



Il était une fois, deux filles en classe de 9^e. Elles se demandaient souvent : « **Comment pouvons-nous commencer de nouvelles choses de la meilleure façon ?** » Elles réalisèrent que chaque nouveau commencement n'est pas seulement une occasion d'acquérir des connaissances, mais aussi une opportunité de grandir dans les valeurs.

La fille du Népal : Après les vacances, l'école avait recommencé. Elle réfléchit au passé — se demandant ce qu'elle pouvait continuer et ce qu'elle pouvait améliorer. Elle fit deux listes : une des choses qui s'étaient bien passées, et une autre des choses qu'elle voulait mieux faire. Son plan était clair : relier tout ce qu'elle faisait à des valeurs telles que l'honnêteté, la discipline et l'amour des autres.

La fille du Congo : En plus de son travail scolaire, elle donnait régulièrement des cours particuliers aux enfants plus jeunes de son quartier. Elle réfléchissait aussi au passé pour voir ce qu'elle pouvait améliorer. Son plan était le même : relier tout ce qu'elle faisait à des valeurs telles que la patience, le service aux autres et la gratitude.

Les filles décidèrent de se rencontrer au moins une fois par semaine pour partager leurs progrès et leurs expériences. Elles s'encourageaient mutuellement, apprenaient l'une de l'autre et s'inspiraient pour grandir. Toutes deux découvrirent que lorsqu'on commence quelque chose avec de bonnes intentions et des valeurs dans le cœur, tout devient plus fluide et le cœur se sent en paix.

Question : Nomme une activité (à l'école, dans le sport ou ailleurs) que tu veux améliorer et relier aux valeurs.

Travail du Cœur : Fais l'activité en la reliant aux valeurs. Après quelque temps, comment te sens-tu ? Partage ton expérience.