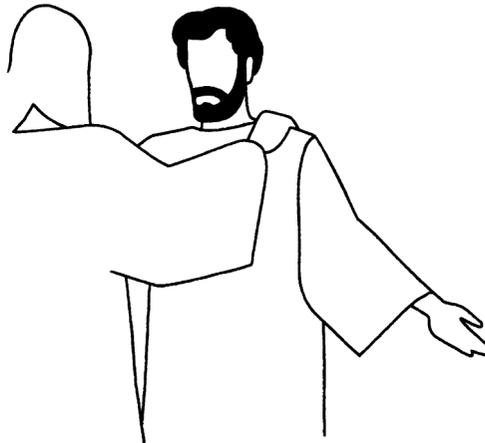


# LE SACREMENT DE LA RECONCILIATION

Paroisse Notre Dame de Nantes



Ce petit guide présente la manière de « se confesser » que propose le rituel issu du concile Vatican II. Pour porter du fruit, un sacrement se déploie dans le temps : le temps de la préparation, le temps de la célébration, le temps de la conversion.



## SE PREPARER

1– je choisis et je lis un extrait de la **Parole de Dieu** (voir le feuillet glissé à l'intérieur ou une autre page d'évangile).

2– **je me laisse toucher** par cette parole. C'est le Christ qui vient me rencontrer à travers elle. C'est lui que je viens rencontrer dans ce sacrement. « Seigneur Jésus, je me laisse toucher par ta présence forte et miséricordieuse ».

3– **Sous le regard du Christ**, je laisse monter en mon cœur...

Tout ce qui fait la beauté de ma vie, ce dont je veux me réjouir avec le Seigneur, lui rendre grâce

Tout ce qui blesse ma vie, ce qui me met mal à l'aise devant Dieu, mon péché.

## CELEBRER LE SACREMENT

### L'accueil mutuel

---

1. Arrivé près du prêtre, je le salue et me **présente** brièvement s'il ne me connaît pas.
2. Je **demande** : « Bénissez-moi, mon Père, parce que j'ai péché » **ou bien**, je peux dire le « Je confesse à Dieu ».  
Le prêtre répond par une prière de bénédiction.
3. Je fais le **signe de la croix**

### L'écoute de la Parole de Dieu

---

4. Je dis au prêtre le passage de la **Parole de Dieu** avec lequel je me suis préparé.

Si je n'ai pas eu le temps de faire cette méditation, le prêtre me propose de lire ensemble un passage de l'Écriture qu'il choisit.

### La confession de l'amour de Dieu et de mon péché

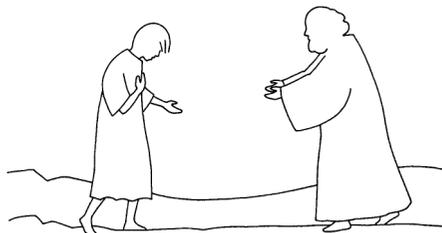
---

5. Je confesse, c'est-à-dire, je reconnais et proclame, **l'amour de Dieu** pour moi : je prie tout haut, en disant Merci au Seigneur pour ce qui est arrivé de beau dans ma vie

Soit avec les mots que m'inspire l'Esprit, spontanément.

Soit avec les mots d'un psaume de louange, par exemple... : « Bénis le Seigneur, ô mon âme, n'oublie aucun de ses bienfaits » ; « Le Seigneur fit pour moi des merveilles, saint est son nom ! »

6. Je reconnais **mes péchés**.  
Avec simplicité et confiance, je dis ce qui blesse ma relation à Dieu, aux autres et à moi-même. Je le fais sous le regard miséricordieux du Seigneur qui ne me condamne pas.



7. Je dis un **acte de contrition** ; par exemple :

« Mon Dieu, j'ai péché contre toi et mes frères, mais près de toi se trouve le pardon. Accueille mon repentir, et donne-moi la force de vivre selon ton amour. »

Ou « Jésus, Fils de Dieu Sauveur, prends pitié de moi, pécheur.

## L'accueil du pardon de Dieu

---

8. Je reçois le pardon de Dieu de la bouche du prêtre. C'est **l'absolution** et je réponds « amen ! »

9. Le prêtre m'invite à **l'action de grâce** et m'envoie. Je peux répondre : « Béni soit Dieu, maintenant et toujours ».

10. Le prêtre dialogue avec moi. Il termine en me proposant un **signe de conversion et de pénitence** : prière, partage, effort pour sortir de moi-même, des mes habitudes, service du prochain, action de grâce ou louange, etc ...



## RENDRE GRACE

Je goûte la miséricorde et la tendresse de Dieu pour moi.

Je mets en pratique le signe de conversion et de pénitence proposé par le prêtre, premier pas qui manifeste mon désir de progresser dans l'ouverture à Dieu et aux autres.

« L'homme délivré des esprits mauvais le suppliait de pouvoir être avec lui. Jésus lui répondit :  
« *Rentre chez toi, auprès des tiens, annonce-leur tout ce que le Seigneur a fait pour toi dans sa miséricorde.* » (Marc 5, 18)

## Paroles de Papes...

---



Oui, la prise de conscience du péché est possible, en même temps que celle de l'amour miséricordieux de Dieu. Ce n'est pas humiliant, ce n'est pas traumatisant, c'est libérateur ! »

Pape Jean Paul II, Lourdes, 1983



L'amour grandit par l'amour.

Si le contact avec Dieu me fait complètement défaut dans ma vie, je ne peux jamais voir en l'autre que l'autre, et je ne réussis pas à reconnaître en lui l'image divine.

Si par contre dans ma vie je néglige complètement l'attention à l'autre, désirant seulement être « pieux » et accomplir mes « devoirs religieux », alors même ma relation à Dieu se dessèche. Alors, cette relation est seulement « correcte », mais sans amour.

Seule ma disponibilité à aller à la rencontre du prochain, à lui témoigner de l'amour, me rend aussi sensible devant Dieu. Seul le service du prochain ouvre mes yeux sur ce que Dieu fait pour moi et sur sa manière à Lui de m'aimer.

Amour de Dieu et amour du prochain sont inséparables, c'est un unique commandement. (...) L'amour grandit par l'amour. »

Pape Benoît XVI, encyclique *Dieu est Amour*, 2006.



Le confessionnal n'est pas une teinturerie qui ôte les taches des péchés, ni une « séance de torture » où l'on inflige des coups de bâton. En effet, la confession est la rencontre avec Jésus au cours de laquelle l'on touche du doigt sa tendresse. Mais il faut s'approcher du sacrement sans tromperies ni demi-vérités, avec douceur et joie, confiants et armés de la « bienheureuse honte », la « vertu de l'humble » qui nous fait nous reconnaître pécheurs ».

Pape François, chapelle Sainte Marthe, 29 avril 2013

## Quelques extraits des évangiles

---

« Les pharisiens et les scribes de leur parti récriminaient en disant à ses disciples : « Pourquoi mangez-vous et buvez-vous avec les publicains et les pécheurs ? » Jésus leur répondit : « Ce ne sont pas les gens en bonne santé qui ont besoin du médecin, mais les malades. Je suis venu appeler non pas les justes mais les pécheurs, pour qu'ils se convertissent. » **(Luc 5, 30-32)**

« Vous avez appris qu'il a été dit : Tu aimeras ton prochain et tu haïras ton ennemi. Eh bien moi, je vous dis : Aimez vos ennemis, et priez pour ceux qui vous persécutent, afin d'être vraiment les fils de votre Père qui est dans les cieux ; car il fait lever son soleil sur les méchants et sur les bons, et tomber la pluie sur les justes et sur les injustes ». **(Matthieu 5,44-45)**

« Jésus dit encore : « Un homme avait deux fils. Le plus jeune dit à son père : 'Père, donne-moi la part d'héritage qui me revient.' Et le père fit le partage de ses biens. Peu de jours après, le plus jeune rassembla tout ce qu'il avait, et partit pour un pays lointain où il gaspilla sa fortune en menant une vie de désordre. Quand il eut tout dépensé, une grande famine survint dans cette région, et il commença à se trouver dans la misère. Il alla s'embaucher chez un homme du pays qui l'envoya dans ses champs garder les porcs. Il aurait bien voulu se remplir le ventre avec les gousses que mangeaient les porcs, mais personne ne lui donnait rien. Alors il réfléchit : 'Tant d'ouvriers chez mon père ont du pain en abondance, et moi, ici, je meurs de faim ! Je vais retourner chez mon père, et je lui dirai : Père, j'ai péché contre le ciel et contre toi. Je ne mérite plus d'être appelé ton fils. Prends-moi comme l'un de tes ouvriers.' Il partit donc pour aller chez son père. Comme il était encore loin, son père l'aperçut et fut saisi de pitié ; il courut se jeter à son cou et le couvrit de baisers. Le fils lui dit : 'Père, j'ai péché contre le ciel et contre toi. Je ne mérite plus d'être appelé ton fils...' Mais le père dit à ses domestiques : 'Vite, apportez le plus beau vêtement pour l'habiller. Mettez-lui une bague au doigt et des sandales aux pieds. Allez chercher le veau gras, tuez-le ; mangeons et festoyons. Car mon fils que voilà était mort, et il est revenu à la vie ; il était perdu, et il est retrouvé.' Et ils commencèrent la fête ». **(Luc 15, 11-24)**



« Heureux les pauvres de cœur, car le royaume des Cieux est à eux.  
Heureux ceux qui pleurent, car ils seront consolés.  
Heureux les doux, car ils recevront la terre en héritage.  
Heureux ceux qui ont faim et soif de la justice, car ils seront rassasiés.  
Heureux les miséricordieux, car ils obtiendront miséricorde.  
Heureux les cœurs purs, car ils verront Dieu.  
Heureux les artisans de paix, car ils seront appelés fils de Dieu.  
Heureux ceux qui sont persécutés pour la justice, car le royaume des Cieux est à eux ». **(Matthieu 5, 3-10)**

« Soyez miséricordieux comme votre Père est miséricordieux » **(Luc 6, 36).**

« Fuis les passions de la jeunesse. Cherche à vivre dans la justice, la foi, la charité et la paix, avec ceux qui invoquent le Seigneur d'un cœur pur » **(2 Timothée 2, 22).**

« Demeurez en moi comme je demeure en vous. Produisez du fruit en abondance et vous serez pour moi des disciples » **(Jean 15, 4.8).**

« Il est écrit : ce n'est pas seulement de pain que l'homme doit vivre... Tu te prosternerás devant le Seigneur ton Dieu et c'est lui seul que tu adoreras... » **(Luc 4, 4..12).**

« Je vous donne un commandement nouveau : c'est de vous aimer les uns les autres. Comme je vous ai aimés, vous aussi aimez-vous les uns les autres. À ceci, tous reconnaîtront que vous êtes mes disciples : si vous avez de l'amour les uns pour les autres. » **(Jean 13, 34-35).**

« Nul ne peut servir deux maîtres : ou bien il détestera l'un et aimera l'autre, ou bien il s'attachera à l'un et méprisera l'autre. Vous ne pouvez servir Dieu et l'Argent » **(Matthieu 6, 24).**

« Eh bien ! moi, je vous dis : Tout homme qui regarde une femme avec convoitise a déjà commis l'adultère avec elle dans son cœur » **(Matthieu 5, 28).**

« Venez, les bénis de mon Père, recevez en héritage le Royaume préparé pour vous depuis la fondation du monde. Car j'avais faim, et vous m'avez donné à manger ; j'avais soif, et vous m'avez donné à boire ; j'étais un étranger, et vous m'avez accueilli ; j'étais nu, et vous m'avez habillé ; j'étais malade, et vous m'avez visité ; j'étais en prison, et vous êtes venus jusqu'à moi !" (... ) "Amen, je vous le dis : chaque fois que vous l'avez fait à l'un de ces plus petits de mes frères, c'est à moi que vous l'avez fait » **(Mat 25, 35-40).**



## Quelques repères complémentaires

---

**Le péché blesse ma relation à Dieu** source de toute merveille – infidélité à la prière, incapacité à assumer sa foi devant les autres, place accordée à Dieu dans sa vie... **Le péché blesse la merveille que sont les aux autres** – incapacité à partager (biens, temps, amitié), paroles blessantes, regard porté sur les autres, utilisation des autres... **Le péché blesse la merveille que je suis** – en mon corps, mon âme, mon esprit.

Reconnaître son péché, ce n'est pas accuser des tendances ; mais évoquer tel ou tel acte précis, telle ou telle parole, telle ou telle pensée volontaire...

Reconnaître son péché, c'est tenir compte de sa situation de vie et de ses devoirs d'état... époux, épouse, célibataire, religieux, religieuse, prêtre... citoyen, membre de l'Eglise...

\*

\*

\*

Il ne suffit pas de dire : « c'est un péché » ; mais « j'ai péché ».  
« Il n'y a rien qui offense tant le Bon Dieu que de désespérer de sa miséricorde.

C'est notre orgueil qui nous empêche de devenir des saints.

Les tentations les plus à craindre, et qui perdent bien plus d'âmes qu'on ne croit, ce sont ces petites pensées d'amour propre, ces pensées d'estime de soi, ces petits applaudissements sur tout ce que l'on fait, sur ce que l'on a dit de nous.

L'envieux veut toujours monter, le saint veut toujours descendre.

Ainsi l'envieux descend toujours, et le saint monte toujours.

Le poisson cherche-t-il les arbres et la prairie ? Non, il s'élanche dans l'eau. L'oiseau s'arrête-t-il sur la terre ? Non, il s'envole dans les airs. Et l'homme qui est créé pour aimer Dieu, pour posséder Dieu, ne l'aime pas et porte ailleurs ses affections...

Pensées du curé d'Ars

# Quelques repères complémentaires

---

## Les commandements de Dieu

1. Tu adoreras un seul Dieu
2. Tu respecteras le nom du Seigneur
3. Tu sanctifieras le jour du Seigneur
4. Tu honoreras ton père et ta mère
5. Tu ne tueras pas
6. Tu ne commettras pas d'adultère
7. Tu ne voleras pas
8. Tu ne mentiras pas
9. Tu n'auras pas de désirs impurs volontaires
10. Tu ne désireras pas injustement les biens des autres

## Les sept péchés capitaux

1. **L'orgueil**, capitaine des capitaux
2. La **gourmandise**, reine du palais
3. La **luxure**, corps du délit
4. L'or dur de **l'avarice**
5. La **jalousie** ou mourir d'envie
6. Le jour de la **colère**
7. La  **paresse** fait néant



## Les vertus théologales

Foi  
Espérance  
Charité

## Les vertus cardinales

Justice  
Force  
Tempérance  
Prudence

## Autres vertus

La bonté  
La compassion  
La confiance  
La gratitude  
Le service  
L'oubli de soi  
L'honnêteté  
L'humilité  
La loyauté  
La patience  
La persévérance  
Le respect de l'autre