

Lorène, donnée à Dieu au cœur du monde

À 32 ans, Lorène est kiné, micro-nutritionniste, entrepreneuse... et agrégée de l'Opus Dei. Une vie bien remplie, des projets professionnels ambitieux, des amis, du sport, une famille proche. Rien d'extraordinaire en apparence — si ce n'est un choix radical : aimer Dieu dans le célibat apostolique, au cœur du monde. Témoignage d'une vocation souvent méconnue.

27/02/2026

Lorène, qui êtes-vous ? À quoi ressemble votre vie ?

J'ai 32 ans. Je suis kiné en libéral, spécialisée en micro-nutrition. J'ai un cabinet en centre-ville et je développe en parallèle une activité entrepreneuriale autour de la micro-nutrition, avec des consultations à distance et de la communication sur les réseaux sociaux. C'est assez nouveau, donc très prenant !

Au sein de l'Opus Dei, je suis responsable d'un club pour jeunes filles entre la primaire et le lycée. J'organise les activités, je m'occupe de leur formation humaine et spirituelle. J'aide aussi pour des activités destinées aux étudiantes et jeunes professionnelles.

Sinon ? J'ai une vie très normale. Je fais du judo depuis plus de vingt-cinq ans — j'ai même repris la compétition récemment. Je vois mes amis, je vais boire des verres, je lis, je regarde des films. J'aspire à une vie simple, faite de travail, d'amitiés, de sport, de moments tranquilles. Cette routine me rend heureuse.

Quand avez-vous compris que Dieu vous appelait ?

J'ai participé aux activités de l'Opus Dei depuis l'enfance. À 20 ans, dans ma prière, une question s'est imposée : *Qu'est-ce que le Seigneur va me demander ?*

Je ne saurais pas expliquer exactement comment, mais j'ai compris qu'Il m'appelait dans l'Opus Dei, et au célibat apostolique. Cela s'est imposé à moi — mais je l'ai choisi librement. J'ai compris que c'était là que je serais heureuse, là que je pourrais aimer le mieux.

Ensuite, j'ai découvert que Dieu m'appelait à être agrégée. Le mode de vie m'attirait. Et il y a eu comme des « clins d'œil » intérieurs qui m'ont confirmé : *c'est ici que je t'attends*. À partir du moment où j'ai compris, je n'avais plus qu'une envie : dire oui.

Concrètement, qu'est-ce qu'une agrégée de l'Opus Dei ?

C'est une vocation au célibat apostolique. J'ai choisi d'aimer Dieu pour toute ma vie, et de l'aimer en restant là où je suis, au milieu du monde. Une agrégée ne fait pas de vœux religieux. Elle n'est pas consacrée comme une religieuse. Elle est pleinement laïque. Rien ne change extérieurement : j'ai le même travail, les mêmes amis, la même vie que n'importe quelle femme de 32 ans en France. Ce qui change, c'est l'intérieur. La motivation profonde. Le fait que tout soit vécu pour Dieu.

Je le distingue d'un célibat « subi » ou individualiste. Ce n'est pas « rester célibataire pour être tranquille ». C'est choisir cette forme de vie parce que c'est celle par laquelle je peux le mieux servir Dieu et les autres.

Beaucoup imaginent que cela doit être difficile...

On me pose souvent la question : « Ce n'est pas trop dur de rester célibataire dans le monde ? » Je réponds toujours que ce qui serait dur pour moi, ce serait d'être retirée du monde. J'aime trop le monde. Dieu m'attend là : dans mon cabinet, avec mes patients, dans mes amitiés, dans ma famille. Ma vie ne ressemble pas à celle d'une religieuse en monastère. Elle ressemble à celle d'une femme active, engagée, insérée dans la société. Et c'est précisément là que je vis ma vocation.

À quoi ressemble une journée “ordinaire” ?

Je me lève, je prends un bon petit déjeuner, puis je prends un temps de prière. J'ai la chance d'avoir la cathédrale près de mon travail, donc je vais à la messe le matin. Ensuite je travaille : consultations, rendez-vous, projets. Dans la journée, j'essaie de garder Dieu présent. Offrir un moment plus difficile. Prier pour un patient qui traverse une épreuve. Être attentive, redoubler d'attention quand ils sont plus difficiles. Ce ne sont pas des « choses en plus » qui viendraient alourdir ma journée. C'est un tout. Cela me ressource et me donne de la force.

Le soir, je peux voir des amis, aller dîner, passer du temps en famille. Dieu m'attend aussi là, dans une amitié normale, dans une conversation simple.

Vous arrive-t-il de parler explicitement de votre foi ?

Oui, parfois. Quand la relation est de confiance, je peux dire à un patient que je vais à la messe ou que je pars en retraite. Certains posent des questions plus profondes.

Mais souvent, l'essentiel passe autrement : par ma manière d'être. Être à l'écoute. Être fidèle. Être joyeuse. Être professionnelle. Essayer, très humblement, d'être une image du Christ dans ma manière d'aimer.

Quels sont les fruits de cette vocation ?

Il y a des moments très concrets. Par exemple, revoir des étudiantes que j'avais accompagnées au club dix ans plus tôt, et constater qu'elles ont grandi dans leur foi. Voir qu'elles s'épanouissent. Cela me touche profondément. Quand des parents nous remercient pour ce que nous faisons pour leurs filles, c'est une grande joie. Même chose lorsque je

vois des patients apaisés d'avoir été écoutés ou aller mieux suite à certains conseils. Je me sens utile. Je vois que ma vie porte du fruit.

Y a-t-il aussi des moments plus difficiles ?

Bien sûr. Parfois, je rentre chez moi après une journée intense et je me dis : « J'aimerais partager cela avec quelqu'un physiquement présent. »

Ce sont des moments ponctuels. Mais je sais que je ne suis jamais seule. Dieu est là. Et il y a aussi toutes les personnes de l'Opus Dei avec qui je partage une profonde amitié.

J'ai rarement ressenti autant d'affection et de soutien que dans l'Œuvre. Cela donne envie d'être meilleure.

Comment votre entourage a-t-il réagi ?

Quand j'ai demandé l'admission à 20 ans, mes parents ont été surpris. Comme beaucoup de jeunes filles, j'avais imaginé me marier, avoir des enfants. Mais ils ont toujours respecté ma liberté. Aujourd'hui, ils sont heureux pour moi parce qu'ils voient que je suis heureuse.

Je n'ai jamais ressenti d'hostilité. Les gens posent des questions, veulent comprendre. Certains ne comprennent pas du tout — et c'est normal. Mais j'ai toujours été respectée.

Quel message aimeriez-vous transmettre ?

On pense souvent qu'une femme catholique a deux options : le mariage ou la vie religieuse. Le célibat apostolique est une véritable vocation, à part entière. Ce n'est pas un "entre-deux". Ce n'est pas une solution par défaut. C'est un appel positif. Je pense que beaucoup de

femmes pourraient être heureuses dans cette vocation sans le savoir. Des femmes qui ne se sentent pas appelées à la vie religieuse, qui ne sont pas mariées, mais qui ont un grand désir de donner leur vie. Le célibat apostolique permet d'aimer Dieu pleinement, au cœur du monde, sans quitter sa place dans la société. C'est simplement être soi-même... avec Dieu en plus.

.....

pdf | document généré
automatiquement depuis [https://
opusdei.org/fr-fr/article/temoignage-
lorene-pleinement-laique-et-totalement-
donnee-a-dieu/](https://opusdei.org/fr-fr/article/temoignage-lorene-pleinement-laique-et-totalement-donnee-a-dieu/) (19/03/2026)