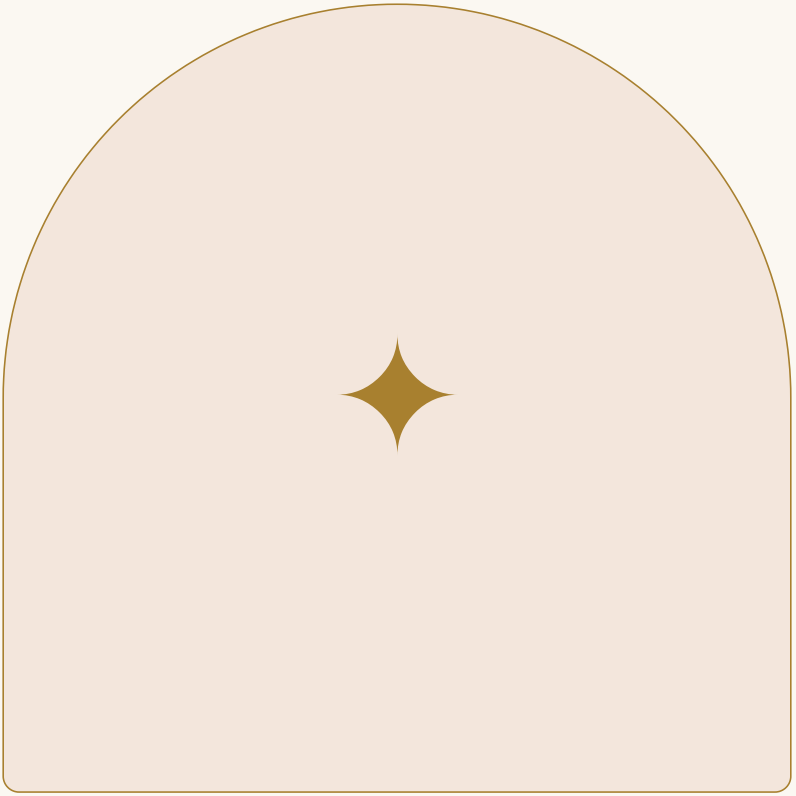


LIVRET À IMPRIMER

Sainte Ségolène

Vie, prière et neuvaine

Fête le 24 juillet

EN BREF

Sainte Ségolène

Veuve devenue abbesse au VIIe siècle, fondatrice du monastère du Troclar à Lagrave (Tarn).

Fête	24 juillet
Naissance	VIIe siècle, Albi (Tarn)
Mort	VIIe siècle, inconnu (probablement au Troclar, à Lagrave)
Canonisation	culte immémorial
Époque	VIIe siècle

Dans ce livret

Sa vie

Prière à sainte Ségolène pour les veuves et les personnes en deuil

Neuvaine à sainte Ségolène

Crédits et sources

Livret offert par Saintspedia, l'annuaire des saints catholiques : vies des saints, prières, neuvaines et lieux de pèlerinage, sur saintspedia.com. Textes rédigés par Saintspedia, sauf les prières traditionnelles signalées comme telles. Les prières et neuvaines originales ne sont pas des textes liturgiques officiels. Livret gratuit, à imprimer et à partager pour un usage personnel, familial ou paroissial ; merci de ne pas le vendre.

SA VIE

Sainte Ségolène

Sainte Ségolène (ou Sigolène, Sigouleine) est une sainte du VII^e siècle, née à Albi, dans l'Aquitaine mérovingienne. Mariée très jeune et veuve à vingt-deux ans, elle consacra le reste de sa vie aux pauvres et à la prière, puis fonda le monastère du Troclar, à Lagrave, dans l'actuel département du Tarn, dont elle fut la première abbesse. Les fouilles archéologiques y ont retrouvé la crypte qui abrita son corps. Elle est fêtée le 24 juillet.

Qui est sainte Ségolène ?

Ségolène appartient à cette génération de femmes de l'époque mérovingienne qui, après un mariage ou un veuvage, ont fondé des monastères et fait rayonner la vie consacrée en Gaule. Sa vie nous est connue par une Vie latine, étudiée par les historiens, et par les recueils de vies de saints des siècles suivants, comme celui d'Adrien Baillet au XVIII^e siècle. Les renseignements sont peu nombreux, mais ils dessinent un portrait cohérent : une jeune veuve qui choisit de servir Dieu dans les pauvres, puis dans la vie monastique. Son prénom, d'origine germanique, associe les idées de victoire et de douceur.



Crypte de Sainte-Sigolène, site du Troclar, à Lagrave (Tarn)

Dates clés de la vie de Ségolène

- **VII^e siècle** : Naissance à Albi, en Aquitaine.
- **Adolescence** : Elle est mariée très jeune, selon les usages de son temps.
- **Vers vingt-deux ans** : Devenue veuve, elle se consacre à la prière et au service des pauvres.
- **Ensuite** : Elle fonde le monastère du Troclar, à Lagrave (Tarn), et en devient la première abbesse.
- **VII^e siècle** : Mort de Ségolène ; un culte se développe autour de son tombeau.
- **Époque carolingienne** : Une crypte abrite son corps au Troclar, où il reste jusqu'à la fin du XI^e siècle.
- **1994** : Les vestiges du site du Troclar sont classés monument historique.

Une jeune veuve au service des pauvres

Ségolène naît à Albi. Comme beaucoup de jeunes filles de son milieu, elle est mariée à l'adolescence. Son mariage est bref : à vingt-deux ans, elle se retrouve veuve. Plutôt que de se remarier, elle choisit de consacrer sa vie à Dieu. Elle se met au service des pauvres et mène une vie de prière. Le veuvage, souvent vécu comme une épreuve et une solitude, devient pour elle le chemin d'une vie nouvelle, entièrement offerte.

L'abbesse du Troclar

Ségolène fonde ensuite un monastère au lieu-dit le Troclar, sur la commune actuelle de Lagrave, au bord du Tarn, entre Albi et Gaillac. Elle en devient la première abbesse. Les sources ne disent presque rien de la vie de cette communauté de moniales. Ségolène meurt au VII^{e} siècle, et son tombeau devient un lieu de vénération.

Ce que révèle l'archéologie

Le Troclar a fait l'objet de fouilles archéologiques à la fin du XX^{e} siècle. Elles ont mis au jour les vestiges d'une crypte de l'époque carolingienne, qui abrita le corps de la sainte jusqu'à la fin du XI^{e} siècle. Les restes d'animaux retrouvés sur le site, étudiés en 2001, montrent qu'une communauté y a vécu du IX^{e} au XII^{e} siècle en subvenant elle-même à ses besoins, de façon simple. Ces vestiges sont classés monument historique depuis 1994. Ils témoignent de la mémoire durable de Ségolène dans le pays albigeois.

Culte et iconographie

Sainte Ségolène est fêtée le 24 juillet. On la représente souvent en abbesse, tenant une crosse au bras gauche. Son culte a dépassé l'Albigeois : une église lui est dédiée à Metz, l'église Sainte-Ségolène, et une commune de Haute-Loire

porte le nom de Sainte-Sigolène.



Église Sainte-Ségolène de Metz

Que retenir de sainte Ségolène ?

Sainte Ségolène montre qu'une épreuve peut devenir un appel. Veuve très jeune, elle n'a pas laissé le deuil fermer sa vie : elle l'a ouverte aux pauvres, puis à une communauté de sœurs. On peut la prier pour les veuves et les personnes en deuil, pour ceux qui doivent recommencer leur vie, pour les moniales, et pour l'Église d'Albi.

Où prier sainte Ségolène ?

- **Lagrave** (Tarn) : le site du Troclar, où se trouvait son monastère, et l'église Sainte-Sigolène.
- **Metz** (Moselle) : l'église Sainte-Ségolène, qui lui est dédiée.
- **Albi** (Tarn) : sa ville natale, et la cathédrale Sainte-Cécile.

PRIER

Prière à sainte Ségolène pour les veuves et les personnes en deuil

Sainte Ségolène, née à Albi au VII^e siècle, devint veuve à vingt-deux ans. Elle se consacra aux pauvres et à la prière, puis fonda le monastère du Troclar, à Lagrave, dont elle fut la première abbesse. Prière composée pour Saintspedia, dans l'esprit de la tradition de l'Église. Elle lui confie les veuves, les personnes en deuil et tous ceux qui doivent recommencer leur vie.

Prière à sainte Ségolène

Sainte Ségolène,
veuve dès ta jeunesse,
tu as connu le deuil et la solitude,
et tu n'as pas laissé la tristesse fermer ton cœur.
Console ceux qui pleurent un époux, une épouse,
et tous ceux qui ont perdu un être cher.

Tu as fait de ta vie un don
pour les pauvres et pour Dieu.
Apprends-moi à transformer mes épreuves
en occasions d'aimer davantage,
et à servir ceux qui manquent de tout.

Abbesse du Troclar,
veille sur les moniales et sur les familles,
sur l'Église d'Albi et sur tous ceux qui t'invoquent.
Garde-nous dans l'espérance et dans la paix.
Par le Christ, notre Seigneur. Amen.

Quand prier sainte Ségolène ?

- Le jour de sa fête, le 24 juillet.
- Pour les veuves, les veufs et les personnes en deuil.
- Quand il faut recommencer sa vie après une épreuve.
- Pour les moniales et les communautés religieuses.
- Pour les pauvres et pour ceux qui les servent.

Une courte invocation

> *Seigneur, consolateur des affligés,*
> *par l'intercession de sainte Ségolène,*
> *change nos larmes en espérance. Amen.*

Pour préparer sa fête, vous pouvez prier la neuvaine à sainte Ségolène du 16 au 24 juillet, et découvrir la vie de sainte Ségolène.

NEUVAINE

Neuvaine à sainte Ségolène

Cette neuvaine suit la vie de sainte Ségolène, veuve et abbesse du Troclar au VII^e siècle. Neuvaine composée pour Saintspedia, dans l'esprit de la tradition de l'Église. Pour l'achever le jour de sa fête, le 24 juillet, commencez-la le 16 juillet. Vous pouvez aussi la prier à tout autre moment de l'année.

Comment prier cette neuvaine ?

Chaque jour, commencez par le signe de croix et confiez votre intention à Dieu. Lisez la méditation, dites la prière du jour, puis un Notre Père, un Je vous salue Marie et un Gloire au Père. Terminez par : « Sainte Ségolène, prie pour nous. » Le geste du jour vous aide à vivre la neuvaine concrètement. La vie de sainte Ségolène est peu connue : ces méditations s'appuient sur les quelques éléments que la tradition nous a transmis.

Jour 1 : Une enfance à Albi

Ségolène est née à Albi. C'est là qu'elle a grandi et reçu la foi, dans une Église déjà ancienne.

Prière : Seigneur, bénis la ville où j'ai grandi et ceux qui m'y ont fait connaître ton nom.

Geste du jour : Prier pour votre paroisse d'origine ou pour l'Église de votre enfance.

Jour 2 : Le mariage

Très jeune, Ségolène fut mariée. Le mariage est un chemin de sainteté, où l'on apprend à aimer et à se donner.

Prière : Seigneur, bénis les couples mariés. Donne-leur la fidélité, la patience et la joie.

Geste du jour : Prier pour un couple de votre entourage, ou pour votre propre couple.

Jour 3 : Le deuil

À vingt-deux ans, Ségolène se retrouva veuve. Elle connut la douleur de la séparation et la solitude.

Prière : Seigneur, console ceux qui pleurent. Sois proche des veuves et des veufs.

Geste du jour : Rendre visite ou téléphoner à une personne en deuil.

Jour 4 : Un nouveau départ

Ségolène ne se laissa pas enfermer dans la tristesse. Elle choisit de donner sa vie à Dieu d'une manière nouvelle.

Prière : Seigneur, quand une porte se ferme, aide-moi à voir celle que tu ouvres.

Geste du jour : Confier à Dieu une situation où vous devez recommencer.

Jour 5 : Au service des pauvres

Ségolène se consacra aux pauvres. Elle reconnaissait le Christ dans ceux qui manquent de tout.

Prière : Seigneur, ouvre mes yeux sur les pauvres qui m'entourent et donne-moi un cœur généreux.

Geste du jour : Faire un don ou rendre un service à une personne dans le besoin.

Jour 6 : La prière

À côté du service des pauvres, Ségolène se donna à la prière. L'action et la contemplation se nourrissent l'une l'autre.

Prière : Seigneur, apprends-moi à prier chaque jour, même quand je suis très occupé.

Geste du jour : Réserver aujourd'hui un moment fixe pour la prière.

Jour 7 : Fonder une communauté

Ségolène fonda le monastère du Troclar et en devint la première abbesse. Sa vie donnée a permis à d'autres de se donner aussi.

Prière : Seigneur, bénis les communautés de moniales et suscite des vocations à la vie religieuse.

Geste du jour : Prier pour une communauté religieuse, ou lui confier une intention.

Jour 8 : Guider avec douceur

Le nom de Ségolène évoque la douceur et la victoire. Comme abbesse, elle eut à conduire ses sœurs vers Dieu.

Prière : Seigneur, donne à ceux qui ont une responsabilité la douceur et la fermeté du bon pasteur.

Geste du jour : Encourager quelqu'un dont vous avez la charge, au travail ou en famille.

Jour 9 : Une mémoire qui demeure

Des siècles après sa mort, une crypte abritait encore son corps au Troclar. Les fouilles en ont retrouvé les vestiges.

Prière : Seigneur, merci pour les saints qui ont marqué nos terres. Par l'intercession de sainte Ségolène, accorde-moi la grâce que je te demande dans cette neuvaine, si telle est ta volonté.

Geste du jour : Participer à la messe et prier pour vos défunts.



Église Sainte-Sigolène de Lagrave (Tarn)

Prière de conclusion

Sainte Ségolène,
veuve et abbesse,
tu as fait de ton épreuve un chemin vers Dieu.
Présente au Seigneur l'intention que je t'ai confiée.
Console-moi dans mes peines
et rends mon cœur généreux envers les pauvres.
Par le Christ, notre Seigneur. Amen.



Autel et chœur de la cathédrale Sainte-Cécile d'Albi

Vous pouvez aussi prier à tout moment la prière à sainte Ségolène, et découvrir la vie de sainte Ségolène.

CRÉDITS

Crédits et sources

Textes : Saintspedia (saintspedia.com). Les sources citées dans chaque partie sont celles de la page correspondante du site. Données biographiques issues en partie de Wikidata (CC0). Police : EB Garamond (licence SIL Open Font).

Images

- Crypte de Sainte-Sigolène, site du Troclar, à Lagrave (Tarn) : Image : Antoine Garnier, CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons. Source · Licence
- Église Sainte-Ségolène de Metz : Image : Auteur inconnu, CC BY-SA 3.0, via Wikimedia Commons. Source · Licence
- Église Sainte-Sigolène de Lagrave (Tarn) : Image : Paternel 1, CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons. Source · Licence
- Autel et chœur de la cathédrale Sainte-Cécile d'Albi : Image : Pierre-Selim Huard, CC BY 4.0, via Wikimedia Commons. Source · Licence

NOS LIVRES

Pour garder les saints près de vous

Saintspedia publie aussi des livres imprimés, livrés par Amazon. Une belle idée de cadeau pour un proche qui prie, un filleul ou une filleule.



Agenda des saints 2027

Un saint pour chaque jour

Le saint de chaque jour, les fêtes de l'Église et une prière chaque semaine, pour toute l'année 2027. Agenda semainier broché, 120 pages. **Sainte Ségolène y figure au 24 juillet.**

Voir le livre sur Amazon — **11,99 €**

amazon.fr/dp/B0HQSSLJTL



Mes amis les saints

Cahier de jeux et coloriages pour enfants

30 saints à découvrir avec Plume la colombe : histoires, coloriages, jeux et prières, dès 6 ans. Grand cahier broché, 136 pages.

Voir le livre sur Amazon — **10,99 €**

amazon.fr/dp/B0HR7XL88V

Tous nos livres sur saintspedia.com/livres

D’autres livrets gratuits

Vies de saints, prières, neuvaines et lieux de pèlerinage : retrouvez tous les livrets à imprimer sur

saintspedia.com