

Eenvoudige gids bij de biecht

Godzoekers.org

Sacrament van de Biecht

Sacrament van de biecht of van de verzoening? Het gaat uiteraard om hetzelfde sacrament! De term 'biecht' is soms negatief geladen: het focust op het 'opbiechten' van wat je fout hebt gedaan. De term 'verzoening' is wat positiever: het legt de nadruk op het doel van het belijden van je fouten, namelijk een nieuw begin, een nieuwe kans, het dichterbij God komen.

In de mate van je groei op de weg van het Evangelie, voel je het verlangen naar een leven in een grotere volheid. Daardoor word je meer gevoelig voor wat in je leven nog beter kan. Het is niet de bedoeling dat we ons ongelukkig maken over onze fouten. Het gaat vooral over dat positieve verlangen om ervan te leren, te groeien, en over ons vertrouwen op Gods barmhartige vergeving.

Inleiding

Een waarachtige viering van het sacrament van de verzoening veronderstelt dat je erkent dat je tekort bent geschoten in de liefde tot God en tot je medemens, dat je daar spijt over hebt en dat in je hart het verlangen leeft naar een nieuw begin. Je kan de wil tot bekering* laten groeien in je hart door tijd te nemen voor gebed.

** Bekering heeft een dubbele beweging. Het gaat over je afkeren van het kwaad, je fouten eerlijk onder ogen zien en daar spijt over hebben; je keert je af van de duisternis in je leven. Maar ook gaat het over je toekeren naar God, verlangen om dichterbij Hem te komen, leven in zijn Licht.*

Viering of gesprek

Er zijn twee vormen om het Sacrament van de verzoening te ontvangen:

- de gemeenschappelijke biechtviering
- het individuele biechtgesprek

Elke pastorale eenheid biedt tijdens de Goede Week een gemeenschappelijke biechtviering aan. De Kerk raadt namelijk aan om in de voorbereiding op Pasen het sacrament van de verzoening te ontvangen. In zo'n viering zijn er liederen, gebeden, Schriftlezing(en) rond dit thema en een begeleid gewetensonderzoek. Vervolgens worden de aanwezigen uitgenodigd om naar de priester te komen voor een korte belijdenis en de vergeving te ontvangen.

In sommige kerken (meestal kloosterkerken en bedevaartkerken) kan je op vaste tijdstippen terecht voor een individueel biechtgesprek. In de meeste parochies is dat niet het geval. Daar maak je best een afspraak met de priester. Het biechtgesprek kan plaatsvinden in de kerk, maar ook in de ontvangstkamer van de pastorie. Je kan zeker jouw voorkeur uitdrukken. Door het persoonlijk karakter van een biechtgesprek, is er meestal ook meer tijd om dit gesprek te voeren.

Vroeger gebeurde het sacrament van de verzoening steevast in de biechtstoel. Tegenwoordig wordt meer en meer de mogelijkheid aangeboden om het sacrament in een gespreksruimte te ontvangen.

Gewetensonderzoek

Het verlangen naar verzoening begint bij het luisteren naar de innerlijke stem van je geweten*. We noemen dit een gewetensonderzoek.

** God heeft aan de mens de kennis van goed en kwaad geschonken. Dat bedoelen we met 'geweten'. Als je eerlijk naar je geweten luistert, voel je van binnenuit hoe je in een bepaalde situatie het best kan handelen. Als we van het rechte pad afdwalen, voelen we ons geweten knagen. We kunnen ons geweten ook vormen en fijngevoeliger maken, bv. door gebed en het lezen van de Schrift.*

Denk even na over wat er in de afgelopen tijd fout ging. Welke dingen liggen op je hart? Wat wil je voor de Heer brengen? Dit gewetensonderzoek is een eerste fase van het sacrament van de verzoening en het begint nog voor je in de biechtstoel zit of tegenover een priester. Maak het stil in je hart en probeer met een oprecht en open houding je geweten te onderzoeken. Het kan helpen om enkele dingen te noteren, dit briefje kan je nadien ook gerust meenemen naar de kerk. Maak het daarom niet te lang, maar schets kort wat er precies fout liep. De biecht is immers geen therapie of psychologisch gesprek.

Hier vind je enkele suggesties voor een gewetensonderzoek:

*God, ik dank U dat Gij mij zo graag ziet,
dat Gij mij, ondanks mijn fouten, vergeeft.
Ik dank U, want Gij houdt van mij zoals ik vandaag ben,
en Gij nodigt mij uit ...*

- om mijn hart te openen voor uw vergeving, in plaats van verlamd te blijven bij mijn ontgoocheling en zwakheid.
- om mij meer te laten helpen door de mensen met wie ik verbonden ben, in plaats van alles zelf naar eigen inzicht te willen organiseren.
- om tijd te maken voor stilte en gebed, en U 's avonds te danken voor de voorbije dag.
- om bewust en zorgzaam te genieten van de gaven van uw schepping.
- om sober en eerlijk om te gaan met geld.
- om minder tijd te verspillen aan oppervlakkige dingen, en te zoeken naar wat echt geluk en vrede schenkt.
- om goed om te gaan met computer, internet en gsm.
- om van mijn overvloed te delen met mensen in nood.
- om de waarheid niet te verdraaien, maar om ze te zoeken.
- om mijn koppigheid af te leggen en mijn ongelijk toe te geven.
- om te aanvaarden dat huisgenoten, gezinsleden, vrienden, collega's anders zijn dan ik.
- om mij niet als rechter op te stellen over anderen.
- om geduldig te zijn tegenover anderen en tegenover mezelf.
- om te werken aan een positieve geest in mijn gezin en familie.
- om zelf mild en barmhartig te zijn, en van harte te vergeven.
- om bescheiden te denken over mijzelf en mij niet groter of belangrijker te willen tonen ten koste van anderen.
- om tijd vrij te maken voor mensen uit mijn omgeving die oud, ziek of kwetsbaar zijn.
- om te zoeken naar gezonde ontspanning voor mijn lichaam en geest.
- om te groeien in zuiverheid.
- om een concreet gebaar van hulp te proberen bieden wanneer mensen een beroep op mij doen.
- om na te gaan hoe ik mee kan helpen aan de opbouw van de christelijke geloofsgemeenschap.
- om de viering van de eucharistie een plaats te geven in mijn gelovig leven.
- om in mijn omgeving te durven getuigen dat ik christen ben, zoekend maar oprecht.
- om dankbaar te zijn voor al het goede dat ik in mijn leven mag ervaren.
- om echt mee te leven met het verdriet en de vreugde van anderen.
- om ...

Begroeting door de priester

De viering begint met het kruisteken, dat de priester en jij samen maken, op jouw aangeven. Vervolgens nodigt de priester je met enkele eenvoudige woorden uit om je open te stellen voor Gods barmhartigheid en je tekorten en zonden in Gods handen te leggen.

bv.:

*Moge de Heer Jezus je ontvangen.
Hij is immers niet gekomen om rechtvaardigen te roepen, maar zondaars.
Stel je vertrouwen op Hem.*

of

*Moge de genade van de heilige Geest je hart verlichten,
opdat je vrijmoedig je zonden belijdt
en de barmhartigheid van God ondervindt.*

Je hart uitspreken

Zonde heeft altijd te maken met wat onze relatie tot God kwetst. We kunnen tegenover God erkennen waar we zijn tekort geschoten in liefde, omdat we juist ook mogen vertrouwen op zijn vergeving en bereidheid tot verzoening. Probeer dat te doen zonder omhaal van woorden of scrupulositeit, maar eenvoudig en oprecht.

Gods barmhartigheid

In zijn antwoord op wat hij beluisterde, zal de priester je aansporen tot het vertrouwen dat je door de kracht van Christus' verrijzenis van Godswege werkelijk opnieuw mag beginnen. Net zoals de parabel van de verloren zoon, ontvangt Hij je weer barmhartig met open armen! Daarnaast zal hij je een boetewerk* voorstellen in de vorm van een gebed of een daad van verzoening, dienstbaarheid of barmhartigheid.

** Boetewerk betekent letterlijk 'herstel', in de context van de biecht verwijst het naar de actie die je kan ondernemen om daadwerkelijk aan God te laten zien dat je Zijn vergeving ter harte neemt.*

Uitnodiging tot gebed

Vervolgens vraagt de priester je om door een gebed uitdrukking te geven aan je berouw* en je verlangen naar een nieuw begin.

** Berouw is het gevoel van het knagend geweten. Het besef dat je aspecten van de volheid van het leven aan je voorbij laat gaan en het verlangen om terug aandacht te besteden aan Gods pad voor ons.*

bv.:

*Gedenk uw barmhartigheid, Heer,
uw altijd geschonken ontferming.
Herinner u niet het kwaad dat ik deed
maar denk aan mij met erbarmen
omdat Gij goed zijt, Heer.*

of

God, barmhartige Vader,

*zoals de verloren zoon keer ik tot U terug en zeg:
'Ik heb misdaan tegen U.'
Jezus Christus, Verlosser van de wereld,
zoals de goede moordenaar
voor wie Gij de toegang tot het paradijs hebt ontsloten,
vraag ik U: 'Denk aan mij, Heer, in uw koninkrijk.'
Heilige Geest, bron van liefde, vol vertrouwen roep ik U aan:
'Zuiver mij; laat mij leven als een kind van het licht.'*

of

*God, ontferm U over mij in uw barmhartigheid.
Wend uw ogen af van mijn gebreken,
scheld mij al mijn schulden kwijt.
Scheep in mij een zuiver hart, mijn God,
geef mij weer een vastberaden geest.*

Gods vergiffenis

Nu volgt het kernmoment van de viering: in naam van Christus en de Kerk spreekt de priester Gods vergiffenis over je uit. Hij strekt daarbij zijn handen uit over je hoofd – een gebaar van zegen – en maakt op het einde van het gebed een kruisteken. Je kan samen met hem het kruisteken maken, en het gebed van de absolutie* beamen.

** Absolutie betekent kwijschelding of het wegnemen van je zonden. God schenkt je Zijn vergeving.*

*God, de barmhartige 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 vrij spraak en vrede.
En ik ontsla u van uw zonden
in de naam van de Vader en de Zoon +
en de heilige Geest.
- Amen.*

Dankzegging

Ten slotte wordt je op weg gezonden met een bemoedigend woord, opnieuw geput uit de Schrift:

De Heer heeft uw zonden vergeven. Ga in vrede.

Verzoening en vrede: dat is de uiteindelijke bedoeling van de biecht.

Het is goed om na het gesprek nog even in de kerk met een dankbaar hart terug te kijken op je ontmoeting met de Heer. Het vraagt soms tijd om de vreugde van Gods vergeving ten volle te laten doordringen.

Bij het verlaten van de kerk kan je eventueel ook nog een gebaar stellen door naar het wijwatervat te gaan en een kruisteken te maken met wijwater. Gods vergeving heeft je hart opnieuw zuiver gewassen en nieuwe toekomst voor je geopend. Je kan weer voluit leven van de vreugde van het Evangelie!

Tip: denk op de terugweg alvast even na hoe je je boetewerk kan aanpakken!

Het wonder van Gods barmhartigheid

*Een oud joods verhaal stelt
dat iedere mens met een onzichtbare draad
met God verbonden is.
Wanneer we zondigen of kwaad doen,
dan knippen we die draad als het ware door.
Wanneer we dan vervolgens spijt krijgen
en naar God terugkeren,
dan knoopt God de uiteinden van de draad
opnieuw aan elkaar.
Met als merkwaardig gevolg dat de draad korter is geworden
en we dus dichterbij God zijn gekomen.
Dit is het wonder van Gods barmhartigheid:
zijn vergeving is niet 'onder voorwaarde', maar 'van harte'!*

Bron:

<https://www.ottheo.be/artikel/biechten-nooit-bekeken> - Lieve Wouters