

*Après la confession :*

Remercie le Seigneur de t'avoir pardonné  
et demande lui de t'aider à faire mieux.

*Voici une prière :*



**Seigneur,  
tu fais pour moi des merveilles.  
Tu pardones mes fautes,  
Tu me rends capable d'aimer.  
Tu me donnes ta joie et ta paix.  
Je te rends grâce de tout mon cœur. »**

*Pense à accomplir la pénitence que le prêtre t'a donné.*

**Psaume 31 (32)**

*Action de grâce d'un pénitent*

- 1 **Heureux l'homme dont la faute est enlevée,  
et le péché remis !**
- 2 **Heureux l'homme dont le Seigneur ne retient pas l'offense,  
dont l'esprit est sans fraude !**
- 3 **Je me taisais et mes forces m'épuisaient à gémir tout le jour :**
- 4 **ta main, le jour et la nuit, pesait sur moi ;  
ma vigueur se desséchait comme l'herbe en été.**
- 5 **Je t'ai fait connaître ma faute, je n'ai pas caché mes torts.  
J'ai dit :**  
« Je rendrai grâce au Seigneur en confessant mes péchés. »  
Et toi, tu as enlevé l'offense de ma faute.
- 7 **Tu es un refuge pour moi, mon abri dans la détresse ;  
de chants de délivrance, tu m'as entouré.**
- 10 **Pour le méchant, douleurs sans nombre ;  
mais l'amour du Seigneur  
entourera ceux qui comptent sur lui.**
- 11 **Que le Seigneur soit votre joie !  
Exultez, hommes justes !  
Hommes droits, chantez votre allégresse !**



*8 Le sacrement du pardon est une source de joie :  
pourquoi s'en priver ?*

# Invités à nous laisser regarder par le Christ

Préparation  
au  
Sacrement de réconciliation

Moi, je te donne tant de belle choses  
ta vie, ta santé, des fleurs, des fruits,  
des copains, des personnes qui t'aiment  
dans ta famille,  
autour de toi,  
à l'école, au catéchisme, à l'aumônerie, ...

*Et toi, tu ne sais pas toujours dire merci,  
cela t'arrive de ne pas penser aux autres,  
de te disputer,  
de penser à toi au lieu de rendre service, ...*

Moi, je te fais signe  
par des personnes qui te parlent  
et par l'Évangile.

*Et toi, tu fais la sourde oreille,  
tu n'écoutes pas mes appels, ...*

Moi, je te donne rendez-vous  
comme à un ami,  
dans la prière chaque jour,  
et le dimanche à la messe.

*Et toi, tu n'as pas le temps,  
tu as d'autres occupations, ...*

Moi, je t'ai donné du temps,  
et un cœur pour aimer  
ceux qui sont mal aimés,  
isolés, laissés de côté, ...

*Et toi, tu gardes tout pour toi,  
cela t'arrive de ne pas prêter,  
de ne pas partager, ...*

Moi, je t'ai donné  
des yeux pour voir,  
et une intelligence pour comprendre.

*Et toi, tu refuses de travailler comme il faut,  
parfois tu as peur de dire la vérité, ...*

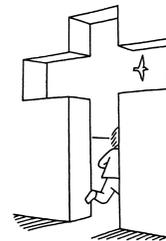
Si le prêtre te le demande,  
tu dis alors une **prière de contrition**  
pour demander pardon à Dieu.

**« Mon Dieu,  
j'ai un très grand regret de t'avoir offensé,  
parce que Tu es infiniment bon  
et que le péché te déplaît.  
Je prends la ferme résolution,  
avec le secours de ta grâce,  
de ne plus t'offenser  
et de faire pénitence.**

ou

**Seigneur,  
j'ai péché contre mes frères et contre Toi,  
mais je sais que tu m'aimes.  
Donne-moi ton pardon  
donne-moi la force de ne plus recommencer  
et je vivrai dans la joie »**

Le prêtre te donne l'**absolution**, le signe du pardon de Dieu.  
Il dit ces paroles..



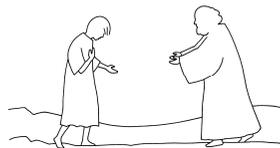
**« ... Et moi,  
au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit,  
je te pardonne tous tes péchés**

et toi, tu traces, sur toi,  
lentement, le signe de la croix.

Tu réponds : **« AMEN »**

Le prêtre te souhaite la paix de Dieu  
et tu le quittes en le remerciant.

## Le sacrement de réconciliation



Quand tu es avec le prêtre, tu peux dire :

« **Bénissez-moi mon Père, parce que j'ai péché** »

ou bien, d'autres mots à toi ...

Le prêtre t'accueille au nom de Jésus et de l'Eglise.

Tu fais le signe de croix,  
puis tu écoutes le prêtre te dire une parole de Dieu,  
ou tu lui dis celle qui a soutenu ton examen de conscience.

Tu peux dire aussi la prière de l'Eglise invitant à se confesser :

« **Je confesse à Dieu, Tout-Puissant,  
je reconnais devant mes frères,  
que j'ai péché, en pensée, en parole,  
par action et par omission.**

**Oui, j'ai vraiment péché.**

**C'est pourquoi, je supplie la Vierge Marie,  
les anges et tous les saints,  
et vous aussi mes frères,  
de prier pour moi le Seigneur Notre Dieu. »**

Tu parles au prêtre de ta vie,  
comme si tu parlais à Jésus.  
tu dis avec confiance tes péchés.

Le prêtre t'encourage à faire mieux,  
puis il te donne une pénitence à accomplir,  
pour réparer tes péchés.

## Je me retire à l'écart

Je fais silence,  
j'oublie ce qui m'entoure.

Je me mets à genoux,  
je ferme les yeux.

Parfois,  
je lis un texte d'évangile, ...  
une prière.

Je m'oriente  
vers l'intérieur de mon âme  
où Dieu habite.

Je fixe mon attention  
uniquement  
sur lui.

Je reste un moment avec lui,  
pour sa joie,  
et pour qu'il me transforme.

*Tu peux répéter plusieurs fois  
cette phrase ...*

« **Me voici Seigneur,  
Me voici,  
comme un enfant** »

*puis celle-ci ...*

« **Tu es là, Seigneur** »



**Souviens-toi  
que Jésus-Christ  
est avec toi.**

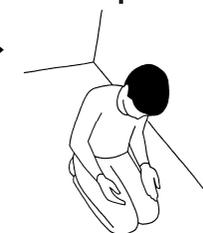
*Imagine que tu es avec Lui.  
comme avec :*

- Zachée dans sa maison, *Lc 19, 1-10*
- Le centurion et son serviteur, *Mt 8, 5-13*
- La samaritaine au bord du puits, *Jn 4, 4-41*
- Marie-Madeleine, *Lc 7, 36-50*
- Marthe et Marie, *Lc 10, 38-42*
- La femme pardonnée, *Jn 8, 1-11*
- La brebis retrouvée, (*parabole*) *Mt 18, 12-14*
- etc

*Réfléchis sur ta vie :*

- \* Raconte à Jésus tout ce qui va bien
  - tes joies,
  - tes espoirs,
  - tes succès,
  - etc.et remercie le ...
- \* Raconte ensuite ce qui te tracasse
  - ce qui te met à l'aise,
  - ce que tu regrettes d'avoir fait  
ou de ne pas avoir fait,

Quand tu ne sais pas  
avec certitude,  
si tu as bien ou mal agi,  
demande à Jésus  
de t'aider à voir clair.



*Pour réfléchir à ta vie et prendre conscience de tes péchés,  
voici une aide :*

*lis d'abord la colonne de gauche, ... puis, lentement, celle de droite,...*

<i>Souviens-toi de ce que le Seigneur te demande :</i>	<i>Réfléchis à ta vie, à partir de ces questions, ...</i>
<p><b>Aimer Dieu de tout ton cœur</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- le prier chaque jour,</li><li>- lire sa Parole,</li><li>- avoir confiance en Lui,</li><li>- célébrer l'eucharistie le dimanche avec ta communauté,</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Est-ce que je néglige de prier le Seigneur, chaque jour ?</li><li>- Est-ce que je manque la messe du dimanche sans raison valable ?</li></ul>
<p><b>Aimer les autres comme Jésus nous aime</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- les respecter,</li><li>- savoir partager avec amour,</li><li>- être juste et serviable,</li><li>- ne pas entraîner au mal,</li><li>- apprendre à pardonner, et à te réconcilier,</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Est-ce que parfois, je ferme mon cœur aux autres, en refusant de les comprendre, de partager ?</li><li>- Quand je me mets en colère, est-ce que je refuse de me réconcilier ?</li><li>- Est-ce que je fais du tort aux autres ? par exemple :<ul style="list-style-type: none"><li>* en me moquant d'eux ?</li><li>* en leur faisant du mal ?</li><li>* en trichant ou en mentant ?</li><li>* en gardant rancune ou en me vengeant ?</li><li>* en les entraînant à mal faire ?</li></ul></li></ul>
<p><b>T'aimer toi-même</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- prendre soin de toi,</li><li>- développer tes qualités, et tes talents,</li><li>- avoir confiance en toi, et ne pas te décourager,</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Est-ce que je fais du tort à moi-même ?<ul style="list-style-type: none"><li>* en ne prenant pas soin de moi ?</li><li>* en étant trop paresseux pour développer mes talents et mes qualités ?</li><li>* en manquant de confiance en moi ?</li></ul></li></ul>

*Exprime ton regret au Seigneur :*

Comme les pécheurs de l'évangile,  
tu as mieux compris,  
auprès de Jésus,  
ce qui t'a éloigné de Dieu.  
Demande pardon à Dieu,  
pour tes péchés  
et dis-lui ton désir de faire mieux...

Si tu le veux, tu peux dire cette prière :

« Seigneur, mon Dieu,  
prends pitié de moi,  
car j'ai péché contre toi.  
Dans ton amour,  
pardonne-moi et purifie-moi.  
Tu me feras revivre,  
et mon cœur sera plein de joie. »  
*(d'après le psaume 50( 51))*

*Décide ce que tu veux faire :*

Peut-être, vois-tu déjà ce que tu feras  
pour progresser et rendre ainsi ta vie plus belle.

Tu pourras aussi trouver de l'aide auprès du prêtre.  
Tu peux terminer ta préparation, comme suit :

« Seigneur, Jésus,  
je viens à toi avec confiance,  
pour célébrer ton amour et ton pardon.  
Aide-moi à progresser dans ton amitié,  
pour que Ta paix et Ta joie soit en moi,  
et que je sache les partager avec les autres.  
AMEN »