



## PARCOURS NOUVELLE TERRE

### THEME 1 : s'enraciner dans la gratitude et la contemplation

#### Fiche animateur



Ce thème se veut le point de départ du parcours « nouvelle terre » qui s'inscrit dans une démarche de méditants chrétiens désireux d'engager ou de poursuivre une conversion écologique telle qu'elle est exprimée par le pape François dans l'encyclique « Laudato Si » de 2015.

Cette fiche est destinée aux animateurs de la rencontre et vise à leur proposer des repères pour guider son déroulement. Elle est évidemment complémentaire de la fiche participant et de la fiche documentaire communiquées si possible au moins trois semaines avant la rencontre.

**Avant la rencontre (semaine précédente)**, la préparer avec l'autre animateur référent du groupe (par simple échange audio ou visio, si possible la semaine précédant la rencontre), en se précisant notamment le « qui fait quoi » et en portant dans l'esprit de prière cette rencontre et chacun de ses membres. Et communiquer le lien visio (zoom- si visio) ou l'adresse du lieu, à tous les membres en les invitant à se connecter 5 minutes avant l'heure proposée.

#### Guide de déroulement de la rencontre fraternelle : Durée 1h 45-2h maxi

##### **accueil : prendre le temps d'accueillir chacun (15 minutes)**

Question starter : « *quel est le désir qui m'anime en participant à ce parcours « nouvelle Terre ?* ».

##### **Topo introductif par les animateurs : « le sens de ce parcours » (10 minutes)**

Ce parcours peut prendre au moins trois sens convergents pour un méditant chrétien :

**Premier sens** : S'inscrire dans une démarche volontariste pour approfondir la réponse personnelle à l'appel du Pape dans l'encyclique Laudato Si

*« J'adresse une invitation urgente à **un nouveau dialogue** sur la façon dont nous construisons l'avenir de la planète. Nous avons besoin d'une **conversion qui nous unisse tous**, parce que le défi environnemental que nous vivons, et ses racines humaines, nous concernent et nous touchent tous..... Tous, nous pouvons collaborer comme instruments de Dieu pour la sauvegarde de la création, **chacun selon sa culture, son expérience, ses initiatives et ses capacités.** » (paragraphe 14 de l'encyclique Laudato Si de 2015)*

**Deuxième sens** : vivre cette conversion au sein d'un groupe fraternel bienveillant de méditants chrétiens qui se veut aussi un lieu de ressourcement collectif.

**Troisième sens** : expérimenter la relecture de vie et les petits pas en partant de ma posture de méditant qui accepte de se détacher dans l'humilité de ses fausses sécurités.



### **Un rappel de la place de Laudato Si qui sera notre fil rouge durant ces 5 rencontres thématiques.**

L'encyclique Laudato Si ou « Loué sois tu » a été publiée le 18 juin 2015 par le Pape François. Elle a connu un grand retentissement dans le monde chrétien et également auprès de leaders politiques du monde entier. Ainsi, elle a été reconnue comme une contribution majeure de la COP 21 qui s'est tenue à Paris en décembre 2015. Dans le prolongement de la crise sanitaire mondiale liée au coronavirus, six ans plus tard, ce texte rappelle l'urgence de la conversion écologique demandée par le Pape François pour sauver la maison commune. Dans l'esprit de l'encyclique, nous découvrons que cette conversion nous entraîne vers la mise en pratique d'une écologie dite intégrale.

Enfin, ce texte synthèse de réflexions théologiques partagées avec de nombreux experts s'est inspiré d'une figure de sainteté dont le pape François en a fait son prénom, Saint François d'Assise.

### **☐ Méditation silencieuse (15 minutes)**

Précédée de la lecture du cantique des créatures de Saint François d'Assise

#### **COMMENT MÉDITER**

Asseyez-vous. Restez immobile et le dos droit.

Fermez doucement les yeux.

Soyez détendu mais vigilant.

En silence, intérieurement, commencez à dire un mot unique.

Nous vous recommandons le verset de prière "Maranatha".

Récitez-le en détachant chaque syllabe.

Dites-le du début à la fin.

Écoutez-le tout en le disant.

Ne retenez et n'entretenez aucune pensée.

Chaque fois qu'une pensée surgit, ramenez votre attention sur votre mot.

Méditez pendant 20 à 30 minutes.

Méditez deux fois par jour, tous les jours,

et une fois par semaine, méditez avec d'autres personnes.

### **☐ 1<sup>er</sup> tour d'expression individuelle ( sans se couper la parole) : (30 minutes)**

Question starter : qu'est-ce que j'ai le désir de partager de mes « gratitudes » dans ma vie quotidienne ? Eventuellement retenir une petite expérience à présenter ? Dire en quoi elle me touche encore aujourd'hui. Qu'est ce qui m'a touché, rejoint dans les documents supports à la rencontre ?

### **☐ 2<sup>ème</sup> tour « partage » : s'enraciner dans la gratitude et la contemplation.**

Qu'est ce qui nous empêche d'aller vers la gratitude ? Quels sont les fruits de la gratitude ? Et la place de la contemplation dans mon quotidien ? **(20 minutes)**

**(pause technique : 5 minutes)**

### **☐ Suggestions de repères et pistes** proposées par les 2 animateurs référents:**(10 minutes)**

1. Une définition de la beauté par François Cheng invité de la grande Librairie  
<https://www.facebook.com/watch/?v=2676983099054175>



2. Texte de Pierre Pradervand: le simple art de bénir
3. Un exercice de relecture de son quotidien par la gratitude de Damien Le Guay  
Complété par l'exercice pratique « les 5 étoiles de jour » de Michel Bernard.
4. Marcher en silence pieds nus sur la terre et goûter les sensations en lien avec Mère Terre...  
NB : ces pistes seront communiquées à tous les participants du groupe après la rencontre avec l'envoi de la fiche dénommée **faire un pas** ».

**Conclusion « petit pas »** : Après un temps de silence d'intériorité, chacun s'exprime sur son « petit pas » : ce qu'il retient du partage, ce qui le questionne, ou encore ce qu'il a le désir de mettre en pratique, d'expérimenter dans sa vie... **(5 minutes)**

**Clôture de la rencontre** : par la prière finale méditation chrétienne ou bien par le Notre Père. **(3 minutes)**

Confirmation date de la prochaine rencontre du groupe