

ETAPES DE CROISSANCE DE LA SEMENCE DANS LA TERRE



FrauenNetzwerk

Samedi 03 mars 2024 à Zürich

ETAPES DE CROISSANCE DE LA SEMENCE DANS LA TERRE

SEMENTE

Il y a en moi beaucoup de choses qui reposent encore dans la terre :

- Est-ce que je le ressens comme un potentiel qui pourra peut-être se développer un jour ?
- Est-ce que je peux reconnaître ce que je ressens comme étant amour et gratitude ?
- Est-ce que je pressens ce qui pourrait encore exister ?

GERMER

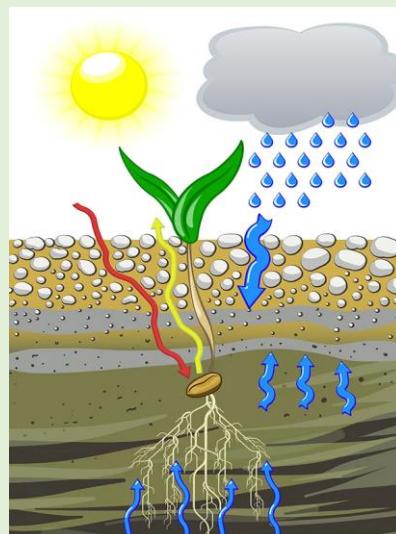
Puis-je sentir quelque chose qui commence à s'agiter tout doucement en moi ?

- Quelque chose qui étend de fines racines vers le bas ?
- Quelque chose qui cherche un appui ?
- Quelque chose comme un germe qui pousse vers le haut, vers la lumière ?

DEVELOPPER

Qu'est-ce qui grandit et se développe lentement chez moi ?

- Des racines qui absorbent les substances nutritives de la terre et fixent la plante ?
- Des feuilles qui transforment la lumière du soleil en énergie et en nourriture ?
- Une tige qui soutient la fleur et conduit la nourriture à travers la plante jusqu'à la fleur ?



ETAPES DE CROISSANCE DE LA SEMENCE DANS LA TERRE



- **S'EPANOUIR**

- Quelque chose en moi s'ouvre :

- Je m'étire vers le soleil et attire les insectes
- Je diffuse un parfum
- Je suis attrayante, belle et lumineuse
- Je laisse les autres boire mon nectar
- Je me laisse féconder

- **FANE**

- Le fruit grandit et mûrit discrètement lentement ; le temps de la beauté et de l'admiration est passé :

- Quelque chose est fécondé de l'extérieur
- Les substances nutritives d'en bas (terre) et d'en haut (soleil) sont absorbées et servent à la fructification
- Cela a maintenant besoin de temps et de protection pour croître, s'épanouir

ETAPES DE CROISSANCE DE LA SEMENCE DANS LA TERRE



- **FRUIT MÛR**

- Quelque chose en moi a mûri à présent, quelque chose :
 - Qui répand à nouveau son parfum
 - Qui brille et attire le vivant,
 - Qui est nourriture pour les hommes et les animaux
 - Qui est porteur de nouvelles graines prêtes à être disséminées

- **DEPERISSEMENT**

- Certaines parties de la plante ou la plante entière se flétrissent :
 - Les fruits pourrissent deviennent bruns et tombent au sol
 - Une nouvelle couche d'humus se dépose et se développe. Elle contient les substances nutritives provenant de la plante.
 - Une couche protectrice se forme sur le sol contre le froid en hiver

- **PERIODE DE REPOS**

- Période de jachère
- Le sol se rétablit et se régénère

- *Du FrauenNetzwerk : samedi, 03 mars 2024 à Zürich*

MEDITATIONS



FrauenNetzwerk
Carrefour des Femmes France

Plante

Choisis une graine qui éveille ta curiosité.

Plante-la dans ton petit récipient avec de la terre

Donne-lui de l'eau et de l'engrais

Si tu le souhaites, dessine comment tu imagines la plante, qui poussera à partir de cette graine.

Soigne-la à la maison et sois curieux de savoir si quelque chose pousse et quoi.

Y a-t-il quelque chose que tu veux semer consciemment dans ta vie ?

De quoi s'agit-il ? Comment peux-tu le faire concrètement ?

Comment prends-tu soin de cette graine ?

De quoi a-t-elle besoin pour s'épanouir ?



Dessine

Dessine une image en observant les détails.

Par exemple, une fleur imaginaire :

Où est-ce que je m'épanouis ?

Comment est-ce que je me sens si je me montre avec ma beauté ?

Est-ce que je peux jouir d'une période de floraison comme d'une période très spéciale ?



Place de jeu

Tamponne une fleur sur le pré en papier

Laisse libre cours à ton imagination

Ne lésine pas sur les couleurs et les détails

Apprécie ce que tu fais

"Jouer, c'est être absorbé par quelque chose sans se crisper"

Réfléchi

Prends une feuille de papier et écris un psaume de remerciement !

Il peut s'agir d'un poème, d'un chant ou d'un texte en prose !

Laisse-le s'écouler de ton cœur !

Sois aussi personnel que possible !

Tu ne seras pas obligé de le lire à la fin !



Partage

Asseyez-vous à deux autour d'une table et parlez de ce qui vous nourrit !

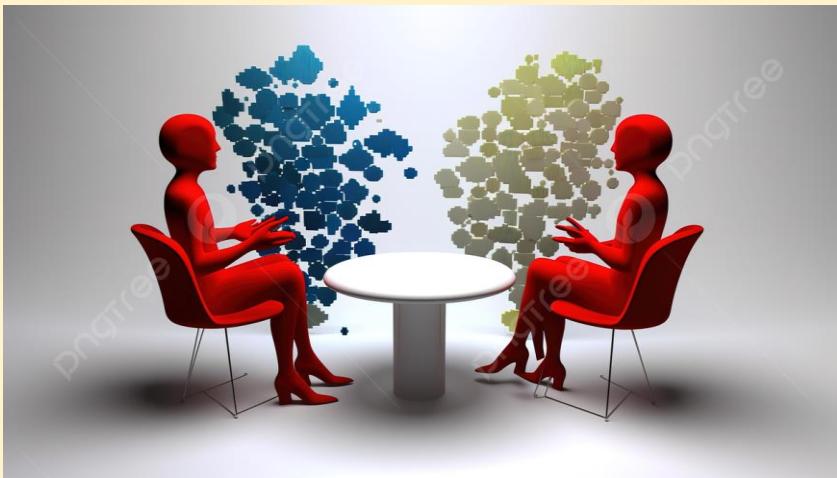
Dans quelles formes d'études bibliques, par exemple, peux-tu trouver et absorber des nutriments ?

Qu'est-ce qui te pénètre profondément ?

Y a-t-il des chants qui nourrissent ta foi ?

Les images parlent-elles à ton âme ?

Où fais-tu le plein d'énergie ?



La diversité

Regarde les fruits et les légumes et réjouis-toi de leur diversité !

Découpe un fruit, un légume et savoure un morceau.

Sois attentif à tes sens :

À quoi ressemble-t-il ?

Quelle est son odeur ?

Comment le ressens-tu dans tes mains ?

Quelle est la sensation sur ta langue ?

Quel est son goût ?

Est-ce que je peux savourer des fruits qui ont poussé dans ma vie ?

Quels sont ces fruits ?

Est-ce que je me réjouis quand ils sentent bon et nourrissent les autres ?



Repos et Méditation

Assieds-toi dans une chaise longue ou dans un siège à bascule

Ferme les yeux et rêve

de la diversité

d'un détail

de la merveilleuse création de Dieu

de l'action de Dieu dans ta vie

de l'interaction entre tes actions et les actions et les dons de Dieu

de ce que les autres font en toi

de la valeur des temps de repos, des temps de jachère



L'eau de la vie

Dieu

Toi l'eau de la vie

Donne-moi de cette eau

Pour que les déserts en moi verdissent

Donne-moi de cette eau

Pour que la dureté en moi s'adoucisse

Que l'amour puisse grandir

Que l'espoir prenne racine

La foi ne se dessèche pas

Dieu, donne-moi l'eau de la vie

Et fais qu'elle devienne en moi

Une source jaillissante

Une source qui ne tarit jamais



Et donne-moi du courage

Dieu

De transmettre l'eau de la vie

Aux autres

De ne pas l'enfermer en moi

Avec des digues et des murs

Mais de la verser

D'offrir librement

De donner librement

Donne-moi toi-même l'eau de la vie