

La petite lumière de l'innocence

d'après l'enseignement de Hazrat Inayat Khan



Tu sais, dans ton cœur, il y a une toute petite lumière, comme une jolie étincelle magique. Cette lumière, tu l'as quand tu es bébé, quand tu ris sans raison et que tu regardes le monde avec de grands yeux étonnés.

Cette lumière s'appelle l'innocence. C'est ce qu'il y a de plus joli en toi !



C'est comme une petite source d'eau claire et propre. Elle lave tous les gros nuages gris qui parfois embêtent ton cœur, comme quand tu es fâché ou jaloux.

Pourquoi c'est si précieux, cette petite lumière ?



Quand quelqu'un est innocent et gentil, tout le monde l'aime bien, même s'il fait des bêtises. Comme quand ton petit frère casse un jouet : maman et papa disent « oh la la... mais il ne l'a pas fait exprès, il est petit ! » et ils le serrent très fort dans leurs bras.



C'est pareil pour les personnes très très sages, comme les grands papas et les grandes mamans qui ont plein d'amour à donner : plus elles sont sages, plus elles ont le cœur doux et pur, comme toi !

Comment garder cette petite lumière ?



C'est facile ! On garde sa petite lumière quand on regarde les autres sans se dire « lui, il est méchant » ou « elle, je l'aime pas ». Si ton cœur dit « tous mes copains sont gentils », alors tu peux voir les choses encore mieux, comme avec des super lunettes magiques !

Et quand tu comprends pourquoi quelqu'un a pleuré ou fait une bêtise, tu deviens encore plus doux et encore plus fort dans ton cœur.

Petite astuce !



On ne peut pas se forcer à être innocent comme si on mangeait ses légumes. Ça doit venir tout seul, comme un bisou. Sinon, c'est comme porter une chaîne autour du cœur : pas du tout rigolo !



Le mieux, c'est juste d'être ce que tu es : un enfant avec une belle petite lumière qui brille.