

Espace Voyage intérieur



— UN LIEU OÙ VIVRE SA SPIRITUALITÉ —



DEUX POINTS DE VIGILANCE : OUVERTURE ET RESPECT

Au sein de notre fédération, il existe des personnes de différentes confessions, religions et spiritualités. Dans un esprit d'ouverture et de respect, nous souhaitons accompagner chacun et chacune dans son développement spirituel. Il est donc important que durant les activités scouts, événements et formations nous proposons des espaces surs, bienveillants et ouverts pour que chaque personne qui le souhaite puisse vivre sa spiritualité.

Le bien-être de chacun est fondamental et fait partie des missions du mouvement. Proposer un espace dédié à la spiritualité pour ceux qui en ont besoin permet à chacun de se sentir inclus, mais aussi d'améliorer l'implication des membres du groupe durant les activités.



OBJECTIFS DE CETTE INSTALLATION

- Mettre à disposition un espace pour se recueillir, pratiquer son culte ou se recentrer.
- Offrir la possibilité de s'isoler.
- Garantir de respecter des besoins d'ordre confessionnel (ablutions, prières, etc.) ou pour vivre d'autres formes de spiritualité (méditation, yoga, etc.).

Tu veux mettre en place un espace dans lequel les personnes peuvent se détendre, s'isoler ou s'accorder du temps pour une petite pause hors du rythme de la vie quotidienne ? Consulte la fiche sur l'espace Oasis.



OÙ INSTALLER CET ESPACE ?

- Dans un espace au calme (tente à l'ombre, local, au pied d'un arbre...), suffisamment grand pour y installer tout le matériel.
- Ce lieu n'est ni trop proche ni trop loin du local ou de l'endroit de camp ; c'est un lieu intime, à l'écart de l'agitation.

Tu veux mettre également en place un espace oasis mais tu n'as qu'un seul espace à disposition ? Installe les deux espaces au même endroit et définis des horaires d'utilisation pour l'espace voyage intérieur en fonction des besoins des personnes.



COMMENT LE METTRE EN PLACE ?

Il est important de convenir d'une charte d'utilisation en cogestion et de l'adapter, si nécessaire, afin qu'elle convienne aux besoins du groupe.

- Afficher la charte d'utilisation.
- S'assurer que ce lieu soit disponible et accessible en permanence.
- Une ou plusieurs personnes peuvent gérer ce havre de paix.



QUEL MATÉRIEL PRÉVOIR ?

Tout ce qui sera nécessaire au recueillement ou à la pratique d'un culte (liste à titre indicatif et non exhaustive). Le matériel peut être défini en cogestion avec le groupe.

- une guirlande lumineuse
- un diffuseur d'huiles essentielles et quelques huiles essentielles (les agrumes sont idéaux pour leurs propriétés apaisantes)
- un baffle (playlists de relaxation ou de méditation guidée)
- coussins, plaids
- des fiches d'exercices pratiques de relaxation
- citations/phrases pour amener la réflexion
- tapis
- un ou plusieurs seaux ou récipients pour réaliser les ablutions
- essuie



CONSEILS ET ASTUCES

L'environnement est important pour le bien-être intérieur.

- Si tu veux l'agrémenter, apporte des objets, des décorations, des fleurs, de la verdure pour adoucir la pièce et la rendre confortable et accueillante.
- Les couleurs pastel sont les bienvenues (taupe, beige, lilas...).
- Retire ou cache les affiches et autres éléments qui peuvent attirer l'attention (panneaux, écriteaux, règlements...).
- Rendre le lieu chaleureux passe aussi par la température : veille à ce que celle-ci soit agréable.

CE QU'IL FAUT RETENIR

L'espace Voyage intérieur est un lieu accueillant, calme et ouvert. Il doit être respectueux de chacun et à l'image des personnes qui le fréquenteront. Il prend en compte des besoins spirituels des participants (heures de prières, fin du jeûne, etc.).