

# Botens sakrament.

*"Botens sakrament virker syndenes forlatelse i kraft av Jesu Kristi navn, han som har lidt og er stått opp fra de døde." (St. Th. Sm. 3, 84, 7, c.)*

For å få tilgivelse for synden, må vi skrifte den. For å skrifte synden, må vi kjenne den. Til dette må vi granske vår samvittighet. Vi må da være helt oppriktige, men ikke engstelige. En som skrifter ofte, bør klare seg uten noe skriftespeil. Det skulle også den som skrifter sjeldnere. Alle skulle ha en fast kristen leve- eller samvittighetsregel å granske sitt liv og skrifte sine synder etter, en regel som passer for den enkeltes alder, stilling, levekår, plikter og karakter. Skriftespeilet her er tenkt til hjelp for dem som vil lage seg en slik leveregel.

## **Bønn før ransakingen.**

Gud, du har lært dine troende gjennom den Hellige Ånds opplysning. Gi meg med den samme Ånd lyst og kjærlighet til alt godt, så jeg alltid kan glede meg i hans røst.

Miskunns Gud, du støter ikke bort noen, men tar mot bot og sone selv fra den største synder. Se no i nåde til meg og hør min, bønn. Opplys meg, så jeg kan makte å holde dine bud. Amen.

## **Skriftespeil.**

Når skriftet jeg sist? Var skriftemålet gyldig? Glemte jeg noe? Har jeg gjort den boten jeg fikk?

## **De ti Guds bud.**

Det første budet.

Har jeg: Søkt å leve i Guds nærvær? Bedt morgen-, kvelds-, bordbønn? Andre pliktbønner? Forsømt bønnen gjennom lengre tid? Vært likeglad og tankeløs mens jeg bad? Frivillig tvilt på noen trossannhet? Hørt på gudløst snakk uten å søke å hindre det? Lest bøker og blad som er fiendtlige mot Kirken og troen? Gitt eller lånt dem til andre? Tatt del i ikke-katolske gudstjenester? Skammet meg over troen? Vært overtroisk? Tvilt på Guds miskunn og forsyn? Syndet på Guds miskunn? I tanken satt meg opp mot Gud og hans forsyn? Vært mismodig og utålmodig i motgang? Har jeg søkt å holde vedlike mine kunnskaper i religion?

Det andre budet.

Har jeg: Brukt Guds og helgenenes navn uten ærefrykt? Misbrukt Guds navn til banning? Spottet over hellige ting? Tålt at andre gjorde det? Sverget falsk, i tvil eller uten grunn? Ikke holdt et gitt løfte? Tatt mot noe sakrament uten tilbørlig forberedelse?

Det tredje budet.

Har jeg: Uten grunn gjort forbudt arbeid på søn- eller helligdag? Forsømt messeofferet? Kommet for sent? Gått for tidlig? Deltatt uten tilbørlig andakt? Ikke oppført meg med tilbørlig ærefrykt? (F. eks. vært mer opptatt av andre enn av bønner?) Hindret andre i å ta del i messeofferet? Oppfylt plikten til å helligholde søndagen også når jeg ikke kunde gå til messe?

Det fjerde budet.

For ungdom. Har jeg: Vært egensindig, trassig, uvillig, ulydig, ukjærlig mot foreldre, lærere, foresatte? Foraktet dem? Ønsket ondt over dem? Voldt dem unødige sorg og engstelse? Vært årsak til at de syndet? Trettet, slåss med mine søsken? Misunt dem? Vært uvillig og uvennlig mot dem? Gitt dem dårlig eksempel? Fristet dem til synd? Vært forsømmelig med arbeid, lekser?

For eldre. Har jeg: Foraktet eller vist trass mot den kirkelige eller verdslige øvrighet? Mot mine arbeidsgivere og overordnede? Såret mine slektninger? Ønsket ondt eller døden over noen av disse? Forsømt pliktene mot barna, pleiebarn, underordnede, tjenestefolk? Forsømt deres materielle eller åndelige velferd? Gitt dem dårlig eksempel? Fristet dem til noe ondt? Vært årsak til at de syndet? Vært for ettergivien eller streng? Tålt utilbørlige ting hos dem: dårlige vaner, omgang, bøker, blad, kino, teater eller andre dårlige fornøyer? Gitt dem høve til synd? Vært hard, gjerrig, utålmodig, oppfarende, hissig, uvennlig, tankeløs mot dem? Straffet barna i vrede? Forsømt de kunnskaper jeg trenger i mitt forhold til dem? Holdt dem til religionsundervisningen, bønner, gudstjenesten?

Det femte budet.

Har jeg: Skadet andre på deres legeme? Slått dem? Tirret dem til vrede? Ikke unt dem materielle, intellektuelle, åndelige goder? Næret hat, hevngjerrige tanker, vrede, motvilje, uforsonlighet mot noen? Mot nære slektninger, foresatte, trosfeller? Levd i fiendskap? Ønsket ondt over andre? Vist forakt og uvennlighet? Skadet andres sjeleliv- ved dårlig eksempel, ved å friste, narre, råde til eller gi høve til synd? Ved smiger? Ved å rose synden? Hatt omgang med dårlige mennesker? Utsatt meg selv for høve til synd? Henger jeg framleis ved noe slikt? Skadet min egen eller andres helse ved tankeløshet, likegyldighet, uforsiktighet, overmot?

Det sjette og niende budet.

*(Husk på: Ikke alt som er usømmelig og upassende er samtidig synd mot kyskheten og det sjette budet. Lær derfor å skille mellom disse ting både i ransakingen og i vedkjenningen.)*

Har jeg: Med vilje og glede tenkt på ukyske ting? Med nytteløs og unødvendig ettertanke og grubling kalt fram ukyske rørsler og følelser? Tenkt med glede på ukyske ting jeg før har gjort? Ønsket å se, høre, lese, gjøre noe ukyskt? Snakket om, sunget, hørt på, lest, sett eller gledet meg over noe slikt? (Dårlig varité, kino, teater, bilder, blad.) Hatt, gitt, lånt til andre ukyske bilder, bøker, blad? Gjort noe ukysk alene eller med andre?~ Tillatt noe slikt? Hatt dårlig omgang? Ellers gjort noe ukyskt? Syndet mot ekteskapets hellighet og formål? Mot pliktene i ekteskapet?

Det syvende og tiende budet.

Har jeg: Stjålet? Skadet andres eiendom? Bedradd? Underslått? Lånt og ikke betalt tilbake? Levert dårlige varer? Dårlig arbeid? Krevd for meget? Funne eller lånte ting jeg ikke har rett til å ha? Tatt mot eller kjøpt stjalne ting? Sløst bort arbeidstiden? Sløst med andres ting? Sløst med mitt eget? Ytet skadeserstatning? Utilbørlig ønsket meg andres eiendom?

Det åttende budet.

Har jeg: Vært uærlig i tale eller oppførsel? Løyet? I viktige ting? Til skade for andre? Snakket ondt om andre? Skadet noens ære? Uten grunn snakket om andres feil? Overdrevet dem? Åpenbart andres feil? Baktalt noen? Snakket ukjærlig om noen? Satt ugrunnet mistanke på andre? Næret ugrunnet tvil om andre? Tenkt ondt om noen? Dømt grunnløst om noen åpenlyst eller i mitt indre? Syndet ved fariseisk forargelse?

### **Kirkens 5 bud.**

Har jeg: Uten grunn ikke holdt fastebudet? Abstinensbudet? Forsømt påskeplikten? Tatt del i støyende fornøyelser i de lukkede tidene (advent, fasten). Forsømt å gi almisse og kirkeskatt enda jeg godt kunde?

### **De 7 hovedsyndene.**

Har jeg: Vært hovmodig? Forfengelig? Narraktig? Innbilsk? Utilbørlig søkt å tekkes andre? Foraktet, hånet, spottet, gjort narr av andre? Vært grisk etter gods? Forsømt å gi almisse? Vært misunnelig? Uvillig til å gjøre tjenester? Gledet meg over andres uhell og motgang? Ikke holdt måten i mat og drikke? Vært kresen? Doven? Kastet bort tiden? Vært forsømmelig og likegyldig i mitt arbeid?

### **Kalls- og standspliktene.**

Har jeg: Forsømt de kunnskaper som kreves i mitt arbeid, i min stand og stilling, for min framtid? Mine plikter som -ugift, gift, enke, foresatt, undergiven, arbeidsgiver, arbeidstaker, husfar, husmor, borger, kristen? Er det ellers noe som uroer meg? Hva er hovedfeilen min? Vanesynden? Det høve som er årsak til de fleste av mine synder? Bruker jeg de midler som trenges for å unngå synden ?

### **Bønn etter ransakingen.**

Min Herre og min -Gud. Med din nådes lys har jeg nå ransaket min samvittighet. Gi meg nåde til å se tilstanden av min sjel, slik du ser den, så jeg kan forstå hva jeg har syndet i tanke, ønske, ord og gjerning og hva jeg har forsømt å gjøre av godt. Gi meg så en inderlig anger og en brennende kjærlighet til deg, fordi du er det høyeste, edleste gode, verdig til all kjærlighet.

### **Anger og forsett.**

Tenk på Guds godhet og hellighet, miskunn og kjærlighet, som du med dine synder har krenket i stedet for å elske. Tenk på Frelseren, som er blitt korsfestet for dine synders skyld. Tenk på ondskaperen i synden, som er så stor at den fortjener å bli straffet med et evig helvete. Be så:

Allmektige miskunnsrike Gud. Du har -skapt meg og holder meg i live. Du har gjenløst meg med ditt dyre blod og sendt Trøsteren, den Hellige Ånd, for å helliggjøre meg. Din guddommelige kjærlighet og ditt guddomsliv har du øst ut i mitt hjerte. Og mot deg og all denne din godhet har jeg syndet!

Rettferdige Fader! I hellig frykt for din rettvise straff og med barnlig tillit til din miskunn, kommer jeg til deg. Av hele mitt hjerte angrer jeg mine synder og tar avstand fra dem, særlig fra dem som skiller meg fra deg, fra din kjærlighet og nåde.

Bittert angrer jeg at jeg har valgt skapningen for Skaperen, og jeg ville gjerne hate synden som du, hellige Gud, hater den. Gå ikke i rette med din tjener, så du gjør med meg som jeg har fortjent. Tilgi ditt barn, som i anger kommer heim til deg og ber om tilgivelse, og sørger fordi det har kastet vrak på din kjærlighet og krenket deg.

I tillit til din nåde har jeg det faste forsett ikke mer å gjøre de synder jeg til nå har gjort. Med vilje vil jeg aldri mer krenke deg, min Herre og min Gud. Men framfor alt vil jeg vokte meg for dødssynd og høve til dødssynd, særlig for ..... Hjelp meg også til å bruke de midler som kan holde meg fri for synden, især. .... Gi meg så lys og styrke til å gjøre godt igjen det onde jeg har gjort og tjene deg trofast resten av mitt liv. Gud vær meg synder nådig. Amen.

## Skriftemålet.

### Ritualet for absolusjonen.

Når du kommer inn i skriftestolen, hilser presten deg til vanlig med: "Lovet være Jesus Kristus!" Du svarer: "I all evighet. Amen." Så kan du si: "Sign meg, far, for jeg har syndet." Presten signer deg og sier:

Dominus sit in corde tuo et in labiis tuis, ut rite confitearis omnia peccata tua. In nomine Patris, et Filii + et Spiritus . Sancti. Amen.

*Herren være i ditt hjerte og på dine lepper, så du rett kan vedkjenne deg alle dine synder. I Faderens og Sønnens + og den Hellige Ånds navn. Amen.*

Du kan så si: "Mitt siste skriftemål var for .... siden. For Gud og for Dem som prest skrifter jeg i anger og ydmykhet mine synder."

Skrift så oppriktig og angerfullt alle syndene dine. Når alt er sagt, kan du tilføye: "Alle disse syndene og alle jeg har gjort før, angrer jeg oppriktig og ber om en passende bot og absolusjonen."

Spør presten om noe, så svar greit etter din samvittighet. Er du i tvil eller vil spørre om noe, så spør med tillit. Hør nøye på det presten sier uten å avbryte ham. Kommer du til å tenke på noe du har glemmt, så vent med å si det til han er ferdig med sin rettleiding. Straks han har gitt deg boten, gjør du vel i å gjenta den eller iallfall si "Takk".

*Når presten gir deg absolusjonen, sier han:*

Misereatur tui omnipotens Deus, et dimissis peccatis tuis, perducatur te ad vitam æternam. Amen.

*Med høyre hånd løftet:*

Indulgentiam, absolutionem, et remissionem peccatorum tuorum tribuat tibi omnipotens, et misericors Dominus. Amen.

Dominus noster Jesus Christus te absolutat: et ego auctoritate ipsius te absolvo ab omni vinculo excommunicationis, et interdicti, in quantum possum et tu indiges. Deinde ego te absolvo a peccatis tuis, in nomine Patris, + et Filii, et Spiritus Sancti. Amen.

*Den allmektige Gud miskunne seg over deg, tilgi deg syndene dine og føre deg til det evige liv. Amen.*

*Den allmektige og miskunnsrike Herre ettergi, frifinne deg for og tilgi deg alle dine synder. Amen.*

*Vår Herre Jesus Kristus løse deg fra dine synder, og jeg med hans fullmakt løser deg fra alle bånd av ekskommunikasjon og interdikt, så langt jeg kan og du trenger til det. Så løser jeg deg fra syndene dine i Faderens, + Sønnens og den Hellige Ånds navn. Amen.*

Med dette er syndene dine tilgitt og slettet ut.

Presten ber:

Passio Domini nostri Jesu Christi, merita beatæ Mariæ virginis, et omnium sanctorum, quidquid boni feceris, et mali sustineris sint tibi in remissionem peccatorum, augmentum gratiæ, et præmium vitæ æternæ. Amen.

*Vår Herres Jesu Kristi lidelse, den salige jomfru Marias og alle helgeners fortjenester, alt du har gjort av godt eller tålt av ondt, bli til ettergivelse av synden, øking av nåden og det evige livs lønn for deg. Amen.*

Når presten til sist sier: "Lovet være Jesus Kristus", og du har svart som vanlig, kan du stå opp og gå ut av skriftestolen.

### **Takkebønn.**

Tenk over det presten har sagt. Takk så Gud med egne ord eller med de bønner som står her eller andre etter eget valg. Glem ikke å be for din skriftefar.

Miskunns Gud, kjærligste fader. Av hele mitt hjerte og med alle mine sjelskrefter takker jeg deg for at du i botens sakrament har tilgitt meg mine synder. For din Sønnns skyld og med de uendelige fortjenester av hans bitre lidelse har du slettet ut synden og atter gitt meg din nådes liv. Hans bitre lidelse og dyre blod sammen med Guds mors Marias og alle helgeners fortjenester og alle fromme kristnes botsøvinger og sone, ofrer jeg som sone for de krenkelser mine synder har tilføyd deg. Og jeg bønnfaller deg: La din miskunn tre i stedet for alt det som fra min side har manglet på sann anger og fast forsett til bedring. I ydmykhet og tillit vil jeg også øve den bot som er blitt pålagt meg .....

*(Fullfør nå så vidt mulig boten du har fått.)*

Allmektige Gud, la også alt som jeg ved din nåde kommer til å gjøre av godt, alt ondt jeg må lide, gjelde som sone for min synd. Atter angrer jeg den og tar avstand fra alt ondt. Med din nådes hjelp vil jeg ikke mer synde og vokte meg vel for hvert høve til synd. Særlig vil jeg vokte meg for denne synd ....., for dette høve til synd .....og bruke dette middel ..... til hjelp mot synden.

Daglig vil jeg takke deg og fornye mitt forsett og ofte ta mot de hellige sakramenter. Deg, Herre, vil jeg trofast elske og tjene, og lydigheten mot dine bud skal være pantet på min troskap. Gi meg

rikelig nåde, så hverken lidenskap eller menneskefrykt, hverken gods eller lidelse eller glede, hverken liv eller død eller noen skapning kan skille meg fra deg og din kjærlighet.

Du, allvise Gud, kjenner min svakhet og vankelmodighet. Styrk meg derfor. Du kjenner mitt kortsyn. Opplyst meg med din And. Korsfestede Frelser, la din kvidefulle lidelse og død stå for meg når jeg blir fristet \* Hellige. Maria, min mor og vokter, hjelp meg med din forbønn. Hellige verneengel oppnå for meg hos Gud at jeg holder ,-,ut i troskap til min død. Amen.

## **Kortere skrifteandakt.**

### **Før skriftemålet.**

Milde og miskunnsrike Gud, min Herre Jesus Kristus, du er det eneste frelseshåp for min sjel. Ta i nåde mot mitt skriftemål og gi meg sann hjerteanger og inderlig sorg over mine synder, så jeg alltid med ydmykt og oppriktig hjerte skrifter dem.

Min Herre og min Gud, hør mine bønner. Gode Jesus, verdens Frelser, som har ofret deg selv i korsdøden for å frelse synderne, se i nåde til meg stakkars synder, som kaller på ditt navn. Tenk ikke på mine synder, men kom i hug din rikdom på godhet. Og -selv om jeg har syndet, så du kunde dømme meg, så har du nok av det som kan frelse meg.

Skån meg derfor, du, min Frelser, og miskunn deg over min syndesjel! Fri den fra de bånd som trellbinder den, leg sårene som synden har tilføyd den.

Miskunnelige Herre, se på din rene jomfrumors, Maria Immaculatas, og alle helgeners fortjenester. Send for deres skyld ut ditt lys og din sannhet. La dem vise meg mine synder, som de er og som jeg må skrifte dem, lære og hjelpe meg til oppriktig og angerfullt å sanne dem for min skriftefar. Du som lever og råder, Gud fra evighet og til evighet. Amen.

### **Etter skriftemålet.**

Herre, inderlig ber jeg deg: Se til din jomfrumors, Marias og alle dine helgeners fortjenester. La for deres skyld dette mitt skriftemål tekkes deg, og ta mot det i nåde. Og hva det enn har manglet nå eller før av sann anger, oppriktig og fullstendig skrifte, det utfylle du med din godhet og miskunn. Løs meg så i din himmel helt og fullt fra min synd, for din miskunnsrike kjærlighets skyld. Du som lever og råder, Gud fra evighet og til evighet. Amen.

### **Bønn for skriftefaren.**

Herre, du har gitt oss vår prest og skriftefar som en fører på vegen til himmelen. Gi både oss og ham den styrke som troen gir, det mot som håpet vekker til live, den hjertevarme som kjærligheten kaller fram.

Nådens Gud, gi ham den overnaturlige kjærlighet til oss. Send ham din Hellige Ånds gaver: Fromhet når han ber og betrakter og bærer fram det hellige messeoffer. Forstand, kunnskap og visdom når han lærer oss din hellige tro og dine bud. Rådets And når han i skriftestolen går i rette med, lærer, advarer, trøster og læger våre sjeler. Guds frykt, så han ikke søker noe annet enn din ære og vår frelse, og styrkens Ånd, så han kan føre oss til modig strid under Kristus, vår konges merke. Amen.