

Concrètement, comment se confesser auprès d'un prêtre?



Se présenter

Se présenter brièvement : sa vie de famille, à l'école, dans les études ou au travail, son état de vie. Si la démarche de réconciliation est nouvelle, ou si vous vous êtes confessé depuis longtemps, le dire aussi. Le prêtre pourra ainsi vous aider dans votre démarche.



Signe de croix

Avant de commencer la confession, faire un signe de croix.



Reconnaître ce qui donne la joie et rendre grâce pour cela

Dire brièvement en quoi je rends grâce au Seigneur : pour les choses heureuses qui me sont arrivées, pour les qualités et talents que j'ai reçus, pour les personnes qui m'entourent et me portent, pour les événements vécus qui m'ont fait grandir, pour les belles initiatives auxquelles j'ai pu participer activement, pour les progrès dans ma relation à Dieu, ...



Reconnaître ses péchés

Puis je reconnais ce qui me met mal à l'aise.

Je demande: "Bénissez-moi, mon Père parce que j'ai péché."

J'exprime ce que je regrette dans mon comportement :

- vis-à-vis de Dieu,
- vis-à-vis des autres,
- vis-à-vis de moi-même.

Plus qu'une recherche et qu'une énumération de péchés formels, je dis devant Dieu ce qui maintenant me met mal à l'aise, ce que je voudrais faire disparaître.



Exprimer son regret en lisant la prière de l'acte de contrition

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



Démarche de conversion proposée par le prêtre et absolution

Le prêtre me dit quelques mots pour m'encourager, me suggérer un geste ou une démarche de conversion, que l'on appelle "pénitence".

Le prêtre prononce ensuite sur moi la prière d'absolution ;
à laquelle je réponds : « AMEN »