

“IL FAUDRAIT MULTIPLIER LES MAISONS DE LECTURE...
OÙ L’ON MÉDITE, OÙ L’ON S’INSTRUIT, OÙ L’ON SE RECUEILLE,
OÙ L’ON APPREND QUELQUE CHOSE, OÙ L’ON DEVIENT MEILLEUR.”
DU PÉRIL DE L’IGNORANCE, VICTOR HUGO

Frère François
Cassingena-Trévedy

**Douze constellations
pour une année d’éveil**



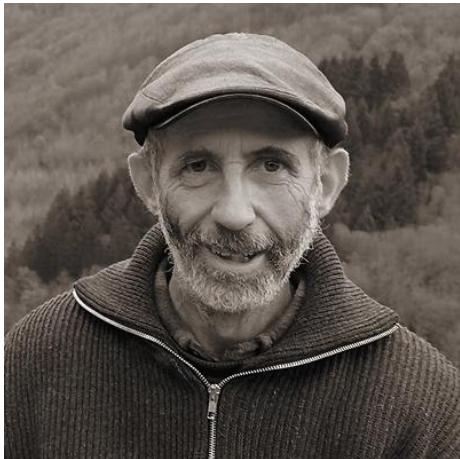
PAR L'AUTEUR DE *PAYSAN DE DIEU*

*Une invitation
à la vie spirituelle*

Albin Michel

FRANÇOIS CASSINGENA-TREVERDY
DOUZE CONSTELLATIONS
POUR UNE ANNÉE D’ÉVEIL

EDITION ALBIN MICHEL – JANVIER 2026 – 167 P.



L'Auteur

Né à Rome en 1959, **François Cassingena-Trévedy** est un moine bénédictin, théologien et écrivain français. Après des études de lettres classiques et de théologie, il rejoint l'abbaye de Ligugé où il devient enseignant et auteur spirituel. Poète et essayiste, il publie de nombreux ouvrages marquants, dont la série *Étincelles*, *Sermons aux oiseaux*

et *Propos d'Altitude*. À 61 ans, il choisit de quitter la solitude monastique pour s'installer définitivement au cœur du Cantal, où il vit comme prêtre-paysan, unissant contemplation, travail de la terre et accompagnement spirituel. Cette expérience incarne sa vision d'une foi enracinée dans la simplicité et la proximité avec les hommes. Il publie en 2024 *Paysan de Dieu* autour de cette expérience. Un ouvrage qui remportera le Prix de la liberté intérieure 2025.

Frère François
Cassingena-Trévedy

Sermons aux oiseaux



Préface de Sylvie Germain

Albin Michel

Frère François
Cassingena-Trévedy

Propos d'altitude



Frère François
Cassingena-Trévedy

Paysan de Dieu



Prix littéraire
de la liberté intérieure
2025

LA SAGESSE D'UN ERMITE

Albin Michel

LE POINT DE LIVRE ■ ALBIN MICHEL ■ LA G PROCHÉ

Résumé

Composée de textes courts et d'aphorismes, sans référence biblique ni théologique, une réflexion à la fois poétique, chrétienne et universelle pour une année d'éveil spirituel. Les douze chapitres correspondent aux douze mois de l'année.

Ce que dit l'éditeur

« La vie spirituelle n'est pas une vie supérieure dont seuls quelques privilégiés de l'éducation, de la culture, voire de la fortune, pourraient s'offrir le luxe. Elle est une vie intérieure, assurément, mais pourvu que l'on débarrasse cette intérieurité de tout repli égotiste et qu'on ne la confonde point avec la recherche de je ne sais quelle étanchéité douillette, relativement aux intempéries inévitables qui viennent du dehors comme du dedans. Bref, la vie spirituelle n'est pas seulement une vie à l'intérieur de soi, mais une vie intérieure à la vie même, et si vive, et si riche, et si sensible, et si aiguë, et si ardente, et si périlleuse, et si pleinement incarnée, et si puissamment symphonique, que l'on en viendrait presque, parfois, à vouloir en être dispensé. Une vie qui signe au plus profond notre humanité même et atteste sa dignité. »

Ce qu'on en pense

Parce que la vie spirituelle est accessible à chacun, François Cassingena-Trevedy nous invite à prendre le chemin de la simplicité et du dépouillement. En apprenant à sentir, à regarder et à écouter, le monde qui nous entoure, alors la vie intérieure peut éclore et nous rapprocher de Dieu. Ces douze constellations ici rassemblées, comme ces douze mois de l'année qui ponctuent nos vies, nous offrent de découvrir le chemin de ce « Je est un autre » à chérir si précieusement aujourd'hui.

Mathilde, libraire à La Procure de Paris

(Source : [La Procure](http://www.laprocurede.com))