

## RENTREE PASTORALE de SEPTEMBRE « Aujourd'hui, émerveille-toi ! »

Regard positif sur le monde, sur soi, sur les autres, sur Dieu... Bonnes nouvelles !

### Déroulement

- Musique de fond
- Accueil en musique : « Je joue de la musique » (Calogero)
- Mot d'accueil (cf. diaporama)
- C'est quoi la pastorale ? La brebis perdue (LA PECORELLA SMARRITA)  
<https://www.youtube.com/watch?v=dWK79DjNW0g>
- Jeu de connaissance ... (cf. diaporama)

1. Faire se lever les jeunes par classes

2. Faire se lever ...

- qui aime le chocolat se lève
- qui aime le sport se lève
- qui porte des lunettes se lève,
- tous les garçons se lèvent
- qui connaît ce chant ... chante !

- Chant « Je Joue De La Musique » par Calogero – karaoké projeté  
<https://www.youtube.com/watch?v=786WnxHtYTs>
- Accroche : Sketch d'introduction au thème

### Approfondissement

#### Texte : S'émerveiller pour être heureux (Martin Bilodeau)

« Avez-vous l'impression que la vie est sérieuse et source de stress constant ? Avez-vous l'impression de traverser vos journées les sourcils froncés, la tête pleine, le cœur en sourdine et le corps tendu par toutes vos obligations et vos échéanciers ? Si oui, voici la solution facile afin d'apporter joie, légèreté et bonheur dans votre quotidien, l'émerveillement !

L'émerveillement est cette capacité innée que vous avez d'être fasciné, captivé et surpris par les beautés qui vous entourent. Clef du bonheur, c'est une faculté qu'ont les enfants de découvrir avec enthousiasme tout ce qui se présente à eux. Ainsi, une fleur, une goutte d'eau, un paysage, une chanson, un sourire deviennent autant d'invitation au rire et à la joie spontanée. Maslow parle de cette capacité comme une « fraîcheur d'appréciation » qui nous permet de regarder le monde avec émerveillement. Les gens qui développent leurs capacités d'émerveillement sont plus heureux, conciliants, créatifs et optimistes. Maintenant, qu'attendez-vous pour retrouver cette légèreté de vivre qui vous apportera un sentiment liberté infini ?

Pour vous aider dans ce parcours joyeux, voici quelques conseils pour activer votre capacité de vous émerveiller :

- Commencez vos journées en écoutant votre chanson préférée... et chantez comme si vous étiez seul au monde.
- Arrêtez de courir ou de marcher et gambader pour un instant seulement et voyez comment la vie est plus belle.
- Quand votre esprit est centré sur les problèmes et que les angoisses montent en vous, dansez sur une musique entraînante, libérez votre corps du stress et soyez la célébration ;
- Appréciez la température quelle qu'elle soit.
- Regardez les beautés de la nature autour de vous et prenez un temps pour les apprécier.
- Pensez à tout ce que vous avez dans la vie au lieu de penser à tout ce que vous désirez avoir de plus.

- Ne prenez rien au sérieux mais soyez sincère et authentique.
- Riez, jouez, soyez aimant envers vous et les autres... et aimez la vie ! »

- Transition :

- Prière de Mère Teresa

- Texte « prendre le temps autrement » (cf. diaporama)

- Présentation sur la beauté de la vie, de l'être humain, de que j'étais il y a 15 ans/19ans... je m'émerveille du lieu d'où je viens, de ce que je suis devenu.

Vidéo la création de l'être humain :

[https://www.youtube.com/watch?v=u\\_NO3JU0LZk](https://www.youtube.com/watch?v=u_NO3JU0LZk)

- Conclusion de la vidéo sur la beauté, le mystère, la grandeur, la puissance de la vie qui fait qu'on est là aujourd'hui. Nous nous émerveillons !

- Témoignages de jeunes :

- CampoBosco
- Lourdes
- Confirmation/préparation au Baptême
- Projet Solidaire Noël

- Départ de chaque classe (ou demi classe suivant le nombre), avec en musique de fond l'instrumental « le Bonheur d'être ensemble » (MEJ)

- Temps de découverte « Je suis une merveille » ... mes qualités ? (cf. 2 documents en annexe)

- Rassemblement de tous sur de la musique calme

- Pendant le retour : réalisation collective de la phrase avec les drapeaux en tissus : un représentant de chaque groupe apporte sa lettre :



- Découverte du thème (on accroche les drapeaux au fil et on les lève, puis on les fixe)

- Vidéo : la Création dans la Genèse (vidéo) : <https://www.youtube.com/watch?v=3TeuHcTQ61I>

- Transition- conclusion : on vous souhaite une année d'émerveillements !

- Départ sur le chant « le Bonheur d'être ensemble »

## **Rentrée Pastorale :** **Canevas du temps de débat en classe ou demi-groupe** **« Emerveille toi de toi ! »**

Voici votre « **kit matériel** » dans un sac au moment du départ des groupes :

- une boîte en fer avec couvercle
- avec au-dedans une photo d'une personnalité collée sur un miroir (qui le cache)
- un morceau de tissu carré sur lequel est collé une lettre blanche
- des feutres
- la feuille d'explication de ce temps (cette feuille – ne pas en parler aux élèves)
- La liste des qualités humaines pour aider les jeunes pendant le brainstorming ou lorsqu'ils se cherchent des qualités

**Objectif :** Découvrir ses qualités, que chacun est « une merveille ».

- \* Installation de la classe 5 min
    - o Enlever les tables
    - o Mettre les chaises en demi-cercle
  - \* Bienvenue à chacun, tour des prénoms si l'animateur ne connaît pas les jeunes
  - \* Retour sur la première partie au gymnase : 3 min
    - o qu'est ce que vous en pensez ?
    - o qu'est-ce qui vous a marqué ?
  - \* Brainstorming des qualités (pas physiques) sur le tableau (5 min)
    - o « Si je vous dis « qualité humaine », en dehors des qualités physiques, est-ce que vous pouvez m'en donner ? »
  - \* L'animateur ou un jeune écrit au tableau toutes les qualités humaines que les élèves trouvent (prévoir un feutre velleda ou une craie) – s'aider de la liste si besoin – vérifier qu'ils comprennent le sens du mot.
  - \* Conclure ce temps (amener les jeunes à cette conclusion) : « vous voyez, même si c'était +/- difficile d'en trouver, finalement il en existe plein ! sur internet il y en a plus de 100 ! on en a tous beaucoup !
  - \* Jeu du « trésor » (15 min)
    - o Boîte en fer « trésor » qui contient la photo d'une célébrité (garder secret : Omar Sy le matin, Louane l'après-midi), qu'un volontaire essaiera de faire deviner au groupe en ne disant que ses qualités.
  - \* Dites : « J'ai besoin d'un ou d'une volontaire »
  - \* Vous voyez cette boîte, en fait elle contient un trésor... c'est une personne, il faut que vous deviniez qui c'est, mais le/la volontaire qui fait deviner ne doit dire que ses qualités humaines – en s'aidant de la liste qu'on vient de faire, si elle en a besoin. Attention, elle ne peut donner aucun autre indice (physique...)
  - \* Le volontaire ouvre la boîte et est seul à voir la photo de la personnalité. Il fait deviner son identité.
    - o L'animateur se retourne et change en cachette (discrètement) la photo par une autre qui est dessous, (en fait c'est un miroir !), et appelle un nouveau volontaire pour recommencer le jeu.
  - \* Avant de donner la boîte au volontaire, bien lui dire de ne pas réagir en ouvrant la boîte (car il va être surpris !) surtout de ne rien dire. Puis il doit trouver des qualités humaines qui le définissent (il peut s'aider du tableau – ça ne va pas être facile pour tout le monde, il faudra aider et encourager le jeune). Normalement personne ne va le trouver. Au bout d'une minute environ, le volontaire va s'asseoir en gardant le silence.
  - \* Appeler un nouveau volontaire en répétant la consigne du silence quand il découvre son visage.
  - \* Enchaîner pour qu'un maximum de jeunes puisse passer
  - \* Débat guidé « chacun est une merveille » (10 min)
  - \* Alors c'était qui le trésor ? (réponse : chacun de vous !)
  - \* Est-ce que c'était facile de te trouver une qualité ? pourquoi ?
  - \* Est-ce qu'on me dit plus souvent mes qualités ou mes défauts ?
  - \* Et moi, est-ce que je fais attention d'abord aux qualités ou aux défauts des autres ?
  - \* Qu'est-ce que j'aime chez moi ?
  - \* Est-ce que mes qualités grandissent, évoluent avec le temps ?
  - \* A combien j'estime la vie d'un être humain ? de ma vie ? chacun est une merveille !
  - \* Chez les chrétiens, nous croyons que Dieu nous a créé par amour, et à sa ressemblance !
  - \* Dernière étape : (5 min)
  - \* Chaque jeune écrit son prénom avec des feutres couleurs sur la lettre blanche.
  - \* et on désigne un représentant qui amènera le carré de tissu sur lequel est cousue la lettre sur l'estrade au retour au Gymnase
  - \* Retour tous ensemble - Ramener et remettre le matériel dans le « container hadock » du gymnase
- Bravo et merci pour ce temps partagé avec les jeunes !

## Qualités humaines

1. Accessible	56. Disert(e)	111. Lucide	167. Respectueux(euse)
2. Accueillant (e)	57. Disponible	112. Maître de soi	168. Responsable
3. Adroit(e)	58. Doux(ouce)	113. Malin(igne)	169. Rigolo(te)
4. Agréable	59. Droit(e)	114. Marrant(e)	170. Rigoureux(euse)
5. Aidant(e)	60. Drôle	115. Méthodique	171. Rusé(e)
6. Aimable	61. Dynamique	117. Minutieux(euse)	172. Sage
7. Altruiste	62. Ecoute (à l')	118. Modeste	174. Sensible
8. Ambitieux (euse)	63. Efficace	119. Motivé(e)	175. Serein(e)
9. Amusant(e)	64. Eloquent(e)	120. Naturel(le)	176. Sérieux(euse)
10. Apaisant(e)	65. Empathique	121. Novateur(trice)	177. Serviable
11. Résilient(e)	66. Encourageant(e)	122. Nuancé(e)	178. Sincère
12. Appliqué(e)	67. Endurant(e)	123. Objectif(ive)	179. Sociable
13. Assertif(ive)	68. Energique	124. Observateur(trice)	180. Social(e)
14. Astucieux(euse)	69. Engagé	125. Obstiné(e)	181. Soigneux(euse)
15. Attachant	70. Enthousiaste	126. Opiniâtre	182. Solide
16. Attentif(ive)	71. Entreprenant	127. Optimiste	183. Souple
17. Attentionné(e)	72. Epanoui(e)	128. Ordonné(e)	184. Souriant(e)
18. Audacieux(euse)	73. Equitable	129. Organisateur(trice)	185. Spontané(e)
19. Autonome	74. Esprit d'équipe	130. Organisé(e)	186. Sportif(ive)
20. Avenant(e)	75. Exemplaire	131. Original(e)	187. Stable
21. Aventureux(euse)	76. Extraverti(e)	132. Ouvert(e) d'esprit	188. Stratège
23. Bienveillant(e)	77. Ferme	133. Pacificateur(trice)	189. Studieux(euse)
24. Brillant(e)	78. Fidèle	134. Paisible	190. Sûr(e)desoi
25. Calme	79. Fin(e)	135. Passionnant(e)	191. Sympa(thique!)
26. Captivant(e)	80. Flexible	136. Patient(e)	192. Talentueux(euse)
27. Chaleureux	81. Fort(e)	137. Persévérant(e)	193. Tempéré(e)
28. Charismatique	82. Franc(he)	138. Persuasif(ive)	194. Tenace
29. Charmant(e)	83. Gai(e)	139. Pétille(e)	195. Tendre
30. Combatif(ive)	84. Généreux(euse)	140. Philosophe	196. Tolérant(e)
31. Communicatif(ive)	85. Gentil(le)	141. Planificateur(trice)	197. Timide
32. Compréhensif(ive)	86. Habile	142. Poli(e)	198. Tranquille
33. Concentré (capacité à être)	87. Hardi(e)	143. Polyvalent(e)	199. Travailleur(euse)
34. Conciliant(e)	88. Honnête	144. Ponctuel(le)	200. Vaillant(e)
35. Confiant(e)	89. Humain(e)	145. Pondéré(e)	201. Valeureux(euse)
36. Conformiste	90. Humble	146. Posé(e)	202. Vif(ive)
37. Conscientieux	91. Imaginatif(ive)	147. Positif(ive)	203. Vigilant(e)
38. Convaincant(e)	92. Impliqué(e)	148. Pragmatique	204. Volontaire
39. Coopératif(ive)	93. Impulsif(ive)	149. Pratique	205. Vrai(e)
40. Courageux(euse)	94. Indépendant(e)	150. Précis(e)	206. Zen
41. Courtois(e)	95. Indulgent(e)	151. Prévenant(e)	
42. Créatif(ive)	96. Infatigable	152. Prévoyant(e)	
43. Cultivé(e)	97. Influent(e)	153. Productif(ive)	
44. Curieux(euse)	98. Ingénieux(euse)	154. Protecteur(trice)	
45. Débrouillard(e)	99. Innovateur(trice)	155. Prudent(e)	
46. Décidé(e)	100. Inspiré(e)	156. Pugnace	
47. Délicat(e)	101. Intelligent(e)	157. Quiét(e)	
48. Déterminé(e)	102. Intègre	158. Raisonnable	
49. Dévoué(e)	103. Intuitif(ive)	159. Rassurant(e)	
50. Digne de confiance	104. Inventif(ive)	160. Rationnel(le)	
51. Discipliné	105. Joueur(euse)	161. Réaliste	
52. Diplomate	106. Jovial(e)	162. Réconfortant(e)	
53. Direct(e)	107. Juste	163. Réfléchi(e)	
54. Discipliné(e)	108. Leader	164. Réservé(e)	
55. Discret(e)	109. Logique	165. Résistant(e)	
	110. Loyal(e)	166. Résolu(e)	