

Dass Neid, Schadenfreude oder Zorn in mir  
hochkommen, ist noch keine Sünde,

**aber wenn ich diese Gefühle nicht zu überwinden  
suche und mich in meinem Handeln davon leiten  
lasse.**

- Bin ich neidisch auf andere: auf ihr Aussehen, ihre Beliebtheit oder Dinge, die sie besitzen?
- Freue ich mich, wenn andere bloßgestellt werden?
- Mache ich manchmal Dinge aus Zorn?



Dass ich gut verdienen will, ist keine Sünde,

**sondern wenn Wohlstand zu meinem Ein und Alles  
wird. Und wenn ich fürchte mein Leben zu  
verpassen, wenn ich teile und ein Herz für andere  
habe.**

- Hänge ich an Dingen, die ich besitze?
- Gebe ich damit an?
- Was wäre, wenn ich diese Dinge plötzlich nicht mehr hätte?
- Komme ich mit weniger zurecht?



Dass ich auf meine Rechte bestehe, ist keine  
Sünde,

**aber wenn ich meine Rechte missbrauche,  
rücksichtslos und hartherzig werde oder die  
Rechte Anderer missachte.**

- Bin ich ungerecht in meinem Reden oder Handeln?
- Leiden andere unter mir, weil ich rücksichtslos bin?
- Erkämpfe ich mir mein Recht ohne Rücksicht auf Verluste?



Dass ich über andere rede, ist keine Sünde,

**aber wenn ich gedankenlos oder gehässig  
Schlechtes von anderen erzähle.**

- Rede ich schlecht (=lästern) über andere?
- Mach' ich mit, wenn in einer Gruppe über andere gelästert oder gehetzt wird?



Dass ich in Konfliktsituationen schweige, ist keine  
Sünde,

**sondern wenn ich dort schweige, von andere  
erniedrigt, verleumdet oder Opfer von Lügen werden.**

- Habe ich Mut aufzustehen, wenn schlecht geredet wird oder jemandem etwas Ungerechtes passiert?
- Habe ich jemanden „im Stich gelassen“, als er oder sie mich gebraucht hätte?



Dass mein Herz beim Beten oft leer bleibt, ist keine  
Sünde,

**aber wenn mir die Zeit für das Gebet zu schade ist  
oder ich mir gar nicht die Mühe mache, mich für Gott  
zu öffnen und seine Stimme zu hören.**

- Nehme ich mir Zeit zum Beten?
- Wie bete ich?



Dass ich sexuelle Wünsche und Regungen verspüre,  
ist keine Sünde,

**aber wenn ich mich von meinen Trieben beherrschen  
lasse oder andere zur Befriedigung meiner Begierde  
benutze.**

- Sehe oder beurteile ich Frauen oder Männer nur als „Objekt“  
und nicht als Menschen mit Persönlichkeit?
- Reduziere ich andere auf ihr Aussehen?
- Wie befriedige ich meine Lust?



Dass mir Menschen unsympathisch sind, ist keine  
Sünde,

**aber wenn ich mit ihnen umgehe, als seien sie nicht  
ebenso wie ich Gottes geliebte Kinder.**

- Bin ich überheblich oder hochnäsiger im Umgang mit anderen?
- Halte ich mich für etwas Besseres?
- Schaue ich auf andere herab?





Dass ich andere Menschen kritisiere, ist nicht unbedingt Sünde,

**aber wenn ich es vorschnell oder lieblos tue und andere dadurch herabsetze oder verletze.**

- Wie kritisiere ich? Ist mein Herz dabei hart und poche ich auf mein Recht?
- Wie gehe ich mit Kritik um?



Dass ich in meinem Glauben manchmal unsicher  
bin, ist keine Sünde,

**aber wenn ich mich der Gemeinschaft der  
Glaubenden entziehe und wenn ich Irdisches  
wichtiger als Himmlisches finde.**

- Wie lebe ich christliche Gemeinschaft?
- Mit wem teile ich meinen Glauben?



Dass ich die schönen Dinge des Lebens genieße ist  
keine Sünde,

**aber wenn ich sie zu meinem Gott mache und sie um  
jeden Preis ergattern will.**

- Was ist der Mittelpunkt meines Lebens? Worum drehen sich meine Gedanken oder meine Aufmerksamkeit?
- Bin ich dankbar für die schönen Dinge?
- Kann ich teilen?



Dass ich in Auseinandersetzungen gerate, ist keine  
Sünde,

**aber wenn ich Streit vom Zaun breche, nicht auf  
andere höre, nicht auf sie eingehe und unversöhnlich  
bin.**

- Wie wird in meiner Familie gestritten?
- Suche ich Streit?
- Bin ich unnachgiebig?
- Kann ich vergeben?

