

Ta Parole m'éclaire Seigneur ...

(Exode 20)

Mon examen du coeur, mon examen de conscience

1. Je suis le Seigneur ton Dieu. Tu n'as pas d'autres dieux que moi

Est-ce que je t'aime Dieu de tout mon coeur et de toute mon âme ? Est-ce que tu occupes la première place dans ma vie ? Est-ce que j'ai l'habitude de te prier tous les jours ? Est-ce que je m'entraîne à discerner le bien du mal ? Par exemple, est-ce que j'ai recours à l'occultisme ou à des pratiques magiques ou superstitieuses ? Est-ce que j'adhère aux philosophies du Nouvel Âge, à sa musique ? Est-ce que je consulte l'horoscope, les médiums (cartomancie, lignes de la main, etc.) Est-ce que j'ai des idoles (artistes, mode, argent, beauté, sport, santé) ? Est-ce que je te cache volontairement des péchés à la confession ? Est-ce que je désespère de toi mon Dieu ?

2. Tu ne prononceras pas le nom du Seigneur ton Dieu en vain

Est-ce que je t'ai offensé Dieu en utilisant ton saint nom sans respect ? Par des «sacres»? Est-ce que je parle respectueusement de toi Dieu, de ton Église, des prêtres ... ? Est-ce que j'ai fait un faux serment sur ton nom Dieu ? Est-ce que j'ai juré sur ton nom ? Est-ce que j'écoute de la musique profanant ton nom (rock, heavy metal, death metal) ?

3. Souviens-toi du jour du Seigneur pour le sanctifier

Est-ce que j'ai délibérément manqué d'assister à la messe du dimanche ou les jours saints (Noël, semaine sainte ...) ? Est-ce que je participe à la messe en priant et en chantant ? Je fais tout pour arriver à l'heure ? Est-ce que j'utilise la journée du dimanche en ayant des occupations saines et qui plaisent au Christ comme se garder du temps gratuit pour lui, la famille ou les amis ? Est-ce que je travaille délibérément le dimanche ?

4. Tu honoreras ton père et ta mère

Est-ce que je vois aux besoins de mes parents dans leur vieillesse ? Est-ce que j'ai manqué de respect et d'amour envers mes parents ou d'autres personnes en autorité ? Est-ce que je les ai jugés, condamnés, dénigrés, boudés, abandonnés ... ? Est-ce que je leur pardonne les blessures de mon enfance ? Est-ce que je néglige mes responsabilités familiales envers mon épouse (mon époux) et mes enfants ? Est-ce que je respecte ou prie pour les autorités ou les responsables de notre pays ?

5. Tu ne tueras pas

Notre société ne respecte plus la vie sous toutes ses formes (de la conception jusqu'à la mort). Est-ce que je suis complice ou je demeure silencieux(se) devant la pensée ambiante ? Est-ce que j'ai déjà eu recours à l'avortement ou encouragé quelqu'un à le faire (incluant la pilule du lendemain) ? Est-ce que j'utilise un moyen de contraception (pilule, stérilet, condoms, stérilisation volontaire etc.) ? Est-ce que je respecte mon corps, celui de l'autre ? Est-ce que je suis un artisan de paix, un témoin véritable de la

charité ? Est-ce que j'ai tué ou blessé physiquement ou psychologiquement quelqu'un, ou encore, tenté de le faire ? Est-ce que j'ai abusé de drogue, d'alcool, de cigarette, de nourriture ? Est-ce que je joue à des jeux de violences et de haines ? Est-ce que j'écoute des films ou de la musique proposant une culture de mort, de violence et de laideur (par exemple des films d'horreur, de super héros, de monstres etc.) Est-ce que j'entretiens des sentiments de haine, de colère ou de rancune dans mes pensées et mon coeur contre une personne ? Est-ce que je m'emporte souvent avec des gestes ou des paroles de violences ? Est-ce que j'use de violence conjugale incluant le contrôle, l'intimidation, la dégradation, le harcèlement physique ou psychologique etc. ? Est-ce que je veux toujours avoir raison ?

6. Tu ne commettras pas d'adultère

Est-ce que je suis fidèle dans mon couple ? Est-ce que je fais attention à mon regard, mes paroles, mes pensées et mes actes ? Ma sexualité est-elle accueil de la vie, de l'autre ou me conduit-elle à satisfaire mes besoins égoïstes ? Est-ce que j'ai des rapports sexuels pour mon plaisir personnel ? Est-ce que j'oblige mon/ma partenaire à des gestes sexuels dégradants, contre nature, violents etc. ? Est-ce que je consulte des sites pornographiques, des revues ou des films érotiques ? Est-ce que je propage de la pornographie juvénile ou autre ? Est-ce que j'ai eu des relations sexuelles, avant ou en dehors du mariage avec un membre du sexe opposé ou de même sexe ? Est-ce que j'ai fait de la bestialité ? Est-ce que je repousse toujours mon mariage ? Est-ce que j'encourage le divorce et l'union libre ? Est-ce que je refuse d'avoir des enfants ? Est-ce que je me masturbe ? Est-ce que je m'habille convenablement, modestement ? Est-ce que je fréquente des bars de danseurs ou danseuses nus ?

7. Tu ne voleras pas

Est-ce que je vole les biens d'autrui ou j'encourage les autres à le faire ? Est-ce que je vole à l'étalage ? Est-ce que je garde des biens égoïstement ? Est-ce que je trafique mes impôts ou mon revenu ? Est-ce que je fais ou encourage le «travail au noir» ? Est-ce que je joue mon argent dans les jeux de hasards ? Est-ce que je refuse de payer mes dettes ? Est-ce que je suis honnête avec mon employeur ou mes employés ? Est-ce que je respecte l'environnement, la création de Dieu ? Est-ce que je prends soin de mes animaux correctement ? Est-ce que je donne à mes animaux plus de soin et d'affection qu'aux personnes ? Est-ce que je vole du temps à Dieu en passant des heures devant la TV ou par toutes sortes de loisirs ? Est-ce que j'emprunte des choses sans les remettre ?

8. Tu ne témoigneras pas faussement contre ton prochain

Est-ce que je défends la vérité ? Est-ce que je dis des mensonges ? Est-ce que j'ai mal



Sacrement du pardon

parlé de mon prochain ? Est-ce que j'ai été sensible à ne pas être médisant(e) ou calomniateur/trice pour ruiner ou miner une réputation ? Est-ce que je révèle des informations confidentielles ? Est-ce que je suis hypocrite avec les autres ? Est-ce que je cache que je suis chrétien/ne ? Est-ce que j'écoute et encourage les émissions de radio ou de télévision ou encore je lis les magazines ou sites web traitant faussement les gens ou encore qui salissent les réputations ou galvaudent des potins de toutes sortes ?

9. Tu ne convoiteras pas l'époux ou l'épouse de ton prochain

Est-ce que je convoite (désirer avidement) l'époux(se) ou la famille de quelqu'un ? Est-ce que j'ai entretenu des pensées impures ? Est-ce que j'essaie de contrôler mon imagination ? Est-ce que volontairement, je me mets dans une situation pour convoiter une femme ou un homme ... «courir après» «en mode séduction»? Est-ce que j'entretiens des relations homosexuelles ? Est-ce que j'ai commis un inceste, un viol ou un acte de pédophilie ?

10. Tu ne convoiteras rien de ce qui est à ton prochain

Est-ce que j'envie les biens d'autrui ? Est-ce que je suis amer(e), triste ou plein(e) de ressentiment à cause de ma situation ? Est-ce que j'envie la vie des gens riches ? Est-ce que je suis malheureux(se) du succès des autres ? Est-ce que je suis jaloux(se) des autres (de leur talents, popularité, sainteté, charismes, biens ...) ? Est-ce que je mendie facilement pour obtenir ce que je veux ? Est-ce que je manipule les autres pour parvenir à mes fins ou pour réussir à avoir ce que je veux ?

Suis-je vraiment décidé(e) à ne plus offenser Dieu, à tout faire pour éviter de retomber dans mes péchés ?

Est-ce que je déteste le péché en moi et les conséquences que mes péchés ont eu sur les autres, sur moi et sur ma relation à Dieu? Est-ce que je choisis la VIE et le BONHEUR en Dieu ? Est-ce que je choisis l'AMOUR ?

Suis-je prêt(e) à me pardonner et à accueillir le pardon de Dieu ?

Suis-je disposé à réparer mes torts avec la grâce de Dieu ?

Acte de contrition:

Mon Dieu, j'ai un extrême regret de t'avoir offensé parce que tu es infiniment bon et aimable et que le péché te déplaît; pardonne-moi par les mérites de Jésus-Christ mon Sauveur. Je me propose, moyennant ta sainte grâce, de ne plus t'offenser et de faire pénitence. AMEN

***Au nom du Christ, nous vous le demandons,
laissez-vous réconcilier avec Dieu.***

(2 Co 5, 20)

Le péché ?

Ce mot vient de l'hébreu «HET». Il est emprunté au vocabulaire des archers et il signifie «manquer la cible»; c'est ce qu'on dit quand on a raté son coup !

Dieu me dit comment viser juste; il me donne une visée, la «Torah» ou «Loi». C'est sa Parole dans la Bible. Je suis libre devant lui de «choisir la vie et le bonheur ou bien la mort et le malheur» Dt 30,15

Or quand je passe à côté de ce que Dieu me commande pour mon bonheur et ma joie, c'est ça le péché. Car alors, je m'oppose à lui, je deviens son adversaire et je brise son alliance - je lui dis: tu ne connais rien là-dedans, c'est moi qui sait ce qui est bon et ce qui est mal pour moi ! Le péché, c'est vouloir prendre la place de Dieu, refuser sa Parole et ses chemins, penser qu'il est contre moi, qu'il est méchant ...

Pourtant, Dieu s'est révélé comme un Père tout aimant, plein de tendresse et de bonté. Tout ce qu'il fait est bon et rempli d'amour. Le summum de son amour pour nous, c'est de nous avoir donné son Fils unique pour nous rétablir dans son alliance d'amour. JÉSUS=Dieu sauve. Jésus-Christ est venu pardonner nos péchés et marcher avec nous pour que nous vivions en confiance avec notre Père du ciel et que nous apprenions à l'aimer de tout notre coeur.

Le sacrement du pardon ?

Dans le sacrement du pardon, je rencontre un prêtre, homme de Dieu, revêtu des pouvoirs du Christ mais c'est à Dieu lui-même que je parle. C'est Dieu qui m'accueille. Quand j'approche de Dieu notre Père dans le sacrement du pardon, je lui dis combien je regrette de l'avoir offensé de telle ou telle façon et je lui demande le cadeau de m'aider à me reprendre et à changer ma vie. Le Seigneur me pardonne, me libère de mes esclavages et me redit son AMOUR infini.

Le pardon de Dieu est gratuit et il efface mon péché mais je dois réparer le mal que j'ai fait quand cela est possible et changer ce qui a besoin de l'être dans ma vie. Aussi, le prêtre en me donnant une pénitence (prière, geste à poser etc.) m'invite à m'engager sur le chemin de l'AMOUR.