



Il était une fois une famille joyeuse — une mère, un père et leur fille de dix ans. Chaque semaine, la petite fille assistait avec enthousiasme à ses cours SSSSB, où ses Gurus lui enseignaient de belles valeurs : la gentillesse, la parole douce, le respect et l'aide aux autres.

À la maison, un coq espiègle faisait partie de leur quotidien. Chaque matin commençait par son chant joyeux et ses drôles de petits mouvements. La mère préparait le petit-déjeuner, tandis que l'enfant commençait sa journée par une courte méditation. Le coq, comme guidé par un jeu divin, entrait dans la pièce et s'asseyait tranquillement, imitant sa méditation. Son doux « kuk-kur-kuu... » à la fin faisait toujours rire la fillette.

Un jour, la fille remarqua que sa mère semblait fatiguée et préoccupée. Avec des mots doux, elle demanda : « Maman, qu'est-ce qui te tracasse ? »

La mère sourit faiblement : « Ma chérie, je me sens un peu accablée par les nombreuses tâches et responsabilités. Parfois, mon cœur est lourd, comme si certaines choses échappaient à mon contrôle. »

La fille, se souvenant des paroles de son Guru, répondit : « Maman, quand la vie paraît lourde et que les situations échappent à notre contrôle, nous devons les remettre entre les mains de Dieu. Lire des livres spirituels, méditer et prier nous gardent en paix. Dieu nous guidera sur le bon chemin. »

La mère fut touchée par cette sagesse qui jaillissait de sa petite fille. Inspirée, elle commença à méditer avec elle chaque matin et avant de se coucher. Comme toujours, le coq les rejoignait, terminant leur pratique par son doux chant, qui apportait rires et légèreté à son cœur.

Bientôt, le père remarqua l'atmosphère calme et rayonnante de la maison. Par la grâce de Dieu, lui aussi se mit à méditer chaque jour avec sa famille.

La paix fleurit dans leur foyer. Les voisins, voyant l'éclat et l'harmonie de la famille, furent émerveillés. Ils se demandèrent comment une telle sérénité avait été atteinte — et découvrirent que c'était l'inspiration simple mais profonde de la fillette qui avait transformé leur maison.

Ainsi, le coq espiègle, la sagesse innocente d'un enfant et la grâce de Dieu tissèrent ensemble une histoire d'amour, de paix et de croissance spirituelle.

Question : Si tu fais face à une situation semblable à la maison ou à l'école, que ferais-tu ?

Travail du Cœur : Pratique une légère méditation chaque jour. Après quelque temps, partage ton expérience.