

# BILAN DE SANTÉ 5 ESSENTIELS PERSONNEL

Pour vous aider à prendre une photo instantanée de votre vie chrétienne, évaluez-vous selon les affirmations indiquées ci-dessous.

- **Points d'attention**

Il s'agit de répondre aux affirmations d'une manière authentique, spontanée et intuitive selon votre sentiment personnel. Cette évaluation subjective peut être source de prises de conscience.

Ce bilan n'a aucune prétention normative : il ne peut couvrir tous les aspects de la vie chrétienne. Il est juste un indicateur.

Enfin, il ne s'agit pas de réduire la vie chrétienne à du quantitatif, mais il s'agit d'une pédagogie pour vous aider à prendre conscience du rôle indispensable des 5 essentiels.

- **Voici comment quantifier vos réponses :**

- 1 → ne me correspond pas du tout
- 2, 3 ou 4 → me correspond partiellement
- 5 → me correspond en grande partie

<b>PRIERE</b>	1 à 5
Je suis attentif à la présence et à l'action de Dieu dans ma vie, je vis de plus en plus sous son regard et lui remets les différents domaines de ma vie	
Je vis des moments de prière intérieure avec Dieu	
Je loue le Seigneur : je reconnais ce qu'Il fait et je L'en remercie, je reconnais qui Il est et je Le célèbre	
J'apprends à vivre de l'Eucharistie et pour l'Eucharistie (participation à la messe chaque WE, actes d'adoration, action de grâce après la communion...)	
Je regrette mes péchés, j'en demande pardon à Dieu et j'accueille sa miséricorde qui transforme ma vie : je me confesse plusieurs fois par an	
<b>TOTAL</b>	

<b>FRATERNITÉ</b>	1 à 5
Je participe à un ou plusieurs petits groupes proposés sur ma paroisse (fraternité, groupe de formation, groupe de partage...)	
Je participe aux temps forts et aux rencontres fraternelles de ma famille, mes amis, ma paroisse...	
Je prends du temps gratuitement pour autrui	
Je pardonne aux autres (de bon cœur ou avec l'aide de Dieu si c'est difficile)	
Je grandis dans l'esprit de bienveillance et j'œuvre pour la paix et l'unité	
<b>TOTAL</b>	

<b>FORMATION</b>	1 à 5
Je lis régulièrement la Parole de Dieu qui transforme ma vie	
Je suis de plus en plus attentif à ce que l'Esprit Saint me propose de faire et je Lui demande de me guider toujours plus	
Je cherche à mieux connaître Dieu : qui Il est, comment Il voit les choses et agit (lectures, parcours en paroisse ou sur le diocèse, supports multimédia...)	
Je grandis dans la connaissance de moi-même : composantes de mon être, vertus, faiblesses, attitudes...	
Je sais comment répondre aux questions et aux objections les plus courantes sur Dieu et sur l'Eglise	
<b>TOTAL</b>	

<b>SERVICE</b>	1 à 5
Je rends service à mon entourage avec une attention plus particulière aux personnes démunies	
Je suis au service de mon Eglise : je participe à son bon fonctionnement (engagement dans un service, soutien financier, action ponctuelle...)	
Je grandis dans l'esprit de service (désappropriation, capacité à travailler en équipe, attention aux besoins des autres...)	
Je connais les dons que je peux mettre au service des autres et je les développe (talents, compétences, charismes)	
Je recherche la charité : je réalise de plus en plus d'actions avec Amour	
<b>TOTAL</b>	

<b>EVANGÉLISATION</b>	1 à 5
J'entretiens des relations avec des personnes en recherche spirituelle et je demande à Dieu de me donner des occasions pour leur parler de Lui	
Je pose des actes qui témoignent de l'Amour	
Je témoigne de ce que Dieu a fait dans ma vie et présente Jésus (par le kerygme) à des gens qui ne le connaissent pas : j'ai appris à le faire et le fais lorsque les conditions sont favorables	
Je propose aux membres de mon entourage une activité de la paroisse qui leur correspond	
J'apporte ma contribution aux missions d'évangélisation de ma paroisse (par un engagement ponctuel ou en rejoignant une équipe, par un soutien financier, matériel ou par la prière...)	
<b>TOTAL</b>	

Totaux à reporter :

Prière	Fraternité	Formation	Service	Évangélisation

Quel essentiel pourrais-je renforcer ? .....