

Regarder
en arrière



Apprendre
à écouter

Ecoute

Regarder
en haut



HISTOIRE :
Création

Regarder
devant



Vision

Les gens

Pratique

La prière

I. REGARDER EN ARRIÈRE

- **Louange** (si approprié)
- Comment était votre semaine ?
- Comment ça s'est passé quand vous avez raconté l'histoire de Joseph ?
- Priez les uns pour les autres et pour ceux qui ont entendu l'histoire.

Pratique de l'écoute – Ecouter un sketch

> Ce sketch n'a pas besoin d'être transcrit^{iv} parce qu'avant nous avons tous vu les genres d'« écoutants » et que nous avons probablement été comme eux à certains moments. Vous pouvez demander à des volontaires pratiquer ce sketch avant la session. Comme il peut s'avérer difficile de trouver assez de gens pour jouer chacun des rôles, s'il n'y en a pas assez, utilisez seulement deux personnes : la première pour celle traversant une période difficile, la deuxième pour incarner tour à tour les autres rôles. La deuxième personne peut porter différentes écharpes, chapeaux, etc., entrer et sortir de la scène pour montrer qu'elle incarne plusieurs personnes. Plusieurs sortes d'écoutants peuvent aussi s'incarner en un seul ; cependant, assurez-vous que le bon écoutant soit distinct des autres et clairement reconnaissable. Le bon écoutant doit être le dernier auditeur du sketch.

Introduction : Ecouter est une compétence et comme les autres compétences, c'est quelque chose qui doit être pratiqué pour être efficace. La plupart des gens pensent qu'ils sont de bons écoutants mais nous avons tous de mauvaises habitudes qui interfèrent avec notre écoute, et souvent nous n'en sommes même pas conscients ! Pensez aux conversations centrées sur « moi », « nous » ou « toi ». Les conversations centrées sur « nous » sont les plus communes : elles s'équilibrent entre deux personnes et la plupart des gens sont aptes à ce type de conversation. Les conversations centrées sur « moi » et « toi » sont orientées vers une seule personne. Avoir une conversation centrée sur « toi » est la compétence que nous allons apprendre et pratiquer parce que c'est la plus difficile.

Acteurs

La personne passant par un temps difficile doit être assise sur une chaise avec une chaise vide à côté d'elle. Chaque écoutant doit venir, s'asseoir et entamer une conversation. La personne doit raconter une courte histoire sur sa difficulté ou sa tragédie.

Plusieurs autres « écoutants ». A chaque écoutant venant pour écouter, on doit demander « Qu'est-ce qui ne va pas ? » et puis jouer en fonction du personnage décrit ci-dessous.

- **L'occupé :** toujours interrompu par le téléphone, n'écouter pas, toujours distrait par quelque chose de joli porté par l'autre ou par quelque chose dans l'environnement

- **Le donneur de conseil :** sil dit quelque chose comme « tu devrais faire ceci... » « Si tu fais ceci, tout ira bien ».
- **« Mes problèmes sont plus importants que tes problèmes ». « Si tu penses que tu as un gros problème, alors écoute ceci... ! »** Cet auditeur explique en détail combien sa propre vie est horrible en comparaison avec celle des autres.
- **Le super spirituel :** l'auditeur dit qu'il faut toujours être reconnaissant à Dieu et le louer ! « Adresse-toi simplement à Dieu et tout ira bien ». « Si tu te réjouis toujours, tout ira bien. » « Sois toujours reconnaissant pour tout ! »
- **Le fouineur :** l'écouter veut tout savoir et ensuite il appelle ses amis pour leur parler du problème (devant la personne !).
- **Le légaliste :** l'écouter leur conseille de demander pardon, de faire sortir le péché de leur vie et de revenir à Dieu.
- **Le statique :** l'écouter, assis, fixe la personne sans bouger, sans parler et sans montrer aucune réaction à l'histoire qu'on lui raconte.
- **Le bon écoutant :** regarde la personne, hoche la tête sans rien dire, pose seulement trois questions (voir ci-dessous) et à la fin, offre de revenir et de parler davantage, ou peut-être même de prier avec la personne si c'est approprié.
- Que s'est-il passé ?
- Comment vous sentez-vous ?
- Quelle partie a été pour vous la plus difficile ?^v

> Revenez sur le sketch : Demandez à la personne ayant un problème ce qu'elle a ressenti avec chaque type d'« écoutant ». Parlez des différentes sortes d'écouter que le groupe a vus. Cherchez des exemples illustrant la difficulté des membres du groupe à être de bons écoutants (c'est-à-dire avoir une conversation centrée sur le « toi » avec quelqu'un).

Exemple d'obstacles à une bonne écoute :

- Peur de ne pas savoir quoi dire
- Pas le temps d'écouter
- Pas d'humeur à écouter
- Peur de ne pas arriver à résoudre le problème
- Peur d'aggraver la situation de la personne
- Entretien interminable
- L'écoute me déprime
- La personne devrait parler à un professionnel plutôt qu'à moi.

Dans le sketch, comment le bon écoutant a-t-il aidé la personne qu'il écoutait ? Demandez à la personne qui a joué le bon écoutant comment elle se sentait quand elle écoutait.

Engagement des uns envers les autres :

Vous rappelez-vous les deux règles que nous avons formulées pour faire partie du groupe ?

- Ce qui est dit dans le groupe reste dans le groupe – soyez une personne de confiance
- Nous sommes là pour écouter, pas pour donner des conseils.

Ce sketch nous a montré pourquoi ces règles sont importantes. Si c'était aussi facile que de donner un petit conseil, vous seriez déjà guéri et vous ne seriez pas ici. Nous devons donner à chacun la possibilité de vivre son propre voyage. Etant tous différents, nous avons tous besoin de faire notre propre voyage.

Y a-t-il d'autres règles que vous voudriez avoir dans ce groupe hebdomadaire ?

Chaque personne prononce devant les autres – soit ensemble, soit individuellement – la déclaration suivante (ainsi que toute autre règle que le groupe décidera) : *Nous ne raconterons pas l'histoire de quelqu'un d'autre. Nous nous écouterons mutuellement et nous ne donnerons pas de conseil.*

Pratique de l'Écoute

Vous souvenez-vous du début de notre histoire de Joseph ? Tout allait bien pour lui. Son père et lui avaient une relation pleine d'affection, et Dieu inspirait à Joseph des rêves pour sa vie. Est-ce que vous vous souvenez de l'époque où ça allait bien pour vous ? Mettons-nous par deux et partageons l'un avec l'autre sur l'époque de notre vie qui était bien.

C'est bien d'allouer à chacune des deux personnes un temps précis pour partager. En fonction de votre culture et du sujet abordé, le temps pourra aller de 5 à 15 minutes par personne, en signalant aux participants quand c'est le moment de donner la parole à l'autre personne. Ne laissez pas ce moment s'éterniser parce qu'il est très important d'accorder un temps suffisant aux sections « Regarder en haut » et « Regarder devant » de la session.

> Discutez des règles de partage. L'auditeur peut poser seulement trois questions pour faire avancer la discussion :

- Que s'est-il passé ? ou Que s'est-il passé ensuite ? (pour maintenir la conversation)
- Qu'est-ce que tu as ressenti ?
- Quel était le moment le plus difficile ? – ou Quel était le meilleur moment ?

> Après que les gens ont partagé ensemble deux à deux, revenez sur l'expérience dans le groupe entier :

- Comment avez-vous vécu la situation d'écouter ? Avez-vous trouvé difficile de vous limiter à ces trois questions ? (Si les participants trouvent difficile de mettre un terme à la conversation en tant qu'écouter, donnez-leur l'option de dire : « Puis-je revenir une autre fois pour que tu me parles encore ? ». Ils peuvent aussi proposer de prier avec la personne, tant qu'ils ne donnent pas de conseil quand ils prient !)
- Comment vivez-vous le fait d'être écouté ? Quelles sortes de choses a fait votre écouter pour vous mettre à l'aise ?

2. REGARDER EN HAUT

Puis-je vous raconter comment les choses dans ce monde avaient bien débuté ? C'est ainsi que Dieu avait prévu que le monde soit...

> Racontez l'histoire de la Création deux fois

La Création — Genèse 1-2

Au commencement, il y a Dieu, et seulement Dieu. Dieu parle. **Quand il parle, il crée le monde et tout ce qui est en lui – tout ce que nous pouvons voir, et tout ce que nous ne pouvons pas voir.** Il parle, et il crée la lumière, le soleil, la lune et les étoiles. Il parle, et il crée l'étendue sèche et l'eau. Il parle, et il crée les oiseaux du ciel et les poissons de la mer, et toutes les plantes qui poussent sur la terre sèche. Il parle, et il crée toutes les créatures de la terre.³ Enfin, Dieu regarde toutes les choses qu'Il a créées et il dit : « **C'est bien.** »

Puis Dieu fait une création spéciale : l'homme et la femme, et Il les crée à son image. Voilà comment Il fait : Il prend de la poussière du sol et en fait un homme. Dieu souffle dans l'homme, et ce dernier devient vivant.* Dieu place l'homme dans un jardin qu'Il a préparé spécialement pour lui et Il demande à l'homme de prendre soin du jardin. Il lui dit : « Il y a deux arbres au milieu du jardin : l'arbre qui donne la vie et l'arbre qui donne la connaissance du bien et du mal. Tu peux manger de tous les arbres du jardin, mais si tu manges de l'arbre qui donne la connaissance du bien et du mal, tu mourras. »

Ensuite, voyant que l'homme est seul, Dieu dit : « Ce n'est pas bien. » Alors Il le plonge dans un profond sommeil, prend une côte de sa poitrine et fait une femme à partir de cette côte. Quand il amène la femme vers l'homme,* l'homme la regarde et dit : « oh ! elle est comme moi. » **Ainsi l'homme et la femme habitent dans le jardin, heureux tous les deux avec Dieu.* Ils sont nus mais n'en ont pas honte.** Dieu les bénit et leur demande de remplir la terre et d'en prendre soin. Dieu regarde tout ce qu'Il avait fait et déclare : « **C'est très bien.** » Dieu crée toutes choses en six jours, et fait du septième jour un jour spécial, qui lui est réservé.

> **Faire répéter l'histoire au groupe en commençant vous-même le récit, puis en demandant : « Et que s'est-il passé ensuite ? ». Donnez la possibilité à plusieurs personnes de rapporter les différentes parties du récit dont elles se souviennent.**

> **Faites jouer l'histoire par les participants. Le groupe pourra jouer l'histoire pendant qu'une personne raconte, ou bien chaque membre du groupe pourra incarner son propre personnage en répétant ce qu'il dit. Vous ne devez pas interrompre le jeu. Demandez aux participants de jouer la même scène une deuxième fois, mais cette fois en mimant. Ils devront simplement jouer les actions. Expliquez-leur que vous arrêterez l'action à des moments significatifs. A ces moments-là (voir au-dessous pour les idées), arrêtez le déroulement et demandez : « Que s'est-il passé à ce moment de**

³ L'ordre de la Création n'a pas besoin d'être raconté chronologiquement, à condition de ne pas confirmer que c'était créé dans cet ordre.

l'histoire ? » et « Que ressentez-vous en tant que [nom du personnage] à ce moment de l'histoire ? »
Après chaque scène, vous pourrez aussi demander : « Qu'est-ce que vous avez retiré de cette scène ? » ou « Qu'avez-vous ressenti lorsque vous avez joué tel ou tel personnage ? » C'est important de permettre aux participants de ressentir les émotions des personnages de l'histoire.

*Vous pouvez arrêter le déroulement à certains points de la scène, et demander à chaque personnage ce qu'il ou elle ressent...

- Dieu souffle dans l'homme, qui devient vivant.
- Dieu amène la femme vers l'homme.
- L'homme et la femme vivent dans le jardin ensemble avec Dieu.
- Après que Dieu a tout fini, il dit : « C'est très bien ».

> Demandez à quelqu'un de répéter l'histoire entière. Rassurez chacun sur le fait qu'il sera aidé par le groupe et qu'il peut, quand il répète l'histoire, demander l'aide du groupe.

> Posez les 5 questions suivantes :

- Qu'est-ce que vous aimez dans l'histoire ?
- Qu'est-ce que vous trouvez difficile à accepter dans l'histoire ?
- Qu'est-ce que cette histoire nous montre sur Dieu ? (Assurez-vous qu'on parle de l'amour de Dieu pour les gens)
- Qu'est-ce que cette histoire nous dit sur la relation des gens avec Dieu ? Avec la nature ? Avec les autres ?
- Si cette histoire est vraie, comment est-ce qu'elle change votre manière de penser ? Qu'est-ce que cette histoire peut signifier pour votre vie cette semaine ?

ACTIVITÉ THÉRAPEUTIQUE

Les activités thérapeutiques sont conçues pour concrétiser les concepts de l'histoire ou aider volontairement les gens à travailler sur leurs émotions, à prendre des décisions pour avancer, ou encore aider à créer une communauté thérapeutique dans leur entourage. Chaque leçon inclut une activité thérapeutique spécifique, suivie de la possibilité de parler de l'activité avec un partenaire. N'oubliez pas de souligner l'importance de ces activités thérapeutiques. Vous pourrez le faire de manière spatiale, en changeant de place dans la salle ou en allant les faire dans un autre endroit. **Les animateurs devront aussi participer à chaque activité théra-peutique, en même temps que le groupe.**

Chanson^{vi} : *Travailler en groupe de manière agréable est une excellente manière de construire des relations et de se fixer ensemble sur quelque chose de beau.*

Composez une chanson sur l'amour de Dieu basée sur une histoire. Vous pouvez le faire en petits groupes, ou en un seul groupe si vous n'êtes pas plus de 6 personnes. Vous interpréterez la chanson les uns pour les autres et l'utiliserez pour les semaines suivantes pendant le temps de louange au début de chaque session. Dans la chanson, vous pouvez raconter l'histoire entière, ou choisir un verset-clé, ou encore composer une chanson autour d'un thème de l'histoire. Vous pourrez créer votre propre mélodie ou utiliser une mélodie déjà connue.

Bilan de l'activité thérapeutique : Après avoir terminé la chanson, retournez dans votre petit groupe, ou retrouvez votre interlocuteur pour lui raconter comment c'était de créer une chanson en groupe. N'obligez personne à partager s'il n'en a pas envie.

3. REGARDER EN AVANT



Rappel de la vision

Est-il possible pour nous de voir les choses telles que Joseph les a vues quand il a dit à ceux qui l'avaient blessé : « N'ayez pas peur. Vous vouliez me faire du mal mais Dieu l'a changé en bien – pas pour moi seul, mais pour que beaucoup d'autres gens soient sauvés. » ?

Personnes

Pensez à quelqu'un dans votre vie qui bénéficierait de l'écoute de l'histoire de la Création.

Pratique autour de l'histoire de la Création

Pensez-vous que vous pourriez raconter cette histoire à quelqu'un d'autre ? À qui la raconteriez-vous ? (Si ce n'est pas mentionné, vous devrez rappeler que le meilleur endroit pour débiter, c'est votre foyer). Pendant que nous répétons cette histoire, pensez à la personne à qui vous voudriez la raconter.

> Demandez aux participants de faire des groupes de deux ou trois pour raconter l'histoire et poser des questions les uns aux autres. Vous pourrez également leur demander de se souvenir des questions de l'auditeur de la section « Regarder en arrière », et de se rappeler qu'ils peuvent aussi cette semaine s'entraîner à utiliser ces questions et à écouter.

> Récapitulez les sessions 1-2.

Prière/Envoi en mission

> Discutez sur la manière de faire une bonne action envers la personne à laquelle vous allez raconter l'histoire : peut-être porter pour elle un lourd fardeau^{vii}, l'écouter, ou lui amener une bouteille d'eau – un geste pour lui montrer de l'affection et un témoignage de l'amour de Dieu pour elle.

Priez pour la semaine à venir et pour les gens qui vont écouter cette histoire.