



ESPACE  
NOTRE DAME  
DE GRACES  
CHAMBLES

Centre spirituel et de développement de la personne

“Garde ton cœur  
plus que tout autre chose,  
car de lui jaillissent les sources de la vie”

Proverbes 4,23



PROGRAMME 2025-2026



Couverture, photo Paul Cassar

---

## SOMMAIRE

Les rencontres ou sessions .....	4-11
Atelier d'écriture .....	12
Les haltes spirituelles .....	13
Méditation .....	14
À votre service .....	15

# BIENVENUE

## À L'ESPACE NOTRE DAME DE GRÂCES

**Un lieu de ressourcement ouvert à toutes et tous**

**Haltes spirituelles, partages autour de l'Évangile et des questions de société, formations humaines, rencontres et dialogues avec des témoins, auteurs et formateurs... telle est l'offre que le Centre spirituel ND de Grâces vous adresse, à vous femmes et hommes en recherche de paix intérieure et de compréhension du monde, chrétiens ou pas, dans un espace rural apaisant et inspirant.**

Le programme 2025-2026, élaboré par l'équipe d'animation du centre, présente une grande diversité d'activités et de rencontres.

Les grandes figures de Marcel Légaut, Teilhard de Chardin, Charles de Foucauld et Gandhi seront rendues accessibles à tous pour méditer et grandir dans l'humanisme et la foi.

Des sessions de connaissance de soi et des haltes spirituelles favoriseront un ressourcement personnel, dans le respect de l'histoire de vie de chacun.

Des rencontres sur les défis écologiques d'aujourd'hui, notamment celui de l'eau, permettront de s'ouvrir davantage à la nécessaire conversion écologique, en s'inspirant du chemin tracé par le pape François dans Laudato Si.

Des journées de formation sur « foi et raison » dans le monde moderne, sur le sens du baptême au moment où un nombre croissant de jeunes-adultes sont baptisés, et sur l'engagement dans la société pluraliste d'aujourd'hui seront autant d'occasions de découvrir des germes d'espérance au cœur du monde si complexe qui est le nôtre.

Bienvenue à tous les chercheurs de sens et de paix !

**P. Thierry Magnin,**  
*avec toute l'équipe d'animation*



## INTRODUCTION À LA PENSÉE DE MARCEL LÉGAUT

Comment l'expérience de Marcel Légaud, l'un des grands éveilleurs spirituels chrétiens du XX<sup>e</sup> siècle peut-elle éclairer la nôtre aujourd'hui ?

Une journée « grand public » pour présenter les points clés de sa spiritualité est proposée à NDG dont l'une des maisons porte son nom.

**SAMEDI 27 SEPTEMBRE 2025**  
DE 9H À 17H

*Apporter son pique-nique*



**Intervenant : Thierry Magnin**

## CONSOLIDATION EFT - APRÈS-MIDI DE PRATIQUE

« L'EFT est une technique très simple qui permet de réguler ses émotions. Que vous ayez participé à une précédente session de découverte ou non, vous pouvez venir « expérimenter ! »

Cela vous donnera peut-être envie d'en savoir plus sur vos émotions et votre cerveau pour approfondir ensuite. Si vous connaissez, déjà, petite séance de révision. Avec vos enfants si vous le souhaitez.

**SAMEDI 18 OCTOBRE 2025**  
DE 14H À 18H

*Inscription obligatoire sur le site [sablenciel.com](http://sablenciel.com)*



**Intervenante : Marie Laure Goujet**

## TEILHARD DE CHARDIN ET LES DÉFIS D'AUJOURD'HUI

À travers quelques clés d'entrée dans la pensée de Teilhard sur l'évolution de l'univers, la place de l'homme, du Christ et d'une spiritualité ouverte sur la nature et le cosmos, l'objectif est de montrer à travers des exemples, comme celui de l'urgence écologique, combien la pensée de Teilhard peut être d'actualité et inspirer nos actions.

**SAMEDI 15 NOVEMBRE 2025**  
DE 9H À 17H

*Apporter son pique-nique*



**Intervenant : Thierry Magnin**



## EFT : APPRENDRE À GÉRER SES ÉMOTIONS

L'EFT est une technique très simple qui permet de réguler ses émotions. Elle ne les supprime pas mais permet de mieux les gérer lorsqu'elles viennent nous submerger. C'est une technique qui mérite d'être expérimentée par les grands comme par les petits.

**SAMEDI 22 NOVEMBRE 2025**

DE 9H À 18H

Inscription obligatoire sur le site [sablenciel.com](http://sablenciel.com)



**Intervenante : Marie Laure Goujet**

## « LE BAPTÊME, PORCHE D'ENTRÉE DE LA FOI, HIER ET AUJOURD'HUI »

Nous constatons qu'il y a une demande croissante de baptêmes de jeunes adultes.

La proposition de ces 2 après-midi est une invitation à réfléchir au baptême, pivot de la foi chrétienne, à la fois suite du Christ, intégration dans la communauté des croyants et fondement de l'œcuménisme.

**VENDREDIS 28 NOVEMBRE ET  
12 DÉCEMBRE 2025**

DE 14H À 17H



**Intervenante : Brigitte Cholvy**

## MONODIÈTE ACCOMPAGNÉE

La monodiète consiste à ne consommer qu'un seul type d'aliment pendant une période déterminée.

Souvent utilisée pour détoxifier l'organisme, elle peut durer de quelques jours à plusieurs semaines. Les aliments couramment choisis sont les pommes, les raisins, le riz ou les légumes. Elle permet de reposer le système digestif et d'éliminer les toxines. Cette proposition est ouverte à toute personne en recherche, chrétienne ou non, qui souhaite découvrir ou poursuivre un chemin d'intériorité et de travail sur soi.

**DU LUNDI 1<sup>ER</sup> AU VENDREDI 5  
DÉCEMBRE 2025**

Inscription préalable indispensable  
[www.sablenciel.fr](http://www.sablenciel.fr)



**Intervenante : Marie-Laure Goujet**

## FACE AUX CRISES, ANCRED NOTRE ESPÉRANCE DANS LE CHRIST

Les crises écologiques, sociales, politiques, économiques peuvent nous inquiéter voire nous angoisser. Si notre espérance chrétienne n'est pas une garantie pour voir la vie en rose, qu'elle est-elle?

Nous tâcherons d'ancrer cette journée de réflexion en Jésus-Christ, le Crucifié-Ressuscité. Pour cela nous alternerons entre temps d'exposés, temps de prière personnelle et temps d'exercices et de partage collectifs. L'occasion de mettre en valeur les 10 ans de Laudato Si.

**SAMEDI 6 DÉCEMBRE 2025**

DE 10H À 17H30

*Apporter son pique-nique*



**Intervenant : Xavier de Benazé**

## BOIRE À LA SOURCE

Boire à la Source de la Vie qui traverse les Évangiles et qui coule aussi en chacun de nous.

Voilà les contrées dans lesquelles nous avancerons durant ces deux jours, d'une part grâce à une lecture spirituelle du NT et d'autre part, en pratiquant la méditation dans une perspective également spirituelle.

Ce temps de retraite est ouvert à tous, avec ou sans pratique de la méditation.

**LUNDI 12 JANVIER ET  
MARDI 13 JANVIER 2026**

*Renseignements et  
inscription sur le site :  
[espace-ndg-chambles.fr](http://espace-ndg-chambles.fr)*



**Intervenant : Éric Clotuche**

## DÉCOUVERTE DE L'ENNÉAGRAMME

Prendre du temps pour découvrir sa personnalité (Ennéagramme)...  
Découvrir son profil.

Choisir d'améliorer ses relations dans un contexte familial, dans son couple, au travail et dans son réseau relationnel. Accueillir ses émotions et mieux les gérer (EFT).

Cette proposition est ouverte à toute personne en recherche, chrétienne ou non qui souhaite découvrir ou poursuivre un chemin d'intériorité et de travail sur soi.

**SAMEDI 17 ET DIMANCHE 18  
JANVIER 2026**

*Inscription préalable  
indispensable  
[www.sablenciel.fr](http://www.sablenciel.fr)*



**Intervenante : Marie Laure Goujet**

## PAIX EXTÉRIEURE, PAIX INTÉRIEURE AVEC GANDHI ET MÉDITATION DANS L'ESPRIT DU ZEN

Beaucoup considèrent que Gandhi a échoué. L'état de l'Inde, l'état du monde, l'effondrement du modèle occidental, les conflits inter-religieux, l'oppression des femmes, tout cela semble leur donner raison. Était-il un homme politique ? Un maître spirituel ? Il était tout cela, mais son ambition allait beaucoup plus loin, plus profond. Il s'adressait à tout l'homme, à tous les hommes. Encore aujourd'hui il s'adresse à chacun d'entre nous : « Soyez vous-même le changement que vous voulez voir dans le monde »

**SAMEDI 24 ET  
DIMANCHE 25 JANVIER 2026**  
ACCUEIL À 9H30 - SORTIE À 17H

*Inscription préalable indispensable,  
plus d'infos sur le web :  
[espace-ndg-chambles.fr](http://espace-ndg-chambles.fr)*



**Intervenant : Bernard Durel**

## CULTIVONS LA PAIX EN NOUS ET AUTOUR DE NOUS

Des intervenants du Mouvement Pax Christi des activités sur le thème de la paix.

Nous apprendrons comment cultiver la paix en nous et autour de nous grâce à la découverte de la culture de paix, de gestion des conflits et des temps de respiration spirituelle. Les intervenants témoigneront de leurs parcours et de leur engagement d'artisans de paix.

**VENDREDI SOIR 30 ET  
SAMEDI 31 JANVIER 2026**

*Informations sur le site  
[espace-ndg-chambles.fr](http://espace-ndg-chambles.fr)*



**Intervenants :** Hervé Dory, délégué général du Mouvement et responsable de la commission « Dialogue et éducation à la paix » et Bérengère Savelieff, chargée d'éducation à la paix depuis avril 2021

## « DIEU, SENSIBLE AU CŒUR, NON À LA RAISON » ?

À partir de la proposition de Blaise Pascal (1623-1662) : « Dieu, sensible au cœur, non à la raison ».

Et après avoir présenté les notions de raison, de cœur et de sensibilité pour Pascal et dans notre contexte contemporain, on engagera un débat autour des compréhensions de cette affirmation, de ses inflexions, voire de ses dérives possibles. Dans une perspective d'anthropologie chrétienne, on tentera de penser le rapport entre cœur et raison.

**SAMEDI 7 FÉVRIER 2026**  
DE 9H À 17H

*Apporter son pique-nique*



**Intervenants :** Brigitte Cholvy et Thierry Magnin

## JEÛNE OU MONODIÈTE ? À VOUS LE CHOIX !

**Au cours de cette session, vous pourrez choisir le jeûne ou une monodiète.** Ces expériences sont proches mais différentes. Le jeûne demande une préparation plus soutenue. La monodiète est plus facile d'accès pour certaines personnes. L'accompagnement peut être commun et chaque proposition permet de reposer le système digestif, d'éliminer les toxines, de poursuivre un chemin d'intériorité et de découverte de soi, que l'on soit chrétien ou non. »

**DU LUNDI 2 AU  
VENDREDI 6 MARS 2026**

*Inscription préalable  
indispensable  
[www.sablenciel.fr](http://www.sablenciel.fr)*



**Intervenante : Marie Laure Goujet**

## LA RÉSURRECTION, UN MESSAGE POUR NOTRE TEMPS

**Peut-on encore croire à la résurrection de Jésus et à la nôtre ? Que nous disent les textes ? En quoi ce message est-il essentiel dans le temps que nous traversons ?**

Échange avec Odile Ponton à partir de son livre *La Résurrection, lecture critique et plurielle, Un message pour notre temps*.

**SAMEDI 14 MARS 2026  
DE 9H À 17H**



**Intervenante : Odile Ponton**

## SANS EAU PAS DE VIE

**La journée débute en bord de Loire, au contact de l'eau. Vivre la vie du fleuve.** Laisser émerger des affects relationnels avec cette rivière et tous ceux qui la constituent.

Constater l'état de santé du fleuve. L'hypothèse Gaïa, comprise à travers *Laudato Si*.

Entrer dans la symbolique de l'eau dans le Nouveau Testament, méditation spirituelle : eau et Vie.

**SAMEDI 21 MARS 2026**

*Apporter son pique-nique  
Information sur le site  
[espace-ndg-chambles.fr](http://espace-ndg-chambles.fr)*



**Intervenants : Bernard Barlet, Olivier Frérot, Thierry Magnin**

## ENNÉAGRAMME ET SPIRITUALITÉ

Deux journées qui, après avoir découvert ou approché le point dominant de sa personnalité lors d'un week-end de découverte permettront d'approfondir, de travailler la qualité de sa présence, sa capacité à vivre « ici et maintenant ».

Nous poursuivrons ce travail à travers diverses approches dont la méditation silencieuse, l'EFT...

Cette proposition est ouverte à toute personne en recherche, chrétienne ou non.

**SAMEDI 28 ET  
DIMANCHE 29 MARS 2026**

à consulter sur le site  
[espace-ndg-chambles.fr](http://espace-ndg-chambles.fr)

Inscription préalable indispensable  
[www.sablenciel.fr](http://www.sablenciel.fr)



**Intervenante : Marie Laure Goujet**

## AU FONDEMENT DE L'ÉCOLOGIE INTÉGRALE

Le concept de l'écologie intégrale initié par le pape François en 2015 dans l'encyclique *Laudato si'* est un chantier qui s'élabore année après année sur la base suivante : habiter la planète comprise comme maison commune selon quatre relations fondamentales : la relation à Dieu, la relation à soi, la relation aux autres, et la relation à la création. C'est une vision de la vie humaine sur la terre qui ne peut séparer les questions sociales des questions environnementales, et qui place les plus pauvres au centre des préoccupations, et parmi les pauvres se trouve désormais la planète terre.

**SAMEDI 25 AVRIL 2026  
DE 9H À 17H**

*Apporter son pique-nique*



**Intervenant : Fabien Revol**

## L'EAU DANS LA BIBLE HÉBRAÏQUE

Les Israélites, étaient au moins aussi conscients que nous de l'importance vitale de l'eau et des enjeux qui lui sont liés. L'eau est à la fois source de vie et puissance destructrice. Le parcours propose d'explorer quelques aspects de cette riche thématique et de voir si l'Ancien Testament peut nous procurer quelques éléments de discernement pour aujourd'hui.

**MARDI 26 MAI 2026  
DE 9H À 17H**

*Apporter son pique-nique*



**Intervenant : Didier Luciani, professeur émérite de l'université de Louvain, bibliste et théologien français**

## CO-CRÉER DES CHEMINS D'ABONDANCE AVEC TOUS LES ÊTRES DU JARDIN

### Jardiner devient co-jardiner.

C'est l'expérience joyeuse et fructueuse de se tenir en vive attention à ce qui apparaît, d'accompagner cette vie, végétale mais pas seulement, qui pousse d'elle-même, et d'en être le gardien. Modestement y ajouter ses propres initiatives en expérimentant de nouvelles plantations. C'est devenir « jardinier ».

**VENDREDI 29 MAI 2026**

**LE MATIN**

Voir horaires sur le site :  
[espace-ndg-chambles.fr](http://espace-ndg-chambles.fr)  
Apporter son pique-nique



**Intervenant : Olivier Frérot**

## COMPRENDRE LA NOUVELLE DYNAMIQUE DE L'HUMANITÉ PLEINE DE PROMESSES

Si nous voulons regarder l'avenir avec confiance, il nous faut changer de hiérarchie de valeurs, de philosophie, de spiritualité, de vocation : non plus exploiter mais donner soin.

Alors, il devient possible de repérer les prémisses d'un nouveau printemps, d'un nouveau sens, d'une nouvelle et belle cohérence, dont la Vie devient le centre.

**VENDREDI 29 MAI 2026**

**L'APRÈS-MIDI**

Voir horaires sur le site  
[espace-ndg-chambles.fr](http://espace-ndg-chambles.fr)



**Intervenant : Olivier Frérot**

## SUR LES PAS DE CHARLES DE FOUCAULD

Nous allons nous laisser guider par le cheminement de Charles de Foucauld.

Nous suivrons les jalons du chemin de conversion jusqu'à la libération de Charles de Foucauld et nous serons amenés à regarder dans nos vies personnelles et communautaires nos propres chemins de libération en cours ou à venir.

**SAMEDI 30 MAI ET  
DIMANCHE 31 MAI 2026**

Inscriptions obligatoires et  
informations sur le site  
[espace-ndg-chambles.fr](http://espace-ndg-chambles.fr)



**Intervenant : Thierry Magnin**

## REVISITER NOTRE CONDITION HUMAINE

### Questions actuelles et repères fondamentaux

Notre condition humaine, vaste sujet ! Ce parcours en retient seulement quelques éléments qui apparaissent importants en raison des questions qui traversent notre société.

- 1 – Fragiles et vulnérables : une dimension à redécouvrir
- 2 – Sommes-nous aussi bêtes que les animaux et moins intelligents que l'IA ?
- 3 – Être une personne, à la dignité inaliénable, créée à l'image de Dieu : une notion en péril,

**Une journée pour enrichir notre regard sur l'homme.**

**SAMEDI 6 JUIN 2026**

9H-17H

*Apporter son pique-nique*



**Intervenant : Robert Comte**

## TROUVER SA PLACE, EN NOUS AJUSTANT AUX AUTRES ÊTRES VIVANTS

**L'actualité peut donner le sentiment d'être perdu ou impuissant face aux événements du monde.**

Quelle est ma juste place ?

Comment m'ajuster aux autres êtres vivants (humains et non-humains) ?

Comment retrouver le sens et le goût de ma présence sur Terre ?

Goûter, expérimenter, se laisser toucher, nourrir...

par des ressources spirituelles ; pour chercher, discerner en intelligence collective, comment et

quoi proposer en vue de traverser les défis de

notre temps, se soutenir. Vivre l'espérance au cœur de la Création.

**LUNDI 17, MARDI 18 ET  
MERCREDI 19 AOÛT 2026**

*Inscription obligatoire et informations  
sur le site [espace-ndg-chambles.fr](http://espace-ndg-chambles.fr)*



**Intervenants : Bernard Durel et la CMMC**



ESPACE  
NOTRE DAME  
DE GRÂCES  
CHAMBLES

*Notes personnelles*



# Atelier d'écriture

Depuis deux ans, un atelier d'écriture fonctionne à NDG avec un groupe d'une douzaine de personnes.

**Aucune compétence particulière n'est requise, chacun écrit selon sa personnalité, aidé par les propositions d'écriture qui sont apportées et les encouragements reçus.**

Chaque séance est indépendante des autres. Quelques places restent disponibles.

Le lieu est propice à prendre du recul et à laisser les mots naître en soi.

À chaque rencontre, l'animatrice, Solange Vissac, propose des textes d'auteurs, prose ou poésie, afin de se nourrir d'écrits denses et incitateurs, puis elle lance quelques pistes possibles pour écrire à son tour. Après un temps de travail personnel, succède la lecture des textes qui viennent de s'écrire dans un climat d'écoute.

**RENDEZ-VOUS  
MENSUEL  
LE 1<sup>ER</sup> MARDI DU MOIS  
DE 9H30 À 11H30**

*sauf vacances scolaires,  
à partir du 7 octobre 2025*

*Accueil NDG  
Maison Elisabeth*



**Animatrice : Solange Vissac**



*Notes personnelles*

# Haltes spirituelles

Organisée par l'équipe du centre spirituel, ce rendez-vous mensuel offre « Une journée pour s'arrêter, écouter la Parole sur un thème donné, la laisser résonner en soi, partager, prier... Une halte pour se ressourcer ».

**Cette année le thème choisi est  
« Méditations à partir de textes de  
Sagesse dans la Bible »**

**La journée est organisée en une  
succession de temps :**

- L'Accueil et bienvenue se poursuivent par la présentation du déroulement de la journée. Le temps de la Parole écoutée, suivi d'une relecture en petits groupes comme un "dialogue contemplatif"
- Le temps de la Méditation personnelle (liberté du cadre et silence) est proposé autour de deux questions pour cheminer.
- La matinée se clôture par un approfondissement du thème en groupe avec un intervenant, cette année P. Thierry Magnin.
- L'après-midi conforte le travail accompli à partir d'un temps spirituel.
- Le prêtre intervenant offre la possibilité d'une écoute personnelle ou du sacrement de réconciliation.
- La journée se termine par l'Eucharistie.

## **RENDEZ-VOUS MENSUEL**

ACCUEIL À 8H45  
SORTIE VERS 16H

*Apporter son pique-nique  
Sans inscription  
Participation 10 € /journée*

## **CALENDRIER DES HALTES :**

**2025 :**

24 OCTOBRE,  
14 NOVEMBRE,  
5 DÉCEMBRE

**2026 :**

16 JANVIER,  
6 FÉVRIER,  
20 MARS,  
24 AVRIL,  
26 JUIN



# Méditations

## MÉDITATION CHRÉTIENNE

**Méditation dans l'esprit de la communauté mondiale pour la méditation chrétienne, inspirée par Laurence Freeman, moine bénédictin anglais.**

Par la méditation silencieuse, chacun est invité à reconnaître son chemin spirituel. Ce temps de méditation est ouvert à tous, il est important d'arriver à l'heure.

**RENDEZ-VOUS  
HEBDOMADAIRE  
TOUS LES SAMEDIS**

**À 8H**

*à l'oratoire,  
sans inscription*



© Paul Cassar

## MÉDITATION DANS L'ESPRIT DU ZEN

**« S'asseoir tout simplement » à l'écoute du silence, dans l'espace du souffle, sur le chemin de l'être essentiel.**

Selon l'enseignement de Karlfreid Graf Dürkheim, dans la lignée des mystiques rhénans. Cette méditation sans objet, exercice du « non-faire » favorise le lâcher-prise de tout ce qui nous encombre et l'accès au plus profond de l'être. Dans le respect de chacun, ce temps de méditation s'adresse à tous, quelle que soit sa lignée spirituelle ou son appartenance religieuse.

**RENDEZ-VOUS  
HEBDOMADAIRE  
TOUS LES LUNDIS**

**18H15 – 19H30**

**à NDG**

*Sans inscription  
sauf vacances scolaires,  
à partir du 29 septembre 2025*



# À votre service



## COMMENT S'INSCRIRE, S'INFORMER, RESTER EN CONTACT ?

[www.espace-ndg-chambles.fr](http://www.espace-ndg-chambles.fr) ou  
[www.centre spirituelnotredamedegraces-chambles.fr](http://www.centrespirituelnotredamedegraces-chambles.fr)

Le site internet présente une description étendue des activités du centre spirituel. Des actualités, un éclairage plus développé sur les Rencontres de Notre Dame de Grâce et les intervenants permettent de nous approcher un peu plus de vous.

Les inscriptions aux Rencontres de Notre Dame de Grâce peuvent être faites ou téléchargées directement sur le site internet.

À votre disposition pour toute information ou demande de formulaire d'inscription, le secrétariat est joignable par téléphone ou mail.



**Tél : 09 88 39 18 23**

**Courriel : [centrespirituelndg@gmail.com](mailto:centrespirituelndg@gmail.com)**



## LES GITES NOTRE DAME DE GRÂCES

Pour le bon fonctionnement de ses activités, l'activité location de salles et de gîtes est ouverte à tous : particuliers, entreprises...

La capacité d'hébergement est de 46 personnes, répartie en « 3 maisons » et un studio PMR. Des salles de réunion sont privatisables. La plus grande peut recevoir 80 places assises et dispose d'un équipement numérique complet.

Le site internet offre une description complète des possibilités et disponibilités actuelles.

[www.espace-ndg-chambles.fr](http://www.espace-ndg-chambles.fr) ou  
<http://gites-notredamedegraceschambles.fr>



ESPACE

NOTRE DAME  
DE GRÂCES

CHAMBLES

Lieu-dit Notre Dame de Grâce  
2 Allée des Tilleuls  
42170 Chambles

**Tél : 09 88 39 18 23**

**Courriels : ndgrace@gmail.com  
centrespirituelndg@gmail.com**



<https://www.espace-ndg-chambles.fr/accueil/le-centre-spirituel/>