



Le rituel Amérindien

Objectif : Se rappeler de l'énergie, de la fierté vécue à l'atteinte de l'objectif sur la montagne, afin de l'utiliser dans le futur.

Comment : Chaque élève se ramasse une petite roche en montant la montagne. Au sommet, l'intervenant et son groupe se réunissent en cercle et l'intervenant explique le rituel amérindien.

Lorsque les Amérindiens quittaient pour la chasse, pour affronter un autre clan ou pour un long voyage, les chamans priaient leurs esprits afin de donner l'énergie nécessaire aux chasseurs ou combattants d'atteindre leurs objectifs.

Comme la roche était quelque chose de puissant et de pratiquement indestructible en ces temps, ils mettaient l'énergie dans la pierre, que chacun transportait avec eux le long de leur périple.

L'intervenant prend donc les roches de chacun et en les tenant dans ses mains, il va y mettre l'énergie que lui-même décide d'y mettre, par exemple : l'amour, la complicité, le courage, etc.

Chacun des élèves les tiendront à tour de rôle et mettront une énergie différente aussi. À la fin, chacun reprend sa roche et l'intervenant termine en disant :

« Lorsque tu seras démotivé, découragé et émotif, reprends ta roche et reprends l'énergie que nous avons mise dedans, et cela sera plus facile à gérer. »