

# Comment se confesser ?

## JE VAIS VOIR LE PRETRE

En arrivant, je dis: **Bénissez-moi, mon père, parce que j'ai péché.**

Je fais le **signe de la Croix** en même temps que lui.

Puis je dis: **ma dernière confession remonte à** (un mois, un an...)

Je confesse ensuite mes péchés en m'aidant de l'examen de conscience ci-dessus

J'écoute le conseil que me donne le prêtre.

Puis je récite l'acte de contrition:

### **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 ne plus vous offenser et de faire pénitence.

Puis je reçois le pardon, en faisant le **signe de Croix** en même temps que le prêtre.

J'accomplis ensuite ma pénitence au plus vite.



## *Des péchés qui peuvent habiter mon cœur*

*Le péché est toujours un manque d'amour.  
Il est toujours par rapport à Dieu, soit directement,  
soit par rapport aux autres ou par rapport à moi-même.*

**Par exemple, il y a les fautes que tu as faites contre Dieu, c'est-à-dire :**

- As-tu souvent oublié Jésus ?
- As-tu oublié de prier le soir, le matin ?
- As-tu souvent oublié de dire merci à Jésus ?
- As-tu parlé à la messe au lieu d'écouter le prêtre ?

**Il y a aussi les fautes que tu as faites contre les autres, contre tes parents, c'est-à-dire :**

- As-tu désobéi ?
- As-tu fait ce qui t'était défendu ?
- As-tu regardé la télévision alors que c'était défendu ?
- Tu n'a pas voulu éteindre la lumière, alors qu'il était temps de dormir ?
- As-tu mis le couvert quand tes parents et le demandaient ?
- As-tu dit oui tout de suite, quand on te demandait de faire des courses ?
- As-tu souvent boudé ?
- Veux-tu toujours avoir raison ?
- As-tu menti pour ne pas te faire punir ?
- As-tu triché au jeu ou en classe ?

**Et puis il y a également les fautes que tu as faites contre tes frères et sœurs et tes amis, c'est-à-dire :**

- As-tu été méchant ?
- As-tu été jaloux ?
- As-tu volé ?
- As-tu refusé de pardonner aux autres ?
- As-tu rapporté à tes parents les bêtises de tes frères et sœurs ?
- As-tu pensé à partager avec les autres ?
- As-tu prêté tes affaires ?

**Pour terminer, il y a les fautes que tu as faites contre toi-même, par exemple :**

- Es-tu paresseux pour apprendre tes leçons et faire tes devoirs ?
- Es-tu orgueilleux ?
- As-tu fait de vilaines choses ?
- Perds-tu ton temps au lieu de faire ton travail ?