

## Sur les pas des saintes : parcours spirituel féminin autour des 5 essentiels

Un pèlerinage en ville guidé par la sagesse et la foi des grandes figures féminines de l'Église.

---

### ♦ 1. Basilique Sainte-Marie-Majeure (Santa Maria Maggiore)

 Piazza di Santa Maria Maggiore

 **Essentiel : PRIÈRE**

 Sainte patronne : Marie, Mère de Dieu

#### À vivre :

Dans cette première basilique mariale de Rome, entre dans un cœur-à-cœur avec Dieu par l'intercession de Marie. Admire les mosaïques bibliques et offre ton pèlerinage.

 **Piste spirituelle** : Quelles sont les paroles de Marie que tu veux faire tiennes aujourd'hui ?

 **Défi** : Récite un « Je vous salue Marie » pour chaque personne qui t'a montré l'amour de Dieu.

 **Accessibilité PMR** :  Entièrement accessible avec rampes et ascenseur latéral.

---

### ♦ 2. Santa Brigida a Campo de' Fiori

 Piazza Farnese

 **Essentiel : FORMATION**

 Sainte patronne : Sainte Brigitte de Suède (docteure de l'Église, mystique et pèlerine)

#### À vivre :

Dans ce lieu de résidence de sainte Brigitte, découvre sa soif d'unité de l'Église et sa fidélité à l'Évangile. Lis quelques extraits de ses révélations.

#### ✨ 1. Marie, modèle de toute femme

*« La Vierge fut la plus humble et la plus obéissante de toutes les femmes. Elle n'a jamais cherché son propre honneur, mais uniquement la gloire de Dieu. C'est pourquoi elle a reçu la plénitude de la grâce. Les femmes qui la suivent sur ce chemin de pureté, de miséricorde et de charité sont grandement aimées de mon Fils. »*  
(Révélations, Livre I, chap. 10)

#### Développement :

Sainte Brigitte propose une **vision profondément mariale de la vocation féminine**. Marie est décrite comme la femme par excellence, humble, obéissante, toute tournée vers Dieu. Ce n'est pas une soumission passive, mais une disponibilité libre à l'œuvre de Dieu. Brigitte invite toutes les femmes à s'inspirer de cette attitude : **pureté intérieure, service du prochain, confiance totale en Dieu**.

#### Piste de réflexion :

En quoi la figure de Marie éclaire-t-elle ma manière d'aimer, de servir, d'être femme (ou frère auprès des femmes) ? Quelle part de miséricorde ou d'accueil en moi peut encore grandir ?

#### ✨ 2. La femme, porteuse de lumière dans l'Église

« Mon Esprit souffle où il veut. Il arrive que les femmes, à cause de la tendresse de leur cœur, sont plus disposées à écouter ma voix que les hommes. Je parle par leur bouche, non à cause de leur sexe, mais à cause de leur foi et de leur humilité. Ne méprisez pas celles que j'ai choisies pour être mes messagères, car leur voix vient de mon Esprit. »

(Révélation, Livre V, chap. 10)

#### Développement :

Ce passage est **très audacieux pour son temps (XIV<sup>e</sup> siècle)** : Brigitte rappelle que **le Seigneur parle aussi par les femmes**, que leur cœur simple et ouvert peut être un canal authentique de la Parole. Elle défend une **légitimité spirituelle féminine** dans l'Église, fondée non sur une revendication de pouvoir, mais sur la disponibilité à l'Esprit Saint.

#### Piste de réflexion :

Est-ce que je reconnais et valorise la parole des femmes dans la foi ? Qui sont aujourd'hui les « messagères » que Dieu me donne d'écouter ?

### 3. L'éducation spirituelle des filles et des femmes

« Comme une lampe éclaire toute la maison, ainsi une femme instruite dans la foi peut guider toute sa famille. Que les parents prennent soin d'instruire leurs filles dans la crainte de Dieu, car la femme fidèle est une source de vie. Son cœur sage, sa parole douce et sa main charitable rendent gloire à Dieu. »

(Révélation, Livre IV, chap. 55)

#### Développement :

Brigitte souligne l'importance de **la formation spirituelle des filles**, à une époque où l'éducation religieuse était surtout destinée aux garçons. Elle affirme que **la sagesse féminine éclaire le foyer, la communauté, et l'Église**. La femme, formée à l'écoute de la Parole, devient à son tour **éducatrice, témoin, et lumière dans le monde**.

#### Piste de réflexion :

Comment est-ce que je forme mon cœur à la sagesse ? Est-ce que je transmets quelque chose de Dieu à celles et ceux qui m'entourent ?

 *Piste spirituelle* : Qu'est-ce que Dieu veut m'enseigner aujourd'hui ?

 **Défi** : Note une phrase tirée de ses écrits qui éclaire ta foi.

 **Accessibilité PMR** :  Partiellement accessible (marches à l'entrée, pas d'ascenseur).

### 3. Santa Maria della Vittoria

 Via XX Settembre

 **Essentiel** : **SERVICE / DON DE SOI**

 Sainte patronne : Sainte Thérèse d'Avila - Docteure de l'Église

#### **À vivre :**

Devant la célèbre statue de l'extase de sainte Thérèse par Le Bernin, laisse-toi toucher par son abandon total à l'amour de Dieu.

 *Piste spirituelle* : Comment est-ce que je me donne pleinement dans ce que je fais ?

 **Défi** : Choisis un service que tu vas rendre aujourd'hui avec amour et générosité.

 **Accessibilité PMR** :  Accessible, entrée latérale disponible.

---

#### ◆ 4. Trinità dei Monti

📍 Piazza della Trinità dei Monti

🌸 **Essentiel : FRATERNITÉ**

👩 Sainte patronne : Sainte Thérèse de Lisieux (du « petit chemin » – Docteure de l'Église)

##### À vivre :

Lieu paisible, propice à l'intériorité. À l'exemple de sainte Thérèse, vis la fraternité dans la simplicité, la confiance et l'amour des petits gestes.

💬 *Piste spirituelle* : Quelle place la simplicité et la tendresse ont-elles dans mes relations ?

👉 **Défi** : Envoie un message à une personne que tu as négligée ou que tu veux encourager.

♿ **Accessibilité PMR** : ♿ Accès limité (nombreuses marches, alternative possible via ascenseur à la station métro Spagna + accompagnement).

---

#### ◆ 5. Basilique Sainte-Cécile de Trastevere

📍 Piazza di Santa Cecilia

🎵 **Essentiel : ÉVANGÉLISATION**

👩 Sainte patronne : Sainte Hildegarde de Bingen (docteure, musicienne, écologiste)

##### À vivre :

Dans ce lieu de musique et de témoignage, découvre le génie créatif de sainte Hildegarde et sa manière de faire rayonner la foi dans le monde.

💬 *Piste spirituelle* : Quel don en moi puis-je mettre au service de la mission ?

👉 **Défi** : Prends un temps de silence pour écouter une œuvre de Hildegarde ou chanter un refrain de louange. [📺 Hildegarde de Bingen : Compositrice pionnière et icône médiévale -...](#)

♿ **Accessibilité PMR** : ✅ Accessible, entrée latérale pour les visiteurs à mobilité réduite.

---

#### ◆ 6. Église Saint-Augustin (Sant'Agostino in Campo Marzio)

📍 Via della Scrofa

💖 **Essentiel : PRIÈRE POUR LES AUTRES**

👩 Présence de la Vierge à l'Enfant de Raphaël, et de sainte Monique

##### À vivre :

Dépose tes intentions auprès de Marie, comme l'a fait sainte Monique pour la conversion de son fils Augustin.

💬 *Piste spirituelle* : Qui ai-je à porter avec foi dans la prière ?

👉 **Défi** : Allume une bougie pour une personne qui cherche encore sa route.

♿ **Accessibilité PMR** : ✅ Accessible par l'entrée latérale.

#### 🌟 Conclusion du parcours

Ce pèlerinage met en lumière les voix puissantes, mystiques et engagées des femmes proclamées docteurs de l'Église. À travers leur prière, leur intelligence et leur action, elles nous apprennent à grandir comme disciples du Christ dans les **5 essentiels** : **prière, formation, service, fraternité, évangélisation.**