

# Les 10 commandements



## **Maitre, que dois-je faire de bons pour posséder la vie éternelle ?**

Jésus répond :

« Si tu veux entrer dans la vie, observe les commandements »  
et il ajoute : « Viens, et suis-moi ! »

Être chrétien,

- c'est plus que mener une vie correct qui observe les commandements.
- c'est entretenir une relation vivante avec Jésus.

Dieu se révèle dans le cœur humain.

Il y a inscrit un code de conduite  
que nous devons observer  
si nous voulons vivre dans la dignité et la liberté.



Les 10 commandements indiquent l'expression :

## « L'alliance de Dieu avec les hommes »

Dieu nous veut libre et heureux.

*Les commandements  
sont  
les balises qui bornent le chemin.*



## **Ai-je besoin d'une loi ?**

Les groupes dont tu fais partie, ont-ils des règles à respecter absolument ?  
Ecole, clubs sportifs, famille..., On observe des règles.

## **À quoi servent-elles ?**

Quand une règle doit être observé absolument, elle est d'une loi.

La loi doit nous protéger.

Sans loi, chacun ferait ce qu'il veut et ce serait le chaos.

## **Les commandements sont-ils nécessaires ?**

Par la voix de sa conscience,

tu peux parvenir à la connaissance de cette loi morale.

Mais à cause de l'obscurcissement de la conscience et aussi de nos faiblesses,

Dieu est venu à notre secours

en révélant ce qui est bon pour nous

et en fixant les limites que nous ne devons pas franchir.

Les règles de la vie morale se veulent pour tous les hommes.

## La morale humaine suppose que l'homme :

- soit libre et responsable de ses actes
- existe une norme de conduite objectivement juste vers laquelle il doit tendre.

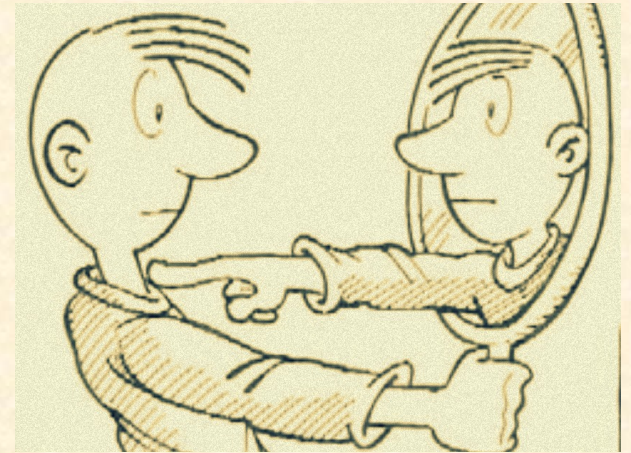
La Bible enseigne que Dieu a inscrit dans le cœur des hommes créés par lui cette norme de moralité universelle qu'on appelle la loi naturelle.

La loi naturelle est la règle de l'humanité de l'homme.

Elle n'est pas à inventer,  
mais à scruter par chaque personne  
selon sa capacité de la recevoir et de la mettre en pratique.



**L'homme agissant librement  
se détermine  
selon sa conscience.**



*La conscience est le témoin intérieur*

qui jugent de la moralité bonne ou mauvaise nos actes.

Pour qu'un *acte soit vraiment humain*

il faut qu'il soit *posé en accord avec sa conscience.*

La conscience n'est pas souveraine dans l'appréciation du bien et du mal.

*Elle doit être formé* par

l'éducation, l'expérience, la fréquentation de la parole de Dieu et de la vie ecclésiale.

Elle doit *toujours être à la recherche du bien objectif.*

*Au fil des siècles les grandes religions et philosophies  
ont dégagé quelques règles morales.*

*Certaines sont connues  
comme :*

« Tout ce que vous voudriez que les autres fasse pour vous,  
faites-le pour eux, aussi »  
(Mt 7,12 ; Lc 6,31)

« Toute personne humaine doit être traité humainement ».

La sagesse des Anciens a identifié  
**4 vertus naturelles.**

# 4 vertus naturelles dites cardinales

sur lesquelles « pivote » la morale de l'homme en société :

## 1) La prudence :

- qui évalue la portée d'un acte,
- qui est attentive à ses répercussions sur les autres,
- qui respecte les droits et les attentes des autres,
- qui ne met pas en danger la vie, la sécurité et la réputation d'autrui.

## 2) La justice

rend à chacun ce qui est dû,  
soit dans le rapport interpersonnel,  
soit dans le rapport avec la communauté humaine.

## 3) La force (elle est d'ordre moral) :

- permet de résister aux tentations mauvaises,
- de maintenir le cap vers le bien, sans tenir compte des flagorneries ni des dénigrements.



## 4) La tempérance :

- maîtrise de ses instincts et de ses passions,
- recherche du juste milieu, loin des excès et des solutions extrêmes.

## La conduite morale

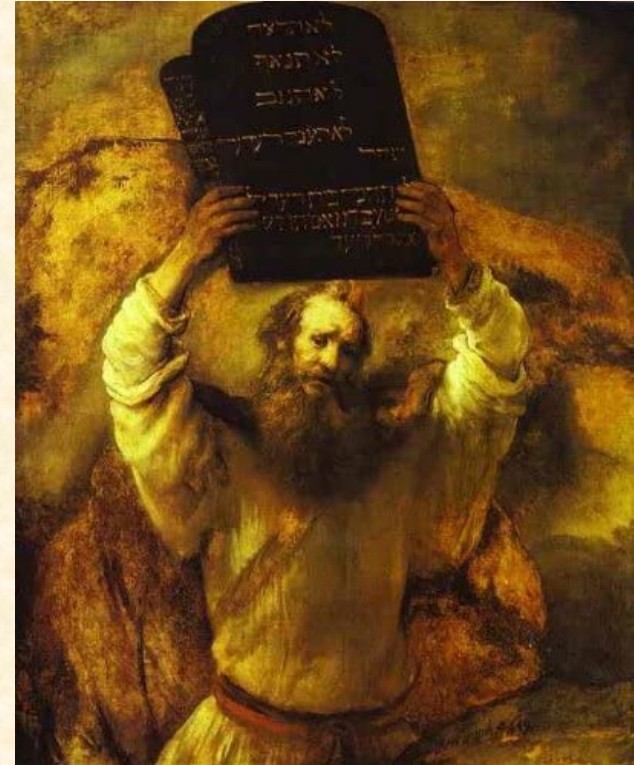
### met en jeu

### toutes les dimensions de la personne :

- sa condition physique,
- son émotivité,
- ses passions,
- sa liberté,
- son appartenance à une société,
- ses repères éthiques.

### **Les lois morales :**

- concernent la conduite que nous devons adopter.
- disent ce qui est bien et ce qui est mal.
- fixent des limites à ne pas dépasser.



Dieu lui-même a donné aux hommes une loi morale.

**Ce sont les 10 commandements**

qu'il a confié à Moïse sur le mont Sinäi (Dt 10,5).

Ces « Tables de la loi » sont conservés dans l'arche d'alliance.

## Les 10 commandements se divisent en deux tables :



La première parle

de l'amour que nous devons à Dieu.

La deuxième parle

de l'amour que nous devons au  
prochain .

Ces deux tables sont indissociables.

## 10 paroles inscrites au cœur de l'homme

Ils sont l'expression de la loi morale universelle.

*Ils concernent la vie de l'homme dans son ensemble.*

Tous les processus de la révélation  
est de faire prendre conscience aux hommes  
qu'ils sont appelés à obéir à la loi morale de l'intérieur d'eux-mêmes.

## Les 10 commandements :

*La 1<sup>ère</sup> parle  
de l'amour  
que nous devons à Dieu.*

- 1) Tu n'auras pas d'autres dieux que moi. ...
- 2) Tu n'invoqueras pas le nom  
du Seigneur ton Dieu pour le mal.
- 3) Tu feras du sabbat  
un mémorial, un jour sacré.

*La deuxième parle  
de l'amour  
que nous devons au prochain.*

- 4) Honore ton père et ta mère
- 5) Tu ne commettras pas de meurtre.
- 6) Tu ne commettras pas d'adultère.
- 7) Tu ne commettras pas de vol.
- 8) Tu ne porteras pas de faux témoignage contre ton  
prochain.
- 9) Tu ne convoiteras pas la maison de ton prochain.
- 10) Tu ne convoiteras pas la femme de ton  
prochain.

---

### Echo à la prière solennelle de la prière juive :

*« Ecoute, Israël :  
le Seigneur notre Dieu est l'unique.  
Tu aimeras le Seigneur ton Dieu  
de tout ton cœur, de toute ton âme  
et de toute ta force »  
(Dt 6,4-5)*

*Le Shemâ Israël => profession de foi juive  
Une des plus importants de prière du judaïsme récité  
en se levant, en se couchant, sur le chemin, dans son  
foyer, et enseigner à ses enfants.*

# *1<sup>er</sup> commandement*

**permet de comprendre tous les autres.**



Dieu rappelle aux hébreux l'expérience qu'ils ont vécue :

*« Je suis le Seigneur ton Dieu, qui t'ai fait sortir du pays d'Égypte, de la maison d'esclavage. »*

(Ex 20,2)

# Deutéronome 5, 6-10

**06** « Je suis le Seigneur ton Dieu,  
qui t'ai fait sortir du pays d'Égypte, de la maison d'esclavage.

**07** Tu n'auras pas d'autres dieux que moi.

**08** Tu ne feras aucune idole, aucune image  
de ce qui est là-haut dans les cieux, ou en bas sur la terre,  
ou dans les eaux par-dessous la terre.

**09** Tu ne te prosterner pas devant ces images pour leur rendre un culte.

Car moi, le Seigneur ton Dieu, je suis un Dieu jaloux :

chez ceux qui me haïssent, je punis la faute des pères sur les fils, jusqu'à la troisième  
et la quatrième génération ;

**10** mais ceux qui m'aiment et observent mes commandements, je leur montre ma  
fidélité jusqu'à la millième génération.

## Adorer Dieu seul s'est rejeter toutes ses idoles qui veulent te dominer.

*« Tu ne feras aucune idole, aucune image  
de ce qui est là-haut dans les cieux, ou en bas sur la terre ou dans les eaux par-dessus la terre. »*  
(Ex 20,4)

Ces idôles sont dénoncées par les prophètes.

*Les hébreux étaient entourés de peuple qui vénéraient une multitude de faux dieux.*

**Car seul le vrai Dieu te rend libre.**

Notre grande tentation, c'est

- de s'accrocher à :
  - des objets,
  - des animaux,
  - des stars.
  - Ou le pouvoir,
  - la célébrité,
  - la beauté,
- de les adorer,
- de les mettre au-dessus de tout,
- d'en devenir les esclaves parfois.



Ses idoles  
me détournent de  
mon vrai bonheur  
et me font perdre ma liberté.

N'avoir que Dieu pour Dieu  
c'est être libre  
de tous les faux dieux.

# Adorer Dieu

## *C'est le reconnaître comme :*

- mon créateur et mon sauveur,
- le Seigneur est le Maître de tout ce qui existe,
- celui qui me montre le chemin à suivre.

## *Adorer Dieu s'est :*

- le reconnaître pour qui il est ;
- et nous reconnaître pour qui nous sommes devant lui.

## *L'adoration se fait par :*

- la prière de louanges,
- d'action de grâces,
- d'intercession et de demande,
- dans le silence ou en assemblée.



**« Tu me serviras » dit Dieu.**

***Servir Dieu, c'est le reconnaître pour seul maître.***

***Il est interdit de représenter Dieu*** sous forme picturale ou plastique, car Dieu est au-delà de toute représentation anthropomorphique.

***Mais comme Dieu, en Jésus-Christ, a pris un visage humain, le christianisme a supprimé cette interdiction.***

***Il est interdit de contraindre à adorer Dieu.***

C'est une injure à Dieu et une injustice infligée à l'homme.

La « liberté de religion »

Nous sommes créées libre

de nous tourner vers Dieu ou de nous en éloigner.

***Interdiction de pratiques idolâtrique, magique, superstitieuse***

qui encombrent l'esprit et les mœurs.

Il faut les abandonner.

## **Divination et magie**

2116 *Toutes les formes de divination sont à rejeter* : recours à Satan ou aux démons, évocation des morts ou autres pratiques supposées à tort " dévoiler " l'avenir (Dt 18, 10 ; Jr 29, 8).

La *consultation des horoscopes, l'astrologie, la chiromancie, l'interprétation des présages et des sorts, les phénomènes de voyance, le recours aux médiums* recèlent une volonté de puissance sur le temps, sur l'histoire et finalement sur les hommes en même temps qu'un désir de se concilier les puissances cachées.

Elles sont en contradiction avec l'honneur et le respect, mêlé de crainte aimante, que nous devons à Dieu seul.

2117 Toutes les pratiques de *magie* ou de *sorcellerie* par lesquelles on prétend domestiquer les puissances occultes pour les mettre à son service et obtenir un pouvoir surnaturel sur le prochain, – fût-ce pour lui procurer la santé –, sont gravement contraires à la vertu de religion. Ces pratiques sont plus condamnables encore quant elles s'accompagnent d'une intention de nuire à autrui ou qu'elles recourent ou non à l'intervention des démons. Le port des amulettes est lui aussi répréhensible.

Le *spiritisme* implique souvent des pratiques divinatoires ou magiques. Aussi l'Église avertit-elle les fidèles de s'en garder. Le recours aux médecines dites traditionnelles ne légitime ni l'invocation des puissances mauvaises, ni l'exploitation de la crédulité d'autrui.

## 2<sup>ème</sup> commandement

**Tu ne prononceras pas le nom du Seigneur pour le mal**



*Dieu doit être respecté en toute circonstance.*

# Deutéronome 5, 11

**11** Tu n'invoqueras pas

le nom du Seigneur ton Dieu pour le mal,  
car le Seigneur ne laissera pas impuni  
celui qui invoque son nom pour le mal.

# Le Nom de Dieu pour les juifs I

Exode 3, 1-2.13-15

**Dieu se révèle à Moïse dans un buisson ardent**

*Et lui donne la mission de libérer son peuple de l'oppression des Egyptiens*

**13** Moïse répondit à Dieu : « J'irai donc trouver les fils d'Israël, et je leur dirai : “Le Dieu de vos pères m'a envoyé vers vous.” Ils vont me demander quel est son nom ; que leur répondrai-je ? »

**14** Dieu dit à Moïse : « Je suis qui je suis. Tu parleras ainsi aux fils d'Israël : “Celui qui m'a envoyé vers vous, c'est : JE-SUIS”. »

**15** Dieu dit encore à Moïse :

« Tu parleras ainsi aux fils d'Israël :

“Celui qui m'a envoyé vers vous,

c'est LE SEIGNEUR,

le Dieu de vos pères,

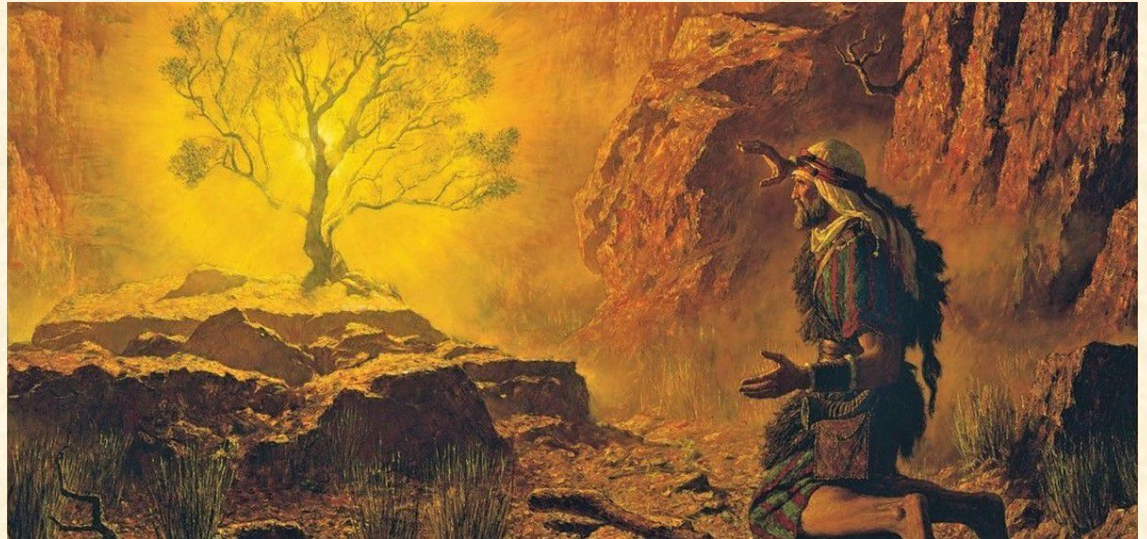
le Dieu d'Abraham,

le Dieu d'Isaac,

le Dieu de Jacob”.

C'est là mon nom pour toujours,

c'est par lui que vous ferez mémoire de moi, d'âge en âge.



## Le Nom de Dieu pour les juifs II

Exode 6,2-3

Dieu parla à Moïse et lui dit :

« Je suis Yahvé.

Je suis apparu à Abraham, à Isaac et à Jacob

comme El Shaddai,

mais mon nom de Yahvé, je ne le leur ai pas fait connaître.

Pour éviter de prononcer le nom divin,  
les juifs lisaient le tétragramme sacré YHWH,  
en utilisant le métonyme Adonai (Seigneur),  
ou encore en disant « le Nom ».

*Il impossible d'enfermer Dieu sous un adjectif,*  
une désignation quelconque qui sera toujours imparfaite  
et ne rendra pas compte du mystère infini de Dieu.

Dieu n'est pas qu'amour, que joie, que paix ...

Il est tout cela et de manière parfaite.

# Attention

***Il n'est pas permis de se servir de Dieu***

pour assouvir ses propres desseins,  
pour se glorifier soi-même ou pour écraser les autres.

***Il n'est la propriété de personne.***

Dieu est le Tout Autre.

Dieu ne doit pas être un objet de dispute  
entretenant de divers courants de pensée.

***Interdiction de tout usage inconvenant du nom de Dieu :***

Le blasphème consiste à user du nom de Dieu, ou de Jésus-Christ,  
d'une façon injurieuse,  
de l'associer à des propos ou des attitudes haineuse ou offensante,  
ou à le faire intervenir dans des jurons.

***Le prononcer avec Respect*** car le nom du seigneur est SAINT.

Nous devons honorer Dieu dans nos paroles.

***Prendre Dieu à témoin dans un serment est un geste grave.***

Tromper un partenaire par un faux serment

où le nom de Dieu est invoquer est un péché grave.

Dieu est vérité et ne peut être utilisé pour accrediter un mensonge car ***il est Vérité.***

# Honorer Dieu par ma vie

L'homme rend hommage à Dieu son créateur par :

- *une vie droite,*
- *en obéissant librement à la loi morale inscrite en son cœur.*

C'est par :

- *mes paroles,*
- *par mes gestes,*
- *mon regard*
- *mes attitudes*

*que je peux rendre hommage à Dieu.*

Je dois aussi honorer le nom du Christ  
par une *vie digne de lui.*

**Il ne faut pas :**

- **Rougir du nom de chrétien que nous portons,**
- **Ni se moquer**  
**de ceux qui croient en Dieu,**  
car c'est toucher à leurs convictions intimes.

# 3<sup>ème</sup> commandement

*Observe le jour du sabbat, en le sanctifiant*



*Dieu doit être respecté en toute circonstance.*

# Deutéronome 5, 12-15

**12** Observe le jour du sabbat, en le sanctifiant, selon l'ordre du Seigneur ton Dieu.

**13** Pendant six jours tu travailleras et tu feras tout ton ouvrage,

**14** mais le septième jour est le jour du repos, sabbat en l'honneur du Seigneur ton Dieu.

Tu ne feras aucun ouvrage, ni toi, ni ton fils, ni ta fille, ni ton serviteur, ni ta servante, ni ton bœuf, ni ton âne, ni aucune de tes bêtes, ni l'immigré qui réside dans ta ville.

Ainsi, comme toi-même, ton serviteur et ta servante se reposeront.

**15** Tu te souviendras que tu as été esclave au pays d'Égypte, et que le Seigneur ton Dieu t'en a fait sortir à main forte et à bras étendu.

C'est pourquoi le Seigneur ton Dieu t'a ordonné de célébrer le jour du sabbat.

# Récit de la création

## *Le septième jour*

« Il se repose, le septième jour, de toute l'œuvre qu'il avait faite.  
Et Dieu bénit le septième jour : il le sanctifia » (Gn 2,2-3)

Le jour de repos du créateur  
est aussi celui du repos du peuple sorti de Égypte (Ex 33,14 ; Dt 5,12-15),  
qui préfigure le « repos sabbatique » définitif  
dans lequel le Christ est entré par sa résurrection,  
préfigurant le repos dans lequel l'humanité  
est appelée à entrer à son tour (He 4,1-11).



**La semaine de 7 jour**  
**est calqué sur**  
**les sept jours de la création**

L'alternance des six jours de travail et du sabbat permet à l'homme de :

- prendre du recul,
- se recentrer sur le sens de son labeur et de ses différents engagements.

Le septième jour fait toute sa place à Dieu.

*L'homme se rappelle qu'il :*

- vient de Dieu
- collabore à son œuvre.

Le repos de l'homme manifeste  
qu'il doit lui aussi être « maître » de son travail  
et qu'il le domine (Dt 5,15).

L'homme a besoin d'alterner  
travail et repos, de vivre des moments festifs.

Il faut travailler pour vivre  
et non pas vivre pour travailler.

Le jour de repos permet de  
remettre en perspective la vie de travail  
par rapport au reste de la vie.

*Il est consacré à Dieu, à la famille, nos amis, nos activités de loisirs.*

*Le repas joyeux n'est pas inaction, mais jouissance de ce qui est accompli.*

**Le premier jour de la semaine**  
pour les chrétiens  
*est le Dimanche.*

Il a été déplacé  
*du samedi* – Sabbat pour les juifs  
(à la mémoire de l'œuvre de Dieu  
7<sup>ème</sup> jour de la création : repos du créateur)

*au dimanche*

puisque dans la *résurrection de Jésus*,  
Fondement de la foi chrétienne,  
le salut est offert dans sa plénitude.

Au dimanche

s'ajoute **les fêtes de préceptes** comme

Noël, l'épiphanie, l'Ascension, l'Immaculée Conception, Saint Joseph,  
Saint-Pierre et Saint-Paul et la Toussaint.

## ***Dimanche***

*C'est le jour de l'assemblée eucharistique.*

Depuis l'an 321, une loi de Constantin déclare le dimanche jour de repos.

Durant des siècles, le repos dominical rythmé la vie du monde chrétien.

Le Dimanche est le premier jour d'une création nouvelle.

Les chrétiens sont invités à observer le jour du seigneur.

***L'Église demande de participer à la messe dominicale,  
car c'est vital pour toi et pour la communauté chrétienne.***

En observant ainsi « le jour du seigneur »,

tu deviendras toujours davantage

disciple de Jésus et son témoin.

*« Sanctifier » le jour du Seigneur  
signifie le consacrer à Dieu,  
s'arrêter pour rendre grâce à Dieu.*

*Tu dois pouvoir prendre du recul,  
vivre avec ta famille,  
choisir des activités  
qui font grandir ta réflexion et ta vie spirituelle,  
surtout prier avec ta famille et ta communauté.*

## **2 questions :**

Le dimanche, nous sommes tous invités à aller à l'église pour célébrer l'Eucharistie. Et toi, est-ce que tu observes le jour du Seigneur ?

Ma semaine est-elle tellement surchargé par toutes sortes d'activités qui ne reste plus de temps à consacrer au Seigneur ?

Fin

# Quelles sont les cinq commandements de l'église ?

Ils sont obligatoires pour tous catholiques.

1. Participer à la messe le dimanche et jours de fête.

Cesser tout travail et toute activité  
qui nuirait au caractère sacré de ses jours.

2. Se confesser au moins une fois l'an.

3. Recevoir le sacrement de l'Eucharistie est au moins à Pâques.

4. Ça abstenir de manger de la viande (le mercredi des Cendres et les vendredis de carême)

et de jeûner (mercredi des Cendres et vendredi saint).

5. Subvenir aux besoins de matériel de l'église (denier du culte, quêtes...)

Les cinq commandements de l'église servent à nous Ils nous rappellent les exigences minimales selon lequel on ne peut pas être chrétien sans s'efforcer de vivre selon la morale, sans participer concrètement à la vie sacramentelle de l'église, sans vivre en solidarité avec elle.