

opusdei.org

# Récollecion mars (2025)

La conversion à laquelle Dieu nous appelle n'est rien d'autre que le retour d'un fils à la maison de son Père.

01/03/2025

Récollecion mars 2025

Télécharger au format .pdf :  
récollecion mars 2025

.....

Dans son message d'entrée en Carême, le Pape nous invite à écouter plus sincèrement l'appel de Dieu à la conversion, appel " de l'espérance, de la confiance en Dieu et en sa grande promesse, la vie éternelle". En commençant la récollection, fixons notre regard sur Lui : personne ne veut autant que Lui que nous soyons plus saints, plus heureux.

- **Introduction** : pour nous impliquer dans le thème de la récollection.
- **Méditation** : Le vrai sens du jeûne en temps de Carême
- **Lecture spirituelle** : lectures au choix
- **Examen de conscience** : Se poser quelques questions en présence du Seigneur et faire ensuite un acte de contrition.
- **Lecture de l'Évangile** : évangile commenté
- **Récitation du chapelet** : en considérant chaque mystère du chapelet avant de réciter le Notre

Père et les Je vous salue Marie de  
chaque dizaine

---

## **Introduction**

Dans les Béatitudes, la logique de Dieu nous dépasse : là où nous voyons pauvreté et faiblesse, Lui discerne la richesse de ses enfants capables de Lui ouvrir leur cœur. Comment vivre radicalement de cette nouveauté de l'Évangile? C'est à cette condition seulement que nous pourrons être le sel et la lumière pour le monde qu'Il nous confie.

---

## **Méditation**

Le vrai sens du jeûne en temps de Carême

---

# Lecture spirituelle

Au choix : (~15 minutes)

"La mort du Christ, vie du chrétien"  
homélie de Saint Josémaria

ou

Mortification et pénitence, article du  
dictionnaire de Saint Josémaria

ou

La prière du notre Père, résumé de  
foi chrétienne

---

# Examen de conscience

## *Acte de présence de Dieu*

- 1. Chaque année, le Seigneur nous offre le Carême comme un temps de préparation à Pâques, un temps de prière et de pénitence. Dans quels aspects de ma vie le Seigneur attend-Il une conversion de mon cœur ?
- 2. « **Vous donc, priez ainsi : Notre Père, qui es aux cieux, que ton nom soit sanctifié** » (Mt 6, 9). Les moments d'intimité que je passe à dialoguer avec Dieu pour Lui raconter ce qui m'arrive, ce que je ressens, mes espérances et

mes rêves, me comblent-ils ?  
Suis-je réellement convaincue  
que Dieu est mon Père ?

- 3. « **Mais toi, quand tu pries, retire-toi dans ta pièce la plus retirée, ferme la porte, et prie ton Père qui est présent dans le secret ; ton Père qui voit dans le secret te le rendra** » (Mt 6, 6). Dans ma prière, est-ce du plus profond de mon cœur que je m'efforce de m'adresser au Seigneur ? Quels sont les moyens que je mets en œuvre pour me recueillir et dialoguer pacifiquement avec Jésus ?
- 4. « **Si le grain de blé tombé en terre ne meurt pas, il reste seul ; mais s'il meurt, il porte beaucoup de fruit** » (Jn 12, 24). L'esprit de pénitence consiste principalement à mettre à profit ces nombreuses petites choses – actions, renoncements, sacrifices, services – que nous

rencontrons chaque jour sur  
notre chemin, en les  
transformant en actes d'amour  
et de contrition, en  
mortifications, pour rassembler  
en fin de journée un bouquet,  
une très belle gerbe que nous  
offrons à Dieu ! (Forge, n° 408).  
Qu'en est-il pour moi ?

- **5. La vie chrétienne est un perpétuel commencement et recommencement, un renouvellement de chaque jour. Le Christ ressuscite en nous, si nous participons à sa Croix et à sa mort. (Quand le Christ passe, n° 114).** Comment puis-je accompagner le Seigneur pendant ce Carême ? Est-ce que je vis le jeûne comme un rappel que l'aliment qui assouvit la faim et la soif de l'homme n'est pas matériel, mais qu'il est Dieu Lui-même ?
- **6. « Comme il était encore loin, son père l'aperçut et fut**

**saisi de compassion ; il courut se jeter à son cou et le couvrit de baisers. » (Lc 15, 20).** Dieu est continuellement en train de nous attendre. Suis-je remplie d'espérance lorsque j'ai recours à la miséricorde du Seigneur, consciente que la confession inonde l'âme de joie et de force (Amis de Dieu, n° 214) ?

- ***ACTE DE CONTRITION*** : Mon Dieu, j'ai un très grand regret de t'avoir offensé parce que tu es infiniment bon, infiniment aimable, et que le péché te déplaît. Je prends la ferme résolution, avec le secours de ta sainte grâce, de ne plus t'offenser et de faire pénitence.
- 

**Lecture de l'évangile**



# Évangile commenté : Se laisser conquérir par Dieu

---

## Récitation du chapelet

"Le saint Rosaire est une arme puissante. Fais-en usage avec confiance et tu seras émerveillé des résultats." Chemin, n°558

Voici **un guide** pour la prière du Rosaire : eBook - comment réciter le chapelet

Vous pouvez le faire seul, ou avec les personnes qui vous accompagnent.

Mystère Joyeux ou autre mystère

---

opusdei.org/fr-fr/article/recollection-  
mars-2025/ (21/01/2026)