

# **Examen de conscience pour le Primaire**

## **Catéchisme St Martin de Bréthencourt**

**Avant de commencer son examen de conscience : se mettre en présence de Dieu, et lui demander d'éclairer notre âme, pour bien nous montrer les péchés que nous avons fait, et qui ont offensé son Amour infini.**

### **1/ Le chrétien prie Dieu et l'aime plus que tout.**

- J'ai passé des journées sans penser à Dieu.
- J'ai oublié mes prières du matin et du soir.
- Je les ai dites sans attention.
- J'ai ri, parlé, couru dans l'église.
- J'ai eu honte de paraître chrétien.
- J'ai dit des choses contre la religion.
- Je me suis moqué des choses religieuses.

### **2/ Le chrétien respecte le nom de Dieu, et le dimanche lui est consacré.**

- J'ai dit des jurons ou des gros mots.
- J'ai fait des serments pour des riens.
- J'ai manqué la messe du dimanche (dire si c'est par sa faute – combien de fois ? Dire aussi si on est arrivé en retard à la messe, dire à quel moment et si c'est par sa faute).
- J'ai profané – je n'ai pas respecté – le dimanche, par des amusements ou de mauvaises choses.

### **3/ Le chrétien aime et suit l'Eglise.**

- Je n'ai pas écouté le prêtre à l'Eglise ou au catéchisme ; je lui ai désobéi.
- Je n'ai pas communie au temps de Pâques
- Je me suis confessé depuis plus d'un an. J'ai mal préparé des confessions.

### **4/ Le chrétien honore ses parents et ses supérieurs**

- J'ai désobéi à mes parents – à mes maîtres ou professeurs – à mes autres chefs. Je leur ai mal répondu.
- Je me suis moqué d'eux.
- J'ai boudé - J'ai fait du mauvais esprit.

### **5/ Le chrétien aime son prochain**

- J'ai été méchant avec les autres (à la maison, à l'école, ou à la meute) – J'ai frappé mes frères et soeurs, mes amis, d'autres personnes...
- J'ai gardé rancune – Je n'ai pas voulu pardonner.
- J'ai souhaité du mal – Je me suis vengé.
- J'ai inventé du mal sur les autres.
- J'ai donné le mauvais exemple – J'ai entraîné les autres au mal.
- J'ai dit du mal de mon prochain. Je l'ai jugé sans preuves suffisantes.
- J'ai volé (dire ce que c'est : de l'argent, des objets, des friandises... et combien ?)

- J'ai abimé des choses qui n'étaient pas à moi.
- J'ai triché au jeu, dans mes leçons, devoirs, examens.
- J'ai été envieux, jaloux. Je me suis réjoui du mal arrivé aux autres. J'ai désiré injustement le bien des autres.

#### **6/ Le chrétien est pur dans ses pensées, ses paroles et ses actes**

- J'ai eu de mauvaises pensées.
- J'ai regardé de mauvaises images.
- J'ai fait de mauvaises actions, seul ou avec d'autres.
- J'ai pris part à de mauvaises conversations.
- J'ai fréquenté de mauvais camarades, lu de mauvais livres, regardé de mauvais films.

#### **7/ Le chrétien est loyal et dit la vérité :**

- J'ai été menteur, hypocrite.
- J'ai accusé faussement mon prochain.
- J'ai fait punir les autres par mes mensonges.

#### **8/ Le chrétien pratique les vertus chrétiennes :**

- **Humilité** : j'ai manqué d'humilité en n'acceptant pas les remarques ; en étant entêté ou susceptible. J'ai eu des sentiments d'orgueil. En face des tentations je me suis cru plus fort que je n'étais et je n'ai pas eu recours aux moyens que l'on me conseillait.
- **Douceur** : J'ai été impatient, violent, querelleur. J'ai fait des colères. J'ai eu mauvais caractère. J'ai mal supporté les autres.
- **Générosité** : je suis trop attaché à ce que je possède. J'ai refusé de partager avec les autres. J'ai eu un cœur dur. J'ai refusé de faire plaisir, de rendre service.
- **Mortification** : J'ai été gourmand, en mangeant et buvant avec excès. J'ai été paresseux : pour me lever, pour prier, pour faire mes devoirs ou apprendre mes leçons. J'ai refusé de faire des sacrifices

#### **9/ Le chrétien est fidèle à son devoir d'état :**

- J'ai été distrait, peu appliqué dans mon travail, à l'école ou dans mes devoirs.
- Je me suis amusé au lieu de travailler.
- Je n'écoute pas en classe.

**Après avoir fait son examen de conscience, on prie quelques instants pour bien les regretter, et promettre à Jésus de ne plus recommencer. Puis on peut aller se confesser au prêtre.**

## Comment se confesser ?

*En arrivant devant le prêtre, on se met à genoux et on dit :*

**Bénissez-moi, mon Père, parce que j'ai péché**

*On fait le signe de croix pendant que le prêtre nous bénit et dit :*

Que le Seigneur soit dans votre cœur et sur vos lèvres, pour que vous confessiez bien tous vos péchés. Au nom du Père, et du Fils, et du Saint-Esprit.

*Puis on dit depuis quand remonte la dernière confession, et on accuse ses fautes. Il faut surtout accuser des actes précis, et ne pas rester dans le vague. Si on est pas sûr qu'une action est un péché, ne pas hésiter à le demander au prêtre, en toute simplicité. Après la confession il est bon d'ajouter :*

**Je m'accuse de tous ces péchés, de ceux que j'aurais pu oublier, et de tous ceux de ma vie passée. J'en demande pardon à Dieu et à vous mon Père, pénitence et absolution.**

*Après le petit mot du prêtre, on récite 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 donne alors l'absolution, qui efface tous les péchés. On fait son signe de croix :*

DEINDE EGO TE ABSOLVO A PECCATIS TUIS, IN NOMINE PATRIS, ET FILII, ET SPIRITUS SANCTI. AMEN.

*(Et moi je vous absous de vos péchés, au nom du Père, et du Fils, et du Saint-Esprit. Ainsi soit-il.)*

*Puis le prêtre termine avec ces mots :*

Que la passion de Notre-Seigneur Jésus-Christ, les mérites de la bienheureuse Vierge Marie et de tous les saints, tout ce que vous ferez de bien et supporterez de pénible, vous servent pour le pardon de vos péchés, l'augmentation de la grâce en vous et vous obtiennent la vie éternelle. Ainsi Soit-il. Allez bien en paix.

*On quitte le prêtre en le remerciant, et l'on va rendre grâce à Dieu pour le sacrement reçu, **sans oublier de faire sa pénitence !***