

### **Prends le temps de te préparer à recevoir le sacrement de réconciliation**

Tu peux prendre la résolution de prier chaque soir pour te préparer à rencontrer le Seigneur dans le sacrement de réconciliation. Dans ta prière :

- Demande à l'Esprit Saint de t'éclairer avec tes mots ou en lui demandant : « Esprit Saint, ouvre mes yeux, éclaire mon intelligence et mon cœur ! »
- Regarde ce qui s'est passé dans ta journée et remercie pour les belles choses, demande pardon pour les manques d'amour et demande au Seigneur de t'accompagner pour la journée du lendemain.
- Tu peux dire la prière de Saint François :

Seigneur, fais de moi un instrument de ta paix,  
Là où est la haine, que je mette l'amour.  
Là où est l'offense, que je mette le pardon.  
Là où est la discorde, que je mette l'union.  
Là où est l'erreur, que je mette la vérité.  
Là où est le doute, que je mette la foi.  
Là où est le désespoir, que je mette l'espérance.  
Là où sont les ténèbres, que je mette la lumière.  
Là où est la tristesse, que je mette la joie.

- Finis ta prière en disant le Notre Père.

### **Pour regarder ton cœur en vérité, la Parole de Dieu t'aidera**

Tu trouveras dans la Bible des textes qui peuvent t'aider à :

- Voir l'amour infini de Dieu qui t'aime et veut vivre avec toi.
- Découvrir ce qui t'éloigne de Lui et que tu as peut-être du mal à découvrir en toi. Les péchés sont les actes, décisions, paroles que nous faisons librement et qui nous éloignent de Dieu et des autres et nous mettent aussi mal à l'aise avec nous-mêmes : nous avons du mal à nous regarder en face.
- Comprendre que le Seigneur t'aide toujours dans tes difficultés car il nous connaît mieux que nous-mêmes.
- Voir ce que tu regrettes d'avoir fait (ou pas fait), dit, pensé. Tout ce qui détruit, (paroles et actions), tout ce qui est contraire à la vie.
- Décider de demander à Dieu son pardon dans le sacrement de réconciliation car tu sais qu'Il t'aime et t'attend.

Tu peux lire, réfléchir et prier avec les textes suivants de la Bible :

Les « paraboles de la miséricorde » qui nous disent que le Seigneur nous cherche toujours :

- Le fils retrouvé : Evangile de Saint Luc, chapitre 15, versets 11 à 32.
- La brebis retrouvée, la pièce de monnaie retrouvée : Lc 15, 3-10.

Les rencontres de Jésus qui transforment la vie :

- Avec Zachée : Lc 19, 1-10.
- Avec le bon larron : Lc 23, 39-43.

- Le repas chez Simon : Lc 7, 36-50.
- L'appel et le repas chez Lévi Mt 9, 9-13.

Les guérisons de Jésus qui nous parlent aussi de la guérison des cœurs :

- La guérison du paralytique Mt 9, 1-8
- La guérison de Naaman 2R5
- La guérison de dix lépreux Lc 17, 11-21

La confiance en Jésus dans les difficultés :

- La tempête apaisée Mc 4, 35-41

Dans l'Ancien Testament, l'annonce du renouveau qu'apporte l'amour de Jésus au monde :

- « Je vous donnerai un cœur nouveau » Jr 31, 31-34 ou Ez 36, 25-28.
- Le Décalogue Ex 20, 1-21 et le commandement de l'amour du prochain Lv 19, 1-2.11-18.

Dans l'Ancien Testament les conversions et le pardon de Dieu à ceux qui le demandent :

- L'histoire de Joseph Gn 37 et 39 à 45
- L'histoire de Jonas Jon 1-4

**Quand tu es prêt à recevoir le sacrement du pardon, va trouver un prêtre.  
Voilà comment cela se passera :**

Le prêtre tient la place de Jésus ; c'est en Son Nom qu'il t'accueille ;

- Tu lui dis ton prénom. Tu fais le signe de la croix en disant : *« Bénissez moi mon père, je viens demander le pardon de Dieu. »*

Le prêtre répond : *« Que Dieu te bénisse et que Son Esprit nous éclaire l'un et l'autre pour célébrer le sacrement du pardon ».*

- Tu confesses en même temps l'amour de Dieu pour toi, et ton péché : tu dis au prêtre la parole de Dieu qui t'a éclairé pour voir l'amour de Dieu pour toi et pour voir ton péché. Elle t'éclaire sur ce que Dieu t'a donné : tu dis merci pour ce qui est beau dans ta vie, ce qui te donne de la joie.  
Elle t'éclaire aussi sur ce qui t'éloigne de Dieu : je dis ce qui te donne de la tristesse et un sentiment de lourdeur, ce que tu regrettes d'avoir fait, dit, pensé ou pas fait et qui te met mal à l'aise dans ta relation à Dieu, aux autres, à toi-même et ce qui abîme la merveille que tu es aux yeux de Dieu.
- Tu écoutes les conseils du prêtre.
- Tu demandes pardon et que ton cœur soit changé en disant un 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 faire pénitence et de ne plus vous offenser. »*

Ou

*« Mon Dieu, j'ai péché contre Toi et mes frères, mais près de Toi se trouve le pardon. Accueille mon repentir et donne-moi la force de vivre selon Ton Amour. »*

- Le prêtre te donne l'absolution de Dieu :

*« Que Dieu, notre Père, te 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'Église, qu'il te donne le pardon et la Paix. Et moi, au Nom du Père, et du Fils, et du Saint Esprit, je te pardonne tous tes péchés.»*

- Tu fais le signe de la croix et tu dis « Amen ».
- Tu fais ensuite une prière pour remercier Dieu de son pardon. Ton cœur n'est-il pas joyeux ?