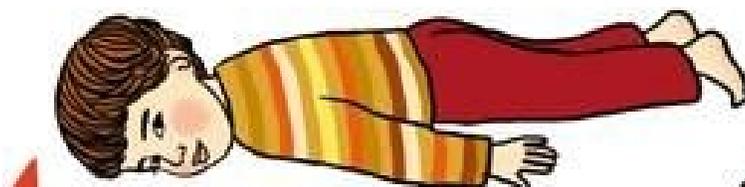


# LE LION QUI RUGIT

Ça fait du bien !

En contractant tous tes muscles,  
et en poussant un rugissement,  
tu évacues l'énervernement  
et tu retrouves ton calme.



**1** Tu es allongé sur le ventre,  
la tête posée sur le côté,  
les bras le long du corps,  
tu es en train de te reposer.



**2** Soudain, tu entends un bruit :  
alors tu pousses sur tes mains  
et tu redresses ton buste bien haut.  
C'est toi, le roi des animaux !



**3** Le regard fier,  
les yeux bien ouverts,  
tu ouvres grand la bouche...  
Et – RROARRR ! – en expirant,  
tu rugis comme un lion !



**4** Maintenant que toute ta colère  
est sortie de ton corps,  
tu te reposes à terre. Quel réconfort !