

Ecris les mots suivants au bon endroit :

illustration, illustrateur, auteur, éditeur, titre

Le Loup qui apprivoisait Ses émotions

Épisode 1

Il était une fois un loup qui vivait dans une

belle forêt, entouré de tous ses amis. Il s'appelait Loup.

Mais ce loup avait un souci : il était trop émotif.

Joyeux, fâché, triste, excité... il changeait d'humeur à cent à l'heure!

Ainsi, quand Loup était d'humeur joyeuse, il sifflotait, le cœur léger, faisait des blagues, parlait aux arbres... Il était plein d'énergie et plein d'idées pour s'amuser !

« Coucou Joshua! Tu viens à la chasse aux papillons avec moi? » « Hé! Gros-Louis!

Si on faisait un chou géant à la chantilly ? »

Cependant, si quelque chose le contrariait... Ah! Il se renfrognait, explosait et envoyait tout le monde balader!







« Tu dois apprendre à te calmer, Loup », lui dit un jour Maître Hibou, excédé.

« Tu nous donnes le tournis! »



- « Apprendre à me calmer ? Mais pourquoi ? » demanda Loup.
- « Pour être plus serein », expliqua Valentin.
- « Plus cool, quoi! » ajouta Joshua.
- « Mais ne t'inquiète pas, nous allons t'aider :
- l'entraînement Zen commence demain chez moi! »





Le lendemain, Loup se rendit chez son ami.

« Pour contrôler ses émotions.

le yoga, c'est parfait, déclara Joshua. Respire calmement

et fais le vide en toi. »

Joshua enchaîna les positions : Lotus, montagne, pont... et Loup essaya de l'imiter.

Ouh là là ! Ce n'était pas facile, mais

qu'est-ce que c'était rigolo!

N'y tenant plus, Loup éclata de rire.

« On dirait que le yoga ne fonctionne pas avec toi », soupira Joshua.







À l'extérieur, Alfred attendait Loup de pied ferme.

« Rien de tel que le sport pour se défouler », dit-il.

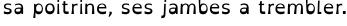
«Je t'ai préparé un parcours spécial "Loup excité" ! Prêt ? » Et il fila comme une fusée.

Derrière lui, Loup courait, sautait, rampait...



Alfred s'arrêta au pied d'un arbre immense. « On se retrouve en haut! » cria-t-il en disparaissant dans les feuillages. Arrivé au sommet, Loup regarda en bas et... sa gorge se serra, son coeur se mit à cogner dans





« Alfred, j'ai موسد! » paniqua-t-il. « Je vais tomber! »

« Calme-toi, Loup, je suis avec toi. On va redescendre ensemble, doucement. »

Loup prit une grande inspiration et, tout tremblant,

il redescendit. « Tu as vaincu ta peur, tu peux être fier

de toi! » le félicita Alfred.

Loup sourit : Ah ça oui, il était fier de lui!

Orianne Lallemand et Eleonore Thuillie





« Tout ceci m'a mis en appétit, se dit Loup. « Cela tombe bien: Gros-Louis m'attend chez lui. » Les pattes pleines de farine, Gros-Louis était avec Louve dans la cuisine.

« Salut Loup », fit Gros-Louis.

« Aujourd'hui, on prépare des macarons.

Pour réussir ces gâteaux délicats, il faut suivre la recette pas à pas et être très patient.

C'est un bon exercice pour toi, n'est-ce pas ? »

À ces mots, Louve éclata de rire. Loup sentit la moutarde lui monter au nez. Il devint tout rouge, tapa du pied et explosa :

« C'est ça, moquez-vous de moi ! » hurla-t-il, très en COLÈRE.

« Je m'en fiche! De toute façon, je n'ai aucune envie de faire des gâteaux idiots avec des idiots! »

« Voyons Loup, que t'arrive-t-il ? » souffla Louve, stupéfaite. Mais Loup était déjà loin, grommelant dans sa barbe et donnant des coups de patte dans les arbres.





Peu à peu, Loup ralentit son

allure, pour finir par

se traîner comme un escargot, le coeur

gros. Autour de lui, tout était devenu

gris. Une larme roula sur sa joue.

« Je n'aurais pas dû m'énerver »,

renifla-t-il. « Louve ne m'aimera plus jamais.

Malheur, c'est moi l'idiot! Comme je suis

triste... »

« Mais qu'est-ce qui arrive à mon super copain ? » fit alors une voix derrière lui. C'était Demoiselle Yéti. En pleurant à chaudes larmes, Loup raconta à son amie ce qui s'était passé. Elle lui fit un gros câlin, puis elle dit : « Ce qui est fait est fait. Maintenant, il faut réparer ta bêtise! » Va voir Louve et Gros-Louis, et excuse-toi. Tu te sentiras beaucoup mieux après.

« Et si Louve ne veut pas me pardonner ? » fit Loup,

inquiet « Qui ne tente rien n'a rien »,

répondit Demoiselle Yéti. « Allez, file! »

Orianne Lallemand et Eleonore Thuillier

Orianne Lallemand et Eleonore Thuillier

Épisode 7





Tout honteux, Loup retourna frapper à la porte de Gros-Louis.

- « Je vous demande pardon, les amis », fit-il.
- « Je ne pensais pas ce que j'ai dit.

Ce n'était pas gentil. »

« Excuses acceptées », sourit Louve.

Loup et Louve se regardèrent, des coeurs plein les yeux...

- « Ah l'amour... » s'émerveilla Gros-Louis, attendri.
- « À table, mes amis, les macarons sont prêts!»

Loup applaudit : il se sentait léger, léger, léger.

Et il était affamé!







Le lendemain, Loup avait rendez-vous chez Valentin.

Quelle activité son ami lui avait-il donc préparée ? En arrivant dans la clairière,

Loup s'arrêta, émerveillé : devant

lui se dressait une cabane

magnifique!

« Je l'ai construite hier », expliqua Valentin.

« Maintenant, c'est à toi d'imaginer ta cabane. Inventer,



tu verras, cela fait un bien fou! »

Plus excité que jamais, Loup disparut dans la forêt. Il revient les bras chargés de branchages et se mit aussitôt à l'ouvrage.

Peu à peu, une drôle de cabane sortit de terre...

« Il ne me reste plus que la porte et

j'ai terminé! » annonça Loup en fin

de matinée.







Loup posa la porte, elle coinça. Il poussa... et BADABOUM! la moitié de la maison s'écroula.

« Tu fais les choses trop vite, Loup », se désola Valentin. Aussitôt, Loup devient tout rouge, tapa du pied et... ... il prit une grande inspiration, fit deux positions de yoga puis, calmement, se remit au travail.

Quand il eut terminé, Loup se frotta les pattes, satisfait.

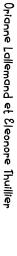
- « Youhou les amis, j'ai fini! » appela-t-il.
- « Waouh! » s'exclama Valentin.
- « Ta cabane est incroyable! »
 - « Et tu l'as terminée sans t'énerver », ajouta Maître Hibou.
- « Bravo, Loup! »

« Pour fêter ça, je vous invite tous à goûter

à l'intérieur », sourit Loup.

« À vous l'honneur ! »







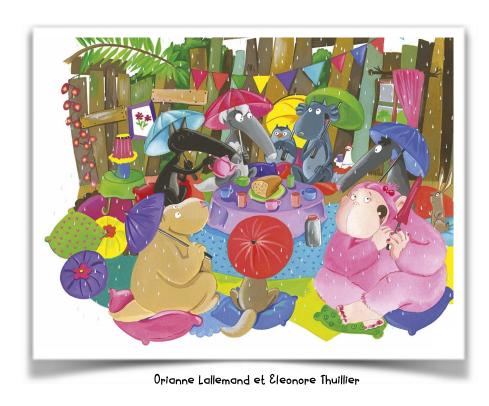
Dans la cabane de Loup, c'était vraiment charmant.

Hélas, ses copains étaient à peine installés que la pluie se mit à tomber...

- « Dépliez les parapluies ! » ordonna Loup, ravi.
- « Vous allez voir comme c'est joli! »

En un instant, la cabane se transforma en arc-en-ciel géant.

- « Que d'émotions! » applaudit Valentin.
- « Cher Loup, tu nous en fais voir de toutes les couleurs, mais la vie est tellement plus drôle avec toi! »
- « Pour notre super ami », conclut Maître Hibou,
- « Hip, Hip, Hip., HOURRA!»



VAL idées