

L'EXAMEN DE CONSCIENCE SELON SAINT IGNACE : *UNE PRIÈRE D'ALLIANCE*

(Cf. Ex. Sp. n° 43)

« Dieu fait alliance avec moi...

--- Père Dronneau, cpcr

Avant toute chose, demandons à l'Esprit Saint sa lumière, car c'est lui qui donne vie à ce texte de saint Ignace.

Dans la grande famille Ignatienne, qui se compose de plusieurs Instituts et de beaucoup de mouvements, on emploie de plus en plus l'expression "PRIÈRE D'ALLIANCE", parce que le mot "examen de conscience" est un peu pauvre.

C'est à dire que ce n'est pas nécessaire d'être croyant ou d'être chrétien pour examiner sa journée ou pour en faire une relecture, tandis que l'expression "PRIÈRE D'ALLIANCE" a vraiment une résonance biblique. En effet pendant toute la journée, Dieu fait alliance avec moi. Et moi, quelle est ma réponse à l'alliance de Dieu ?

IL Y A 5 POINTS

Le premier : l'action de grâce

« Tout est don de Dieu...

--- Père Dronneau, cpcr

Au soir de la journée, avant d'entrer dans le sommeil de la nuit, je rends grâce à Dieu pour les bienfaits qu'Il m'a accordés, pour toutes les grâces qu'Il m'a faites tout au long de la journée. Tout d'abord, ce jour que je viens de vivre est le don de Dieu. C'est une évidence, ce n'est pas moi qui me donne ma propre vie. A chaque instant de mon existence, je reçois la vie de Dieu lui-même. C'est lui qui en est la source. Et tout ce que j'ai vécu

pendant la journée est aussi le don de Dieu : des moments heureux, des moments de plénitude, des moments difficiles, des moments d'épreuves, des combats, des victoires et des défaites, mais le Seigneur a été là. Dans tous les événements que j'ai vécus, le Seigneur a été présent ; et c'est pour cela que je termine ma journée en rendant grâce à Dieu.

«... à travers le jeu des éléments,
Dieu nous construit..

--- Père Dronneau, cpcr

Et l'action de grâce, c'est quelque chose qui est très important dans la vie chrétienne. Saint Paul dira : "En toutes circonstances rendez grâce à Dieu." Egalement : "Nous savons que Dieu fait concourir toutes choses au bien de ceux qui L'aiment" (Rom 8,28). C'est une parole vraiment de lumière. Mais il faut vraiment la recevoir dans la foi ; et saint Augustin ajoutera : "Même le péché". C'est dire qu'à travers tous les événements que nous avons vécus pendant la journée, Dieu a été là pour nous aider à grandir dans la foi, dans l'espérance et dans l'amour. Et l'expression proverbiale "Dieu écrit droit sur des lignes brisées" est très juste. Ce n'est pas seulement lorsque les choses vont bien pour nous, qu'elles correspondent à nos souhaits et à nos désirs que les choses vont vraiment bien mais elles vont bien aussi lorsque les choses sont à l'envers de ce que nous aurions souhaité. Aussi, il faut vraiment que ce soit le Saint Esprit qui nous aide à relire notre journée. Parce que nous sommes tentés de dire : "Mais Seigneur, Tu m'as laissé tomber, Tu m'as abandonné ; comment peux-tu permettre cette épreuve ; où es-tu Seigneur ?" Et nous sommes tentés de découragement, de désespoir et de révolte.

Et cependant, une chose est claire : à travers le jeu des événements heureux et malheureux, des moments de plénitude et d'épreuves, Dieu nous construit et nous fait grandir dans la foi, l'espérance et la charité.

Nous rêvons d'une vie lisse, sans problèmes. Et pourtant, il faut que dans notre vie il y ait des aspérités. Et ces aspérités donnent du relief à nos vies, même si ça fait mal. On dit qu'il n'y a pas de roses sans épines. C'est vrai que les épines font mal ! Mais comme disait Sainte Catherine de Sienne : "Au milieu des épines, je sens le parfum de la rose en train de s'épanouir." Et quelques fois, au milieu de grandes épreuves physiques, de grandes épreuves morales, on perçoit le parfum de cette rose qui est vraiment le pur amour de Dieu. Nous n'aimons pas Dieu seulement lorsque tout va bien, mais nous continuons à l'aimer lorsqu'il permet l'épreuve dans nos vies.

L'action de grâce au soir de la journée, c'est dire : "Seigneur merci. Merci pour tout ce que je viens de vivre! «

Me souvenir que dans tous les événements, toutes les circonstances, les rencontres que j'ai vécues, le Seigneur a été présent. "Merci pour tout ce qui s'est passé dans cette journée, même si Tu as permis que je sombre dans le péché, parce que par le mal, Tu vas tirer un bien plus grand ; alors Seigneur, merci ! »

Et, de tous les dons que le Seigneur va nous faire tout au long de la journée, le plus grand, c'est le don du Saint Esprit. Lui qui est répandu dans nos cœurs fait que notre foi grandit, que notre espérance se fortifie et que notre charité devient plus ardente. Le Don des dons, le don le plus précieux que le Seigneur nous fait chaque jour, c'est le don du Saint-Esprit. On ne reçoit pas le Saint Esprit seulement au Baptême ou à la Confirmation, mais on le reçoit continuellement.

Souvenons-nous des paroles de Jésus à Catherine de Sienne : "Fais-toi capacité, c'est à dire, aie un cœur ouvert et moi, je me ferai torrent".

Deuxième point : Demander la grâce

pour connaître ses péchés et les rejeter.

«...Nous n'avons pas été
toute docilité au Saint-Esprit.

--- Père Dronneau, cpcr

En effet, au cours de la journée, nous aurons fait de notre mieux pour répondre à l'alliance d'amour que Dieu a établi avec nous. Mais il y aura eu certainement des infidélités. Quand on relit sa journée, le soir, on ne peut pas douter qu'à certains moments on a contristé l'Esprit saint. Nous n'avons pas été totalement dociles à l'Esprit de lumière, à l'Esprit d'amour. Il y a eu des moments où nous avons contristé l'Esprit Saint, par notre égoïsme, par notre orgueil, par des paroles dures que nous avons dites à telle ou telle personne, par nos ambitions ; nous n'avons pas donné le sourire que nous aurions pu donner à telle ou telle personne, nous ne lui avons pas apporté la parole de réconfort, nous ne lui avons pas apporté l'aide qu'elle était en droit d'attendre de nous. Nous n'avons pas été toute docilité au Saint-Esprit. Nous L'avons contristé, nous avons péché.

Il faut bien noter que notre péché n'est pas seulement d'avoir fait un

péché de gourmandise en mangeant un petit peu trop ou d'avoir dit une parole qui n'était pas très charitable. Notre grand péché, ce sont nos manques de foi et nos manques de confiance envers Dieu. Quand on lit l'Evangile, on se rend compte que Jésus ne dit pas à Pierre: "Pierre, ce soir tu as trop bu ! Demain il faudra mettre une dose un peu plus raisonnable, un peu moins grande". Ou : "vous avez trop mangé." On ne voit pas ce reproche de Jésus aux apôtres ; par contre : "Hommes de peu de foi ! pourquoi avoir peur, pourquoi ces manques de confiance ?". Ou encore aux disciples d'Emmaüs : "Hommes au cœur lent à croire ! " C'est cela qui offense le plus le Seigneur.

Je suis ton Père, tu es mon enfant

--- Père Dronneau, cpcr

Et le soir, reconnaissons que par moment, nous n'avons pas eu cette attitude de foi que le Seigneur espérait de nous. Peut-être nous avons perdu confiance, nous nous sommes découragés, peut-être nous avons vu les nuages qui s'amoncellent à l'horizon, et nous avons eu peur. Mais le Seigneur Jésus attend de nous vraiment une confiance totale en lui. Et certainement que de tous les péchés que nous pouvons commettre, ce péché là est celui auquel nous devrions donner beaucoup d'importance: "Pourquoi avoir peur, pourquoi te troubler, pourquoi t'inquiéter ? Je suis ton Père, tu es mon enfant, aie confiance en moi."

Et cette démarche, que le saint Esprit nous fait faire, nous fait beaucoup de bien. Par là le Saint Esprit nous révèle les profondeurs de notre cœur. Ce que nous voyons, c'est ce qui est visible à nos yeux, ce qui est perceptible à notre intelligence. Mais le Saint-Esprit nous révèle vraiment les profondeurs de notre être, les dispositions les plus profondes de notre âme. Et Il nous dit le soir : "Mais pourquoi as-tu douté? Pourquoi avoir peur, pourquoi t'inquiéter ? Je suis ton Père, tu es mon enfant, et ce qui me blesse, c'est que tu perdes confiance en moi, et que tu te détournes de moi en cherchant une consolation en dehors de moi". C'est le péché d'Adam et d'Eve, comme le dit très bien le Catéchisme de l'Eglise Catholique: "l'homme tenté par le diable a laissé mourir dans son cœur la confiance envers son créateur" (n° 398).

« Ce qui blesse le Cœur de Père de notre Dieu,
c'est que nous... retombions dans la peur,

--- Père Dronneau, cpcr

C'est là, vraiment, l'essence du péché ; cela va beaucoup plus loin qu'un péché de gourmandise, qu'une parole un peu dure dite à quelqu'un. Ce qui blesse le cœur de Père de notre Dieu, c'est que nous, ses enfants, nous manquions de confiance et que nous retombions dans la peur, dans la crainte, dans ce souci du lendemain, alors que Dieu veut que nous nous établissions dans la confiance filiale, car Il nous dit : "mon enfant n'aie pas peur ; aie confiance en moi, et tout ce que tu vis, je le ferai contribuer à ton bien. Tu ne le comprends pas maintenant, mais tu le comprendras plus tard."

«... l'Esprit Saint nous révèle à nous-mêmes les profondeurs de notre être...

--- Père Dronneau, cpcr

Pour saisir cela, il faut que l'Esprit Saint nous révèle à nous-mêmes les profondeurs de notre être. Parce que nous restons à un niveau superficiel, à ce qui se voit, à ce qui se comprend avec la raison. Mais le Saint-Esprit nous révèle notre être profond. Et c'est très libérateur ! il n'y a pas de doute : lorsque nous reconnaissons notre péché, cela nous libère. Ce péché, nous le donnons à Dieu et Dieu nous donne son pardon.

Un auteur spirituel du 7^{ème} siècle : Isaac le Syrien disait : "Celui qui reconnaît son péché, est plus grand que celui qui par la prière ressuscite les morts." En effet par là, nous nous établissons dans la vérité, nous reconnaissons notre péché et Dieu nous le pardonne et nous ressuscite. C'est une résurrection beaucoup plus grande que la résurrection des corps. Parce que peut-être nous étions malades, morts au niveau de l'âme, mais le Seigneur nous ressuscite : Il nous donne l'Esprit Saint et notre âme devient son temple.

Lorsque nous faisons un examen de conscience, il faut demander l'Esprit de Vérité. C'est Lui qui nous fait connaître notre péché. Sinon, ce que nous voyons, ce sont des lacunes, des défaillances, des déficiences ; nous n'avons pas été à la hauteur, nous n'avons pas bien fait telle chose. Seul l'Esprit Saint peut vraiment nous révéler notre péché. "Viens Esprit de sainteté, viens Esprit de lumière, viens Esprit de feu, viens nous embraser" !

Troisième point : *le bilan*

"Demander compte à mon âme, depuis l'heure du lever jusqu'au présent examen, heure par heure ou période par période, d'abord des pensées, puis des paroles, puis des actions". (Ex. sp. n°43)

« On ne se regarde pas dans un miroir pour se trouver belle...

--- Père Dronneau, cpcr

Lorsque, nous faisons le bilan de notre journée, ce n'est pas comme celle qui se regarde dans le miroir en disant : "Ô Seigneur, vois comme je suis belle, vois comme aujourd'hui j'ai bien prié, comme j'ai été patiente ; j'ai bien fait ce que Tu m'as demandé..." On ne se regarde pas dans un miroir pour se trouver belle, mais on donne gloire à Dieu pour tout ce qu'Il a fait en nous. Et puis s'il y a des laideurs, des rides, on ne s'attriste pas ; on les donne à Dieu pour qu'Il nous embellisse par la vie de la grâce.

Un examen de conscience n'est donc pas se regarder dans le miroir pour se trouver belle ou se trouver 'moche', mais c'est se tourner vers Dieu en disant : 'Seigneur, merci pour la beauté de la grâce que Tu as répandue dans mon cœur ; pardon pour les taches et pour les laideurs du péché ; maintenant Tu me les pardones et Tu me renouvelles. Tu effaces tous nos péchés et Tu me ressuscites, Tu me renouvelles vraiment dans le printemps de la grâce'.

Quatrième point : *la demande de pardon*

« Notre âme devient vraiment resplendissante de lumière...

--- Père Dronneau, cpcr

Après avoir fait le constat de nos péchés et les avoir présentés au Seigneur, nous Lui disons : "voici un cœur souillé par l'égoïsme, par l'orgueil ou d'autres péchés. Pardon, Seigneur, j'ai péché contre toi". Et certainement il est bon d'utiliser quelques paroles de la Sainte Ecriture, comme: "Seigneur lave-moi et je serai blanc plus que neige... crée en moi, ô mon Dieu, un cœur pur"(Ps. 50). Il est certain que si nous voyions un tant soit peu ce que le Seigneur fait en nous, nous serions émerveillés, notre cœur serait dans une joie immense, parce que lorsque Dieu nous pardonne, comme disait la petite Thérèse, il ne reste plus aucune des fautes du passé. Notre âme devient vraiment resplendissante de lumière, d'une beauté inimaginable ; elle devient vraiment le temple du Saint Esprit. Ce que le Seigneur attend de nous, c'est ce constat, cet aveu de notre faute, de notre péché, et que nous venions vers lui en disant : "Père, j'ai péché contre toi ! lave-moi et je serai blanc plus que neige. Enlève tout ce qui est scories, souillures, donne-moi un

cœur pur, un cœur resplendissant de lumière, un cœur brûlant d'amour, un cœur qui soit vraiment le temple du Saint Esprit".

Quand on fait l'examen il ne faut pas être scrupuleux. Ce n'est pas une introspection malade, scrupuleuse, c'est tout le contraire ! C'est l'Esprit qui fait remonter à la surface ce qu'il veut que nous voyons pour le présenter au pardon de Dieu. Cela doit se passer dans un climat de confiance ; c'est essentiel. Il ne faut pas se torturer l'esprit pour trouver des péchés, ça n'a aucun sens et ça doit se passer dans un climat très paisible.

Cinquième point : *la demande de grâce pour le lendemain*

« Nous allons de commencements en commencements »

--- Saint Grégoire de Nice

Aujourd'hui, il y a eu des lumières et des ombres. "Seigneur comme il y a eu des ombres je voudrais que demain la journée soit beaucoup plus lumineuse. Donne-moi une foi plus profonde, une confiance plus grande, une charité plus ardente. Comme dit un Père de l'Eglise, saint Grégoire de Nice : "Nous allons de commencements en commencements". Aujourd'hui c'est un commencement et demain sera meilleur. Demain avec l'aide du Saint Esprit, je croirai plus fort, ma confiance filiale envers Dieu sera vraiment une confiance d'un petit enfant envers son papa ou sa maman, ma charité sera plus grande. Et cela je ne vais pas l'obtenir à la force du poignet. Ce sera de nouveau le don du Saint Esprit.

Aussi pour demain, je dis : "Seigneur, donne-moi un cœur nouveau, mets-en moi Seigneur, un esprit nouveau".

Je ne demande pas simplement d'être un peu meilleur en évitant tel ou tel péché de gourmandise, en évitant telle ou telle critique sur le prochain, mais je demande beaucoup plus : "Seigneur, donne-moi un esprit nouveau, mets en moi Seigneur un cœur nouveau". Vraiment nous voulons un renouveau de tout notre être, que le Seigneur touche notre cœur profond. Parce que, comme dit Jésus, tout jaillit de notre cœur : nos pensées, nos sentiments, nos attitudes.

En terminant ma journée je dis : *Seigneur, il y a eu beaucoup de choses positives, il y a eu aussi des défaillances, des fautes, mais Seigneur, je veux que demain il y ait beaucoup d'amour et de paix !*

« C'est le don du Saint-Esprit qui fait en nous toutes choses nouvelles. » --- Père Dronneau, cpcr

CONCLUSION :

Merci Seigneur !

Pardon Seigneur !

S'il te plaît Seigneur, viens à mon aide !

Parce que tout seul, je ne suis que pauvreté, que misère, je ne suis rien sans toi. S'il te plaît Seigneur, viens à mon aide ! **Et donc Jésus qui est un bon pédagogue, veut que nous disions comme des enfants :**

S'il te plaît ; pardon ; merci Seigneur !