

## Pour se préparer au sacrement de réconciliation

**I**l est souhaitable de bien préparer la

rencontre du sacrement de réconciliation de manière à laisser le Seigneur les relever intégralement et à décider chacun à changer ce qui conduit au péché.

*Si vous disposez de peu de temps, vous pouvez relire votre vie à la lumière de ces deux axes:*

1. Mon rapport: à Dieu / aux autres / à moi-même

2. Mon rapport: à la vérité / à la vie / à l'amour

Si vous disposez de davantage de temps, vous pouvez vous inspirer, pour votre examen de conscience, des questions ci-dessous. Elles sont présentées ainsi:

La présentation d'un commandement, assorti de questions qui aident à faire la vérité sur soi;

puis, en encadré, une parole du Nouveau Testament qui nous révèle l'accomplissement de toute chose dans l'amour, par Jésus-Christ.

**"TU N'AURAS PAS D'AUTRE DIEU QUE MOI" (Ex 20,2)**

Quel temps donné à la prière et quelle qualité de prière? Quelle pratique de la confession et de l'eucharistie? Quel soin pour nourrir la foi? Quels sont les idoles que je peux suivre: argent, orgueil, possessions, désir d'avoir raison...? Suis-je allé voir du

côté de l'occultisme, de la voyance, de l'horoscope, de pratiques contraires à la foi chrétienne?

**"Mes biens aimés, fuyez le culte des idoles" (1 Co 10,14)**

**"TU NE PRONONCERAS PAS A TORT LE NOM DU SEIGNEUR" (Ex 20,7)**

Quel est mon respect de Dieu et comment est-ce que je le manifeste? Quel regard porté sur Dieu quand je rencontre une difficulté ou un malheur? Est-ce que j'aspire à obéir à la volonté de Dieu? Et mon obéissance à l'Eglise? Le Seigneur est-il mon espérance? Est-ce qu'il m'arrive de rougir du Christ et de son message?

**"Que TA volonté soit faite" (Mt 6,10)**

**"SOUVIENS-TOI DU JOUR DU SEIGNEUR POUR LE SANCTIFIER" (Ex 20, 8-10)**

Y a-t-il pour moi un "jour du Seigneur"? Suis-je conscient que la participation à la messe dominicale est vitale pour mon âme, même quand je n'ai pas envie ou que je n'en perçois pas le besoin? Quel est le temps que je consacre au Seigneur, particulièrement le dimanche? Est-ce que je m'associe à la louange de toute l'Eglise?

**"Ma chair est la vraie nourriture" (Jean 6,55)**

**"HONORE TON PERE ET TA MERE" (Ex 20,12)**

Quelle est la vérité de mon respect de mes proches? Est-ce que j'accepte de pardonner

et de ne pas me mettre en colère? Comment est-ce que j'assume mes devoirs envers mes enfants? Suis-je au service de mes proches, dans la douceur et la patience? Est-ce que je ne limite pas ma charité au cercle familial, oubliant ma mission dans la société?

**"Celui qui fait la volonté de mon Père qui est aux cieux, celui-là est pour moi un frère, une soeur" (Mt 12,50)**

"TU NE TUERAS PAS" (Ex 20,13)

Dans un monde qui ne fait plus du respect de la vie une priorité, est-ce que j'ose affirmer les convictions de ma foi et de l'Eglise? Suis-je complice de la culture de mort par mes silences ou par de mauvais conseils? Ai-je commis ou encouragé un avortement? Suis-je engagé dans le respect de la vie jusqu'à sa fin naturelle? Et en voiture? Et le respect de mon corps et de ma santé? Suis-je un artisan de paix et un affamé de justice?

**"Je suis venu pour que vous ayez la vie et la vie en abondance!" (Jean 10,10)**

"TU NE COMMETTRAS PAS D'DULTERE" (Ex 20,14)

Suis-je fidèle dans mon couple, en pensées et en actes? La sexualité nous ouvre-t-elle à l'accueil de la vie et à une paternité-maternité responsables? Vivons-nous notre sexualité comme un don de Dieu et un don de soi à l'autre? Est-ce que mes actes, regards, paroles, pensées sont véritablement chastes?

**"N'oubliez pas que vous êtes le temple de l'esprit-saint et que l'esprit habite en vous" (1 Co 3,16)**

"TU NE VOLERAS PAS" (Mt 19,18)

M'est-il arrivé de voler ou de moins considérer les biens qui n'étaient pas à moi?

Quel est mon respect des biens communs? Quel est mon rapport à l'argent? Est-ce que je donne facilement? M'arrive-t-il de voler aux autres un succès, une réputation?

**"Qu'as-tu que tu n'aies reçu?" (1 Co 4,7)**

## Le déroulement d'une confession

1/ L'accueil par le prêtre et l'introduction à la confession

2/ La reconnaissance de ses péchés

Le prêtre accompagne votre démarche, par laquelle, en vérité, vous cherchez à confesser tous vos péchés pour avancer sur le chemin de la conversion et de la sainteté.

3/ La pénitence

On reçoit ensuite une pénitence, qui manifeste à la fois le regret d'avoir offensé le Seigneur et son Eglise, et le désir de se convertir. Cette pénitence se réalise après la confession, dans l'église ou chez soi.

Puis le pénitent dit l'acte de contrition (en tutoyant ou vouvoyant)

***"Mon Dieu, j'ai un très grand regret de t'avoir offensé, car Tu es infiniment bon, infiniment aimable, 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."***

4/ L'absolution

C'est la parole sacramentelle par laquelle nous avons l'assurance du pardon total du Seigneur !