

VALLFÄRD TILL DEN HELIGA PORTEN

Vad förväntas av en pilgrim till en Helig port?



Att komma fram till *den Heliga porten* är att ha nått målet för en vällfärd. En vällfärd är en av många möjliga särskilda ”gärningar” som uttrycker viljan till fullständig förnyelse och fortsatt med-vandring med kyrkan på orten och i hela världen.

Som pilgrim **söker man försoning med Gud, man går till bikt**. När pilgrimen har biktat sina svåra synder tar Guds Ande åter sin boning i honom. Han kommer i ”nådens tillstånd”, och synden hindrar honom inte längre från att vara nära Gud. Då är pilgrimen redo att gå vidare på den kristnes väg.

Pilgrimen tar ett inre avstånd från all synd, även de s.k. ”mindre” synderna, och går efter en fullständig bikt till **den heliga kommunionen**.

Pilgrimen **ber sedan i enlighet med den helige Faderns intentioner**, d.v.s. bönen skall stå i en form av andlig gemenskap med kyrkans högste herde, Petri efterföljare. Denna bön har ingen fastställd form - man kan be Fader vår eller Var hälsad Maria, men också någon annan bön, även en fritt formulerad. Det väsentliga är alltså denna inre gemenskap med påven och därmed med hela kyrkan.

Pilgrimen förväntas under Barmhärtighetens år **vittna om Guds barmhertighet** genom att t ex. ge av sin tid för att besöka ensamma och sjuka eller stödjande hjälpverksamhet. (se [Katolska Kyrkans hemsida](#))

SAMVETSRANNSAKAN

Förbered dig för bikten genom att tänka igenom dina synder och göra en fast föresats att med Guds hjälp inte synda igen:

➤ *Första budet*

Du skall inte ha andra gudar vid sidan av mig.

Har jag misslyckats med att älska Gud, att sätta honom först i livet, att tacka honom, lita på honom, älska honom såsom han förtjänar? Har jag tvivlat på eller förneka tron? Slarvar jag med mina böner? Har jag varje dag gett Gud tid i bön? Har jag varit involverad i magiska övningar såsom spådom, andeframkallelse, det ockulta?

➤ *Andra budet*

Du skall inte missbruka Herren, din Guds, namn.

Har jag förbannat någon eller svurit? Önskat ont över någon? Har jag använt Guds namn utan eftertanke, slarvigt, som hädelse? Har jag använt ”fula ord” eller dåliga skämt. Har jag vanhelgat någon eller något?

➤ *Tredje budet*

Tänk på att hålla sabbatsdagen helig.

Har jag medvetet missat den heliga mässan på söndagar eller helgdagar? Har jag kommit för sent till mässan eller lämnat den för tidigt utan ett bra skäl? Har jag underlåtit att ta emot den heliga kommunionen åtminstone en gång per år vid Påsktiden? Har jag tagit emot kommunionen medveten om en allvarlig synd? Har jag underlåtit

att bikta mig en gång per år? Ljög jag eller dolde jag medvetet någonting för prästen i någon av mina tidigare bikter? Har jag i onödan arbetat på Herrens dag? Har jag underlåtit att försöka göra Herrens dag till en familjedag och dag av vila?

➤ *Fjärde budet*

Visa aktning för din far och din mor.

Har jag hedrat och lytt mina föräldrar, respekterat mina syskon? Har jag visat omsorg om mina föräldrar? Respekterat andra som har att bestämma över mig? Har jag låtit bli att hjälpa till hemma eller struntat i att tillbringa tid med familjen? Har jag försummat min man/hustru eller mina barn? Har jag varit ett gott exempel i tron? Har jag brytt mig om mina sjuka och åldrande släktingar?

➤ *Femte budet*

Du skall inte dräpa.

Har jag odlat ilska och avundsjuka? Har jag behållit hat i mitt hjärta? Har jag slagit eller skadat någon? Har jag skadat mig själv? Föregått med dåligt exempel eller förlett andra till synd? Har jag missbrukat alkohol eller andra droger? Undviker jag frosseri? Har jag gjort abort eller på något vis tillåtit eller uppmuntrat till abort? Har jag övervägt självmord? Har jag övervägt sterilisering?

➤ *Sjätte budet*

Du skall inte begå äktenskapsbrott.

Lever jag kyskt enligt min ställning i livet (som gift, ensamstående, präst eller ordensfolk)?

Har jag visat andra personer respekt, eller har jag behandlat dem som objekt, i tanke eller handling? Har jag underhållit orena (okyska) blickar? Har jag klätt mig eller agerat utmanande? Har jag tittat på pornografi, i böcker, tidningar, filmer, eller på internet? Är jag skyldig till masturbation (onani)? Undviker jag att hamna i situationer, med en person jag finner attraktiv, som kan leda till synd? Passionerade kyssar? Syndfulla beröringar? Har jag haft utomäktenskapligt sex? Är jag öppen för livet i mitt äktenskap, har jag använt preventivmedel? Inser jag att barn är en gåva från Gud, och att jag därmed inte har rätt att ta till omoraliska behandlingar för att uppnå graviditet?

➤ *Sjunde budet*

Du skall inte stjåla.

Har jag stulit det som inte är mitt? Gav jag det tillbaka eller kompenserade jag för det jag stulit? Har jag fuskat med läxor eller prov? Har jag slösat tid på jobbet eller i skolan? Har jag ägnat mig åt skadegörelse? Undviker jag slöhet och sysslolöshet? Ägnar jag mig åt spel på ett ansvarslöst sätt? Är jag generös mot de behövande?

Akt av ånger

Min Herre och Gud! Jag ångrar av hela mitt hjärta alla mina synder, eftersom jag därigenom gjort mig skyldig till ditt rättvisa straff både i denna och i den tillkommande världen. Framförallt ångrar jag dem, eftersom jag genom mina synder har förolämpat dig, min himmelske Fader, det högsta, fullkomligaste goda, som är värd all kärlek. Jag avskyr alla mina synder och fattar den uppriktiga föresatsen att bättra mig och inte synda mer. Ge mig, o Gud, din nåd för att klara detta!

➤ *Åttonde budet*

Du skall inte vittna falskt mot din nästa.

Har jag ljugit eller skvallrat? Talat illa om någon, eller förtalat någon? Talar jag alltid sanning? Har jag, utan allvarligt skäl, avslöjat hemligheter som skulle förbli konfidentiella? Är jag kritisk, negativ eller obarmhärtig i mitt tal?

➤ *Nionde budet*

Du skall inte ha begär till din nästas hustru.

Har jag medvetet underhållit orena tankar? Har jag uppmuntrat dem genom att fortsätta att stirra, genom nyfikenhet eller okyskt prat? Har jag underlåtit att kontrollera min fantasi eller lust efter andra människor?

➤ *Tionde budet*

Du skall inte ha begär till något som tillhör din nästa.

Är jag girig eller självisk? Är jag avundsjuk över vad andra har? Är jag missunnsam mot andra för att de har vad jag inte kan ha? Är jag lynnig och dyster? Arbetar, studerar och håller jag mig aktiv för att undvika dagdrömmeri? Har jag satt mitt hjärtats hopp till jordiska ting eller till himmelska skatter? Intar materiella saker en för viktig plats i mitt liv? Litar jag på att Gud kommer att se till mina andliga och materiella behov?

ORDNING FÖR BIKT

Prästen och den biktande gör korstecknet och säger:

P./Bk. I Faderns och Sonens och den helige Andes namn. Amen.

Prästen uppmanar den biktande att förtrösta på Guds barmhärtighet:

P. Gud har gett oss sitt ljus. Må du inse och bekänna din synd och så erfara hans barmhärtighet.

Bk. Amen.

Därefter kan den biktande inleda sin syndabekännelse med följande ord:

Bk. Jag bekänner inför Gud allsmäktig och dig, min fader, att jag har syndat mycket i tankar och ord, gärningar och underlåtelser. Detta är min skuld, min skuld, min egen stora skuld.

Bk. Min senaste bikt var ...

Den biktande bekänner sina synder.

Den biktande kan avsluta sin syndabekännelse med följande (eller andra) ord:

Bk. Herre, rena mig från all min synd och förlåt allt jag har brutit. Skapa i mig gud ett rent hjärta och giv mig på nytt en frimodig ande.

Prästen säger några ord av förmaning, råd och uppmuntran samt anger en lämplig bot.

Prästen ger avlösningen:

P. Gud, barmhärtighetens Fader, har genom sin Söns 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.

Bk. Amen.

P. Tacka Herren ty han är god.

Bk. Evigt varar hans nåd.

P. Må vår Herre Jesu Kristi lidande, den saliga Jungfrun Marias och alla helgons förbön, allt gott du gör, allt ont du lider bli dig till läkedom för synden, tillväxt i nåden och det eviga livets lön. Amen.

Till slut säger prästen:

P. Herren har förlåtit dig. Gå i frid.

Bk. Gud vi tackar dig.

Tacksägelsebön efter bikt

Min Gud och Herre, jag tackar dig av hela mitt hjärta för den stora nåden att jag fått gå till bikt och fått förlåtelse för mina synder. Hjälp mig att hålla mina föresatser. Jesus, du som älskat mig och dött på korset för att frälsa mig från synd och den eviga fördömsen, hjälp mig att bli en bättre människa och din sanna 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.

(ur [katolsk bönbok, Catholica](#))