

# Les quatre piliers de l'examen de conscience

Pour réaliser un bon examen de conscience, nous avons besoin de tenir compte de 4 éléments:

- Le bilan
- L'état des lieux
- L'intention
- La planification

La première étape consiste à faire un bilan de l'examen de conscience précédent car il est effectivement inutile d'avancer, si nous n'avons pas réalisé les étapes précédentes. L'avancement n'est souhaitable que lorsqu'il y a acquisition des objectifs de l'examen de conscience précédent.

La seconde étape consiste à faire un état des lieux à deux niveaux: le niveau temporel et spirituel, c'est-à-dire la situation sociale (statut matrimonial, travail, logement...), et la situation spirituelle (connaissances et actions). Il s'agit de savoir, s'il nous manque des éléments essentiels à notre épanouissement temporel et spirituel afin d'y remédier. L'évaluation des manquements s'opère par l'analyse des éléments présents et absents, c'est-à-dire par la vérification de la plénitude de ce que l'on possède ou accomplit déjà, et par l'examen de ce qui nous fait défaut, ou qui nous manque à accomplir au niveau des actes obligatoires, interdits, recommandés, et détestables.

La troisième étape consiste à parfaire son intention à travers la réflexion et la conceptualisation des actes à accomplir afin de remédier à nos défaillances. Il s'agit de donner un sens à nos actes, en ne rechercher que l'agrément divin et la proximité d'Allah par la recherche des moyens légiférés susceptibles de nous rapprocher de Lui, et non de prendre les moyens pour des fins en soi.

La dernière étape consiste à faire le répertoire des actions à accomplir et des sciences à développer, puis à établir un planning au mois, à la semaine et à la journée, que nous remplirons par ce que nous devons faire, afin de remédier à nos manquements temporels et spirituels, et d'assurer notre progression pragmatique.

## Mensuel (Janvier 2010)

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

## Hebdomadaire

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche

## Quotidien (en plage horaire)

Fajr-Zohor	Zohor-Asr	Asr-Maghreb	Maghreb-'Icha	'Icha-Fajr