

Was Besinnungstage kennzeichnet

Tage der Besinnung beim Opus Dei folgen einem bewährten Muster, das vielfältig variiert werden kann.

Dauer

Tage der Besinnung dauern meist drei volle Tage: eine kostbare Zeitinvestition, die es maximal zu nutzen gilt. Es wird dringend empfohlen, die Teilnahme nicht abzukürzen oder zu unterbrechen. Bewährt haben sich besonders Termine von Donnergabend bis Sonntagnachmittag, die Berufstätige am einfachsten mit ihren familiären und beruflichen Verpflichtungen vereinbaren können. Ein bloßes Wochenende reicht erfahrungsgemäß nicht aus.

Ort

Der deutschen Region des Opus Dei stehen zwei geeignete Tagungshäuser in ruhiger ländlicher Umgebung zur Verfügung, in denen die meisten Besinnungstage stattfinden: Haus Hardtberg am Eifelrand bei Euskirchen und Zieglerhof in Ettal, Oberbayern.

Klima der Sammlung – Schweigen

Ein Klima der Ruhe und der Sammlung fördert das persönliche Nachdenken und Beten. Deshalb herrscht nach alter Tradition äußeres Schweigen: Spontane Gespräche – „small talk“ – werden möglichst vermieden. Bei Tisch wird aus einem passenden Buch vorgelesen. Gesprächsrunden, Workshops, abendliche Beisammensein usw., wie sie bei Seminaren und Tagungen stattfinden, gehören nicht zum Profil von Besinnungstagen.

Entsprechend wird den Teilnehmern geraten, während dieser Tage auf Handy, SMS- und e-Mail-Verkehr zu verzichten, soweit dies möglich ist. Häufig werden die Angehörigen dieses äußere Verstummen mittragen.

Erholung, Gebet, Lektüre

Zwischen den einzelnen Veranstaltungen liegen immer wieder „freie“ Zeiten für die nötige Erholung, das persönliche Gebet und die geistliche Lektüre.

Am besten nutzt man diese Zeit, wenn man oft, lange und ganz für sich allein in der Kapelle vor dem Tabernakel betet, in dem Jesus Christus unter der Gestalt von Brot leibhaftig gegenwärtig ist.

Ratsam ist auch, das Neue Testament und den Katechismus der Katholischen Kirche zu lesen. Eine Auswahl weiterer geeigneter Bücher findet sich in der kleinen Bibliothek der Vorkapelle.

Gewissenserforschung, Vorsätze

Wer die Tage so angeht, wird sein Gewissen wie von selbst erforschen, sein Leben ehrlich auf den Prüfstand stellen: Was wiegt schwer vor Gott und meinen Mitmenschen? Was lastet auf mir? Was muss ich abstellen? Was muss ich anfangen? Wer sich vor Gott nicht verstellt und versteckt, erkennt in seinem Licht die Wahrheit über sich selbst, bereut, was daran Sünde war, schöpft Vertrauen in Jesus Christus und hört seine Einladung, besser zu werden.

Doch seltsam: Wenn man sich nur pauschal vornimmt, besser zu werden und nicht mehr zu sündigen, hält das nicht lange an. Eine Frucht gut genutzter Besinnungstage sind vielmehr wenige, konkrete und tragfähige Vorsätze für den Alltag. Manche Vorsätze kommen spontan aus eigener Einsicht, andere klären sich im vertrauensvollen Gespräch mit dem Priester. So oder so entdeckt man mit Gottes Hilfe, welche kleinen oder auch großen Bereiche seines Lebens man neu ordnen und verbessern muss – und wie man das dann im Alltag gezielt und realistisch einüben kann.

Gespräch mit dem Priester und Beichte

Zu Fragen, die der Einzelne mitbringt oder die sich im Laufe der Besinnungstage stellen, empfiehlt sich ein persönliches Gespräch mit dem Priester. Er hat genügend Zeit dafür. Man sollte ihn frühzeitig auf einen Termin ansprechen. Wenn nötig, kommt ein zweiter Priester zu den Besinnungstagen hinzu, damit alle Teilnehmer Gelegenheit zum Gespräch bekommen.

Bei diesen Gesprächen besteht Gelegenheit, das Bußsakrament zu empfangen. Dem Unkundigen wird der Priester gerne erklären, wie man eine Beichte gut vorbereitet und ablegt.

Weitere Beichtgelegenheiten bietet der Priester, indem er sich zu bestimmten Zeiten im Beichtstuhl bereithält. Diese Zeiten werden eigens bekanntgegeben.

Im Bußsakrament befreit uns Gott von allen Sünden. Je aufrichtiger man beichtet, umso mehr Gnaden empfängt man. Der Heilige Geist kehrt zu dem zurück, der von schwerer Schuld beladen war und nun von neuem den Leib Christi in der Heiligen Kommunion empfangen darf.