

Les chansons de Jackylou et des Enjoliveurs sont des conjugaisons colorées et poétiques du verbe OSER !
J'ai osé. Tu oses. Il osera.....



Oser être soi, être différent, être avec ses émotions, joyeux, inquiet, fier,....

Oser vivre, choisir, douter, essayer, créer, changer, trébucher, rêver,...

Oser parler, dire, demander, refuser, recevoir, donner, remercier,...

Boris le poisson !

Mots clés

Oser - La liberté - Les rêves – Les projets – Les étiquettes – S'ennuyer



Les petits philosophes discutent et enrichissent leur monde intérieur

*Il était une fois un jeune garçon qui découvrit un oeuf merveilleux dans le nid d'un aigle.
Il s'en empara, redescendit au village et mit l'oeuf à couvrir dans le poulailler de la ferme de ses parents.*

Quand l'oeuf vint à éclore, un petit aigle en sortit et grandit parmi les poussins, picorant sa nourriture comme ses compagnons.

*Un jour, regardant en l'air, le petit aiglon qui avait grandit, vit un aigle qui planait au-dessus de la ferme.
Il sentit ses ailes frémir et dit à un de ses frères poulets :*

« Comme j'aimerais en faire autant ! »

« Ne soit pas idiot, répondit le poulet, seul un aigle peut voler aussi haut ! ».

*Honteux de son désir, le petit aigle retourna gratter la poussière et picorer son grain, le bec au sol.
Il ne remit plus jamais en cause la place qu'il CROYAIT avoir reçue sur cette terre.*

*Imaginez qu'il ait refusé de se laisser DEFINIR par les autres. Et qu'il se soit appuyé sur son envie !
Comme l'aigle dans le ciel, il aurait aussi voler et serait devenu...ce qu'il est !*

Inspiré d'un conte tibétain

Se raconter...

- Se souvenir d'une « étiquette » reçue. Sentiment ? Réaction ?
- J'ai déjà mis une étiquette à quelqu'un et j'ai senti que la personne avait été blessée...
- J'ai déjà mis une « étiquette » à quelqu'un et je me suis trompé(e)...
- C'est quoi être gentil/méchant ? courageux/peureux ? Une qualité/un défaut ? Lent/rapide ? Facile/difficile ?
- Parfois, je me sens grand...et petit, en même temps ! Pourquoi ?
- Parfois, j'ai difficile de dire « Non » ou « je ne suis pas d'accord ». Pourquoi ?
- Est-ce que, parfois, j'ai difficile de choisir ?
- Est-ce que je préfère qu'on décide pour moi ?
- Un jour, j'ai regretté de ne pas avoir choisi...
- Un jour, j'ai regretté d'avoir choisi trop vite !
- Parfois, je n'ose pas...Pourquoi ?



Une question ? Cherchons !

Les rêves?

Ils font partie de chaque être humain. Et heureusement car c'est eux qui nous font avancer, progresser !
Rêver est aussi important que respirer !

- *A quoi servent les rêves ?*
Dans quelle partie du « train du sommeil » surgissent-ils ?
Et quand le rêve est un cauchemar...?

Consacrons du temps aux rêves !

La compréhension d'un rêve est essentiellement une expérience personnelle. Personne ne peut mieux comprendre un rêve que le rêveur lui-même !

L'important, c'est la possibilité **de se raconter les rêves**, pouvoir exprimer soit la fierté, soit la joie, soit l'anxiété, vécue dans un rêve, sans à priori, sans crainte d'être jugé.

Se sentir accepté jour et nuit !

De plus, si l'enfant n'arrive pas à combattre, seul, un monstre pendant la nuit, peut-être les **autres enfants peuvent-ils l'aider à trouver des solutions**, mêmes farfelues (ne jamais oublier : tout est possible dans un rêve !) pour combattre ce monstre pendant une prochaine nuit !

La découverte, pour un enfant, de cette capacité de changer quelque chose dans ses rêves peut lui rester comme un acquis pour sa vie !

Ses propres forces peuvent s'accroître en même temps que sa confiance dans sa capacité à surmonter un problème quel qu'il soit !

Donner de la place aux rêves !

Encourager l'expression et l'écoute, faire un texte, dessiner, peindre,...

Et puis, il y a les « rêves éveillés » !

- Demander aux enfants de voir quelque chose (paysage, animaux, personnages, objets, etc.), dans leur tête.
- Puis de vivre une émotion, un sentiment.
- Enfin, leur demander de verbaliser, raconter : l'enfant décrit tout ce qu'il vit et voit au fil de son rêve éveillé.



Jeux poétiques, gourmets, brico, crayons, créons, bougeons !

- Des mots. Des images découpées dans des magazines. Des dessins...

Quand je serai plus âgé/grand, je rêve de...

Quand je serai en vacances, je rêve de...

Si j'étais un super héros, je rêve de...

Si j'étais films/fille unique, je rêve de...

Si j'avais un frère/ou une soeur, je rêve de...

Si je pouvais avoir un animal, je rêve de...

Je m'ennuie...

Me voici dans la lune...

• *L'imagination, reine de la liberté !* Marc Chagall, le cheval d'ébène (1948)

Le russe Marc Chagall (1887_1985) né à Vitebsk, naturalisé français, est l'un des artistes les plus célèbres du XXème siècle. Son art s'inspire de la tradition juive, des contes populaires et du folklore russe dont il s'est imprégné dans son enfance.

Il traduit la joie et la liberté en faisant voler ses personnages. Peintre libre, Marc Chagall n'a pas suivi des courants de peinture de son temps.

Peindre à la façon de Marc Chagall

• *Je me sens comme un poisson dans l'eau...*

Définition :

Être très à l'aise. Être heureux.

Origine :

On disait vers le XIIIe siècle « être sain comme un poisson en l'eau » (ou « en la rivière »). Cette expression, toujours utilisée de nos jours, signifie qu'une personne est aussi à l'aise dans un domaine ou dans un lieu que pourrait l'être le poisson dans l'eau, son milieu naturel.

Moment de relaxation pour être très à l'aise : Le yoga des enfants !

1. *Se mettre sur le ventre, allongé.*

La tête est relâchée, posée sur le côté.

Je suis un poisson léger.

2. *En inspirant, je mets ma tête dans l'axe de mon corps,*

je tonifie mon corps

et je mets mes mains à plat sur le bas du dos.

Voilà, j'ai des nageoires.

3. *Je remonte bien la poitrine et les jambes vers le haut.*

Et j'inspire.

Je suis un poisson nageur.

4. *Je redescends tout, je redeviens mou.*

Je pose ma tête de l'autre côté.

Et j'expire.

Je suis un poisson flotteur.

Et je recommence une dizaine de fois

Pour aller plus loin...

- *La chèvre de monsieur Seguin* d'Alphonse Daudet

Pourquoi la chèvre a-t-elle choisi d'aller dans la montagne ?

C'est quoi être « libre » ?

Je me sens libre quand...

Je ne me sens pas libre quand...

Qu'auriez-vous fait à la place de la chèvre ?

Quelles auraient pu être les autres alternatives...pour gérer la liberté et la sécurité ?

- *Le loup et le chien*, de Jean de la Fontaine

La morale de cette fable : *Mieux vaut vivre affamé qu'attaché !*

- *Un petit roi ne pleure pas*, de Béatrice Deru-Renard

L'histoire d'un Petit Prince qui, à la mort du Roi, son père, devient Roi mais... qui sent qu'il voudrait être Roi autrement que son papa !

Une histoire qui raconte qu'il y a différentes façons de vivre, d'agir, de manière à être dans la justesse de son coeur !

- *Yakouba*, de Thierry Dedieu

Yakouba est en âge de devenir guerrier.

Pour apporter la preuve de son courage, signe qu'il est devenu un homme, il doit affronter le lion et le tuer.

Un dilemme car le lion en face de lui est déjà blessé...

Une belle réflexion sur l'appartenance, l'identité, la liberté...

- *La Cage Aux Oiseaux* par Pierre Perret

Dans un aquarium, un poisson ne grandit plus !

Que penser des zoos ?

S'intéresser à l'univers carcéral...

- « *La liberté ou la mort* » Slogan des révolutionnaires en 1789

ou

La non violence !

Celle du Mahatma Gandhi, de Martin Luther King, de Nelson Mandela,...

Notre actualité : Les marches pour le climat. Les gilets jaunes.

S'intéresser...

- « *Un seul oiseau en cage, la liberté est en deuil* » Jacques Prévert

Un symbole est une image qui résume une idée. Un lion, par exemple symbolise la force.

Après la révolution de 1789, de nombreux symboles sont apparus pour illustrer la liberté. Les plus fréquents sont certainement l'arbre et l'oiseau.

L'arbre a toujours été un symbole très fort de la vie. Son feuillage se modifie selon les saisons; Il signifie l'espoir parce qu'il grandira, portera des feuilles et des fruits.

L'oiseau, lui, fait la relation entre la terre où il se pose et le ciel, vaste espace sans contrainte. Il a soif de liberté.

On peut le mettre en cage, mais dès qu'il le peut, il cherche à s'échapper.

Planter un arbre ? Lequel ? Pourquoi ?