



Lea Arragon

Faustine et ses
mains magiques

Ecrit et illustré par Léa Arragon.
www.leaarragon.net

Dépôt légal : Février 2026
ISBN : 979-10-983847-0-7

Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction, totale ou partielle, pour quelque usage, par quelque moyen que ce soit, réservés pour tous pays. L'auteur est seul propriétaire des droits et responsable du contenu de ce livre. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayant cause, est illicite et constitue une contrefaçon, aux termes des articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Loi n°49-956 du 16 juillet 1949 sur les publications destinées à la jeunesse.

Achévé d'Imprimé en France, en DATE 2026, par :
The Book Edition 630 rue des BOURRELIERS ZAC de Moulin-Lamblin 59230
Hallennes-Lez-Haubourdin-france

**Puisse chaque adulte devenir
l'incarnation même de ce qu'il
souhaite transmettre aux enfants
de ce Monde.**

**Ils sont les graines qui construiront
l'humanité de demain.**

Bienvenue !

Tout au long de cette histoire, Faustine va te confier un secret merveilleux. Saches que ce secret habite aussi ton cœur, et que tu peux le faire briller à tout moment.



Faustine, petite fille curieuse au cœur rempli de joie et d'imagination, sensible au monde qui l'entoure, joue paisiblement dans son jardin.





Autour d'elle, la nature chuchote ses merveilles : les couleurs dansent, les odeurs s'envolent. Elle observe les insectes, suit le vol léger des papillons et contemple les arbres, parés de leurs plus belles feuilles.

Soudain, les rayons du soleil viennent caresser sa peau.



Faustine ressent alors une douce chaleur, comme un secret lumineux, naître au creux de ses mains.

Plus le soleil dépose sa lumière dorée, plus cette chaleur grandit, douce et rassurante, nichée dans ses petites paumes.



Émerveillée, Faustine découvre une lumière pure, étincelante et rayonnante.

Dans cette clarté magique, ses yeux aperçoivent de minuscules étoiles, scintillant comme des poussières tout autour de ses mains.





Le cœur rempli de joie, désireuse de comprendre ce mystère, Faustine se met à courir.

Sa curiosité la guide jusqu'à sa grand-mère, qui tricote tranquillement dans le salon, bercée par le calme de la maison.



**« Mamie, mamie ! » s'écria Faustine en accourant.
« Regarde la belle lumière qui danse dans mes mains ! »**




Sa grand-mère leva les yeux de son tricot et sourit tendrement.

« Tes mains sont très lumineuses, ma chérie, comme deux petits soleils. »

« Mamie, à quoi sert toute cette lumière et cette douce chaleur que je sens couler hors de moi ? »






Sa grand-mère se pencha vers elle et lui chuchota, comme un secret précieux :

« Cette lumière est une énergie. Un cadeau merveilleux qui t'a été transmis. Tout le monde peut la ressentir, mais beaucoup l'ont oubliée. »

« Si tu apprends à en prendre soin, ce cadeau lumineux pourra semer beaucoup de bien autour de toi. »



**Les yeux brillants de curiosité, Faustine demanda :
« Mamie, comment puis-je apprendre à l'utiliser pour faire du bien autour de moi ?**



« Ma chérie, ferme doucement les yeux », répondit-elle avec douceur.

« Demande à ton cœur de te montrer comment offrir au monde toute cette énergie lumineuse qui te traverse. »



Alors Faustine ferma les yeux et laissa les images venir à elle, comme des rêves éveillés. Elles lui montrèrent comment ce précieux cadeau pouvait éclairer, réchauffer et apaiser tout autour d'elle.














Le cœur rempli de joie, elle raconta à sa grand-mère tout ce qu'elle venait de découvrir.




Alors sa grand-mère lui dit,
d'une voix pleine de
douceur :

« Ma chérie, pour utiliser
cette énergie autour de
toi, il y a une chose très
importante que tu dois
connaître.

Toute cette lumière qui
passe dans tes mains est
envoyée par ton cœur,
lui-même relié au cœur
de l'Univers. »





« Il est essentiel que ton cœur soit rempli d'amour lorsque tu souhaites partager cette douce énergie autour de toi. En offrant cette énergie lumineuse, c'est une parcelle du grand Amour de l'Univers que tu transmets. »



« Souviens-toi, ma chérie : c'est l'Amour de l'Univers qui sait comment cette énergie doit agir pour l'être à qui tu la transmets. Elle suit son propre chemin et offre exactement ce qui doit être donné, ni plus ni moins. Toi, tu n'as rien à forcer, rien à décider. Tu as simplement à être présente, le cœur ouvert, et à ressentir de la gratitude devant la beauté de ce doux processus. »



« En restant attentive à la connexion avec les ressentis de ton cœur, tu seras reliée au monde invisible. Tous travaillent avec toi pour transmettre cette énergie qui te traverse. »



« Garde en tête une chose précieuse : ne l'offre jamais à quelqu'un qui ne le souhaite pas. Si une personne n'est pas d'accord pour recevoir cette belle lumière, respecte son choix. »





« Dans ces moments, ce que tu as le droit de faire, c'est d'envoyer une prière d'Amour et de Lumière directement depuis ton cœur. »

Faustine, rayonnante après avoir reçu ces sages conseils de sa douce grand-mère, alla s'entraîner à partager toute cette belle lumière qu'elle brûlait d'envie de diffuser autour d'elle.



En sortant dans le jardin, Faustine aperçut le chien des voisins, qui boitait doucement, la patte blessée.

Alors, une tendre Lumière rose s'échappa de ses mains, comme une caresse, pour envelopper le petit chien de tout son Amour.




La plante du jardin, qui commençait doucement à se faner, avait elle aussi besoin d'un peu d'énergie d'Amour pour retrouver sa beauté et sa vitalité.





Quelques jours plus tard, à l'école, Faustine aperçoit sa copine, toute triste d'avoir oublié son doudou. Elle se rappelle alors qu'elle peut lui offrir un peu d'Amour depuis son cœur pour lui apporter du réconfort.



En pleine nature, Faustine joue près des pierres du chemin.

Elle découvre alors un doux secret murmuré par la Terre : même auprès d'elles, elle peut ressentir leur énergie tranquille et partager un tendre échange de Lumière.



Faustine découvre alors un merveilleux secret : plus elle laisse sa Lumière et son Amour se répandre autour d'elle, plus son cœur se gorge de douceur, et plus ce précieux pouvoir qui coule à travers ses petites mains grandit en elle.



FIN

A toi de jouer !

Aimerais-tu t'entraîner à offrir de la
Lumière et de l'Amour, et à faire grandir ce
pouvoir au creux de tes mains ?



Sentir l'énergie des plantes / arbres

Place doucement tes mains près de la feuille d'une plante ou du tronc d'un arbre.

Pose ton attention et ta concentration dans le creux de tes mains.

Reste attentif·ve à ce que tu ressens :
de la chaleur ou de la fraîcheur,
de légers picotements,
ou toute autre sensation subtile.

Prends le temps d'observer, sans jugement, simplement avec curiosité et douceur.

Apaiser une petite douleur

Lorsque tu ressens une douleur quelque part, commence toujours par prévenir un adulte.

Ensuite, tu peux poser doucement tes mains sur l'endroit qui te fait mal. Avec toute ton imagination, visualise une belle lumière transparente et lumineuse qui naît dans ton cœur. Elle descend lentement le long de tes bras pour sortir par tes mains.

Laisse alors cette lumière se diffuser doucement sur la douleur et tout autour. Elle rayonne, elle apaise.

À mesure qu'elle se répand, imagine que la douleur s'adoucit, puis disparaît peu à peu.

Visualise la zone qui te faisait mal complètement guérie, calme et détendue.

Quand tu sens dans ton cœur que la lumière a terminé son travail pour t'aider, tu peux t'arrêter doucement... et la remercier.



Faustine, une petite fille sensible au Monde qui l'entoure, découvre un jour une douce lumière qui naît dans ses mains. Émerveillée et curieuse de cette découverte mystérieuse, elle reçoit l'aide de sa grand-mère pour comprendre le cadeau précieux que l'Univers lui a transmis.

Elle découvre que cette Lumière doit être partagée avec amour, respect et bienveillance, toujours en écoutant son cœur et en respectant les autres.

Elle commence alors à apprivoiser ce don merveilleux, prête à semer autour d'elle un peu de la lumière et de l'amour de l'Univers.

Belle lecture ♥

Lea Arragon