



Diese Liste bietet eine zeitgemäße Perspektive darauf, wie die Zehn Gebote in Situationen, die dem modernen Leben eigen sind, verletzt werden können. Auch wenn die Sünde zur menschlichen Natur gehört, lädt eine zeitgenössische Interpretation jedes dieser Gebote zu einer persönlichen und spirituellen Reflexion über die heutige Realität ein.

1. **Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben über alles**

- Materiellen Erfolg, Geld oder Prestige über den Glauben und spirituelle Werte stellen.
- Okkultismus, Astrologie, Tarot praktizieren oder Medien und Wahrsager konsultieren.
- Sich weigern zu beten, Gott misstrauen oder in spiritueller Gleichgültigkeit leben.
- Das eigene Wohl vor das Dienen und Lieben Gottes oder des Nächsten stellen.
- Sich selbst oder den Lebensstil zum Götzen machen, sich mehr auf das Ego und das Selbstbild konzentrieren.

2. **Du sollst den Namen Gottes nicht missbrauchen**

- Den Namen Gottes oder der Heiligen respektlos oder in Beleidigungen verwenden.
- Im Namen Gottes etwas versprechen, ohne die Absicht, es zu halten.
- In Momenten von Frustration oder Wut lästern.
- Den Namen Gottes in manipulativen Reden oder Aussagen zum persönlichen Vorteil verwenden.
- Falsch schwören oder Versprechen, die man Gott gegeben hat, nicht halten.

3. **Du sollst den Tag des Herrn heiligen**

- Am Sonntag oder an Feiertagen ohne wirkliche Notwendigkeit arbeiten oder unnötige Tätigkeiten verrichten.
- Ohne triftigen Grund die Messe, besonders an gebotenen Feiertagen, nicht besuchen.
- Keine Zeit für Ruhe oder für die Familie nehmen oder sich keine Zeit nehmen, über Gott nachzudenken.
- Die liturgischen Zeiten der Kirche, wie Advent, Fastenzeit oder Karwoche, absichtlich ignorieren.
- Die Teilnahme an den Sakramenten oder am Leben der Kirche vernachlässigen.

4. **Du sollst Vater und Mutter ehren**

- Es versäumen, sich um ältere oder kranke Eltern zu kümmern oder ihnen Respekt zu erweisen.
- Haltungen des Grolls oder mangelnde Vergebung gegenüber Eltern oder Verwandten



pflügen.

- Kinder hart behandeln, ihnen nicht zuhören oder sie emotional manipulieren.
- Die familiäre Einheit vernachlässigen, um persönliche Ambitionen zu verfolgen.
- Den Glauben oder Werte den Kindern nicht weitergeben oder sie nicht in Rechtschaffenheit und Respekt erziehen.

5. Du sollst nicht töten

- Abtreibung oder die aktive oder passive Unterstützung der Praxis oder der Lobbyarbeit für Abtreibung.
- Physische oder emotionale Gewalt in der Familie oder am Arbeitsplatz anwenden.
- Sich weigern zu vergeben oder langanhaltenden Groll hegen.
- An Mobbing, Rassismus oder Diskriminierung teilnehmen oder diese tolerieren.
- Ständig gewalttätige Unterhaltung fördern oder konsumieren.

6. Du sollst nicht ehebrechen

- Pornografie konsumieren, verbreiten oder deren Nutzung fördern.
- Untreue begehen, sei es körperlich oder emotional.
- Sexuelle Praktiken außerhalb der Ehe ausüben.
- Apps oder soziale Medien mit dem Ziel nutzen, Gelegenheitssex zu finden.
- Beziehungen pflegen, die der christlichen Moral widersprechen.

7. Du sollst nicht stehlen

- Digitale Inhalte herunterladen oder konsumieren, ohne zu bezahlen (Piraterie).
- Steuerhinterziehung, Finanz- oder Arbeitsbetrug begehen.
- Den Arbeitnehmern oder Arbeitern keinen fairen Lohn zahlen.
- Unternehmensgüter ohne Genehmigung für private Zwecke verwenden.
- Natürliche Ressourcen verschwenden oder die Umwelt nicht schützen.

8. Du sollst kein falsches Zeugnis geben

- In sozialen Medien lügen, Gerüchte oder Verleumdungen verbreiten oder erstellen.
- Jemanden absichtlich verleumden oder den Ruf eines anderen schädigen.
- An der Manipulation von Informationen in sozialen Netzwerken teilnehmen, um Vorteile zu erlangen.
- Wichtige Informationen am Arbeitsplatz verschweigen oder Daten manipulieren.
- Heuchelei praktizieren oder vorgeben, ein Leben online zu führen, das nicht der Realität entspricht.



9. **Du sollst nicht begehren deines Nächsten Frau**

- Freiwillig unreine Gedanken oder unangemessene Fantasien pflegen.
- Sich auf soziale Medien fixieren, um das Aussehen oder Leben anderer zu beobachten.
- Blicke verwenden, um unreine oder lüsterne Gedanken zu nähren.
- Den Wunsch hegen, romantische oder sexuelle Beziehungen mit gebundenen Personen einzugehen.
- Unangemessene oder romantische Beziehungen auf Apps nur zum Spaß oder aus Laune suchen.

10. **Du sollst nicht begehren deines Nächsten Hab und Gut**

- Die wirtschaftliche Lage, den Beruf oder die materiellen Güter anderer beneiden.
- Sich obsessiv mit anderen in sozialen Medien vergleichen.
- Ständig soziale Anerkennung oder Bestätigung durch materiellen Besitz suchen.
- Anderen Unglück wünschen, um selbst eine Beförderung oder Gelegenheit zu erhalten.
- In ständiger Unzufriedenheit mit dem, was man hat, leben und mehr verlangen, ohne Dankbarkeit zu zeigen.