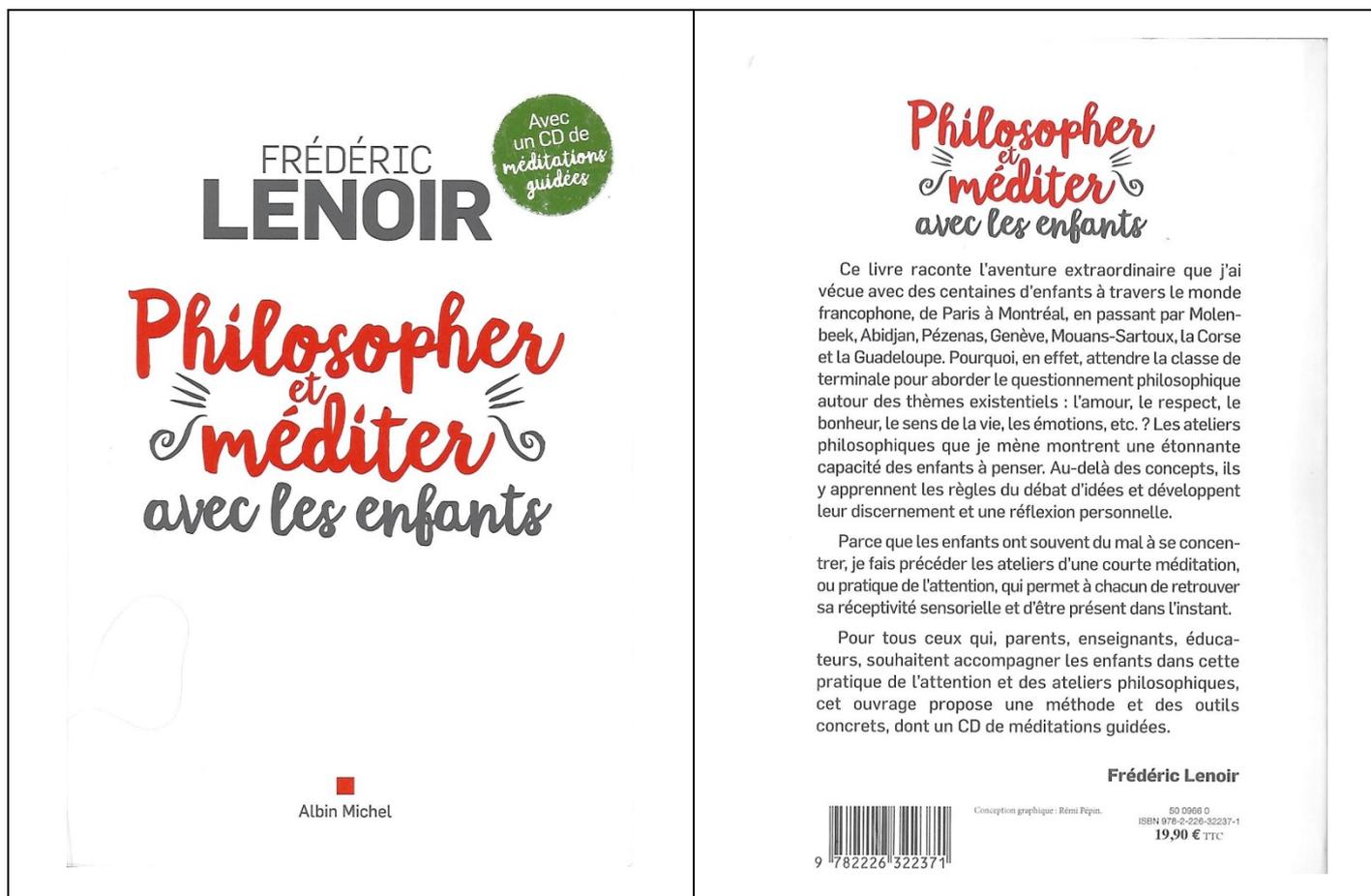


Philosopher et méditer avec les enfants



Nature	Ouvrage imprimé avec CD
Titre	Philosopher et méditer avec les enfants
Auteurs	Frédéric Lenoir
Date de publication	2016
Nombre de pages	269 pages
Pays	France
Editeur	Albin Michel
Lien internet	albin-michel.fr
Lieu de consultation ou mode d'accès	Bibliothèque Maltae

Note argumentaire de la contribution

En marge du questionnaire sur l'habitat du jeune, ce livre explore la capacité des enfants de penser le monde et leur donne une méthode, notamment par la pratique de la méditation, pour approfondir la pensée. Voilà un outil indispensable pour aider les enfants à penser leur environnement et leur habitat et la vie en général.

Pour les enfants qui ont du mal à se concentrer, une courte séance de méditation permet de retrouver sa capacité sensorielle et être présent dans l'instant. Une pratique de la méditation pour une pratique de l'attention permet de s'ouvrir à la philosophie et au questionnement.

« Ce livre raconte l'aventure extraordinaire que j'ai vécue avec des centaines d'enfants à travers le monde francophone, de Paris à Montréal, en passant par Molenbeek, Abidjan, Pézenas, Genève, Mouans-Sartoux, la Corse et la Guadeloupe. Pourquoi, en effet, attendre la classe de terminale pour aborder le questionnement des thèmes existentiels : l'amour, le respect, le bonheur, le sens de la vie, les émotions, etc. ?

Ces **ateliers philosophiques** montrent une étonnante capacité des **enfants de 6 à 10 ans** à penser. Au-delà des concepts, ils y apprennent les règles du débat d'idées et développent leur discernement et une réflexion personnelle. Parce que les enfants ont souvent du mal à se concentrer, je fais précéder les ateliers d'une courte méditation, ou pratique de l'attention, qui permet à chacun de retrouver sa réceptivité sensorielle et d'être présent dans l'instant.

Cet ouvrage propose **une méthode et des outils concrets**, dont un CD de méditations guidées, pour tous ceux qui, parents, enseignants, amis, souhaitent accompagner les enfants dans cette **pratique de l'attention et des ateliers philosophiques** ».

Frédéric Lenoir

Abécédaire

AMOUR - ATELIER - ARGENT - ART - AUTRUI - BEAUTE - BIEN-ETRE - BONHEUR - CORPS ET ESPRIT - DESIR - DEVOIR - EMOTION - ECOLE - EDUCATION - ENFANT - ETRE - GUIDE - HUMAIN - JEUNESSE - LIBERTE - MEDITATION - MORALE - MORT - PHILOSOPHIE - RELIGION - SOCIETE - SPIRILTUALITE - TEMPS - TRAVAIL - VIOLENCE

Sommaire

PROLOGUE

LA PRATIQUE DE L'ATTENTION

De la méditation bouddhiste à la pleine présence

La méditation, mode d'emploi

Pratiquer l'attention avec les enfants

Ce que les enfants et les enseignants en disent

Une méditation audioguidée

LA PRATIQUE DE LA PHILOSOPHIE

Y-a-t-il un âge pour commencer la philosophie ?

La philosophie avec les enfants, un bref état des lieux

Les règles fondamentales et dix recommandations

Quelques témoignages

LES ATELIERS PHILO

Qu'est-ce que le bonheur ?

Qu'est-ce qu'une émotion ?

Qu'est-ce que l'amour ?

C'est quoi un ami ?

L'être humain est-il un animal comme un autre ?

Faut-il répondre à la violence par la violence ?

Quelle est la différence entre croire et savoir ?

Vaut-il mieux être mortel qu'immortel ?

La vie a-t-elle un sens ?

Qu'est-ce qu'une vie réussie ?

VINGT GRANDES NOTIONS EN FICHES

L'amour, l'argent, l'art, autrui, la beauté, le bonheur, le corps et l'esprit, le désir, le devoir, l'émotion, l'être humain, la liberté, la morale, la mort, la religion, la société, le temps, le travail, la vérité, la violence.

EPILOGUE

Qu'est-ce que la méditation ?

Maël, 9 ans : C'est pour se reposer et penser à rien.

Charlie, 9 ans : C'est pour vider son esprit.

Robin, 11 ans, l'ayant déjà pratiquée avec son papa : Quand , on est énervé, on fait le vide pour remettre le compteur des émotions à zéro.

Clara, 9 ans : C'est quelque chose qui calme, on recherche la sérénité.

Quali, 7 ans : C'est quand on fait quelque chose de relaxant.

Maroua , 8 ans : ça sert à être zen.

Péniel, 9 ans : C'est se concentrer sur l'esprit, ne pas se faire déranger.

Marie, 9 ans : C'est avoir du temps pour réfléchir à quelque chose.

Louise, 10 ans : Il faut respirer et penser à des choses... enfin, il faut penser à rien en fait !

Marius, 9 ans : C'est un peu un médicament contre le stress.

Enzo, 10 ans : Tu t'assieds, tu te concentres et tu médites.

Texane, 9 ans : Quand tu médites, c'est pour tout oublier.

Noémie, 10 ans : C'est quand ton corps il dort, mais toi t'es réveillé.

Pénélope, 9 ans : C'est pour mieux travailler.

Qu'est-ce que la philosophie ?

Louis, 9 ans : C'est aimer réfléchir.

Ninon, 9 ans : C'est réfléchir à comment la vie pourrait être mieux.

Louise, 9 ans : C'est quelque chose pour arriver à pousser sa pensée pour réfléchir.

Adam, 9 ans : C'est avoir des idées pour rendre le monde meilleur.

Inoa, 10 ans : C'est réfléchir sur le sens de la vie.

Jocelyne, 10 ans : C'est adapter sa pensée avec les idées des autres.

Adil, 9 ans : C'est se poser des questions sur tout.

Alice, 9 ans : C'est partager les avis, mais c'est aussi la vie en général. Vivre tous les jours c'est faire le da philo.



**"Coopér'actif - habiter ensemble, autrement demain"
Projet Erasmus+ 2018-1-FR01-KA201-048236**

*"Ce projet a été financé avec le soutien de la Commission européenne.
Cette publication (communication) n'engage que son auteur et la Commission n'est pas responsable
de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues."*