



La citrine

NOVEMBRE 21

Sommaire

- La pierre du mois
- Le rituel du mois : Mandala Coloré
- La récolte
- Dire OUI
- Pour aller plus loin
- Page DUO : Les pépites
- Pour conclure



NOVEMBRE : la CITRINE

- Vertus associées : **énergie, prospérité, confiance en soi, optimisme**
- La citrine est de la couleur du citron. Sa couleur varie en plusieurs nuances : de l'orange le plus clair à l'ocre le plus foncé. La citrine s'obtient en chauffant de l'améthyste!
- Les gisements de citrine se situent essentiellement au Brésil, en Uruguay ou encore à Madagascar.
- C'est une pierre éclatante, qui symbolise la joie et la force. La citrine apporte motivation et richesse.

Autrefois, la citrine protégeait contre les mauvaises influences, les dangers de la nature ainsi que du mauvais œil. Elle est considérée comme une pierre porte-bonheur, qui protège celui qui la porte.

Source : photo 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-novembre-citrine/>

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 « citrine » : nuances de jaune.
- Agencez-les et collez-les dans le mandala.
- Ecrivez autour de votre mandala, une phrase spontanée ou en utilisant l'amorce suivante « **Je rencontre Novembre et il me dit ...** »



La récolte



Réalisez un fond à la gouache diluée ou à l'aquarelle.

Une fois le fond sec, tracez des pépites.



Puis écrivez dans chaque pépites vos fiertés, réussites, belles surprises, gratitudes ou encore vos bons moments correspondants à une période donnée (la journée, la semaine, le mois...).

Respirez,
prenez
conscience
de toutes
ces richesses...

Qui passent
parfois
inaperçues dans
nos journées
très remplies.



“Dire OVI”

- Au milieu d'une page de journal, écrivez « Je dis OUI » en gros.
- Autour, complétez avec vos remarques spontanées, en écrivant, dessinant, etc...



Pour aller un peu plus loin...

- Sur ce thème, je vous invite à la proposition d'Emily Hawkes.
- <https://www.youtube.com/watch?v=Y36--ywhQCw>





La PAGE DUO...

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



Le pot de pépites

- Pendant une balade, ramassez des petits cailloux
- Une fois revenus à la maison, peignez ces cailloux avec de la peinture en or (si vous souhaitez un rendu assez lisse, préférez de la peinture en bombe)
- Au fil des jours, remplissez un pot de pépites pour féliciter votre enfant d'une réussite! Une réussite, une fierté = une pépite
- Appréciez le pot qui se remplit au fur et à mesure! Et pensez à aller l'observer ensemble en cas de doute sur soi... d'une baisse d'estime.



Pour CONCLURE...

- En utilisant la page "trésor" téléchargeable sur mon blog (sous l'article de Novembre), reprenez les mots des vertus associées à la citrine.
- Feuilletez les pages des exercices réalisés et notez les mots qui en découlent, dans quelques autres trésors.
- Avec tous ces mots, faites-en un texte (vous pouvez coller les trésors ou recopier les mots).
- Décorez votre page.





« A bientôt,
au mois de
décembre »

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