

Faire son examen de conscience (adultes)

Je commence par dire dans mon cœur le « *Je confesse à Dieu* » :

« Je confesse à Dieu tout puissant, je reconnais devant mes Frères, que j'ai péché, en pensée, en paroles, par action et par omission ; oui, j'ai vraiment péché, c'est pourquoi je supplie la Vierge Marie, les Anges et tous les Saints, et vous aussi mes Frères, de prier pour moi le Seigneur notre Dieu »

Je peux m'examiner à partir de deux axes principaux.

1. La place de Dieu dans ma vie.

Quelle image ai-je de Dieu ? Une règle morale, une explication du monde, un Père...

Ce Dieu auquel je crois, est-ce que je L'aime ? Comment cela se manifeste-t-il ? Est-ce que je Lui parle ? Je Le prie ? Est-ce que je prends du temps pour Lui ?

Si Dieu a peu de place dans ma vie, quelles en sont les raisons : pas envie de prier, rejet des questions concernant la foi... ?

D'autres préoccupations peuvent remplacer Dieu : repliement sur mon confort, ma famille, mes loisirs (sport, TV, etc),...

Créé à l'image de Dieu, quel respect ai-je de cette dignité de Fils de Dieu dans mes pensées, mes paroles, ma manière de vivre ?

Ce qui fait ma vie : travail, loisir, famille... Est-ce que je les présente au Seigneur ?

Est-ce que je prends du temps pour lire la Parole de Dieu et ainsi écouter Dieu qui me parle ? Est-ce que je médite la Parole pour m'en imprégner ? Est-ce que je prie après l'avoir lue ? Est-ce que j'accueille cette Parole pour chercher à faire la vérité avec moi-même, avec Dieu, avec les autres ?

Est-ce que je cherche à relire ma vie et les événements du monde pour y discerner les appels de Dieu et les signes qu'il me fait, et pouvoir alors lui rendre grâce ou lui demander son aide ?

2. La place des autres dans ma vie

Est-ce que je vis replié sur moi-même ? Est-ce que je m'intéresse aux autres, au sort des autres peuples ?

Dans ma famille, autour de moi, m'arrive-t-il de tout ramener à moi : mes idées, mes désirs, mes choix ?

Est-ce que je sais prendre du temps pour dialoguer vraiment en écoutant, comprenant, aimant mon conjoint, mes parents, mes enfants ? Dans une discussion, suis-je attentif à écouter ceux qui ont une opinion différente ?

M'est-il arrivé d'être violent en paroles ou en actes, de m'être laissé aller à la colère ?

Mes comportements sont-ils évangéliques : ma façon d'accueillir, de servir, de pardonner ?

Y-a-t-il des personnes que j'aurais pu aider, mais dont je me suis détourné par peur qu'on m'en demande trop ?

Comment se manifeste mon souci de me garder propre au milieu du monde ? Face à l'argent, quel est mon honnêteté, mon sens du partage ? Face à l'accueil, quel est mon regard sur les étrangers et, d'une façon plus large, sur tous ceux qui sont différents ou pensent différemment de moi ? Dans mes relations avec les autres, quelle est ma fidélité ? Mon regard et mes gestes sont-ils transparents ?

Est-ce que j'ose témoigner de ma foi dans mon comportement ?