🕊️ Sur les pas des Essentiels avec Saint Philippe Néri

Un pèlerinage pour grandir dans les 5 essentiels de la vie chrétienne

Conçu au XVIe siècle par Saint Philippe Néri, le pèlerinage des 7 églises est l'un des plus anciens itinéraires spirituels de Rome. Parcourant près de 25 km à travers la ville et ses basiliques majeures, il invite aujourd'hui à un chemin intérieur.

À chaque étape, tu découvriras un **essentiel de la vie chrétienne**, un verset, une méditation, un défi concret… pour faire de ce parcours une expérience vivante de foi et de mission.

🏛️ **Églises visitées** : Saint-Pierre, Saint-Paul-hors-les-Murs, Saint-Sébastien, Saint-Jean-de-Latran, Sainte-Croix-de-Jérusalem, Saint-Laurent, Sainte-Marie-Majeure

🔹 **1. Basilique Saint-Pierre (Vatican)**
📍 Place St Pierre
👑 **Essentiel : PRIÈRE (Adoration & Intimité avec Dieu)**
« Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur… » (Matthieu 22, 37)

À vivre : Mets-toi en silence face à la grandeur de Dieu. Prie dans l'une des chapelles latérales, fais un acte de foi et d'abandon.
💬 *Piste spirituelle :* Est-ce que je prends du temps chaque jour pour parler à Dieu, pour écouter sa Parole ? Comment entretenir une relation personnelle avec Dieu ?
✍️ **Défi :** Prends 5 minutes de silence total devant le Saint-Sacrement (chapelle d'adoration ou lieu calme).
♿ **Accessibilité PMR :** ✅Entrée équipée d'une rampe située à l'extrémité droite de la façade. Des ascenseurs sont disponibles pour accéder à l'intérieur.

🔹 **2. Basilique Sainte-Marie-Majeure**
📍 Piazza di Santa Maria Maggiore
👑 **Essentiel : PRIÈRE (Joie de la foi)**
« Mon âme exulte en Dieu mon Sauveur » – Luc 1,47

À vivre : Marie est la Mère de l'Église et la première disciple.
💬 *Piste spirituelle :* Suis-je un chrétien joyeux ? Est-ce que ma foi rayonne ?
✍️ **Défi :** Loue Dieu à haute voix ou en chantant. Rédige un "Magnificat personnel" pour remercier Dieu du chemin parcouru.
♿ **Accessibilité PMR** : ✅ Accessible aux personnes à mobilité réduite. Des entrées adaptées sont disponibles.

🔹 **3. Basilique Saint-Laurent-hors-les-Murs**
📍 Piazzale del Verano, 3, 00185 Roma RM, Italie
👑 **Essentiel : SERVICE**
« Il n'y a pas de plus grand amour que de donner sa vie pour ses amis » – Jean 15,13

À vivre : Saint Laurent a donné sa vie pour les pauvres.
💬 *Piste spirituelle :* Suis-je capable de me laisser déranger par les besoins des autres ?
✍️ **Défi :** Note un engagement de service concret que tu peux vivre cette semaine (bénévolat, aide à la maison, écoute…).
♿ **Accessibilité PMR** : ♿ Partielle. L'église dispose d'une entrée principale avec quelques marches ; une assistance peut être nécessaire pour les personnes en fauteuil roulant.

🔹 **4. Basilique Sainte-Croix-de-Jérusalem**
📍 *Piazza di Santa Croce in Gerusalemme*
👑 **Essentiel : ÉVANGÉLISATION (Témoigner)**
« Allez dans le monde entier, proclamez l'Évangile » – Marc 16,15

À vivre : Les reliques de la Croix invitent à témoigner du Christ crucifié et ressuscité.
💬 *Piste spirituelle :* Quand ai-je parlé de Jésus pour la dernière fois ? Suis-je missionnaire dans ma vie quotidienne ?
✍️ **Défi :** Envoie un message d'espérance à quelqu'un, partage une parole de Dieu ou une bénédiction.
♿ **Accessibilité PMR** : ✅ Accessible aux personnes à mobilité réduite. Des rampes et des entrées adaptées sont disponibles.

🔹 **5. Basilique Saint-Paul-hors-les-Murs**
📍 *Via Ostiense, 186*
👑 **Essentiel : FORMATION (Croître dans la foi)**
« Soyez transformés par le renouvellement de votre intelligence » – Romains 12,2

À vivre : lis un passage d'une lettre de saint Paul (par ex. Romains 8 ou 1 Corinthiens 13).
💬 *Piste spirituelle:* Comment nourris-tu ta foi? Te formes-tu pour mieux connaître le Christ ?
✍️ **Défi :** Choisis un livre spirituel ou un passage biblique à méditer pendant le pèlerinage.
♿ **Accessibilité PMR** : ✅ Accessible aux personnes à mobilité réduite. Des rampes et des entrées adaptées sont disponibles.

🔹 **6. Basilique Saint-Jean-de-Latran**
📍 *Piazza San Giovanni in Laterano*
👑 **Essentiel : FRATERNITÉ (Communion fraternelle)**
« Aimez-vous les uns les autres comme je vous ai aimés » – Jean 15,12

À vivre : Cette basilique est la cathédrale de Rome, signe d'unité dans la foi.
💬 *Piste spirituelle:* Est-ce que je vis ma foi seul ou en Église ? Ai-je un groupe, une fraternité, un soutien ?
✍️ **Défi :** Prends un moment pour discuter sincèrement avec quelqu'un du groupe, ou pour réconcilier une relation tendue.

♿ **Accessibilité PMR** : ✅ Accessible aux personnes à mobilité réduite. Des rampes et des entrées adaptées sont disponibles.

🔹 **7. Basilique Saint-Sébastien-hors-les-Murs**
📍 *Via Appia Antica*
👑 **Essentiel : SERVICE (Don de soi)**
« Le plus grand parmi vous sera votre serviteur » – Matthieu 23,11

À vivre : Saint Sébastien a servi l'Église jusqu'au martyre.
💬 *Piste spirituelle:* Qui s'appuie sur moi aujourd'hui ? Suis-je disponible pour aider, sans attendre en retour ?
✍️ **Défi :** Aide concrètement un pèlerin ou une personne croisée aujourd'hui (porter un sac, offrir un sourire, prier pour elle…).
♿ **Accessibilité PMR** : ✅ Accessible aux personnes à mobilité réduite. Des rampes et des entrées adaptées sont disponibles.

🎯 **À la fin du pèlerinage…**
Choisis un **engagement concret** dans l'un ou plusieurs des 5 essentiels. Note-le et commence à le vivre dès la semaine suivante !