



Hjälp för bikten – biktspegel

Bikten eller försoningens sakrament är en stor gåva Gud har gett oss. Att bära på synder och nederlag är en onödig och tung börda. Genom sin död och uppståndelse har Jesus besekrat det onda. Han förlåter oss, ja, han kan vända det onda till något gott, även våra synder. Därför har han gett oss försoningens sakrament, där vi kan överlämna allt till honom. Genom prästen lyssnar Kristus på oss och han ger oss förlåtelse för våra synder. Därför är bikten en glädjefull fest! Du får möta Kristus som visar att han verkligen älskar dig och är lycklig över att du kommer till honom och öppnar dig. När du biktar dig, visar du att du litar på honom.

Kyrkans gamla regel säger att man ska bikta sig minst en gång om året. Men varför bära sina bördor en lång tid? Bikta dig ofta! Lev i kärleken! Bli fri!

Det är bra att förbereda sig inför bikten. Det gör vi genom bön och samvetsrannsakan. En biktspegel kan vara en god hjälp. Biktspegeln nedan kan hjälpa oss att se vårt liv i ljuset av tio Guds bud.

1. Har jag tackat Gud för min existens och för allt det goda han skänker mig? Har jag varit högmodig och fåfäng? Har jag kommit ihåg att be? Har jag litat mer på människor än på Gud?
2. Har jag använt Guds namn respektlöst eller svurit?
3. Har jag låtit bli att delta i söndagens mässa?
4. Har jag försökt glädja mina föräldrar? Har jag visat dem respekt?
5. Har jag tänkt på att alla är skapade av Gud och har sin mänskliga värdighet? Har jag mobbat någon, varit våldsam? Har jag lockat andra att göra något orätt eller själv gett efter för sådana lockelser. Har jag gjort eller rekommenderat abort? Har jag gjort något som skada mig själv? Har jag förlåtit andra? Har jag bett andra om förlåtelse?
6. Har jag konsumerat porr eller gjort annat som strider mot kroppens helighet, min eller någon annans? Har jag struntat i att sex hör hemma i äktenskapet?
7. Har jag stulit? Har jag medvetet förstört egna eller andras saker? Har jag slösat med jordens resurser?
8. Har jag ljugit? Har jag medvetet gjort eller sagt något som sårat andra? Har jag njutit av att tala illa om andra?
9. Har jag varit avundsjuk, missunnsam eller girig?
10. Har jag försökt ändra mina fel?

Vad är det jag ångrar och behöver bikta?

