

Le b.a.-ba de la confession (3)

Examen de conscience : opération vérité !



Demander le pardon de Dieu suppose que nous commençons par voir et nommer les péchés commis personnellement. L'examen de conscience n'est pas d'abord se positionner par rapport à une liste préétablie mais se demander ce qui a le plus blessé nos frères et le Christ.

Examen de conscience : ces mots peuvent faire peur. Peut-être à cause de ce mot « examen » qui nous renvoie à de mauvais souvenirs de notre époque étudiante ! Or, Dieu n'est pas un examinateur sourcilieux et implacable. Il est ce Père très aimant, toujours prompt à nous pardonner. Cependant, pas de pardon, pas de conversion, s'il n'y a pas de conscience juste de nos péchés, de ces manques d'amour dans notre vie : voilà le véritable but de l'examen de conscience. Quelques repères pour une « opération vérité » dans notre vie.

« Il a chassé de mon cœur toute crainte »

« Lorsque je vois Madeleine s'avancer devant les nombreux convives, arroser de ses larmes les pieds de son Maître adoré, qu'elle touche pour la première fois, je sens que son cœur a compris les abîmes d'amour et de miséricorde du Cœur de Jésus, et que toute pécheresse qu'elle est, ce Cœur d'amour est non seulement disposé à lui pardonner, mais encore à lui prodiguer les bienfaits de son intimité divine, à l'élever jusqu'aux plus hauts sommets de la contemplation.

Ah ! mon cher petit Frère, depuis qu'il m'a été donné de comprendre ainsi l'amour du Cœur de Jésus, je vous avoue qu'il a chassé de mon cœur toute crainte. Le souvenir de mes fautes m'humilie, me porte à ne jamais m'appuyer sur ma force qui n'est que faiblesse, mais plus encore ce souvenir me parle de miséricorde et d'amour. »

Sainte Thérèse de l'Enfant Jésus, Lettre à l'Abbé Bellière, 21 juin 1897

• Prier

Nous voulons voir clair ? Commençons par allumer la lumière ! La lumière divine a un interrupteur tout simple appelé prière. [Adoration devant le Saint-Sacrement](#), invocation à l'Esprit Saint, chapelet... à chacun de choisir selon ses goûts et ses possibilités. L'important est de se placer dans la lumière du Christ pour ne pas risquer de tomber dans une introspection nombriliste : « *Plus nous laissons Jésus s'approcher de nous pour nous aimer, plus nous voyons ce qui ne va pas dans notre âme ou dans notre conscience, car il est la lumière* », explique le Père Jacques Marin, dans son livre *Le sacrement de réconciliation, miracle de l'amour* (éd. Verbe de Vie-Béatitudes).

**« La conscience est le centre le plus intime et le plus secret de l'homme,
le sanctuaire où il est seul avec Dieu et où sa voix se fait entendre. »**

Gaudium et Spes, n° 16

« *Il ne s'agit pas d'abord de se positionner par rapport à une liste préétablie, renchérit le Père Dollié, vicaire à Saint-Nicolas-des-Champs (Paris), mais plutôt de demander à l'Esprit Saint de m'éclairer sur ce qui, dans ma vie, depuis ma dernière confession, a le plus blessé le cœur du Christ.* »

• Se mettre à l'écoute de la Parole

Concrètement, comment entendre le Seigneur nous parler, nous ouvrir les yeux sur notre vie ? En lisant un passage de la Bible, [Parole de Dieu qui éclaire notre chemin](#).

Nous ne pouvons juger de ce qui est vrai, juste et bon qu'à la lueur de l'Évangile, qui accomplit toute l'Écriture. Il nous permet de sortir d'une perspective moralisante et légaliste – c'est bien, c'est pas bien ; c'est permis, pas permis – pour entrer dans une démarche spirituelle. Nous ne sommes pas seuls face à notre péché : le Seigneur est là, tendre et miséricordieux.

Le Père Jean-Emmanuel Gouze, curé d'Asnières-sur-Seine, précise : « *Deux questions à se poser : en quoi cette parole est-elle une bonne nouvelle pour moi, qu'est-ce qu'elle éclaire en moi ? Et : qu'est-ce qu'elle brûle, sur quels points est-ce que je ne consens pas à l'amour ? Ce n'est pas moi qui m'accuse ; le regard du Christ reste premier. Par contraste, je reconnais mon péché et je le regrette tout en me sachant aimé.* »

Quel passage choisir ? Certains textes sont particulièrement adaptés à l'examen de conscience : les Béatitudes (*Matthieu 5, 1-11* et *Luc 6, 20-23*) ou des lettres de saint Paul (le *Catéchisme de l'Église catholique* (n° 1454) suggère en particulier *Romains 12-15, 1 Corinthiens 12-13, Galates 5* et *Ephésiens 4-6*).

Bon à savoir : Le rituel demande que, dans la confession, il y ait une référence à la Parole de Dieu (mais ce n'est pas une obligation) : un passage lu ou une citation de mémoire. Il est bon d'y penser quand on s'y prépare. Cela situe le péché comme la sainteté dans leur vraie perspective, qui n'est pas celle de l'idéal moral, mais de la réponse à l'appel de Dieu.

• Discerner et nommer des fautes précises

L'examen de conscience est la mise au jour de la vérité de ma vie, avec la prise de conscience de ma responsabilité : j'ai commis librement telle ou telle faute. Je ne me cherche pas d'excuse, je ne noie pas ma responsabilité dans une vague culpabilité collective.

Quelles paroles, quelles pensées, quelles actions et quelles omissions ont blessé Dieu et mes frères ? Où, dans mes relations avec les autres, avec moi-même et avec Dieu, me suis-je éloigné de l'amour de Dieu ?

Il ne s'agira pas de raconter tout dans le détail (défaut typiquement féminin paraît-il, contrairement aux hommes qui auraient plutôt besoin d'apprendre à détailler...), mais [pas question, à l'inverse, de rester dans le vague](#),

recommande saint François de Sales : non pas « j'ai manqué de charité », mais « j'ai critiqué mon beau-frère sans raison », « je n'ai pas aidé ce SDF alors que j'en avais la possibilité »...

« Il faut parcourir doucement les fautes commises depuis votre dernière confession.

Cette recherche ne doit pas se faire avec précipitation et comme en fouillant dans votre conscience, mais paisiblement et avec un esprit d'amour. »

François Libermann[1]

Péché, grave, véniel... qu'est-ce que c'est ? Comment les distinguer ?

Le **péché** n'est ni une maladresse, ni un trait de tempérament ni une faute à une règle morale, mais il est une rupture consciente et volontaire de la communion avec Dieu et avec nos frères. Cette rupture peut se manifester par une parole, un acte ou un désir entretenu... ou par l'absence d'acte (péché d'omission) : je n'ai volontairement pas fait le bien que je pouvais faire à tel moment, j'ai « oublié » de prier...

Le **péché grave** coupe l'homme de Dieu : il se dresse contre la vie ou contre Dieu lui-même (par exemple, le meurtre, le blasphème contre Dieu, l'adultère, etc.) et est commis avec pleine connaissance et entier consentement. Il est dit mortel, car il rejette hors du cœur la puissance divine de l'amour de Dieu, sans lequel il ne peut y avoir de béatitude éternelle. Pour guérir cette rupture, la confession est nécessaire.

Les **péchés véniels** font partie de notre quotidien (médisance, manque de générosité, mensonge...) ou bien sont de matière grave mais commis sans pleine connaissance de leur portée ou sans entier consentement. De tels péchés troublent la relation avec Dieu mais ne la rompent pas. Tout acte de charité nous purifie des péchés légers selon cette parole de saint Pierre : « *la charité couvre une multitude de péchés* » (1 Pierre 4, 8). L'Eucharistie également, ainsi qu'un repentir sincère. Cependant, il est important de les dire en confession, car, à force d'être répétés, les péchés dits « légers » finissent par peser lourd ! Ils peuvent obscurcir notre vision du bien, comme la poussière sur une vitre empêche la lumière de passer.

[1] *Lettre 146, 1838. Cité par Père Max Huot de Longchamp, Se confesser à l'école des saints, p. 105*