

opusdei.org

# Waarom gaan we Biechten?

Wat is het boetesacrament? Waarom is de zonde zo schadelijk? Wat is er nodig voor een goede Biecht en waarom vragen we vergeving aan een mens en niet rechtstreeks aan God?

23-5-2025

“Vergeving is iets wat we vragen, wat we vragen aan een ander, en in de Biecht vragen we vergeving aan Jezus. Vergeving is niet de vrucht van onze eigen inspanningen maar

eerder een geschenk, het is een geschenk van de heilige Geest die ons vervult met de overvloedige bron van barmhartigheid en genade die onophoudelijk stromen uit het open hart van de Gekruisigde en Verrezen Christus.” (Paus Franciscus, Audiëntie, 19 februari 2014)

1. Waarom te Biecht gaan?

2. Wat is de zonde?

3. Wat is nodig voor een goede Biecht?

4. Waarom vragen we vergeving aan een mens en niet rechtstreeks aan God?

5. Hoe vaak moeten we gaan biechten?

.....

**1. Waarom te Biecht gaan?**

Biechten is een door Jezus Christus ingesteld sacrament om zonden te vergeven, toen hij tegen zijn apostelen sprak: “Aan wie ge de zonden vergeeft, zijn ze vergeven, en aan wie ge ze niet vergeeft, zijn ze niet vergeven” (Joh 20,23).

We gaan te Biecht omdat het nieuwe leven dat God ons in het doopsel gegeven heeft, door de zonde verzwakt en verloren kan gaan. Daarom wilde Christus dat de Kerk zijn werk van genezing en heil zou voortzetten door middel van dit sacrament.

*Door de sacramentele absolutie van de priester, die in de naam van Christus handelt, schenkt God de boeteling vergeving en vrede, herstelt hij de genade waardoor we als kind van God leven en de hemel, het eeuwige geluk, kunnen bereiken.*  
*(Catechismus van de Katholieke Kerk 1420-1421; 1426; 1446)*

## Overweging van de woorden van de heilige Jozefmaria

‘Sluit, terwijl wij strijden —een strijd die tot onze dood zal voortduren— de mogelijkheid niet uit dat de vijanden van buitenaf en van binnenuit zullen aanvallen. En alsof dat nog niet genoeg zou zijn, zullen u soms de fouten die u begaan hebt te binnen schieten, misschien wel heel veel. Als dat gebeurt —wat niet perse het geval zal zijn; het zal in elk geval geen vaste regel zijn— maak dan van die gelegenheid een motief u nog meer met de Heer te verenigen; omdat Hij, die u heeft uitverkoren als kind van God, u nooit in de steek zal laten. Hij laat de beproeving toe, opdat u meer zult beminnen en met helderder blik zijn niet aflatende bescherming zult ontdekken, zijn Liefde. Ik blijf het zeggen, vat moed, omdat Christus, die ons vergaf aan het Kruis, zijn vergiffenis blijft aanbieden in het boetesacrament. *En*

*mocht iemand zondigen, dan hebben wij een voorspreker bij de Vader, Jezus Christus, de rechtvaardige. En Hij is de verzoening voor onze zonden, en niet alleen voor onze zonden, maar ook voor die der gehele wereld (1 Joh 2,12).’ (Vrienden van God, 214)*

---

## **2. Wat is de zonde?**

Zonde is een tekort aan ware liefde tot God en de naasten, omwille van een ontaarde gehechtheid aan bepaalde goederen. Ze kwetst de natuur van de mens en tast de menselijke solidariteit aan.

De heilige Augustinus noemt het “eigenliefde die zo ver gaat dat men God veracht”. Door deze hoogmoedige verheerlijking van zichzelf is de zonde diametraal tegengesteld aan de gehoorzaamheid

van Jezus die het heil voltrekt (vgl. Fil 2,6-9).

*Men moet de zonden beoordelen naar hun zwaarte; de Kerk maakt onderscheid tussen doodzonde en dagelijkse zonde. De doodzonde vernietigt de liefde in het hart van de mens door een zware inbreuk op Gods Wet; ze wendt de mens van God af, die zijn uiteindelijke doel en zijn zaligheid is, door aan een minder goed de voorkeur te geven boven Hem. De dagelijkse zonde laat de liefde bestaan, ook al beledigt en kwetst ze die.*

*Om van een doodzonde te kunnen spreken, moeten drie voorwaarden tegelijk vervuld zijn: "Elke zonde die een zwaarwegende materie tot object heeft en die begaan wordt met volle kennis en weloverwogen toestemming, is een doodzonde".*

*Wat een zwaarwegende materie is, dat wordt verduidelijkt in de Tien*

*Geboden, naar het woord van Jezus tot de rijke jongeling: "Gij zult niet doden, gij zult geen echtbreuk plegen, gij zult niet stelen, gij zult niet vals getuigen, gij zult niemand tekortdoen, eer uw vader en uw moeder" (Mc 10, 19). De zwaarte van de zonden is meer of minder groot: moord is erger dan diefstal. De hoedanigheid van de benadeelde personen telt ook mee: geweld gebruiken tegen de ouders is op zich erger dan tegen een vreemde.*

*Men begaat een dagelijkse zonde wanneer men in een lichte materie een voorschrift van de morele wet overtreedt, ofwel wanneer men ongehoorzaam is aan de morele wet in een zwaarwegende materie, maar zonder volle kennis of volledige instemming De dagelijkse zonde verzwakt de liefde; ze geeft blijk van een ongeordende begeerte naar geschapen dingen; ze belet de vooruitgang van de ziel in de beoefening van de deugden en de*

*praktijk van het zedelijk goede; ze verdient tijdelijke straffen. De vrijwillige dagelijkse zonde die zonder berouw blijft, brengt ons stilaan ertoe een doodzonde te bedrijven.*

*(Catechismus van de Katholieke Kerk, 1849-1864)*

## **Overweging van de woorden van de heilige Jozefmaria**

‘Wij hoeven niet verbaasd te zijn. Wij slepen in onszelf —als gevolg van onze gevallen natuur— een begin van opstandigheid, van verzet tegen de genade mee. Het zijn de wonden van de erfzonde die door onze persoonlijke zonden weer gaan zweren. Maar hoe dan ook, wij zullen die tochten naar boven moeten ondernemen, die goddelijke en menselijke arbeid —die van elke dag— die altijd uitmonden in de liefde van God. Klim omhoog met nederigheid, met een rouwmoedig hart, vol vertrouwen op de hulp van

God. Spreek uw beste krachten aan, alsof alles alleen van u zelf zou afhangen.’ (Vrienden van God, 214)

‘Nu begrijp je hoeveel je Jezus hebt laten lijden, en je bent vol smart. Wat is het toch eenvoudig om Hem vergiffenis te vragen, en jouw veelvuldig verraad uit het verleden te bewenen! Je hebt een onbedwingbaar verlangen alles goed te maken! Goed. Maar vergeet niet, dat de geest van boetvaardigheid vooral bestaat in het vervullen van plicht van elk ogenblik, wat het je ook moge kosten.’ (Kruisweg, Negende Statie no.5)

### **3. Wat is er nodig voor een goede Biecht?**

Voor een goede Biecht is het volgende nodig: een zorgvuldig gewetensonderzoek doen naar de zonden die we sinds onze laatste Biecht hebben begaan; berouw opwekken en het vaste voornemen

maken om niet meer te zondigen; de belijdenis van onze zonden uitspreken ten overstaan van een priester; en de voldoening of penitentie volbrengen die de biechtvader aan de boeteling oplegt als genoegdoening voor onze zonden.

Om ons geweten te onderzoeken, helpt het om de zonden die we hebben begaan sinds onze laatste Biecht te bekijken in het licht van de Tien Geboden, de Bergrede en de leer van de Apostelen.

Berouw bestaat uit verdriet van de ziel en afschuw voor de begane zonde, omdat deze God en andere mensen beledigt; samen met het besluit om niet meer te zondigen.

*Door de belijdenis van de zonden (de bekentenis) in de Biecht ziet de mens zijn zonden onder ogen die hij bedreven heeft; hij aanvaardt de verantwoordelijkheid ervoor en stelt zich zodoende opnieuw open voor God*

*en de gemeenschap met de Kerk. De boeteling moet in de Biecht alle doodzonden opsommen waarvan hij zich na een zorgvuldig gewetensonderzoek bewust is, zelfs wanneer deze zeer verborgen zijn... want soms brengen deze zonden de ziel een zwaardere wonde toe en zijn ze gevaarlijker dan zonden die openlijk bedreven werden.*

*Het belijden van alle zonden die we hebben begaan drukt echt berouw uit en ons verlangen naar Gods barmhartigheid. Het is als een zieke die zijn wond aan de dokter laat zien zodat hij genezen kan worden.*

*Vele zonden berokkenen aan de naaste schade. Men moet al het mogelijke doen om deze schade te herstellen (bijvoorbeeld door gestolen goed terug te geven, de goede naam te herstellen van iemand die het slachtoffer is van laster, verwondingen goed te maken). De rechtvaardigheid alleen al vereist*

*dit. Maar de zonde kwetst en verzwakt bovendien de zondaar zelf, evenals zijn relatie tot God en de naaste. De absolutie neemt de zonde weg, maar maakt de wanorde die door de zonde veroorzaakt werd niet geheel ongedaan. Uit de zonde opgestaan moet de zondaar nog de volledige geestelijke gezondheid herwinnen. Hij moet dus nog iets meer doen om zijn zonden goed te maken: hij moet op geëigende wijze "voldoening schenken" of zijn zonden "uitboeten". Deze voldoening wordt ook "penitentie" genoemd.*  
*(Catechismus van de Katholieke Kerk, 1451, 1455, 1456, 1459)*

## **Overweging van de woorden van de heilige Jozefmaria**

Vader, hoe kunt u zoveel vuiligheid verdragen?, vroeg je me na een rouwmoedige biecht. - Ik zweeg en dacht: als je nederigheid je ertoe brengt jezelf zo te zien, als vuil, een

grote hoop vuil, dan kunnen we van al je ellende nog iets groots maken.  
*(De Weg, 605)*

Als je steeds meer verenigd wilt zijn met God is het noodzakelijk dat je eerlijk bent. Als je een 'steen' met je meesleept, mijn kind, gooi die dan van je af! Doe wat ik je altijd aangeraden heb. Vertel eerst alles waarvan je zou willen, dat niemand het te weten komt. Het is een hele opluchting als die 'steen' eenmaal van je is weggenomen in de biecht!  
*(De Smidse, 193)*

---

#### **4. Waarom zou je vergeving aan een mens en niet rechtstreeks aan God vragen?**

*God alleen vergeeft zonden (Mc 2,7). Aangezien Jezus de Zoon van God is, zegt Hij over zichzelf: "De Mensenzoon heeft de macht op aarde*

*zonden te vergeven" (Mc 2,10) en Hij oefent deze macht ook uit: "Uw zonden zijn u vergeven!" (Mc 2,5; Lc 7,48).*

*Verder verleent hij krachtens zijn goddelijk gezag deze macht aan de apostelen (vgl. Joh 20,21-23) en hun opvolgers om in zijn naam uit te oefenen. Christus wilde dat heel zijn Kerk, in haar gebed, haar leven en haar handelen, teken en instrument zou zijn van de vergeving en de verzoening, die Hij voor ons met de prijs van zijn bloed verworven heeft. Hij heeft echter de uitoefening van de macht om te vergeven aan het apostolisch ambt toevertrouwd. Dit ambt is belast met "de dienst van de verzoening" (2 Kor 5,18). De priester wordt gezonden "in naam van Christus", en "het is God zelf" die door middel van hem oproept en smeekt: "Laat u met God verzoenen" (2 Kor 5,20). (Catechismus van de Katholieke Kerk, 1441-1442)*

## Overweging van de woorden van de heilige Jozefmaria

Je schrijft me dat je tenslotte bent gaan biechten en dat je de vernedering hebt gevoeld om het riool van je leven - zoals je het noemt - open te moeten maken ten overstaan van een man. Wanneer zal je die ijdele achting die je voor jezelf voelt er nu eens uittrekken? Dan zal je blij zijn om je bij de biecht te tonen zoals je bent, tegenover die gewijde - man - een andere Christus, Christus zelf! - die je de absolutie geeft, de vergiffenis van God. (*De Voor*, 45)

Mijn kind, als je eens mocht vallen, zoek dan je heil in de biecht en de geestelijke leiding. Laat de wond zien, zodat ze die grondig kunnen behandelen en iedere mogelijkheid tot infectie wegnemen, ook als zo'n ingreep pijn doet. (*De Smidse*, 192)

---

## **5. Hoe vaak moeten we te Biecht gaan?**

*Volgens het gebod van de Kerk is "iedere gelovige, wanneer hij tot de jaren van het verstand gekomen is, verplicht minstens eenmaal per jaar zijn zware zonden oprecht te belijden". Hij die zich ervan bewust is een doodzonde bedreven te hebben, kan de heilige Communie niet ontvangen zonder eerst de sacramentele absolutie verkregen te hebben. Hoewel het niet strikt noodzakelijk is, beveelt de Kerk het toch ten zeerste aan, ook de dagelijkse zonden te belijden. De regelmatige belijdenis van onze dagelijkse zonden helpt ons ook werkelijk ons geweten te vormen, te strijden tegen onze slechte neigingen, ons te laten helen door Christus en voortgang te boeken in het geestelijk leven. Kinderen moeten tot het Boetesacrament naderen, voordat zij de eerste Heilige Communie ontvangen.*

*Christus' oproep tot bekering blijft evenwel weerklinken in het leven van de Christenen. Deze ... is een ononderbroken opgave voor heel de Kerk die "in haar eigen schoot zondaars omvat" en die zich dus, "tezelfdertijd heilig en altijd tot zuivering geroepen, onophoudelijk toelegt op boetvaardigheid en levensvernieuwing" (Lumen Gentium 8). Dit streven naar bekering is niet zonder meer mensenwerk, maar een ontroering van "het vermorzelde hart" dat aangetrokken en bewogen wordt door de genade om te beantwoorden aan de barmhartige liefde van God, die ons het eerst heeft liefgehad (vgl. Ps 51,19; Joh 6,44; Joh 12,32; en 1 Joh 4,10).*

*Het proces van de bekering en de boetvaardigheid werd door Jezus op indrukwekkende wijze beschreven in de zogenaamde parabel "van de verloren zoon" waarin "de barmhartige vader" centraal staat : de*

*betovering van een denkbeeldige  
vrijheid, het verlaten van het vaderlijk  
huis; de uiterste ellende waarin de  
zoon geraakt, nadat hij zijn geld  
verkwist heeft; de diepe vernedering  
varkens te moeten hoeden en, erger  
nog, verlangen zich te voeden met de  
schillen die de varkens voorgeworpen  
kregen; de gedachte aan wat hij  
verloren had; het berouw en het  
voornemen schuld te bekennen jegens  
zijn vader; de weg terug; de liefdevolle  
opname door de vader en de vreugde  
van de vader. Het zijn allemaal fasen  
die het bekeringsproces kenmerken. In  
het fraaie kled, de ring en het  
feestmaal verschijnen de symbolen  
van het nieuwe, zuivere, waardige en  
vreugdevolle leven, een leven van  
iemand die tot God en zijn huisgezin,  
de Kerk, terugkeert. Enkel het hart  
van Jezus, dat de diepten van de liefde  
van zijn Vader kent, kon ons op een zo  
eenvoudige en tegelijk schitterende  
wijze openbaren hoe onpeilbaar diep  
de barmhartigheid van de Vader is.*

*(Catechismus van de Katholieke Kerk,  
1428, 1439, 1457)*

## **Overweging van het mysterie**

Vooruit, wat er ook moge gebeuren. Houdt u stevig vast aan de arm van de Heer, en bedenk, dat God geen slagen verliest. Als u zich om welke reden dan ook van Hem hebt afgekeerd, reageert u dan met de nederigheid van het beginnen en opnieuw beginnen; doe alle dagen als de verloren zoon, doe het elke vierentwintig uur meer dan eens; met de nederigheid van het zuiveren van uw berouwvol hart in de biecht. Dat is werkelijk het wonder van Gods liefde. Door dit schitterend sacrament zuivert de Heer uw ziel en doet uw blijdschap en kracht overvloeien om niet te versagen in uw strijd en het niet moe te worden naar God terug te keren, ook al lijkt alles duister. Bovendien beschermt de Moeder van God, die ook onze

Moeder is, u met de liefderijke zorg van een moeder, en zij leidt uw schreden. (*Vrienden van God*, 214)

Toen je net gebiecht had, zei je bij jezelf: geloofd zij God. En je dacht: het is net of ik opnieuw geboren ben. Vervolgens ging je vol vrede verder: Heer, wat wilt Gij dat ik doe? En je gaf jezelf het antwoord: Met uw genade zal ik, boven alles en iedereen, uw allerheiligste wil vervullen. Ik zal U onvoorwaardelijk dienen! (*De Smidse*, 238)

.....

.....

pdf | Document automatisch  
aangemaakt door <https://opusdei.org/nl-nl/article/waarom-gaan-we-biechten/>  
(9-4-2026)