

## Danse «Wonderfully Made» Psaume 139,14

Chant de Ruru Maeva (Îles Cook) sur le thème « Tu es une merveille »

Liturgie p. 22, enregistrement sonore <https://worlddayofprayer.net/cook-islands-2025.html>

Chorégraphie réalisée par Irma Diethelm

*Remarque : avant le début de la danse, compter les couples (A/B, pour la 2e strophe).*

*Début du mouvement après le prélude*

### 1. I am fear fully made

*Se mettre en cercle, sans se tenir par la main*

Mesures 1-5 : passez vos mains des pieds à la tête, puis revenez au centre du corps

Mesures 6-7 : placez les mains sur la poitrine, geste de remerciement

Mesures 8-9 : mettez-vous en position d'orante  
(Bras pliés, paumes tournées vers l'avant)

Mesures 10-12 : en position d'orante ou avec les bras complètement étendus vers le haut, faites 3 pas autour de l'épaule droite, faire un 4e pas et se mettre par deux

### 2. You are fear fully made

*En cercle, deux par deux, face à face*

Mesures 1-3 : la personne A bénit la personne B, en passant légèrement les mains sur la tête.

Mesures 4-5 : la personne B fait la même chose à la personne A

Mesures 6-7 : superposez les mains l'une sur l'autre

Mesures 8-9 : écartez les bras pour adopter la position d'orante

Mesures 10-12 : les mains se rejoignent une fois de plus, créant un large cercle, puis les mains se posent sur la poitrine

### 3. We are fear fully made

*En cercle, les mains sur la poitrine*

Mesures 1-3 : faites un grand cercle avec votre main droite et posez-la sur l'épaule gauche de la personne se trouvant à votre droite

Mesures 4-5 : posez votre main gauche sur l'épaule droite de la personne située à votre gauche, en sens inverse

Mesures 6-7 : reprendre un geste de remerciement

Mesures 8-9 : posture de l'orante

Mesures 10-12 : faites deux pas vers le centre, puis au 3e pas, tendez les bras vers le ciel

Différentes options sont disponibles avec l'enregistrement original :

- Dansez la première strophe deux fois : une fois sur le texte en maori et une fois sur le texte en anglais.
- Dans la troisième strophe, répétez les mesures 10 à 12 deux fois supplémentaires en élevant les bras progressivement plus haut.

