

## La Tendresse

Décembre 2017

# attitudes

### OBJECTIFS

- + découvrir ce qu'est la tendresse « donnée » à partir d'extraits du film « Cigarettes et chocolat chaud » et ce qu'est la tendresse « reçue » à partir de la chanson « La tendresse »
- + <https://www.youtube.com/watch?v=w2k6rMHJIHM> version Kana (reggae)
- + [https://www.youtube.com/watch?v=f\\_R34WoiB4Y](https://www.youtube.com/watch?v=f_R34WoiB4Y) version Maurane
- + comprendre, avec l'aide d'un photomontage ce qui est touché en nous pour que nous puissions manifester (ou recevoir) de la tendresse.
- + manifester notre tendresse à nos proches en leur écrivant un message de Noël

### Accueil

La tendresse, troisième élément de la « SET attitude », est un de nos besoins fondamentaux. Elle est l'expression d'une émotion, provoquée par une situation où une relation est en jeu. Elle se manifeste par un geste, une parole, une attitude affectueuse, une attention portée à la fragilité ou aux besoins d'autrui : dans tous les cas, elle est une présence à l'autre empreinte de bienveillance et de respect car elle lui apporte un soutien. L'amour est le sentiment généralement associé à la tendresse, celui qui la produit.

La tendresse est le « ciment » qui permet de vivre des relations personnelles qui font grandir. et se développer en sécurité. La famille est le lieu-clé des manifestations de tendresse.

Pourtant elle n'est pas toujours facile à exprimer, plusieurs types de peur nous retiennent : la peur du jugement, de paraître faible, la peur de l'intrusion ou de montrer quelque chose de soi. La routine et l'habitude peuvent aussi la parasiter.

Quoi de mieux que la période de Noël pour parler de la tendresse ? En effet, cette fête ouvre une fenêtre sur une espérance nouvelle : la tendresse entre concrètement dans le monde.

Dans cette rencontre de décembre, où l'attente de Noël creuse en nous le désir d'un monde plus solidaire et en paix, nous allons tenter de prendre conscience du « mécanisme » de la tendresse pour être capable de la manifester avec plus de force auprès de notre entourage.

## Matériel

Dvd « Cigarettes et chocolat chaud », ordinateur, beamer  
Enregistrement de la chanson « La tendresse » + paroles (annexe1)  
Photos-langage, annexe 2  
Cartes « **Emotions** »  
Cartes « **Valeurs** »  
Cartes de vœux à réaliser  
Rouleau d'équipe  
Feutres

## Déroulement

Voir : les deux supports proposés (à choix !) envisagent la tendresse d'une manière différente mais ils montrent toutes deux l'importance de la tendresse comme force de vie en vue d'un plus d'humanité :

- ✚ **Donner de la tendresse, comme manière d'agir**, à partir du film « Cigarettes et chocolat chaud » :

Visionner les cinq premières minutes du film. Relever comment se manifeste la tendresse entre le papa et ses filles et quels effets cela a sur eux (émotions, qualités...).

- ✚ **Recevoir de la tendresse, comme soutien** à partir de la chanson « La tendresse » : écouter la version choisie de la chanson avec le texte. Voir dans les exemples des différents couplets à quel point la tendresse est un besoin fondamental de l'humain que rien ne peut remplacer. Imaginer comment, dans chaque situation, la tendresse pourrait être donnée.

- ✚ Noter sur le rouleau d'équipe

Comprendre : avec un photos-langage ce qu'est la tendresse ?

- ✚ présenter les photos et demander à chacun de choisir celle qui évoque le plus la tendresse.
- ✚ à partir des cartes-« Emotions », choisir les émotions qui sont en jeu et essayer de les déchiffrer.
- ✚ à l'aide des cartes « Valeurs », définir quelles sont les valeurs (ou sentiments) qui sont touchées par une manifestation de tendresse
- ✚ à l'aide des cartes « Qualités », choisir celles qui devraient être mises en œuvre pour agir avec tendresse
- ✚ suite aux réflexions de chacun, donner une définition de l'amour
- ✚ noter sur le rouleau « L'amour, c'est... »

Agir : créer une carte de tendresse à offrir pour Noël à un de nos proches.

**Si le temps vous le permet, visionner, en entier, le film qui est un très joli hymne à la tendresse familiale !**

## Prière



## **Noël de la tendresse<sup>1</sup>** Charles Singer

Dès le commencement auprès de Toi était la promesse.

Par elle Tu as tout fait : L'homme et la femme, la beauté de leurs corps et l'amour qui coule en eux comme un fleuve de feu.

Tu es grand Seigneur, et devant Toi , je suis étonné.

Tu as tout fait avec tendresse et rien de ce qui existe dans l'immensité de l'univers n'a été fait sans elle.

En Toi, Seigneur, est la tendresse et la tendresse est la vie des hommes.

Sans elle rien ne peut grandir, elle est le soleil de Dieu.

Tu es grand, Seigneur, et devant Toi, je suis émerveillé.

A cause de ta tendresse, Tu as quitté les cent mille splendeurs de ton trône.

En Jésus, ton Fils aimé, on Te trouve couché dans une mangeoire emmaillotté de langes, sans défense et entouré de gens dont l'importance n'est pas grande.

Tu es grand, Seigneur, et Tu es venu au milieu des hommes.

Tu es grand, et Tu es devenu l'un d'entre nous.

Je le dirai à mes frères, comme un messager courant sur les montagnes et annonçant le bonheur de vivre.

Je leur annoncerai la Bonne Nouvelle :

Dieu est proche !

Il vient pour la tendresse !

## **Les pages accompagnateurs**

---

<sup>1</sup> [valence.cef.fr/spip.php?page=article\\_pdf&id\\_article=7432](http://valence.cef.fr/spip.php?page=article_pdf&id_article=7432)

Lc 2, 6-19<sup>2</sup>

*06 Or, pendant qu'ils étaient là, le temps où elle devait enfanter fut accompli.*

*07 Et elle mit au monde son fils premier-né ; elle l'emballota et le coucha dans une mangeoire, car il n'y avait pas de place pour eux dans la salle commune.*

*08 Dans la même région, il y avait des bergers qui vivaient dehors et passaient la nuit dans les champs pour garder leurs troupeaux.*

*09 L'ange du Seigneur se présenta devant eux, et la gloire du Seigneur les enveloppa de sa lumière. Ils furent saisis d'une grande crainte.*

*10 Alors l'ange leur dit : « Ne craignez pas, car voici que je vous annonce une bonne nouvelle, qui sera une grande joie pour tout le peuple :*

*11 Aujourd'hui, dans la ville de David, vous est né un Sauveur qui est le Christ, le Seigneur.*

*12 Et voici le signe qui vous est donné : vous trouverez un nouveau-né emmaillotté et couché dans une mangeoire. »*

*13 Et soudain, il y eut avec l'ange une troupe céleste innombrable, qui louait Dieu en disant :*

*14 « Gloire à Dieu au plus haut des cieux, et paix sur la terre aux hommes, qu'il aime. »*

*15 Lorsque les anges eurent quitté les bergers pour le ciel, ceux-ci se disaient entre eux : « Allons jusqu'à Bethléem pour voir ce qui est arrivé, l'événement que le Seigneur nous a fait connaître. »*

*16 Ils se hâtèrent d'y aller, et ils découvrirent Marie et Joseph, avec le nouveau-né couché dans la mangeoire.*

*17 Après avoir vu, ils racontèrent ce qui leur avait été annoncé au sujet de cet enfant.*

*18 Et tous ceux qui entendirent s'étonnaient de ce que leur racontaient les bergers.*

*19 Marie, cependant, retenait tous ces événements et les méditait dans son cœur.*

### Commentaire La joie de l'Évangile §288<sup>3</sup>

(...) Chaque fois que nous regardons Marie nous voulons croire en la force révolutionnaire de la tendresse et de l'affection. En elle, nous voyons que l'humilité et la tendresse ne sont pas les vertus des faibles, mais des forts, qui n'ont pas besoin de maltraiter les autres pour se sentir importants. En la regardant, nous découvrons que celle qui louait Dieu parce qu'« il a renversé les potentats de leurs trônes » et « a renvoyé les riches les mains vides » (Lc 1, 52.53) est la même qui nous donne de la chaleur maternelle dans notre quête de justice. C'est aussi elle qui « conservait avec soi toutes ces choses, les méditant en son cœur » (Lc 2, 19). Marie sait reconnaître les empreintes de l'Esprit de Dieu aussi bien dans les grands événements que dans ceux qui apparaissent imperceptibles. Elle contemple le mystère de Dieu dans le monde, dans l'histoire et dans la vie quotidienne de chacun de nous et de tous. Elle est aussi bien la femme orante et laborieuse à Nazareth, que notre Notre-Dame de la promptitude, celle qui part de son village pour aider les autres « en hâte » (cf. Lc 1, 39-45). Cette dynamique de justice et de tendresse, de contemplation et de marche vers les autres, est ce qui fait d'elle un modèle ecclésial pour l'évangélisation.

### Bibliographie

La Bible, AELF

PAPE FRANCOIS, *La joie de l'Évangile*, §288

<sup>2</sup> <https://www.aelf.org/bible/Lc/2>

<sup>3</sup> [w2.vatican.va/.../papa-francesco\\_esortazione-ap\\_20131124\\_evangelii-gaudium.html](http://w2.vatican.va/.../papa-francesco_esortazione-ap_20131124_evangelii-gaudium.html)