**Het sacrament van de verzoening vieren, hoe doe je dat?**

Allereerst is er iemand nodig die met mij de dialoog aangaat. In het sacrament van de verzoening treedt de priester, als levend teken van Jezus Christus, met mij in gesprek. De dialoog vindt plaats door samen te bidden, en al doende leg ik voor wat er in mijn hart leeft aan spijt en verdriet, aan verlangen naar een nieuw begin: ik toon mezelf zoals ik ben, voor de Kerk en voor God. En ik spreek voor hen uit hoe ik mezelf tekort weet schieten tegenover God, tegenover de kerkgemeenschap, mijn broeders en zusters.

Misschien voel je je onwennig om bij een priester te gaan voor een biechtgesprek: omdat je die stap nog nooit hebt gezet, omdat het zo lang geleden is, omdat je het moeilijk hebt om woorden te vinden om je uit te drukken. Wat volgt wil je helpen om het sacrament van de verzoening goed te begrijpen, en om van de viering ervan een positief, bevrijdend gebeuren te maken.

**1. Wat er aan vooraf gaat …**

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. Het vooraf overwegen van een Schrifttekst kan helpen om te luisteren naar de innerlijke stem van je geweten en om van daaruit God reeds te bidden om vergeving. Als zo bij jezelf het voornemen groeit om tot God terug te keren, is zijn Geest al aan het werk.

***Suggestie 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 kuisheid …

- 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 …

**2. Begroeting door de priester**

De viering begint met het kruisteken, dat de priester en jij samen maken. 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.

*De priester zal bijvoorbeeld zeggen:*

Moge de Heer Jezus je ontvangen.

Hij is immers niet gekomen om rechtvaardigen te roepen, maar zondaars.

Stel je vertrouwen op Hem (Lc 5, 32).

*Of nog:*

Moge de genade van de heilige Geest je hart verlichten,

opdat je vrijmoedig je zonden belijdt

en de barmhartigheid van God ondervindt.

**3. Gods Woord beluisteren**

Vervolgens zal de priester je uitnodigen om samen een stukje uit de Schrift te lezen. Je kan eventueel zelf de passage voorstellen die je hebt gelezen als voorbereiding van het biechtgesprek. De Schriftlezing is niet alleen een goed vertrekpunt voor het persoonlijke gewetensonderzoek vooraf, ze vertolkt in de viering ook de oproep tot bekering en richt de aandacht op Gods Liefde en barmhartigheid. Wat in het sacrament van de verzoening eerst komt, is niet de belijdenis van de zonden, maar de verkondiging van Gods geduld met de mens.

**4. Je zonden belijden**

Na de lezing van Gods Woord, dat spreekt over Gods trouwe liefde, volgt de zondebelijdenis. Zonde heeft altijd te maken met onze relatie tot God: zonde is wat het liefdesverbond tussen God en de mensen 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.

Je kan eerst de algemene schuldbelijdenis uitspreken (*Ik belijd voor de almachtige God* … ) en daarna aan de priester je concrete zonden belijden. Probeer dat te doen zonder omhaal van woorden of scrupulositeit, maar eenvoudig en oprecht.

De priester zal, in antwoord op wat hij beluisterde, je aansporen tot het vertrouwen dat je door de kracht van Christus’ verrijzenis van Godswege werkelijk opnieuw mag beginnen. Daarnaast zal hij je een boetewerk voorstellen, een opdracht die je wil helpen om de bekering en het verlangen naar een nieuwe start concreet te maken. Dit boetwerk kan bestaan uit gebed, maar ook uit een daad van verzoening, dienstbaarheid en barmhartigheid.

Vervolgens vraagt de priester je om door een gebed uitdrukking te geven aan je berouw en je verlangen naar een nieuw begin. Dit kan de traditionele akte van berouw zijn of een ander gebed.

***Akte van berouw***

Heer, mijn God, ik heb echt berouw.

Ik 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,

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.

ofwel:

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. *Ps. 25 (24), 6-7*

ofwel:

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.”

ofwel:

God, ontferm U over mij in uw barmhartigheid.

Wend uw ogen af van mijn gebreken,

scheld mij al mijn schulden kwijt.

Schep in mij een zuiver hart, mijn God,

geef mij weer een vastberaden geest. *Ps. 51 (50), 3.11-12*

**5. Vrijspraak krijgen**

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 absolutiegebed beamen.

***Absolutie***

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 vrijspraak en vrede.

En ik ontsla u van uw zonden

in de naam van de Vader en de Zoon +

en de heilige Geest.

*De boeteling antwoordt:* Amen.

**6. Dank zeggen en Gods barmhartigheid belijden**

De viering van de verzoening is begonnen met gebed, ze eindigt er ook mee. Nadat de biechtvader je de verzoening met God heeft aangezegd, nodigt hij je met een psalmvers uit om de barmhartigheid van God te belijden: “*Breng dank aan de Heer, want Hij is genadig*”.

En jij antwoordt met het vervolg van psalm 136: “*Zijn genade duurt in eeuwigheid*”.

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 biechtgesprek nog even in de kerk met een dankbaar hart terug te blikken op je ontmoeting met de Heer. Het vraagt soms tijd om de vreugde van Gods vergeving ten volle te laten doordringen … Een lofpsalm (bijv. psalm 100, 146, 136) kan je helpen om woorden te vinden. Je kan eventueel ook nog een gebaar stellen, door naar de doopvont te gaan en je te bekruisen met het doopwater: het sacrament van de verzoening is een vernieuwing van je doopsel. 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!