

**EXAMEN DE CONSCIENCE : Se remettre devant le Seigneur**

En fin de journée, prendre 10-15 mn au calme. Avec un signe de croix ou de toute autre manière signifier à Dieu le début de ce temps de prière. Lui exprimer ma joie de l'accueillir durant ce temps. Demander à Dieu son Esprit de vérité sur ma journée.

**1. Remercier Dieu**

Après un temps de silence, je laisse remonter à ma mémoire ce qui a été vivant durant cette journée, ce qui a été en relation avec d'autres, participation à sa création... Pour ces moments d'alliance avec Dieu, pour la confiance qui m'a permis de traverser les épreuves, l'amour qui a dépassé l'égoïsme.... je dis merci à Dieu.

**2. Demander pardon à Dieu**

En contemplant cette journée, des moments plus douloureux apparaissent, des moments où j'ai refusé cette alliance qui m'est offerte. J'ose laisser le Seigneur faire la vérité sur ce que j'ai vécu, mettre en lumière mes complicités avec le mal ou la mort... je lui demande pardon.

**3. Et demain, reprendre le chemin de l'Alliance**

Je me tourne alors vers ce qui m'attend dans les prochaines 24 heures : je contemple ces événements à venir un à un. Je confie au Seigneur mon « à venir » en lui demandant peut-être sa force pour telle ou telle chose à vivre, telle relation un peu tendue etc.

**Pour terminer...**

J'ouvre ma prière à l'ensemble des croyants en disant une prière commune à l'Église comme le Notre Père, une prière à Marie ou Âme du Christ. En signe d'alliance et d'espérance, je peux terminer par un signe de croix. Enfin, je peux noter une chose importante dans un carnet ou un fichier numérique, ou bien, souligner le jour d'une couleur qui a teinté ma journée.

**① « L'Annonciation »****Lecture biblique : Luc 1, 26-38****Lectio Divina (à faire à la maison)**

**Pour échanger :** Qu'est-ce que je découvre à travers ce texte ? Qu'est-ce que cette parole me révèle de Dieu ? Qu'est-ce que cette parole nous dit, me dit, pour nous, pour moi aujourd'hui ? Que vient-elle éclairer dans ma vie ?

**Docat – Que faire ?****Chapitre 3 : La personne humaine – Unique et infiniment précieuse****N°52 – En quoi consiste l'unité de la personne humaine ?**

L'être humain a un corps et une âme. Or, il ne s'agit pas de deux réalités dissociables. Une personne consiste toujours en une unité de corps et d'âme. Le matérialisme a abaissé l'âme au rang de simple fonction de la matière et du corps ; le spiritualisme en revanche dévalorise le corps par rapport à l'âme. L'Église récuse ces deux enseignements. Notre corps n'est pas la prison de l'âme, et l'âme fait partie intégrante de la personne humaine. Par son corps, l'homme est relié à la terre, il fait partie de la nature. Dans son âme spirituelle, l'homme ne trouve pas seulement son identité personnelle (son « moi »), son âme contemple Dieu, et Dieu la regarde depuis toute éternité. L'âme est donc immortelle. Mais il ne convient pas non plus de dénigrer le corps puisqu'il a été créé par Dieu comme « bon », il est destiné à la résurrection à la fin des temps. Jésus connaît les nécessités corporelles de l'homme, il les a guéries. L'homme est un être autant matériel que spirituel.

### **53 – Pourquoi l’homme est-il capable de penser au-delà de lui-même ?**

Dans toute la création, seul l’homme est ouvert à l’infini et cherche des réponses à sa soif de transcendance.

Or, la philosophie nous dit que l’homme est ouvert à la TRANSCENDANCE, il peut se dépasser lui-même. Il ne peut se trouver réellement lui-même qu’en reconnaissant et comprenant qu’il existe quelque chose de différent, de plus grand et de plus important que lui : Dieu, source de toute vie. Comme l’homme est ouvert à Dieu, il est également capable d’être ouvert à autrui, de le traiter avec respect. La communauté, le dialogue et le respect d’autrui l’aide à se trouver lui-même.

### **N°54 – En quelle mesure l’homme est-il unique ?**

Tout homme est unique car Dieu l’a voulu comme une personne irremplaçable, il l’a créée par amour et sauvée avec encore plus d’amour. Cela nous montre quelle est la dignité de l’homme et combien il est important de prendre toute personne très au sérieux, de la traiter avec le plus grand respect. Cette exigence est également valable pour les systèmes politique et les institutions. Ils sont non seulement tenus de respecter la liberté et la dignité de la personne humaine, ils doivent également contribuer à l’évolution intégrale de toute personne. Une communauté ne peut pas se permettre d’exclure un individu ou un groupe du développement.

### **Extraits de grands documents de l’Eglise**

#### **P. 84 – La liberté de la personne**

L’homme embrasse par son intelligence une infinité d’objets ; aux choses présentes il ajoute et rattache les choses futures ; il est le maître de ses actions. Aussi, sous la direction de la loi éternelle et sous le gouvernement universel de la Providence divine est-il en quelque sorte à lui-même et sa loi et sa providence. C’est pourquoi il est en son pouvoir de choisir les choses qu’il estime les plus aptes à pourvoir, non seulement au présent, mais encore au futur. Il doit donc avoir sous sa domination, non seulement les produits de la terre, mais encore la terre elle-même qu’il voit appelée à être par sa fécondité, sa pourvoyeuse de l’avenir.

Léon XIII, encyclique Rerum Novarum (1891), 6

### **P 89- La dignité de la personne humaine**

Parfois on observe une obsession pour nier toute prééminence à la personne humaine, et il se mène une lutte en faveur d’autres espèces que nous n’engageons pas pour défendre l’égale dignité entre les êtres humains. Il est vrai que nous devons nous préoccuper que d’autres êtres vivants ne soient pas traités de manière irresponsable. Mais les énormes inégalités qui existent entre nous devraient exaspérer particulièrement, parce que nous continuons à tolérer que les uns se considèrent plus dignes que les autres [ ... ]. Nous continuons à admettre en pratique que les uns se sentent plus humains que les autres, comme s’ils étaient nés avec de plus grands droits.

Pape François, encyclique Laudato si, (2015), 90

### **Magdalena Aulina disait :**

*«La Vierge Marie est le précieux escalier qui unit la terre au ciel : à travers Marie et avec Marie, nous arriverons joyeusement à Jésus. Basons notre vie spirituelle sur la dévotion et l’amour envers la Vierge. Confions à notre tendre mère, les angoisses de notre âme : les grâces sont entre ses mains. Elle est chemin de perfection : abandonnons-nous dans son amour maternel »*