

LETTRE DE SAINT-HUGUES

N°39 | AVRIL 2019

 SAINT-HUGUES
centre spirituel

3

LE BILLET

Daniel DESOUCHES

4

ZOOM

Art, corps,
montagne

5

PROGRAMME

de mai à août 2019

9

TÉMOIGNAGE

Béatrice PIGANEAU

10-11

TRAVAUX

Centre spirituel animé par la



Communauté de
Vie Chrétienne





Chers amis de Saint-Hugues,

Ignace nous a laissé les « Exercices spirituels » pour aider chacun à vivre à la suite du Christ. 500 ans plus tard, le centre Saint-Hugues poursuit cette belle mission de proposer de vivre cette expérience des Exercices spirituels à ceux qui le souhaitent.

Nous déclinons ses Exercices dans des retraites de 3 à 30 jours, au centre ou hors les murs, en groupe ou en individuel, et sous des formes variées pour que chacun puisse découvrir à sa façon ce trésor transmis par Ignace.

De nombreuses propositions associent une pratique corporelle ou artistique à la prière pour que tout notre être s'ouvre à Dieu : la marche en montagne, le travail de la terre du potier, le chant, le yoga, la danse, le jeûne, etc. Mais vous pouvez aussi découvrir et vivre les Exercices, tout simplement, dans des retraites d'initiation.

Parce que la vie spirituelle concerne toutes les dimensions et les étapes de notre vie, nous avons aussi des propositions pour les couples, pour les étudiants et jeunes pros, pour les célibataires, pour prendre du recul par rapport à sa vie professionnelle... en s'appuyant toujours sur cette pédagogie des Exercices spirituels d'Ignace pour trouver Dieu en toutes choses !

J'espère que, dans cette diversité de propositions, vous trouverez une retraite à votre goût pour prendre un temps de pause avec Dieu et je vous souhaite un très bon été !

Bénédicte Boisseau



DANIEL DESOUCHES
sj



Favoriser une
intérieurité
ouverte à
l'Autre et aux
autres.

Les Exercices ou des exercices ?

« Je ne sais pas si j'ai donné une seule fois Les Exercices » aimait à dire le Père Jean Gouvernaire, un orfèvre en la matière : **les Exercices ont toujours à être adaptés aux personnes et aux motifs qui les poussent à vivre cette expérience spirituelle.**

Nés du désir d'Ignace d'aider des personnes à s'engager à la suite du Christ, les exercices d'un mois sont conçus pour les aider à choisir un état de vie, une mission, un métier, une relation à choisir ou abandonner, ou tout simplement une manière de mieux suivre le Christ dans une vie déjà choisie. Leur finalité n'est pas d'abord d'apprendre à prier, même s'ils sont centrés sur l'écoute de la Parole de Dieu et de sa propre vie : une pédagogie ou plutôt un esprit, que certains goûteront et retrouveront volontiers pour des temps de retraite, ou en cultivant au fil des jours ces manières de prier et de reconnaître la présence de Dieu à leur vie quotidienne...

Pour des personnes d'autres spiritualités, vivre les Exercices renvoie chacun à ses propres sources, par l'Évangile. En donnant ses Exercices à des gens de toutes conditions, Saint Ignace s'est rendu compte qu'il n'était pas nécessaire d'en proposer la totalité à ceux qui le lui demandaient. Il y a d'autres manières d'aider chacun à s'ouvrir à la vie de l'Esprit au point où il en est, ce qu'il appelait des « exercices légers » : en affinant ce que l'on proposait alors comme pratique de l'évangile et des sacrements, ou par des manières de prier mettant en jeu le corps, la parole, la mémoire...

Saint-Hugues déploie aujourd'hui une créativité dans ce domaine pour favoriser une intérieurité ouverte à l'Autre et aux autres : marche en montagne pour la contemplation, l'écoute de son corps et l'attention aux autres ; la beauté et l'art comme voie spirituelle qui fait



appel à l'usage des sens (chant, peinture, poterie...) ; ou pratique d'expériences favorisant l'unification de la personne (jeûne, méditation, exercices de yoga...).

Tout cela peut préparer un accès au cœur de l'expérience chrétienne... goûtez et voyez !



> La parole et la terre

Retraite en groupe et en silence selon la pédagogie des Exercices spirituels. La terre du potier et la Parole de Dieu vont croiser leurs langages et façonner un chemin de vie.

Du 14 au 21 juillet 2019

> Chanter pour Dieu

Quatre jours de retraite qui allient le chant pratiqué seul et en groupe, la prière personnelle à partir de la parole de Dieu, un accompagnement individuel et des temps de prière communautaire.

Du 21 au 26 juillet 2019



> Vivre les Exercices spirituels avec dimension corporelle

Goûter la Parole de Dieu au cours d'une retraite ignatienne : prière personnelle, silence, accompagnement, temps de rencontre en groupe, exercices corporels différents chaque jour.

Du 28 juillet au 3 août 2019

> Exercices spirituels et yoga

Faire l'expérience d'exercices corporels avec le yoga, de prière avec la Parole de Dieu, de silence et d'accompagnement. Un chemin pour s'ouvrir à la rencontre avec le Seigneur.

Du 18 au 24 août 2019



> Prier marcher

Retraite spirituelle et contemplation au rythme de la marche sur les sentiers de moyenne montagne, majoritairement en silence. 4 à 5 heures de marche par jour sur 600 à 800 m de dénivelé. Hébergement à Saint-Hugues, en chambre individuelle.

Du 7 au 14 juillet 2019
Du 14 au 21 juillet 2019
Du 4 au 11 août 2019

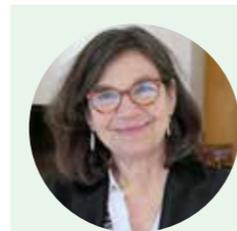
Propositions de mai à août 2019

| | | |
|--|-------------------|--|
| Avance en eau profonde | 22 avril - 3 mai | 10 jours d'Exercices spirituels. Pour des personnes déjà familières des Exercices spirituels. |
| Revivre par le jeûne | 26 avril - 5 mai | Pratiquer le jeûne et mieux habiter son corps. En groupe dans la détente et la convivialité. |
| Amar Y Servir - Printemps | 28 avril - 5 mai | Bénévolat avec une proposition spirituelle, individuel ou en groupe. |
| Exercices spirituels à la carte | 28 avril - 5 mai | Retraite spirituelle accompagnée selon les Exercices spirituels de saint Ignace de Loyola. Durée au choix. |
| Exercices spirituels en 30 jours | 28 avril - 29 mai | Vivre les grands Exercices spirituels de saint Ignace. |
| Retraite pour couples | 1 - 4 mai | Fonder sa vie de couple dans la Tendresse et la Miséricorde du Père. |
| Espace de retraite individuelle | 5 - 12 mai | Un temps spirituel en silence accompagné, selon les Exercices spirituels ou pas. |
| Journée oasis | 6 mai | Une journée pour retrouver la Source intérieure et s'y désaltérer. |
| L'accueil des exilés, une expérience qui déplace | 11 mai | Comment le thème de l'accueil des migrants me rejoint-il dans ma foi ? |
| Repères pour l'accompagnement spirituel | 11 mai | Thème : accompagner de jeunes adultes. |
| Trouver mon projet « Waouh ! » | 13 - 17 mai | Identifier le "désir brulant en moi" et le transformer en projet. |
| Pèlerin du vendredi | 17 mai | Se ressourcer en montagne, contempler, partager et louer. |
| Ennéagramme - Module 3 | 18 - 19 mai | Approfondir la connaissance de l'Ennéagramme. 3 - Découvrir son sous-type. |
| Balade en familles | 19 mai | Partager en famille et avec d'autres un temps convivial et une réflexion. |
| Chanter, c'est prier deux fois | 24 - 26 mai | Le chant : une ouverture à Dieu. |

| | | |
|---|---------------------|--|
| Groupe Laudato Si | 24 mai | Partager nos expériences concrètes de changement vers une conversion écologique. |
| Les couleurs du bonheur | Ven 24 | J'équilibre et j'illumine ma vie - Sagesse de vie « Arc-en-ciel ». |
| Halte spirituelle | 25 - 26 mai | Se ressourcer ou faire l'expérience de Dieu dans sa vie. |
| Le printemps de la Parole | 30 mai - 2 juin | Chemin guidé de lecture priante de la Bible dans la nature. 25-35 ans. |
| Espace de retraite individuelle | 2 - 10 juin | Un temps spirituel en silence accompagné, selon les Exercices spirituels ou pas. |
| Vitroz et prière | 2 - 8 juin | Entrer dans une expérience de Dieu avec tous nos sens. |
| Journée oasis | 3 juin | Une journée pour retrouver la Source intérieure et s'y désaltérer. |
| Ma vie porte du fruit ! Oui, mais... | 6 - 10 juin | Nos chemins de fécondité sont imprévisibles. Et si Dieu s'invitait dans nos choix ? |
| La fatigue, un chemin de conversion ? | 7 - 10 juin | Et si la fatigue nous parlait de l'homme, de Dieu et de sa grâce ? |
| Pèlerin du vendredi | 14 juin | Se ressourcer en montagne, contempler, partager et louer. |
| Préparons notre mariage | 14 - 16 juin | Relire notre histoire, réfléchir ensemble au sens de notre vie à deux. |
| Halte spirituelle | 15 - 16 juin | Se ressourcer ou faire l'expérience de Dieu dans sa vie. |
| Prier et créer avec les saisons | 15 juin | Prier à partir de textes bibliques et avec une pratique artistique. |
| Servir et construire | 16 - 22 juin | Bénévolat : Bricoler, embellir Saint-Hugues dans une ambiance conviviale. |
| Fête de Saint-Hugues | 22 - 23 juin | Moment de partage, de rencontre pour tous les bénévoles et proches de Saint-Hugues |
| Exercices spirituels en 3 fois 10 jours | 24 juin - 5 juillet | Possibilité d'accueillir des retraitants "à la carte" sur cette période. |
| Exercices spirituels à la carte | 29 juin - 7 juillet | Retraite spirituelle accompagnée selon les Exercices spirituels de saint Ignace de Loyola. Durée au choix. |
| Prier marcher international | 30 juin - 7 juillet | Une semaine de marche, de vie fraternelle et de prière dans un cadre international dans la nature des massifs subalpins. Retraite en anglais et en français. |

| | | |
|--|---|--|
| Se rafraîchir à la source de vie à travers l'Ashtanga yoga | 30 juin - 7 juillet | Six jours de yoga pour être soi-même en installant une sensation d'ouverture et de quiétude. |
| Libre pour se décider | 6 - 7 juillet | Confronter son expérience personnelle et des repères pour une libre décision grâce à la spiritualité ignatienne. |
| Prier marcher | 7 - 14 juillet 14 - 21 juillet | Retraite spirituelle et randonnées en moyenne montagne. |
| Prier Marcher et vie professionnelle | 7 - 14 juillet | Nourris par la prière et régénérés par des marches en montagne, aborder ses problématiques professionnelles. |
| Accompagner selon les différentes traditions | 8 - 13 juillet | Session de formation pour prêtres, laïcs et religieux (ses), en situation d'accompagnateurs spirituels. |
| Contempler la création en montagne | 8 - 12 juillet | Marcher en montagne, s'arrêter pour contempler la création, laisser résonner des textes bibliques sur la Création. |
| Cheminer en Chartreuse | 13 - 20 juillet | Retraite itinérante de 6 jours sous tente, en montagne. Marcheur confirmé, avec un gros sac à dos ! |
| Exercices spirituels à la carte | 29 juin - 7 juillet 14 - 28 juillet 28 juillet - 11 août | Retraite spirituelle accompagnée selon les Exercices spirituels de saint Ignace de Loyola. Durée au choix. |
| La Parole et la terre | 14 - 21 juillet | Travail de la terre et retraite selon la pédagogie des Exercices spirituels. |
| Prier marcher en Haute-Maurienne | 14 - 21 juillet | Retraite spirituelle et randonnées en étoile autour d'un gîte en montagne. |
| Retraite Queyras 30 - 45 ans | 20 - 27 juillet | Marche en montagne, aventure spirituelle selon les Exercices spirituels et partage avec d'autres. |
| Amar Y Servir - juillet | 30 juin - 7 juillet 7 - 14 juillet 14 - 21 juillet 21 - 28 juillet Ety Hillesum 28 juillet - 4 août | Bénévolat avec une proposition spirituelle, individuelle ou en groupe. |
| Chanter pour Dieu | 21 - 26 juillet | Retraite alliant la méditation de la Parole de Dieu avec le chant, le souffle, le silence. |
| Vivre les Exercices spirituels - 5 jours | 21 - 27 juillet | Goûter la Parole de Dieu au cours d'une retraite ignatienne. |
| Initiation aux Exercices spirituels en montagne | 28 juillet - 4 août | Retraite en silence avec accompagnement pendant la marche. |
| Vivre les Exercices spirituels avec dimension corporelle | 28 juillet - 3 août | Goûter la Parole de Dieu et le travail du corps au cours d'une retraite ignatienne. |

| | | |
|--|---|--|
| Amar Y Servir - août | 28 juillet - 4 août 4 - 11 août 11 - 18 août JEUNES 18 - 25 août 25 août - 1 sept | Bénévolat avec une proposition spirituelle, individuel ou en groupe. |
| Exercices spirituels à la carte | 28 juillet - 11 août 18 août - 1 sept | Retraite spirituelle accompagnée selon les Exercices spirituels de saint Ignace de Loyola. Durée au choix. |
| Cheminer International au Liban | 30 juillet - 10 août | 7 jours de marche-retraite dans la vallée de la Qadisha. 4 jours de visites et de rencontres. Retraite en français et anglais. |
| Prier marcher Prier marcher - Jeunes 25-40 ans | 4 - 11 août 4 - 11 août | Retraite spirituelle et randonnées en moyenne montagne. |
| Les Exercices spirituels... tu veux essayer ? | 10 - 18 août | Découvrir ou approfondir l'expérience des Exercices spirituels de saint Ignace. De 18 ans à 35 ans. |
| Célibataire, et après? | 11 - 18 août | Marcher en montagne, réfléchir et partager avec d'autres célibataires de 35 à 50 ans. |
| Séjour Oasis | 11 - 15 août | Un temps pour soi, pour se poser et entrer dans l'intériorité. |
| Vivre les Exercices spirituels - 5 jours | 11 - 17 août | Goûter la Parole de Dieu au cours d'une retraite ignatienne. |
| Retraite pour couples | 15 - 18 août | Fonder sa vie de couple dans la Tendresse et la Miséricorde du Père. |
| Exercices spirituels et yoga | 18 - 24 août | Un chemin pour s'ouvrir à la rencontre avec le Seigneur grâce au yoga et à la parole de Dieu. |
| Prier, dialoguer, randonner en couple dans le Queyras | 18 - 22 août | Retraite itinérante de refuge en refuge pour couples bons marcheurs. Redécouvrir l'essentiel fondateur de son couple. |
| Prier et chanter avec les hymnes de Didier Rimaud | 19 - 25 août | Découvrir la profondeur des paroles des Hymnes de Didier Rimaud avec le chant pour entrer dans la prière. |
| Randos pour solos | 27 - 30 août | Randonnées, temps de réflexion, de prière et de partage autour du célibat et de sa fécondité. 35-50 ans. |
| Espace de retraite individuelle | 1 - 8 sept | Un temps spirituel en silence accompagné, selon les Exercices spirituels ou pas. |



BÉATRICE PIGANEAU
formatrice CVX



Un temps offert
à la puissance
d'amour du
Seigneur.

Les Exercices : pour avancer au large !

« J'ai pu goûter la paternité de Dieu, moi qui ai perdu mon père jeune et avais toujours du mal avec cette paternité de Dieu. »
« J'ai pleinement senti l'accueil miséricordieux du Père sur mes errements et ma culpabilité a fondu comme neige au soleil. »
« J'ai laissé mes refus de vivre dans le tombeau vide du Christ. »

Autant d'exemples de grâces reçues que j'ai pu entendre comme accompagnatrice pendant une retraite selon les Exercices spirituels ! Bien sûr, ces dons de Dieu auront besoin de temps pour s'enraciner et porter du fruit dans la vie du retraitant. Mais rien ne pourra enlever que l'expérience a bien eu lieu. Une expérience de « parole » de Dieu à travers ce qui a été objectivement éprouvé dans la prière et partagé

à l'accompagnateur. Dans le silence, en effet, l'Esprit qui prie en nous suscite des mouvements intérieurs qui nous disent quelque chose de la part de Dieu.

Les Exercices spirituels sont un temps offert à la puissance d'amour du Seigneur pour que par son Esprit, il nous purifie, il nous redresse et nous conforme davantage à son Fils et davantage à ce que nous sommes appelés à devenir !

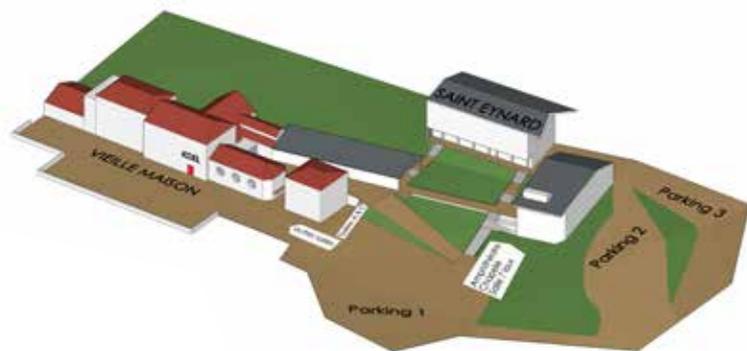
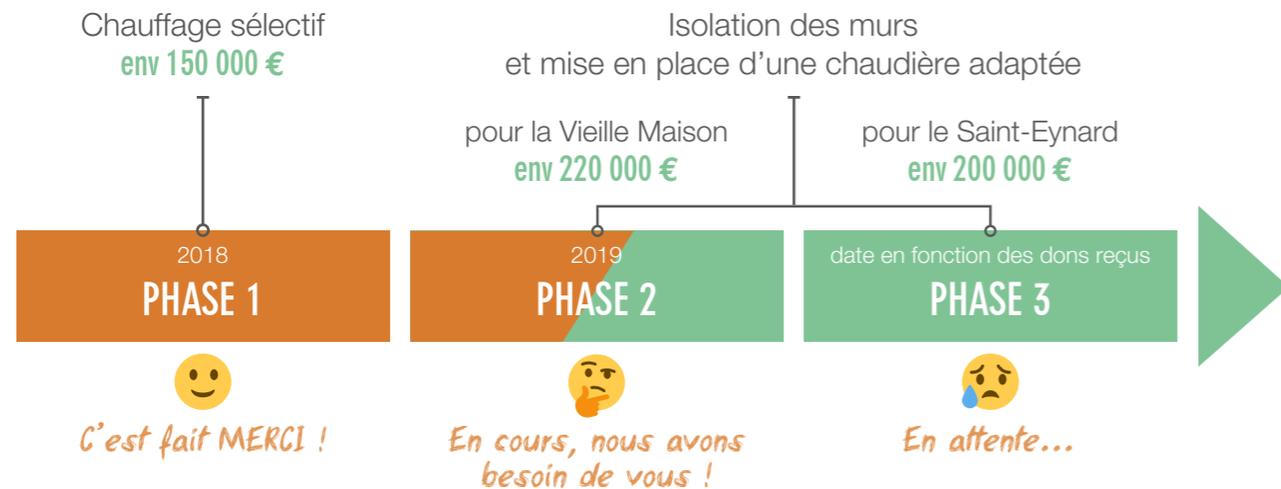
À Saint-Hugues, il y a des retraites selon les Exercices pour tous les désirs : découvrir ou avancer plus au large, sur une durée fixée par le centre ou aux dates que le retraitant



choisit dans une plage donnée, avec un thème ou sans, ou encore à partir d'activités favorisant l'intériorité : yoga, marche, travail de la terre, jeûne...

Je suis témoin que toutes ces retraites quelle que soit leur forme et leur durée sont susceptibles de transformer nos vies de tous les jours par leurs fruits de paix et de joie.

Le phasage des travaux du plan climat



Nos espoirs pour 2019



- ▶ Assurer l'apport rapide d'eau chaude dans les douches à tous les étages
- ▶ Changer les chaudières qui ont fait leur temps
- ▶ Isoler les murs de la Vieille Maison et du Saint-Eynard par l'extérieur
- ▶ Changer les huisseries du Saint-Eynard



Vieille Maison
travaux évalués
à 220 k€



Saint-Eynard
travaux évalués
à 200 k€

PROBLÈME MATHÉMATIQUE À RÉSOUDRE

Sachant que Saint-Hugues ne met en route des travaux que lorsqu'il en a le financement... dans combien de temps le centre s'occupera-t-il de la Vieille Maison ? du Saint Eynard ? La balle est dans votre camp !

Nous comptons sur votre générosité !

Pour voir l'évolution de la jauge, rendez-vous sur notre page facebook ou dans notre info lettre.

FAITES UN DON À SAINT-HUGUES

Il y a plusieurs façons de donner à Saint-Hugues : donner son temps, ses compétences, transmettre le programme ou la lettre autour de vous...

Il en est de même pour faire un don financier ! Vous pouvez :

- Envoyer un chèque à l'ordre de « Association Saint-Hugues » par courrier à l'adresse suivante : Saint-Hugues - 313 chemin de Billerey - 38330 Biviers.
- Donner en ligne : www.sainthugues.fr/don,
- Mettre en place un virement mensuel.
- Faire un LEG (contactez Bénédicte Boisseau, directrice).

Dans tous les cas un reçu fiscal vous sera adressé, donnant droit à un allègement d'impôt de 66 % de la valeur de votre don.

À savoir : La réforme du mode de perception des impôts sur les revenus en 2019 ne supprimera pas la réduction d'impôt de 66 % du don que vous aurez fait à Saint-Hugues en 2018.



.....
**Le Seigneur veut nous voir
croire que sa bonté peut
suppléer à l'imperfection
de nos moyens. ”**

Saint Ignace de Loyola
.....

