



De biechtspiegel

De algemene vragen:

- Ga ik biechten met een oprecht verlangen naar zuivering, of beschouw ik het als een last?
- Heb ik bij vorige biechten zware zonden vergeten of bewust verzwegen?
- Heb ik de opgelegde boete volbracht? Gedaan onrecht hersteld? Voornemens in praktijk gebracht?

De Tien Geboden:

1. Gij zult geen afgoden vereren, maar Mij alleen aanbidden en boven alles beminnen.

Welke afgoden heb ik?
Kijk ik teveel televisie? Of zit ik teveel op internet?
Drink of eet ik teveel?
Is mijn werk of hobby een afgod?
Welke waarde heeft geld voor mij?
Bid ik 's avonds en 's morgens?
Bid ik aan tafel?
Dank ik God ook voor het goede?
Bid ik met aandacht?
Probeer ik God echt te beminnen?

2. Gij zult de Naam van de Heer, uw God, niet zonder eerbied gebruiken

Heb ik gevloekt?
Spreek ik met eerbied over God?
En over zijn Kerk?
Zie ik enkel mijn eigen mening?
Vraag ik ook een priester om raad?
Zoek ik teveel mijn eigen eer?
Kom ik op voor God, voor zijn Kerk en voor het geloof?

3. Wees gedachtig, dat gij de dag des Heren heiligt

Bezoek ik tijdens het weekend de Heilige Mis?
Ben ik eerbiedig in de kerk?
Volg ik de Heilige Mis aandachtig of dwaal ik gemakkelijk af?
Is mijn misbezoek een automatisme?
Leef ik gejaagd?
Vertrouw ik op Gods bijstand?
Verwaarloos ik de zondagsheiliging door te veel werk of gejaagdheid, of door luiheid?

4. Eer uw vader en uw moeder

Heb ik respect voor mijn ouders en ben ik hen dankbaar?
Toon ik hen die dankbaarheid weleens?
Houd ik rekening met hen of denk ik alleen aan mezelf?
Was ik kortaf of brutaal tegen mijn naaste?
Ben ik hulpvaardig?
Draag ik bij aan een goede sfeer in mijn omgang met anderen?
Ben ik snel geprikkeld?
Ben ik egoïstisch?
Ben ik zorgzaam voor mijn kinderen?
Ben ik als christen een voorbeeld voor mijn gezin?
Span ik me in bij mijn werk en studie?

Z.o.z.



5. Gij zult niet doden

Laat ik mensen links liggen?
Kijk ik op mensen neer?
Haat ik bepaalde personen?
Spreek ik negatief over anderen?
Luister ik ook echt naar de ander?
Gun ik een ander voorspoed en geluk?
Probeer ik ruzies bij te leggen?
Kan ik vergeven?
Neem ik onverantwoorde risico's in het verkeer of bij sport en spel?
Ben ik sober met eten en drinken?
Ben ik gewelddadig geweest?
Heb ik medewerking verleend aan pogingen tot abortus, euthanasie of andere vormen van doding?

6. Gij zult geen onkuisheid doen

Heb ik eerbied voor mijn lichaam?
Viel ik in zelfbevrediging?
Leef ik al voor het huwelijk samen?
Ben ik trouw in het huwelijk?
Bedreef ik overspel?
Beleef ik het huwelijk naar Gods wil?
Eerbiedig ik wat de Kerk hierover zegt?

7. Gij zult niet stelen

Respecteer ik het openbaar bezit?
Respecteer ik het bezit van anderen?
Heb ik gestolen?
Heb ik gedaan onrecht hersteld?
Heb ik schulden goed gemaakt?
Ben ik eerlijk aan zaken gekomen?
Heb ik belasting ontdoken?
Heb ik de ander genegeerd of verwaarloosd?

8. Gij zult tegen uw naaste niet vals getuigen

Heb ik gelogen?
Bezorgde ik mensen een slechte naam?
Deed ik mee met roddel?
Kwam ik voor een ander op?
Verdraaide ik de waarheid?
Was ik bang 'vrienden' te verliezen?

9. Gij zult geen onkuisheid begeren

Zijn mijn gedachten zuiver?
Zet ik verkeerde gedachten van me af?
Is mijn oog altijd zuiver?
Keek ik naar onzedige afbeeldingen?
Las ik onzedelijke lectuur?
Hoe keek ik naar mensen? Zoals God of met ogen van begeerte?

10. Gij zult niet onrechtvaardig begeren, wat uw naaste toebehoort

Ben ik tevreden met wat ik heb?
Ben ik jaloers?
Help ik hen die minder hebben?
Denk ik alleen aan mijzelf?