

## **Préparer le sacrement de la réconciliation à partir des 7 péchés capitaux**

### **L'orgueil ou vivre pour soi**

Je veux toujours avoir raison, ou bien encore ne pas reconnaître mes torts. Je cherche à me justifier expliquant mon attitude en raison de la faute de l'autre.

Si je regrette de m'être emporté, par une colère, mon regret porte davantage sur la mauvaise image de moi-même que j'ai donné que sur le mal que j'ai pu infliger à l'autre.

Je cherche à me mettre en avant, à déballer ce que je fais et les réussites que j'obtiens. Je ne laisse guère aux autres la parole. Je ramène le centre de la conversation à ma personne et à mes points de vue. Je refuse de montrer mes sentiments, pensant qu'ils sont un signe de faiblesse. J'ai une image de moi satisfaisante – donc plus de progrès à attendre.

Au contraire, je me considère comme une victime perpétuelle et je refuse de sortir de cet état. J'aime ainsi être le centre d'intérêt de mon entourage aux petits soins pour moi.

PARDON SEIGNEUR, JE SUIS ORGEUILLEUX !

### **La gourmandise ou l'absence de modération**

Je mange plus que nécessaire et me goinfre jusqu'à être malade. Je ne recherche que les mets que j'apprécie allant jusqu'à refuser certains aliments qui me sont servis.

Je suis attaché à certaines habitudes alimentaires et certains rites autour de la table : mon apéro ou mon digestif, mon morceau de pain, mon petit verre de vin, etc.

Je ne peux attendre lorsqu'il est, selon moi, l'heure de passer à table. J'avale sans réellement apprécier ce que je mange. Je me sers le premier. Je choisis la plus grosse part de gâteau.

Je ne sais pas dire « non » alors que mon estomac est déjà plein. Je mange plus pour le plaisir que cela procure que pour l'énergie dont mon corps a besoin journallement.

PARDON SEIGNEUR, JE SUIS GOURMAND !

### **La luxure ou le corps déconnecté de la personne**

J'aime déshabiller du regard les jolies filles ou les hommes sexys. Je réduis l'autre au plaisir qu'il peut m'apporter. Je réduis la personne à son corps, et ce même corps aux parties génitales. Je parle de l'autre sexe et de sexualité en terme dégradant. Je regarde des revues ou des films où l'amour est réduit à un acte souvent bestial, et la personne réduite à un objet de plaisir. J'enferme l'autre dans un fantasme. Je parcelle mon identité, ma personnalité en dissociant mon corps et mon esprit. Je pense pouvoir faire ce que je veux de mon corps et du corps de l'autre comme si c'était un objet.

PARDON SEIGNEUR, JE SUIS LUXURIEUX !

### **L'avarice ou l'attachement démesuré aux biens matériels**

J'aime les biens que je possède. Je suis attaché, plus que de raison, à ma voiture, à ma maison, etc. J'aime accumuler lorsque cela me concerne. Par contre, j'ai du mal à dépenser quand cela ne me revient pas. Je compte et recompte ce que je donne. Je n'ai jamais assez et, en conséquence, ne peut partager ce que j'ai déjà. Je me plains constamment de ne pas

gagner suffisamment. Je dépense pour mon plaisir personnel mais rechigne à donner généreusement pour une œuvre caritative. Je ne supporte pas d'être dérangé à l'improviste, car j'aime être maître de mon emploi du temps. Je m'accroche avec ténacité dans mon bénévolat au point de devenir le propriétaire exclusif de ce service.

PARDON SEIGNEUR, JE SUIS AVARE !

### **La jalousie ou la tristesse de ne pas avoir**

Je ne suis pas satisfait ce que je possède : l'autre a toujours plus ! Cela me rend triste. Je ne suis pas satisfait de ce que je suis : l'autre est toujours mieux ! Cela me rend triste.

Je ne vois pas ou ne veux pas voir les qualités qui sont en moi. Je refuse de me considérer comme un trésor où des dons de Dieu, si divers, ont été déposés. Je crois que le bonheur c'est d'avoir comme les autres, que le bien-être c'est d'avoir les mêmes diplômes. Je n'arrive pas à faire des compliments. Je me réjouis des ennuis qui peuvent arriver à certaines personnes qui ont plus que moi. Je passe mon temps à critiquer et à relever ce qui ne va pas. J'ai du mal à faire confiance et j'ai besoin qu'on me prouve ce qu'on me dit.

PARDON SEIGNEUR, JE SUIS JALOUX !

### **La colère ou le désir de vengeance**

Je juge et condamne. Je suis enclin à la calomnie (mentir sur autrui) mais aussi à la médisance (répandre un mal qui est vrai) Je m'acharne contre ceux qui ne pensent pas comme moi ou qui ont eu l'idée de me contredire. J'ai du mal à vivre avec l'autre, quelqu'il soit, parce que sa différence me dérange et m'agace. Je m'en veux d'avoir eu telle ou telle comportement au point d'être rongé intérieurement, de m'en vouloir, et d'être agressif.

J'accuse les autres de tous les malheurs du monde. Et même, j'accuse Dieu d'avoir laissé faire. Je ne supporte pas l'erreur, ni la faiblesse des autres, ni leur incompetence, car tout doit être parfait. Je trouve toujours des bonnes raisons de m'être emporté.

PARDON SEIGNEUR, JE SUIS COLERIQUE !

### **L'acédie ou le dégoût de l'activité humaine comme lieu d'épanouissement et de rencontre avec Dieu**

Je pense à tout sauf à Dieu. Je me préoccupe de tout sauf de mon âme. Je suis indifférent à la vie spirituelle et l'idée même d'approfondir la question m'exaspère.

Ce vide de Dieu, je cherche à le combler par de multiples compensations. Mais rien n'y fait. Je n'ai plus le goût à faire quoique ce soit. Tout me paraît ennuyeux. Rien ne me comble.

Au contraire, je m'active dans tous les sens, fuyant la moindre inoccupation, le moindre rappel que le bonheur c'est d'accueillir Dieu présent en cet instant. Je cours d'une activité à l'autre.

Je remets au lendemain les choses importantes à faire aujourd'hui. Je remets en cause les grands choix de ma vie. Je crois que les choses iraient mieux si je « balançais » tout.

PARDON SEIGNEUR, JE SUIS ACEDIQUE !

\*\*\*

Vous pouvez vivre le sacrement de Réconciliation le 1<sup>er</sup> vendredi de chaque mois entre 16h et 17h au lieu où il y a la messe ; parfois, après la messe de semaine ; et aussi sur simple demande au prêtre : [david.meyer0181@orange.fr](mailto:david.meyer0181@orange.fr) 03 87 96 72 34