

Comment célébrer le sacrement de la réconciliation ?

1) **Accueil.** Je peux commencer en disant « Bénissez-moi mon Père, parce que j'ai péché ». Avec le prêtre je fais le signe de croix puis je peux me présenter brièvement. Après avoir informé le prêtre du passage de l'Écriture que j'ai choisi pour me préparer, je commence par confesser l'amour de Dieu pour moi et lui rendre grâce.

2) **Aveu des péchés.** J'avoue les principaux péchés dont je me souviens. Cela reste un secret inviolable. Je peux interroger le prêtre pour qu'il m'aide à comprendre l'amour de Dieu et à voir mes péchés.

3) **Un geste de conversion et de pénitence.** Le prêtre me donne un geste de conversion pour montrer au Seigneur mon désir de grandir.

4) **Contrition.** Je regrette mes péchés, je promets au Seigneur de tout faire avec son aide pour ne plus l'offenser. Acte de contrition :

« Mon Dieu, j'ai péché contre mes frères et contre Toi,
mais près de Toi se trouve le pardon.

Accueil mon repentir et aide-moi à vivre selon ton amour. ».

5) **Absolution.** Le prêtre me donne l'absolution ; tous mes péchés sont pardonnés !

6) **Rendre grâce.** Je rends grâce, car je suis réconcilié(e) avec Dieu, avec les autres et avec moi-même. J'entre dans la joie de Dieu : *C'est ainsi, je vous le dis, qu'il y aura plus de joie dans le ciel pour un seul pécheur qui se repent que pour 99 justes, qui n'ont pas besoin de repentir.* (Lc 15,7)

Mon âme exalte le Seigneur,

Exulte mon esprit

en Dieu mon Sauveur.

Il s'est penché

sur son humble servante

(Lc 1,46-48)



Le Sacrement de la Réconciliation, un signe de l'amour de Dieu pour moi

Le sacrement du pardon ?

Je suis venu pour que vous ayez la vie, et que vous l'avez en surabondance (Jn 10,10).

Recevoir le sacrement du pardon c'est d'abord goûter l'amour de Dieu pour moi. Dès lors je réalise combien je n'arrive pas à vivre de cet amour et je me tourne vers le Seigneur pour qu'il me pardonne et qu'il me donne sa joie.



C'est d'abord un acte de Dieu qui a toujours l'initiative de l'amour, qui met en notre cœur le désir du pardon, d'une conversion toujours plus vraie.

C'est un acte de l'Église qui porte notre démarche et permet notre rencontre avec le Père des Miséricordes : c'est pourquoi le Christ, toujours présent à son Église, nous donne le pardon de Dieu par le ministère du prêtre.

C'est un acte personnel du chrétien qui se place entre les bras du Père. C'est un accueil du don de Dieu et un engagement dans la foi, l'espérance et la charité. Je confesse l'amour surabondant de Dieu pour moi, puis je regrette le mal fait, j'avoue mon péché et je décide de me rapprocher de Dieu avec l'aide de sa grâce. Il est important de ne rien cacher pour que la rencontre soit vraie et que le don de Dieu nous guérisse.

« Imaginez une étincelle qui tombe dans la mer ; pensez-vous qu'elle puisse subsister et continuer à briller ? Au contact de la bonté de Dieu, vos péchés s'évanouissent comme l'étincelle au contact de l'eau. Bien plus encore, l'océan, si grand soit-il, a des limites, la bienveillance divine n'en a pas »
Saint Jean Chrysostome.

Si tu savais le don de Dieu (Jean 4,10)

Pour accueillir le pardon, Jésus m'invite à faire un examen de conscience en vérité et sous lumière de son amour.

- *Je suis le Chemin, la Vérité et la Vie* (Jn 14,6)

Ma relation à dieu, quel temps donnons-nous à la prière, à l'adoration ? Quel usage faisons-nous de l'Eucharistie et de la confession ? Mon baptême me fait-il vivre ? Où en est ma vie spirituelle ? Est-ce que je m'entraîne à discerner le bien du mal ? N'avons-nous pas des idoles ? Est-ce que je nourris ma foi ? Je me laisse aimer par Dieu ?

- *Tu ne prononceras pas le Nom du Seigneur à faux* (Ex 20,7)

Mon respect de Dieu : Comment recevons-nous la communion ? Comment parlons-nous de Dieu ? Sans blasphémer ? Sans l'accuser de tout ce qui va mal ? Est-ce que je recherche vraiment la volonté de Dieu en toutes choses ? Est-ce que j'aime l'Eglise ?

- *Souviens-toi du jour du Seigneur pour le sanctifier* (Ex 20,8-10)

Y a-t-il pour moi un « jour du Seigneur » ? Et la Messe le dimanche ? Quel temps garder gratuitement pour le Seigneur, la famille, les autres ? Est-ce que je m'associe à la louange et à l'action de grâce de toute l'Eglise ? J'accueille la Parole de Dieu ?

- *Honore ton père et ta mère* (Ex 20,12)

Est-ce que je vis le respect jusqu'au bout, l'obéissance ? Je pardonne à qui m'a blessé ? Et mes devoirs envers mes enfants . La vie sociale : comment construisons-nous la société ? Quel est mon comportement dans mon travail, en vacances ou en maison de retraite ?

- *Tu ne tueras pas* (Ex 20,13)

Notre culture ne s'enracine plus dans le respect de la vie ; en suis-je complice, coupable, par des silences, de mauvais conseils, des actes ? Et en voiture ? Et le respect de l'autre, de mon corps, de ma santé ? Suis-je artisan de paix ?

- *Tu ne commettras pas d'adultère* (Ex 20,14)

Dans mon couple, suis-je fidèle ? La sexualité nous ouvre-t-elle à l'accueil de la vie, à une maternité/paternité responsable, ou conduit-elle à des pratiques contraires (égoïstes, contraceptives) ? Est-ce que je rejoins la chasteté du Christ par mon regard, mes paroles, mes pensées et mes actes ?

- *Tu ne voleras pas* (Mt 19,18)

L'honnêteté peut être coûteuse. Et par rapport à celui qui n'a rien, est-ce que je ne le vole pas en gardant des biens égoïstement ? Les biens et le travail d'autrui, je les respecte ? Jusqu'où suis-je généreux ? Mes impôts ?

- *Tu ne témoigneras pas faussement contre ton prochain* (Ex 20,16)

Suis-je sensible à la beauté de la vérité ? Le mensonge c'est de ne pas dire la vérité à celui qui a le droit de la connaître. Nous avons à rester fidèle à la vérité, à la réputation de chacun. Suis-je médisant, calomniateur ?

- *Tu aimeras ton prochain comme toi-même* (Mt 22,37)

Suis-je témoin de la charité, en paroles, en actes, en pensées ? Est-ce que je prie pour mes ennemis ? Et les péchés par omission ?

La tradition de l'Eglise distingue 7 grandes façons de succomber à la tentation ; on les appelle les péchés capitaux :

1. **L'orgueil**
2. **L'avarice**, ou le mauvais usage des biens.
3. **L'envie**, devant le bien ou la personne d'autrui.
4. **La colère** comme emportement violent.
5. **L'impureté**, façon non juste de vivre le désir, en particulier dans la sexualité.
6. **La gourmandise**. Ce n'est pas d'aimer les bonnes choses, mais c'est la démesure dans la consommation.
7. **La paresse**, la tristesse ou le dégoût spirituel entretenu.