

Titre : Qui nous délivrera de nos peurs ?
Age : 12-15

Objectifs :

- Réfléchir à nos peurs
- Comment traversons-nous nos peurs ?

Durée : 90'

Brève description : Travail biblique et discussion pour travailler nos peurs.

Type : travail biblique, discussion

Mots-clefs : peur, impasses, passage, liberté

Matériel : feuilles A3

Références bibliques : Exode 14, 1-30

Coût :

Durée	ANIMATION	Qui ?	Notes
5'	1. Accueil		
10'	2. Narration libre du récit d'Exode 14, 1-30. Le récit de la fuite hors d'Egypte : <ul style="list-style-type: none"> a) une expérience où des gens se sont sentis poursuivis et acculés, pris au piège, angoissés. Ils n'avaient plus aucune issue, l'alternative était le retour à l'esclavage ou la mort : la seule voie libre, c'était la mer, mais à pied, autant dire la noyade assurée ! b) Une parole adressée à Moïse, de la part de Dieu, pour dire au peuple de passer des cris de peur à une mise en marche, en direction de l'impossible, et un commandement pour fendre la mer. c) Des actes : Moïse doit lever son bâton, étendre sa main et fendre la mer. Pendant toute une nuit la mer est refoulée par un grand vent, et le peuple traverse à pied sec. d) L'angoisse est surmontée, l'ennemi est défait, englouti. Toute l'armée du Pharaon est anéantie. Le peuple est sauvé de sa peur, et de l'esclavage. Action de grâce et de reconnaissance au Seigneur. 		

10'	3. Dialogue : Qu'est-ce que vous pensez de cette histoire ? Qu'est-ce qui se passe quand on a peur ?		
20'	<p>4. Nos peurs paralysantes.</p> <p>Dans la vie, il y a des choses qui nous font peur et qui nous empêchent d'avancer. Dans la liste, chacun choisit une situation qui est source de peur et illustre par un dessin ou un texte, sur une feuille format A3.</p> <ul style="list-style-type: none"> Ne pas être compris Difficultés scolaires Mauvaises notes Ne pas avoir d'amis Solitude Mal parler Moqueries La violence Les épreuves La différence L'injustice Etre exclu Ne pas être à la hauteur Ce que l'on connaît pas La police Le prof sévère Les conflits avec les parents La maladie Perdre Le chômage etc. 		
10'	<p>5. La muraille de nos peurs</p> <p>Les dessins des jeunes sont reportés sur des cartons de différentes tailles, qui sont empilés les uns sur les autres de manière à constituer une muraille infranchissable au milieu de la pièce.</p>		
15'	<p>6. Qu'est-ce qui permet de traverser les peurs ?</p> <p>Discuter des diverses solutions envisageables : survoler l'obstacle, ce que certains pensent faire à l'aide des drogues, qui font quitter le monde réel. Contourner, pour éviter l'obstacle, mais sans savoir si il y a une issue. Or le temps est limité, et l'on peut se décourager. Creuser dessous, dans les profondeurs, un tunnel. Mais c'est se faire tout petit, voire ramper. Autres suggestions ? Y a-t-il des solutions pour traverser qui nous laissent debout ?</p>		
15'	<p>7. Les signes de la liberté et le chemin de la libération</p> <p>Trouver avec les jeunes des éléments de liberté qui sont en mesure de nous aider à surmonter nos peurs.</p>		

	<p>Se sentir compris Recevoir une aide et l'accepter Ne pas se mettre en compétition Etre accepté Avoir des amis Etre membre d'une famille Oser s'exprimer S'allier avec des autres Faire la paix Se donner du courage Se savoir égal aux autres Etre juste Participer Apprendre à connaître Dialoguer Se retrouver Etre reconnu etc.</p>		
10'	8. Ecrire ces phrases-clé sur des feuilles A3, et les coller sur l'envers des cartons de la muraille.		
20'	9. L'expérience de traverser les peurs : Le groupe se place du côté de la muraille qui illustre les peurs. Sur l'indication d'un « Moïse », d'un, e responsable, chaque jeune prend un des cartons de la muraille et fait ainsi une brèche. Tout le groupe « traverse » et se retrouve de « l'autre côté », du côté de la liberté, chacun ayant replacé derrière lui le carton là où il l'a pris, dans sa position première. Le message de la muraille n'est plus désormais obstacle, mais adossement à diverses formes de liberté pour aller de l'avant, les peurs étant surmontées.		
5'	10. Conclusion : Relever certains points saillants de la démarche, ou donner la possibilité aux jeunes de reformuler ce qu'ils ont saisi, ce qu'ils ont intégré à leur niveau. Conclure par un poème de reconnaissance sur le thème de la liberté, ou une chanson.		

Proposé par : Marc Gallopin, 1995

Revu par : AJEG (27.11.2006)

Voir aussi : autre animation , « La peur (Mt 24) »