

SE RECONCILIER AVEC DIEU, AVEC LE PROCHAIN ET AVEC SOI-MEME

© Copyright U.S.E.D.E.I. www.usedei.org - 14.06.2015

Comment on fait l'examen de conscience? Beaucoup trouvent en des difficultés. Voilà donc par conséquent un schéma qui peut être d'une il te semblera peut être un peut très particulier. Mais ne te décourage pas. Il serait seulement une aide pratique et concrète. On pense surtout qu'il peut être utile! Invoque surtout, avec confiance l'Esprit! Examine te vie devant ce visage transfiguré d'amour. Alors le sacrement sera vraiment pour toi le début d'une résurrection de vie et de joie!



DÉCALOGUE

Décalogue de la Bible selon la tradition juive (Exode 20,2-17)	Decalogue du Catechisme de l'Eglise Chatolique (Version simplifiée mnémonique)
[2] Je suis Yahvé ton Dieu qui t'a fais sortir d'Egypte. du pays de l'Esclavage:	Je suis le Seigneur ton Dieu:
[3]Tu n'auras pas d'autres Dieu que Moi.	I - Tu n'auras pas d'autre Dieu que Moi.
[4] Tu ne te feras pas de statue d'image des choses qui sont là-haut dans le ciel, ou en bas sur la terre, ou dans les eaux sous la terre.	II - Tu ne nommeras pas le Nom de Dieu en vain.
[5]Tu ne prosterner pas devant elles, tu ne les serviras pas, car moi Yahvé, ton Dieu, je suis un Dieu jaloux. Je punis la faute des pères sur leurs fils, leurs petits fils et arrière-petits, lorsqu'ils me haïssent.	III – Tu sanctifieras les fêtes.
[6] Mais je démontre ma faveur jusqu'à la millième génération pour ceux qui m'aiment et gardent mes	IV – Honore ton Père et ta Mère.
	V - Ne tue pas.
	VI - Ne commets pas d'adultère.

<p>commandements.</p> <p>[7]Tu ne feras un mauvais usage du nom de Yahvé ton Dieu, car Yahvé ne tient pas quitte celui qui fais celui fais un mauvais usage de son nom.</p> <p>[8]Souviens-toi du jour du Sabbat et sabbat et sanctifie-le:</p> <p>[9] Pendant six jours tu serviras et tu feras ton travail;</p> <p>[10] mais le septième jour est un repos en honneur de Yahvé, ton Dieu. Tu ne feras aucun, ni toi, ni ton fils, ni ta fille, ni ton serviteur, ni ta servante, ni tes bêtes ni l'étranger, qui habite chez toi.</p> <p>[11] Sache que Yahvé a fait en six les cieux, la terre, la mer et tout ce qui s'y trouve, et il s'est reposé le septième jour. C'est pour cela que Yahvé a béni le Sabbat et l'a rendu saint.</p> <p>[12] Honore ton Père et ta Mère : c'est ainsi que tu vivras longtemps sur la terre que Dieu ton Dieu te donne.</p> <p>[13] Tu ne tueras pas.</p> <p>[14]Tu ne commettras d'adultère.</p> <p>[15]Tu ne voleras pas.</p> <p>[16] Tu ne porteras pas de faux témoignage contre ton prochain.</p> <p>[17]Tu ne désireras pas la maison de ton prochain, tu ne chercheras pas à prendre la femme de ton prochain, ni son serviteur, ni sa servante, ni son bœuf, ni son âne, ni rien de ce qui lui appartient.</p>	<p>VII - ne vole pas.</p> <p>VIII – Tu ne feras pas de faux témoignages (Tu ne mentiras).</p> <p>IX – Tu ne désireras pas la femme d'autrui.</p> <p>X - Tu ne désireras pas les choses d'autrui.</p>
---	--

1. Tes rapports avec Dieu

“ Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur” (Matthieu 22,37)

“ Sans la foi, il est impossible de plaire à Dieu” (Hébreux 11,6)

- Je vis ma foi comme appel de Dieu, un chemin d'amour jamais conclus?
- Je suis convaincu que ma foi a besoin d'être nourrie pour pouvoir devenir toujours plus ferme, consciente et mure?
- La bible et le Catéchisme de l'Eglise sont-ils la nourriture de ma foi?

- Ma foi est-elle restée la pratique religieuse depuis que j'étais enfant ?
- J'ai invoqué le Seigneur dans les moments de douleur, de la preuve, de la tentation ?
- J'accepte la volonté de Dieu aussi quand elle passe à travers la croix, les souffrances, la maladie, la mort ?
- Je sens que je dois être témoin libre et mur de ma foi ?

“Les premiers chrétiens étaient assidus dans l'écoute de l'enseignement des apôtres, dans la fraction du pain et dans la prière” (Actes 2,42)

- Ai-je participé à la sainte Messe tous les Dimanches et dans les grandes fêtes ? ai-je participé avec grande attention ?
- Ai-je reçu la sainte communion en état de grâce de Dieu? Suis été conscient de ce que je reçois ?

“Priez incessamment” (Ephésiens 6,18)

- Ai-je prié au moins le matin et le soir ?
- Ma prière est-elle un dialogue vrai, du cœur à cœur ou seulement une énumération distraite des paroles, une pratique vide extérieure?
- Est-ce que je dédie chaque jour un peu de temps (10-15min) à Dieu, ou je le passe rapidement peut être quand je suis déjà au lit?
- Le saint rosaire font ils partis de me chemin de prière et la liturgie des heures ?
- Prie-je seulement quand j'en éprouve le besoin ou je prie aussi bien quand je n'en n'ai pas le gout ou je n'en sens pas la nécessité?

“Ne prononce pas en vain le Nom de Dieu” (Exode 20,7)

- Ai-je blasphémé le Nom de Dieu ou de la Vierge Marie ou des Saints?
- Ai-je nommé en vain le Nom de Dieu ou de la Vierge Marie?

“Personne ne pratiquera la magie ou consultera les devins” (Deutéronome 18,10-12)

- Suis-je préstitucieux? Est ce que je crois à l'astrologie ?
- Est-ce que je crois à la Facture au mauvais œil, à la lecture des cartes, aux mulettes, aux talismans, à l'énergie et fluidité, aux paroles magiques, aux voix et messages, aux porte-chances variées... ?
- AI-je recours à la magie, aux devins, à la cartomancie, aux auculismes, medium, sensitifs ?
- Ai-je participé aux assises de spiritualité, d'écriture automatique, initiations, et ritualisme, pour les présumés contacts avec les défunts?
- Suis attentif à ne pas me laisser convaincre dans les sectes nouvelles ou nouveaux mouvements religieux comme Nouvel Age, les Témoins de Yahvé, Scientologie, Sai Baba, Moon, ... ?

2. Les Rapports avec le Prochain

“Aimez-vous comme je vous ai aimé” (Jean 13,34)

- Suis-je capable d'affection, de confiance, d'amour, de gentillesse, de fidélité (non seulement comme non trahir) mais aussi comme dédier sa propre vie, comme se donner à l'autre. Dans le conflit de La Famille, je cherche toujours à faire la paix? je demande pardon ?

- Je me dédie aux enfants? Je les respecte, je les aide à croître, je dialogue avec eux, à être responsable, je les comprends, je leur donne un bon exemple ?
- Je perds souvent la patience en utilisant des paroles et des modes offensifs avec les fils ou le mari ?
- Dans l'ambiance matrimoniale, ai-je respecté et observé la loi morale?
- Ma vie sexuelle est-elle toujours une expression d'amour ?
- Au regard de la paternité responsable, suis-je été égoïste en décidant de limiter le nombre des enfants?
- Quelques soient les motifs à l'origine de la décision, l'avortement direct ou procuré est un péché grave contre la vie. L'ai-je commis, ou seulement conseillé ? sais-je que il ya une excommunication à ce sujet?
- Je sais accepter, écouter, respecter et aimer les vieux? Accueillir leurs dons ? comment je traite les malades dans la famille ?
- Suis-je été obéissant aux parents ? je les ai respectés ? je les ai aidés ?

“ Qui ne veut pas travailler ne mange pas non plus ” (2 Thessalonicien 3,10)

- Sur le travail et dans les études, ai-je été paresseux ? ai-je manqué de professionnalité ?
- Ai-je perdu inutilement mon temps?

“ Verse le sang qui refuse le salaire du travailleur ” (Siracide 34,22)

- Suis-je été juste et honnête dans mon travail, et dans ma profession ? ai-je payé justement mes travailleurs ?
- Ai-je traité avec respect mes collègues de travail? Ai-je presté des recommandations ou remarques ?

“ Heureux les purs du Cœur ” (Matthieu 5,8)

- Quel usage fais-je de ma sexualité ? Je crois qu'avec la grâce de Dieu, je peux vivre chaste et pur ?
- Suis-je pur dans mes liens et dans mes amitiés Ai-je cultivé des pensées et désirs impurs ? ai-je commis des actes impurs seul ou avec des autres en oubliant que je suis le temple de l'Esprit Saint ?
- Me suis-je permis des lectures, des discours, des spectacles des divertissements mauvais ? Comment j'utilise la TV ? l'Internet ?
- Si je suis fiancé, sais-je que les rapports pré matrimoniaux bloquent la croissance d'un vrai amour et sont une offense contre la loi de Dieu ? que ce que je fais pour croître dans un profond amour?
- Défend-je la sexualité de toutes les fausses propositions qui viennent presque naturellement diffuser ? ai-je vécu en concubinage ? ou ai-je commis l'adultère ? ai-je fréquenté les prostituées ?
- Sur tout cela, me suis-je confessé avec sincérité, sans une fausse peur ou je n'ai rien dit ?

“ Qui hait son propre frère est homicide ” (1 Jean 3, 15)

- Me suis-je laissé prendre dans la colère?
- Ai-je toujours pardonné les offenses et les tortures reçues bien que je ne pouvais jamais les oublier ?
- Me suis-je vengé pour un tort subi? Ai-je eu des sentiments de haine, de jalousie, d'envie ?

- Hai-je cultivé de la colère ou des ressentiments? Ai-je prononcé des insultes ? des paroles offensives, vulgaires ? suis-je été violent, autoritaire, colérique, trop puissant, orgueilleux, arrogant, Contrariant, mal éduqué, agressif ?
- Veux-je toujours avoir raison? Suis-je raciste dans les jugements, ou dans le mode de traiter ?
- Ai-je conduis avec risque ou sous la pression de l'alcool ou d'autres drogues? Ai-je respecté les normes de la route pour ne pas être de grave danger pour mon prochain ?

“ Ne mentez pas les uns les autres” (Colossiens 3,9)

“Ne jugez pas, et vous ne serez pas jugés ; ne condamnez pas, et vous ne serez pas condamnés” (Luc 6,37)

- Ai-je menti ? Ai –je jugé pour le faux? Ai-je calomnié mon prochain en décidant le faux?
- Ai-je fait des murmurassions, dit du mal pour les autres, en parlant derrière les épaulés ? Me suis-je pris dans des discussions inutiles? Ai je jugé, critiqué les autres ?

3. Tes rapports avec les choses

“ Là est ton trésor, là sera aussi ton cœur” (Luc 12,34)

“L’attachement à l’argent est la racine de tous maux” (1 Timothée 6, 10)

- Suis-je trop attaché aux choses, à la commodité, à l’argent, Ai-je dépensé beaucoup pour le luxe, exagéré, dans les vêtements, dans les choses inutiles?
- Ai-je aidé les pauvres, les malades, les faibles, les nécessiteux de l’Eglise, les grandes souffrants du monde ?
- Suis –je victime des jeux?, ai-je volé? Ai-je restitué ce que j’ai pris et ai-je réparé les dommages causés ?
- Ai-je fait la fraude en payant les taxes justes, dus et proportionnés?

“La fin de toutes les choses est proche. Soyez donc modérés et sobres de toutes choses, pour vous dédier à la prière ” (1 Pierre 4,7)

- Ai endommagé les choses de la nature ? ai-je exagéré dans le manger, dans l’alcool, dans le fumer ?
- Fais-je usage de s drogue de tout genre?