

# *Découvrir la vie*



2ème rencontre

pour goûter ensemble  
une nouvelle Vie



## II. DECOUVRIR LA VIE

---

### Comprendre les principes de la vie

#### TEMOIGNAGES

*Je note ce qui m'a touché et ce que j'ai compris dans ces témoignages.*

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

#### ENSEIGNEMENT

##### **I. Dans la vie, tout est relation**

La vie est partout mais l'important réside dans la relation.

Le moteur dans la vie n'est pas la ..... mais les coopérations et les échanges.

La vie tire sa ..... des relations.

*Exemple de la symbiose en biologie :*

⇒ Les relations sont .....

⇒ Les échanges sont .....

Aucune espèce ne se suffit à elle-même. Nous sommes tous liés les uns aux autres par des relations d'interdépendances complexes et subtiles.

## II. Les relations sont au service de la diversité et du bien de tous

### *Exemple de la pollinisation*

⇒ La ..... des insectes permet la ..... des fleurs et réciproquement.

### *Exemple des arbres*

Les arbres sont reliés les uns aux autres par un réseau.

⇒ Il permet de maintenir en vie un arbre plus .....

⇒ Les plus anciens sont ..... pour que le réseau existe

Le soutien des plus anciens ou des plus faibles est nécessaire pour le bien de la communauté dans son ensemble.

## III. La vie est résiliente et évolue en permanence

Les espèces sont capables de ..... et d'évoluer dans un milieu qui change en permanence.

### *Exemple des fleurs du désert de l'Atacama, désert le plus aride du monde*

Les espèces ..... aussi le milieu sur lequel elles vivent.

## IV. Quels enseignements retenir de l'observation de la vie ?

⇒ Les relations et les coopérations sont .....

⇒ Elles créent la .....

⇒ Elles permettent à chacun .....

⇒ Elles permettent de s'adapter, d'évoluer, d'être résilient et ..... dans les changements.

## V. Et l'homme dans tout cela ?

L'homme n'est pas extérieur à ces systèmes vivants.

Il est ..... aux autres, intégré, acteur et moteur de la vie sur notre planète.

Il tient une place particulière pour ..... la diversité des espèces.

## **EXERCICES**

*J'entoure le ou les exercices que je choisis pour la semaine.*

### **EXERCICE #1 – Observation et compréhension d'un écosystème**

Je choisis un écosystème (une forêt, une prairie, un jardin, une mare, la plage, une rivière, etc.). J'essaye d'observer les liens et les relations qui unissent chaque élément : les plantes, les animaux. J'essaye de les décrire. Même en hiver, il est possible de percevoir ces relations.

### **EXERCICE #2 – Land'Art**

Le Land'Art utilise les matériaux de la nature (bois, terre, pierres, sable, eau, rocher, etc.), pour créer des œuvres d'art éphémères. La réalisation de telles œuvres demande de la créativité et prend appui sur la diversité des éléments que peut nous procurer la nature.

Dans la forêt, dans la campagne ou dans le jardin, j'imagine une œuvre d'art qui symboliserait pour moi la joie et la relation.



### **EXERCICE #3 – Inventer une action relationnelle positive**

Je réfléchis à des idées d'actions qui me permettraient d'entrer de manière nouvelle en relation avec ma famille, mes amis, mes collègues de travail ou simplement des connaissances ou voisins. J'en choisis une et je la mets en œuvre, sans forcément attendre un retour.



### EXERCICE #4 – Accueillir le bénéfice réciproque d'une relation

J'identifie dans ma vie une personne dans le besoin : un membre de ma famille, un ami, un proche, un voisin, une personne handicapée, malade, âgée, seule, etc.

J'imagine ce que cette personne pourrait m'apporter. Ensuite, je réfléchis à ce que je pourrais lui offrir et qui pourrait lui procurer de la joie. Je prends le temps de vivre avec elle cet échange de bénéfices réciproques.

### EXERCICE #5 – Prendre le temps d'aller visiter un projet qui met en valeur les principes de la vie

Je me renseigne sur des lieux respectueux de la nature, s'inspirant des systèmes vivants et de la tradition (permaculture, jardins de Cocagne, Incroyables Comestibles etc.). J'en choisis un que je vais visiter.

## LE COIN DES ENFANTS

Vidéo à visionner : <https://youtu.be/Gq1Y3P8lacw>

Exercice proposé avec une partie de recherche dehors et une partie chez toi :

Matériel : Colle, feuille de papier, feutres ou crayons de couleur, scotch.

Land'Art (cf. exercice n° 2).

## MES NOTES PERSONNELLES

.....

.....

.....

S'émerveiller de la Vie,  
la découvrir,  
en prendre soin  
et en témoigner

