

Temps de prière d'Avent

Quelques idées d'animation



*Quelques idées
d'animations et /ou de
gestes symboliques
pour compléter ces
temps de prières.
Cette liste n'est
évidemment pas
exhaustive.*

- Il y a bien sûr tout ce qui tourne autour de la symbolique de la **lumière et de la couronne de l'Avent.**

Pourquoi ne pas créer une couronne avec vos jeunes et ajouter au temps de prière un rite autour de la lumière pour allumer à chaque fois une bougie. Ou encore commencer la prière avec peu de lumière et en allumer au fur et à mesure ? Donner aux jeunes une petite bougie chauffe-plat avec un message, une parole d'Évangile à ramener chez eux. Et pourquoi ne pas la créer ensemble ?

Le symbole de la lumière parle très fort aux jeunes et il est possible de créer grâce à elle une ambiance propice à la prière et de trouver mille et une activités autour d'elle.

Voici un petit topo théorique à ce sujet à partir du site : <http://catholique-nanterre.cef.fr/faq/faq.htm> (cybercuré)

Le symbole principal de l'Avent est sans conteste la lumière, ce qui est compréhensible à cette époque de l'année. La lumière non seulement chasse l'obscurité mais aussi représente l'espoir et la lutte contre le mal. Sur le chandelier de l'Avent ou sur la couronne, on place quatre bougies. Chaque dimanche de l'Avent, on en allume une de plus. Plus la fête approche, plus il y a de lumière. Les quatre bougies allumées sont le symbole de la lumière de Noël qui approche et qui apporte l'espoir et la paix. Ces bougies symbolisent les grandes étapes du salut avant la venue du messie.

** La première est le symbole du pardon accordé à Adam et Ève*

** La deuxième est le symbole de la foi d'Abraham et des patriarches qui croient au don de la terre promise*

** La troisième est le symbole de la joie de David dont la lignée ne s'arrêtera pas. Elle témoigne de l'alliance avec Dieu*

** La quatrième est le symbole de l'enseignement des prophètes qui annoncent un règne de justice et de paix*

Un autre symbole de l'Avent est la couronne sur laquelle se trouvent souvent placées les bougies. Cette couronne est faite de branchages de pin, arbre toujours vert pour signifier la vie. La couronne est un ancien symbole aux significations multiples. Les couronnes rondes

évoquent le soleil et annoncent son retour. La couronne est un cercle qui rappelle que le temps des fêtes nous revient chaque année. Il symbolise aussi que Jésus va revenir, que l'Avent n'est donc pas seulement l'attente avant Noël, mais aussi bien l'attente du Retour du Christ. Cette couronne est aussi le symbole du Christ Roi, le houx rappelant la couronne d'épines posée sur la tête du Christ avant sa mise en croix.

- **Mettre en scène la parole** pour la faire parler autrement au cœur des jeunes. Dans le livre de Rosy Demaret : « Mettre en scène la Parole », une mise en scène est proposée pour la visitation et une autre autour de Jean-Baptiste et de son annonce de la venue du Messie.

Ces mises en scène ne demandent pas beaucoup de préparation, ni de décors excessifs.

- Après l'Évangile et un moment de silence, inviter les jeunes à reprendre un mot, une phrase qui les a touché et à la dire à haute voix.

- Proposer un temps de **partage** autour d'un des textes méditatifs ou de l'Évangile (c'est toujours l'Évangile du dimanche qui a été proposé), soit à partir d'une phrase qui les a touché et la commenter, soit à partir de questions.

- Proposer un temps d'**intentions libres**. Il est très important pour proposer ce temps d'intention de bien connaître son groupe. De jeunes ados qui se connaissent peu ne vont pas toujours oser prendre la parole pour prier, par exemple.

- Faire lire à quelques jeunes des **intentions préparées** à l'avance en fonction du texte d'Évangile, de la dynamique du temps d'Avent.

- Pour approfondir l'attitude corporelle pour le temps de prière du deuxième dimanche, voici quelques informations en plus.

Le cœur « contrit », conscient de sa faiblesse. C'est quand le cœur est « contrit », qu'il peut s'ouvrir à la lumière pour nous aider à discerner nos choix, nos actions, nos pensées.

- Corps : la tête courbée,... Se frapper la poitrine en signe de « contrition » est un geste ancestral. Symboliquement, c'est reconnaître sa

finitude, ses limites, c'est déjà se laisser aimer par le Christ. Au milieu de notre poitrine, il y a une petite glande le thymus qui joue un rôle important dans la protection contre l'auto-immunité. La frapper, dit-on, renforce son travail !

- Comme autre attitude, on peut travailler à partir des mains ou de tout le corps : fermer les poings, très fort, comme si l'on désirait garder quelque chose. Ensuite, doucement, les ouvrir. On peut faire l'exercice avec tout le corps : se replier sur soi-même, en petite boule puis s'ouvrir doucement et s'élancer vers le ciel comme une flèche, à la manière de St Dominique ! Et tout devient possible !

- Les maladies auto-immunes sont dues à une hyperactivité du système immunitaire à l'encontre de substances ou de tissus qui sont normalement présents dans l'organisme.

Parmi ces maladies peuvent être cités la sclérose en plaques, le diabète de type), le lupus, les thyroïdites auto-immunes, la polyarthrite rhumatoïde, la spondylarthrite ankylosante, le syndrome de Goujerot-Sjögren, la maladie de Crohn, etc.

Leur cause n'est pas encore bien élucidée : certaines d'entre elles sont considérées comme des maladies d'abondance (Un lien est par exemple avéré entre l'arthrite et l'obésité, et l'OMS déclare que l'arthrite est plus fréquente dans les pays développés).

Depuis qu'il a été décrit par Galien (130-200 ap. J.-C.), et malgré les 2 000 ans d'histoire qui se sont écoulés, le thymus reste un organe mystérieux.

Le mot thymus vient de la dérivation latine du grec thymos grec θύμος, thumos, signifiant excroissance verruqueuse. Cependant thymos désigne aussi l'esprit ou l'âme. Ainsi, Galien et les grecs pensaient que l'esprit ou l'âme étaient localisés dans le thymus.

Laissez libre cours à votre imagination !

Les jeunes sont friands de gestes symboliques qui prennent tout leur sens lorsqu'ils sont bien choisis. Et ce temps d'Avent est bien propice aux symboles.

N'hésitez pas à nous contacter si vous désirez peaufiner avec nous un des temps de prière proposés.