



Il y avait une jeune fille douce, dévouée au Seigneur Sanjay Sai. Sa vie reflétait la bonté, l'humilité et le bon caractère. Elle absorbait sincèrement les enseignements des cours SSSSB et essayait de les vivre chaque jour.

Elle n'aimait pas les disputes et cherchait toujours à éviter les conflits. Pourtant, parfois, elle se retrouvait dans des situations qui la laissaient agitée et triste.

De nature calme et introvertie, elle ne partageait pas facilement ses sentiments avec les autres. Au lieu de réagir immédiatement ou de chercher à prouver qu'elle avait raison, elle se tournait vers l'intérieur et se demandait : « *Quelle leçon est cachée ici ? Comment la paix peut-elle être restaurée ?* »

Peu à peu, elle découvrit quelque chose de beau : la véritable paix ne se trouve pas dans le fait de gagner une dispute ou de prouver sa valeur. Elle vient de se tourner vers Dieu et de Lui remettre la situation.

Sa réflexion silencieuse devint contemplation, et sa contemplation devint prière.

Chaque fois que son cœur était troublé, elle lisait des livres spirituels, méditait sur les paroles de Swami, chantait Son nom et priait. Lentement, sa tristesse se dissolvait en sérénité.

Un jour, une camarade de classe lui demanda : « *Ne te sens-tu pas blessée quand quelqu'un te comprend mal ou te fait du mal ?* » Elle répondit doucement : « *Oui, mais j'ai appris que la paix ne se trouve pas dans les disputes — elle se trouve dans le souvenir de Dieu. Ce souvenir me guérit.* »

Un autre ami dit : « *J'admire la façon dont tu restes calme et ne hausses jamais la voix.* » La jeune fille répondit humblement : « *Quand je me sens troublée, je me tourne vers les paroles de Swami, je chante Son nom et je médite. En faisant cela, je sens mon cœur se rapprocher de Swami. Ce n'est pas ma force — c'est Sa grâce.* »

Sa simplicité toucha les cœurs autour d'elle.

Ses enseignants disaient souvent : « *Elle nous enseigne sans prêcher. Son silence est lui-même une leçon — elle nous montre comment les conflits peuvent être transformés en contemplation.* »

La jeune fille continua simplement à essayer de vivre ce qu'elle avait appris — remplacer la réaction par la réflexion, les disputes par la compréhension, la tristesse par la prière, et l'agitation par le souvenir de Dieu.

Son chemin silencieux devint une inspiration — révélant que même dans les moments de tristesse, on peut trouver la joie dans le souvenir de Dieu, et que la véritable force ne réside pas dans la victoire des conflits, mais dans l'abandon à Dieu.

Question : Que fais-tu quand tu te sens triste ?

Travail du Cœur : Pratique cette valeur. Après quelque temps, partage ton expérience.