

opusdei.org

Au travail de jour comme de nuit

Comment mettre Dieu dans son travail (parfois nocturne), avec ses collègues et dans sa famille ? Hélène, mère de 3 enfants et coopératrice de l'Opus Dei, répond à nos questions.

22/07/2009

Hélène, vous travaillez tout en ayant trois enfants. Comment prier tous les jours tout en étant présente pour votre famille ?

Je suis mariée depuis 16 ans, j'ai trois enfants et je suis chargée de communication dans un centre de tri de 400 personnes. J'accompagne mes enfants de 14, 13 et 10 ans sur le chemin de la Foi avec grand plaisir.

Je prends le temps de m'occuper de ma famille et de prier avec mes enfants dès que mes horaires me le permettent. En fait, tout est une question d'organisation ! Je suis avec mes enfants lorsqu'ils font la prière le soir, nous récitons parfois le chapelet et nous allons en famille à la messe le dimanche.

Une fois par mois, je vais aux réollections organisées par l'Œuvre, et j'assiste également à une formation tous les mois. Et surtout, je regarde rarement la télévision le soir ou le week-end, ce qui me laisse du temps libre. Le matin, en allant au travail, j'écoute radio Présence et

écoute ainsi l'Évangile tous les jours.
Finalement je trouve du temps !

Comment l'esprit de l'Opus Dei vous aide-t-il à trouver Dieu dans votre vie quotidienne ?

Tout d'abord, j'ai découvert l'Œuvre en février 2008 lors du pèlerinage à Rome organisé dans notre doyenné. Je devais réaliser le livret de notre pèlerinage et j'ai cherché des informations sur saint Josémaria puisque le programme de notre pèlerinage nous amenait sur sa tombe. Nous sommes allés au siège de l'Opus Dei à Rome et à Notre Dame de la Paix où Robin, mon plus jeune enfant a fait sa première communion. Quel honneur ! C'est ainsi que notre abbé et mes compagnes de pèlerinage m'ont fait découvrir l'esprit de l'Opus Dei.

La révélation a été que, même moi, je pouvais prendre le chemin de la sainteté ! Par des actions au

quotidien, par ma disponibilité pour ma famille, en continuant d'aller de l'avant malgré la fatigue parce que chaque effort pris sur soi nous approche du Seigneur et nous permet de nous relever chaque fois que l'on tombe. Tout cela en continuant mon activité quotidienne mais en l'offrant à Dieu. Malgré les difficultés et mes faiblesses, je me remémore certains mots de saint Josémaria qui me montrent que je peux moi aussi persévérer pour trouver le chemin de la sainteté. C'est grâce à l'Opus Dei que j'ai mieux compris tout cela.

Votre vocation modifie-t-elle votre manière de travailler et les rapports avec vos collègues ?

Dans ma vie professionnelle, quand l'occasion se présente, je n'hésite plus à dire que je suis catholique pratiquante. Auparavant, je me contentais de ne rien dire. Mes

collègues sont « intrigués » et à ma surprise sont plutôt curieux et intéressés de découvrir cette face cachée de ma personne. Je pense qu'ils ne s'attendaient pas à cela et me posent parfois des questions sur la liturgie ou me parlent de leur vécu dans la foi, parfois lorsqu'ils étaient enfants !

J'essaie aussi, dans le monde professionnel qui, en période difficile, fait ressortir certaines rancœurs ou amertumes, d'être plus charitable et de ne pas entrer dans le « jeu » des médisances. Et si des paroles ou des actes me blessent, je me dis que je dois rester humble et forte à la fois...

Dans le cadre de mon activité, je suis amenée à aller travailler la nuit pour rencontrer les manutentionnaires ou trieurs et les encadrants qui ne travaillent que la nuit. Je couche les enfants et je repars au travail. Les

collaborateurs sont surpris de me voir souriante et contente de les voir alors que j'ai déjà travaillé toute la journée. Ma présence en nuit ne me coûte pas car je le fais par charité envers mon prochain et parce que je sais, d'après leurs réactions, qu'ils sont contents d'avoir une oreille attentive et disponible. Donner de son temps aux autres fait partie entière de la vocation de tout chrétien ! La dimension chrétienne enlève toute contrainte à ce genre d'action ! Et puis, les nuits où j'ai moins envie d'y aller, je considère que c'est un cadeau offert au Seigneur.

pdf | document généré
automatiquement depuis [https://
opusdei.org/fr-lu/article/au-travail-de-
jour-comme-de-nuit/](https://opusdei.org/fr-lu/article/au-travail-de-jour-comme-de-nuit/) (11/04/2026)