



Le sac à dos

EN UN COUP D'ŒIL



Texte biblique Matthieu 11,28-30 et Galates 6,2



Thème Porter et partager les fardeaux



Message Déposer les siens, aider à porter ceux des autres



10 à 15 minutes



Objet : un sac à dos très chargé



Préparation : 10 min



à l'intérieur ou autour du feu

♥ **Rends-le personnel** : raconte en deux phrases une expérience vécue sur le thème « Porter et partager les fardeaux ». Les vraies histoires restent le plus longtemps en mémoire.



Déroulement

2 min

Introduction

Fais porter le sac lourd à quelqu'un. Question : Que portes-tu en ce moment que personne ne voit ?

3 min

Texte biblique

Lis Matthieu 11,28-30 : Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et chargés. Et Galates 6,2 : Portez les fardeaux les uns des autres.

5 min

Pensée

Jésus ne promet pas une vie sans fardeau, mais un « joug doux » – porter ensemble. Et il nous demande de porter les fardeaux des autres. Le stress familial, la peur de l'avenir ou la souffrance psychique sont souvent invisibles. Un groupe où l'on peut partager cela est un cadeau.

5 min

Échange

Que pourrais-tu « déposer » aujourd'hui auprès de Dieu ou de quelqu'un du cercle ?



Le sac à dos

Prière à lire à voix haute

Jésus, tu invites ceux qui sont épuisés. Je dépose mon fardeau auprès de toi. Rends-moi attentif aux fardeaux des autres. Amen.

Pour aller plus loin

- À quoi remarque-t-on que quelqu'un porte un lourd fardeau ?
- Quand faut-il une aide professionnelle plutôt que des amis – et où la trouver ?

Pour les responsables

- Laisse de la place aux doutes et aux questions critiques – un échange honnête compte plus qu'une réponse rapide.
- En tant que responsable, n'hésite pas à partager une expérience personnelle.
- Pour les sujets lourds, garde un œil sur ceux qui vont mal et reste disponible ensuite.

 **Rubrique :** Temps spirituels avec des objets. Tu trouveras des réunions assorties et d'autres temps spirituels sur scouts-cloud.com.