

« Η παλέτα των συναισθημάτων »

Αφηγητής 1:

Είναι η ζωή γεμάτη χρώματα
που αν τα ταιριάξεις στον καμβά
έργα θαυμαστά θα φτιάξεις
που θα τα θαυμάζουν μεγάλοι και παιδιά!

Αφηγητής 2:

Θα τα βρουν στην πινακοθήκη.
Θα τα κοιτούν μπροστά τους
και θα κάτσουν
και συναισθήματα πολλά
θ' αλλάξουν!

Πίνακας Φόβος:

Ο Μουνκ στον πίνακα αυτό
εκφράζει φόβο, τρόμο, πανικό!
Σίγουρα το νιώθεις κι εσύ
και ακούς και την «Κραυγή».....

Και οι δύο αφηγητές μαζί:

Για φαντάσου.....ο φόβος

να ζωντάνευε μπροστά σου.....

Ομάδα Φόβος

Ο φόβος αν μας πνίγει
λέμε στην καλή την σκέψη
κοντά μας να πετάξει
και ό,τι μας φοβίζει
να' ρθει και να τ' αλλάξει.

Όταν σε άνθρωπο δικό μας
για το φόβο μας μιλάμε
ξελαφρώνει η καρδιά μας,
παίρνουμε δύναμη, πετάμε!

Φεύγει εκείνος μας ο φόβος
και το ξέρει η καρδιά μας
πως είναι και ο φόβος
ένα από τα συναισθήματά μας.

Ο φόβος δεν έχει φτερά
δεν μπορεί να πετάξει ψηλά
είναι μόνο μια μικρή σκιά
που με το φως εξαφανίζεται και πάει μακριά.

Με το χαμόγελο και το φως
κανένας φόβος δεν είναι δυνατός
στην καρδιά μας πάντα χαρά
και ο φόβος πάει μακριά.

Ο φόβος είναι φυσικός
μα το θάρρος είναι επιλογή
με πίστη στον εαυτό μας
ξεπερνάμε κάθε δύσκολη στιγμή.

Ο φόβος μπορεί να μας κρατά
όμως, με τους φίλους μας κοντά
με θάρρος και αγάπη στην καρδιά
στη ζωή προχωράμε μπροστά.

Το φόβο μας αντιμετωπίζουμε
με τους φίλους μας παρέα δε λυγίζουμε
όταν τραγουδάμε και ελπίζουμε
το φόβο μας εξαφανίζουμε.

Ας κρατήσουμε το θάρρος μας
και ας προχωρήσουμε μπροστά
με γενναιότητα κι ελπίδα
θα καταφέρουμε στη ζωή πολλά.

Όλοι μαζί με φίλους και χαρά

δε φοβόμαστε καθόλου πια
και το σκοτάδι φεύγει μακριά
όταν το φως γεμίζει την καρδιά.

Πίνακας Λύπη:

Ο ζωγράφος ο Broglin
στον πίνακα αυτό,
ζωγράφησε ένα δάκρυ να κυλάει
απ' των ματιών την άκρη!

Και οι δύο αφηγητές μαζί:

Για φαντάσου.....η λύπη

να ζωντάνευε μπροστά σου.....

Ομάδα λύπης

Σήμερα δεν έπαιζα, δεν γελούσα,
μόνο καθόμουν, σκεφτόμουν και σιωπούσα.
Ήταν μέρα συννεφιασμένη
με την ψυχή μου λυπημένη!

Είναι ένα συννεφάκι μικρό και γκρι
που κρύφτηκε μες την καρδιά μου τη μικρή.
Σαν σταγόνα από βροχή κυλά ένα δάκρυ στη στιγμή.
Μα δεν μου αρέσουν οι βροχές
και έτσι ξεκίνησα τις προσευχές.
Το σύννεφο έγινε ροζ και απαλό
και έφυγε μακριά στον ουρανό τον φωτεινό.

Η λύπη ήρθε σιγά σιγά
όταν ήθελα παρηγοριά.
Μα κατάλαβα πώς δεν ήταν εχθρός, ούτε σκοτεινιά
ήταν μια στάση στην καρδιά.

Γιατί και η λύπη με βοηθά!
δεν μιλά πολύ, μα μ'ακούει σωστά
για να μάθω, να νιώσω, να πάω μπροστά!
Να γίνει ουράνιο τόξο με χρώματα πολλά
που ταξιδεύουν τη χαρά!

Μια μελαγχολία στην καρδιά,
έρχεται ήσυχα και σιγανά.
Δεν φωνάζει, δεν μιλά
αλλά κάθεται δίπλα μου απαλά.

Όταν έρχεται η μαμά
και μ'αγκαλιάζει τρυφερά
η λύπη δεν υπάρχει πια.
Και μόλις μου πει
«ΣΕ ΚΑΤΑΛΑΒΑΙΝΩ»
φως γεμίζει η ματιά
και η λύπη φεύγει μακριά!

Και σαν ξυπνώ το πρωινό
νιώθω στην καρδιά μου φως καθαρό!

Όταν έρχονται οι φίλοι και ρωτούν «τι έχεις εσύ;»
τους λέω έχω λύπη στην ψυχή.
Τότε αυτοί με φιλούν, μου δίνουν το χέρι και λέω....
Να που η μέρα αλλάζει, γίνεται μέλι!!

Γιατί όταν μοιράζεσαι αυτό που πονά
η λύπη μικραίνει, πάει μακριά,
γίνεται ήλιος φωτεινός
που απλώνει τη χαρά
στη θλιμμένη τη ματιά!!

Πίνακας Χαρά:

Δες!!! Στον πίνακα αυτό

το κέφι και η χαρά

Χορεύουν με ανεμελιά!

Και οι δύο αφηγητές μαζί:

Για φαντάσου.....η χαρά

να ζωντάνευε μπροστά σου.....

Ομάδα χαράς:

Το πρωί σαν ξυπνώ

η χαρά μου λέει «Γεια»! με χαμόγελο απαλό.

Πηδά πάνω στο κρεβάτι, γελά δυνατά και μου λέει

«Ξεκινά η μέρα λαμπερά»!

Όταν έχω χαρά

Νιώθω μέσα μου φως και ζεστασιά.

Η μέρα γεμίζει με μουσική

Και λάμψη μαγική.

Όταν γελώ, γελά κι αυτή.

Η χαρά είναι φίλη μου μοναδική.

Βρίσκεται στη μυρωδιά
από ζεστά μπισκότα
και στ'αθώα μυστικά
που λένε τα παιδιά!

Είναι το χρώμα μιας ζωγραφιάς
το μπλε της θάλασσας
το ροζ της καρδιάς.

Η χαρά μοιάζει σαν ουράνιο τόξο.
Που δείχνει πώς μετά από τη βροχή,
έρχεται πάντα ελπίδα και χαμόγελο μαζί

Το κόκκινο λέει: «Ζήσε με πάθος»
το πορτοκαλί: «Χόρεψε δίχως λάθος»
και το κίτρινο τρελά γελά
όπως, όταν κάνουν αστεία τα παιδιά.

Μπορεί να είναι μια λέξη μικρή
ένα «Ευχαριστώ» ή
ένα «Σ'Αγαπώ πολύ»!
Η μικρή χαρά δεν θέλει φωνές
μόνο καρδιές ανοιχτές.

Η χαρά κρύβεται στο γέλιο
και στην αγκαλιά.
Δεν φωνάζει, δεν ζητά πολλά
μα όταν την βρεις, γελάει η καρδιά!

Πίνακας Ντροπή:

Το παιδί με την ντροπή
πόσα ήθελε να πει!
Κρύβεται και δεν μιλά.
πίσω απ' το μαντήλι βρίσκει σιγουριά.

Και οι δύο αφηγητές μαζί:
Για φαντάσου.....η ντροπή
να ζωντάνευε μπροστά σου.....

Ομάδα Ντροπή

Όταν νιώθουμε ντροπή
κοκκινίζουμε πολύ
ζέστη νιώθουμε αρκετή
σαν να είμαστε άρρωστοι πολύ.

Η καρδιά μας μας μιλά
σαν ψίθυρος μες στη σιγαλιά
να μην μιλήσουμε μας φωνάζει
και η καρδούλα μας τρομάζει.

Μικρό το βλέμμα μας κρυφά
ψάχνει να κρύψει τα σωστά

σαν κάνουμε λάθος ή μπερδευτούμε
θέλουμε σε σύννεφο να μπούμε.

Τικ τακ η καρδιά μας κάνει
και θέλουμε να κρυφτούμε
πίσω από τη μαμά μας
την ησυχία μας να βρούμε.

Σαν ήρθαμε πρώτη μας φορά
στην τάξη με πολλά παιδιά
νιώσαμε μέσα μας κρυφά
λίγη ντροπή μες στην καρδιά.

Μα η κυρία μας, μας κοίταξε τρυφερά
χαμογέλασε γλυκά
μην ανησυχείτε μας είπε απαλά
όλοι νιώθουμε έτσι συχνά.

Αν όμως, δεν ντραπούμε,
νιώθουμε ελεύθεροι να τραγουδούμε,
να λάμπουμε, να χαρούμε
σαν τα αστέρια φεγγοβολούμε.

Με φίλους νιώθουμε δυνατοί
χαρούμενοι και φωτεινοί
παίζουμε και προχωρούμε

μαθαίνουμε με χαρά να ζούμε.

Γιατί η φιλία στην καρδιά
είναι αστέρι που σκορπά
φως, χαμόγελα, ζεστασιά,
ουράνια τόξα και χαρά.

Στο σχολείο μας γελάμε,
είμαστε φίλοι και τραγουδάμε.
Οι φίλοι είναι θησαυρός
Κι ο κόσμος μοιάζει μαγικός.

Πίνακας Θυμός:

Ο Ντζελούλ Μερχάμπ, στον πίνακα αυτό
μας δίνει, τον θυμό που νιώθει το παιδί
όταν χάνει στο παιχνίδι.

Και οι δύο αφηγητές μαζί:
Για φαντάσου.....ο θυμός
να ζωντάνευε μπροστά σου.....

Ομάδα Θυμός:

Τι με κάνει και θυμώνω,
αλήθεια δεν καταλαβαίνω.
Το μόνο που ξέρω να σας πω

γίνομαι ηφαίστειο,

έτοιμο να εκραγώ!

Μοιάζω πυροτέχνημα φωτεινό,

έτοιμο στη φωτιά να μπω.

Ίσως και ταύρος που βγάζει καπνούς

από τα ρουθούνια του πυκνούς!

Όταν θυμώνω, μοιάζω με μπαλόνι!

Φουσκώνω, φουσκώνω

και αντί να ξεφουσκώνω

ΜΠΑΜ!!!! Σκάω σαν κανόνι!!

Όλα μου φταίνει μη ρωτάς το γιατί,

μου φταίει ακόμα και η μουσική.

Μοιάζω με βράχο όταν έχω θυμό

Είμαι βαριά, σκληρή,

δεν συγχωρώ!!

Δεν είναι κακό να θυμώνεις λιγάκι.

Μα μην το αφήσεις και γίνει καρφάκι.

Μπορείς να μιλήσεις, να κάνεις μια βόλτα

και τότε το τέρας φεύγει από την πόρτα!

Μια μπαλίτσα έχω μικρή
Είναι ο θυμός μου που πάει να βγει.
Τη ρίχνω ψηλά, τη ρίχνω χαμηλά
Και έτσι η καρδιά μου ξαναγελά.
Δεν χρειάζεται φωνές και καβγά
Λίγη κίνηση και χαρά είναι αρκετά.

Μέτρα ως το 10,
πάρε μιαν αναπνοή
και ο θυμός σου δεν θα έχει
πια φωνή!

Πίνακας Αγάπη:

Ο Πικάσο την αγάπη
ζωγράφισε σαν περιστέρι,
που το κρατά τρυφερά
το παιδάκι αυτό, στο χέρι.

Και οι δύο αφηγητές μαζί:

Για φαντάσου.....η αγάπη

να ζωντάνευε μπροστά σου.....

Ομάδα Αγάπη

Η αγάπη είναι λουλουδάκι
μες στον κήπο της καρδιάς σου
δίπλα στα άλλα λουλουδάκια
που είναι τα συναισθήματά σου.

Η αγάπη είναι μουσική
που μας γεμίζει την καρδιά
μας κάνει να χορεύουμε
και να τραγουδάμε με χαρά.

Η αγάπη είναι φως λαμπρό
χαμόγελο γλυκό, ζεστό
μες στην καρδιά μας όταν μπει
όλος ο κόσμος χαμογελά μαζί.

Η αγάπη είναι χαμόγελο
που φωτίζει το πρωί
είναι η γλυκιά φωνή
που μας λέει σ' αγαπώ, μη φοβάσαι, πάμε μαζί.

Όλους κι όλα η αγάπη
τα χωράει κι ας διαφέρουν
τη χαρά φέρνει η αγάπη
κι όσοι αγαπούν το ξέρουν.

Ευτυχία η αγάπη,
η αγάπη μας ενώνει
και κοντά της η φιλία
πάντα εύκολα φυτρώνει.

Αν στη θέση του άλλου μπαίνεις
τη φιλία σου αν δίνεις
από αγάπη κι από φίλους
στη ζωή σου δεν θα ξεμείνεις.

Αν για όλους έχεις πάντα
λίγα λόγια καλοσύνης
θα σου δίνουν και οι άλλοι
από εκείνα που τους δίνεις.

Είναι όμως, κάτι ακόμα
που πιο πέρα θα σε πάει
να μην κάνεις σε άλλους
ότι αν στο κάνουν σε πονάει.

Λέμε ναι στη φιλία
όχι στη βία
και στης ψυχής μας το θρόνο
ας ζήσει η αγάπη για πάντα μόνο.

