



Questionnaire pour la confession

- pour les adultes -

Motto:

Celui qui cache ses transgressions ne prospère point, Mais celui qui les avoue et les délaisse obtient miséricorde.

Proverbes 28, 13

Les dix commandements (Exode 20, 2-17)

1er Commandement Je suis l'Éternel ton Dieu, Tu n'auras pas d'autres dieux devant ma face

- Ai-je douté de l'existence et de l'aide de Dieu?
 - Ai-je laissé Dieu à la dernière place de mes préoccupations quotidiennes?
 - Combien de mon temps quotidien est-ce que je me réserve pour la prière, la méditation et la lecture des écritures ou de textes religieux? Est-ce que j'ai un temps bien défini pour me préoccuper de mon âme ou bien est-ce que je le fais ça et là quand et comme j'en ai envie.
 - Est-ce que je prie seulement le soir et le matin, ou est-ce que je pense à Dieu en journée également; est-ce que „j'oublie” ou je n'ai pas (ne prends pas) le temps de prier? Est-ce que j'essaie de prendre conscience le plus souvent possible de la présence et de l'aide de Dieu (de „déchiffrer les signes” qu'Il m'envoie ou à l'inverse, je me trompe en les interprétant sans discernement) dans les situations concrètes de la vie?
 - Est-ce que je prie avec plaisir ou est-ce que la prière est un fardeau pour moi? Pour quoi est-ce que je prie (juste pour obtenir quelque chose) ?
 - Est-ce que je fais attention au sens des mots de la prière ou alors je me dépêche de la finir au plus vite?
 - Est-ce que je m'abandonne à d'autres pensées ou soucis au lieu de m'en remettre entièrement à Dieu au moment de la prière?
 - Est-ce que j'ai foi en l'exaucement de mes prières ou est-ce que je les fait en doutant?
 - Est-ce que je prie juste dans le malheur? Est-ce que j'oublie de remercier Dieu pour Ses bienfaits?
 - Est-ce que je suis en proie au désespoir ou est-ce que j'ai une trop grande confiance dans l'aide de Dieu? Je tente Dieu en laissant tout sur Ses épaules sans faire aucun effort personnel?
 - Est-ce que je me préoccupe de mon essor spirituel (par la Sainte Communion, la Confession, la Prière, la Méditation, la Lecture spirituelle, la Charité etc...) ou alors n'ai-je aucune préoccupation religieuse ou but spirituel?
 - Ai-je peur de Dieu ou est-ce que je L'aime? Je communie souvent, pour être dans une permanente (progressive) et étroite communion avec Christ ou est-ce que j'ai une vie spirituelle par à-coups („de Pâques en Noël”)?
 - Après la communion est-ce que j'essaie de poursuivre mon état spirituel, la joie de la Liturgie, par une réflexion plus approfondie sur la présence du Christ dans mon corps et mon esprit ou alors je me laisse subjuger par des problèmes „extérieurs” et les tensions du quotidien?
- Me suis-je laissé subjuger par les anciens péchés ou compromis d'avant?



PAROISSE ORTHODOXE «Saint Jean Cassien»

2235, route de Berre - AIX EN PROVENCE

Tél: 06 15 95 97 59

Mail: aixenprovence@mitropolia.eu

Site web: <http://aixenprovence.mitropolia.eu>



- Ai-je honte de reconnaître et de témoigner ma foi, d'aborder des sujets religieux dans mes discussions avec les autres? Suis-je réellement un croyant pratiquant ou juste un „ritualiste du Dimanche”?
- Ai-je commis un sacrilège ou une profanation des choses sacrées?
- Ai-je honte de faire le signe de croix en passant devant l'église?

2eme Commandement Tu ne te feras point d'image taillée, Tu ne te prosterner point devant elles, et tu ne les serviras point

- Mon coeur aime-t-il plus la possession de biens et d'autres passions vaines que Dieu?
- Me suis-je laissé en proie aux idôles de la carrière ou de l'orgueil personnel.
- Est-ce que je porte divers objets (type amulettes) pour me porter „chance” (même la croix si elle est portée dans ce but) et me protéger des „énergies négatives”?
- Est-ce que j'aime m'habiller de manière extravagante et porter toutes sortes de parures et autres accessoires pour „faire sensation” ?
- Ai-je fait don à l'église de divers objets ou choses que j'avais en trop et qui me dérangent, non comme une offrande sincère et pure¹?
- Suis-je allé voir des médiums, des jeteurs de sorts, des magnétiseurs, ou à des séances occultes?
- Est-ce que je crois davantage, les rêves², l'horoscope, les „visions”, les „apparitions”, les prémonitions, etc que les choses sacrées?
- Est-ce que je crois dans les sortilèges, les incantations, les superstitions, le pouvoir de la magie? Suis-je allé (ou ais-je incité d'autres personnes à aller) voir même des „prêtres” qui passent pour des guérisseurs, des désenvouteurs etc? Ais-je eu une quelconque attirance ou implication dans des croyances ou pratiques ésotériques ou hérétiques? Est-ce que sous l'influence d'une autre foi j'ai reçu un deuxième baptême?
- Est-ce que sous l'influence du prosélitisme neoprottestant, je doute du pouvoir de la Sainte-Croix?

3eme Commandement Tu ne prendras point le nom de l'Éternel, ton Dieu, en vain

- Ai-je injurié (des choses saintes : la communion, Pâques, l'Eglise etc.)?
- Ai-je maudit?
- Ai-je parjuré ou juré sans besoin?

¹ L'offrande authentique signifie sacrifier pour Dieu ce que tu as de mieux (comme dans les temps anciens c'est l'animal sans défaut qui était amené ; Dieu offre Son Propre Fils pour nous), et non pas ce que tu as en trop ou à jeter. Rappelons-nous du passage « des deux pièces de la veuve » (Marc 12, 41-44), où tous donnaient au temple avec avarice ou ce qu'ils avaient en « trop ». Il arrive souvent que l'Eglise devienne une sorte de « container » où l'on dépose les objets inutiles et kitsch de toutes sortes ou le « chapeau de mendiant » dans lequel on jette en passant les pièces jaunes qu'on a dans les poches.

² Saint Jean Climaque dit que : « celui qui croit dans les rêves est semblable à celui qui court derrière son ombre pour essayer de l'attraper » (l'Echelle III, 38). Après une vie pleine de diverses expériences (aussi bien positives que négatives) certains s'étonnent d'avoir des insomnies ou des cauchemars. Des nombreux fidèles cherchent toutes sortes d'explications « mystérieuses » (hasardeuses) ou significations prémonitoires à leurs rêves.



PAROISSE ORTHODOXE «Saint Jean Cassien»

2235, route de Berre - AIX EN PROVENCE

Tél: 06 15 95 97 59

Mail: aixenprovence@mitropolia.eu

Site web: <http://aixenprovence.mitropolia.eu>



- Ai-je été parjure dans un procès?
- Ai-je enfreint un serment ou une promesse faite à Dieu?
- Ai-je parlé vulgairement, blasphémé (dénigré), plaisanté au sujet des choses sacrées?
- Ai-je gaspillé mon temps pour des discussions stériles, inutiles, sans but, calomnies? Suis-je agaçant, pénible, provocateur de scandales, de disputes³?
- Ai-je dénigré, calomnié/ jugé quelqu'un?
- Ai-je rendu Dieu responsable de mes malheurs et de mes échecs?
- Est-ce que j'utilise de manière inutile des „tics verbaux” du genre : „Dieu seul le sait”, „Pour l'amour de Dieu”, etc...

4eme Commandement Souviens-toi du jour du repos, pour le sanctifier.

- Ai-je l'habitude d'aller les Dimanches et Jours de fête à la Divine Liturgie? Pourquoi y vais-je (n'y vais-je pas), par habitude, par paresse, autre motifs?
- N'ai-je pas négligé mon travail, ma famille ou mes autres devoirs sous prétexte de mon „programme” spirituel (public ou privé)?
- L'Eglise, la prière, l'ascèse sont-elles pour moi un moyen réel d'essor spirituel ou des modalités plus subtiles de refouler ou d'escamoter certaines déficiences psychologiques non résolues ou une manière d'échapper à certaines responsabilités familiales (ou un comportement pour compenser mes propres lacunes et échecs)? Est-ce que je provoque ou entretiens cela sous le masque d'une religiosité (scrupulosité) obsessive et d'une fausse piété? Pendant les saints offices, ai-je parlé, ris, jeté des coups d'oeils à droite et à gauche, critiqué les autres pour leur tenue ou les ai-je troublé par mes propos, au lieu d'être concentré sur la prière et ma paix intérieure? Est-ce que je vis mon week-end comme un véritable chrétien indépendamment du lieu où je me trouve? Est-ce que je me répartis bien les tâches pour ne pas laisser du travail pour les Dimanches ou jours de fête? Est-ce que je comprends la valeur du repos pour régénérer et fortifier l'esprit et le corps?
- Est-ce que je fais des affaires, je vais au marché ou je fais du travail (lavage, repassage, cuisine, le travail au champ etc.) les Dimanches ou jours de fête? Est-ce que passe mon temps devant la télé à regarder des téléactualités ou d'autres programmes, en me plaignant après de ne pas avoir de temps pour la prière et l'Eglise?
- Le jour du repos, est-il pour moi une simple journée de paresse ou de relaxation et de rafraîchissement spirituel?
- Est-ce que le samedi soir je me laisse avoir par le programme de la télé (jusqu'à tard dans la nuit, en m'encombrant l'esprit avec toutes sortes de films, avec même des passages obscènes), vais-je à des soirées ou des fêtes, ou au contraire est-ce que j'essaie de préparer mon corps et mon âme à rencontrer le Christ lors de la Divine Liturgie (pour un dimanche paisible, béni, pur et lumineux)?
- Ai-je plaisir à participer à la Divine Liturgie ou alors j'ai du mal à me motiver, je me force à y aller, j'y vais à reculons, j'arrive souvent en retard?
- Est-ce que je dénigre, je méprise tous les servants de l'Eglise sans discernement?

³ Cf. Jacques chap.3



PAROISSE ORTHODOXE «Saint Jean Cassien»

2235, route de Berre - AIX EN PROVENCE

Tél: 06 15 95 97 59

Mail: aixenprovence@mitropolia.eu

Site web: <http://aixenprovence.mitropolia.eu>

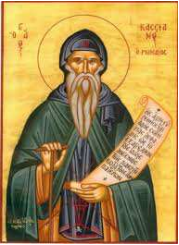


5eme Commandement Honore ton père et ta mère, afin que tes jours se prolongent dans le pays que l'Éternel, ton Dieu, te donne.

- Est-ce que je me dispute avec mes parents? Je ne les respecte pas?
- Ai-je eu honte de mes parents; en ais-je dit du mal, les ai-je dénigrés, frappés; humiliés (méprisés); injuriés; négligés (surtout lors de la maladie et de la vieillesse); les ai-je fâchés, énervés, déçus (attristés)?
- Ai-je prié pour eux?
- Est-ce que je traite mes beaux-parents et mes témoins de mariage (parrain, marraine) comme mes propres parents?
- En tant que parent, est-ce que je respecte mes enfants, leur autonomie, leur personnalité, leurs talents individuels, leurs choix de vie ou alors je cherche à leur imposer ma volonté? Est-ce que je prie pour eux? Leur ai-je donné une éducation chrétienne?
- En tant que parrain, ais-je accompli mon devoir par rapport à mes enfants spirituels? Est-ce que je garde une relation spirituelle avec mes parrain, marraine ou est-ce juste une relation purement formelle? Est-ce que je donne un exemple de vie et de morale chrétienne à mes enfants ou leur suis-je préjudiciable? M'entendent-ils injurier, me disputant; est-ce que je donne l'exemple d'un comportement et d'une attitude négatifs, immoraux? Ais-je créé des inégalités ou des tensions entre eux en prenant le parti d'un d'eux et en repoussant les autres? Est-ce que j'interviens souvent (de manière insistante) dans la famille de mes enfants avec des conseils, des suggestions de l'aide ou en les guidant, ou alors je les laisse se débrouiller seuls? Est-ce que je considère mon beau-fils ou ma belle fille comme mon propre enfant ou comme un intrus dans la famille? Ai-je un père spirituel auprès duquel je prends conseils pour les problèmes existentiels et spirituels? Est-ce que je l'écoute et lui obéis? Et lui m'"écoute"-t-il (il me comprend et me soutient) sans me juger ou me blâmer?
- Est-ce que je change de père spirituel comme j'en ai envie ou en fonction de mes faiblesses?
- Est-ce que j'honore la mémoire des héros et des martyrs de mon peuple/de ma foi? Ou alors leur sacrifice m'est-il indifférent?
- Est-ce que je prie, je suis en relation, je suis attentif à mes bienfaiteurs, ceux qui me conseillent, qui me guident, ou alors les ai-je totalement oubliés?

6eme Commandement Tu ne tueras point

- Ai-je avorté (même par négligence), ais-je consenti ou incité quelqu'un à avorter ?
- Ai-je abandonné ou négligé mon propre enfant. L'ai-je tué (suffoqué) par négligence ? Ai-je souhaité la mort de quelqu'un ?
- En perdant espoir (foi) en Dieu, dans la vie, en moi-même, ai-je eu des pensées, des tentatives suicidaires ? Suis-je totalement libre de cette pensée suicidaire ? « Ai-je détruis ma santé par une vie désordonnée : alcool, tabac, drogues, fêtes, nuits blanches, manque d'équilibre ?
- Suis-je en froid, (hostilité, rancune, ressentiments, rancœur !) avec quelqu'un et est-ce que je souhaite me venger.
- Ai-je blessé, tué quelqu'un sans le vouloir ou en le faisant exprès (ex : accident, une bagarre) ? Ai-je conduit quelqu'un au désespoir ?



PAROISSE ORTHODOXE «Saint Jean Cassien»

2235, route de Berre - AIX EN PROVENCE

Tél: 06 15 95 97 59

Mail: aixenprovence@mitropolia.eu

Site web: <http://aixenprovence.mitropolia.eu>



- Me suis-je battu, disputé, énervé, avec quelqu'un ? Suis-je irascible, agressif ? Ai-je frappé ou tué des animaux ?

7eme Commandement Tu ne commettras point d'adultère.

- Est-ce que je vis sans être marié (concubinage)? Ai-je/Suis-je divorcé/remarié/bigame?
- Ai-je commis l'adultère? Ai-je détruit la famille (ou affecté la relation conjugale) de quelqu'un?
- Suis-je actuellement impliqué dans une relation adultérine?
- Ai-je forcé mon partenaire à des pratiques érotiques (perverses) qui agressent la limite de ce qui est acceptable pour lui?
- Existe-t-il dans la famille certains dysfonctionnements, certaines incompatibilités, impasses, tensions conjugales non résolues? Cela devient-il pour moi ou pour l'autre une justification pour certaines pratiques ascétiques exacerbées ou une fausse piété?
- Est-ce que j'utilise la stratégie d'une pseudoascèse (par exemple un comportement sexuel évitant, sous prétexte de certains jours d'abstinence autoimposés ou certaines normes interdictives détournées), laissant mon partenaire en proie à l'autoérotisme ou à certaines frustrations insupportables?
- Utilisons-nous des pratiques contraceptives (auto)destructrices, moralement inacceptables ou même avortives en secret?
- Est-ce que j'ai satisfait mes plaisirs tout seul?
- Suis-je gourmand, buveur, déclenchant, stimulant par cela mon appétit sexuel?
- Est-ce que je fréquente des milieux immoraux, des maisons closes? Me suis-je prostitué ou ai-je incité quelqu'un à le faire?
- Suis-je attiré par des personnes du même sexe?
- Ai-je pris la virginité de quelqu'un ou corrompu (perversi) un enfant, adolescent?
- En tant que parents, avons nous l'habitude de faire dormir les enfants avec nous dans notre lit, même lorsqu'ils sont déjà grands?
- Je sens certaines pulsions sexuelles perverses ou pathologiques (ex: zoophilie, inceste, envie de viol, etc.)?
- Ai-je regardé des films, revues, scènes érotiques, pornographiques, sur Internet; ai-je un poster indécemment sur les murs, dans la voiture etc.; me suis-je délecté avec des lectures (conversations téléphoniques) érotiques; est-ce que je regarde d'autres personnes dans la rue?
- Est-ce que je me laisse en proie à mon imaginaire (imagination) ou alors je cherche à garder mon esprit sain, en focalisant mon attention sur d'autres préoccupations comme la lecture etc.
- Est-ce qu'obsédé par mes propres frustrations ou échecs je n'essaie pas (sous couvert d'une fausse piété) de projeter sur les autres ou d'inciter une attitude négative au sujet de la vie conjugale, comme si cette dernière était un pêché, une honte, un frein à l'essor spirituel?
- Est-ce que garde mes sens ou alors je me laisse vivre au grès des tentations de ce monde?
- Me suis-je habillé de manière indécente dans le but d'attirer l'attention?
- Me suis-je laissé entraîner ou ais-je provoqué des discussions obscènes?

8eme Commandement Tu ne déroberas point



PAROISSE ORTHODOXE «Saint Jean Cassien»

2235, route de Berre - AIX EN PROVENCE

Tél: 06 15 95 97 59

Mail: aixenprovence@mitropolia.eu

Site web: <http://aixenprovence.mitropolia.eu>



- Ai-je volé quelque chose? Dans quel but? Ai-je restitué le bien volé ou trouvé, surtout lorsque je connaissais le propriétaire?
- Suis-je argyrophile (cupide), même si je sais que „l'amour de l'argent est une racine de tous les maux » (I Timothée 6,10) ?
- Est-ce que je pense pouvoir profiter de gains malhonnêtes ?
- Est-ce que par souhait de gains rapides et faciles je me suis occupé de marché noir, contrebande, trafic de drogues, d'argent, d'influence, d'êtres humains etc. ?
- Ai-je trompé/arnaqué quelqu'un ?
- Ai-je reçu ou donné des pots de vins ?
- Ai-je prêté sur gages ?
- Ai-je été dépensier ou avare ?
- Suis-je avide de possessions, refusant d'aider ceux dans le besoin ?
- Ai-je aidé ou incité d'autres à commettre des vols ?
- Ai-je pillé ou profané des tombes ?
- Ai-je volé dans les magasins en période de désastre ?
- Ai-je rendu les biens, les livres, l'argent empruntés ?
- Ai-je arrêté de payer les salariés ? Ai-je été injuste pour leur paye ?
- Suis-je fainéant et est-ce que j'aime gagner de l'argent facile et rapidement ?
- Ai-je joué à des jeux de hasard ? Est-ce que je perds mon temps et détruis ma santé avec des jeux sur l'ordinateur ?
- Ai-je tendance à arnaquer à frauder ou à tromper (voyages sans billet, spéculations, voler lors de la pesée, trafiquer la balance, falsification des produits, ne pas payer ses impôts, ne pas rendre des sommes indues etc.) ?
- Ai-je donné comme offrande à l'Eglise des biens volés ?
- Ai-je fait diverses actions caritatives, philanthropiques par orgueil personnel ou pour être apprécié par mes pairs ?
- Ai-je acheté, à prix réduit, et utilisés des biens volés ?
- Ai-je mendié ou me suis-je humilié pour obtenir des faveurs ou des biens inutiles ?

9eme Commandement Tu ne porteras point de faux témoignage contre ton prochain.

- Ai-je menti ? Ai-je parlé avec deux sens, provoquant une réaction agressive de la part de l'autre ?
- Ai-je été faux, fourbe, servile pour atteindre mon but ?
- Ai-je souhaité (est-ce que je souhaite) du mal à quelqu'un ? Suis-je en conflit, ai-je de l'inimitié pour quelqu'un ?
- Ai-je été faux témoin à un procès ? Ai-je corrompu quelqu'un pour qu'il fasse de fausses déclarations contre quelqu'un ? En tant que juge, ai-je impartial, ai-je été corrompu en recevant un pot de vin ou en jugeant selon mes affinités et mes intérêts personnels ? Ai-je intenté un procès à quelqu'un au lieu de chercher une solution juste ou chrétienne ? Est-ce que je me sens complexé et je réagis alors en dénigrant, en rabaisant, en dévalorisant autrui ?



PAROISSE ORTHODOXE «Saint Jean Cassien»

2235, route de Berre - AIX EN PROVENCE

Tél: 06 15 95 97 59

Mail: aixenprovence@mitropolia.eu

Site web: <http://aixenprovence.mitropolia.eu>



-
- Ai-je contribué, directement ou indirectement, à la condamnation ou l'humiliation d'un de mes semblables ? Ai-je dénigré, dévalorisé plus petit ou plus faible que moi, mes subalternes ou mes employés ? Ai-je été orgueilleux, suffisant ? Ai-je tiré profit de l'ignorance ou de la faiblesse d'un de mes semblables ?
 - Ai-je calomnié, outragé quelqu'un ? Ai-je lésé (offensé) quelqu'un ? Ai-je dénoncé, jugé, médit, diffamé, méprisé quelqu'un ?

10eme Commandement Tu ne convoiteras aucune chose qui appartienne à ton prochain.

- Ai-je convoité la femme de quelqu'un? Ai-je brisé la famille de quelqu'un? Ai-je causé de la jalousie dans la famille de quelqu'un?
- Ai-je envié quelqu'un pour sa fortune, ses talents, ses compétences, son intelligence, sa culture, son statut social, son charme, son succès professionnel, sa réussite familiale etc.?
- Suis-je en procès avec quelqu'un pour des biens, de la fortune, des propriétés, ses terres etc.? Suis-je avide, ayant des vues sur des héritages indus; ai-je déplacé la limite de propriété d'un terrain; me suis-je rendu propriétaire de quelque chose (terrain etc.) d'une manière arbitraire?
- Suis-je avide, possessif, gourmand, immodéré? Je (n'arrive pas) à jeûner, je ne jeûne pas? Ai-je mangé de la nourriture avariée par avarice? Ai-je mangé en cachette, pour ne pas être vu et ne pas devoir partager?

En conclusion:

- Est-ce que je sens avoir fait des progrès depuis la dernière confession, ou est-ce que je stagne d'une manière générale, ou alors suis-je retombé encore plus bas?
- Qu'est-ce qui me paraît le plus pertinent de mon analyse spirituelle et de ma récente confession?
- Qu'est-ce que je prendrais comme décision(s)? En restant réaliste, est-ce que je me sens capable d'aller au bout de celle(s)-ci?
- Comment est-ce que j'entrevois le changement, le redressement, le progrès personnel, moral-spirituel? Par quels moyens?