

La petite flamme de la confiance



D'après un enseignement de Hazrat Inayat Khan
Adapté pour les 7-10 ans



Est-ce que tu connais le mot « foi » ?

Quand on entend le mot « foi », on pense souvent à la religion.

Mais la foi, c'est bien plus grand que ça ! C'est une confiance. Une petite flamme en toi qui dit doucement : « Ça va aller. »

C'est peut-être le mot le plus précieux qui existe.



Le soleil voilé

Devine quoi : tu es né avec la foi déjà dans ton cœur ! Ce n'est pas quelque chose qu'on doit fabriquer.

Alors, pourquoi parfois on doute ?

Le doute, c'est comme les nuages. Le soleil brille toujours, même quand il pleut. Si tu ne le vois pas, ce n'est pas parce qu'il a disparu — des nuages le cachent, voilà tout.

Ta confiance, elle aussi, attend derrière les nuages que le ciel se dégage.



Regarder plus haut

Quand tu as peur, tu regardes en bas : autour de toi, tes jouets, ta chambre, ce que tu peux toucher. Tu cherches des preuves.

Mais les personnes sages ont un secret : elles regardent plus haut. Elles trouvent leur courage ailleurs — dans leur cœur, profondément.



Le réservoir d'eau

Imagine quelqu'un qui s'inquiète : « Mon bassin est trop petit, comment vais-je arroser mes plantes toute l'année ?! »

Il a raison... tant qu'il ne lève pas la tête. Car là-haut, il y a le ciel ! Et le ciel, c'est lui qui envoie la pluie. Il peut remplir mille bassins !

C'est pareil pour toi. Quand tu crois que tu n'as plus de courage, regarde plus haut : il y a une source plus grande que ce que tu vois.



Le secret du cœur

Et il y a un dernier secret : ton cœur est comme un réservoir.

Un petit cœur comme un petit gobelet ne peut porter qu'un peu d'eau.

Mais un grand cœur, qui a grandi avec plein d'amour, peut recevoir beaucoup, beaucoup plus.



La patience d'abord

Avant la grande confiance, il faut être patient. La patience, c'est la force d'espérer sans se décourager.

Un maître spirituel faisait à ses amis un seul vœu :

« Que ta confiance grandisse ! »

Ce petit vœu contient tout : le courage, l'espoir, et la force de réaliser ses rêves.



Croire aux objets ou aux personnes ?

As-tu remarqué ? C'est facile de croire à un sirop dans sa bouteille. Mais croire à quelqu'un qui dit « je pense fort à toi pour que tu guérisses. »... c'est plus dur. Car tu vois le sirop, mais pas les pensées cachées derrière les mots.

Les grandes fêtes, les prières et les rituels de toutes les religions essaient justement de nous montrer cette force cachée — jusqu'à la découvrir enfin... dans les êtres humains eux-mêmes.



La foi et la pensée magique

Attention : avoir confiance, ce n'est pas juste répéter « tout va bien... » cent fois dans sa tête. Ça ne marche pas très bien tout seul !

Cela se passe plutôt dans ton cœur

La foi, c'est le sol de la terre. Les pensées, ce sont les fleurs. Un sol sec ne fait rien pousser. Mais sur un sol vivant, sur le sol du cœur tout pousse !

Un sage disait : la confiance accomplit en un jour ce que les pensées mettent une année à réussir.



Et Dieu, Il parle ?

Un homme priait devant une statue de pierre. Quelqu'un s'est moqué de lui.

Il a répondu : : « Si j'ai confiance en cette pierre, Dieu, qui est partout, me parlera à travers elle. Sans confiance, même le plus grand Dieu ne pourrait pas me parler. »



Comment faire grandir sa confiance ?

Chasser le doute — un petit combat de chaque jour. Chaque victoire rend ta confiance plus forte, comme un muscle !

Changer de direction — utilise l'énergie de tes efforts pour de belles choses.

Écouter ta boussole intérieure .



Ta boussole intérieure

Ton cœur, c'est comme une boussole : tournée dans n'importe quelle direction, elle pointe toujours le nord qui est bon pour toi.

Quand tu fais des choses bien, tu deviens meilleur. Quand tu fais des choses pas bien, tu deviens moins bon.

Ta boussole, elle le sait toujours !



Le rêve ultime

Le plus beau rêve, c'est une confiance tellement solide qu'elle n'a plus besoin de rien : ni preuves, ni promesses, ni chance. Alors on découvre qu'elle contient absolument tout.