

## **Was sind die Kirchengebote?**

Die Kirche hat zur Ausformung und Konkretisierung des Hauptgebotes fünf sogenannte Kirchengebote erlassen (vgl. KKK 2041-2043). „*Das erste ist: Höre, Israel, der Herr, unser Gott, ist der einzige Herr. Darum sollst du den Herrn, deinen Gott, lieben mit ganzem Herzen und ganzer Seele, mit deinem ganzen Denken und mit deiner ganzen Kraft. Als zweites kommt hinzu: Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst*“ (Mk 12,29-31). Die Kirchengebote wollen das Wachstum der Liebe zu Gott und zum Nächsten fördern. Sie sind ein Anstoss gegen die Gefahr, der sich leicht einschleichenden Bequemlichkeit und Oberflächlichkeit, und wollen helfen, das Feuer der Liebe im Herzen zu bewahren.

### **1. Das Sonntagsgebot**

*Du sollst an Sonn- und Feiertagen der heiligen Messe andächtig beiwohnen.* Das Sonntagsgebot hat den Ursprung im dritten der zehn Gebote, in der Heiligung des Sabbats, aus dem sich für uns Christen die Heiligung des Sonntages entwickelt hat. Dazu gehört auch, am Sonntag keine Arbeit und Tätigkeiten zu verrichten welche die Heiligung dieses Tages beeinträchtigt.

Das Sonntagsgebot will uns helfen zum Reifen in der Liebe zu Jesus Christus und zur Gemeinde, die Sein Leib ist. Wir kommen zusammen, um Gott zu ehren, uns von Jesus stärken zu lassen und um einander zu begegnen. Da ist es ein Segen, wenn wir uns eines Tages bewusst dazu entscheiden: Priorität bei der persönlichen Sonntagsgestaltung hat die Feier der Eucharistie. Eine solche Ritualisierung in der Lebensgestaltung erweist sich als grosser Segen.

### **2. Beichte – einmal im Jahr**

Wörtlich heisst das Gebot: *Du sollst deine Sünden jährlich wenigstens einmal beichten.* Auch wenn nach den Weisungen der Kirche diese Verpflichtung nur bei schweren Sünden besteht, ist es gut, das Buss sakrament mindestens jährlich (noch besser häufiger) zu empfangen. Denn Sünde ist Sünde und verletzt und schwächt das Leben des Heiligen Geistes in uns. Von der Liturgie her ist der ideale Zeitpunkt die Fastenzeit, die vierzig tägige Zeit der Umkehr und Erneuerung.

Dieses Gebot will helfen, dass wir uns wenigstens einmal im Jahr ganz bewusst mit unserem Leben auseinandersetzen und es vor dem Angesicht Gottes prüfen. Dabei sind wir eingeladen, mit einem entschiedenen Schritt der Umkehr, nach Möglichkeit mit dem Empfang des Buss sakramentes, diese Umkehr und Erneuerung zu vollziehen.

### **3. Osterkommunion**

Wörtlich heisst das Gebot: *Du sollst wenigstens zur österlichen Zeit sowie in Todesgefahr die heilige Kommunion empfangen.* Diese Weisung der Kirche kommt aus einer Zeit, wo ganz selten die heilige Kommunion empfangen wurde. Da musste klar darauf hingewiesen werden, dass die Eucharistie eine geistliche Nährkraft ist, die uns aufbaut, schützt und stärkt. Heute ist es vielerorts üblich, dass fast alle Gottesdienstbesucher die heilige Kommunion empfangen, manchmal mit wenig Vorbereitung und ohne die Grösse und Heiligkeit dieses Schrittes zu bedenken. Da könnte diese Weisung auch dahingehend ausgelegt werden, dass es einmal im Jahr angebracht ist, sich tiefer mit dem zu befassen, was wir in der Eucharistie feiern.

#### **4. Die Gebot- und Fastentage einhalten**

Wörtlich heisst das Gebot: *Du sollst die gebotenen Fasttage halten.* Jede Religion kennt das Fasten. Jesus selbst hat 40 Tage in der Wüste gefastet. Für ihn war selbstverständlich, dass das Fasten auch zu Seiner Nachfolge dazugehört. *„Wenn ihr fastet, dann macht kein finsternes Gesicht wie die Heuchler!“ (Mt 6,16)*

Die Kirche kennt zwei offizielle Fast- und Abstinenztage: den Aschermittwoch (Beginn der österlichen Busszeit) und den Karfreitag, den Todestag Jesu. Abstinenz bedeutet auf Fleisch zu verzichten. Fasten heisst, an diesem Tag nur eine sättigende Mahlzeit zu sich zu nehmen. Das Abstinenzgebot gilt für alle ab 14 Jahren, das Fastengebot ab 18 Jahren bis zum 60. Lebensjahr. Das Fasten soll uns auf die liturgische Feier vorbereiten und uns helfen, dass wir die Herrschaft über unsere Triebe und die Freiheit des Herzens erringen. (KKK 2042)

Der Freitag ist der Tag, an dem Jesus für uns gestorben ist. Diese grosse Liebe sollen wir nicht vergessen und darum sind wir eingeladen, jeden Freitag in der Erinnerung an Sein Leiden und Sterben ein kleines Opfer zu bringen.

#### **5. Finanzielle Unterstützung der Kirche**

Im Alten Testament lesen wir, dass die Israeliten jeweils den ersten Teil der Ernte, den Zehnten in den Tempel brachten. Damit halfen sie mit, dass die Leviten und Priester ihren Dienst im Tempel vor Gott verrichten konnten.

Heute hat dieser materielle Beitrag bei uns die Form der Kirchensteuer angenommen. Wörtlich heisst das Gebot: *Die Gläubigen sind verpflichtet, ihren Möglichkeiten entsprechend zu den materiellen Bedürfnissen der Kirche beizutragen.* Viele unterstützen über die Kirchensteuer hinaus, die Arbeit im Reich Gottes mit dem sogenannten Zehnten und erfahren, dass auf dieser Grosszügigkeit ein grosser Segen liegt.