



## Préparer sa confession

lundi 13 février 2017, par [Père Guillaume Wehrlé](#)

**Il est bon d'aller se confesser ... Mais comment préparer cette confession ?**

**Comment bien préparer une confession, comment sortir des listes ritournelles en repérant les vrais péchés, parfois cachés derrière les faux ? Comment ne pas désespérer et se remettre en route avec confiance ?**

### **Première étape : dépoussiérer nos vieilles listes de péchés**

Plus fréquemment, nous arrivons avec notre indémodable liste et nos confessions, qui tournent à la ritournelle, se résument en un décourageant « Mon Père, je fais toujours les mêmes péchés ». Avec l'aide de fidèles, le Père Jean-Emmanuel Gouze a mis en place tout un chapitre sur la confession sur le site paroissial d'Asnières-sur-Seine (Île-de-France). Un brin provocateur, il annonce : ces péchés que vous répétez sans cesse, vous ne les ferez plus ! Éliminer les vieux péchés qui parfois nous taraudent depuis des années, et comment donc ?

- **En commençant par ceux qui n'en sont pas !** Ce qu'illustre le Père Jean-François : « J'entends parfois une incompréhension de ce que sont le péché et la confession. Ainsi, ce monsieur – déjà âgé – qui m'a dit un jour : j'ai désobéi à ma mère. Là, cela saute aux yeux, mais comme beaucoup, il répétait ce qu'il avait toujours dit, sans avoir réussi à comprendre ni ce qu'est le péché, ni où il s'enracine. »
- **Deuxième exemple de faux péché :** celui qu'on ne fait pas. « Parfois, on me confesse aussi des tendances, des envies, raconte le Père Jean-François. Or, si on ne les suscite pas, les envies ne sont pas des péchés, pas plus que les tendances : les péchés sont des actes, ou des refus d'agir ! »
- **Troisième exemple de faux péché :** celui qui est déjà pardonné ! « J'arrête parfois la personne : "mais Madame, cet acte-là, vous me l'avez déjà confessé il y a quelques mois", continue le Père Jean-François. C'est grave cela, parce que c'est ne pas croire au pardon. Ce péché est pardonné, il est effacé en Dieu, même s'il nous pèse encore. »

**Une fois ces « faux péchés » éliminés, que faire avec les vrais (en action et en omission) sans cesse répétés ?**

La question ne décourage pas le Père Jean-Emmanuel, qui insiste : « Ils sont parfois comme l'arbre qui cache la forêt. Obnubilé par une ou plusieurs choses qu'il ne réussit pas à réformer, le pécheur oublie tout le reste. J'ai passé quelques semaines en Haïti : ce péché récurrent était souvent lié à l'argent. En France, c'est clairement vers les questions sexuelles que je le repère. Dans les deux cas, j'invite à effacer son regard devant celui du Christ, ce qui permettra de changer de perspectives. Après quelques confessions, nous remarquons ensemble que ces péchés récidivistes deviennent moins importants par rapport à d'autres, jusque-là ignorés. Et, parfois, ils disparaissent. »

## **Deuxième étape : se débarrasser des fausses idées sur Dieu et reprendre espoir**

Pour le Père Jean-Emmanuel Gouze, faux péchés et péchés camouflés trouvent en partie leur origine dans une idée de Dieu, sévère et sans pitié, qui phagocyte la contrition, et transforme le pénitent en désespéré.

Il y voit un héritage de... Judas : « Quel est son péché ? C'est qu'il prend la place de Dieu ! Il la prend une première fois en vendant Jésus pour une somme dérisoire parce qu'il veut le forcer à se révéler : Judas croit savoir mieux que lui comment faire advenir le règne du messie. Il prend la place de Dieu une seconde fois après avoir vu son erreur : il désespère et, plutôt que de demander pardon, il se punit en fonction de l'idée qu'il a de Dieu. De la même manière, le pécheur désespéré se substitue à Dieu pour voir son péché, selon sa conception du bien. Finalement, il imagine ne pouvoir gagner le salut que par son propre mérite ; il se juge et se condamne. »

Chapelain au bien nommé sanctuaire de la Divine miséricorde et du Sacré-Cœur de Montmartre, le Père Luc Tsang-Bengono accueille chaque jour les pèlerins, soit pour les confesser, soit simplement pour les entendre. Il invite à réorienter sa vision par cette simple question : quelle idée vous faites-vous de Dieu ? Venez-vous voir un justicier, un comptable, venez-vous au tribunal ? Ou venez-vous voir le Père qui vous attend à bras ouverts ?

## **Troisième étape : se laisser éclairer pour repérer son péché**

La première démarche dans la préparation à la confession est donc de se recentrer sur Dieu : ce n'est qu'en mettant son amour au centre de notre démarche que nous pouvons être éclairés sur nos péchés. « Ce n'est pas tant mon péché qui me révèle la miséricorde, que la miséricorde qui me révèle mon péché » analyse le Père Bandelier dans Je te pardonne. À cette fin, il est bon de demander l'éclairage du Saint-Esprit.

La plupart des manuels de confession recommandent de passer par la méditation de la Parole : les dix commandements, des passages d'Évangile, les Béatitudes...

Le Père Jean-Emmanuel de préciser : « Deux questions à se poser : en quoi cette parole est-elle une bonne nouvelle pour moi, qu'est-ce qu'elle éclaire en moi et qu'est-ce qu'elle brûle, sur quels points est-ce que je ne consens pas à l'amour ? Ce n'est pas moi qui m'accuse ; le regard du Christ reste premier. Par contraste, je reconnais mon péché et je le regrette tout en me sachant aimé. »

Et que faire si l'on n'a pas de Bible sous la main ? Le Père Luc donne trois points de repère faciles à mémoriser pour rester dans cette direction : dans mes relations

- **avec les autres,**
- **avec moi-même**
- **et avec Dieu,** me suis-je éloigné de l'amour de Dieu ?

## **Quatrième étape : se mettre en route**

Faire son examen de conscience face aux Béatitudes et se laisser éclairer : quel défi, n'est-ce pas ? Y en a-t-il seulement une qui soit à notre portée ?

Le Père Jean-François rassure : « Il ne s'agit pas de vouloir tout réformer d'un coup, ce serait décourageant ! Or, le Christ est exigeant, mais il n'est pas dur. Et si le péché est grave, le plus grave, c'est de ne pas se relever. Choisissez plutôt une béatitude que vous voulez travailler. C'est souvent le pardon, parce que c'est ce qu'il y a de plus difficile. Il demande du temps, il est un chemin. Il faut parfois commencer par avouer : "Je ne peux pas aujourd'hui" et demander à Dieu de le faire à notre place. Vous voyez vos quatre pas en arrière, mais Dieu, lui, voit que vous venez d'en faire un en avant. C'est ce qui compte : vous vous êtes remis en route, dans la bonne direction. » Le Père Jean-François ne craint pas de le dire : « par la confession, j'assiste à une résurrection ». Et d'ajouter : « J'aurais voulu vivre à l'époque du Christ, j'aurais voulu voir son regard sur nous, pécheurs. Un regard qui remet debout ». Et qui porte

en lui-même l'envie d'y revenir.

“Sybille d'Oiron”

Confesser ses péchés, oui, mais sa foi aussi !

« La confession ne saurait se réduire à la seule accusation des péchés. Selon la tradition la plus ancienne de l'Église, cet acte intègre dans une même démarche confession de foi, confession des péchés et action de grâce. Pénitent et ministre confessent ensemble l'amour de Dieu à l'œuvre en ceux qui reviennent à lui »

Nouveau Rituel de la pénitence