



REPÈRES POUR SE PRESENTER EN VERITE DEVANT DIEU

EXAMEN DE CONSCIENCE

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

Jésus me parle de l'Amour de Dieu

« 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'appelez-vous Seigneur, et ne faites-vous pas ce que je dis ? »

Dans ma vie quotidienne, l'Evangile inspire-t-il mes attitudes, mes projets, mes actions ?

Jésus me parle d'amour de soi-même

« Regardez les oiseaux du ciel, les lis des champs... vous valez plus qu'eux »

Est-ce que je m'accepte tel(le) que je suis ? est-ce que je sais que je vaudrais « 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 reçus ? comment j'exerce ma responsabilité ?

« Lève-toi et marche ! »

« Confiance » : 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 savez-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 ?

« Vous avez dans le cœur la jalousie amère 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 te réconcilier avec lui »

Est-ce que j'essaie de vivre le pardon ?

« Partage ton pain avec celui qui a faim »

Est-ce que je partage mes biens, donne de mon temps, etc. ?

« Si ton œil est pur, ton corps tout entier est dans la lumière »

« Aucune parole mauvaise ne doit sortir de votre bouche ; mais, s'il en est besoin, dites une parole bonne et constructive, bienveillante » (Ep 4, 29)

Est-ce que je me garde de la critique ? quelle bienveillance dans mes paroles et mes attitudes ?

Jésus m'appelle au service du monde

« Vous êtes le sel de la terre, la lumière du monde »

« Vous ne pouvez pas servir Dieu et l'argent »

« Que celui qui veut être le premier se fasse le serviteur de tous »

« Heureux les affamés et assoiffés de justice » « Heureux les artisans de paix »

« Vous serez mes témoins jusqu'aux extrémités de la terre »

« Il y a plus de joie à donner qu'à recevoir »

Sous le regard de Jésus-Christ, revoir : ma vie de famille, ma vie professionnelle, mes loisirs, ma vie de citoyen, mes engagements solidaires, mes responsabilités (celles que j'ai, celles que je refuse), ma part active dans l'Eglise.

Comment se confesser ?

On se présente devant le prêtre en disant :

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

On fait le signe de croix pendant que le prêtre nous bénit et dit :

« Que le Seigneur soit dans votre cœur et sur vos lèvres, pour que vous confessiez bien tous vos péchés.

Au nom du Père, et du Fils, et du Saint- Esprit. »

Puis on dit depuis quand remonte la dernière confession, et on accuse ses fautes. Il faut surtout accuser des actes précis, et ne pas rester dans le vague.

Après la confession il est bon d'ajouter : **« Je m'accuse de tous ces péchés, de ceux que j'aurais pu oublier, et de tous ceux de ma vie passée. J'en demande pardon à Dieu et à vous mon Père, pénitence et absolution. »**

Après le petit mot du prêtre, on récite l'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 donne alors l'absolution, qui efface tous les péchés.

On fait son signe de croix

On quitte le prêtre en le remerciant, et l'on va rendre grâce à Dieu pour le sacrement reçu.



REPÈRES POUR SE PRESENTER EN VERITE DEVANT DIEU

EXAMEN DE CONSCIENCE

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

Jésus me parle de l'Amour de Dieu

« 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'appelez-vous Seigneur, et ne faites-vous pas ce que je dis ? »

Dans ma vie quotidienne, l'Evangile inspire-t-il mes attitudes, mes projets, mes actions ?

Jésus me parle d'amour de soi-même

« Regardez les oiseaux du ciel, les lis des champs... vous valez plus qu'eux »

Est-ce que je m'accepte tel(le) que je suis ? est-ce que je sais que je vaudrais « 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 reçus ? comment j'exerce ma responsabilité ?

« Lève-toi et marche ! »

« Confiance » : 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 savez-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 ?

« Vous avez dans le cœur la jalousie amère 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 te réconcilier avec lui »

Est-ce que j'essaie de vivre le pardon ?

« Partage ton pain avec celui qui a faim »

Est-ce que je partage mes biens, donne de mon temps, etc. ?

« Si ton œil est pur, ton corps tout entier est dans la lumière »

« Aucune parole mauvaise ne doit sortir de votre bouche ; mais, s'il en est besoin, dites une parole bonne et constructive, bienveillante » (Ep 4, 29)

Est-ce que je me garde de la critique ? quelle bienveillance dans mes paroles et mes attitudes ?

Jésus m'appelle au service du monde

« Vous êtes le sel de la terre, la lumière du monde »

« Vous ne pouvez pas servir Dieu et l'argent »

« Que celui qui veut être le premier se fasse le serviteur de tous »

« Heureux les affamés et assoiffés de justice » « Heureux les artisans de paix »

« Vous serez mes témoins jusqu'aux extrémités de la terre »

« Il y a plus de joie à donner qu'à recevoir »

Sous le regard de Jésus-Christ, revoir : ma vie de famille, ma vie professionnelle, mes loisirs, ma vie de citoyen, mes engagements solidaires, mes responsabilités (celles que j'ai, celles que je refuse), ma part active dans l'Eglise.

Comment se confesser ?

On se présente devant le prêtre en disant :

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

On fait le signe de croix pendant que le prêtre nous bénit et dit :

« Que le Seigneur soit dans votre cœur et sur vos lèvres, pour que vous confessiez bien tous vos péchés.

Au nom du Père, et du Fils, et du Saint- Esprit. »

Puis on dit depuis quand remonte la dernière confession, et on accuse ses fautes. Il faut surtout accuser des actes précis, et ne pas rester dans le vague.

Après la confession il est bon d'ajouter : **« Je m'accuse de tous ces péchés, de ceux que j'aurais pu oublier, et de tous ceux de ma vie passée. J'en demande pardon à Dieu et à vous mon Père, pénitence et absolution. »**

Après le petit mot du prêtre, on récite l'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 donne alors l'absolution, qui efface tous les péchés.

On fait son signe de croix

On quitte le prêtre en le remerciant, et l'on va rendre grâce à Dieu pour le sacrement reçu.