

Quelques pistes pour vous aider à préparer votre confession...

Attention ! cette feuille est une liste de péchés pour vous aider à vous rappeler ce que vous avez pu faire, MAIS, cela ne veut pas dire que vous les avez tous commis !
A vous de réfléchir, dans votre cœur, pour savoir en quoi vous avez peiné Jésus...



Contre Dieu : "Tu adoreras le Seigneur ton Dieu et tu l'aimeras plus que tout"

- * Dieu est-il vraiment au centre de la vie ? : Ai-je négligé la messe du dimanche ? Ai-je négligé de prendre chaque jour un temps de prière personnelle ? Est-ce que je lis ou écoute la Parole de Dieu, et essaye de la mettre en pratique ? Est-ce que je cherche à mieux connaître Dieu ? Ma vie chrétienne est-elle au contraire tiède et paresseuse ?
- * Ai-je manqué de foi dans l'amour de Dieu, dans sa miséricorde ou sa bonté ? Est-ce que je me confesse régulièrement ? Ai-je parfois rougi d'être chrétien(ne), ou eu honte de l'affirmer ? Ai-je le désir de témoigner de Dieu autour de moi, par ma vie et par mes paroles ?
- * Suis-je tombé dans le découragement, la désespérance ? En ai-je voulu à Dieu ? Ai-je été reconnaissant ou ingrat ? Ai-je manqué de respect envers Dieu ?
- * Ai-je fait des choses contre la foi (blasphèmes, spiritisme, ...) ? Ai-je profité des sacrements que Dieu me donne pour m'aider (confession régulière, communion, ...) ? Ai-je été vrai dans mes confessions précédentes ou ai-je caché des péchés volontairement ? Ai-je communiqué en ayant des péchés graves sur la conscience ? Est-ce que je refuse une partie de l'enseignement de l'Église ?

Contre son prochain (conjoint, enfants, collègues, famille...) : "Aimez-vous les uns les autres comme je vous ai aimés"



- * Ai-je respecté ceux qui exercent une autorité sur moi (au travail...) ou ceux qui sont là pour m'aider ? Ai-je aimé et respecté mes parents ? les autres membres de ma famille ? Leur ai-je apporté mon aide dans les nécessités matérielles et spirituelles ?
- * Ai-je tué, pratiqué ou conseillé un avortement, une euthanasie, un suicide ? Ai-je blessé volontairement quelqu'un (physiquement ou verbalement) ? Ai-je haï, cherché à me venger ? Ai-je souhaité du mal à autrui ? Ai-je cédé à la rancune ? Ai-je refusé de pardonner ou de demander pardon ? Me suis-je mis en colère ? Ai-je manqué de patience ?
- * Ai-je volé ? (si oui, ai-je ensuite rendu ?) Ai-je triché ? Ai-je jaloué ou convoité ? Ai-je menti ? Ai-je calomnié ou raconté des choses fausses sur quelqu'un pour lui nuire ?
- * Ai-je refusé de rendre service ? Ai-je refusé de donner de mon temps ? Ai-je porté attention aux autres ? aux plus faibles, aux plus démunis ? Ai-je été généreux ? Ai-je accepté de partager joyeusement ?
- * Ai-je jugé les autres ? Ai-je méprisé, critiqué, cherché à abaisser l'autre ?

Pour les personnes mariées :

Ai-je cherché à aimer mon époux(se) chaque jour d'avantage ? Ai-je eu à cœur de prier pour lui (elle) ? Ai-je provoqué des disputes ou mésententes ? Ai-je su lui demander pardon ou lui pardonner ? Ai-je pris du temps pour l'écouter, pour lui manifester ma tendresse ? Ai-je vécu nos unions avec un cœur pur, généreux et donné ? Ai-je été infidèle en pensée, en acte ? Suis-je respectueux de l'enseignement de l'Église sur l'ouverture à la vie et le respect de celle-ci ?

Péchés commis contre soi-même : "Tu aimeras ton prochain comme toi-même"



- * Ai-je su m'aimer comme il convient, m'accepter comme je suis ? Ai-je pris soin de moi ? Me suis-je laissé aimer par les autres ? Me suis-je laissé aimer par Dieu ?
- * Ai-je été orgueilleux ? Ai-je cherché à me mettre en avant ?
- * Ai-je pris soin de mon corps (santé, alimentation, exercice) ? Ai-je agi contre mon intégrité physique ? Ai-je abusé d'alcool ou consommé de la drogue ? Ai-je été gourmand ?
- * Ai-je été impur (en pensées, en paroles ou en actes) ? Seul ou avec d'autres ? Ai-je manqué à la chasteté ?
- * Suis-je resté libre par rapport à l'argent, au succès, au pouvoir, au regard des autres ? Ai-je eu des dépenses superflues ou imprudentes ?
- * Ai-je été paresseux ? Ai-je donné le meilleur de moi-même dans mon travail ou mes engagements ?
- * Suis-je resté libre par rapport à la télé, à l'ordinateur ou au téléphone portable, à internet et autres moyens de communications, à la musique, à la mode... ?

Peut-être te souviens-tu d'autres péchés qui ne sont pas sur cette liste.

N'oublie pas de les dire pour en demander pardon...

et être libéré !

