



*Pour un échange
en groupe restreint*



Durée de la capsule : 5:25 minutes

Durée de la démarche : Une heure

La démarche suivante peut être vécue dans un échange en petit groupe, à l'occasion d'un ressourcement, d'une rencontre familiale ou communautaire, etc. Si le groupe est plus nombreux, on le subdivise en cellules de 6 à 8 personnes au moment de l'échange.

1. Réflexion personnelle [5 - 10 min.]

Avant de visionner la capsule vidéo, prenez un bref temps de réflexion personnelle à partir de ces quelques questions et notez les réponses pour vous-même...

- o Dans mon histoire personnelle, comment pourrais-je qualifier mon expérience de la confiance : plutôt heureuse? plutôt difficile?
- o Quels sont les éléments essentiels à mes yeux pour faire confiance?
- o En qui ai-je confiance? Qui a confiance en moi?

2. Premier visionnement [5 min.]

En portant attention à ce même questionnaire, visionnez en groupe la capsule vidéo d'une durée de cinq minutes. Essayez de prendre note mentalement ou par écrit des mots et des images qui vous rejoignent le plus.

3. Échange en groupe (30 à 40 min.)

Après le premier visionnement de la vidéo, échangez en petit groupe à l'aide des questions suivantes.

N.B. : Il n'est pas nécessaire de répondre systématiquement à toutes les questions, elles servent uniquement à ouvrir des pistes pour l'échange.

QUESTIONS suggérées pour l'échange en groupe

- o Quels mots et/ou quelles images ont retenu votre attention au cours du visionnement? Pour quelles raisons?
- o La confiance, une histoire de relations : Qu'en dites-vous?
- o La confiance, un regard sur soi-même, une acceptation de soi :
Qu'est-ce qui peut rendre la chose plus difficile?
Qu'est-ce qui empêche de dire : « Seigneur, tu as fait des merveilles... et j'en suis une ! »
- o La confiance est dans le regard positif porté à l'autre : Pouvez-vous nommer des paroles, des gestes, des comportements concrets qui lancent un message de confiance sur l'autre?
- o Tu as du prix à mes yeux. Je t'aime. (Is 43, 1.4) : Si Dieu vous disait cela à vous personnellement, comment cela résonnerait-il en vous?
- o Pouvez-vous identifier un passage biblique où Jésus manifeste à l'autre un regard empreint de confiance?

4. Deuxième visionnement (5 min.)

Compte tenu de la densité des propos et des images qui se déroulent en peu de temps on aurait avantage à faire un deuxième visionnement, pour porter attention à ce qui aurait pu nous échapper la première fois.

5. Intériorisation

Après le deuxième visionnement, vivre un temps d'introspection en répondant personnellement à ces quelques questions :

- o Dans ce que je viens de voir et d'entendre, y a-t-il quelque chose qui influence mon regard sur moi-même?
- o Qu'est-ce que cette rencontre m'a dit du regard de Dieu sur moi?
De mon regard sur les autres?
- o En quoi et comment cela m'inspire-t-il pour la suite?