

# Arc-en-ciel de Dieu (rouge)

Bonjour et bienvenue à cette pause spirituelle que nous allons vivre ensemble. Aujourd'hui, je vais te raconter une histoire. Tu es invité à la visualiser, à la voir dans la petite télé qui se trouve dans ta tête. Tu peux fermer les yeux ou encore mieux, tu peux coucher la tête sur ton pupitre pour éviter les distractions. Commençons.

Prends une grande respiration...et expire lentement.

Détends ton corps.

Aujourd'hui, tu es un petit oiseau assis dans le haut d'un arbre. Tu remarques des nuages gris dans le ciel, signe d'une tempête. Une inondation est annoncée. Ceci veut dire qu'il y aura de l'eau partout!

Noé, un homme très prudent, a construit un énorme bateau de bois. Il est en train de rassembler différents animaux : des ours, des orignaux, des girafes, des éléphants... Tu voles vite les retrouver!

Après plusieurs jours, la tempête est finie! Tu peux enfin sortir dehors, étirer tes ailes et voler à nouveau! Tu passes près de Noé pour lui chanter un beau merci!

Et tout à coup tu t'arrêtes émerveillé!

Accroché entre deux nuages se trouve le plus bel arc-en-ciel!

Savais-tu que c'est Dieu qui les accroche dans le ciel?

C'est sa façon de montrer qu'il est toujours là et qu'il nous aime beaucoup.

On y retrouve toutes les couleurs : le rouge, le jaune, le bleu, l'orange, le vert et le violet.



Tes yeux sont attirés par le rouge.

Tu voles vers cette partie de l'arc-en-ciel et tu y déposes les pieds.

Cette couleur te rappelle des cœurs, maisons de l'amour.

Prend une grande respiration pour te remplir le cœur d'amour... et expire doucement...

Et te voilà en train de glisser sur la couleur rouge avec les bras dans les airs.

Tu veux refaire ceci une autre fois?

Alors, retourne en haut de l'arc rouge.

Pense à un moment quand tu t'es vraiment senti aimé ou encore quand tu as donné beaucoup d'amour à un ami.

Laisse ce souvenir d'amour remplir ton cœur...

Prends une grande respiration d'amour... et expire doucement.

Glisse à nouveau sur l'arc rouge.

C'est le temps de retourner voir tes amis.

Inspire autant d'amour que possible...expire doucement...

Merci Seigneur pour les belles couleurs de l'arc-en-ciel!

Lorsque la musique s'éteindra, ce sera le signal d'ouvrir les yeux et de faire le plus beau des sourires.

