

Skriftemål

for ungdom



Bønn:

Gud, jeg er kommet hit for jeg vet at du elsker meg. Du kjenner meg mer enn noen annen, overfor deg vil jeg være ærlig. Til deg kan jeg si alt, uten å være redd. Du vet hva som er riktig og hva som er galt. Du tilgir meg. Derfor kommer jeg til deg.

Ransakelse:

Les gjennom den hvis du trenger hjelp til å skrifte.

Gud du er vår Far, du elsker oss uendelig mye. Du har gitt meg livet, har skapt naturen med alt som lever i den, som er en gave til oss menneskene. Du har sendt oss din sønn Jesus for at vi skal kjenne din store kjærlighet. Gjennom sakramentene og Kirken vil du formidle oss dine gaver.

Nå spør jeg meg:

- Hvor mye har jeg tenkt på eller bedt til deg?
- Har jeg takket deg?
- Kanskje har jeg trodd mer på andre makter enn på deg?
- Mangler det noe i mitt forhold til messen, sakramentene og Kirken?

Vi lever ikke alene. Omkring meg er mange mennesker, unge og voksne, som jeg møter hjemme, på skolen, på gater og andre steder. Jesus lærte oss at vi må elske vår neste. Det vi gjør mot andre eller mot oss selv, det gjør vi mot Ham.

Nå spør jeg meg:

Hvordan er mitt forhold til min neste?

Hvordan oppfører jeg meg på de forskjellige steder?

- Har jeg vært til glede for andre?
- Har jeg vært med på å holde noen utenfor?
- Har jeg sladret, løyet, snakket stygt om andre?
- Er det noen mennesker som jeg hater, noen som jeg har såret?
- Har jeg vært misunnelig?
- Har jeg vært egoistisk?
- Har jeg vært lat, har jeg ikke vært villig til å gjøre noe da det trengtes, og latt andre varte meg opp?
- Må jeg alltid har det siste ord?
- Har jeg vært ulydig?
- Har jeg lurt meg unna oppgaver?
- Viser jeg respekt for mine foreldre?
- Har jeg vært villig til å tilgi?
- Ber jeg selv om forlatelse?

Hvordan er jeg overfor meg selv?

- Har jeg vært overlegen og sett ned på andre?
- Vil jeg gjerne være midtpunkt og ha all oppmerksomhet?

- Har jeg nedvurdert meg selv alt for mye, har jeg mistet motet for lett?
 - Har jeg sett på tv-programmer eller lest bøker om vold og sex?
 - Vil jeg ha alt det andre har?
- Hvilke forhold har jeg til ting som ikke tilhører meg?
- Har jeg stjålet, ikke levert tilbake saker/ting som jeg har lånt?
 - Har jeg vært uforsiktig med andres ting, med naturen?
 - Har jeg ødelagt ting for moro skyld?

Kjære Gud, jeg vil gjerne rydde opp i alt det som har vært mellom oss og mellom meg og min neste. Jeg ønsker å begynne helt på nytt med å svare på din kjærlighet og med å elske min neste. Derfor ber jeg om tilgivelse.

Herre, miskunn deg.

Skriftemål:

(Så går du til skrifte og bekjenner dine synder)

I skriftestolen sier du:

**+ I Faderens og Sønnens og Den hellige Ånds navn.
Amen.**

Jeg angrer at jeg har syndet.

Derfor kommer jeg for å skrifte mine synder.

Si syndene dine, slik du husker dem. Når du er ferdig, sier du:

Dette er mine synder. Jeg ber om tilgivelse.

Presten snakker med deg, gir deg en bot og velsigner deg:
Så forlater jeg deg dine synder + i Faderens og Sønnens og Den hellige Ånds navn.
Herren har tilgitt dine synder. Gå i fred.

*Du svarer: **Amen.***

Etter skriftemålet:

Takk Gud for hans tilgivelse.
Gjør boten presten har gitt deg.
Be en angerbønn.

Angerbønn:

Min Gud, av hele mitt hjerte angrer jeg mine synder. Ved å velge å gjøre det onde, og ved å unnlate å gjøre det gode, har jeg syndet mot deg som jeg skulle elske over alle ting. Med din hjelp lover jeg fast å gjøre bot og unngå all synd, og alt som måtte lede meg til synd. Vår Frelser Jesus Kristus led og døde for oss. I hans navn, min Gud, miskunn deg over meg.
Amen.

