

Le trésor d'Attentix

Narrateur : Pour être attentif et pour entrer plus facilement dans ton imagination, il est important que tu sois bien dans ton corps. Tu dois d'abord t'asseoir confortablement sur ta chaise.

Commence par te détendre et oublie tout ce qui te déconcentre, afin de pouvoir bien imaginer.

Pour t'aider, tu peux respirer calmement. Détends-toi et ferme les yeux.

Fais le silence dans ta tête et prends quelques instants pour bien sentir ton corps.

Maintenant, entre dans ton monde imaginaire et prends le temps de revoir et de réentendre ce que tu as découvert dans ton imagination les fois où tu y es allé.

Retrouve Attentix et Arbremagique qui sont en train de parler.

Efforce-toi de bien les voir, puis tends l'oreille pour les entendre.

Arbremagique : Attentix, as-tu déjà entendu parler du trésor de l'Attention ?

Attentix : Non, qu'est-ce que c'est ?

Arbremagique : J'ai entendu dire à travers les branches qu'il existe un trésor, quelque part dans la forêt. Et que celui qui le trouvera deviendra riche.

Attentix : Sais-tu où il est, toi, ce trésor de l'Attention ?



Arbremagique : Non, malheureusement. Moi, je sais seulement comment discipliner l'attention.

Attentix : Je suis intrigué. Peut-être que ce trésor pourrait m'aider à me rendre au pays de l'Attention ! Arbremagique, je vais parcourir la forêt à la recherche du trésor ! À bientôt !

Arbremagique : Bonne chance, mon ami !

Narrateur : Attentix marche courageusement pendant quelques heures. Dans la clairière au centre de la forêt, il rencontre le papillon aux ailes vigoureuses.

Attentix : Bonjour, Papillon. Je suis content de te revoir. Je cherche le trésor de l'Attention. Sais-tu où je pourrais le trouver ?

Papillon : Je ne sais pas. Tout ce que je sais, moi, c'est l'importance de me contrôler et de garder mon objectif dans ma tête.

Narrateur : Déçu que Papillon ne puisse lui indiquer le chemin du trésor de l'Attention, Attentix le remercie tout de même et il repart. Un peu plus loin, il rencontre un groupe de bourdons.

Attentix : Petit Bourdon, est-ce bien toi ?

Petit Bourdon : Bonjour, Attentix ! Que fais-tu dans ce coin de la forêt ?

Attentix : J'aimerais beaucoup découvrir le trésor de l'Attention. Sais-tu où je peux le trouver ?

Petit Bourdon : Non... Mais je peux te parler encore du pouvoir de la volonté si tu veux. Quand on veut, on peut, rappelle-toi...

Attentix : Merci, Petit Bourdon, mais je n'ai pas le temps. Je vais poursuivre ma route. Dis bonjour à tes parents de ma part !

Narrateur : Attentix ne perd pas courage. Il cherche toujours à atteindre son objectif. En marchant, il se dit dans sa tête qu'il lui reste encore quelques coins moins connus de la forêt où il n'a pas encore cherché. Il décide de se reposer près d'une rivière. C'est là qu'il voit Colombe messagère et Oisillon qui se baignent.

Attentix : Bonjour, Colombe ! Comme je suis heureux de te trouver sur ma route ! Tu vas sûrement pouvoir m'aider.

Colombe messagère : Attentix ! Ça me fera plaisir de t'aider. Tu as été si gentil pour mon enfant et moi !

Attentix : Je cherche le trésor de l'Attention. Peux-tu me dire où je peux le trouver ?

Colombe messagère : Malheureusement, Attentix, je l'ignore. Le seul secret que je connaisse, c'est celui qui permet de toujours être actif dans sa tête pour demeurer attentif.

Narrateur : Attentix commence à perdre patience. Comment va-t-il pouvoir mettre la main sur ce trésor si personne ne peut l'aider ? Il laisse Colombe messagère et son petit continuer leur baignade dans la rivière et il s'enfonce encore plus loin dans la forêt. Attentix marche depuis plusieurs heures déjà. Soudain, il prend conscience qu'il ne sait pas du tout où il se trouve !

Attentix : Je suis perdu ! Oh ! comme je suis seul dans ce coin de forêt que je ne connais pas ! La nuit va bientôt tomber... J'ai peur. Et je n'ai pas la moindre idée de l'endroit où se trouve le trésor de l'Attention.

Narrateur : Attentix se met à pleurer. Il est désespéré. Puis, entre deux sanglots, il se met à penser à tous ses amis : Arbremagique, Papillon, Petit Bourdon, Colombe messagère et son petit. C'est alors qu'il comprend...

Attentix : Chacun a un trésor bien à lui. J'ai cherché le trésor partout dans la forêt et je ne l'ai pas trouvé. C'est parce que le trésor n'est pas caché dans la forêt, il est en chacun de nous. Tout le monde possède son trésor. En regardant à l'intérieur de moi, dans mon cœur et dans ma tête, j'ai découvert mon trésor : le pouvoir de l'Attention.

Narrateur : La nuit est tombée, mais Attentix n'a plus peur. Il a compris qu'il doit d'abord se calmer. Puis il lui faut être actif dans sa tête pour ensuite passer à l'action. Attentix est riche car il vient de trouver en lui le pouvoir de l'Attention. Ce trésor a une grande valeur.

Attentix : Je me sens riche. Je sais que je peux maintenant tout faire avec attention. Grâce à mon trésor et à tout ce que mes amis m'ont appris, je suis prêt pour visiter le pays de l'Attention !

Narrateur : Attentix décide de dormir un peu avant de reprendre sa route. Le lendemain matin, au lever du soleil, il retrouve son chemin. Lorsqu'Attentix arrive près d'Arbremagique, le vieil arbre voit une belle lueur au fond des yeux du jeune garçon. C'est le trésor de l'Attention qui brille. Avant même qu'Attentix lui raconte son aventure, Arbremagique sait que son ami a découvert le trésor qui lui permettra de visiter le pays de l'Attention.

Attentix a bien raison d'être fier de lui.

Maintenant, prends quelques instants pour quitter ton imagination et pour revenir en classe.

Prends le temps de bien t'étirer.