Rettung eurer Seele muss eure oberste Priorität sein. Rennt, Törichte, um eure Rechnungen in Ordnung zu bringen.

Wir sündigen wenn wir Gutes unterlassen und Böses getan haben.
Wir sündigen in Gedanken, Worten und Werken.

Um eine gute Beichte abzulegen, sind sechs Dinge erforderlich

1. **das Gebet,**
2. **die Gewissenserforschung,**
3. **die Reue über die Sünden — der Sündenschmerz,**
4. **der gute Vorsatz. Gelegenheiten dazu zu meiden,**
5. **die Anklage — das Sünden Bekenntnis,**
6. **die Genugtuung — der Nachlass der Sünden und die auferlegte Buße.**

Die Gewissenserforschung geschieht dadurch, dass man sich nach vorherigem andächtigen Gebet die Sünden seit der letzten gültig abgelegten Beichte in Erinnerung ruft, die man in Gedanken, Worten und Werken, durch Unterlassungen gegen die Gebote Gottes, gegen die Vorschriften der Kirche und gegen die Pflichten des eigenen Standes begangen hat.

Die Reue kann vollkommen oder unvollkommen sein.

- **Die vollkommene Reue** oder Liebesreue ist das Missfallen an begangenen Sünden, weil diese die Ursache des Leidens und Sterbens unseres Erlösers sind.
- **Die unvollkommene Reue** oder Furchtreue ist die Furcht vor den ewigen oder zeitlichen Strafen und auch wegen der Hässlichkeit der Sünde.

Das Notwendigste zu einer guten Beichte ist die Reue, weil ohne Reue keine Sünde vergeben werden kann.

Wir haben einen guten Vorsatz, wenn wir den ernsten Willen haben:

1. nicht mehr zu sündigen,
2. die nächste Gelegenheit zur Sünde zu meiden,
3. die notwendigen Mittel zur Besserung anzuwenden,
4. den zugefügten Schaden gutzumachen.

Die Sündenanklage ist die dem Beichtvater gegenüber gemachte Offenbarung der Sünden, um von ihnen losgesprochen zu werden. Alle Todsünden sind vollständig zu bekennen, deren Anzahl und Umstände. Todsünde ist, wenn ich mit **W**issen, **W**ollen und in einer **W**ichtigen Sache gegen ein oder mehrere der 10 Gebote verstoße. In der Beichte stehen wir vor dem lebendigen Gott und bekennen unsere Sünden, um von seiner Barmherzigkeit die Vergebung der Sünden zu erlangen.

Der Heilige Paulus sagte: „Der Heilige Paulus sagte: „Weder Unzüchtige noch Götzendiener, weder Ehebrecher noch Weichlinge, weder Knabenschänder noch Diebe, weder Habsüchtige noch Trunkenbolde, weder Lästerer noch Räuber werden das Reich Gottes erben." (1. Kor 6,9-10)

Es empfiehlt sich auch, die lässlichen Sünden zu beichten,

bei der Lebensbeichte auch alle nicht oder schlecht gebeichtete Todsünden anzuklagen.

Die Genugtuung (Buße)

Der Beichtvater legt seine Buße auf, damit der Beichtende die zeitlichen Sündenstrafen abbüße und nicht mehr sündige.

Mit der Sünde lässt Gott immer die ewige Strafe nach, aber in der Regel nicht alle zeitlichen Strafen! Viele Sünden fügen dem Nächsten Schaden zu. Man muss diesen, soweit möglich, wieder gutmachen. Zum Beispiel: Gestohlenes zurückgeben, den Ruf dessen, den man verleumdet hat, wiederherstellen, für Beleidigungen Genugtuung leisten.

Man begeht eine Sünde, wenn man ein Gebot Gottes oder der Kirche mit Wissen und Willen übertritt. Man kann sündigen durch böse Gedanken, Begierden, Worte und Werke und durch Unterlassung des Guten, das man zu tun schuldig ist.

Wir sündigen durch die Nichteinhaltung des höchsten Gebotes Gottes (Mt 22, 37-40)

Das oberste Gebot: *»Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben von ganzem Herzen, von ganzer Seele und von ganzem Gemüt. Dies ist das höchste und größte Gebot.*« Es ist deshalb eine schwere Sünde, wenn wir Gott nicht lieben, Ihn nicht anbeten und die Sonntagsmesse nicht andächtig hören ohne wichtige Gründe! „Wer Vater und Mutter mehr liebt als mich, ist meiner nicht würdig, und wer Sohn oder Tochter mehr liebt als mich, ist meiner nicht würdig.“ (Mt 10,37)

Das andere zweite Gebot aber ist dem gleich: *»Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich* selbst« *An diesen beiden Geboten hängt das ganze Gesetz und die Propheten.*

Wir sündigen durch die Übertretung der Zehn Gebote Gottes (Ex 20, 2-17)

1. "Ich bin der Herr, dein Gott, der dich aus dem Lande Ägypten, dem Hause der Knechtschaft, geführt hat.
   Du sollst keine anderen Götter neben mir haben!
   Du sollst dir kein Schnitzbild machen, noch irgendein Abbild von dem, was droben im Himmel oder auf der Erde unten oder im Wasser unter der Erde ist!
   Du sollst dich vor ihnen nicht niederwerfen und sollst sie nicht verehren; denn ich, der Herr, dein Gott, bin ein eifersüchtiger Gott, der die Schuld der Väter an den Kindern, am dritten und vierten Geschlecht, nachprüft bei denen, die mich hassen.
   Ich erweise aber meine Gnade bis ins tausendste Geschlecht denen, die mich lieben und meine Gebote halten.
2. Du sollst den Namen des Herrn, deines Gottes, nicht unnütz aussprechen; denn der Herr lässt denjenigen nicht ungestraft, der seinen Namen unnütz ausspricht!
3. Gedenke des Sabbattages, um ihn heilig zu halten.
   Sechs Tage lang sollst du arbeiten und all deine Geschäfte verrichten.
   Doch der siebte Tag ist ein Ruhetag für den Herrn, deinen Gott. Du sollst an ihm keinerlei Arbeit tun, weder du selbst noch dein Sohn,

noch deine Tochter, noch dein Knecht, noch deine Magd, noch dein Vieh, noch dein Fremdling, der sich in deinen Toren befindet. Denn in sechs Tagen hat der Herr den Himmel, die Erde, das Meer und alles, was in ihnen ist, erschaffen; doch am siebten Tage ruhte er. Darum segnete der Herr den Sabbat und erklärte ihn für heilig.

4. Ehre deinen Vater und deine Mutter, damit du lange lebst in dem Lande, das der Herr, dein Gott, dir gibt!
5. Du sollst nicht töten!
6. Du sollst nicht ehebrechen!
7. Du sollst nicht stehlen!
8. Du sollst gegen deinen Nächsten kein falsches Zeugnis abgeben!
9. Du sollst nicht das Haus deines Nächsten begehren!
10. Du sollst nicht begehren die Frau deines Nächsten und auch nicht seinen Knecht, seine Magd, sein Rind, seinen Esel und nichts von dem, was deinem Nächsten gehört!"

Wir sündigen durch die Übertretung der Fünf Gebote der Kirche

1. Du sollst die gebotenen Feiertage halten.
2. Du sollst an Sonn- und Feiertagen die heilige Messe mit Andacht hören.
3. Du sollst die gebotenen Fast- und Abstinenztage halten.
4. Du sollst jährlich wenigstens einmal deine Sünden beichten und zur österlichen Zeit die heilige Kommunion empfangen.
5. Du sollst keine verbotene Ehe eingehen.

Die Größe der Sünden sind unterschiedlich.

Es gibt schwere Süden (Todsünden) und lässliche Sünden.

- **Man begeht eine schwere Sünde (Todsünde**), wenn man ein göttliches Gebot in einer wichtigen Sache mit Wissen und Willen übertritt. Die schweren Sünden heißen Todsünden, weil der Sünder durch sie das übernatürliche Leben der Seele, die heiligmachende Gnade, verliert. — „Dem Namen nach lebst du, doch du bist tot." (Offb 3,1)
- **Man begeht eine lässliche Sünde,** wenn man ein göttliches Gebot in einer kleineren Sache übertritt und wenn man ein göttliches Gebot zwar in einer wichtigen Sache übertritt, aber nicht mit voller Erkenntnis oder ganz freiem Willen. Einige Sünden werden in der Heiligen Schrift mit Splittern und Balken verglichen. (Mt 7,3)

Ihr müsst jeden Monat einmal beichten oder sofort nach jeder Todsünde. Das Ungerechteste beginnt in euren Gedanken, und damit sündigt ihr täglich.

Wir sündigen besonders durch die sieben Hauptsünden:

1. **Hoffart —** Wenn man sich zu viel einbildet, Gott die schuldige Ehre verweigert, den Nächsten verachtet.
2. **Geiz —** Wenn man das Herz an Gut und Geld hängt und gegen Notleidende hartherzig ist.
3. **Unkeuschheit —** Gott befiehlt dem Menschen, auf das Schamgefühl zu achten und keusch zu bleiben.
4. **Neid —** Wenn man traurig ist über das Glück des Nächsten und sich über dessen Unglück freut.
5. **Unmäßigkeit —** Wenn man zu viel oder zu gierig isst oder trinkt.
6. **Zorn —** Wenn man grundlos aufgebracht ist, sich zu Rachsucht, Fluch und Scheltworten hinreißen lässt.
7. **Trägheit —** Wenn man aus Widerwillen gegen Mühen und Arbeit seine Pflichten vernachlässigt.

- *Der Heilige Paulus schreibt: „ Was hast du, das du nicht empfangen hättest? Hast du es aber empfangen, warum rühmst du dich, als hättest du es nicht empfangen. (1 Kor 4, 7)*
- *Dem Hochmütigen widersteht Gott, dem Demütigen gibt er Gnade (Jak 4,6)*

Wir sündigen gegen den Heiligen Geist

Sünden gegen den Heiligen Geist nennt man jene Sünden, welche der Gnade Gottes besonders widerstreben und deshalb die Bekehrung sehr erschweren. Solche sind:

1. vermessentlich auf Gottes Barmherzigkeit sündigen — zum Beispiel die Menschen vor der Sündflut,
2. an Gottes Gnade verzweifeln — zum Beispiel Kain und Judas nach ihren Taten,
3. der erkannten christlichen Wahrheit widerstreben — zum Beispiel die Pharisäer,
4. seinen Nächsten um der Göttlichen Gnade Willen beneiden — zum Beispiel Kain,
5. gegen heilsame Ermahnungen ein verstocktes Herz haben (keine Reue) — zum Beispiel der Pharao,

6. in der Stunde des Todes in Unbußfertigkeit vorsätzlich verharren — zum Beispiel die Pharisäer.

Die Sünden gegen den Heiligen Geist sind die schwersten und unheilvollsten, weil sich der Mensch durch sie den geistigen Gaben der Wahrheit und der Gnade widersetzt.

„Ihr Halsstarrigen und unbeschnittenen an Herz und Ohren! Ihr widerstrebt allzeit dem Heiligen Geiste.“ (Apg 7, 51)

Wir sündigen, wenn wir mitschuldig sind an den Sünden anderer durch die sogenannten fremden Sünden.

Es gibt neun fremde Sünden und diese sind:

1. andere zur Sünde raten,
2. andere sündigen heißen,
3. in die Sünde anderer einwilligen,
4. andere zur Sünde reizen,
5. die Sünde anderer loben,
6. zur Sünde stillschweigen,
7. die Sünde nicht strafen,
8. des fremden Gutes sich teilhaftig zu machen,
9. die Sünde anderer verteidigen.

Wir sündigen durch Himmelschreienden Sünden

1. durch vorsätzlichen Totschlag — Mord,
2. durch widernatürliche Unzucht, zum Beispiel mit Tieren oder Sodomie,
3. durch die Unterdrückung der Armen und Hilflosen — Witwen, Weisen etc.,
4. durch die Vorenthaltung des gerechten Lohnes.

Diese Sünden sind besonders schwere Todsünden, welche zum Himmel schreien.

Um eure Seelen auf die Warnung vorzubereiten, müsst ihr damit beginnen über alle Verfehlungen nachzudenken, derer ihr euch schuldig gemacht habt, gegen euch selbst und gegen euren Nächsten. *(Worte Jesu — Buch der Wahrheit, Botschaft Nr. 486)*

Die Frage nach dem zweiten wichtigsten Gebot Gottes

Du sollst dem Herrn, deinen Gott, lieben mit ganzen Herzen, mit ganzer Seele und mit all deinen Gedanken. Das ist das wichtigste und erste Gebot.

<u>Ebenso wichtig ist das zweite</u>: Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst. An diesen beiden Geboten hängt das ganze Gesetz samt den Propheten. *(Mt 22, 36-40)*

Wir sündigen gegen das 2. Gebot durch Unterlassung der Werke der leiblichen Barmherzigkeit.

Es gibt sieben Werke und diese sind:

1. die Hungrigen speisen,
2. die Durstigen tränken,
3. die Nackten bekleiden,
4. die Fremden beherbergen,
5. die Gefangenen erlösen,
6. die Kranken besuchen,
7. die Toten begraben.

Wir sündigen gegen das 2. Gebot durch Unterlassung der Werke der geistigen Barmherzigkeit.

Es gibt sieben Werke und diese sind:

1. die Zweifelnden beraten,
2. die Unwissenden belehren,
3. die Sünder zurechtweisen,
4. die Trauernden trösten,
5. erlittenes Unrecht verzeihen,
6. die Lästigen geduldig ertragen,
7. für die Lebenden und Verstorbenen zu Gott beten.

Es genügt nicht, die Sünde zu meiden, wir müssen uns auch befleißigen, in der Tugend immer mehr zu wachsen und nach der christlichen Vollkommenheit zu streben. Im Evangelium werden besonders jene Tugenden empfohlen, die in den acht Seligkeiten enthalten sind. *(Mt 5,3-10)*

1. Selig die Armen im Geiste! Ihrer ist das Himmelreich.
2. Selig die Trauernden! Sie werden getröstet werden.
3. Selig die Sanftmütigen! Sie werden das Land besitzen.
4. Selig, die hungern und dürsten nach der Gerechtigkeit! Sie werden gesättigt werden.
5. Selig die Barmherzigen! Sie werden Barmherzigkeit erlangen.
6. Selig die reinen Herzens! Sie werden Gott schauen.
7. Selig die Friedensstifter! Sie werden Kinder Gottes genannt werden.
8. Selig, die Verfolgung leiden um der Gerechtigkeit willen! Ihrer ist das Himmelreich.

****

Ihr sollt also vollkommen sein, wie es auch euer himmlischer Vater ist. *(Mt 5, 48)*

Gebete zur Beichte

Gebet um den Heiligen Geist

Mein Gott und Vater! Ich bin ein armes Kind. Denn ich habe gesündigt. Du bist heilig; Du kannst die Sünde nicht lieben. Du bist gerecht, Du musst die Sünde strafen. Voll Schmerz über meine Sünden komme ich heute und will mich auf meine Sünden besinnen, sie vom Herzen bereuen, und AUFRICHTIG BEICHTEN: Das kann ich aber nur, wenn Du mir hilfst. Sende mir darum Deinen Heiligen Geist; Er muss mir helfen alle meine Sünden zu erkennen, einen rechten Schmerz darüber zu haben und keine zu vergessen im Beichtstuhl. Dann wirst Du mir verzeihen, den Du bist gut und barmherzig. Und ich werde wieder froh sein und reich in Deiner Liebe und Gnade. Amen.

Anrufung des Heiligen Geistes

Mein Gott und gütiger Vater, ich komme nun zu Dir mit dem aufrichtigem Willen, eine recht gute Beichte abzulegen. Weil ich aber ohne Deinen Gött-

lichen Beistand nichts vermag, so bitte ich Dich inständig, Du wollest Dich meiner erbarmen und den Heiligen Geist mit Seiner hilfreichen Gnade in mein Herz senden. Komm o Heiliger Geist, und erleuchte mich, damit ich meine Sünden recht erkenne, vom Herzen bereue, aufrichtig beichte und mich vollkommenen bessere. Vater unser…

Reue und Vorsatz

O mein Gott und Herr, alle Sünden meines ganzen Lebens sind mir leid von Grund meines Herzens, weil ich dadurch verdient habe, von Dir, meinem gerechten Richter, zeitlich oder ewig gestraft zu werden; weil ich Dir, meinem größten Wohltäter, so undankbar gewesen bin; besonders aber, weil ich Dich, den unendlich guten Gott, dadurch beleidigt habe. Ich nehme mir ernstlich vor, mein Leben zu bessern und nicht mehr zu sündigen. O Jesus, gib mir Deine Gnade dazu! Amen.

Goldenes Reuegebet

O mein Gott, Du hassest die Sünde und strafst sie schrecklich — und ich habe soviel gesündigt. Du bist gegen mich immer gut und ich bin gegen Dich so undankbar gewesen. O Jesus, Du hast mich so sehr geliebt, hast für mich so viel gelitten, und ich habe Dich so arg beleidigt und gekränkt. Ach, es ist mir bitter leid, es reut und schmerzt mich, dass ich gesündigt habe! Verzeihe mir, o barmherziger Gott, um Deiner großen Liebe willen. Ich liebe Dich vom ganzen Herzen. Ich will Dich nicht mehr beleidigen. Ich will alle Gelegenheit zur Sünde sorgsam meiden. Amen.

Reue und Vorsatz

O mein Gott, alle meine Sünden reuen mich vom ganzen Herzen, weil ich von Dir Strafe verdient habe. Ganz besonders aber sind sie mir leid, weil ich Dich, meinen besten Vater, meinen gütigsten Erlöser, das höchste und liebenswerteste Gut beleidigt habe. Mit Deiner Gnade nehme ich mir fest vor, nicht mehr zu sündigen und die nächste Gelegenheit zur Sünde zu meiden. Amen.

Danksagung nach der Beichte

Gott, wie groß ist Deine Liebe! Du hast mir die Sünden vergeben. Ich danke Dir für Dein Erbarmen. Ich will mich bemühen, die Sünde und die nächste Gelegenheit zur Sünde zu meiden. Wie Du mir verziehen hast, so will ich auch anderen verzeihen. Segne meinen Vorsatz und stehe mir bei, dass ich nicht wanke. Um das bitte ich Dich durch Jesus Christus, Deinen Sohn, der mich durch sein kostbares Blut erlöst hat. Amen.

Ablassgebet

Ewiger Vater, ich opfere Dir auf das kostbare Blut Jesu Christi zur Genugtuung für meine Sünden und für die Anliegen der Heiligen Kirche. Amen.

****

Begleitende Worte zur Lebensbeichte

- Um eine gute Lebensbeichte abzulegen ist es erforderlich, dass wir uns entsprechend gut vorbereiten.
- Mit der Gewissensforschung sollte rechtzeitig Tage vor der Beichte, am besten zu Hause, begonnen werden und nicht erst in der Kirche und nicht direkt vor der Beichte und schon gar nicht vor dem Beichtstuhl.
- Wir sollten unser Gedächtnis unseres ganzen Lebens von der Kindheit an bis zum jetzigen Tage erforschen. Leider ist dies oft eine große Zeitspanne und wir haben vieles vergessen, was in der Vergangenheit geschah. Darum ist es sehr wichtig den Heiligen Geist anzurufen und ihn um Hilfe zu bitten. Es kann hilfreich sein mit Fotoalben aus dem Leben — als Erinnerungshilfe — die vergangenen Zeiten, wieder ins Gedächtnis zurückzuholen. Gott ist allwissend und Er kennt jede unsere Sünden, die bisher nicht erkannt, aus Scham verschwiegen oder nicht gebeichtet wurde.
- **Erkannte Sünden sollten wir uns aufschreiben, um sie bis zur Beichte nicht wieder zu vergessen!! Der Zettel ist zur Beichte mitzunehmen, um keine Sünde im Beichtstuhl zu vergessen!**
- **Leider ist das Sündenbewusstsein in den letzte Jahrzehnten teilweise verloren gegangen, weil in den Gebetbüchern nicht mehr die verschiedenen Sündenarten zu finden sind und nur Gewissensspiegel als Hilfe für die Beichte angeboten werden.**
- Viele Sünden werden heute, auch von Katholiken wegen mangelnder Bibel- und Katechismuskenntnisse nicht mehr als Sünde erkannt. Hier einige Beispiele:

1. Die heute massenhaften Kirchenaustritte aus verschiedenen Gründen. Im Katechismus der Katholischen Kirche (KKK), Kompendium Nr.71, steht: “Außerhalb der Kirche kein Heil. Darum können jene Menschen nicht gerettet werden, die wissen, dass die Kirche von Christus gegründet wurde und zum Heil notwendig ist, in sie aber **nicht eintreten oder in ihr nicht ausharren wollen.“**

2. Verstöße gegen die Würde der Ehe. (KKK Kompendium Nr. 502) „Solche Verstöße sind: Ehebruch, Ehescheidung, Polygamie, Inzest, freie Verhältnisse (zusammenleben ohne Trauung), Konkubinat, vor- und außerehelicher Geschlechtsverkehr. Gerade die Jugend lebt heute vielfach in freiem Geschlechtsverkehr und in freien Verhältnissen ohne Trauschein !!

3. Heute ist das Internet sehr populär. Viele Menschen begehen Unzucht, indem sie regelmäßig in verschiedenen Portalen Sex-Programme anschauen und sogar süchtig werden! Eine große Sünde!!

4. Sehr viele Frauen treiben ihr Kind ab, das ihnen Gott geschenkt hat und das sie im Mutterleib tragen! Das ist Mord, und beteiligt ist auch der Mann, der das Kind gezeugt hat; der dazu die Genehmigung erteilt. Vielfach sind hier auch Eltern und Freunde beteiligt **durch die Fremden Sünden** die sie begehen, indem sie zur Abtreibung raten, diese billigen oder nicht dagegen sind.

5. Kommunion ohne Beichte, ohne zu knien oder Kniebeuge, stehend in die Hand ist heute eine Massenerscheinung. Was sagt aber die Bibel dazu? ***„****Denn so oft ihr von diesem Brot esst und aus dem Kelch trinkt, verkündet ihr den Tod des Herrn, bis Er kommt****.*** *Wer also unwürdig von diesem Brot isst und von diesem Kelch des Herrn trinkt, macht sich schuldig am Leib und am Blut des Herrn. Jeder soll sich also prüfen, erst dann soll er von diesem Brot essen und aus diesem Kelch trinken. Denn wer davon isst und trinkt, ohne zu bedenken, dass es der Leib des Herrn ist, der zieht sich das Gericht zu, indem er isst und trinkt“ (1 Kor. 11,26-29)*

6. Die Gläubigen besuchen immer weniger die Sonntagsmessen. Die Kirchen werden zusehend leer!! Sport und Freizeit werden praktiziert, aber Gott nicht mehr gedankt und angebetet! Dabei übertreten sie das das 3. Gebot Gottes und das erste Gebot der Kirche. Kaum ein gläubiger Katholik ist sich bewusst, dass er dadurch eine schwere Sünde begeht, die unbedingt gebeichtet werden muss, um Vergebung zu erlangen! Jesus gab uns allen ein Beispiel, wie der Sabbat zu heiligen ist. *In der Bibel steht: „So kam er auch nach Nazaret, wo Er aufgewachsen war, und ging wie gewohnt am Sabbat in die Synagoge“ (LK. 4,16)*