

REPÈRES POUR SE PRESENTER EN VERITE DEVANT DIEU (EXAMEN DE CONSCIENCE) n°1

« Si nous disions : 'Nous n'avons pas de péché', la vérité n'est pas en nous. Si nous confessons nos péchés, lui, fidèle et juste, nous pardonnera » (cf. 1Jn 1, 8-9).

Jésus me parle de l'Amour de Dieu

« Partage ton pain avec celui qui a faim » : est-ce que je partage mes biens, donne de mon temps, etc. ?

« Pierre, m'aimes-tu ? » ; « Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme, de toutes tes forces » ; « Lorsque vous priez dites : 'Notre Père... ' » ; Qui est Jésus pour moi ? Quelqu'un à rencontrer ? Quelle est la place la prière dans ma vie ? Est-ce que je parviens à me laisser aimer par Dieu ? Est-ce que je cherche à l'aimer à mon tour ?

« Faites ceci en mémoire de Moi. Celui qui mange ma chair et boit mon sang aura la vie éternelle » : Quelle est la place de l'Eucharistie (la messe) dans ma vie ? Si je communie, comment est-ce que je m'y prépare et comment la vie du Christ reçue me pousse à vivre la communion avec les autres ?

« Pourquoi m'appellez-vous Seigneur, et ne faites-vous pas ce que je dis ? » : dans ma vie quotidienne, l'Evangile de Jésus inspire-t-il mes attitudes, mes projets, mes actions ?

Jésus me parle d'amour de moi-même

« Regardez, les oiseaux du ciel, les lis des champs... vous n'avez plus qu'eux » : est-ce que je m'accepte tel(le) que je suis ? est-ce que je sais que je vaux « cher » pour Dieu qui est Amour et est-ce que je le remercie pour la « merveille que je suis » (Ps 138) ?

« A son serviteur, le maître confia cinq talents » : qu'est-ce que je fais des talents que j'ai reçu ? comment j'exerce ma responsabilité ?

« Lève-toi et marche ! » ; « confie » : comment est-ce que je m'engage dans la vie ? est-ce que je parviens à me relever après mes chutes ? est-ce que je parviens à vivre le moment présent ou est-ce que je suis prisonnier des remords pour mon passé ou paralysé par mes peurs de l'avenir ?

« Ne saluez-vous pas que votre corps est le temple de l'Esprit ? » : comment est-ce que je respecte et aime mon corps ? est-ce que je parviens à être maître de moi ? est-ce que mes pensées et mes actions sont claires ?

« nous avez dans le cœur la loi du amour et l'esprit de rivalité » : est-ce que je donne prise à l'esprit de comparaison ? par orgueil ou par mésestime de soi ?

Jésus me parle d'amour des autres

« Aimez-vous les uns les autres comme Je vous ai aimés » ; « ce que vous faites au plus petit d'entre les miens, c'est à Moi que vous le faites » : comment est-ce que j'aime les autres ? quelle place ont dans ma vie les plus pauvres et les plus fragiles ?

« Je ne suis pas venu pour juger et condamner, mais pour sauver » : suis-je davantage prompt à juger et condamner ou à écouter, comprendre, aider ?

« Pardonne-nous nos offenses comme nous pardonnons » ; « si tu te souviens que ton frère a quelque chose contre toi, va d'abord le réconcilier avec lui » : est-ce que j'essaye de vivre le pardon ?

1. PÉCHÉS COMMIS CONTRE DIEU

- J'ai abandonné la pratique religieuse, ou j'ai négligé mes « devoirs » envers Dieu, ne lui accordant (presque) aucune place dans ma vie
- Je ne suis pas allé à la Messe le dimanche et les jours où Dieu me le demande par la voix de son Eglise (par paresse ? par négligence ?)
- Je n'ai pas consacré (assez) de temps à la prière (par égoïsme ? par manque de détermination ? par manque d'organisation ?) J'ai volontairement entretenu des distractions dans mes prières, je n'ai pas répondu à des appels particuliers que Dieu m'adressait, m'invitant par ex. à louange ou à l'adoration eucharistique, etc.
- Je ne lis pas (peu) la Parole de Dieu. Plus généralement, ma vie spirituelle est tiède et paresseuse.
- J'ai omis les pratiques de pénitence, aux jours prescrits.
- J'ai communie sans avoir cherché à me préparer, ou après avoir commis des péchés graves (non confessés).
- J'ai refusé de me confesser pour certaines fautes graves. Je n'ai pas été toujours sincère dans la confession de mes péchés, notamment en cachant certains péchés ou en ne les nommant pas vraiment (par orgueil ? par honte ? par refus de conversion ?)
- Dans des périodes de doutes contre la foi, je n'ai pas essayé de résister. Je n'ai pas cherché à mieux connaître ma foi, etc.
- J'ai refusé d'accueillir certains enseignements de l'Evangile et de l'Eglise, je n'ai pas essayé de les comprendre. J'ai formulé publiquement des critiques envers l'Eglise et certains de ses pasteurs.
- J'adhère à des sectes ou des sociétés secrètes (par ex. Franc-maçonnerie), à des croyances contraires à la foi (par ex. à la réincarnation).
- En famille ou au travail, j'ai eu peur de témoigner ou j'ai eu honte de laisser paraître que je suis chrétien ou mon amour pour l'Eucharistie.
- J'ai pratiqué la magie ou le spiritisme, fait usage des talismans ou portes-bonheur, consulté les horoscopes (même sous forme de plaisanterie), fréquenté les voyants, guérisseurs ou marabouts.
- J'ai péché contre l'espérance en m'appuyant plus sur mes propres forces et mes richesses, que sur Dieu. J'entretiens le découragement ou le désespoir, j'entretiens des doutes sur la miséricorde de Dieu.
- J'ai manqué de respect envers Dieu par ma parole (blasphème) et par ma conduite. Je ne freine pas ou j'entretiens des sentiments de « haine » contre Dieu, par exemple suite à de épreuves.

2. PÉCHES CONTRE LE PROCHAIN

- Contre le prochain : manquer de patience et d'accueil ; entretenir un esprit de vengeance, de jalousie, d'envie ou de rancœur ; refuser (d'essayer) de pardonner ; médire, calomnier, critiquer ; mentir ou déformer la vérité ; pousser autrui au péché ; mépriser les autres...
- Contre les parents ou des responsables : manque de

REPÈRES POUR SE PRESENTER EN VERITE DEVANT DIEU (EXAMEN DE CONSCIENCE) n°2

« Si nous disions : 'Nous n'avons pas de péché', la vérité n'est pas en nous. Si nous confessons nos péchés, lui, fidèle et juste, nous pardonnera » (cf. 1Jn 1, 8-9).

- respect, d'obéissance et d'esprit de service, insolence...
- A l'égard de ses enfants : mauvais exemples, manques de compréhension ou manques de fermeté dans l'éducation humaine et chrétienne... Corrections faites sous l'empire de la colère ; manques d'espérance ; avoir tenté de s'opposer à leur vocation.
- Entre époux : disputes incessantes ; absence de réconciliation claire (demande, offre) ; manque de disponibilité vis-à-vis du conjoint, d'écoute et d'attention à l'égard de ses attentes (par lassitude ? par égoïsme ? en fuyant à l'extérieur ?) ; certains défauts de maîtrise de soi, de respect et de chasteté, résistances pour vivre les exigences de l'ouverture à la vie et de la parentalité responsable (contraception par rejet délibéré de cet appel de l'Evangile ? par ignorance, faiblesse ou manque de générosité ? etc.)...
- Vivre en concubinage ou avoir des relations sexuelles en dehors du mariage religieux (par imprudence ou faiblesse ? par incompréhension ? par choix délibéré en opposition consensuelle à la Parole de Dieu ?). Adultère.
- Contre la justice : être malhonnête dans les études ou le travail ; voler ; ne pas payer ses dettes ou ses impôts ; faire des faux en écriture, etc. ; être paresseux dans le travail ; refuser d'aider les plus pauvres, être avare, gaspiller, dépenser inutilement...
- Imprudence en voiture ou dans certaines activités sportives, etc.
- Participer de quelque façon à un avortement (directement ou indirectement en conseillant), ou à la mort de quelqu'un (euthanasie, par exemple).
- 3. PÉCHES COMMIS CONTRE SOI-MÊME
- Orgueil et égoïsme ; recherche des avantages personnels de manière déséquilibrée.
- Colère, sans justes motifs et entretenue, contre soi-même ou contre son prochain.
- Paresse dans sa vie personnelle ou dans ses devoirs ; manque d'équilibre de vie (par exemple : heures de coucher et de lever, équilibre travail et détente, etc.).
- Perte de temps démesurée ou mauvais usage des moyens de communication (télévision, Internet, Facebook, etc...)
- Négliger sa santé (son corps) ou au contraire s'en soucier exagérément.
- Etre gourmand, abuser de la boisson, seul ou avec d'autres. Fumer avec excès ; user de la drogue ; regarder des films de violence qui ne font pas grandir.
- Autoérotisme (masturbation) (accident ou habitude ?)
- Regarder des images et des films pornographiques ou érotiques ; écouter des histoires peu saines.
- Ne pas fuir les compagnies qui incitent au mal.
- Vivre hors du moment présent, étant trop dans le rêve (avenir virtuel) ou dans la nostalgie voir la culpabilité (passé). Entretien de cette fuite par ex. par des lectures...
- Etre occasion de scandale pour les autres ; chercher à provoquer ou à séduire les autres par son comportement.
- Coquetterie ou vanité (sous toutes ses formes).

Le fils dit à son Père : « Père, j'ai péché... » Alors, le Père, touché de compassion, courut se jeter au cou de son fils. Il l'embrassa tendrement et dit à ses serviteurs : « Vite, apportez la plus belle robe et l'en revêtez ; mettez-lui un anneau au doigt et des chaînes aux pieds. Menez le vain gras et tuerces, mangions et festoyons, car mon fils que voilà était mort, et il est revenu à la vie. Il était perdu et il est retrouvé. » (Lc 15, 11-24)