



## Gestuation du Signe de Croix

Pour entrer dans la compréhension de ce signe.

SIGNE DE  
CROIX MIRROR



### Gestuation de la croix :

#### La verticale, de la terre au ciel :

Accroupis, mains au sol.  
Comme Adam, nous sommes issus de la terre.  
De la terre nous puisons nos racines, notre humanité ;  
Se déployer vers le ciel  
Mais nous sommes faits pour grandir.

Baisser vers le sol et se déployer vers le ciel  
De la terre au ciel nous sommes appelés à grandir, à nous épanouir comme un arbre enraciné qui puise sa nourriture dans le sol, et qui tend ses branches vers le ciel pour y puiser la lumière.

Baisser vers le sol, déployer vers le ciel.  
De la terre au ciel, Dieu nous appelle à puiser en lui la nourriture, la lumière, à grandir, à nous épanouir, à nous tourner vers lui.

#### La verticale, du ciel à la terre :

Debout, regard tourné vers le ciel, mains vers la sol.  
Ce Dieu là, nous a créés hommes de la terre,

Descente vers la terre

Se fait proche de nous.

Descente vers la terre accroupie

En nous envoyant Jésus, qui s'est enraciné dans notre terre à nous

Va et vient des bras.

Depuis ce jour, entre terre et ciel, entre ciel et terre, la vie circule dans un va et vient permanent.

#### L'horizontal :

Bras regroupés sur la poitrine, tête baissée

L'homme ne peut pas vivre seul.

Bras gauche qui s'ouvre en grand, bras gauche qui se replie.

Bras droit qui s'ouvre en grand

Ma vie je la reçois de mes parents, de mes amis, de ma famille.

Ma vie je l'ouvre aux autres et je la donne à tous ceux que j'aime.

Ouverture du bras gauche : ouverture du bras droit.

Ma vie est ouverte au monde. Je suis relié à chaque homme, du plus proche au plus lointain, de celui qui me ressemble à celui qui est différent, quelque soit sa race, sa couleur, sa richesse, sa culture.

#### Le croisement entre vertical et horizontal :

Bras replié, bras vers le haut puis vers le bas :

Ma vie est faite de ces deux dimensions, verticale (je suis relié à Dieu) horizontale (je suis relié aux hommes).

Mains qui se regroupent sur le cœur :

Au croisement de ces deux dimensions il y a mon cœur.

Il y a aussi Jésus Christ qui a vécu pleinement ces 2 dimensions : son lien au Père, son lien aux hommes. Il est au cœur, un cœur qui bat, un cœur qui aime.

Bras en offrande qui accueillent :

Jésus Christ m'appelle à mettre au cœur de ma vie l'Amour en me reliant sans cesse à Dieu et aux hommes.

#### Vertical /horizontal : l'écartèlement, la Croix, de souffrance :

Bras du haut en bas et former une croix avec son corps, la tête baissée.

Pour tenir jusqu'au bout son projet d'amour, Jésus Christ s'est retrouvé écartelé, cloué sur la croix ; une croix signe de souffrance, de déchirure, d'amour donné et d'amour non accueilli.

En vivant l'accueil, le pardon, le partage, le lien à Dieu, nous savons que Jésus est avec nous.

#### La résurrection, l'arbre de vie :

La tête se relève :

Et tout n'est pas fini ! L'Amour du Père a fait de cette croix de souffrance, une croix de résurrection : il a ressuscité son fils Jésus.

Les bras se lèvent au ciel :

La Croix devient alors signe de Vie, signe d'Amour ; La croix devient Arbre de vie, arbre nourri de l'Amour de Dieu, arbre où chaque homme est accueilli.

Les bras s'écartent, les bras se lèvent :

La croix me dit que malgré les obstacles, les échecs, la haine ; l'amour est vainqueur.

#### Le signe de croix :

Bras long du corps :

Les chrétiens ont choisi comme symbole le Signe de Croix. Ils le tracent sur eux car ce signe nous unit au Christ mort et ressuscité par amour pour nous.

Bras qui s'ouvrent :

Ce signe nous fait entrer dans le lien d'amour entre le Père, le Fils et l'Esprit Saint puisque nous le faisons en disant « Au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit ». nous donne sa bénédiction et nous enveloppe de sa tendresse,

Chaque fois que nous faisons un beau et grand signe de croix, Dieu nous enveloppe de sa tendresse, de sa bénédiction et de sa paix. C'est ce que nous lui demandons maintenant en faisant tous ensemble un grand signe de croix sur tout notre corps : « Que le Seigneur nous

donne sa bénédiction et nous enveloppe de sa tendresse, au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit Amen. »