

## Zo functioneert de biecht

Aan het begin van het gesprek is het goed je even kort voor te stellen aan de priester. Als het lang geleden is dat je gebiecht hebt, wordt het op prijs gesteld als je dat even zegt. Begin de biecht met het maken van een kruisteken. Aan het einde van het biechtgesprek kan je het volgende gebed uitspreken:

*Heer mijn God, ik heb echt berouw en betreur het dat ik kwaad heb gedaan, en het goede heb nagelaten.*

*Door mijn zonden heb ik U beledigd Die mijn hoogste goed zijt, en alle liefde waardig.*

*Het is mijn vaste voornemen mij met de hulp van uw genade te bekeren, en niet meer te zondigen, en te vermijden wat tot zonde kan leiden.*

*Heer, wees mij genadig omwille van het lijden*

*van onze Verlosser, Jezus Christus.*

De priester strekt dan de handen (of alleen de rechterhand) uit over je hoofd en geeft de absolute:

*God, de almachtige Vader, heeft de wereld met zich verzoend door de dood en de verrijzenis van zijn Zoon, en de heilige Geest uitgestort tot vergeving van de zonden; Hij schenke u door het dienstwerk van de Kerk vrijspraak en vrede.*

*En ik ontsla u van uw zonden, in de naam van de Vader en de Zoon en de heilige Geest.*

Je antwoordt met 'Amen' en je maakt weer een kruisteken. De priester kan aan het einde van de biecht een passende 'boete' opleggen, om de zonden goed te maken. Het gaat daarbij meestal om een gebed.

### Meer weten?

*Tussen goed en kwaad*, Halewijn, 2010

*Gebroken bestaan: rituelen rond vergeving en verzoening*, Gerard Lukken, 1998

*De macht om te vergeven*, Lytta Basset, Averbode, 2001

### Deze folder wordt u aangeboden door:



Uitgave, april 2012

© Adveniat geloofseducatie, Baarn (NL), [www.adveniat.nl](http://www.adveniat.nl), [www.reliboek.eu](http://www.reliboek.eu)

Verdeling in België: Halewijn, Antwerpen, [www.halewijn.info](http://www.halewijn.info)

Tekst: Sophie De Villeneuve / Vertaling: Liesbeth Stalmeier

Oorspronkelijke titel: *Et si j'allais me confesser?* Fiches Croire © Bayard Presse, Parijs

## Zal ik gaan biechten?



### Folders GELOVEN

Antwoord op uw vragen over leven en geloof



*Ik ga niet biechten om interessante dingen op het spoor te komen, of omdat ik uit ben op een advies. Ik ga biechten omdat ik mijzelf aan de liefdevolle kracht van God mag toevertrouwen. Daar heb ik genoeg aan, dat geeft mij vreugde en vrede.*

Carlo Maria Kardinaal Martini

## Biechten – hoe gaat dat in zijn werk?

Het sacrament van boete en verzoening, zoals de biecht tegenwoordig genoemd wordt, is in de loop van de tijd erg veranderd. Steeds meer christenen – vooral jonge mensen – herontdekken dit sacrament, dat lang in de vergetelheid was geraakt. Voor hen is het nieuw. En dat is goed! Vroeger was de biecht vaak een afschrikwekkend gebeuren: je moest een lijstje maken van je zonden, je geweten grondig onderzoeken en dan tenslotte in een biechtstoel neerknielen en je fouten bekennen. En o wee, als je er één vergat!

Vandaag wordt het sacrament van boete en verzoening gelukkig vooral als een mogelijkheid gezien om met een priester in gesprek te gaan. Niet zomaar een gesprek, maar een vertrouwensgesprek dat wordt gedragen door gebed. Het sacrament van boete en verzoening is een goede manier om direct en persoonlijk met God te kunnen praten. Biechten betekent dat je God ontmoet, met al je sterke punten en met je fouten, zoals je bent. En het betekent dat je verlangt naar vergeving. ●



## Waarom zou je biechten?

Ieder van ons heeft van tijd tot tijd de wens om de balans op te maken van zijn leven. Ieder van ons heeft weleens te maken met problemen, privé en op het werk. Soms neem je een goede beslissing, maar soms niet. Je gebruikt weleens woorden waar je later spijt van hebt, en soms hebben je woorden iets moois teweeggebracht. Er zijn gevoelens die pijnlijk zijn, die je in verwarring brengen of je zelfs beschadigen.

Ernstige misdragingen kunnen je geweten belasten. Biechten wil zeggen, dat je je met behulp van een priester onder de hoede van God stelt. Dan voel je diep in je hart dat de Heer van je houdt en dat Hij je vergeeft.

## Zo kun je je voorbereiden

Het is belangrijk om je voor te bereiden, zodat je je op het moment zelf helemaal kunt richten op het biechten. Het is niet nodig een lijstje te maken van je zonden. Het

is evenmin nodig jezelf te onderwerpen aan een al te streng gewetensonderzoek om je slechte woorden en daden op het spoor te komen. Het gaat erom, dat je in alle openheid en oprechtheid tot de kern van het leven komt. Ter voorbereiding kun je bijvoorbeeld een tekst uit het Evangelie kiezen, die op dat ogenblik van toepassing is op je levenssituatie en waarover je graag met de priester wilt praten.

## Wees dankbaar!

Waarom zou je de biecht niet beginnen met het uiten van je dankbaarheid? Je kunt God bijvoorbeeld bedanken voor een beproeving die je hebt doorstaan, voor de kleine lichtpuntjes van alledag of voor gelukservaringen. Als je God hiervoor kunt bedanken, ervaar je bewust zijn aanwezigheid en zijn handelen in de goede

## 'Heer, U weet alles, U weet toch dat ik van U houd'

Johannes 21,17

momenten van het leven. Biechten betekent ook dat je uitkomt voor je geloof en dat je laat zien dat je God in het middelpunt plaatst. Zo laten wij Hem weten, dat wij het 'werktuig' willen zijn van zijn handelen en dat er niets kan gebeuren zonder zijn werkzame kracht.

## Problemen erkennen

Bij de biecht gaat het er niet om dat je simpelweg al je zonden opnoemt – ook al helpt dat wel om je bewust te worden van alles waardoor er afstand is gegroeid tussen jou en God. Leg alles waarmee je in het reine wilt komen, bij God neer. Het gaat dan vaak om bepaalde houdingen of gevoelens die we maar al te goed kennen, zoals hoogmoed, afgunst

en woede. Misschien is er iemand, met wie je tot je spijt geen oprechte relatie kunt opbouwen. Misschien zijn er wensen of verlangens, die je uit je evenwicht hebben gebracht. Biechten wil zeggen dat je voor God gaat staan en Hem smeekt om genezing en vergeving. Het betekent dat we God vragen ons te louteren en ons te bevrijden van onze traagheid en onze twijfels. We doen een beroep op zijn liefde – een liefde die ons meeneemt, die ons weer wil oprichten en ons wil vervolmaken.

## Terug naar God

Het einde van de biecht bestaat uit een gebed. Voordat de priester in de naam van God de woorden van

vergeving uitspreekt en de absolutie geeft, kan hij nog een passende tekst uit het Evangelie lezen. Het kan zijn dat hij degene die komt biechten, nog enkele adviezen meegeeft. Het is van belang dat de biecht oprecht is. De vrede en de vreugde die daaruit voortkomen, zijn de vrucht van een welgemeende terugkeer naar God. Zo kan de biecht je vrij en gelukkig maken.

## En nu?

Bij de biecht hoort de wil en de vastberadenheid om het in de toekomst anders te doen. Dit geldt vooral als het zwaarwegende fouten waren. Soms is het nodig je leven helemaal opnieuw in te richten. Vergeving is altijd een nieuw begin. Wie zich weet los te rukken van het kwaad, wordt gedragen door de kracht van God. ●

## Moet je vaak biechten?

● Dat is heel persoonlijk. Het heeft ook te maken met de last die op je schouders drukt. Veel mensen vinden het moeilijk om te biechten en doen het bijna nooit. Anderen vinden daarentegen dat de biecht hun goed doet, en biechten daarom regelmatig. Wie een echt christelijk leven nastreeft, kan het beste twee keer per jaar biechten.

## Mag een priester indiscrete vragen stellen?

● Een priester zal degene die hem zijn leven toevertrouwt, met goedheid tegemoet treden, zoals God zelf dat doet. Natuurlijk kan de priester vragen stellen die zijn bedoeld om u te helpen de weg naar de waarheid te vinden. Maar hij zal zich altijd discreet en respectvol opstellen. Over privé-zaken, zoals het huwelijksleven, zal hij alleen praten als u dat zelf wilt.

## Zijn er zonden die zwaarder zijn dan andere?

● Ja, natuurlijk. Diefstal, moord en het vertellen van leugens zijn zware zonden. Maar er zijn ook andere zonden, die de relatie met God, met onze medemens en met onszelf verstoren. We

moeten een eerlijke inschatting maken van onze houding om het goede van het kwade te kunnen onderscheiden. Daarom moeten we ons geweten grondig onderzoeken.

## Waar kan ik biechten?

● In de parochie kunt u altijd terecht om te biechten. Informeer naar de mogelijkheden: is het nodig een afspraak te maken met een priester, of zijn er dagen (bijvoorbeeld rondom de kerkelijke feestdagen) dat er voor iedereen gelegenheid is om te biechten? Om het sacrament van de biecht te kunnen ontvangen, moet de gelovige gedoopt zijn. Maar niemand houdt u tegen om een priester op te zoeken voor een gesprek.

## Mag ik alles zeggen, bij de biecht?

● Een priester is geen psychotherapeut. Als u echt uw ziel zou willen blootleggen, is een zekere terughoudendheid geboden. Met een priester kunt u wel over alles praten: over uw beroep, over uw gezinsleven, over uw huwelijk. Omdat hij gebonden is aan het biechtgeheim, mag hij niets naar buiten brengen van wat hij heeft gehoord.

