

La Roue de la Vie

Édition Semis — 3–6 ans



Un guide pour les parents et les jeunes enfants

Fondé sur la Roue de l'Harmonie — l'Harmonisme · harmonism.io

Pour les parents et les éducateurs

Les enfants de trois à six ans apprennent par le rythme, la répétition, le récit et l'expérience incarnée. Introduire la Roue à ce stade ne consiste pas à enseigner un cadre philosophique. Il s'agit de planter le motif — sept sortes de bien que le jeune enfant connaît déjà.

Vous n'enseignez pas l'Harmonisme. Un enfant de cinq ans capable de rester immobile trente secondes et de remarquer ce qu'il ressent a plus de Présence que la plupart des adultes capables de la définir.

Comment utiliser la Roue des Semis

Point du jour : au coucher, montrez la fleur et demandez : « Quelle sorte de bien as-tu eue aujourd'hui ? » A-t-il joué dehors ? Aidé quelqu'un ? Bougé son corps ? Été calme un moment ? Le but est de remarquer, non de noter.

Rythme hebdomadaire : chaque jour peut correspondre librement à un pétale. Le lundi pourrait mettre l'accent sur Corps fort, le mardi sur Nature, le mercredi sur Découvrir. L'enfant absorbe le motif sans avoir besoin de le formuler.

Cadre de récit : nommez ce que font les personnages dans les termes de la Roue : « L'ours aide son ami — c'est le pétale "Aider". » Cela construit les catégories par le récit.

Objet physique : imprimez la roue-fleur, plastifiez-la, accrochez-la au mur. Laissez l'enfant la colorier. Plus la Roue entre par de nombreux sens, plus elle s'enracine profondément.

Ce que recouvre chaque pétale

Pétale	Ce qu'il recouvre
Être tranquille	Moments calmes, respiration, remarquer ses émotions
Corps fort	Sommeil, nourriture, eau, mouvement, hygiène
Mes affaires	Maison, vêtements, jouets, prendre soin de ses affaires
Aider	Tâches ménagères, gentillesse, partage, contribution
Les gens que j'aime	Famille, amis, grands-parents, communication
Découvrir	Questions, histoires, fabriquer des choses, langage
Nature	Plein air, plantes, animaux, eau, ciel, saisons
Jouer	Musique, art, histoires, sport, jeux, aventures

Les sous-roues — votre outil de diagnostic

Voici la Roue de la Vie principale — la fleur que votre enfant verra :

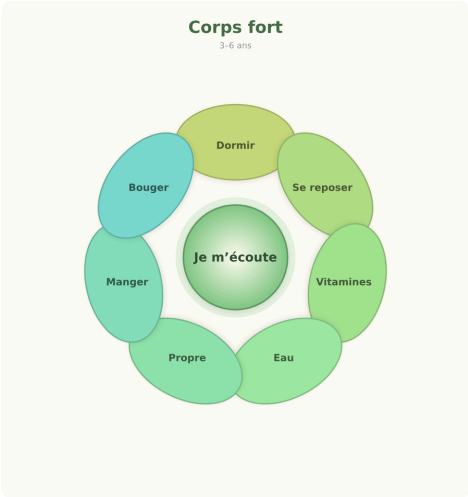


Chaque pétale a sa propre petite roue à sept parties. Vous n'avez pas besoin de les enseigner à l'enfant. Elles existent pour que vous puissiez diagnostiquer ce qui manque. Si le pétale « Corps fort » de votre enfant semble faible, la sous-roue de la Santé vous dit où regarder.

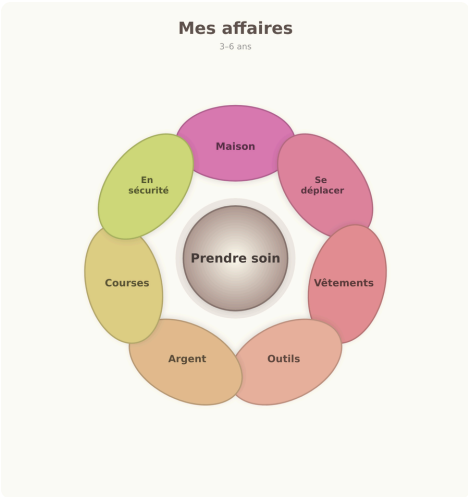
Être tranquille (Présence → Méditation)



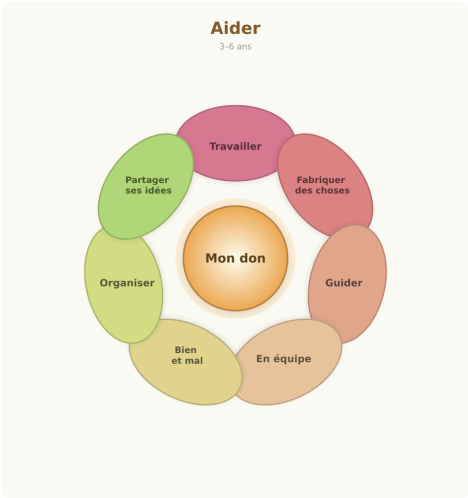
Corps fort (Santé → Moniteur)



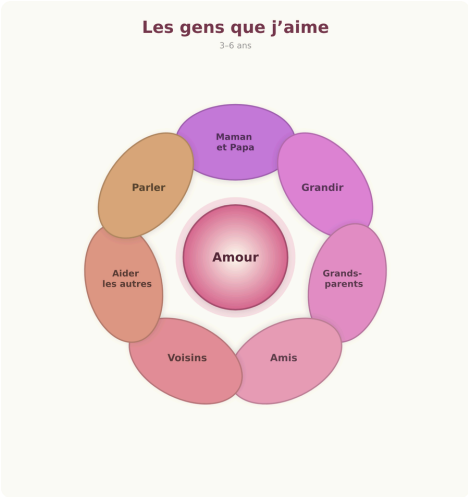
Mes affaires (Matière → Intendance)



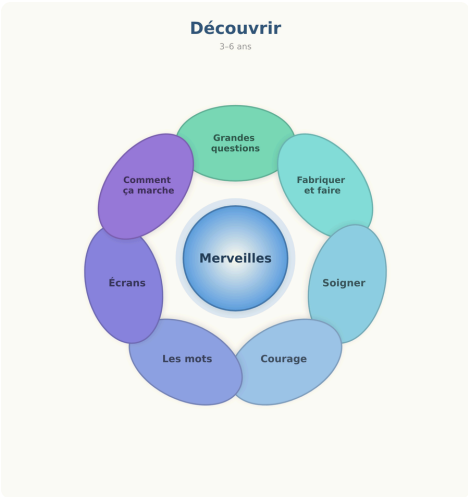
Aider (Service → Dharma)



Les gens que j'aime (Relations → Amour)



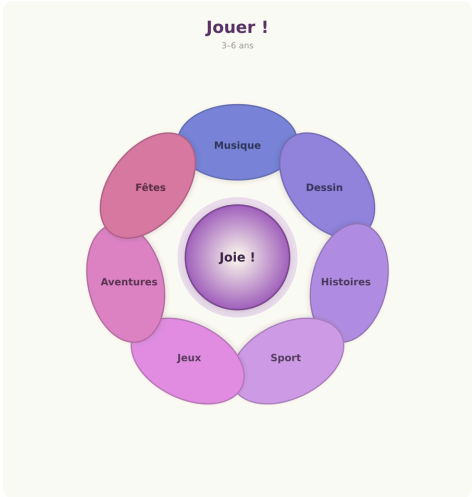
Découvrir (Apprentissage → Sagesse)



Nature (Nature → Révérence)



Jouer (Récréation → Joie)



Pour l'enfant

Ta Roue de la Vie

Tu sais qu'une fleur a des pétales ? Ta vie est comme une fleur, elle aussi. Elle a sept pétales, et chaque pétale est une sorte de bien différente.



Être tranquille — Parfois, tu fermes les yeux, tu respires lentement et tu écoutes, tout simplement. Ce sentiment calme à l'intérieur, c'est le centre de ta fleur.

Corps fort — Bien dormir, boire de l'eau, manger de la bonne nourriture, courir et grimper. Ton corps est ta maison.

Mes affaires — Ta chambre, tes vêtements, ta tasse préférée. Prendre soin de ce que tu as, c'est une façon de dire merci.

Aider — Quand tu mets la table, que tu partages ton goûter ou que tu consoles un ami triste, tu utilises le pétale « Aider ».

Les gens que j'aime — Maman, Papa, les frères, les sœurs, les grands-parents, les amis. Être gentil avec eux fait briller ce pétale.

Découvrir — Demander « pourquoi ? », lire des livres, fabriquer des choses, comprendre comment quelque chose marche. Ton esprit adore découvrir.

Nature — Les arbres, les oiseaux, l'eau, la terre, le ciel. Le monde dehors est vivant et c'est ton ami.

Jouer — La musique, le dessin, les histoires, le sport, les jeux, la danse. Jouer est l'une des choses les plus importantes que tu fais.

Le secret de la fleur

Chaque pétale a besoin de soleil. Si tu ne fais que jouer sans jamais te reposer, tu es fatigué. Si tu restes toujours à l'intérieur sans jamais sortir, tu rates les arbres. Le secret, c'est : un peu de tout, chaque jour. C'est comme ça que la fleur grandit.

Fait partie de l'Harmonisme — harmonism.io