

# COMMENT SE CONFESSER ?

(feuillet pour adultes)

Vous avez le désir de vous confesser,  
pour retrouver la grâce de votre baptême,  
et vivre plus pleinement de l'amour de Dieu.  
Vous savez que ce sacrement peut libérer votre  
conscience,  
et vous donner de nouvelles forces pour aimer.

Peut-être en avez-vous perdu l'habitude,  
ou bien ne savez-vous pas ce qu'il faut faire ?

Ce feuillet peut vous aider à préparer ce beau sacrement :



1. Ne pas avoir peur. Jésus répète sans cesse : « N'aie pas peur ! Ne crains pas ! »
2. Avant de penser à ses péchés, il faut penser à l'amour de Dieu notre Père, au Christ qui nous a aimés jusqu'à donner sa vie, à l'Esprit Saint qui peut nous éclairer.

Pour parler du pardon, Jésus racontait la parabole du père et de ses deux fils :

*Un homme avait deux fils, dont le plus jeune dit à son père : "Mon père, donne-moi la part du bien qui me doit échoir." Ainsi, le père leur partagea son bien. Et peu de temps après, ce plus jeune fils ayant tout amassé, s'en alla dehors dans un pays éloigné, et il y dissipa son bien en vivant dans la débauche. Après qu'il eut tout dépensé, il survint une grande famine en ce pays-là ; et il commença à être dans l'indigence. Alors il s'en alla, et se mit au service d'un des habitants de ce pays-là, qui l'envoya dans ses possessions pour paître les pourceaux. Et il eût bien voulu se rassasier des carouges que les pourceaux mangeaient ; mais personne ne lui en donnait. Etant donc rentré en lui-même, il dit : Combien ya-t-il de gens aux gages de mon père, qui ont du pain en abondance ; et moi je meurs de faim ! Je me lèverai, et m'en irai vers mon père, et je lui dirai : Mon père, j'ai péché contre le ciel et contre toi, et je ne suis plus digne d'être appelé ton fils ; traite-moi comme l'un de tes domestiques.*

*Il partit donc, et vint vers son père. Et comme il était encore loin, son père le vit, et fut touché de compassion ; et courant à lui, il se jeta à son cou et le baisa. Et son fils lui dit : "Mon père, j'ai péché contre le ciel et contre toi, et je ne suis plus digne d'être appelé ton fils".*

*Mais le père dit à ses serviteurs : "Apportez la plus belle robe et l'en revêtez ; et mettez-lui un anneau au doigt et des souliers aux pieds ; et amenez un veau gras et le tuez ; mangeons et réjouissons-nous ; parce que mon fils que voici était mort, et il est revenu à la vie ; il était perdu, mais il est retrouvé.*

*Évangile selon Saint-Luc 15*

3. Le fils prodigue a voulu rompre avec son père et il a gaspillé ses dons. Il a l'honnêteté de le reconnaître. Ayons l'honnêteté de reconnaître nos péchés : en pensées, en paroles, par actions et par omissions.

## **ECOUTONS LE CHRIST**

**Jésus nous invite à aimer Dieu de tout notre coeur et de le servir en toute chose.**

Moi, je mets Dieu de côté si souvent, mes journées s'écoulent sans prière, sans une pensée pour lui. J'ai trouvé des idoles pour le remplacer : l'abus de sport, de la télé, des jeux vidéo... Je ne lui fais pas toujours confiance, et il m'arrive de faire appel à la voyance, à la magie, au spiritisme...

**Jésus nous dit qu'il faut prier et ne jamais se décourager.**

Moi, je compte sur mes seules forces. Je ne remercie pas Dieu pour les grâces reçues. Je suis devenu négligent. Je manque la messe pour un rien. Et quand arrivent la souffrance, la maladie, la mort de quelqu'un, j'accuse Dieu.

**Jésus nous dit qu'Il est la Lumière, le Chemin, la Vérité et la Vie.**

Moi, je fais très peu d'efforts pour mieux connaître l'Évangile et l'enseignement de l'Église. Je manque de volonté pour m'instruire davantage sur ma foi. Je néglige l'éducation religieuse de mes enfants...

**Jésus nous demande de respecter Dieu et son prochain.**

Moi, je parle de Lui sans respect. Et quand j'entends des plaisanteries autour de moi, je n'ai pas le courage de me montrer chrétien.

**Jésus nous prévient que tout le bien ou le mal qu'on fait aux autres, c'est à Lui qu'on le fait.**

Moi, j'ai du mal à aimer. Mes jugements sont souvent rapides ou faux. Je peux être blessant, rancunier, vengeur, ou moqueur.

**Jésus nous rappelle qu'on ne doit pas tuer.**

Moi, je suis capable de démolir les autres. Je peux ruiner leur vie en racontant n'importe quoi. Je peux aussi briser ma propre vie par l'usage excessif de l'alcool ou de drogues. Je peux aussi attenter à la vie en pratiquant ou conseillant l'avortement.

**Jésus nous dit de ne pas mentir.**

Moi, je ne suis pas à un mensonge près. Je triche de bien des manières. Je porte souvent un masque pour cacher mon manque de vérité, de loyauté.

### **Jésus nous dit de ne pas voler.**

Moi, je ne me gêne pas pour prendre et faire mien le bien des autres, à mon travail, dans les magasins... Il m'est arrivé de détruire le bien d'autrui par plaisir ou par vengeance.

### **Jésus a dit à Marie-Madeleine, la pécheresse : « Va et ne pêche plus. »**

Moi, je n'ai pas toujours gardé la pureté. Je cherche dans des revues, des films ou sur internet des images qui me détournent du vrai sens du don de soi, et qui ne sont pas respectueuses de l'intimité de chacun. Je ne suis pas toujours fidèle aux engagements de mon mariage.

### **Jésus nous commande de nous aimer comme il nous a aimés.**

Mon égoïsme, mon sans-gêne, ma mauvaise humeur, mon désir d'avoir toujours raison, mes réponses dures, mes impatiences, mes colères m'empêchent d'aimer les autres. Il m'arrive de me servir des autres pour aboutir à mes propres fins...

### **Jésus nous prévient que celui qui insulte ou méprise son frère sera jugé.**

Moi j'ai du mal à pardonner aux autres. Je ne me gêne pas pour critiquer, pour lancer toutes sortes de bruits, de méchancetés, pour rabaisser et discréditer.

4. Demandons à Dieu qu'il nous inspire un vrai regret.

5. Devant le prêtre nous pouvons nous asseoir ou nous mettre à genoux. Le prêtre est là pour nous aider à répondre à l'invitation de saint Paul : « Laissez-vous réconcilier avec Dieu ».



6. On s'adresse au prêtre :

**« Bénissez moi mon père, parce que j'ai péché ».**

En demandant cette bénédiction, nous confessons déjà notre foi en la miséricorde de Dieu qui accueille les pécheurs que nous sommes, et recevons de lui la force pour nous confesser.

Nous pouvons indiquer à quand remonte notre dernière confession ou si c'est la première fois.

Nous disons nos péchés, sans rien omettre de manière volontaire, sans nous excuser et sans nous accabler.

On peut demander au prêtre de nous éclairer sur notre responsabilité et sur les moyens de progresser.

Le prêtre nous adresse quelques mots, il nous donne une pénitence (une action ou une prière) pour réparer pour nos fautes, et il nous invite à dire l'acte de contrition :

**Mon Dieu,  
j'ai un très grand regret de vous avoir offensé,  
parce que vous êtes infiniment bon, infiniment aimable  
et que le péché vous déplaît.  
Je prends la ferme résolution, avec le secours de votre sainte grâce,  
de ne plus vous offenser et de faire pénitence.**

Le prêtre nous donne alors le pardon de Dieu :

**Que Dieu notre Père vous 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'Eglise, qu'il vous donne le pardon et la paix.  
Et moi, au nom du Père et du Fils et du Saint-Esprit,  
je vous pardonne tous vos péchés.**

Je réponds : **AMEN** et fais le signe de la croix à la fin de la formule du pardon.

***Confessions à Brie-Comte-Robert***

- ***à l'église de :***
  - ***le samedi de 9h30 à 10h30***
  - ***le dimanche de 17h00 à 17h25***
  
- ***au presbytère du mardi au vendredi (tél : 01 64 05 03 74)***