

LE SACREMENT de la RÉCONCILIATION



« Pitié pour moi, mon Dieu dans ton amour, selon
ta grande miséricorde, efface mon péché. [...]
Rends-moi la joie d'être sauvé. »

Psaume 50

Prénom : _____

Comment se confesser ?

★ 1. L'examen de conscience

Je prie Dieu et réfléchis sur les péchés que j'ai commis. Je pense à des paroles et des actes qui ont fait du mal.

★ 2. La contrition

La contrition est le regret et la tristesse que j'éprouve d'avoir blessé Dieu et le prochain.

★ 3. L'aveu

Après le signe de croix, j'avoue avec courage et humilité tous mes péchés à Dieu et lui demande de me pardonner. Dans la foi, je sais que Dieu est tellement heureux de me donner son pardon !

★ 4. La pénitence

Le prêtre me donne une prière à dire ou un acte d'amour à accomplir, destiné à montrer à Dieu que je veux reprendre le bon chemin et réparer le mal commis.

★ 5. L'absolution

Le prêtre dit sur moi une prière qui donne le pardon de Dieu. C'est l'absolution. À ce moment-là, j'ai la certitude que je suis pardonné par Dieu.

★ 6. L'action de grâce

Je prends un moment pour remercier Dieu.

L'aveu

Le péché est un manque d'amour

- envers Dieu
- envers les autres
- envers moi-même



J'ai péché envers Dieu

*« Tu aimeras le Seigneur ton Dieu
de tout ton cœur, de toute
ton âme et de tout ton esprit. »
Mt 22, 37*

- ★ Ai-je essayé de prier tous les jours ?
- ★ Ai-je pensé à remercier Dieu pour les dons qu'il m'a faits ?
- ★ Ai-je manqué la messe le dimanche par ma faute ?
- ★ Me suis-je bien tenu à la messe ?
- ★ Si j'ai fait ma 1^{re} communion, ai-je communié avec respect et amour ?
- ★ Me suis-je moqué de Dieu ?
- ★ Ai-je manqué de respect envers les prêtres ou envers des amis de Dieu ?
- ★ Ai-je manqué de courage pour dire que j'aimais Jésus ?

J'ai péché envers les autres

*« Tu as du prix
à mes yeux [...] et je t'aime. »
Is 43, 4*

- ★ Ai-je toujours dit la vérité ?
- ★ Ai-je dit du mal des autres ?
- ★ Me suis-je disputé ?
- ★ Ai-je rapporté ?
- ★ Ai-je été violent ?
- ★ Ai-je toujours obéi à mes parents ou à mes professeurs ?
- ★ Ai-je été gentil et bon avec mes parents, mes frères et sœurs, mes amis ?
- ★ Ai-je rendu service sans râler et sans qu'on me le demande plusieurs fois ?
- ★ Ai-je refusé de pardonner ou de demander pardon ?
- ★ Ai-je abîmé volontairement des affaires ?
- ★ Ai-je été artisan de paix ?



J'ai péché envers moi-même

*« Aimez-vous les uns les autres
comme je vous ai aimés. »*

Jn 15, 12

- ★ Ai-je été paresseux ?
- ★ Ai-je été orgueilleux ?
- ★ Ai-je fait des caprices ?
- ★ Ai-je volé ?
- ★ Ai-je boudé ?
- ★ Ai-je triché ? copié ?
- ★ Est-ce que je me suis vanté ?
- ★ Ai-je refusé de faire mes devoirs ?
- ★ Est-ce que je n'ai pensé qu'à moi ?
- ★ Ai-je dit des gros mots ou été vulgaire ?
- ★ Ai-je tenu mes promesses ?
- ★ Ai-je été trop gourmand ?
- ★ Me suis-je mis en colère pour rien ?
- ★ Ai-je regardé des images, des livres ou des sites Internet malsains ?
- ★ Ai-je été jaloux de mes frères et sœurs ou de mes amis ?



La contrition

Je regrette mes fautes et demande à Dieu sa force.

Je récite un acte de contrition.

Mon Dieu, j'ai un très grand regret de t'avoir offensé parce que tu es infiniment bon, infiniment parfait et que le péché te déplaît.

Je prends la ferme résolution avec le secours de ta sainte grâce de ne plus t'offenser et de faire pénitence.

Ou...

Seigneur, je regrette tous mes péchés parce que tu m'aimes infiniment. Je décide, avec ton aide, de ne plus pécher et de t'aimer toujours davantage.

L'absolution

Le prêtre me donne le pardon de Dieu.
Je peux me mettre à genoux pour le recevoir.



Le prêtre dit en imposant ses mains sur moi :

« Que Dieu notre Père te montre sa miséricorde : par la mort et la résurrection de son Fils, il a réconcilié le monde avec lui et il a envoyé l'Esprit Saint pour la rémission des péchés. Par le ministère de l'Église, qu'il te donne le pardon et la paix.

Et moi, au nom du Père et du Fils et du Saint-Esprit, je te pardonne tous tes péchés. »

Je fais en même temps le signe de la croix.