



La Tourmaline

OCTOBRE 21

# Sommaire

- La pierre du mois
- Le rituel du mois : Mandala Coloré
- Une petite tasse de thé?
- Créativité
- Page DUO : le monstre tristesse
- Pour aller plus loin
- Pour conclure



# OCTOBRE, la TOURMALINE

- Vertus associées : **immortalité, concentration, réconfort, apaisement, créativité et imagination**
- La tourmaline est en général d'une couleur rose. La lumière influe sur ses couleurs, faisant passer la pierre par toutes les couleurs de l'arc en ciel. Au Brésil, il existe une tourmaline de couleur bleue foncée, appelée tourmaline *Paraíba*.
- En Chine, l'impératrice Tzu Hsi a démontré son intérêt pour cette pierre fine. Elle fit une véritable collection de la tourmaline, en achetant toutes les nuances possibles. À son décès, Tzu Hsi fut inhumée sur un lit de tourmaline.
- La tourmaline est connue pour ses nombreuses vertus, dont l'apaisement qu'elle procure, et la sérénité qu'elle apporte. De ce fait, elle permettrait de passer une bonne nuit, sans agitations. La tourmaline aurait un effet bénéfique sur différents muscles, notamment le cœur.
- Elle est également associée à la créativité, l'espoir et l'innocence. Elle est utilisée pour chasser les mauvaises ondes dans une habitation, et ainsi apporter de la chance à la personne qui la porte.

Source : photo [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

Texte : <https://www.arbrobijoux.com/blog/definitions/signification-des-pierres-de-naissance.html>

<https://www.france-mineraux.fr/lithotherapie/pierres-de-naissance/pierre-mois-octobre-tourmaline/>

# Le Rituel du mois : le mandala coloré

- Tracez un rond
- Dans des magazines, des papiers colorés, des photos, ... cherchez des images, des mots de la couleur « tourmaline » : nuances de rose... voire de bleu foncée comme la Tourmaline du Brésil...
- Agencez-les et collez-les dans le mandala.
- Ecrivez autour de votre mandala, une phrase spontanée ou en utilisant l'amorce suivante « **Je rencontre Octobre et il me dit ...** »



Une petite tasse de thé?



Besoin de réconfort?

... si vous preniez une petite tasse de thé,  
de chocolat chaud, de...

Dessinez au centre de votre page votre boisson  
réconfortante et écrivez autour de façon  
spontanée ou avec les amorces suivantes :

- Pour me réconforter, j'ai besoin ...
- Je me réconforte et ...
- Cette tasse m'apporte ...





**“CREATIVITE”**

---

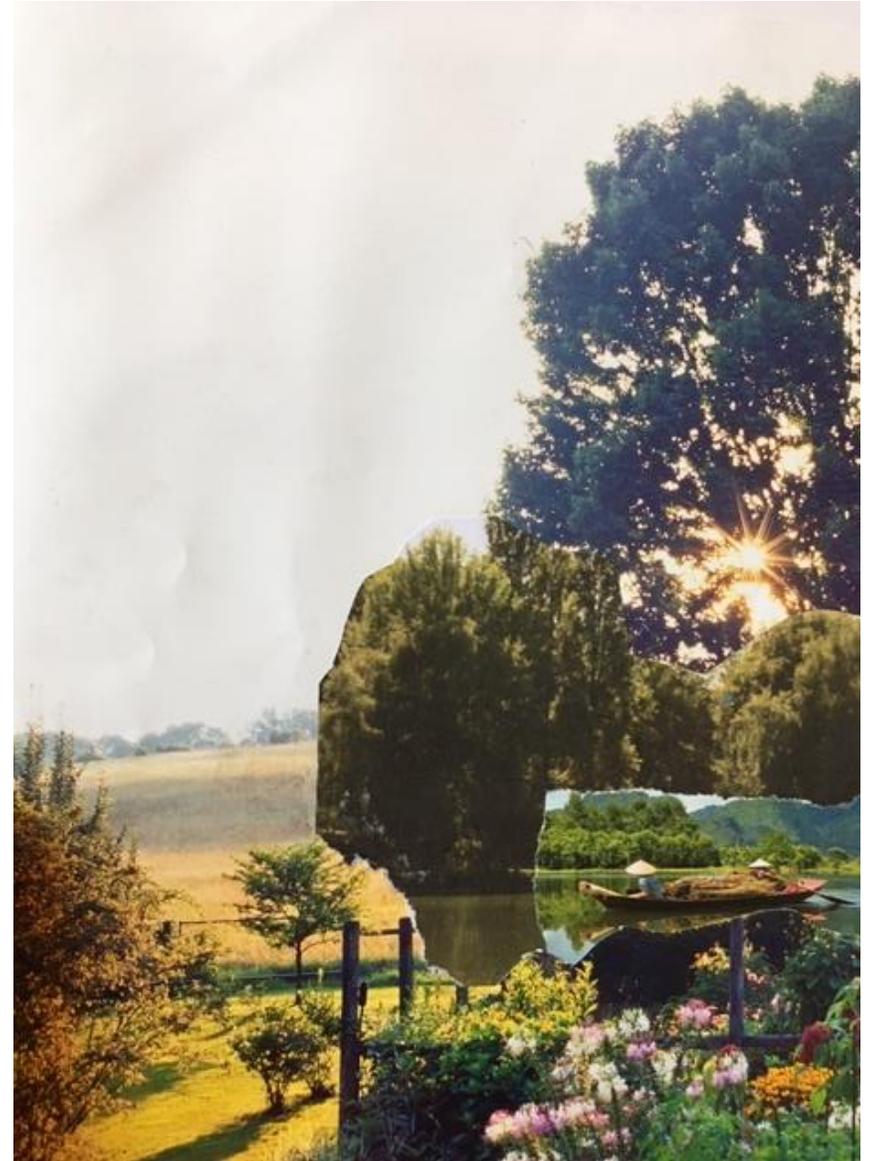


*creative*

Si votre créativité était un jardin,  
comment serait-il?

---

- Sur une feuille blanche, hors de votre journal, faites un collage d'images, de mots pour représenter votre jardin.



Puis prenez le temps de l'explorer. Est-ce que tous les endroits vous conviennent ou y a-t-il des zones que vous souhaiteriez embellir, cultiver davantage, fleurir, désherber...?

Reprenez votre collage, modifiez-le en le redécoupant, en ajoutant d'autres images, de la couleur, des mots... Vous pouvez maintenant travailler directement dans votre journal.

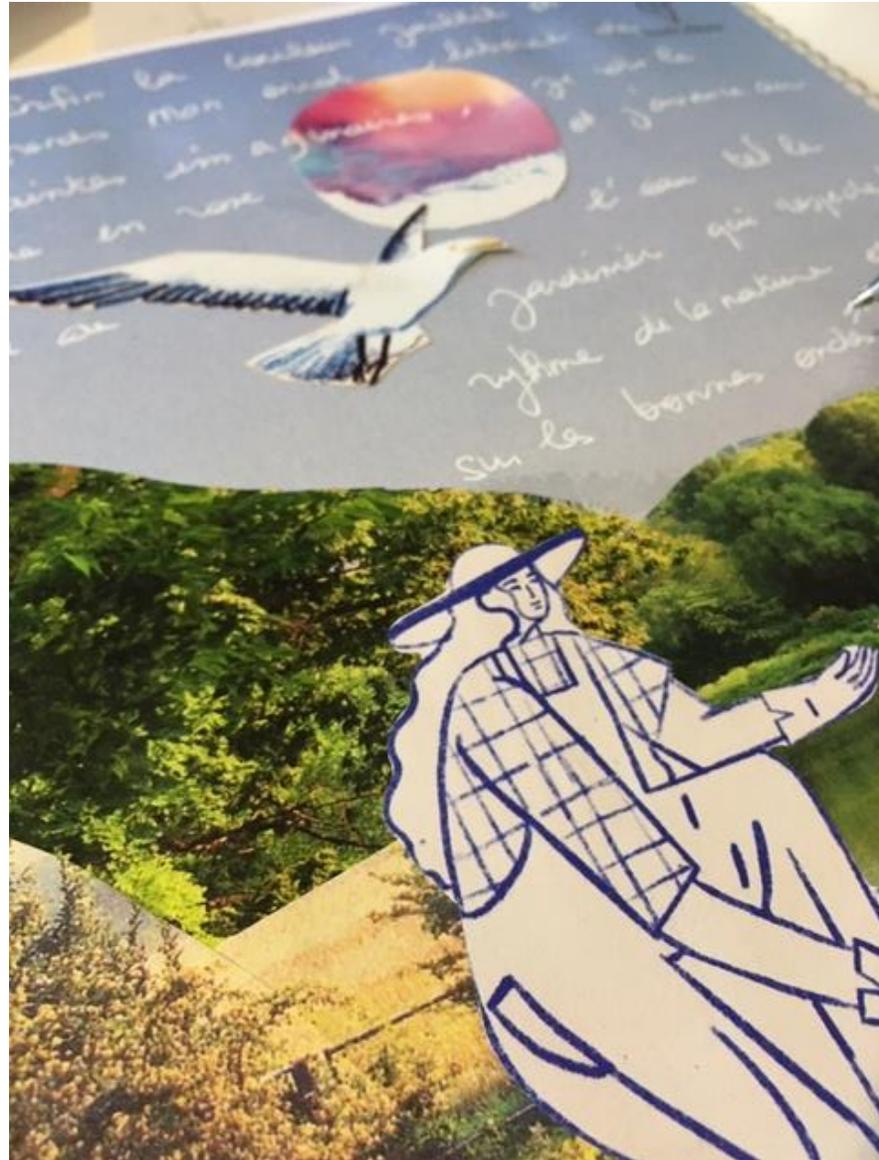
Suivez votre fil créatif.

Une fois fini, prenez le temps de voir comment votre créativité pourrait se décrire. Votre représentation interne s'est-elle modifiée au gré des transformations de votre image?

Notez vos remarques, soit sur le collage directement soit sur la page suivante dans votre journal.



Cette deuxième partie peut être faite à distance de la première





# La PAGE DUO...

Un enfant, un adulte  
(peut être réalisé seul aussi, bien sur!)

---



# Le monstre de la tristesse

- Dessinez chacun votre monstre « triste »
- Faites les dialoguer ensemble à l'oral.
- Explorez ensemble, pour chacun des partenaires, ce qui peut rendre triste et surtout, qu'est ce qui réconforte, de façon imaginaire, bien sur, mais peut-être que vous trouverez un sens caché, une recette magique, ou ...



- **VARIANTE :**

- Chacun dans son journal, écrivez un dialogue avec vos deux mains. La main dominante étant vous-même et la main non-dominante, le monstre.
- Partagez votre conclusion, synthèse.
- Si besoin, entourez le avec une couleur réconfortante!

# Pour aller un peu plus loin...

- Pour continuer à jouer avec les émotions, je vous invite au petit jeu proposé par le site :

[www.apprendreaeduquer.fr](http://www.apprendreaeduquer.fr)

Voici le lien direct pour l'activité :

<https://apprendreaeduquer.fr/le-portrait-chinois-des-emotions-pour-jouer-avec-les-emotions-6-ans-et/?fbclid=IwAR3N4o4BDypCyTBV7KAnDgOXFgY54Vq6T8LduRPfHc bd2lcr0ZptVKlrJak>



A decorative background featuring a tea set on a table. In the foreground, there is a blue and white patterned teacup on a saucer, a glass vase with pink flowers, and a purple cloth. The background is softly blurred, showing more of the tea set and a window with a view of a blue sky and trees.

# Pour CONCLURE...

- En utilisant la page “tasse” téléchargeable sur mon blog (sous l’article d’octobre), reprenez les mots des vertus associées à la tourmaline.
- Feuilletez les pages des exercices réalisés et notez les mots qui en découlent, dans quelques autres tasses.
- Avec tous ces mots, faites-en un texte (vous pouvez coller les tasses ou recopier les mots).
- Décorez votre page.

*« A bientôt,  
au mois de novembre »*

<https://journal-creatif.jimdofree.com/blog/>

