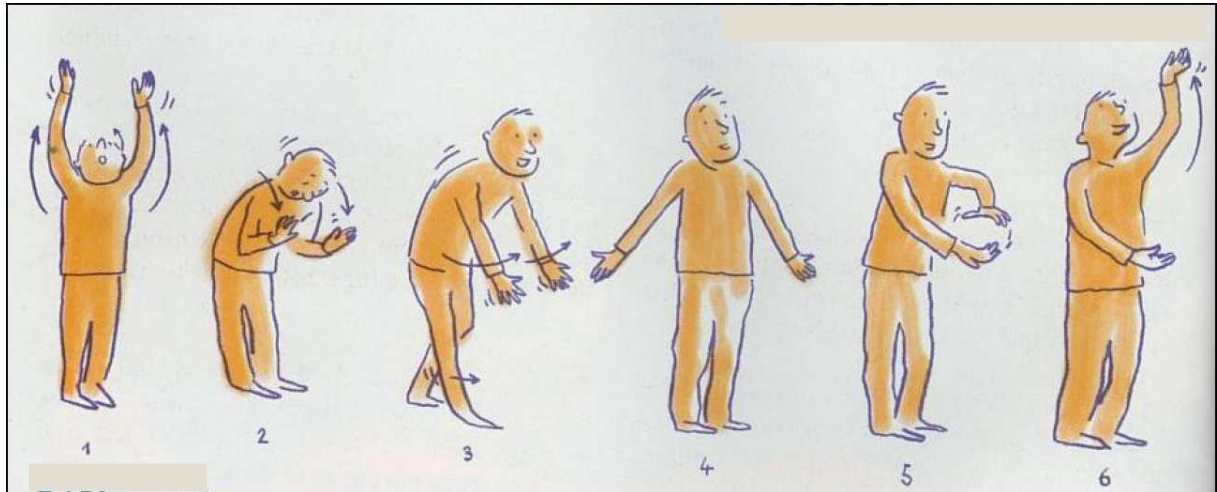


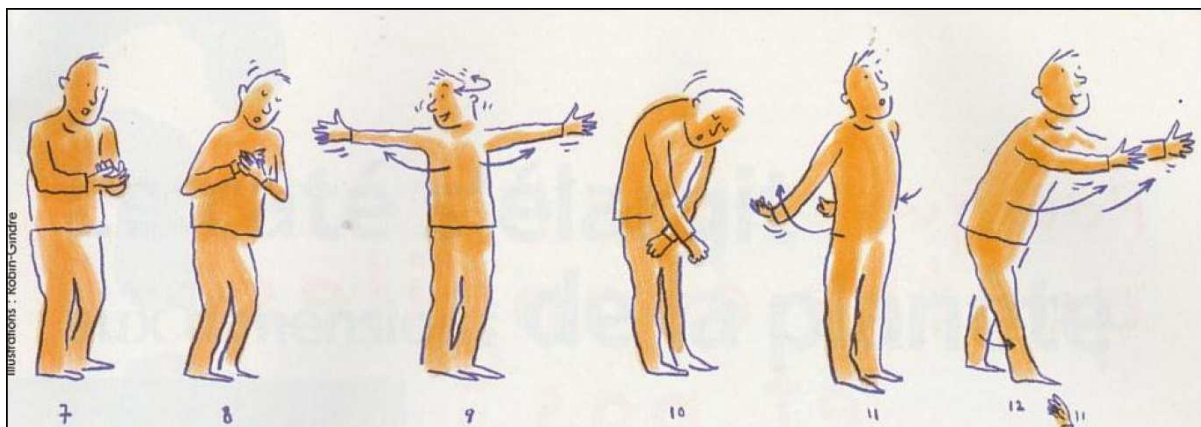
Notre père gestué

Point de repères n°179

Proposé par le père Pierre Scheffer, jésuite

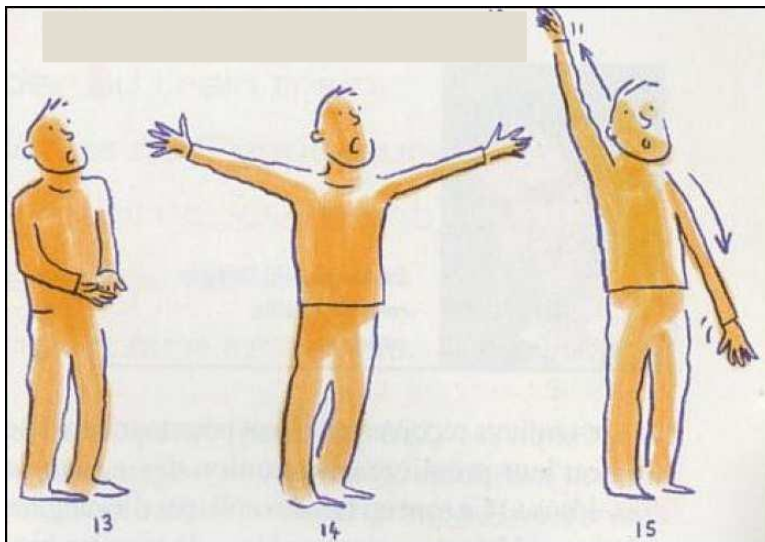


1. Notre Père qui est aux cieux : Monter lentement les bras devant soi, les mains ouvertes tournées vers le haut. Le regard suit les mouvements ascendants.
2. Que ton nom soit sanctifié : Toujours lentement, retourner les mains vers le sol et redescendre en inclinant le buste.
3. Que ton règne vienne : Le corps se redresse. La jambe droite légèrement en avant, se pencher et tracer doucement devant soi avec les bras une sorte de chemin.
4. Que ta volonté soit faite : Les jambes se réunissent. Les bras reviennent le long du corps. Les mains ouvertes, paumes vers le haut sont avancées devant soi.
5. Sur la terre : dessiner un grand rond (comme la terre) avec les mains, et les rapprocher délicatement, quasiment pour les joindre.
6. Comme au ciel : La main droite reste à la même place, paume ouverte tournée vers le haut pendant que le bras gauche s'élève et que la main gauche pointe vers le ciel.



7. Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour : redescendre la main gauche, paume ouverte tournée vers le ciel et la poser doucement sur la paume de la main droite comme à la communion.

8. Pardonne-nous nos offenses : élever calmement les mains devant soi puis les descendre et les croiser sur la poitrine, tout en inclinant légèrement la tête. Ce geste est un geste de demande, de pardon.
9. Comme nous pardonnons aussi à ceux qui nous ont offensés : Progressivement, ouvrir les mains et les bras et les étendre en croix, en suivant le mouvement du regard à droite et à gauche, successivement.
10. Et ne nous laisse pas entrer en tentation : Faire un geste de négation avec le doigt. Descendre les bras devant soi, rapprocher les mains, poings fermés, comme si elles étaient ligotées, pendant que le corps se courbe légèrement.
11. Mais délivre-nous du mal : Tout en se redressant ouvrir les bras en passant devant le buste. Puis les balancer vers l'arrière, mains ouvertes, de manière à exprimer la « délivrance » comme si on repoussait quelque chose derrière soi. Ce mouvement des bras est rapide.
12. Car c'est à toi qu'appartiennent le règne ... : Le corps se redresse. La jambe droite légèrement en avant, tracer doucement devant soi avec les bras une sorte de chemin (même geste que le n°3)



13. La puissance : Descendre les mains devant soi à hauteur de la ceinture, les paumes tournées vers le haut comme si on soupesait quelque chose.
14. Et la gloire : Ouvrir grand les bras en croix. Ce mouvement doit être très souple et ample.

Ce mode d'expression du Notre Père se base sur les travaux de rythmo-catéchèse. C'est une méthode d'enseignement oral qui s'applique avant tout aux textes de l'Écritures. Cette méthode s'appuie sur le rythme et la mélodie de la langue. Ce récitatif est accompagné de balancement du corps et de gestes qui permettent de mémoriser la Parole et conduisent à une grande intériorisation.