

CEC 1434-1439

V. Les multiples formes de la pénitence dans la vie chrétienne

La pénitence intérieure du chrétien peut avoir des expressions très variées. L'écriture et les Pères insistent surtout sur trois formes : le jeûne, la prière, l'aumône¹, qui expriment la conversion par rapport à soi-même, par rapport à Dieu et par rapport aux autres. La conversion se réalise dans la vie quotidienne par des gestes de réconciliation, par le souci des pauvres, l'exercice et la défense de la justice et du droit², par l'aveu des fautes aux frères, la correction fraternelle, la révision de vie, l'examen de conscience, la direction spirituelle,

Les temps et les jours de pénitence au cours de l'année liturgique (le temps du carême, chaque vendredi en mémoire de la mort du Seigneur) sont des moments forts de la pratique pénitentielle de l'église.

¹ Cf. Tb 12, 8 ; Mt 6, 1-18.

² Cf. Am 5, 24 ; Is 1, 17.