

LA RÉCONCILIATION

L'amour de Dieu nous tourne jamais le dos ; voilà ce que le sacrement du pardon affirme.

Qu'est-ce que le sacrement du pardon?

C'est un sacrement (aussi appelé confession ou pénitence) que Jésus-Christ, par amour miséricordieux à notre égard, a institué afin de pardonner les pécheurs des offenses commises envers Dieu. Puisque nos péchés blessent l'Église, ce sacrement nous réconcilie aussi avec elle.

Chaque fois que nous commettons un péché, nous nous blessons, blessons les autres et Dieu. Par le sacrement de la réconciliation, nous reconnaissons nos péchés devant Dieu et son Église. Nous exprimons notre regret de manière véritable, nous recevons le pardon du Christ et de son Église, nous faisons réparation de nos torts, et nous nous proposons de mieux agir à l'avenir.

Le pardon des péchés comprend quatre étapes :

- **La contrition** : un sincère regret d'avoir offensé Dieu – l'acte le plus important du pénitent. Il ne peut y avoir de pardon si nous ne regrettons pas et n'ayons pas la ferme résolution de ne pas répéter notre péché.
- **La confession** : confronter nos péchés de manière profonde devant Dieu et en parlant – à haute voix – au prêtre.
- **La pénitence** : une partie importante de notre guérison et la « pénitence » imposée par le prêtre en réparation de nos péchés.
- **L'absolution** : le prêtre prononce les paroles par lesquelles « Dieu, le Père de toutes miséricordes » se réconcilie un pécheur par les mérites de la Croix.

Comment faire une bonne confession

Se confesser n'est pas difficile, mais il faut bien s'y préparer.

Nous devons commencer en priant, nous mettant en présence de Dieu, notre Père aimant. Nous cherchons la guérison et le pardon en nous repentant et en prenant la résolution de ne plus pécher.

Ensuite, nous faisons la révision de notre vie depuis notre dernière confession, en réfléchissant à nos pensées, paroles et actions qui n'étaient pas conformes aux commandements de Dieu de l'aimer et de nous aimer les uns les autres, à l'aide de ses commandements et ceux de son Église. C'est l'examen de la conscience.

Pour faire son examen de conscience :

- On demande d'abord l'aide de Dieu, en priant.
- On révise sa vie à l'aide de questions basées sur les dix commandements (voir l'étape suivante).
- On exprime son regret sincère à Dieu.
- On prend la ferme résolution de ne plus pécher.

Examen de conscience

Se rappeler ses péchés. Se demander, en priant, ce que l'on a fait, volontairement, en connaissance de cause, à l'encontre des commandements de Dieu et de l'Église.

- Est-ce que je prie chaque jour? Ai-je exprimé ma reconnaissance à Dieu pour les dons qu'Il me fait?
- Ai-je mis ma foi en danger en faisant des lectures contraires à celles de l'Église catholique ou en participant dans des sectes non catholiques? Ai-je participé à des pratiques superstitieuses, telles que la chiromancie ou le dire delà divination?
- Ai-je pris le nom de Dieu en vain? Ai-je blasphémé ou fait un faux serment?
- Ai-je manqué, par ma faute, la messe du dimanche ou de jours d'obligation? Suis-je attentif à la messe? Ai-je jeûné et fait abstinence les jours prescrits?
- Ai-je, en matière importante, désobéi à mes parents et à mes supérieurs légitimes?
- Ai-je haï ou me suis-je disputé avec une personne, ou ai-je désiré de me venger de quelqu'un? Ai-je refusé de pardonner? Ai-je manqué de respect?
- Me suis-je enivré? Ai-je fait l'usage illicite de drogues?
- Ai-je consenti à, ai-je recommandé, ai-je conseillé ou pris part activement à un avortement?
- Ai-je délibérément regardé de la pornographie, entretenu des pensées impures, ou m'être engagé dans des conversations ou des actions

impures? Ai-je fait usages de moyens artificiels pour éviter la conception?

- Ai-je été infidèle à l'égard de ma conjointe ou mon conjoint? Ai-je eu des relations sexuelles à l'extérieur du mariage?
- Ai-je volé ou endommagé la propriété des autres? Ai-je été honnête et juste dans mes relations d'affaires?
- Ai-je répondu aux besoins des pauvres et respecté la dignité des autres?
- Ai-je menti? Ai-je péché par diffamation ou en dénigrant d'autres personnes? Ai-je jugé sévèrement d'autres en matière sérieuse?
- Ai-je envié d'autres personnes?

Le rite de la réconciliation

On peut se confesser face à face ou de façon anonyme, avec un écran entre le prêtre et le pénitent. Choisir l'option qui met le pénitent à l'aise.

1. Le prêtre bénit le pénitent ou le salue. Il peut partager un passage des Saintes Écritures.
2. Faire le signe de la croix et dire : « Bénissez-moi mon Père, parce que j'ai péché. Ma dernière confession date de... (semaines, mois, années). »
3. Confesser tous ses péchés au prêtre. Le prêtre aidera le pénitent à faire une bonne confession. Si l'on est incertain comment se confesser ou mal à l'aise, simplement lui demande son aide. Répondre aux questions du prêtre sans cachette, crainte ni honte. Faire confiance à Dieu, notre Père miséricordieux qui veut pardonner.
4. Suite à la confession de ses péchés, dire : « Je regrette ces péchés et tous ceux de ma vie ».
5. Le prêtre donne une pénitence et offre des conseils pour aider à être meilleur catholique.

6. Dire un acte de contrition, en exprimant le regret de ses péchés. Le prêtre, agissant en la personne du Christ, donne l'absolution des péchés.

Acte de contrition

Mon Dieu, j'ai un extrême regret de vous avoir offensé, parce que vous êtes infiniment bon, infiniment aimable et que le péché vous déplaît; pardonnez-moi par les mérites de Jésus-Christ mon Sauveur; je me propose avec votre sainte grâce, de ne plus vous offenser et de faire pénitence.

Amen