„Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben mit ganzem Herzen, mit ganzer Seele und mit all deiner Kraft“ (Dtn 6,5)

1. Das Erste Gebot: die Wurzel des gesamten christlichen Lebens

Das **Erste Gebot** ist nicht einfach nur „du sollst keine Götzen anbeten“. Es ist weit mehr als das. Es ist das **Fundament des gesamten sittlichen Lebens**, die Achse, um die sich alles andere dreht. Wird dieses Gebot richtig gelebt, fügen sich die übrigen von selbst. Wird es vernachlässigt, gerät alles in Unordnung.

Gott verlangt nicht, geliebt zu werden, weil Er unsicher oder eifersüchtig wäre wie ein menschlicher Tyrann, sondern weil **nur Er den Mittelpunkt unseres Lebens einnehmen kann, ohne uns zu zerstören**. Wenn etwas oder jemand an die Stelle Gottes tritt — Geld, Ideologien, Menschen oder man selbst — wird die Seele zerrissen und das Herz versklavt.

Der Katechismus lehrt, dass dieses Gebot fordert:

- den **Glauben**: an Gott und an alles zu glauben, was Er geoffenbart hat
- die **Hoffnung**: auf Ihn zu vertrauen
- die **Liebe**: Ihn über alles zu lieben

Und negativ verbietet es alles, was **Gott leugnet, ersetzt, verzerrt oder instrumentalisiert**.

---

2. Gegen das Erste Gebot sündigen heute: ein aktuelleres Problem denn je

Wir leben in einer Gesellschaft, die Gott **nicht immer ausdrücklich leugnet**, ihn jedoch **beiseiteschiebt**, **verwässert** oder **nach Belieben benutzt**. Viele Sünden gegen dieses Gebot erscheinen heute nicht mehr „religiös“, sondern vielmehr **kulturell**, **emotional** oder sogar „normal“.

Deshalb ist es so wichtig, **das Gewissen richtig zu bilden** und sich nicht mit einer oberflächlichen Gewissenserforschung zufriedenzugeben wie:

> *„Ich habe keine Götzen angebetet und keine Zauberei betrieben, also ist alles in Ordnung.“*

Das Erste Gebot wird **viel häufiger verletzt, als wir denken**.

---

3. Große Einteilung der Sünden gegen das Erste Gebot

Um dir eine ernsthafte Gewissenserforschung zu ermöglichen, teilen wir sie in große Gruppen ein:

1. Sünden gegen den **Glauben**
2. Sünden gegen die **Hoffnung**
3. Sünden gegen die **Liebe zu Gott**
4. Sünden der **Götzenverehrung**
5. Sünden der **Aberglauben und okkulten Praktiken**
6. Sünden der **Respektlosigkeit und Entweihung**
7. Sünden der **religiösen Gleichgültigkeit und Lauheit**
8. Sünden des **geistlichen Stolzes und der falschen Frömmigkeit**

---

4. Ausführliche und detaillierte Liste konkreter Sünden gegen das Erste Gebot

A. Sünden gegen den GLAUBEN

- Willentliches Zweifeln an einer von Gott geoffenbarten Wahrheit
- Die Weigerung, ein bekanntes Glaubensdogma zu glauben
- Auswählen dessen, was man glaubt, nach eigenem Ermessen
- Ablehnung der Lehre der Kirche aus intellektuellem Stolz
- Aufgabe des Glaubens aus Bequemlichkeit, Angst oder Eigennutz
- Lächerlichmachen des katholischen Glaubens (öffentlich oder privat)
- Verbergen des Glaubens aus menschlicher Rücksicht oder Scham
- Bevorzugung weltlicher Meinungen gegenüber der katholischen Lehre

- Lesen oder Verbreiten glaubenswidriger Lehren ohne Unterscheidungsvermögen
- Relativierung aller Religionen, als wären sie gleichwertig
- Der Glaube, religiöse Wahrheit sei „subjektiv“
- Leugnung der Existenz der Sünde oder der Hölle
- Leugnung der Notwendigkeit der Gnade für das Heil

B. Sünden gegen die HOFFNUNG

- Misstrauen gegenüber der Barmherzigkeit Gottes
- Der Glaube, die eigenen Sünden seien „unvergebbar“
- Verfallen in geistliche Verzweiflung
- Der Gedanke, Gott habe endgültig verlassen
- Der Glaube, das Heil sei unmöglich
- Vermessenes Vertrauen auf die göttliche Barmherzigkeit ohne Reue
- Vorsätzliches Sündigen mit der Absicht, später zu beichten
- Der Glaube, man werde „auf jeden Fall“ gerettet
- Leben, als gäbe es den Himmel nicht
- Das Streben nach materiellen Gütern als letztem Lebensziel
- Sich ausschließlich auf menschliche Mittel verlassen ohne Vertrauen auf Gott

---

C. Sünden gegen die LIEBE zu Gott

- Eine Kreatur mehr lieben als Gott
- Die Sünde dem Verlust von Bequemlichkeit vorziehen
- Die Weigerung, den Willen Gottes aus Egoismus zu erfüllen
- Innerer Aufruhr gegen die Gebote Gottes
- Gewohnheitsmäßiges Leben ohne Bezug auf Gott
- Unterlassung des Dankes an Gott für empfangene Gaben
- Sich selbst zuschreiben, was in Wahrheit Gnade ist
- Murren oder Klagen gegen Gott in Prüfungen
- Zorn auf Gott, wenn die Dinge nicht nach dem eigenen Wunsch verlaufen

---

D. Götzenverehrung (alt und modern)

- Geld zum Mittelpunkt des Lebens machen
- Familie, Glauben oder Moral dem beruflichen Erfolg opfern
- Ein obsessives Leben für Körper, Erscheinung oder Lust
- Vergötterung von Menschen (Ehepartner, Kinder, Führer, Prominente)
- Absolutsetzung politischer oder gesellschaftlicher Ideologien
- Wissenschaft oder Technik an die Stelle Gottes setzen
- Materiellen Wohlstand zum höchsten Lebensmaßstab machen
- Leben, als hätte Gott kein Recht zu gebieten
- Systematische Bevorzugung von Freizeit gegenüber Gott

E. Aberglaube, Okkultismus und verbotene Praktiken

- Horoskope konsultieren und an sie glauben
- Astrologie als Lebenswegweiser ansehen
- Teilnahme an spiritistischen Sitzungen
- Aufsuchen von Wahrsagern, Kartenlegern oder Medien
- Verwendung von Amuletten mit abergläubischem Vertrauen
- Praktizieren von Reiki, Magie oder „Energieheilungen“
- Glaube an unpersönliche Energien statt an Gott
- Zuschreibung göttlicher Kräfte an Gegenstände
- Schutz außerhalb Gottes suchen
- Teilnahme an esoterischen Ritualen
- Vermischung des christlichen Glaubens mit heidnischen Praktiken

---

F. Respektlosigkeit und Entweihung

- Verachtung oder Spott gegenüber heiligen Dingen
- Gebrauch des Namens Gottes ohne Ehrfurcht
- Entweihung heiliger Orte, Gegenstände oder Zeiten
- Bewusst respektloses Beten
- Verwendung religiöser Bilder als bloße Dekoration
- Kommerzialisierung des Heiligen
- Spott über das Heilige oder über die Sakramente

G. Religiöse Gleichgültigkeit und Lauheit

- Leben, als gäbe es Gott nicht
- Kein Interesse an der Kenntnis des Glaubens
- Vollständige Vernachlässigung des Gebets
- Gott im täglichen Leben für bedeutungslos halten
- Reduktion des Glaubens auf bloße kulturelle Tradition
- Unbestimmtes Aufschieben der Bekehrung
- Leben ohne Gottesfurcht
- Kein Kampf gegen gewohnheitsmäßige Sünden
- Sich mit einem minimalen und bequemen Glauben zufriedengeben

---

H. Geistlicher Stolz und falsche Frömmigkeit

- Sich für besser halten als andere, weil man „gläubig“ ist
- Andere im Namen des Glaubens hart verurteilen
- Religion benutzen, um zu herrschen oder zu manipulieren
- Anerkennung für religiöse Praktiken suchen
- Nur beten, um materielle Vorteile zu erlangen
- Äußere Pflichterfüllung ohne innere Umkehr
- Berechtigte Korrekturen zurückweisen
- Gott für persönliche Interessen instrumentalisieren

---

5. Für eine gute Gewissenserforschung

Bevor du beichtest, frage dich ehrlich:

- Steht Gott wirklich im Zentrum meines Lebens?
- Vertraue ich mehr auf Ihn oder auf meine eigenen Sicherheiten?
- Habe ich Gott durch etwas oder jemanden ersetzt?
- Ist mein Glaube lebendig oder nur kulturell geprägt?

Die Beichte ist keine Formalität: sie bedeutet, **Gott wieder den Platz zu geben, der Ihm**

zusteht, nämlich **den ersten**.

---

6. Schlussfolgerung: Rückkehr zum Herzen des Christentums

Das Erste Gebot ist keine Last, sondern eine **Befreiung**. Wenn Gott den ersten Platz einnimmt, findet alles andere seine richtige Ordnung. Wenn Er ihn nicht einnimmt, gerät alles durcheinander.

Zu diesem Gebot zurückzukehren heißt, zum Wesentlichen zurückzukehren. Und es gibt heute nichts Aktuelleres, nichts Revolutionäreres und nichts Notwendigeres, als **Gott über alles zu lieben**.