



« **Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme et de toutes tes forces** » (Dt 6,5)

1. Le Premier Commandement : la racine de toute la vie chrétienne

Le **Premier Commandement** n'est pas simplement « ne pas adorer les idoles ». Il est bien plus que cela. Il est le **fondement de toute la vie morale**, l'axe autour duquel tout le reste s'articule. Si ce commandement est bien vécu, les autres s'ordonnent naturellement. S'il est négligé, tout se désorganise.

Dieu ne demande pas à être aimé parce qu'il serait insécuré ou jaloux comme un tyran humain, mais parce que **Lui seul peut occuper le centre de notre vie sans nous détruire**. Lorsque quelque chose ou quelqu'un prend la place de Dieu — l'argent, les idéologies, les personnes ou soi-même — l'âme se fragmente et le cœur s'asservit.

Le Catéchisme enseigne que ce commandement exige :

- la **Foi** : croire en Dieu et en tout ce qu'il a révélé
- l'**Espérance** : se confier en Lui
- la **Charité** : L'aimer par-dessus toutes choses

Et, négativement, il interdit tout ce qui **nie, remplace, déforme ou instrumentalise Dieu**.

2. Pécher contre le Premier Commandement aujourd'hui : un problème plus actuel que jamais

Nous vivons dans une société qui **ne nie pas toujours Dieu de manière explicite**, mais qui **le relègue, le dilue ou l'utilise selon ses convenances**. Beaucoup de péchés contre ce commandement ne semblent plus « religieux », mais plutôt **culturels, émotionnels** ou même « normaux ».

C'est pourquoi il est si important de **former correctement sa conscience** et de ne pas se contenter d'un examen superficiel du type :



« *Je n'ai pas adoré d'idoles ni pratiqué la sorcellerie, donc tout va bien.* »

Le Premier Commandement est violé **bien plus souvent que nous ne le pensons.**

3. Grande classification des péchés contre le Premier Commandement

Pour t'aider à faire un examen de conscience sérieux, nous les diviserons en grands groupes :

1. Péchés contre la **foi**
 2. Péchés contre l'**espérance**
 3. Péchés contre la **charité envers Dieu**
 4. Péchés d'**idolâtrie**
 5. Péchés de **superstition et de pratiques occultes**
 6. Péchés d'**irrévérence et de profanation**
 7. Péchés d'**indifférence religieuse et de tiédeur**
 8. Péchés d'**orgueil spirituel et de fausse religiosité**
-

4. Liste étendue et minutieuse de péchés concrets contre le Premier Commandement

A. Péchés contre la FOI

- Douter volontairement d'une vérité révélée par Dieu
- Refuser de croire un dogme de foi connu
- Choisir ce que l'on croit selon ses propres critères
- Rejeter l'enseignement de l'Église par orgueil intellectuel
- Abandonner la foi par confort, par peur ou par intérêt
- Tourner en dérision la foi catholique (en public ou en privé)
- Cacher sa foi par respect humain ou par honte



- Préférer les opinions du monde à la doctrine catholique
 - Lire ou diffuser des doctrines contraires à la foi sans discernement
 - Relativiser toutes les religions comme si elles étaient équivalentes
 - Penser que la vérité religieuse est « subjective »
 - Nier l'existence du péché ou de l'enfer
 - Nier la nécessité de la grâce pour le salut
-

B. Péchés contre l'ESPÉRANCE

- Se méfier de la miséricorde de Dieu
 - Croire que ses propres péchés sont « impardonnables »
 - Tomber dans le désespoir spirituel
 - Penser que Dieu a définitivement abandonné
 - Croire que le salut est impossible
 - Présumer de la miséricorde divine sans repentir
 - Pécher délibérément en comptant se confesser plus tard
 - Croire que l'on sera sauvé « quoi qu'il arrive »
 - Vivre comme si le ciel n'existant pas
 - Désirer les biens matériels comme fin ultime de la vie
 - Ne compter que sur les moyens humains sans faire confiance à Dieu
-

C. Péchés contre la CHARITÉ envers Dieu

- Aimer une créature plus que Dieu
 - Préférer le péché plutôt que de perdre son confort
 - Refuser la volonté de Dieu par égoïsme
 - Se révolter intérieurement contre les commandements de Dieu
 - Vivre habituellement sans référence à Dieu
 - Ne pas remercier Dieu pour les dons reçus
 - S'attribuer à soi-même ce qui relève de la grâce
 - Murmurer ou se plaindre contre Dieu dans l'épreuve
 - Se mettre en colère contre Dieu lorsque les choses ne vont pas comme on le souhaite
-



D. Idolâtrie (ancienne et moderne)

- Faire de l'argent le centre de sa vie
 - Sacrifier la famille, la foi ou la morale au succès professionnel
 - Vivre obsédé par le corps, l'image ou le plaisir
 - Idolâtrer des personnes (conjoint, enfants, dirigeants, célébrités)
 - Absolutiser des idéologies politiques ou sociales
 - Transformer la science ou la technique en substitut de Dieu
 - Faire du bien-être matériel le critère suprême de la vie
 - Vivre comme si Dieu n'avait aucun droit de commander
 - Donner systématiquement la priorité au loisir plutôt qu'à Dieu
-

E. Superstition, occultisme et pratiques interdites

- Consulter les horoscopes et y croire
 - Se fier à l'astrologie comme guide de vie
 - Participer à des séances de spiritisme
 - Consulter des voyants, des cartomanciens ou des médiums
 - Utiliser des amulettes avec une confiance superstitieuse
 - Pratiquer le reiki, la magie ou des « soins énergétiques »
 - Croire en des énergies impersonnelles au lieu de Dieu
 - Attribuer des pouvoirs divins à des objets
 - Chercher une protection en dehors de Dieu
 - Participer à des rituels ésotériques
 - Mélanger la foi chrétienne avec des pratiques païennes
-

F. Irrévérence et profanation

- Traiter les choses sacrées avec mépris ou moquerie
- Employer le nom de Dieu sans respect
- Profaner des lieux, des objets ou des temps sacrés
- Prier volontairement de manière irrévérencieuse
- Utiliser des images religieuses comme simple décoration banale
- Transformer le sacré en objet de commerce
- Se moquer de ce qui est saint ou des sacrements



G. Indifférence religieuse et tiédeur

- Vivre comme si Dieu n'existait pas
 - Ne pas s'intéresser à la connaissance de la foi
 - Négliger totalement la prière
 - Considérer Dieu comme sans importance dans la vie quotidienne
 - Réduire la foi à une simple tradition culturelle
 - Reporter indéfiniment la conversion
 - Vivre sans la crainte de Dieu
 - Ne pas lutter contre le péché habituel
 - Se contenter d'une foi minimale et confortable
-

H. Orgueil spirituel et fausse religiosité

- Se croire supérieur aux autres parce que l'on est « croyant »
 - Juger durement les autres au nom de la foi
 - Utiliser la religion pour dominer ou manipuler
 - Chercher la reconnaissance pour ses pratiques religieuses
 - Prier uniquement pour obtenir des faveurs matérielles
 - Accomplir extérieurement les devoirs religieux sans conversion intérieure
 - Rejeter les corrections légitimes
 - Instrumentaliser Dieu à des fins personnelles
-

5. Pour un bon examen de conscience

Avant de te confesser, interroge-toi avec sincérité :

- Dieu est-il réellement au centre de ma vie ?
- Est-ce que je me confie davantage en Lui ou dans mes propres sécurités ?
- Ai-je remplacé Dieu par quelque chose ou quelqu'un d'autre ?
- Ma foi est-elle vivante ou seulement culturelle ?

La confession n'est pas une formalité : c'est **remettre Dieu à la place qui Lui revient**,



c'est-à-dire **la première**.

6. Conclusion : revenir au cœur du christianisme

Le Premier Commandement n'est pas un fardeau, mais une **libération**. Lorsque Dieu occupe la première place, tout le reste trouve son juste ordre. Lorsqu'il ne l'occupe pas, tout se désorganise.

Revenir à ce commandement, c'est revenir à l'essentiel. Et il n'y a rien de plus actuel, de plus révolutionnaire et de plus nécessaire aujourd'hui que **d'aimer Dieu par-dessus toutes choses**.