

PETIT GUIDE POUR SE CONFESSER



Aujourd'hui, au Sanctuaire Notre-Dame de Rocamadour, vous avez décidé de vous confesser. Mais peut-être avez-vous besoin d'aide pour savoir comment faire ?

Par ce sacrement, Dieu réconcilie le pécheur avec le Christ par le ministère de l'Eglise. Ce sacrement est appelé sacrement de pénitence car la pénitence est le don de l'Esprit qui suscite chez le pécheur la conversion, le retournement de tout l'être vers Dieu. On dit aussi sacrement de miséricorde ou du pardon car Dieu manifeste sa miséricorde au pénitent et le pardonne.

« Laissez-vous réconcilier avec Dieu ! »

(Co 5, 20)

Pourquoi se confesser ?

- Parce que je suis moi aussi pécheur et que j'ai besoin de la miséricorde de Dieu :

« Si nous disons que nous n'avons pas de péché, nous nous égarons nous-mêmes, et la vérité n'est pas en nous. » (1 Jn 1, 8).

- Quand je me confesse, je sais qu'étant donné ma fragilité, je retomberai très probablement encore dans cette mauvaise habitude que j'ai d'être colérique ou gourmand... Mais je prends la ferme résolution de faire un progrès dans ce domaine-là. Aussi, il ne faut pas avoir honte de confesser régulièrement les mêmes péchés.

- Pour faire l'expérience de la miséricorde de Dieu notre Père qui est prêt à donner à chacun son Amour, sa Paix, sa Joie et son Pardon si on le lui demande.

- Pour recevoir la grâce de ce sacrement que le Christ veut me donner. C'est Jésus qui m'a sauvé du péché et qui veut me pardonner.

- Pour demander le pardon de mes fautes envers Dieu, les autres et moi-même avec humilité. Le péché est une rupture de l'Alliance avec Dieu qui nous empêche de nous sentir bien. Une fois pardonné, j'ai le cœur léger, je me sens purifié et plus proche du Père.

- Si on n'a pas le courage de regarder de temps en temps son histoire, ses défaillances, son péché, on reste toujours un peu embourbé dedans. Le pardon qui est clairement manifesté dans le sacrement de réconciliation permet d'assumer son histoire et d'aller de l'avant.

- Pour rencontrer un prêtre et qu'il m'aide éventuellement sur la croissance de ma vie spirituelle dans mes joies et dans mes épreuves, en plus de me pardonner mes péchés.

Comment se confesser ?

Avant la rencontre avec le prêtre

Après avoir demandé à Dieu de nous inspirer un vrai regret...

Si possible, **lecture d'un extrait de l'évangile** pour préparer son cœur et son esprit.

En lien avec le fondateur du Sanctuaire, St Amadour, qui serait selon la tradition Zachée, nous vous proposons :

« Entré dans la ville de Jéricho, Jésus la traversait.

Or, il y avait un homme du nom de Zachée ; il était le chef des collecteurs d'impôts, et c'était quelqu'un de riche.

Il cherchait à voir qui était Jésus, mais il ne le pouvait pas à cause de la foule, car il était de petite taille. Il courut donc en avant et grimpa sur un sycomore pour voir Jésus qui allait passer par là.

Arrivé à cet endroit, Jésus leva les yeux et lui dit : « Zachée, descends vite : aujourd'hui il faut que j'aie demeure dans ta maison. »

Vite, il descendit et reçut Jésus avec joie.

Voyant cela, tous récriminaient : « Il est allé loger chez un homme qui est un pécheur. »

Zachée, debout, s'adressa au Seigneur : « Voici, Seigneur : je fais don aux pauvres de la moitié de mes biens, et si j'ai fait du tort à quelqu'un, je vais lui rendre quatre fois plus. »

Alors Jésus dit à son sujet : « Aujourd'hui, le salut est arrivé pour cette maison, car lui aussi est un fils d'Abraham.

En effet, le Fils de l'homme est venu chercher et sauver ce qui était perdu. » » (Lc 19, 1-10)

LE CHEMINEMENT DE ZACHÉE : UNE SPIRITUALITÉ POUR LA CONFESSION

La vraie joie et la seule paix ne s'éprouvent qu'en aimant Dieu sur toute chose et en aimant nos voisins comme nous-mêmes. La misère de Zachée c'était d'être loin de Dieu à cause de sa négligence religieuse. Il était méprisé par les gens à cause des injustices dues à sa mauvaise morale. Néanmoins, son désir d'aimer de tout cœur va le conduire à apparaître devant Jésus malgré les obstacles. Il parvient finalement à être pardonné par Dieu en recevant le don de la grâce : « Zachée, descends vite : aujourd'hui, il faut que j'aie demeure dans ta maison » ; et à être réconcilié avec les hommes en devenant charitable : « Voici, Seigneur : je fais don aux pauvres de la moitié de mes biens, et si j'ai fait du tort à quelqu'un, je vais lui rendre quatre fois plus. »

Ayons comme Zachée le courage et l'honnêteté de reconnaître nos péchés (en pensées, en paroles, par actions et par omissions) et la volonté de vouloir rencontrer le Christ.

L'examen de conscience

C'est se mettre honnêtement dans la lumière de Dieu pour se rappeler les péchés et les ombres qui ont taché notre vie. A éviter :

- une conscience paresseuse qui oublie ses péchés par légèreté... ou qui les cache, ce qui est beaucoup plus grave.

- une conscience trop scrupuleuse qui se perd dans le détail des péchés.

Au confessionnal

A genoux ou assis, au choix...

Signe de Croix

Présentation

« Mon Père, bénissez-moi parce que j'ai péché. Je ne me suis pas confessé depuis..... ».

Confession - avouer ses péchés

Dites en quoi vous avez péché contre Dieu, vos prochains et vous-même, en quoi vous n'avez pas vécu chrétiennement.

Etre précis, sincère, complet. S'accuser d'actes précis et non de tendances. Parler librement, sans vous excuser ou vous accabler.

Absolution

Réparation - acte de contrition

« Mon Dieu, j'ai un très grand regret de vous avoir offensé, parce que vous êtes infiniment bon et 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. Amen. »

Après la rencontre avec le prêtre

Satisfaction - accomplir la pénitence reçue

Le prêtre vous indique une action ou une prière pour prolonger le sacrement et marquera votre désir de repartir courageusement sur les pas du Christ. Faire la réparation sans tarder, comme une dette d'amour vis-à-vis de Dieu et le cadeau de réconciliation.

Examen de conscience (réflexion autour des commandements) :

Père, tu dis qu'il faut aimer Dieu de tout son cœur, le servir en toutes choses...

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 du sport, de la télé, des jeux vidéo... il m'arrive de faire appel à la voyance, à la magie, au spiritisme...

Père, tu dis qu'il faut toujours 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 me laisse distraire facilement. Et quand arrivent la souffrance, la maladie, la mort de quelqu'un, j'accuse Dieu.

Père, tu dis que tu es la Lumière, le Chemin, la Vérité et la Vie.

Moi, je fais très peu d'efforts pour mieux connaître ton 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...

Père, tu dis qu'il faut respecter Dieu et respecter 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.

Père, tu dis que tout le bien ou le mal qu'on fait aux autres, c'est à toi qu'on le fait

Moi, j'ai du mal à aimer. Mes jugements sont souvent rapides ou faux. Je peux être blessant, rancunier, vengeur. Je me moque de ceux qui sont différents par leur culture ou leur religion. Je les exclus et même je les méprise.

Père, tu dis 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 la drogue, de l'alcool, du tabac...Je peux être violent de tant de façons que je peux tuer la vie...conseiller ou pratiquer l'avortement, l'euthanasie.

Père, tu dis 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.

Père, tu dis 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.

Père, tu dis 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 de la sexualité. Je ne suis pas toujours fidèle aux engagements de mon mariage.

Père, tu dis de nous aimer comme tu nous as aimés.

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

Père, tu dis 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 injurier, pour lancer toutes sortes de bruits, de méchancetés...



