

- Tricherie
- Voler sous toutes ses formes quelle que soit la valeur, le dommage.
- Détériorer le bien d'autrui
- Avarice
- Manque de charité
- Exiger des prix élevés, fraude
- Garder ce que l'on a trouvé sans essayer de retrouver le propriétaire
- Rompre les lois du 'copyright'
- Plagier, falsifier
- Réduire les humains à l'esclavage
- Jeux d'argent, parier
- Provoquer sans nécessité la souffrance et la mort des animaux
- Gaspillage excessif des biens

Huitième commandement
"Tu ne mentiras pas."

Les péchés relatifs à la vérité des choses et des personnes

- Fanfaronner, se vanter, être orgueilleux
- Faire de faux témoignages
- Mensonges à des fins injustes ou mauvaises
- Révélation de secrets
- Refus de réparer la bonne renommée d'une personne lorsqu'elle a été noircie
- Jugements hâtifs des autres dans notre esprit, nos paroles
- Hypocrisie
- Calomnie
- Flatterie
- Ironie
- Promesses non tenues
- Prendre plaisir aux problèmes des autres

SACREMENT DU PARDON



Comment me confesser
Examen de conscience

DEROULEMENT DU SACREMENT DU PARDON

JE PREPARE MA CONFESSION

Prière pour demander la lumière sur ma vie et mes péchés :

Seigneur Jésus, Tu n'es qu'Amour et Miséricorde. C'est avec une immense confiance que je vais me confesser au prêtre qui tient Ta place sur la terre. Je suis aveugle sur moi-même. Toi, Tu es la Lumière : montre-moi mes péchés, montre-moi combien ils ont blessé Ton Cœur. Sois loué pour Ton Amour, Ta Miséricorde et Ta Lumière.

Paisiblement, en m'aidant de l'examen de conscience de ce feuillet, je demande à l'Esprit Saint de m'aider à repérer les péchés que j'ai pu commettre.

EN PRESENCE DU PRETRE

En présence du prêtre, je me mets à genoux ou assis, selon mes possibilités, et je dis :

Bénissez-moi mon Père parce que j'ai péché.

Je fais le **signe de croix** pendant que le prêtre me bénit.

Je récite ensuite le **Je confesse à Dieu** :

Je confesse à Dieu tout-puissant, je reconnais devant vous frères et sœurs que j'ai péché, en pensée, en parole, par action et par omission : oui, j'ai vraiment péché. C'est pourquoi je supplie la Bienheureuse Vierge Marie, les anges et tous les saints et vous aussi mon père, de prier pour moi le Seigneur notre Dieu.

Je dis **mes péchés** au prêtre qui représente Jésus.

Après que le prêtre ait donné un conseil, une **pénitence**, je demande pardon à Dieu en récitant l'**Acte de contrition** :

Mon Dieu, j'ai un très grand regret de Vous avoir offensé, parce que Vous êtes infiniment bon, infiniment aimable et que le péché Vous déplaît. Je prends la ferme résolution, avec le secours de Votre sainte grâce, de ne plus Vous offenser et de faire pénitence.

Le prêtre me donne l'**absolution** par laquelle mes péchés sont pardonnés.

APRES LE PARDON DE MES PECHES PAR LE PRETRE

J'accomplis la « pénitence » que le prêtre m'a donnée au terme de la confession.

Sixième et neuvième commandement

"Tu ne feras pas d'impureté" et "tu n'auras pas de désir impur volontaire."

Les péchés relatifs à l'affectivité, la pureté de cœur et de corps

- **Avoir une tenue provocante au niveau de la pureté**
- **Impureté dans les paroles, les conversations, les regards et les actions**
- **Rechercher son propre plaisir dans la relation sexuelle en méprisant l'autre**
- **Regarder des films pornographiques, s'arrêter avec complaisance à certaines images**
- **Penser à des images impures**
- **Masturbation**
- **Avoir des relations sexuelles avant le mariage**
- **Adultère, divorce**
- **Utiliser des moyens artificiels de contraception : pilule, stérilet, onanisme...**
- **Insémination artificielle**
- **Stérilisation directe**
- **Prostitution**
- **Sodomie, homosexualité, lesbianisme**
- **Inceste, abus sexuels, polygamie**
- **Bestialité**

Septième et dixième commandement

"Tu ne voleras pas." et "Tu ne désireras pas injustement le bien des autres"

Les péchés relatifs à la propriété d'autrui

- **Voler au travail, dans les accords, dans les ventes, dans le paiement des factures**
- **Non respect de la propriété d'autrui**
- **Accepter des "pots de vin"**
- **Ne pas payer les dettes, les factures en temps opportun**
- **Malhonnêteté**

Cinquième commandement
"Tu ne tueras pas."

Les péchés relatifs aux bons soins de toutes les personnes

- Atteinte injuste à la vie humaine directement, indirectement, implicitement
- Violence par la pensée, les paroles ou les actes qui peuvent mener à la mort
- Exposer la vie au danger sans raison
- Désir de revanche, querelles, haine, se battre
- Ne pas se préoccuper de justice sociale
- Montrer du mépris ou de l'indifférence aux autres
- Refuser de parler aux autres
- Ignorer les offres de réconciliation, maintenir sans cesse un esprit qui ne pardonne pas
- Ridiculiser les autres, insulter les autres
- Tristesse à cause de la bonne fortune d'autrui
- Se réjouir de la mauvaise fortune d'autrui
- Souhaiter du mal à une personne, "jeter des sorts"...
- Comportement tyrannique
- Induire les autres à pécher par la parole et par l'exemple
- Gloutonnerie, Ivresse
- Torture
- Avortement, promouvoir l'avortement
- Avoir fait une ligature des trompes
- Avoir fait une vasectomie
- Ne pas garder le corps, sacré, digne
- Faire usage de drogues
- Tentative de suicide

Premier commandement
"Tu adoreras Dieu seul et tu l'aimeras plus que tout."

Les péchés relatifs à Dieu et à la foi.

- Négliger de remercier Dieu, de le louer, de lui faire confiance, de s'abandonner entre ses mains de Père
- Désespérer de la miséricorde de Dieu
- Indifférence à l'égard de l'Amour de Dieu
- Murmurer contre Dieu et contre ses Lois, avoir la haine de Dieu
- Pratiques superstitieuses
- Consultation de voyants, "diseuses de bone aventure", de guérisseurs...
- Hérésie : dire des choses contraire à la foi, lire ou faire circuler des écrits contre la foi catholique
- Apostasie : renier sa foi
- Profanation des lieux et des choses consacrés à Dieu
- Négliger les moyens d'instruction religieuse
- Se glorifier de pécher
- Ne pas désirer le bonheur Eternel au Ciel
- Egoïsme
- Manquer de respect dans une église (généflexion, silence...)
- Attraction excessive pour les choses, les créatures, les vedettes de cinéma, matérialisme....
- Se joindre à des groupes Sataniques ou Francs-Maçons, fréquentation de sectes
- Hypnotisme, divination, magie, Sorcellerie, Occultisme, spiritisme (invocation 'd'esprits'...)
- Utilisation sacrilège et superstitieuse d'objets
- Simonie : acheter et vendre des objets sacrés
- Recevoir la Communion en état de péché mortel
- Etre honteux de sa foi

Deuxième commandement
"Tu ne prononceras le Nom de Dieu qu'avec respect."

Les péchés relatifs au Nom de Dieu

- Manquer de respect du Nom de Dieu, à ses Paroles, à ses Oeuvres, à la Sainte Vierge Marie, aux Saints, jurer, blasphémer
- Faire de faux serments
- Rompre des vœux valides ou les promesses faites à Dieu
- Ne pas prier avec attention
- Etre grossier, vulgaire
- Etre en colère contre Dieu

Troisième commandement
"Tu sanctifieras le Jour du Seigneur."

Les péchés relatifs à la pratique de la Foi

- Négliger d'aller à la Messe les dimanches et jours de fêtes religieuses
- Travailler ou faire travailler les autres sans raison les dimanches et jours fériés
- Ne pas observer les Préceptes de l'Eglise
- Ne pas croire à la Communion des Saints, ne pas prier pour les âmes du Purgatoire
- Ne pas croire aux sept sacrements, au Pardon de Dieu, aux Indulgences
- Ne pas prier et ne pas rechercher la Sainteté
- Recevoir la Communion Eucharistique sans avoir jeûné depuis 1 heure environ
- Manquer d'observer le vendredi en tant que jour de Pénitence
- Arriver en retard à la Messe ou la quitter avec la fin sans raison justifiée
- Etre irrespectueux pendant la Messe, distraire les autres

Quatrième commandement
"Tu honoreras ton père et ta mère."

Les péchés relatifs à nos relations avec la famille et les amis

- Ne pas respecter et aimer les parents et les membres de la famille
- Colère et haine envers les parents
- Provoquer la colère chez les parents, les insulter
- Mépriser les ordres des parents
- Ne pas aider les parents âgés, des malades de notre famille
- Etre impatient avec les membres de la famille
- Ne pas partager avec les membres moins fortunés de la famille
- Négliger la santé corporelle des enfants
- Négliger l'éducation religieuse des enfants
- Négliger l'éducation morale des enfants
- Manifester de la préférence, être dur et cruel lors de corrections
- Reporter le Baptême de l'enfant
- Mettre des obstacles dans la pratique de la foi de sa famille
- Ne pas être bon ou ne pas être miséricordieux vis à vis des fautes des autres
- Etre jaloux
- Bouderie
- Négliger les tâches domestiques, le travail
- Employer des mots qui blessent
- Ne pas exercer son devoir de citoyen (par exemple : voter)
- Ne pas aimer son pays
- Ne pas respecter l'autorité légale, les supérieurs, les prêtres, les maîtres, les employeurs
- Licencier les employés sans raison
- Ne pas donner suite aux ordres
- Manque de propreté
- Imposer des honoraires exorbitants
- Educateurs négligeant le soin de leurs élèves