

# **Emma**

**A la découverte  
du monde de Joya**

Seconde édition

© 2018 Editions BYNJ pour la présente édition

Tous les droits réservés à l'international.

Reproduction, même partielle, interdite.

Dépôt légal : mai 2018

ISBN : 979-10-94799-09-3

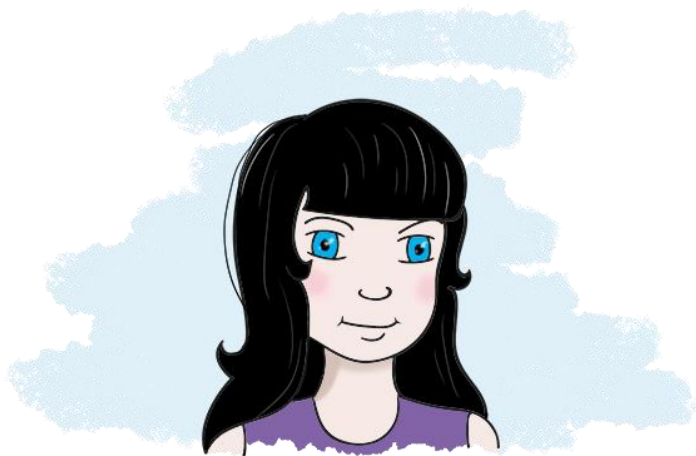
Loi 49-956 du 16 juillet 1949 sur les publications  
destinées à la jeunesse.

Nadine Bach-Jockers

# Emma, à la découverte du monde de Joya



Editions BYNJ



*Il était une fois, dans un monde répondant au doux nom de Joya, un univers où régnaient la paix, le bonheur et la joie d'aussi loin que je m'en souviens.*

*Ce monde était peuplé de fées, d'elfes et de personnages tous aussi merveilleux les uns que les autres. Leur monde encore inconnu pour beaucoup d'autres, avait réussi à garder ses traditions où les règnes végétal et animal étaient respectés, ils y apprenaient dès leur plus jeune âge à y vivre en harmonie, car ils savaient à quel point il est important d'en prendre soin, pour eux comme pour les générations futures.*

## **Je vais vous raconter l'histoire d'Elana, petite fée de la forêt.**

Malgré son jeune âge, elle en connaissait déjà beaucoup sur la nature et les animaux. Ses parents lui avaient appris à en prendre grand soin, car comme le disait souvent son père Édouard :

« Sans Notre Terre Gaïa, nous ne serions pas là, et si nous souhaitons y vivre encore longtemps en bonne santé, il faut prendre soin d'elle. »

Joya était un monde où il était agréable de vivre, ses habitants ne connaissaient pas la peur, la crainte ou la jalousie, tout était harmonie. Les gens s'entraidaient, ils vivaient de leurs récoltes et ils savaient prendre du temps pour leur bien-être.

Cette histoire commença un matin.  
À mon réveil, je me retrouvai dans une prairie – *magnifique* - mais qui m'était complètement inconnue. Je n'avais aucun souvenir.

Comment étais-je arrivée là ?  
Vous êtes curieux ?  
Un peu de patience,  
vous aurez bientôt la réponse.

Ne comprenant pas ce qui était en train de se passer, je parcourus cette prairie de tous les côtés, encore et encore...

Puis tout à coup, j'entendis une voix toute douce me demander :

— Bonjour, qui êtes-vous ? Je ne vous ai jamais rencontrée par ici. Je m'appelle Elana, me dit-elle en souriant.



Surprise de cette rencontre, alors que je me posais encore beaucoup de questions sur ce qui c'était passé, je lui répondis :

— Bonjour, je m'appelle Emma. Où suis-je ?

Elle fut étonnée de ma réponse.

— Vous êtes dans la contrée de Bee. Ici nous élevons les abeilles et prenons soin d'elles afin qu'elles pollinisent les fleurs, les arbres et les plantations, pour avoir de belles récoltes. Vous venez de quelle contrée ?



— Je ne suis pas d’ici, lui dis-je d’une voix effondrée. Je ne connais pas ce monde. Je viens d’un monde bruyant où il n’y a presque plus de végétation ni d’animaux. L’air y est pollué et notre terre est en train de mourir. Rien à voir avec ici.

Elana, très étonnée par ce que je venais de lui dire, me proposa de la suivre jusque chez elle à quelques pas de là.

Avec une grande gentillesse, ses parents me proposèrent de m’héberger jusqu’à ce que je puisse rentrer chez moi. C’est ainsi que je découvris ce monde enchanté.

Le lendemain matin, j’accompagnai Elana dans un champ. Il faisait bon, il faut dire que nous étions en plein été. Le soleil brillait, l’air était chaud et agréable, nous prenions une grande bouffée d’air... *c’était magique ...*

Nous n’étions pas seules, d’autres enfants étaient dans le champ avec nous.

Elana m’apprit que tous les matins, elle venait dans ce champ pour faire quelques exercices de respiration consciente et de yoga, tout comme





ses parents qui y allaient avant d'aller travailler. C'était une pratique quotidienne dans ce monde. Tout être est relié, et c'est sans doute cela qui fait que ce monde est en paix et si beau. Les gens sont en bonne santé grâce au yoga qui est un sport doux. Il améliore la mobilité et la souplesse de son corps, apportant un grand confort de vie tout en nous recentrant sur le moment présent afin de savourer chaque instant.

Après une petite heure d'exercice je me sentais beaucoup mieux, je me sentais reposée et bien dans mon corps, le stress de ne pas être chez moi avait disparu, je savourais cet instant. Nous étions là, allongées sur l'herbe depuis quelques minutes, les yeux fermés.



Un sentiment de bien-être m'enveloppait, je me sentais en harmonie avec tout ce qui m'entourait. Je sentais l'herbe en contact avec ma peau, les papillons, les abeilles qui volaient près de moi et le doux bruit de leurs ailes. Les fleurs qui se balançaient tendrement au gré du vent et partageaient avec nous leurs délicieux parfums. Je ne sais pas comment vous l'expliquer, le mieux serait que vous essayiez quelques exercices pour comprendre.

**Jetez un petit coup d'œil à la fin de cette histoire, et découvrez quelques-uns des exercices que j'ai faits avec Elana.**

Après ce moment inoubliable, nous sommes retournées chez elle pour prendre un petit déjeuner afin de prendre des forces pour continuer la journée.