



Une lumière qui se donne

EN UN COUP D'ŒIL



Texte biblique Matthieu 5,14-16 ; Luc 5,16



Thème Don de soi et soin de soi



Message Donner de la lumière coûte de l'énergie – et demande des temps pour se ressourcer



10 à 15 minutes



Objet : deux bougies : une neuve et une presque consumée, des allumettes



Préparation : 10 min



à l'intérieur ou autour du feu



Rends-le personnel : raconte en deux phrases une expérience vécue sur le thème « Don de soi et soin de soi ». Les vraies histoires restent le plus longtemps en mémoire.



Déroulement

2 min

Introduction

Allume les deux bougies. Demande : Qu'a déjà vécu la petite bougie – et quel est son « prix » pour donner de la lumière ?

3 min

Texte biblique

Jésus dit : « Vous êtes la lumière du monde. On n'allume pas une lampe pour la mettre sous un seau, mais on la met sur son support, et elle éclaire tous ceux qui sont dans la maison. Que votre lumière brille ainsi devant les hommes, afin qu'ils voient vos belles œuvres et glorifient votre Père qui est dans les cieux. » Une bougie donne de la lumière en se consumant. C'est une image forte du don de soi : celui qui anime, aide et sert donne quelque chose de lui-même.

5 min

Pensée

Mais une bougie qui brûle par les deux bouts est vite épuisée. De Jésus, il est dit : « Il se retirait dans les déserts et priait. » Même lui avait besoin de se retirer. Le don de soi et le soin de soi ne s'opposent pas. Celui qui veut briller longtemps doit savoir d'où vient sa force – et a le droit de poser des limites.

5 min

Échange

Où brûles-tu en ce moment pour les autres – et où brûles-tu peut-être par les deux bouts ?



Une lumière qui se donne

Prière à lire à voix haute

Jésus, tu es la lumière du monde. Fais que je brille pour les autres – et montre-moi quand je dois me ressourcer auprès de toi. Amen.

Pour aller plus loin

- À quoi remarques-tu que tu donnes plus que tu ne te ressources ?
- Quelle est ta « source de force » quand cela devient beaucoup ?

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.