



# Helige Johannes Döparen

Ave Maria Publikationer - Gråbröderna

## Firanden av den Helige Johannes Döparen

Johannes Döparens födelse den 24 juni har firats åtminstone sedan 400-talet. Enligt Luk 1:44 nåddes denne den störste av profeterna av frälsningens glädje redan i sin moder Elisabets liv, och därför har hans födelse firats snarare än hans dödsdag (Ur Breviariet).

Döparens Novena I: 15 – 23 juni

Helige Johannes Döparens Födelse: 24 juni

Johannes Döparens stora högtidsdag är hans födelsedag (24 juni), men från 5/600-talen ägnas också en dag åt minnet av hur han avrättades på Herodes order och Herodias önskan (Ur Breviariet).

Döparens Novena II: 20 - 28 augusti

Helige Johannes Döparens Martyrium: 29 augusti

Skyddshelgon för motorvägens trafikanter, vägarbetare, färjeförare, ljusstillverkare, läder- och yllefabrikanter samt för hälsoorter.

### **Litania till Den Helige Johannes Döparen**

Efter litania i Libro delle Novene, 1998

**Herre, förbarma Dig, Herre, förbarma Dig**  
**Kristus, förbarma Dig, Kristus, förbarma Dig**  
**Herre, förbarma Dig, Herre, förbarma Dig**  
**Kristus, hör oss, Kristus, hör oss**  
**Kristus, bönhör oss, Kristus, bönhör oss**  
**Gud Fader i Himmelen, förbarma Dig över oss**  
**Gud Son, världens Frälsare**  
**Gud Helige Ande**  
**Heliga Treenighet, en ende Gud**

**Heliga Maria, Guds Moder, bed för oss**  
**Profeternas Drottning,**  
**Martyrernas Drottning**  
**Helige Josef, alla Heligas förebild**  
**Helige Johannes Döparen**  
**Helige Johannes Döparen, Kristi förelöpare**

Helige Johannes Döparen, du rik av nåd redan från  
moderslivet  
Helige Johannes Döparen, ditt liv var ett glädjebudskap  
för världen  
Helige Johannes Döparen, välsignad av Guds Moder  
redan innan din födelse  
Helige Johannes Döparen, du röst som förbereder  
Herrens vägar  
Helige Johannes Döparen, oförtröttlige förkunnare av  
omvändelsens nödvändighet  
Helige Johannes Döparen, du ärorike förkunnare av  
Rättvisans Sol  
Helige Johannes Döparen, du som döpte Herren Jesus  
Helige Johannes Döparen, du som gav dina lärjungar till  
Herren  
Helige Johannes Döparen, du brinnande och skinande  
ljus för världen  
Helige Johannes Döparen, du renhetens ängel alltifrån  
din födelse  
Helige Johannes Döparen, du Kristi särskilde vän och  
av Honom blev du upphöjd  
Helige Johannes Döparen, du som skådade Himmelen i  
din bön  
Helige Johannes Döparen, du sanningens orädd  
förkunnare  
Helige Johannes Döparen, du röst som ropar i öknen  
Helige Johannes Döparen, du modige i din botgöring  
Helige Johannes Döparen, du förebild i den djupaste  
ödmjukheten

Helige Johannes Döparen, du ärorike martyr för Guds  
Heliga Lags skull

Helige Johannes Döparen, du som så fullkomligt  
uppfyllde din kallelse i denna värld

Helige Johannes Döparen, du den främste av alla  
profeter

Helige Johannes Döparen, du martyrernas lysande  
föredöme

Helige Johannes Döparen, du de Gudsvigdas strålande  
förebild

Helige Johannes Döparen, du stöd för dem som  
förkunnar trons sanningar

Helige Johannes Döparen, tröst för de fångna och  
bedrövade

Helige Johannes Döparen, du ljus för dem som lider av  
mörkret i sin själ

Helige Johannes Döparen, du de onda andarnas pina

Helige Johannes Döparen, du de döendes tröstare

Helige Johannes Döparen, du Kyrkans Beskyddare

Guds Lamm, som borttager världens synder,  
förskona oss, o Herre

Guds Lamm, som borttager världens synder,  
bönhör oss, o Herre

Guds Lamm, som borttager världens synder,  
förbarma Dig över oss, o Herre

**F** Bed för oss, Helige Johannes Döparen,

**Alla** att vi blir värdiga Kristi löften.

**F** Låt oss be. Allsmäktige Gud, Du sände den Helige  
Johannes Döparen att gå före Herren Jesus Kristus och

bereda ett folk åt Honom, skänk oss Din Andes nåd och glädje och styr våra fötter in på fredens och frälsningens väg. Genom Jesus Kristus, vår Herre.

**Alla Amen.**

### **Bön inför Johannes Döparens ikon**

Ur S:t Johannes Chrysostomus' Liturgi – om denna ikon finns i din bönevrå  
Om du tycker att nästa novenabön är för lång inför Döparens novena två gånger per år, kan du använda följande bön som novenabön.

De rättfärdigas minne firas med lovsånger. Men för dig, o Förelöpare, är Herrens vittnesbörd tillräckligt. För i sanning framträder du som den ärevördigaste bland profeterna, för du aktades värdig att i floden döpa Honom, som du förkunnade. Därför har du ock, sedan du lidit för sanningen för dem som är i dödsriket förkunnat den i köttet uppenbarade Guden, som borttager världens synder och förlänar oss stor nåd.

### **Novena till Den Helige Johannes Döparen**

Gammal avlatsbön, Helige Pius X, 9 jan. 1904

Ärorike Helige Johannes Döparen, du den störste av alla profeter född av kvinna, du var redan helgad i din moders liv och levde ett liv i renhet och fullkomlighet. Även om du redan levde i helighet ville du dra dig tillbaka ut i öknen för att leva ett liv i bot och späkning. Bed för oss till din Herre om nåden att fullkomligt kunna frigöra oss, åtminstone i våra hjärtan, från denna världens goda och att leva i kristen självförnekelse genom inre stillhet, tystnad och i den heliga bönen's anda.

Fader vår, Var hälsad Maria, Ära vare Fadern.

Ivrige Apostel, utan att blända andra med underverk, ledde du människor till omvändelse och bot genom föredömet av ditt liv i botgöring och kraften i dina ord. Du förberedde troget många att värdigt ta emot Messias och att lyssna på Hans himmelska lära. Helige Johannes Döparen, hjälp oss genom din förbön att leva ett heligt liv så att även vi kan leda många själar till Gud, särskilt de själar som är indragna i villfarelsens, okunnighetens och lasternas mörker.

Fader vår, Var hälsad Maria, Ära vare Fadern.

Obesegrade Martyr, som för Guds ära och själarnas frälsning stod orubblig inför Herodes syndiga levnadsätt, även inför hotet om att bli dödad. Orädd anklagade du Herodes öppet för hans onda och lidelsefulla liv. Be för oss om ett hjärta utan rädsla, som är modigt och generöst att vi kan övervinna rädsla inför andra och öppet bekänna vår tro i lojal lydnad till vår Gudomlige Mästare, Jesu Kristi, lära.

Fader vår, Var hälsad Maria, Ära vare Fadern.

**F** Bed för oss, Helige Johannes Döparen.

**Alla** Att vi blir värdiga Kristi löften.

**F** Låt oss be. Gud, vår Fader, Du gjorde den Helige Johannes Döparen till Kristi förelöpare i såväl födelsen som döden. Låt oss kämpa för att tron bevaras ren och oavkortad med samma glöd som gjorde honom till en sanningens och rättvisans martyr. Genom Jesus Kristus, vår Herre.

**Alla** Amen.

**Bön om Hjälptill Omvändelse**

Pater Joseph Maria Nilsson OFMConv  
Passande bön att be inför bikten

**Helige Johannes Döparen, du älskade släkting och vän till vår Herre Jesus Kristus.**

När jag ser på ditt liv börjar jag ifrågasätta mitt eget sätt att leva.

Under hela din existens på jorden prioriterade du Guds rättigheter över dig och alla människors liv. Du valde inte din egen bekvämlighet och lät inte det som vi anser vara naturligt diktera hur du skulle leva. Hjälp mig, Helige Johannes, för jag gör oftast det motsatta.

Jag vill inte gå miste om den eviga glädjen i Himmelen bara för att jag lever ett oheligt liv och försöker ta ut det goda nu!

Du kan hjälpa mig, så som du har hjälpt många andra.

Led mig på den rätta vägen, på den dagliga omvändelsens väg.

Inspirera mig till att söka Gud över och före allt annat.

Viska till min själ de goda råd som du kan ge mig, så att jag inte blir lurad när världen skriker ut sitt självcentrerade och självupptagna budskap.

Helige Johannes, jag menar allvar med min bön om hjälp.

Den fullkomligheten, som Herren uppmanar oss till, söker jag inte bara som en dekoration i mitt liv! Jag vill verkligen tillhöra Herren helhjärtat, som du gjorde redan här under ditt jordiska liv. Du kan hjälpa mig att leva enligt Guds plan. Du kan leda mig ut genom självhävdelsens, egoismens och sinnlighetens öken, så

att jag når fram till den fullkomliga friheten för vilken jag blivit skapad.

Helige Johannes, jag viger min omvändelse till dig.

Låt mig få tacka dig i evigheten för att du inte har övergett mig i en kamp som annars säkert skulle vara hopplös. Amen.

Ära vare Fadern...

### **Ånger- och Botlitania**

Ur *Pregate, Pregate, Pregate*, 1981

Herre, förbarma Dig, Herre, förbarma Dig

Kristus, förbarma Dig, Kristus, förbarma Dig

Herre, förbarma Dig, Herre, förbarma Dig

Kristus, hör oss, Kristus, hör oss

Kristus, bönhör oss, Kristus, bönhör oss

Gud Fader i Himmelen, förbarma Dig över oss

Gud Son, världens Frälsare

Gud, Helige Ande

Heliga Treenighet, en ende Gud

Heliga Guds Moder, du syndarnas Moder och Tillflykt,  
Bed för oss

Helige Johannes Döparen, du som uppmanade alla till  
omvändelse och bot, Bed för oss

Gud, Du som uppenbarar Din allsmäktighet och Din  
godhet genom att visa tålamod, förbarma Dig över  
oss

Gud, Du som tålmodigt väntar på syndarens omvändelse

Gud, Du som kärleksfullt inbjuder till bot

Gud, Du som gläder Dig över varje människas  
omvändelse



Över att ha syndat, min Gud, *jag ångrar mig av hela mitt hjärta*

Över att ha överträtt Dina Heliga Bud

Över att ha syndat i tankar, ord och gärningar

Över att ha syndat genom att inte ha gjort det som är gott och som Du förväntade Dig av mig

Över att ha syndat inför Ditt Heliga Anlete

Över att ha syndat genom att dåligt ha använt mig av Dina gåvor

Över att ha syndat genom att ställa mina lidelser och onda böjelser före Dig i mitt liv

Över att ha gått bort från Din kärleksfulla närvaro genom synden

Över att ha förlorat alla de förtjänster som jag hade vunnit genom mina dygder

Över att ha förlorat min plats i Himmelen

Över att ha förtjänat Dina rättvisa straff

Över att ha ringaktat Kristi lidande för mig

Över att inte ha fruktat Din allsmäktighet

Över att ha ignorerat Din kärlek

Över att ha missbrukat Din godhet och Ditt tålmod

Över att ha förnyat Din Gudomlige Sons lidande

Över att min synd förolämpar Dig, mitt Högsta Goda

För att Du är den som är värd all kärlek före alla och allt annat

För att jag älskar Dig och vill älska Dig över allt annat

I förening med alla de Heliga som gör bot

I förening med den Saliga Jungfrun Maria, som i allt avskyr de minsta av synder

I förening med den smärta som Din Son var tvungen att uthärda för alla mina och hela världens synders skull

Guds Lamm, som borttager världens synder,

förskona oss, o Herre

Guds Lamm, som borttager världens synder,

bönhör oss, o Herre

Guds Lamm, som borttager världens synder,

förbarma Dig över oss, o Herre

**F** Så älskade Gud världen att Han utgav sin enfödde Son **Alla** och genom Hans Sår blir vi helade.

**F** Låt oss be. Allsmäktige Gud, se inte till mina synder, utan vänd Din blick till Din Son, som dog på Korset för mig: det är i Honom, med Honom och genom Honom som jag frambär mitt hjärta fyllt av ånger över att ha förolämpat Dig, men ändå brinnande av längtan att älska Dig, att tjäna Dig bättre och att fly från all synd och alla tillfällen som kan skilja mig från Dig. Du förkastar inte ett botfärdigt och ångeryllt hjärta och jag hoppas med fullt förtroende att Du skall bönhöra mig i Din faderliga kärlek.

**Alla** Amen.

### **Förbarma Dig**

P. Girolamo Savonarola (1452-1498), Dominikan

**Förbarma Dig** över mig, Herre, enligt Din stora barmhärtighet. **Förbarma Dig** över mig, Herre, inte med människornas småaktiga barmhärtighet. Böj Dig till mig, Herre, med Din stora barmhärtighet i vilken Du så har älskat världen att Du utgav Din ende Son. Finns det någon större nåd? Har någon kärlek någonsin gått

längre? Vem kan då förtvivla, i stället för att hoppas och förtrösta? Gud blev människa, och för oss människor blev Han spikad vid Korset. Förbarma Dig över oss, Herre, efter Din stora barmhärtighet i vilken Du utgav Din Son och genom Honom försonade världens synd och utplånade den. I Hans Kors har Du skänkt hela världen ljus och frälsning. Av barmhärtighet har Du förnyat och återupprättat allt som finns i Himmelen och på jorden. Herre, gör mig ren i Hans Blod! Uppres mig i Hans förnedring! Förnya mig i Hans Uppståndelse! Var mig nådig, Herre, inte efter Din lilla barmhärtighet, den som ser liten ut, när Du befriar människorna från kroppens lidanden. För stor är Din barmhärtighet, när Du förlåter synder och genom Din nåd lyfter människor upp över jorden. Var mig nådig, Herre, efter Din stora barmhärtighet, omvänd mitt hjärta till Dig, så att jag ångrar mina missgärningar och begråter dem. Gör mig rättfärdig och återlös mig genom Din nåd!

### **Bön om Syndernas Förlåtelse**

Från den etiopiska traditionen. Avlatsbön (Part. Avl. Ench. Ind. nr. 23 §2)

**O** Du Rökelsekar av guld, som bar den välsignade brinnande kolen, som togs från Templet och som tar bort synder och förintar överträdelserna. Du är Herrens Ord som har blivit människa och som offrade Dig själv till Din Fader som ett välbehagligt Offer och väldoft. Kristus, vi tillber Dig och Din gode Himmelske Fader och den livgivande Helige Ande, för att Du har kommit och frälst oss. Herre vår Gud, Du som en gång rev ner Jerikos murar genom Din tjänare Josuas händer, så ber

vi Dig att bryta ner mina och hela Ditt folks murar av synder genom din tjänare prästens ord och händer.

### **Barmhärtige Jesus**

Heliga Gertrud den Stora (1256-1302, 16 nov.)

Denna bön påminner oss om vissa centrala punkter i vår samvetsrannsakan, som bör göras noga före bikten.

**Barmhärtige Jesus**, Du som är så uppfylld av medlidande och kärlek. Du ringaktar aldrig de olyckligas suckan och därför vänder jag mig till Dig för att be om nåd. Tala Du till Din Gudomlige Fader för mig och gottgör Du själv för mig, för jag vill nu genom bikten bekänna alla mina synder för Dig.

För de rena tårar som rann ner från Dina gudomliga ögons skull, rena allt det orena som jag är skyldig till genom mina blickar.

För Dina välsignade örons skull, som alltid är öppna för att lyssna till syndarens ånger, ta bort all min skuld som jag är skyldig till genom min förmåga att höra.

För den livgivande kraften av de ord som Din välsignade mun uttalade, rena mig från den skuld jag har för allt ont och onödigt tal.

För fullkomligheten i Dina gudomliga gärningar och för Dina Heliga Sår i händerna, förinta alla de synder jag begått med mina händer.

För den smärtsamma ansträngningen som Dina välsignade fötter fick utstå vid Korsbärandet och för Dina Sårs skull, ta bort all den orenhet som jag besudlat mig med genom synd och överträdelser.

För Dina tankars rena intentioners skull och för Ditt brinnande Hjärtas kärleks skull, rena mig från all synd genom tankar och önskningar.

För Ditt livs oskyldighet och helighets skull, befria mig från allt den synd som jag förstört mitt liv med. Amen.

### **Bön till Den Helige Dismas om Ångerns Nåd**

Enligt Evangelierna korsfästes Kristus mellan två rövare (jfr Luk 23:39-43). Det s.k. Nikodemus' Evangelium ger dem namnen Dismas och Gestas. Namnet Dismas kommer från det grekiska ordet "dysme", som betyder "döende". Enligt det arabiska "Barndomsevangeliet" var det dessa två rövare som låg i bakhåll under den Heliga Familjens flykt till Egypten. Gestas uppträdde redan då utan ånger för hur han levde medan Dismas visade längtan efter ett rättfärdigt liv genom att motsätta sig överfall på den flyende familjen. Dismas är den ende i Evangelierna, som blivit helgonförklarad av vår Herre själv. Den verkliga innebörden av en helgonförklaring är ju att försäkra att vederbörande verkligen befinner sig i Guds Rike och att han eller hon kan hjälpa oss med sin förbön. Han firas den 24 april i vissa kalendrar kan man finna datumet 25 mars.

**Helige Dismas, du som vände dig till Herren på Korset med bön om förbarmande. Hjälp även mig att öppna mitt hjärta för Honom som är Barmhärtigheten. Du kan säkert känna igen min situation. Jag har så mycket på mitt samvete och allt detta vill jag bli befriad ifrån. Hjälp mig och stöd mig i min vädjan om nåd och barmhärtighet, så att även jag får höra Kristi kärleksfulla ord: *"Du ska sannerligen vara med mig i Paradiset."* Amen.**

Herre Jesus Kristus, Du öppnade inte endast Ditt Hjärta utan även Paradiset för Dismas som bad Dig att komma ihåg honom i Ditt Rike. Låt även mig få erfara kraften av Din väldiga barmhärtighet. Låt mig få tillfälle och

nåd till sann omvändelse, så att jag en gång med jubel får gå in i Ditt Rike. Amen.

**Bön för att övervinna Skammen  
i Bekännelsen av Synder**

Ur Massime Eterne, 1928

Vi bör vara medvetna om att Djävulen gör allt för att vi ska göra en så dålig bikt som möjligt – och helst vill han förhindra att vi biktar oss överhuvudtaget! Skam över att vi syndar kan vara rättmätigt och är mänskligt, men viktigast är dock ånger, som ju inte är detsamma som skamkänsla. Vi behöver aldrig känna skam inför prästen, som tar emot bikten i Guds ställe. Låt dig aldrig luras till denna skamkänsla, så att du förtiger något ont och orent som borde rensas bort ur ditt liv och där just bikten är den privilegierade platsen för att kunna börja om ditt liv på nytt. Annars vore det som att gå till läkaren utan att tala om att man har ont eller vet att något inte står rätt till...

**Jag vet och jag tror av hela mitt hjärta, min Gud, att jag talar med Dig i prästens person. Vågar jag därför underlåta att bekänna det som Du redan vet, Du som genomskådar varje hjärta? Har jag verkligen mod att vara tyst om en dödssynd och på så sätt bli skyldig till helgerånets brott och samtidigt förkasta Ditt Gudomliga Blod och förneka min själ? O store Gud, bevara mig från denna olycka och kom till min hjälp med Din mäktiga nåd, så att jag med ärlighet och sanning kan avslöja min själs sår genom bekännelsen av mina synders natur, antal och omständigheter utan att förvränga eller förminska min skuld. Hjälp mig att närma mig detta Gudomliga Sakrament med tillbörlig förberedelse och insikt för att kunna få ta emot Din Heliga förlåtelse och så kunna börja ett nytt liv i Din nåd och kärlek. Amen.**

Vill du ära den Helige Johannes Döparen på ett särskilt sätt?  
Gå och bikta dig! Unna dig en riktigt god och hälsosam bikt!  
Bli av med dina synder!

### **BIKTEN – FÖRSONINGENS SAKRAMENT**

Aldrig är Jesus så nära oss som i Eukaristin. Men vi är alla svaga och sårade av syndens verklighet. Vi drar oss undan och sluter oss inom oss själva, därför behöver vi omvändelse. Vi måste börja om på nytt. I bikten, Försoningens Sakrament, får vi Guds förlåtelse för allt vad vi brutit. Kyrkan får förmedla denna pånyttfödelsens gåva till oss. När vi genom dödssynd avlägsnat oss från Gud, måste vi gå till bikt för att åter kunna gå till Kommunion. Annars riskerar vi att göra oss skyldiga till blasfemisk Kommunion, till hädelse. Men genom absolutionen renas vi från all vår synd och vår kommunion, vår gemenskap med Gud i Kristus förnyas. Vår bön förnygras!

#### **Förberedelsebön inför Bikten**

**Kom Helige Ande in i min själ.**

Upplrys mitt sinne så att jag vet av mina synder som jag ska bikta och ge Din nåd att bekänna dem helt och fullt, ödmjukt och med ett ångerfullt hjärta. Hjälp mig att fast besluta mig för att inte göra dem igen.

Heliga Jungfru Maria, min Frälsares Moder, be för mig att jag med din Sons lidande och död ska vinna nåden att göra en bra bikt.

Alla ni saliga änglar och helgon, be för mig syndare, att jag bättrar mig och att mitt hjärta alltid förblir förenat med vår Herre Jesu Hjärta i evig kärlek.

**Präst:** I Faderns + och Sonens och den Helige Andes Namn.

**Den biktande:** Amen.

**Präst:** Må Gud, som upplyser vårt hjärta, låta dig se din synd och djupet av Hans barmhärtighet.

**Den biktande:** Amen.

**Den biktande:** Jag bekänner inför Gud Allsmäktig och dig, fader, att jag har syndat mycket i tankar, ord och gärningar och underlåtelse.

Min senaste bikt var för...

Den som biktat sig bekänner nu sina synder genom att nämna åtminstone de allvarligaste och vanligaste av sina fel.

**Avsluta bekännelsen:** Detta är min skuld, min stora skuld. Jag ber om bot och syndernas förlåtelse.

Efter prästens råd och anvisning av bot (som du helst ska göra så fort som möjligt efter bikten) uppmanar dig kanske prästen till att be en akt av ånger:

**Den biktande:** Min Gud, jag ångrar av hela mitt hjärta mina synder och avskyr dem, ty genom att synda har jag inte bara förtjänat de straff som Du rättvist har bestämt utan framför allt har jag också kränkt Dig, Du, det högsta goda, Du som är värd att älskas över allting.

Därför gör jag nu den bestämda föresatsen att med Din nåd inte mera synda och undvika framtida tillfällen till synd. Amen.

Prästen förmedlar nu syndernas förlåtelse med orden:

**Präst:** Gud, barmhärtighetens Fader, har genom sin Sons död och uppståndelse försonat världen med sig själv och utgjutit den Helige Ande till syndernas förlåtelse.

Må Han genom sin Kyrkas tjänst ge dig förlåtelse och frid.



Och jag löser dig från dina synder, i Faderns + och Sonens och den Helige Andes namn.

**Den biktande:** Amen.

**Präst:** Tacka Herren, ty Han är god.

**Den biktande:** Evigt varar Hans nåd.

**Präst:** Må vår Herres Jesu Kristi lidande, den Saliga Jungfrun Marias och alla helgons förbön, allt gott du gör och allt ont du lider bli dig till läkedom för synden, tillväxt i nåden och det eviga livets lön.

**Den biktande:** Amen.

**Präst:** Herren har förlåtit dina synder. Gå i frid.

---

Gå nu inför tabernaklet (där Kristi sanna Kropp finns för tillbedjan) och utför den bot som prästen ålagt dig (om den är i form av bön). Även om det är tillåtet att ta emot den Heliga Kommunionen innan du har utfört din bot, så är det tillrådligt att göra den så snart som möjligt.

Be sedan gärna följande böner:

#### TACKSÄGELSE EFTER BIKT

**Min** Gud och Herre, jag tackar Dig av hela mitt hjärta för den stora nåden att jag har fått bikta mig och fått förlåtelse för mina synder. Hjälp mig att hålla mina föresatser.

Jesus, Du som älskar mig och har dött på Korset för att frälsa mig från synd och den eviga fördömsen, hjälp mig att bli en bättre människa och Din sanne lärjunge. Lär mig att älska Dig av hela mitt hjärta nu och i all evighet. Jag ber dig, Allsmäktige Gud, låt mig genom fasta mättas med Din nåd och genom avhållsamhet bli

starkare än min själs alla fiender.

### **BÖN FÖR PRÄSTEN SOM HÖRDE MIN BIKT**

**H**erre Jesus Kristus, jag ber Dig att välsigna Din tjänare, som nu, i Ditt Namn, har förmedlat åt mig Din förlåtelse och nåd.

Hjälp mig att komma ihåg hans goda råd och andliga vägledning och att troget utföra den bot som han på Ditt uppdrag har ålagt mig. Skänk honom Din nåd och kärlek, så att hans egen själ får ny kraft till att troget tjäna Dig. Låt honom en dag få träda in med glädje i Ditt Himmelska Rike, för att få jubla inför Ditt Ansikte. Du som lever och råder med Fadern och den Helige Ande, i en enhet, i all evighet.

---

### **Liten Biktspegel**

När du biktar dig ska du helst bekänna dina synder i den ordning som **Guds Bud** uppger:

- först synder mot Gud enligt de tre första budorden:

Har Gud varit allt för mig?

Har jag bett dagligen?

Har jag missbrukat Herrens Namn?

Har jag helgat vilodagen: inget arbete på söndagar, gått i Mässan på söndagar och påbudna helgdagar (= s.k. *Högtider*)?

Lever jag ett andligt liv (=längtar jag efter den eviga gemenskapen med Gud?).

Respekterar jag Kyrkans Bud? (som är uppräknade i denna folder).

- Synder mot min nästa (och mot mig själv som Guds tempel enligt 6:e Budet) enligt de sju övriga Budorden:

Har jag visat respekt (även omsorg) mot mina föräldrar?

Har jag dömt någon?

Förtalat eller talat illa om någon?

Har jag varit okysk? (Här räknas in när man låter okyska fantasier hålla på utan att man gör allt man kan för att stoppa dem, sexuell självtillfredsställelse eller beröring av annan som man inte är gift med, pornografi etc.)

Är jag avundsjuk, girig, materialistisk?

Bär jag på hat eller oförsonlighet? Är jag givmild med mina resurser och med min tid till behövande, sjuka, ensamma?

### **Tio Guds Bud (2 Mos. 20):**

I den katolska uppräkningsordningen av Buden gör man skillnad på 6 och 9 budet. Sjätte Budet förbjuder inte bara äktenskapsbrott utan pekar på människans kallelse till helighet till kropp och själ, vilket utesluter att uppehålla sig i okyska tankar, självtillfredsställelse, ett otillbörligt utövande av sin sexualitet etc. Nionde Budet talar däremot särskilt om äkta makars kallelse till fullkomlig trohet.

1. Du ska inga andra gudar ha jämte mig
2. Du ska inte missbruka Herrens din Guds Namn
3. Tänk på vilodagen, så att du helgar den
4. Hedra din far och din mor
5. Du ska inte dräpa
6. Du ska inte vara okysk
7. Du ska inte stjäla
8. Du ska inte bära falskt vittnesbörd mot din nästa
9. Du ska inte ha begär till din nästas hustru
10. Du ska inte ha begär till din nästas hus och hem.

### **Kyrkans Fem Föreskrifter (eller Bud):**

**1.** Fira söndagen som Herrens dag (Apg 20:7)

Vilodagen är till för människans skull (Mark 2:27). Avstå från allt onödigt arbete på söndagarna. Vårda gemenskapen med dina medmänniskor och inom familjen. Sök Gud och Hans vilja, så ska du också finna dig själv (Matt 6:33).

**2.** Delta varje söndag och påbjuden helgdag i den Heliga Mässan (Hebr. 10:25)

Jesu uppståndelse är kraften och ljuset i vårt liv. Gud ger sin gåva i samma mån som vi är villiga att ta emot den. Är du förhindrad att delta i Mässan, läs då om möjligt dagens texter, be någon av dess

böner och förena dig med den Uppståndne i den Andliga Kommunionen. Kom ihåg att det inte bara är på söndagar som du har förpliktelse som katolik att fira Herrens Mysterier. Kyrkan påbjuder också vissa andra högtider, som inte alltid firas av andra kristna i vårt land. Om du av egen försummelse underlåter att delta i Mässan en påbjuden helgdag så ska detta biktas innan du tar emot Kommunionen nästa gång!

### 3. Bruka Altarets och Försoningens Sakrament (1 Kor 11:28)

Varje söndag, ja, dagligen får den som så vill ta emot Kristus i Kommunionen. Varje gång vi bedrövas av vår egen ofullkomlighet erbjuder Han oss förnyad glädje och frid genom Försoningens Sakrament (bikt och avlösning). Budet om årlig Påskkommunion gäller alla, budet om årlig bikt gäller den som genom svår synd (mot Tio Guds Bud och Kyrkans Bud) har vänt sig bort från Gud. Kyrkan uppmanar oss att bikta även veniala synder (synder som inte ingår i Tio Guds Bud eller Kyrkans Bud) för vår helgelses skull.

### 4. Avstå från något på fredagen (Mark 2:20)

Jesus har befriat oss från oss själva, så att vi kan leva för Honom, som dog och uppstod för oss (Rom 14:7). Gör på fredagen, Jesu dödsdag, ett medvetet offer - gärna litet, men konkret - för att påminna dig om detta: avstå något av din tid till någon som behöver dig, visa din omtanke, gå in för en enklare livsstil, slå vakt om din frihet från de dåliga vanornas makt. Fasta och abstinens är medel till helighet i alla tider!

### 5. Ta personligt ansvar för din församling (2 Kor 8-9)

Alla döpta är ansvariga för Kyrkans liv, verksamhet och vittnesbörd. En församling är vad dess medlemmar är. Bidra med tid, krafter, idéer och talanger. Alla katoliker är förpliktade att stödja Kyrkan ekonomiskt enligt vars och ens möjlighet.

Vill du stödja **Ave Maria Publikationer** ekonomiskt:

**Swish 076 555 84 06**

(P. Joseph M. Nilsson – AMP ansvarig utgivare)

Skriv: **AMP**