

# Recommencer à fréquenter Dieu

L'été, période de repos pour beaucoup d'entre nous, est également un bon moment pour consacrer plus de temps à la famille, aux amis et à Dieu. Cela peut être l'occasion de se « convertir », pour recommencer notre vie chrétienne. C'est dans ce but que nous vous proposons quelques conseils de saint Joséméria.

2 août

La conversion est chose d'un instant.  
— La sanctification est l'œuvre de toute la vie.

**(285)**

Réagis. — Ecoute ce que te dit le Saint-Esprit : *Si inimicus meus maledixisset mihi, sustinuissem utique* — que mon ennemi m'offense, ce n'est pas surprenant et c'est plus tolérable. Mais toi... *tu vero homo unanimes, dux meus, et notus meus, qui simul mecum dulces capiebas cibos* — toi, mon ami, mon apôtre, qui t'assieds à ma table et manges avec moi des mets savoureux !

**(244)**

Maintenant ! Reviens à ta vie de droiture dès maintenant. — Ne t'y trompe pas : « maintenant », ce n'est ni trop tôt... ni trop tard.

**(254)**

Tu es comme un sac de sable. — Tu ne fais rien de ton côté. Il n'est donc pas surprenant que tu commences à éprouver les symptômes de la tiédeur. — Réagis. (257)

T'amender. — Un peu chaque jour. — Voilà l'effort constant, si tu veux vraiment devenir saint.

**(290)**

C'est précisément cela, ta vie intérieure : commencer... et recommencer.

**(292)**

Lumière nouvelle ! — Quelle joie tu ressens parce que le Seigneur t'a fait découvrir un monde inconnu de toi, et pourtant évident !

— Profite de ces instants : c'est l'heure d'entonner une hymne d'action de grâces; c'est aussi l'heure d'épousseter les coins de ton âme, de

rejeter quelques routines, d'agir avec plus de surnaturel, d'éviter un scandale possible à ton prochain...

— En un mot : que ta reconnaissance se manifeste par une résolution précise.

**(298)**

Tu t'étais écarté du chemin et ne revenais pas, car tu avais honte. — Il serait plus logique d'avoir honte de ne pas rectifier ta route.

**(985)**

Ne désespère jamais. Lazare était mort et décomposé : *jam foetet, quatrduanus est enim* — il sent déjà, c'est le quatrième jour, dit Marthe à Jésus.

Si tu entends l'inspiration de Dieu et que tu la suives — *Lazare, veni foras !* Lazare, viens ici. Dehors ! — tu renaîtras à la Vie.

## **(719) Sillon**

Je te conseille d'essayer de revenir parfois... aux débuts de ta « première conversion » : il ne s'agit pas de redevenir enfant, mais cela y ressemble beaucoup. Dans la vie spirituelle, il faut se laisser mener avec une entière confiance, sans peur ni duplicité; il faut parler avec une clarté absolue de ce que l'on a dans sa tête et dans son âme.

## **(145)**

« Nunc coepi ! » En cet instant, je commence ! tel est le cri de l'âme éprise qui, à chaque instant, qu'elle se soit montrée fidèle ou qu'elle ait manqué de générosité, renouvelle son désir de servir, son désir d'aimer notre Dieu dans une entière loyauté.

Comment vas-tu sortir de cet état de tiédeur, de langueur lamentable, si tu n'y mets pas les moyens ? Tu luttas très peu et, quand tu fais un effort, tu

le fais comme par colère et par malaise, presque avec le désir que tes faibles efforts ne produisent pas d'effet, pour t'autojustifier. Pour ne pas exiger plus de toi-même et pour que l'on n'exige pas davantage de toi.

— Tu es en train de faire ta volonté : et non pas celle de Dieu. Tant que tu ne changeras pas sérieusement, tu ne seras pas heureux et tu n'obtiendras pas la paix qui te manque maintenant.

— Humilie-toi devant Dieu, et essaie de vouloir pour de bon.

**(146)**

Convertis-toi maintenant, quand tu te sens encore jeune... Qu'il est difficile de se corriger lorsque l'âme a vieilli !

**(170)**

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr/dailytext/recommencer-  
a-frequenter-dieu/](https://opusdei.org/fr/dailytext/recommencer-a-frequenter-dieu/) (22/02/2026)