

Savoir se confesser

Un petit résumé du catéchisme pour savoir ce qu'est la confession et comment se confesser. Avec un examen de conscience sur les commandements de Dieu.

Publié le 2 avril 2016 · 13 min de lecture



I – La confession

a) Définition

La confession est l'accusation des péchés faite au prêtre confesseur pour en recevoir l'absolution.

b) Matière

Nous sommes obligés de nous confesser de tous les péchés mortels non encore confessés ou mal confessés, mais il est bon de confesser aussi les péchés véniels.

Donc on doit accuser chaque péché mortel non encore remis par la confession et ce, sans excep-

tion. En revanche on est libre d'accuser les péchés véniels. C'est cependant une louable habitude.

Nous devons accuser les péchés mortels intégralement, sans en cacher aucun par une fausse honte, en déclarant l'espèce, le nombre ainsi que les circonstances qui ajouteraient une nouvelle malice grave.

Exemple de circonstances à accuser : quelqu'un qui a volé un calice doit préciser (vol et sacrilège).

Dans l'examen de conscience, nous devons aussi rechercher avec soin le nombre des péchés mortels.

Celui qui ne se rappelle pas le nombre précis des péchés mortels, doit en indiquer le nombre qui lui semble le plus proche de la vérité.

NB : Le secret de la confession

Nous ne devons pas nous laisser vaincre par la honte qui nous porterait à cacher quelque péché mortel, parce que nous nous confessons à Jésus-Christ dans la personne du confesseur qui ne peut révéler aucun péché, au prix même de sa vie ; et parce que, autrement, privés du pardon, nous serons couverts de honte devant tous, au jugement universel.

c) Confession sacrilège

Celui qui, par honte ou pour un autre motif injuste, tairait un péché mortel, ne ferait pas une bonne confession, mais commettrait un sacrilège.

Celui qui sait ne s'être pas bien confessé, doit refaire les confessions mal faites et s'accuser des sacrilèges commis.

Celui qui, sans sa faute, a omis ou oublié un péché mortel, a fait une bonne confession, mais il lui reste l'obligation de s'en accuser par la suite.

II – La satisfaction

a) Définition

Vient de *satis facere* (= faire assez).

La satisfaction ou pénitence sacramentelle est l'œuvre bonne imposée par le confesseur pour punir et corriger le pécheur et pour expier la peine temporelle méritée par le péché.

Il convient de faire la pénitence sacramentelle le plus tôt possible, si le confesseur n'en a pas fixé le temps.

III – Comment se confesser ?

Pour bien se confesser, il faut :

- Le regret de ses péchés (contrition) qui comporte la résolution sincère de les éviter à l'avenir.

- L'accusation des péchés, au moins les péchés graves, à un prêtre approuvé, tenant la place de Dieu, d'où la nécessité de l'examen de conscience
- La volonté d'accomplir la pénitence imposée par le prêtre en guise de réparation pour que l'absolution donnée par lui au nom de Jésus-Christ soit valide.

Prière préparatoire :

Mon Dieu, je vous supplie, par l'intercession de la Vierge Marie, de m'accorder la grâce de bien connaître tous les péchés dont je suis coupable. Faites qu'ensuite je m'en accuse avec un sincère regret de les avoir commis, et une ferme volonté de les éviter à l'avenir, et qu'ainsi j'en obtienne le pardon de votre miséricorde infinie. Ainsi soit-il.

Examen sur les commandements de Dieu**1^{er} Commandement : « Tu adoreras Dieu seul et l'aimeras plus que tout... »**

- Omission de la prière (en particulier le matin et le soir), de la fréquentation des sacrements de Pénitence et de l'Eucharistie...
- Communions ou confessions sacrilèges... Manque de respect des sacrements... Manque au jeûne avant la communion (une heure au moins)...
- Doutes volontaires contre la foi... Mise en péril de la foi par la lecture de journaux impies, par des fréquentations dangereuses...
- Respect humain (avoir eu peur de se montrer chrétien)... Manque de confiance en Dieu ou confiance présomptueuse en ses propres forces...
- Indifférence à l'égard de Dieu... Manque de soumission à la volonté de Dieu... Pratiques superstitieuses, spiritisme...
- Critiques de la religion... Adhésion à des mouvements incompatibles avec la foi catholique... Négligence dans sa formation chrétienne...

2^{ème} Commandement : « Tu ne prononceras le nom de Dieu qu'avec respect... »

- Emploi inutile du nom de Dieu... Blasphèmes, imprécations, jurons... Serments faux ou inutiles... Irrespect à l'égard des personnes et des choses consacrées à Dieu... Souhaits néfastes à l'égard de soi-même ou d'autrui... Non-accomplissement des vœux émis...

3^{ème} Commandement : « Tu sanctifieras le jour du Seigneur... »

- Omission volontaire ou sans motif de l'assistance à la Messe dominicale ou des fêtes d'obligation... Retard volontaire ou dissipation durant ces Messes... Travail fait ou ordonné sans nécessité ou permission... Recherches de distractions contraires à la sanctification du dimanche...

4^{ème} Commandement : « Tu honoreras ton père et ta mère... »

- Manque d'amour, d'affection, de respect, d'obéissance, d'assistance à l'égard des parents

durant leur vie et de prière à leur intention après leur mort... Peine causée... Souhaits de mal... Disputes d'intérêt en famille... Manque de déférence et de soumission à l'égard des supérieurs...

- Pour les parents à l'égard de leurs enfants : négligence dans leur éducation chrétienne ou leur pratique religieuse, mauvais exemples donnés, manque de surveillance, de soins, de disponibilité, de conseils ou de corrections nécessaires... Dureté, injustice, sévérité excessive...

5^{ème} Commandement : « Tu ne tueras point... »

- Meurtre, tentative de suicide, euthanasie... Avortements, stérilisations...
- Souhait de mort ou de malheur à l'égard d'autrui... Vengeance, coups, blessures, torts causés à la santé, drogues, alcool, mutilations... Insultes, injures, mépris, faux rapports, haine, violences, refus de pardonner, vengeances... Indifférence à la peine d'autrui... Scandales par mauvais exemples, par conseils ou approbation silencieuse...

6^{ème} et 9^{ème} Commandements : « Tu ne feras pas d'impureté... » et « Tu n'auras pas de désir impur volontaire... »

- Pensées ou désirs impurs provoqués en soi ou chez les autres... Conversations, chansons, lectures, spectacles immoraux (TV, Internet...) Flirts... Familiarités coupables... Danses lascives... Touchers indécents... Actions contraires à la chasteté, seul ou avec d'autres : masturbation, relations charnelles en dehors du mariage, homosexualité... Tenues ou attitudes provocantes...
- Pour les fiancés : Légèretés, tendresses excessivement sensuelles... Relations avant le mariage... Cohabitation...
- Pour les époux : Atteintes coupables à la fécondité du mariage, contraception permanente ou temporaire... Limitation de l'usage du mariage aux jours inféconds sans cause sérieuse... Adultère (pensées, désirs, actions)... Liaisons... Divorce... Remariage civil... Refus injuste du droit du conjoint...

7^{ème} et 10^{ème} Commandements : « Tu ne voleras pas... » et « Tu ne désireras pas injustement le bien d'autrui... »

- Vol (quoi ? combien ? circonstances ?), recel, objets trouvés ou empruntés et non rendus...
- Dommages injustes causés au prochain dans ses biens... Fraudes, manœuvres déloyales dans le travail, les affaires, le commerce, les contrats... Pots-de-vin... Coopération à des injustices... Recel d'objets volés...
- Négligence dans le paiement des dettes... Salaires insuffisants... Exploitation des faibles... Dommages aux biens collectifs... Désirs de vol ou d'injustices... Non-réparation de dommages causés... Non-restitution... Gaspillage... Travail bâclé...

8^{ème} Commandement : « Tu ne mentiras pas... »

- Mensonges avec ou sans préjudice pour autrui... Médisances ou calomnies, faites ou approuvées... Faux témoignages en justice... Accusations injustes...

- Jugements téméraires... Rapports injustes nuisibles...
- Violation du secret, confié ou professionnel, des correspondances...
- Dissimulation, hypocrisie... Tricheries... Promesses non tenues... Refus de rectifier la vérité...

Examen sur les commandements de l'Eglise

- Tu sanctifieras les fêtes d'obligation (En France : Noël, Ascension, Assomption, Toussaint).
- Tu assisteras à la Messe les dimanches et fêtes d'obligation. Tu te confesseras au moins une fois l'an.
- Tu communieras chaque année au Temps pascal.
- Tu jeûneras les jours fixés par l'Eglise (Mercredi des Cendres et Vendredi Saint). Tu ne mangeras pas de viande les jours fixés par l'Eglise (c'est-à-dire, les jours de jeûne et les vendredis de Carême). Pour les autres vendredis de l'année, cette abstinence peut être remplacée par une autre forme de pénitence (qu'il faut alors accomplir sous peine de péché).

Examen sur les péchés capitaux

- Orgueil : Amour-propre. Entêtement. Susceptibilité. Vanité, coquetterie. Attitude hautaine, méprisante. Recherche des louanges, des honneurs.
- Avarice (voir 7^e et 10^e commandements de Dieu) : trop attaché à l'argent. Pas d'aumône selon ses moyens. Ne pas avoir payé le denier du culte.
- Luxure : voir 6^e et 9^e commandements de Dieu.
- Envie : Avoir entretenu des pensées de jalousie du bonheur du bien ou du succès des autres. Chercher à nuire aux autres par envie. S'être réjoui du mal ou attristé du bien d'autrui.
- Gourmandise : Excès dans le manger ou le boire. Ivresse (perte de la raison).
- Colère (voir 5^e commandement de Dieu) : grossièreté. Mauvaise humeur. Emportements.
- Paresse : Au lever. Dans le devoir d'état, religieux. Oisiveté. Pertes de temps en futilités. Indolence.

En entrant dans le confessionnal :

Je me mets à genoux à côté du prêtre, et je commence ainsi :

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

Il me répond en me bénissant :

Que Dieu soit dans votre cœur et sur vos lèvres afin que vous confessiez bien tous vos péchés.

Je peux alors réciter le début du Confiteor que je terminerai après l'accusation (s'il y a affluence à la confession, il est préférable de le réciter en entier avant d'entrer dans le confessionnal) :

Je confesse à Dieu tout-puissant, à la bienheureuse Marie toujours Vierge, à saint Michel Archange, à saint Jean Baptiste, aux saints Apôtres Pierre et Paul, à tous les saints, et à vous, mon Père, que j'ai beaucoup péché, par pensées, par paroles et par actions. C'est ma faute, c'est ma faute, c'est ma très grande faute.

Je poursuis :

Je ne me suis pas confessé depuis...

et si je n'ai pas fait la pénitence qui m'avait été demandée au cours de cette dernière confession, je le signale au prêtre. Je fais ensuite mon accusation :

Mon Père, je m'accuse de...

A la fin de l'accusation de mes péchés, j'ajoute :

Je m'accuse encore de tous les péchés que j'ai pu oublier, et de tous ceux de ma vie passée. J'en demande pardon à Dieu, et à vous, mon Père, pénitence et absolution, si vous m'en jugez digne.

Puis je termine le Confiteur :

C'est ma faute, c'est ma faute, c'est ma très grande faute. C'est pourquoi je supplie la bienheureuse Marie, toujours Vierge, saint Michel Archange, saint Jean Baptiste, les saints Apôtres Pierre et Paul, tous les saints, et vous, mon Père, de prier pour moi le Seigneur notre Dieu.

Le prêtre, après m'avoir écouté, m'adresse quelques conseils et m'aide à prendre conscience de ce qu'est la miséricorde de Dieu à mon égard. Il termine souvent en disant :

« Comme pénitence... » ou « En réparation... », et m'indique une prière ou une bonne action que je devrai faire. Si ce qu'il me demande est pour moi trop difficile ou impossible (prière que je ne connais pas), je dois lui dire tout de suite !

Je regrette alors à nouveau mes péchés et je récite mon **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.

Le prêtre me donne l'absolution, en faisant un signe de croix de la main ; je fais un signe de croix sur moi, pour marquer que j'accueille le pardon de Dieu. Le prêtre me renvoie en disant : « Allez bien en paix ! »

J'accomplis alors la pénitence que le prêtre m'a donnée, et je repars ensuite vivre en enfant béni et pardonné !

b) Explication

Les péchés une fois remis par l'absolution, la peine éternelle méritée par le péché mortel est remise, mais si l'on n'a pas une contrition très parfaite, il reste ordinairement à expier, en cette vie ou en l'autre, une peine temporelle.

La pénitence sacramentelle ne suffit pas ordinairement à nous libérer de toute la peine temporelle méritée par le péché, et c'est pourquoi il convient d'y suppléer par d'autres œuvres de pénitence et de piété, et par les indulgences.

Les œuvres de pénitence et de piété sont : les jeûnes, les mortifications, les actes de miséricorde spirituelle et corporelle, les prières et l'usage pieux des sacramentaux.

c) Les sacramentaux

Les sacramentaux sont des objets bénits ou des cérémonies saintes, comme l'eau bénite et les diverses bénédictions.

d) Les indulgences

L'indulgence est une rémission de la peine temporelle due aux péchés, que l'Église concède sous certaines conditions à ceux qui sont en état de grâce, en leur appliquant les mérites et les satisfactions surabondantes de Jésus-Christ, de la très sainte Vierge et des Saints.

Ces mérites et ces satisfactions constituent le trésor de l'Église.

Il y a deux sortes d'indulgences : l'indulgence plénière et l'indulgence partielle

- L'indulgence plénière est celle qui remet toute la peine temporelle due aux péchés.
- L'indulgence partielle est celle qui remet seulement une partie de la peine temporelle due aux péchés.

Par indulgence de quarante ou de cent jours, de sept ans, et autres semblables, on entendait la rémission de la peine temporelle équivalente à celle que l'on aurait expiée par quarante, cent jours ou sept ans de la pénitence anciennement établie par l'Église.

Pour gagner les indulgences, il faut être en état de grâce et accomplir exactement les œuvres prescrites.

IV – Pour bien se confesser

Pour faire une bonne confession, cinq choses :

1. l'examen de conscience ;
2. la douleur des péchés ;
3. le ferme propos de ne plus en commettre
4. la confession ;

5. la satisfaction ou pénitence.

On fait l'examen de conscience en se rappelant les péchés qui, depuis la dernière confession bien faite, ont été commis par pensées, par paroles, par actions et par omissions, contre les commandements de Dieu, les préceptes de l'Église, et les devoirs de son état.

Il est recommandé de s'aider d'une liste comme on en trouve dans les catéchismes, les missels ou le Livre Bleu. Après l'examen, il faut prendre le temps de regretter ses péchés. La confession demande donc une préparation sérieuse pendant quelques minutes.

Source : laportelatine.org/formation/catechisme/savoir-se-confesser

© La Porte Latine — Fraternité Saint-Pie X, District de France