

Dimanche 3 décembre

PEUR & SURPRISE

*Pour prendre un temps avec Dieu seul-e, en famille ou entre ami-e-s
Pour déposer nos peurs et accueillir les belles surprises
Pour garder nos sens éveillés !*



Pour ce temps, pour plus de confort, ayez à portée de main :

- Une bougie de l'Avent et une Bible
- De quoi écouter ou faire de la musique, une connexion internet
- Une feuille carrée blanche par personne, un crayon ou feutre violet et un rose

Pour ouvrir ce temps

- ★ Allumez la première bougie de l'Avent en disant par exemple

*Lumière de vie, Souffle de paix
En ce premier dimanche de l'Avent
Que ta présence apaise nos peurs
Que ta vie nous surprenne*

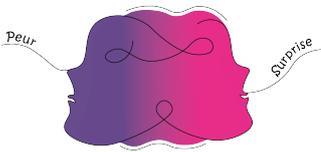
- ★ Écoutez ou chantez « Veni Sancte Spiritus » de Taizé « Viens Saint Esprit »

- <https://www.youtube.com/watch?v=us-v4slsUX4>

Veni Sancte Spiritus

Ve - ni San - cte Spi - ri - tus.





Pour déposer nos peurs

Prenez un feutre ou crayon violet et une feuille blanche carrée par personne

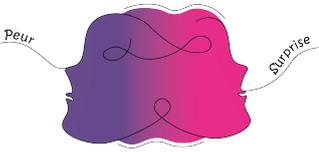
- ★ Pendant un temps de silence, écrivez ou dessinez quelques peurs qui vous habitent
- ★ Prier en faisant un origami cœur, si vous le souhaitez, voir le lien <https://www.pinterest.com/pin/759419555897564556/>
 - En faisant l'étape 1 et 2, en marquant les diagonales
 - *Éternel, les peurs marquent nos vies, elles font des plis sur notre cœur*
 - En pliant l'angle du haut jusqu'au centre et l'autre diagonal jusque tout en haut
 - *Recouvre nos peurs de ton Amour*
 - Replier les côtés vers le haut
 - *Que nous puissions regarder vers toi*
 - Retourner et plier les différentes pointes
 - *Merci de venir arrondir nos peurs par ta présence*
 - Retourner et découvrez le cœur
 - *Avec toi, nous pouvons apprivoiser nos peurs et avancer avec confiance. Amen*
- ★ Terminez ce temps en écoutant une musique qui tel que « Tout est possible » de Glorious
 - <https://www.youtube.com/watch?v=7jAYGdBARcE>



Pour méditer le texte biblique

- ★ Lire le texte biblique du jour, Marc 13, 33-37 ou l'écouter en langue des signes, <https://www.youtube.com/watch?v=qTfu9CMSgul>
 - Relever un mot, une phrase qui vous touche, interpelle pendant un temps de silence, puis
 - Si vous êtes plusieurs, partager chacun·e votre phrase
 - Si vous êtes seul·e, écrivez-la sur un post-it
- ★ Lire la méditation qui est proposée
 - Qu'est-ce qui vous parle dans la méditation ?
 - Voulez-vous ajoutez un mot, une pensée suite à cette méditation ?
- ★ Prenez un temps autour du mot « Veillez ! » avec un crayon rose et votre cœur en origami
 - Sur votre cœur, dessinez ou écrivez, sur quoi, sur qui vous êtes appelés à veiller... je suis appelé·e à veillé sur
 - Par exemples : *La paix autour de moi, mes parents âgés, le voisin tout seul, ...*
- ★ Terminer en écoutant ou chantant un chant de l'Avent tel que « Quand s'éveilleront nos cœur ! » Alléluia 31/22
 - <https://www.youtube.com/watch?v=K3mD5sP0nn8>





Pour prier pour la nature :

- ★ Ecouter et regarder l'interview de Renaud Rindlisbacher
 - Qu'est-ce qui vous plaît, touche, interpelle dans cet interview ?
- ★ Renaud est photographe de la nature et aujourd'hui, nous vous invitons à prier pour la nature
 - Penser à un élément de la nature qui vous surprend par sa couleur, vous pourrez l'apporter à Dieu en disant
 - *Merci, toi qui es Vie, pour la vie qui m'entoure, merci pour les couleurs qui habitent la nature, merci pour...*
 - Penser à un élément de la nature qui vous surprend par sa forme, vous pourrez l'apporter à Dieu en disant
 - *Merci pour la diversité des formes de vie, merci pour...*
 - Penser à un élément de la nature qui vous surprend par son bruit, vous pourrez l'apporter à Dieu en disant
 - *Merci pour les sons que nous offrent ta création, merci pour...*
 - Penser à un élément de la nature qui vous surprend par son odeur, vous pourrez l'apporter à Dieu en disant
 - *Merci pour les odeurs présentent dans la nature, merci pour...*
 - *Merci pour la beauté et la diversité de notre monde.*
 - *Que ta nature puisse être protégée*
 - *Que nous soyons créateurs et créatrices de vie autour de nous*
 - *Amen*

Pour terminer :

- ★ Dire tous ensemble la prière du jour « Apprends-nous à veiller » du Père Georges Madore
- ★ Une musique
 - Classique à écouter Flute Concerto in D Major, Op. 10 No. 3, RV 428 "Il gardellino": le jardin
 - <https://www.youtube.com/watch?v=b5dNg6Fh6fU>
 - Pour enfants : LA VIE C'EST COMME UN JARDIN - Les Enfantastiques
 - <https://www.youtube.com/watch?v=ARO5ON5QNUg>

