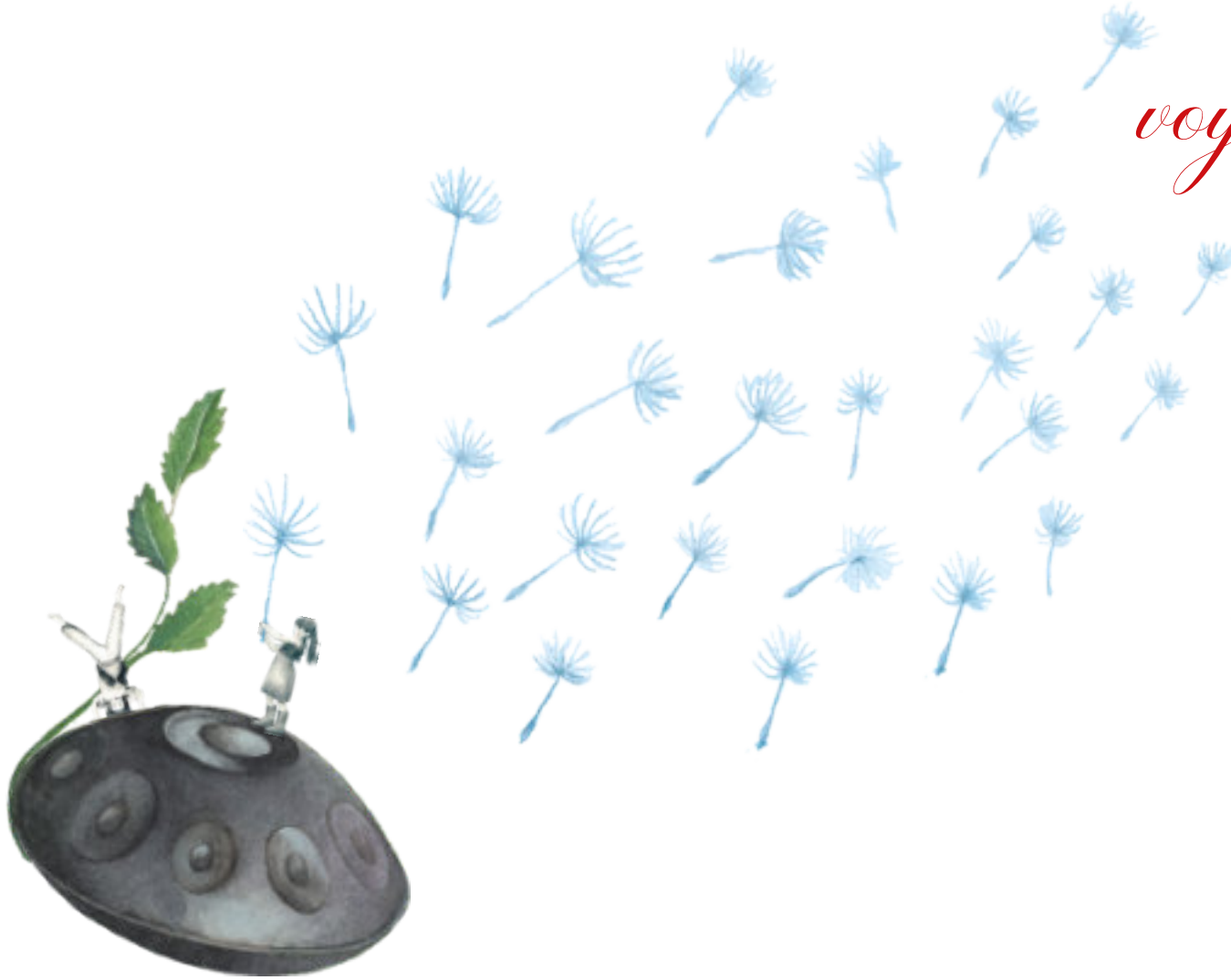
COLLECTION

Des livres à lire et écouter dès l'âge de 5 ans

Le petit peuple des voyages intérieurs





Graines de Ciel

Lucas, l'aventurier des étoiles

Lecture

- La petite histoire à lire p. 8
- La grande histoire à lire p. 11
- La méditation p. 22

Audio

- La grande histoire de Lucas (6:22)
- Regarder les étoiles avec Papy (6:21)
  (Musique seule)
- La méditation sur la grande ourse (5:48)
- Jouons avec les étoiles (5:45)
  (Musique seule)
- Shaping dreams (4:23)
  extrait de l'album
  Handpan & Didgeridoo



La grande histoire

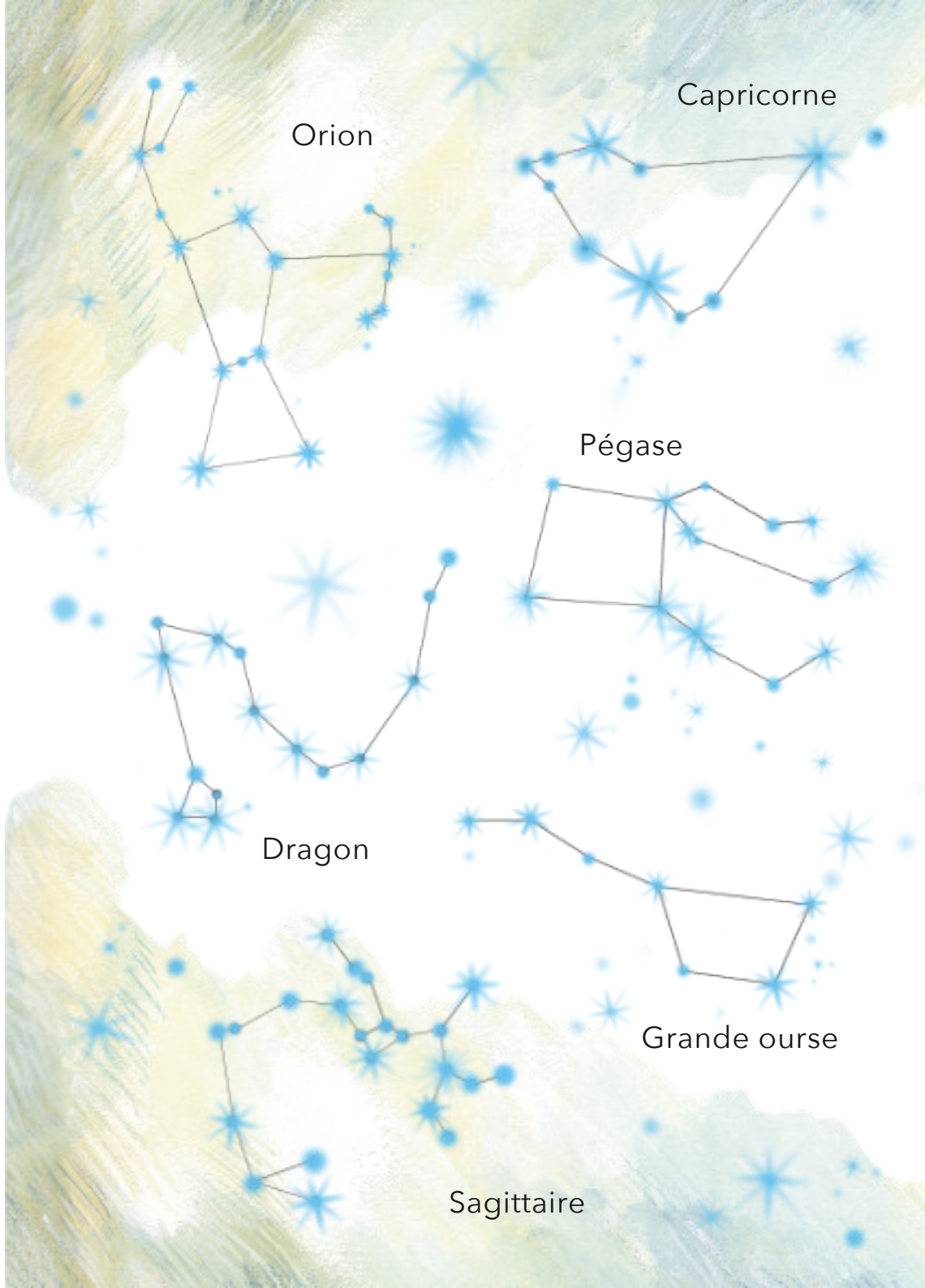
Lucas était en vacances chez ses grands-parents
lorsqu'il vit la grande ourse pour la première fois.
Un drôle d'animal se cachait dans l'ombre
et ses amies les étoiles dansaient avec lui…

Il avait fait des traits invisibles entre les étoiles qu'il prenait pour des points, puis avait même prétendu qu'un émeu habitait là, dans l'espace plus sombre au cœur de la voie lactée.

C'était drôle de penser que certains peuples faisaient des traits imaginaires entre des points tandis que d'autres voyaient des formes sombres entre les amas lumineux. Chacun regarde vraiment le monde à sa façon, pensait Lucas.

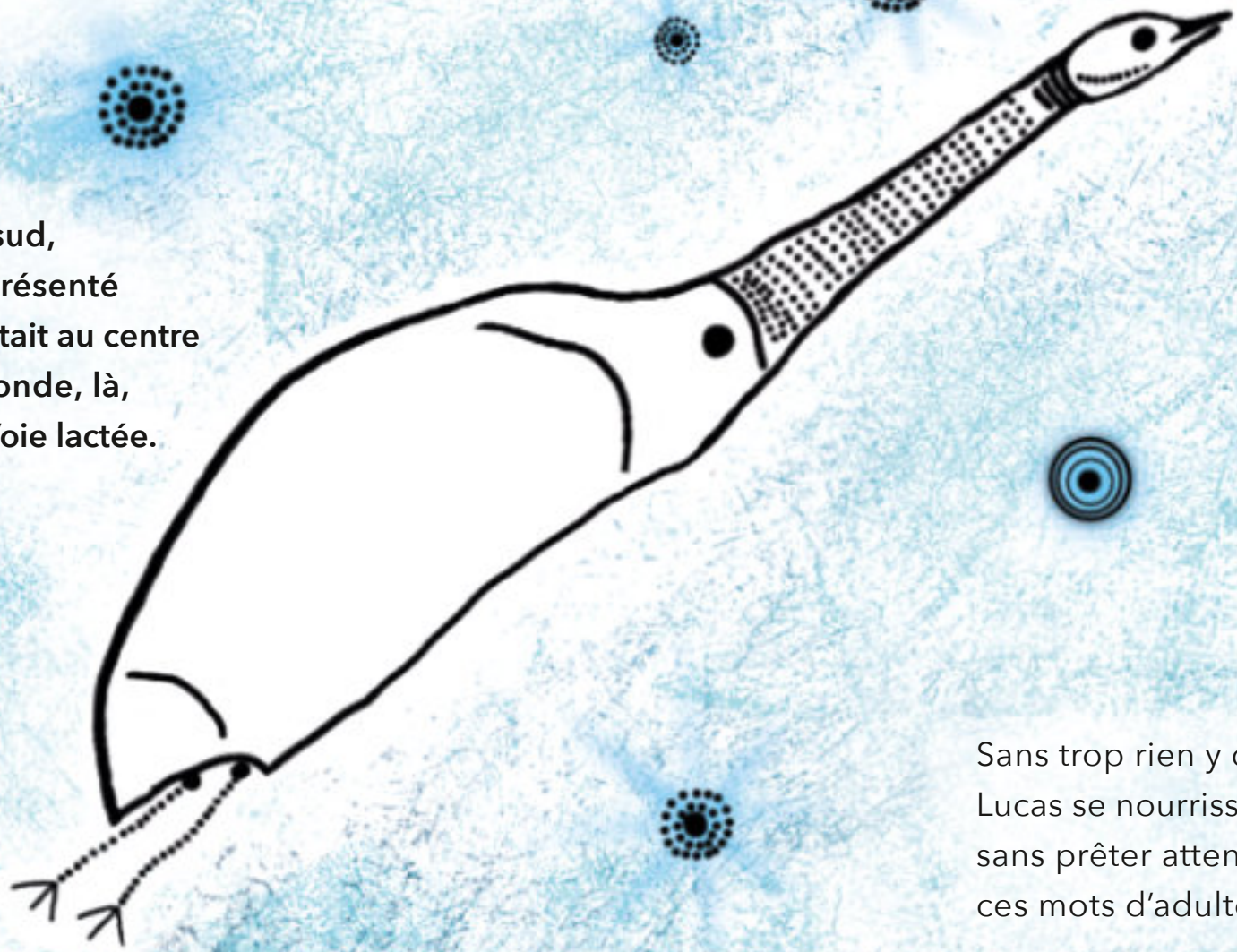
Les noms des constellations rivalisaient de mystères: Orion, Pégase, Sagittaire, Capricorne, Dragon, Grande Ourse…

Drôles de dessins dans le ciel qu'on ne peut jamais voir clairement quand on est en ville, puisqu'on n'y distingue qu'à peine les étoiles.



Les humains, il n’y a pas si longtemps,
se repéraient, voyageaient et trouvaient
leur chemin en suivant les étoiles
expliquait son papy.

Dans l’hémisphère sud,
on s’était même représenté
que l’émeu céleste était au centre
de la création du monde, là,
bien au creux de la Voie lactée.



Sans trop rien y comprendre,
Lucas se nourrissait du spectacle
sans prêter attention à tous
ces mots d’adultes.

La méditation

Le voyage sur la grande ourse

Les étoiles sont toujours là pour veiller
sur toi. Installe-toi confortablement.

Imagine-toi monter sur le dos d'une très
grande ourse, toute douce, très gentille.

Rien à craindre.

Un peu comme un papy.

C'est elle qui va te servir de guide.
Ensemble, vous allez partir à la découverte
des étoiles, des rêves et du pays
où les ancêtres viennent se reposer…

Tout autant qu'ils veillent sur nous.

**Alors installe-toi confortablement
et ferme les yeux.**

Comme en hiver lorsqu'il fait froid,
il faut bien se couvrir et se sentir confortable
pour aller dans les étoiles du sommeil.

Prends ton temps pour bien t'installer.

Si tu le souhaites, tu peux emmener
avec toi ton doudou, ta peluche, ou tout
simplement la pensée de quelqu'un
avec qui tu aimerais faire ce voyage (ton
papy, tes parents, un frère ou une sœur…)

Ça y est, tu es bien installé·e contre le dos
de la grande ourse. Elle se met lentement
en mouvement.

Sens tu combien chacun de ses pas, lourd,
te rappelle que tu es bien porté.e par le sol ?

Puis, peu à peu, tu te rends compte
que vous prenez de la hauteur.



YellowSeed est un musicien tisseur d'histoires et guide de voyages intérieurs. Formé à différentes thérapies manuelles et à la musico-thérapie après un long cursus de sciences sociales, le handpan est son instrument de prédilection qu'il utilise pour allier bien-être et contes avec ingéniosité.



Carla Cartagena est une illustratrice de talent qui sublime oracles et livres pour enfants. Son riche monde intérieur s'illustre dans ses œuvres avec la plus grande des douceurs. Ses aquarelles sélectionnées pour cette collection apaisent, tout en vous plongeant dans un univers qui stimule l'imagination.

Un projet porté fièrement par

Le collectif improbable des éclaireurs de lanternes



Né en Bretagne, dans le Morbihan.
Écrit aux ateliers de la cabane de Mériadec,
d'après une illustration de Carla Cartagena.
Enregistré à l'Échonova de Saint-Avé.
Conçu graphiquement par Servane Rual à Quiberon.
Imprimé en France par la SEPEC.