

## Mon examen de conscience



On a commencé la catéchèse en parlant des raisons pour lesquelles tu voudrais faire ta confirmation, comment Dieu est essentiel dans...

- Ta relation avec moi-même
- Ta relation avec les autres
- Ta relation avec Dieu

Ensuite, on a découvert l'histoire des deux frères et l'on s'est demandé :

- Si nous aussi on bâtissait des ponts plutôt que des murs
- S'il nous était arrivé de nous chicaner au point de couper une relation ?

Regarde maintenant quels sont les manques d'amour envers Dieu, toi-même ou les autres et réfléchit à tes manques d'amour.

On manque d'amour envers Dieu quand:

- Je ne veux pas vivre avec Dieu, je ne prie pas, parce que c'est comme si on laissait de côté un ami.
- Je me moque de Dieu: devant les autres, je ne veux pas montrer que je crois en Dieu.
- Je ne fais pas d'effort pour connaître la Bible, l'Église, la foi. Dieu nous parle à travers la Bible, quand on va à l'église, quand on parle de sa foi. Si on ne fait pas d'effort pour le connaître, là encore, c'est comme si on laissait de côté un ami qui nous aime énormément.
- Je ne fais pas d'effort pour prendre soin de l'environnement: Dieu est le créateur de la planète. Il nous demande de protéger la planète.



## JE REÇOIS LE SACREMENT DE RÉCONCILIATION



### Première étape : la CONFESSION

- **Bonjour:** Le prêtre t'accueille avec gentillesse et tu lui dis bonjour.
- **Le signe de croix:** pour demander la bénédiction avant de commencer, tu peux lui dire la prière traditionnelle: '**Bénis-moi mon père parce que j'ai péché**', ou tu peux le dire autrement comme par exemple: '**Bénis-moi mon père et aide-moi à faire ma confession**'; le prêtre te bénit et vous faites le signe de croix ensemble.
- **Tes manquements d'amour:** c'est maintenant le moment de dire tes péchés et ce que tu veux améliorer. Quand le prêtre t'écoute, c'est comme si Dieu t'écoutait. Tu peux lui parler en toute confiance.

### Deuxième étape : le REGRET

- **Discussion:** Le prêtre commence une discussion et il t'aide à trouver une façon de régler la situation, il te donne des conseils.
- **L'Acte de contrition:** Le prêtre te demande ensuite de réciter une prière qui s'appelle l'Acte de contrition pour dire que tu regrettes ton péché Tu peux réciter la prière traditionnelle, une plus moderne ou en composer une qui exprime tes regrets.

Dieu notre Père,  
Pardonne-moi mes péchés.  
Je les regrette de tout mon cœur.  
Rends-moi fidèle à ton Esprit  
Pour que je puisse grandir  
dans l'amour.  
AMEN !

Mon Dieu,  
Je regrette de tout mon cœur  
d'avoir mal agi.  
Parce que tu m'aimes infiniment et  
que je t'aime.  
Je vais essayer, avec ton aide de ne  
plus pécher, de faire de mon mieux  
pour t'aimer, aimer les autres et  
m'aimer moi-même.  
AMEN !

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 sainte grâce, de ne plus t'offenser et de faire pénitence.

### Troisième étape : le cadeau du PARDON et la réparation (=pénitence)

- **La réparation:** Le prêtre te demande ensuite de prendre du temps seul dans l'église pour réciter une prière. Il peut aussi te demander de faire une action en signe de réparation.
- **Le pardon:** Le prêtre te donne ensuite le pardon de Dieu. Il étend les mains sur toi et te dit que Dieu te pardonne tous tes péchés en faisant le signe de croix. Tu fais le signe de croix en même temps que lui.

À ce moment-là, quand tu reçois le pardon,  
C'est comme si Dieu te disait un gros 'Je t'aime'.

## Notre Père

qui es aux cieux,  
que ton nom soit sanctifié,  
que ton règne vienne,  
que ta volonté soit faite  
sur la terre comme au ciel.  
Donne-nous aujourd'hui  
notre pain de ce jour.  
Pardonne-nous nos offenses,  
comme nous pardonnons aussi  
à ceux qui nous ont offensés.  
**Et ne nous laisse pas  
entrer en tentation,  
mais délivre-nous du Mal**

Amen



Je vous salue Marie  
Pleine de grâce  
Le Seigneur  
est avec vous  
Vous êtes bénie  
entre toutes  
les femmes  
Et Jésus  
le fruit de vos  
entrailles  
est béni.

Sainte Marie,  
Mère de Dieu  
Priez pour nous  
pauvres  
pécheurs  
Maintenant  
et à l'heure  
de notre  
mort.