

La Recette du Bonheur

*Parcours de réflexion spirituelle
avec les messages de Jésus à Ses choisis*



2025

Infographie : Gabriel Provost
Dépôt légal : 4^e trimestre 2024

ISBN 978-2-924992-02-9

Librairie nationale du Canada (Ottawa)

Bibliothèque nationale du Québec (Montréal)

© Tous droits réservés en toute langue pour tous pays :

La Fondation des Choisis de Jésus

CP 22019, Sherbrooke, QC, Canada J1E 4B4

Téléphone: +1 819.565.9621 Télécopieur: +1 819.565.0608

Courriel : equipe@fcdj.org Site web : www.fcdj.org

Il est autorisé de faire des copies de cet ouvrage, en tout ou en partie, mais à la condition expresse que ce ne soit pas dans un but commercial. Cette autorisation vaut pour tout support médiatique.

*La mission de notre Fondation est de favoriser
la diffusion, l'expérimentation et l'intégration
des messages d'Amour du Seigneur confiés à Léandre Lachance.*

Note : Dans ce document, le genre masculin est utilisé comme générique, dans le seul but de ne pas alourdir le texte.

Diffusion et distribution pour l'Europe - 2025:

Éditions du Parvis

Route de l'Église 71

1648 Hauteville / Suisse

Tél. 0041 26 915 93 93

librairie@parvis.ch

www.parvis.ch

Imprimé en U.E.

ISBN 978-2-88022-500-1

Bonjour à toi, Choisi de Jésus,

Nous sommes heureux de te présenter *La Recette du Bonheur*, un parcours de réflexion spirituelle que nous avons concocté spécialement pour toi, avec amour !

Tout au long de ce chemin, tu découvriras les ingrédients pour devenir heureux !

Disponibles à la lecture et à l'écoute audio, ces 48 capsules te plongeront dans un parcours de 48 jours au cœur de ton cœur, avec 48 extraits de messages de Jésus que l'on retrouve dans les trois volumes *Pour le bonheur des Miens, Mes choisis. Jésus.*

Et puisqu'il s'agit d'une recette, c'est en suivant bien les étapes que tu obtiendras les meilleurs résultats et expérimenteras ce bonheur promis par Jésus.

Avec *La Recette du Bonheur*, tu apprendras concrètement à ne plus avoir peur et à agir continuellement dans la foi. Tu sauras que tu es sur la bonne voie en prenant conscience de la paix qui s'installera en toi tout au long de ce parcours.

Cette paix te permettra de prendre des décisions conformes à la volonté du Père, et d'avancer dans la vie avec confiance.

Ce verset biblique t'accompagnera tout au long du chemin :

« Voici l'Agneau de Dieu qui enlève le péché du monde. »

(Jn 1, 29)

Tu feras aussi l'expérience concrète de la présence de ton saint Ange Gardien qui, comme il est dit dans le livre de l'Exode (23, 20), est envoyé devant toi pour te garder en chemin et te faire parvenir au lieu que le Seigneur t'a préparé.

N'hésite pas à prendre en note ce qui monte en toi pendant la lecture et/ou l'écoute de ces capsules. Comme Jésus est venu parler au cœur de Léandre Lachance (fondateur des Choisis de Jésus et auteur des volumes) dans les messages que tu découvriras, il veut faire la même chose pour toi. Il désire ardemment bâtir une relation d'amour avec toi, et établir entre vous un lien intime qui transformera ton cœur ! Es-tu prêt ?

Parce que l'Amour t'aime, tu deviens l'Amour !

Scanne ce code pour écouter les capsules de chaque jour :

Avec un fond musical



Sans fond musical



Thèmes de ces 48 jours

- Jour 1 : L'Amour t'accueille
- Jour 2 : L'Amour de Jésus te poursuit
- Jour 3 : Jésus t'a choisi
- Jour 4 : Les yeux de la foi
- Jour 5 : La liberté des enfants de Dieu
- Jour 6 : Jésus veut se manifester en toi
- Jour 7 : Jésus veut t'accueillir dans ses bras
- Jour 8 : Ton cœur est le siège de l'Amour de Jésus
- Jour 9 : Jésus veut te conduire
- Jour 10 : Jésus veut te libérer de ce qui t'emprisonne
- Jour 11 : Jésus est ton Maître
- Jour 12 : Jésus te donne une foi plus grande
- Jour 13 : Le Père veut te voir uni à Jésus
- Jour 14 : La véritable dimension de l'Amour
- Jour 15 : Le plus beau est à venir
- Jour 16 : Une force nouvelle
- Jour 17 : Une nouvelle vie sur la terre
- Jour 18 : Tu es choisi pour une grande mission
- Jour 19 : Te décentrer de toi
- Jour 20 : La purification des cœurs
- Jour 21 : Laisse Jésus te transformer
- Jour 22 : Prends Jésus pour modèle
- Jour 23 : Quand rien ne paraît avancer
- Jour 24 : Tu deviens un être nouveau
- Jour 25 : L'Amour te rend libre
- Jour 26 : Tu n'es pas seul
- Jour 27 : Ta vraie sécurité est avec Jésus
- Jour 28 : La Source d'Amour du Père
- Jour 29 : Accepte de mourir à toi-même

- Jour 30 : Tu es une perle précieuse rare
Jour 31 : Jésus est toujours avec toi
Jour 32 : L'Esprit Saint s'active en toi
Jour 33 : Une seule chose est importante
Jour 34 : Demeure dans l'émerveillement
Jour 35 : La grande valeur de la souffrance
Jour 36 : Ton cœur devient de plus en plus Amour
Jour 37 : L'Amour éclate en puissance
Jour 38 : C'est Jésus qui te conduit
Jour 39 : Ne t'arrête pas
Jour 40 : Sois fidèle aux appels de Jésus
Jour 41 : Ce OUI qui change tout
Jour 42 : Le temps est à la communion avec notre famille du Ciel
Jour 43 : Tout est grâce
Jour 44 : Ta mission doit être fécondée
Jour 45 : Garde ton cœur tourné vers Jésus
Jour 46 : Unis tes souffrances à celles de Jésus
Jour 47 : Continue à avancer dans la foi pure
Jour 48 : Jésus est plus près de toi

Ces réflexions quotidiennes sont tirées
de la belle et grande mission des Choisis de Jésus.
Tu ne connais pas les Choisis de Jésus ?
Ce parcours te permettra de découvrir cette œuvre,
et tu peux aussi visiter fcdj.org.

Un chant pour t'accompagner

Tu fais toute chose nouvelle
(Marie-Anne Catry et Jessica Poulin)

Même si je ne comprends pas
Même si j'ai peur, même si j'ai froid
Je veux faire ta volonté
J'accueille la vie pour te glorifier
Chaque fois que je crie, Tu es là
Avec moi sur ma croix

Tu fais toute chose nouvelle
La victoire, Tu la vois déjà
Même si je ne la vois pas
Tu fais toute chose nouvelle
Je vis en toi, Tu vis en moi

Tu connais mes larmes et ma peine
Mes souffrances, Tu les fais tiennes
Seules dans le linceul en silence
Des blessures chargées de semences
Parfaites et souveraines, d'une infinie valeur
Portent des fruits à ton heure

Scanne ce code et écoute ce chant aussi souvent que tu le souhaites durant ce parcours :



Prière pour ce parcours

Prière de Jésus à Son Père, notre Père

Père, Je te rends gloire pour le flot de grâces
que tu déverses en ce moment sur tes choisis.

Père, Je te rends gloire

de parachever ta création chez tes choisis.

Père, Je te rends gloire d'en faire des êtres d'Amour,
unis à mon Cœur et à celui de ma Mère.

Père, Je te rends gloire pour la multitude de cœurs
que Tu vas rejoindre à travers eux.

Père, Je te rends gloire pour cette Église nouvelle
que Tu reconstruis en ce moment.

Père, Je te rends gloire pour cette société nouvelle
qui se reconstruit à travers tes choisis.

Père, Je te rends gloire de faire éclater ta miséricorde,
ton Amour et ta toute-puissance en eux,
autour d'eux et à travers eux.

Merci, Père, pour tant d'Amour, pour ce feu d'Amour-feu
qui brûle dans les cœurs de tes choisis en ce moment.

Je te demande que ce feu d'Amour
se propage dans tous les cœurs.

Merci, Père, d'exaucer toujours ma prière.

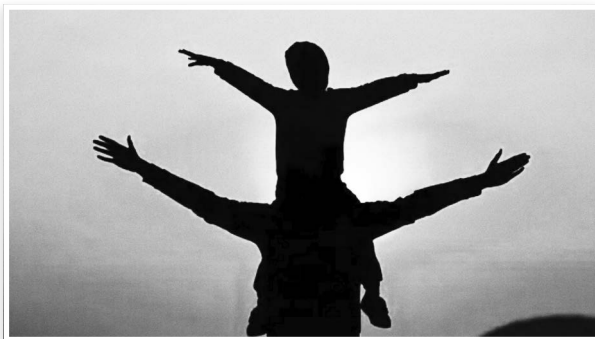
Comble encore tes choisis de ton Amour.

Comble d'une façon spéciale
ceux et celles que porte dans son cœur
la personne qui récite cette prière.

Qu'elle soit comblée, elle et les siens,
de notre Amour trinitaire. AMEN.

(Tirée de *Pour le bonheur des Miens, Mes choisis, Jésus* Vol.1, n° 71)

*Un nouveau parcours de réflexion spirituelle,
concocté spécialement pour toi, avec amour !
Chaque jour, un nouvel ingrédient
pour devenir heureux...
c'est le profond désir de Jésus pour toi !*



Jour 1 : L'Amour t'accueille

Cher choisi de Jésus,
Aujourd'hui, Jésus parle à ton cœur :

*« Mon enfant,
Mon Cœur est pleinement ouvert pour t'accueillir.
Je n'attends que des OUI de ta part.
Laisse-toi combler ;
laisse-toi aimer,
laisse-toi brûler au Feu de Mon Amour !
Je t'aime tellement. Mon Amour est sans limite ! »*

Ce message 20 du 1^{er} volume *Pour le bonheur des Miens, Mes choisis.* Jésus exprime tout l'Amour que Jésus a pour toi. Son Amour est si grand pour toi qu'Il ne peut rien te refuser. Il veut être UN avec toi, comme Il est UN avec le Père, afin que tu puisses t'alimenter continuellement à leur Amour. Demeure dans l'émerveillement et tu seras de plus en plus dans la louange, témoin de son Agir et de son Amour. Finies les grandes complications, tu entres dans la grande simplicité !

Prière

Doux Jésus,
J'ai dans le cœur le goût de te laisser m'accueillir
et de te donner mon OUI total et sans condition.
Viens me combler, m'aimer, me gratifier,
me choyer et me brûler au Feu de ton Amour.
Parce que la transformation de mon cœur,
c'est ton Œuvre à toi, et non la mienne.
Amen.

Conseil pratique pour aller plus loin

Garde un cahier à ta portée pour écrire ce que Jésus veut t'enseigner dans le futur, car Il a besoin de toi. Au début, ne cherche pas à comprendre ce que tu écris. Écris simplement ce que tu reçois dans ton cœur et qui monte en toi.

Parce que l'Amour t'aime, tu deviens l'Amour.

Notes : _____



Jour 2 : L'Amour de Jésus te poursuit

Cher choisi de Jésus,
Aujourd'hui, Jésus parle à ton cœur :

*« Mon tout-petit,
Je veux te crier Mon Amour. Accepte que Je t'aime.
Tu ne connais pas la grandeur, la hauteur,
la largeur et la profondeur de Mon Amour.
L'Amour que J'ai pour chacun de Mes enfants
de la terre est sans limite.
Je poursuis chacun d'eux pour lui exprimer,
lui faire goûter Mon Amour. »*

Dans ce message 19 du 1^{er} volume, Jésus t'invite à bien l'écouter, car Il a besoin de toi ; Il a besoin de se reposer en toi et d'y faire son véritable chez-lui. Il a des flots d'Amour rien que pour toi, et Il veut les déverser dans ton cœur, et en même temps chez tous les tiens. Prends le temps de te laisser aimer aujourd'hui, et de goûter à son Amour. Son Amour va commencer à transformer ton cœur. C'est cela l'essentiel ! Le reste est secondaire.

Prière

Mon bon Jésus

Je suis en communion de cœur et d'esprit avec toi, me voici.

J'ai confiance en toi.

Je crois en ta grande Miséricorde qui m'accueille,
alors même que je ne suis pas digne de ton Amour.

Je crois en ton Amour qui m'aime divinement,
tendrement et follement.

Je crois en ta Bonté qui n'attend que mes OUI
pour me combler de grâces et de bénédictions.

Je te remercie de faire de mon cœur ton chez-toi.

Amen.

Conseils pratiques pour aller plus loin

Trois fois aujourd'hui, fais une pause de trois minutes et répète
cette prière :

Oui, Seigneur, je suis petit, Tu es Miséricorde.

Oui, Seigneur, je sais que Tu m'aimes, Tu es Amour.

Oui, Seigneur, j'accueille tes grâces, Tu es Bonté.

Parce que l'Amour t'aime, tu deviens l'Amour.

Notes : _____

Témoignages

Ce parcours a creusé ma soif d'une intimité plus grande et quotidienne avec le Seigneur. Nous venons de découvrir la valeur infinie de la souffrance acceptée et vécue avec Jésus dans un oui total et inconditionnel, seule source de grâces infinies. Je rêve déjà d'un autre parcours où vous pourriez nous emmener sur le chemin de l'Amour. Adviene que pourra ! Que l'Esprit Saint vous vienne en aide. *« Seigneur, non pas ma volonté, mais la tienne ! »* (Lc 22,42)

À vous qui, pour nous, avec l'aide de l'Esprit Saint, avez réalisé ce parcours : qu'une pluie de bénédictions du Seigneur descende sur chacun de vous. Qu'Il vous comble de sa rosée divine qui fera s'épanouir des fleurs de joie, de paix, d'amour et d'espérance en vous, autour de vous, et à travers vous. À Dieu soit la gloire !

M.P.

Chaque jour, je me réjouissais de lire/écouter le contenu du parcours d'une grande simplicité et d'une grande efficacité. C'est un beau support de prière. J'ai apprécié le soutien musical discret. De beaux moments nourrissants !

A.

Je suis vraiment heureuse de vivre ce Carême avec vous, c'est la première fois que je le vis avec les choisis de Jésus... Que c'est beau !

Seigneur, je t'ouvre tout grand mon cœur, remplis-le de ton Amour. Amen.

M.D.

À tous ceux qui ont contribué
à la création de ce parcours,

MERCI !

Auteur : Guy Fromet de Rosnay

Voix : Marie-Anne Catry & Guy Fromet de Rosnay

Création musicale et interprétation : Marie-Anne Catry

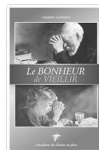
Réalisation des capsules audio : Marie-Anne Catry

Recherche des images : Nancy Nadeau

Révision des textes : Annicia Técher

Infographie et couverture : Gabriel Provost

LIVRES



- Pour le bonheur des Miens, Mes choisis. Jésus VOL. 1
- Pour le bonheur des Miens, Mes choisis. Jésus VOL. 2
- Pour le bonheur des Miens, Mes choisis. Jésus VOL. 3
- Léandre Lachance – Bonheur en Héritage
- Pour le bonheur du Couple et de la Famille
- Pour le bonheur des Jeunes
- Le bonheur de Vieillir
- À l'école du bonheur
- Dieu agit (Recueil de témoignages)

CD

- CD MP3 *Retraite « La Civilisation de l'Amour »*



PAQUETS DE PENSÉES

- 10 paquets de 40 pensées
extraites des volumes
- 1 paquet de 40 pensées



POUR L'AMÉRIQUE :
Fondation des Choisis de Jésus

C.P. 22 019, Sherbrooke, Qc.
J1E 4B4 – Canada

✉ equipe@fcdj.org

☎ 819 565-9621

🌐 www.fcdj.org

POUR L'EUROPE :
Les Éditions du Parvis

1648 Hauteville
Suisse

✉ librairie@parvis.ch

☎ 0041 26 915 93 93

🌐 www.parvis.ch

Retrouvez-nous pour des réflexions spirituelles hebdomadaires diffusées

EN DIRECT °



Laissez-vous transformer avec les parcours de réflexion spirituelle *La Recette du Bonheur* et *La Générosité du Cœur*

EN PODCAST

*et en livrets



La Pensée du Jour

Recevez chaque jour un message de Jésus tiré des Volumes *Pour le bonheur des Miens, Mes choisis. Jésus*

PAR COURRIEL :

Abonnez-vous sur fcdj.org ou contactez equipe@fcdj.org

PAR TÉLÉPHONE :

Composez le numéro correspondant à votre région :

Belgique +32 2 888 91 42

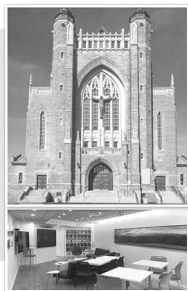
Canada +1 819 791 2633
+1 514 906 1456

France +33 9 75 17 08 08

Suisse +41 31 550 07 18

Pologne +48 22 490 87 00

SUIVEZ-NOUS SUR VOS RÉSEAUX PRÉFÉRÉS !



Le CÉNACLE

Découvrir, échanger, prier ensemble au CÉNACLE.

Le local des choisis de Jésus, situé à la Basilique Cathédrale Saint-Michel (Sherbrooke)

Découvrez-en plus sur

FCDJ.ORG