

# La petite étoile qui brille dans la nuit

Histoire réaliste • 3/4 ans



## Partie 1 : La découverte

Un soir, alors que le soleil se couchait doucement, une petite fille nommée Léa se préparait à aller au lit. Elle portait son pyjama rose préféré et était prête à se glisser sous ses draps chauds et douilletts. Mais quelque chose l'inquiétait : la peur du noir.

« **Chérie, il est l'heure d'aller au lit** », dit sa maman en entrant dans sa chambre.

Léa fronça les sourcils et demanda timidement : « **Maman, est-ce que tu peux laisser la lumière allumée ? J'ai peur du noir.** »

Sa maman sourit gentiment et lui répondit : « **Bien sûr, ma chérie. Mais je vais te raconter une histoire qui t'aidera à comprendre pourquoi tu ne devrais pas avoir peur du noir.** »

Léa s'assit sur son lit, les yeux grands ouverts, prête à écouter l'histoire de sa maman.

## Partie 2 : L'histoire de la petite étoile

Il y a très longtemps, dans un ciel étoilé, se trouvait une petite étoile nommée Stella. Elle était la plus timide de toutes les étoiles et avait peur de briller trop fort. La nuit, elle restait cachée derrière les nuages.

Un jour, Stella rencontra Luna, la Lune bienveillante. Luna était la gardienne des étoiles et elle voyait tout. Elle remarqua la tristesse de Stella et lui demanda pourquoi elle se cachait.

« **J'ai peur de la noirceur de la nuit** », répondit Stella d'une voix timide. « **Je ne veux pas briller trop fort et attirer l'attention.** »

Luna sourit doucement et dit à Stella : « **Ma chère, tu es si spéciale. Tu brilles d'une lumière unique et tu peux apporter joie et bonheur à ceux qui te regardent. Ne laisse pas la peur t'empêcher de partager ton éclat avec le monde.** »

Stella réfléchit à ces paroles et décida de surmonter sa peur. La nuit suivante, elle brilla de toutes ses forces et illumina le ciel. Les enfants qui la regardaient depuis la Terre étaient émerveillés par sa beauté.

## Partie 3 : La petite étoile qui rassure

Léa écoutait attentivement l'histoire de sa maman, les yeux brillants d'excitation.

« **Et sais-tu quoi, ma chérie ?** » dit sa maman en souriant. « **Nous sommes comme Stella, les étoiles. Même si le noir peut sembler effrayant, il y a de belles choses qui se cachent dans l'obscurité.** »

Léa réfléchit un instant, puis demanda : « **Comme quoi, maman ?** »

« **Comme les étoiles dans le ciel, qui brillent si joliment** », répondit sa maman. « **Et également les histoires que nous lisons ensemble, les rêves magiques que nous faisons la nuit, et même le calme réconfortant qui nous enveloppe quand nous dormons.** »

Léa sourit et dit : « **Alors je vais essayer de ne plus avoir peur du noir, maman.** »

Sa maman l'embrassa doucement sur le front et dit : « **Je suis si fière de toi, ma chérie. Le noir peut être un ami, il suffit d'apprendre à l'appivoiser.** »

Depuis ce jour-là, Léa n'avait plus peur du noir. Elle avait compris que dans l'obscurité, il y avait de la beauté et de la magie à découvrir. Et chaque soir, quand elle se glissait sous ses draps, elle se sentait en sécurité, entourée de l'amour de sa maman et de la douceur de la nuit.

## Le quizz : as-tu bien compris l'histoire ?

### 1) Qu'est-ce qui inquiétait Léa ?

- La peur du noir
- La peur des araignées
- La peur des clowns
- La peur des chiens

### 2) Quelle était la couleur du pyjama préféré de Léa ?

- Rose
- Bleu
- Vert
- Jaune

### 3) Quelle était la peur de Stella, la petite étoile ?

- La peur de briller trop fort
- La peur des ombres
- La peur des étrangers
- La peur du vide

### 4) Qui a encouragé Stella à surmonter sa peur ?

- Luna, la Lune bienveillante
- Léa, la petite fille
- Le soleil
- Un oiseau

### 5) Que représente le noir pour Léa ?

- Le calme réconfortant
- La tristesse
- La peur
- La solitude

### Bonnes réponses :

1) La peur du noir 2) Rose 3) La peur de briller trop fort 4) Luna, la Lune bienveillante 5) Le calme réconfortant

## Glossaire : les mots compliqués de l'histoire

**Timidement:** Avec timidité, de manière hésitante

**Douillets:** Confortables

**Briller:** émettre de la lumière

**Obscurité:** L'absence de lumière

**émerveillés:** Remplis d'admiration et de fascination

**Réconfortant:** Qui apporte du réconfort, du confort