

Retraite
2-5 avril 2026

**Le Seigneur sera ma joie,
et son salut, mon allégresse !**

(Ps 34, 9)



Cheminer avec le Christ durant sa passion

- Vivre à mon rythme une démarche personnelle avec le Christ, en le suivant durant sa passion
- Me laisser nourrir par la prière liturgique à travers les offices et les célébrations
- Favoriser le silence extérieur pour développer un climat d'intériorité, à l'écoute de ce que Dieu veut me dire

Comment ?

Chaque jour une ou plusieurs propositions, invitant à méditer, voir, écouter, contempler... pour vivre une plus grande intimité avec le Christ

La participation aux différents offices

Les repas pris en silence

Célébrations durant le triduum pascal



Jeudi Saint

(2 avril)

Matines	6 h 30
Laudes	8 h 30
Tierce	12 h 15
Prière guidée	16 h 30
Célébration de la Cène	18 h 00
veillée silencieuse devant le reposoir	



Vendredi Saint

(3 avril)

Matines	6 h 30
Laudes	8 h 45
Prière guidée	11 h 00
Tierce	12 h 15
Chemin de croix	15 h 00
Office de la passion	18 h 00
veillée silencieuse devant la croix	

Jeudi Saint

16 h 30 **Méditation** silencieuse de l'Évangile du lavement des pieds soutenue par des pistes de prière pour accueillir le texte avec tout son cœur

Vendredi Saint

11 h 00 **Contemplation** de peintures de la passion du Christ guidée par quelques suggestions pour chaque tableau

Samedi Saint

11 h **Écoute** de plusieurs psaumes alternée par des temps de silence pour prolonger intérieurement la prière du psaume

16 h 00 **Intériorisation** de plusieurs aspects de la veillée pascale



Samedi Saint

(4 avril)

Matines	6 h 30
Laudes	8 h 45
Prière guidée	11 h 00
Tierce	12 h 15
Prière guidée	16 h 00
Vêpres	17 h 30
Vigile pascale	21 h 00



Jour de Pâques

(5 avril)

Laudes	8 h 15
Eucharistie	11 h 00
Vêpres	17 h 30
Complies	20 h 30