



Rege, o Maria!



CATÉCHÈSE 01

Examen de conscience de l'esclave d'amour de Jésus en Marie

P. Huppert



Rege, o Maria!

Examen de conscience

de l'esclave d'amour

de Jésus en Marie

Nous proposons ici un examen de conscience centré sur la pratique de la parfaite dévotion à la Sainte Vierge, telle qu'enseignée par Saint Louis-Marie Grignion de Monfort. Cet examen de conscience doit se faire entièrement une fois par an, au cours des saints exercices, lors du renouvellement annuel de la Consécration, selon le désir de Monfort, et aussi lors des retraites mensuelles.

Il peut et doit également être fait en partie chaque jour, en se concentrant sur les aspects qui correspondent à la pratique particulière du saint esclavage auquel chacun s'exerce.

On peut également, pour l'examen de conscience général, diviser les parties que nous proposons pour en prendre une pour chaque jour de la semaine. Afin de faciliter cette pratique, nous avons inscrit en marge les initiales des jours.

En dehors des moments de la journée consacrés spécialement à cet examen, il est fortement recommandé à l'esclave fervent de Marie de s'examiner fréquemment. Par exemple toutes les heures, s'examiner et se demander : "Ai-je été pendant cette heure un véritable esclave de Jésus et de Marie ? Mère Divine, vous ai-je satisfaite pendant cette heure que je viens de vivre?"

Préambule

Cher fils et esclave de la Très Sainte Vierge, c'est ta propre Mère et Maîtresse qui se présente à toi. C'est elle qui vient te demander des comptes sur la façon dont tu as pratiqué sa parfaite Dévotion. Mets-toi clairement en sa présence... Réponds sincèrement à ses questions maternelles : tu n'oserais rien lui cacher.

Commence par lui demander humblement sa grâce, qu'elle t'illumine pour voir clair en ton âme... Et demande-lui que cet exercice te soit utile pour te faire progresser dans les voies de Dieu.

I. L'acte de consécration et ses conséquences

"Je vous consacre, en tant qu'esclave, mon corps et mon âme, mes biens intérieurs et extérieurs, vous laissant le droit plein et entier de disposer de moi et de tout ce qui m'appartient, sans exception, selon votre bon plaisir".

Dimanche 1° Dépendance active

1° Mon Fils, as-tu renouvelé chaque jour à ton réveil, puis souvent au cours de la journée, ton acte de soumission totale à Jésus à travers moi ? L'as-tu fait sérieusement, consciemment, avec l'idée très claire et la volonté déterminée de m'abandonner réellement la propriété de tout?



Rege, o Maria!

2°. As-tu vécu dans la conviction et dans la pensée habituelle que tu m'appartiens réellement et entièrement ? As-tu respecté mes droits de propriété sur tout ce que tu m'as abandonné, corps et âme, sens et facultés, biens et forces, en n'utilisant tout cela qu'à mon intention et avec mon approbation ?

3° M'as-tu demandé régulièrement, une fois ou l'autre dans la journée, si tu pouvais utiliser ce corps, ces sens, ces facultés, ces biens que tu m'as concédés ?

4° Ce corps que tu m'as consacré, l'as-tu traité uniquement selon mes intentions et mes désirs ? L'as-tu nourri et soigné correctement, en évitant la négligence, sans épuiser ou gaspiller tes forces ? L'as-tu au contraire flatté, cajolé, choyé, et satisfait toutes ses demandes et caprices ? N'as-tu pas fait de lui un objet de vanité ridicule et coupable, cherchant à attirer le regard des autres ? As-tu traité et vêtu ce corps avec une grande modestie ? N'as-tu pas fait de lui un instrument de péché, de scandale, par des attitudes légères, aguicheuses ou coupables ? As-tu châtié et réduit en servitude ce corps impie par la pratique courageuse de la mortification chrétienne, restreignant tout ce qui est luxe et superflu dans le repos, dans les repas, dans le mobilier, dans les vêtements, etc., allant courageusement jusqu'à l'entraver dans ses goûts et préférences ?

5° Ces yeux d'un esclave d'amour n'ont-ils pas été utilisés pour des regards dangereux ou coupables, des lectures mondaines ou des spectacles interdits, ou du moins pour de vaines curiosités et pour des regards inutiles ?

6° Ces oreilles n'ont-elles pas servi à entendre des chansons troublantes, des conversations dangereuses, à entendre ce qui ne te concernait pas, ou à servir d'outil à la curiosité ?

7° Cette bouche ou cette langue, ne t'ont-elles pas servi pour des conversations contraires à la modestie, à la charité, ou as-tu parlé à des moments où, selon la Règle ou le Règlement, tu devais garder le silence en raison de tes obligations ?

8° As-tu utilisé ton imagination et ton intelligence selon mes désirs ? Les as-tu appliqués généreusement, selon les devoirs de ton état, à étudier, à réfléchir, à méditer, à prier ? N'y a-t-il pas eu dans tes exercices de piété des distractions consenties ou rejetées avec mollesse ? N'as-tu pas à te reprocher des pensées dangereuses, des imaginations légères et sensuelles, des rêveries malsaines, des curiosités désordonnées ?

9° Ton cœur n'a-t-il pas consenti à des antipathies naturelles, évitant les personnes que tu n'aimes pas, critiquant leurs défauts, les boudant et refusant de les aider ? Et dans ton cœur, ne s'est-il pas glissé une affection trop naturelle, trop vive ou sensuelle, qui ne rentre pas du tout dans les exigences de ton état de vie ?

10° Ta volonté est-elle habituellement unie à celle de Jésus et à la mienne ? Ne cherches-tu pas d'ordinaire ta propre volonté, sans te soucier de connaître et de réaliser d'abord celle de Dieu ? Ta devise n'a-t-elle pas été celle du véritable esclave d'amour : « Pas ma volonté mais la vôtre, ô Jésus, ô Marie » ?



Rege, o Maria!

11° Tes biens temporels m'appartiennent... En as-tu fait usage avec peu d'attachement, sans dépendre d'eux ? N'as-tu pas un attachement excessif à ces objets : argent, meubles, bijoux, vêtements ? N'y a-t-il pas un luxe exagéré dans ta vie ? As-tu fait des achats inutiles ? As-tu pris en compte mes souhaits de donner une partie de tes biens à des œuvres pieuses ou caritatives : les pauvres, les Missions, les œuvres de propagande mariale ? As-tu vécu en contemplant la simplicité et la pauvreté de Jésus et de ta Mère ?

12° Quel usage as-tu fait de tes forces ? Comment as-tu employé le temps qui m'était consacré ? L'as-tu utilisé de manière sérieuse, comme l'exigent tes devoirs d'état et le règlement de vie qui t'a été prescrit ? As-tu donné le temps nécessaire à tes exercices de piété, à ton travail, etc. ? Ce temps précieux ne l'as-tu pas gaspillé dans des futilités, dans des choses inutiles ? Quelle responsabilité, quelles charges à l'heure du jugement !

Lundi 2° Dépendance passive

13° Examine maintenant, fils très aimé et cher esclave, si tu as bien respecté dans la pratique de ta vie « ce plein droit » que tu m'as reconnu « de disposer de toi et de tout ce qui t'appartient, selon mon bon plaisir ». As-tu reçu avec joie, avec soumission ou du moins résignation, ce que, avec Jésus, j'ai décidé et disposé à ton sujet ?

14° As-tu reçu avec gratitude la santé et as-tu pensé à me remercier pour elle ? N'as-tu pas été impatient, n'as-tu pas murmuré quand ton corps a eu froid, chaud, faim ou soif, qu'il a subi des inconforts, des douleurs ou la maladie ?

15° Quand je l'ai permis, as-tu accepté avec résignation une atteinte à ta réputation, une diminution de la confiance ou de l'affection que l'on te porte, quand la méfiance s'est manifestée à ton égard, quand on t'a calomnié ou injurié ?

16° Quels ont été tes sentiments quand tu as dû subir une perte de certains de tes biens temporels, lorsque tu as dû supporter les inconvénients de la pauvreté ou de l'indigence ?

17° As-tu été humblement satisfait des **talents** qui t'ont été accordés, de la condition sociale dans laquelle tu vis, de la situation dont tu jouis, de la position que tu dois honorer, des circonstances dans lesquelles tu dois vivre ? Tout cela est la volonté de Jésus sur toi et c'est la mienne.

18° Ton âme n'a-t-elle pas été inquiète, troublée, mécontente quand, par l'épreuve, la maladie, la mort, j'ai disposé de tes proches, des êtres que tu aimais, de la Congrégation à laquelle tu appartiens ? Tu m'as reconnu comme Maîtresse et Souveraine de tout ce qui t'appartient. Tu dois savoir respecter mes droits de souveraineté

19° M'as-tu fidèlement laissé disposer de la valeur transmissible et aliénable de **tes bonnes œuvres et prières** ? N'as-tu pas eu la tentation de la reprendre ou n'as-tu pas ressenti son manque ?

II. Les pratiques intérieures de la dévotion parfaite à la Très Sainte Vierge



Rege, o Maria!

Mardi 1 Pour Marie

20ème : Tu m'as promis de « **m'obéir en toutes choses** ». Ai-je de manière habituelle dirigé ta vie et tes actions ? M'as-tu soumis tes idées, tes jugements, tes décisions, tes paroles, tes actions ? N'as-tu pas consciemment contredit ce que je te montrais ? N'as-tu pas agi selon ton propre mouvement, en suivant les impressions de ta sensibilité, les penchants de ton caractère, les caprices de ta volonté ?

21ème M'as-tu **fait part de** tes doutes, m'as-tu habituellement demandé la **permission d'agir**, comme un enfant demande constamment à sa mère ce qu'il doit faire ? M'as-tu souvent dit, en pensée ou en paroles : "Ma bonne mère, puis-je faire ceci, dois-je laisser cela" ?

22ème As-tu fait **tout ce que Jésus a dit** pour m'obéir ? As-tu pensé, jugé, travaillé, vécu selon les maximes, les préceptes et les conseils de l'Évangile de Jésus et non selon les maximes et l'esprit du monde, c'est-à-dire l'Évangile de Satan ?

23ème As-tu été fidèle, en abandonnant le **péché** grave sans aucun doute, mais l'as-tu également été envers le véniel, en particulier dans la lutte contre ton défaut dominant ?

24ème T'es-tu appliqué sérieusement et consciemment aux **devoirs particuliers de ton état**, aux charges familiales, aux devoirs professionnels, aux emplois, etc. ?

25ème As-tu été, en tant que mon esclave d'amour, un modèle d'obéissance à **toute autorité légitime** ? As-tu reconnu l'autorité de Jésus et la mienne chez tes supérieurs : parents, époux, enseignants, pouvoirs civils, supérieurs ecclésiastiques et religieux et, avant tout, directeur spirituel, etc. ? N'as-tu pas suivi ton obéissance naturelle, inspirée par les qualités ou les défauts de ceux qui exercent l'autorité ? N'as-tu pas **discuté** et **critiqué** les ordres et les conseils donnés ? N'y a-t-il jamais eu **d'exceptions délibérées**, peut-être, dans ton obéissance ? N'as-tu pas obéi à contrecœur, en **marmorant**, avec tristesse ou ressentiment ? T'es-tu véritablement **dévoué** envers tes supérieurs comme un enfant, préférant obéir au lieu de t'esquiver ?

Mercredi

26ème As-tu été fidèle, parce que tu dépends de moi, à l'organisation **de la vie** que je t'ai prescrite, à la **sainte Règle** que je t'ai proposé ? As-tu donné fidèlement à la prière, au travail, à l'étude, à la distraction, le temps imparti à ces exercices ? N'y a-t-il pas tel ou tel point dans la règle auquel que tu as souvent manqué ? As-tu été particulièrement assidu dans tes **exercices de piété** ? Ne les as-tu pas omis, abrégés, faits à moitié ou avec laxisme et paresse ?

27ème As-tu reconnu ma volonté et ma direction dans tous les **événements** qui t'arrivent et qui t'entourent ? As-tu su dire amen à tout ce qui te reconforte et te réjouit ; mais aussi à tout ce qui te contrarie, est agaçant, incommodant, tout ce qui te diminue et te blesse, tout ce qui t'abaisse et t'accable ? As-tu accepté généreusement de la main de Dieu et de la mienne les désagréments causés par le mauvais temps, les revers de fortune, les maladies, le deuil ?



Rege, o Maria!

28ème As-tu écouté attentivement et avec générosité les **appels de ma grâce** ? M'as-tu refusé tel acte de charité, tel petit sacrifice, tel acte de générosité que je t'ai demandé ? N'y-a-t-il pas existé un tel acte de vertu, qu'avec sang-froid tu continues à nier ta mère bien-aimée ? N'as-tu pas noyé dans ton cœur l'appel que je t'ai lancé à une vocation plus élevée, à une sainteté plus parfaite ?

29ème Et dans tes exercices de piété, Sainte Messe, Sainte Communion, méditation, etc., as-tu été fidèle en renonçant à tes propres dispositions et intentions ? As-tu été fidèle en **rejoignant ta Mère et ta Maîtresse**, en invoquant son aide, en t'appuyant sur celle qui le mérite, en te couvrant de ses vertus ? *T'ess-tu donné toi-même comme instrument* pour t'enfoncer dans un silence paisible afin que je puisse prier et travailler en toi et pour toi ?

30ème As-tu eu les sentiments de **confiance et d'abandon** que l'enfant a pour sa bonne mère ? As-tu eu recours à ma sollicitude maternelle « *en tout temps, en tout lieu et en toute chose* » ? N'as-tu pas négligé cet appel à mon aide dans les moindres détails de la vie, dans les indécisions quotidiennes de ta vie spirituelle, dans les heures douloureuses et graves de ton existence ? Ne te laisses-tu pas emporter par l'agitation, l'inquiétude ou le découragement, au lieu de simplement m'abandonner tout ce qui peut te concerner ? Me fais-tu confiance par l'abandon total de l'heure et des circonstances de ta mort, le soin de ta perfection et ton salut éternel ?

Jeudi 2 avec Marie

31ème Ai-je été, après Jésus, le **modèle de perfection** que tu mets habituellement devant tes yeux ? As-tu été fidèle à me demander souvent : "*Comment ma bonne mère ferait-elle cela si elle était à ma place*" ?

32ème As-tu essayé de copier, **vis-à-vis de Dieu**, ma docilité absolue d'esclave du Seigneur ? As-tu essayé de vivre mon Magnificat et de chercher la gloire de Dieu dès que possible, en mettant l'amour divin dans ta vie entière et en vivant avec la Sainte Trinité dans ton âme, dans un commerce incessant, très respectueux et filial ?

33ème As-tu été **fidèle à Jésus** en tout, pour tout, n'aimant rien plus que lui, ne vivant que pour lui, mais n'aspirant que pour ses intérêts, son règne, désirant toujours une union plus étroite avec lui ?

34ème As-tu imité mon **humilité** ? As-tu pratiquement reconnu que tes talents, vos succès et vos vertus viennent de Dieu ? As-tu souvent considéré ton néant, tes défauts, tes misères ? Ne t'es-tu pas mis au-dessus des autres en pensées, paroles ou actions ? As-tu ressenti de la joie d'être inconnu et de n'avoir rien ?

35ème À mon exemple, as-tu été vraiment **charitable**, aimant ton prochain pour Dieu et pour moi ? As-tu pardonné à tous les manques et insultes et enduré patiemment les défauts de ceux qui t'entourent ? As-tu été gentil et attentif aux souhaits des autres ? As-tu essayé de rendre service et de faire plaisir ? N'as-tu pas été lâche et égoïste quand tu as dû te fatiguer pour servir ton prochain et faire de bonnes actions ? N'as-tu pas jugé sévèrement, soupçonné le mal à la légère ou parlé inutilement des défauts des autres ?



Rege, o Maria!

36ème Quelle a été ton attitude **envers Satan** et le **péché** ? Je les hais ... et toi ? As-tu combattu courageusement contre le péché mortel ou véniel, même contre toute imperfection volontaire, contre tout ce qui peut, dans une certaine mesure, tacher ou ternir la beauté de ton âme ? Travailles-tu particulièrement en étant parfaitement pur et chaste selon ton état de vie, en pensées, en imaginations, en paroles, en lectures et dans tous tes comportements ? As-tu détesté tout ce qui mène au mal, au péché ?

37ème As-tu renoncé à la fausse sagesse du **monde** opposée à l'évangile de Jésus ? As-tu combattu contre les séductions du diable ou contre les affaires du monde : plaisirs malheureux, détournements dangereux, lectures troublantes, modes malsaines ? N'as-tu pas fait le travail de Satan en portant des vêtements qui ont fait de toi un semeur de péché ? Avec courage et constance, as-tu pris le parti de Jésus et du mien et as-tu travaillé aussi dur que possible pour empêcher le mal, le péché, l'impureté, le scandale, les excès ?

Vendredi 3 à Marie

38ème N'as-tu pas mené une **vie dissipée** et frivole, des occupations de l'extérieur ne t'ont-elles pas absorbée au point d'oublier la vie intérieure avec Dieu, Jésus et sa Mère, qui t'aiment tant ?

39ème As-tu essayé **de rentrer en toi-même** pour me trouver au fond de ton âme, en t'aidant des petites pratiques que je t'ai enseignées : « **Je vous salue Marie** » **quand l'heure sonne** ; image, médaille ou sceau marial sur ton vêtement ; oraisons ; inscription mariale sur chaque page écrite ; demandant ma bénédiction quand tu quittes un lieu...

40ème As-tu essayé de **vivre sous mon regard** toutes tes heures de prière, de travail, de repos et de divertissement, comment l'enfant qui a besoin d'être proche de sa mère ?

41ème As-tu essayé de te retirer au fond du sanctuaire de ton âme pour rencontrer Jésus dans un délicieux face à face ? Est-ce que ton âme vient me respirer comme tes poumons respirent sans cesse l'air ?

Samedi 4 pour Marie

42ème D'ordinaire, quel est le **motif** qui inspire ou détermine tes actions ? Combien de fois les as-tu faites par amour pour ton confort, au service de la vanité et de l'estime de soi, pour faire plaisir à telle ou telle créature ? Ce n'est pas cela être un esclave de Jésus, un esclave de Marie !

43ème As-tu souvent pensé à **offrir tes actions pour l'amour de Jésus et le mien**, pour nous glorifier et nous faire plaisir ? As-tu souvent répété : *"Tout pour Jésus, tout pour Marie, tout pour votre amour, ma mère bien-aimée"* ?

44ème Mon règne a-t-il été **l'idéal de ta vie** pour atteindre le règne béni du Christ Roi ? As-tu pensé à cela dans tes moments libres ? As-tu offert à cette intention tes heures de travail, en particulier celles que tu trouves douloureuses ? Tes prières, tes souffrances, tes échecs et tes épreuves ? Gardes-tu chaque jour à l'esprit d'offrir à cette fin ta dernière maladie, ton agonie et ta mort ?



Rege, o Maria!

45ème As-tu essayé d'attirer le monde entier à mon service et à mon dévouement vrai et solide ? N'as-tu pas été paresseux ou lâche, et n'as-tu donc pas souvent gâché des opportunités de me faire connaître, aimer et servir de la manière la plus parfaite ?

Conclusion

L'examen de conscience est terminé. Humiliez-vous profondément devant votre glorieuse Reine, en regardant les nombreuses fautes dont vous avez été coupable... Pardon, ô divine Mère, d'avoir été si infidèle ! Je ne veux pas me décourager : je travaillerai avec énergie et persévérance pour devenir un fils plus docile et un esclave plus fidèle. Je vous promets, chère Souveraine, de veiller particulièrement sur ce point..., à cette occasion... Aidez-moi par votre toute puissante grâce. Quoi qu'il en soit, avec Jésus, votre trésor, daignez, Mère, me bénir.

Ne vous inquiétez pas de voir la distance qu'il vous reste à parcourir. Votre Mère Immaculée doit être votre "chemin facile, court, parfait et sûr", comme dit Saint Louis Marie Grignon de Monfort.

Ma Mère, donnez-moi ce que vous me demandez et demandez-moi ce que vous voulez !



Rege, o Maria!



Rege, o Maria!



Famille Religieuse du Verbe Incarné

Pour plus d'informations:

www.regeomaria.org

Vous pouvez trouver les catéchèses à:

InstitutoDelVerboEncarnado 

