

# GUIDE POUR LA CONFESSION AUTOUR DES 10 COMMANDEMENTS

## Examiner sa conscience en vue de la confession

« Un homme avait deux fils. Le plus jeune dit à son père : Père, donne-moi la part de fortune qui me revient. Peu de jours après, rassemblant son avoir, il partit pour un pays lointain et y dissipa son bien dans une vie de prodigue. Quand il eut tout dépensé, une grande famine survint en ce pays et il commença à sentir la privation. Rentrant alors en lui-même il se dit : Je veux partir, retourner vers mon père et lui dire : Père, j'ai péché contre le ciel et contre toi. » (Luc, 15, 11... 18.)

*Rentrant en lui-même...* : la conversion suppose la prise de conscience de notre infidélité à la volonté du Père. Tout homme est quelque peu capable de cet examen, tout homme sait bien que tuer, voler, tromper n'est pas digne de l'homme : cette perception plus ou moins nette du bien et du mal indique que le péché ne nous a pas rendus totalement incapables de connaître et de vouloir ce que Dieu veut pour notre bonheur. Cependant, c'est au cœur d'une expérience religieuse intense que ces principes généraux vont se préciser pour le peuple élu : au terme de quarante jours de retraite sur le mont Sinäi, Moïse reçoit les commandements de Dieu comme règle de vie pour Israël afin qu'il soit heureux à jamais (Dt, 5,29). Ces dix commandements tracent le cadre de toute vie commune de l'homme et de Dieu, permettant à chacun de mesurer sa fidélité et son infidélité à leur alliance, permettant à chacun un « examen de conscience. »

Comme Moïse sur la montagne, prenons donc un temps de recueillement suffisant pour prendre conscience de cette présence de Dieu, et à travers les questions que nous nous poserons, de nos infidélités à sa volonté.

L'examen de conscience que nous proposons ici peut être un point de départ pour une évaluation sérieuse de notre fidélité à nos promesses chrétiennes.

1. Tu adoreras Dieu seul et tu l'aimeras plus que tout.
2. Tu ne prononceras le nom de Dieu qu'avec respect.
3. Tu sanctifieras le jour du Seigneur.
4. Tu honoreras ton père et ta mère.
5. Tu ne tueras pas.
6. Tu ne commettras pas d'impureté.
7. Tu ne voleras pas.
8. Tu ne mentiras pas.
9. Tu ne désireras pas volontairement l'impureté.
10. Tu ne désireras pas injustement le bien des autres

Sur le premier commandement : Dieu a-t-il été le premier servi dans mes journées ? Lui ai-je toujours fait une confiance totale ? Ai-je consacré un temps suffisant chaque jour à le prier ?

Ai-je cherché loyalement quelle était la volonté de Dieu avant de décider quelque chose d'important ? Ai-je cherché à mieux connaître Dieu et ma foi en développant mon instruction chrétienne, en étudiant l'enseignement de l'Église dans les domaines qui me concernent (par exemple, vie professionnelle, familiale) ? Ai-je eu peur de paraître chrétien ?

Ai-je pris mes responsabilités dans la vie de la communauté chrétienne ?

Sur le deuxième commandement : Ai-je tourné en dérision l'attitude religieuse d'un autre ? Ma pratique religieuse ne se contente-t-elle pas des apparences ou des habitudes ?

Sur le troisième commandement : Ai-je évité le travail non indispensable le dimanche ? Ai-je manqué ou fait manquer aux autres la messe du dimanche par ma faute ? Ai-je observé le Carême ? Me suis-je confessé et ai-je communiqué au moins au temps de Pâques ? Ai-je marqué le vendredi par une privation ou un effort particulier ?

Sur le quatrième commandement : Selon mon âge et ma situation, ai-je obéi à mes parents et les ai-je respectés ? Les ai-je aidés, notamment dans leur vieillesse ? Ai-je participé aux tâches et aux charges familiales ? Ai-je contribué à la bonne humeur et à l'entente en famille ? Ai-je respecté l'autorité de mes supérieurs légitimes ?

Sur le cinquième commandement : Ai-je souhaité du mal à mon prochain ? Lui ai-je procuré du mal par mes paroles, par mes actes ou mes exemples ? Ai-je été violent ?

Ai-je provoqué ou risqué de provoquer la mort de mon prochain par mon imprudence, par ma lâcheté ou mon indifférence ? Ai-je participé à la mort d'un enfant en encourageant ou en pratiquant l'avortement ?

Ai-je aidé mon prochain à vivre ? Ai-je visité le malade, le malheureux, le vieillard ? Ai-je partagé avec ceux qui sont dans le besoin ? Ai-je pris mes responsabilités dans la vie sociale et politique ?

Me suis-je fait du mal à moi-même par des excès de table, de tabac, d'alcool, de plaisirs sous toutes les formes ? Me suis-je reposé et soigné quand il le fallait ?

Sur les sixième et neuvième commandements : Ai-je provoqué ou accepté en moi des pensées ou des désirs contraires à la chasteté ? Ai-je lu, écouté ou regardé avec complaisance des livres licencieux, des émissions de radio ou de télévision malsaines, des sites Internet malsains ?

Ai-je évité les modes indécentes, les mauvaises fréquentations et les autres occasions de péché ?

Ai-je recherché, seul ou avec d'autres, des plaisirs contraires à la chasteté ?

Si je suis marié, ai-je été fidèle aux promesses du mariage ? Ai-je observé les exigences de Dieu dans la vie conjugale et dans la transmission de la vie ?

Sur les septième et dixième commandements : Ai-je volé, détérioré ou négligé le bien des autres ? Ai-je pris soin des biens de la collectivité ? Ai-je payé mes dettes ? Ai-je versé ce que je devais à l'Église, à l'État et aux organisations collectives ?

Ai-je profité de ma profession pour m'enrichir injustement ? Pour opprimer mes subordonnés ? Ai-je cherché le bien de mes subordonnés dans l'organisation de mon travail ? Ai-je travaillé avec conscience professionnelle ?

Ai-je entretenu de la jalousie envers un autre ?

Sur le huitième commandement : Ai-je trompé les autres ? Avec quelles conséquences ? Ai-je nui à la réputation d'un autre par des paroles inutiles ou malveillantes ? Me suis-je plaint sans raison suffisante ? Me suis-je vanté ?