

Le Cercle de la compassion

Quelque part à Colmar vivait un garçon curieux et bienveillant nommé Ben. Ben aimait explorer la campagne, lire des livres d'aventure et passer du temps avec ses amis à l'école. Mais dernièrement, Ben se sentait triste. Il avait fait une erreur pendant un test de maths important et ne pouvait pas arrêter d'y penser.

Un samedi matin ensoleillé, Ben décida de se promener au bord de la rivière pour se changer les idées et oublier ce test. Alors qu'il marchait le long du sentier, il aperçut son amie Lucy en train de faire ricocher des pierres sur l'eau. Lucy remarqua l'air préoccupé de Ben et l'appela :

« Hé Ben, qu'est-ce qui ne va pas ? Pourquoi tu fais cette tête ? »

Ben soupira et s'assit à côté de Lucy.

« J'ai fait une grosse erreur à mon test de maths, et maintenant je me sens vraiment stupide. Je n'arrive pas à arrêter d'y penser. »

Lucy posa une main sur l'épaule de Ben.

« Tu sais, Ben, tout le monde fait des erreurs. Ce n'est pas la fin du monde, même si parfois, on a l'impression que si. Ça fait partie de l'apprentissage. Tu te souviens quand je me suis perdue pendant la chasse au trésor ? Tu m'as aidée à retrouver mon chemin, et on en a ri après, » dit-elle en souriant en repensant à cette aventure absurde.

Ben hocha la tête, se souvenant du bon moment qu'ils avaient passé malgré la confusion. Les paroles de Lucy le réconfortaient un peu, mais il se sentait encore triste.

À ce moment-là, leur ami Tom arriva à vélo. En voyant l'air sérieux de Ben et Lucy essayer de le consoler, il demanda :

« Qu'est-ce qui se passe ? »

« Ben est triste à cause d'une erreur qu'il a faite à son test de maths, » expliqua Lucy.

Tom, connu pour être un grand inquiet, répondit :

« Ben, je sais ce que tu ressens. La semaine dernière, j'ai raté un but facile pendant un match de foot, et je me suis senti nul. Mais mon entraîneur m'a dit que tout le monde a des mauvais jours, et que c'est comme ça qu'on progresse. On apprend de nos erreurs, même si ça fait mal sur le moment. »

Ben se sentit un peu soulagé en entendant l'histoire de Tom.

« Je suppose que tu as raison, et c'est vrai que ça fait mal ! C'est dur de ne pas se sentir mal à cause de ça... »

Lucy, essayant de remonter le moral de Ben, proposa :

« Pourquoi on ne parlerait pas de nos erreurs et de ce qu'on en a appris ? Ça pourrait nous aider à voir que les erreurs font partie de la vie. »

Les trois amis trouvèrent un coin ombragé sous un arbre. Ben parla de son erreur au test de maths et de la leçon qu'il avait tirée : vérifier son travail plus attentivement. Lucy raconta comment elle s'était perdue pendant la chasse au trésor et avait appris à mieux suivre la carte. Tom expliqua que rater son but l'avait motivé à s'entraîner encore plus.

Après avoir partagé leurs histoires, chacun se sentit plus léger en réalisant qu'ils n'étaient pas seuls à faire des erreurs, et qu'une erreur ne les rendait pas idiots.

Alors qu'ils étaient allongés sur l'herbe, regardant le ciel et les arbres, Ben aperçut Anna du coin de l'œil. Elle avait l'air contrariée et marchait vite, les poings serrés.

« Hé ! Anna ! Hé ! » cria Ben, effrayant au passage quelques oiseaux perchés dans l'arbre au-dessus d'eux. En un rien de temps, Anna était assise sur l'herbe entourée de ses trois amis.

« Qu'est-ce qui ne va pas, Anna ? Tu as l'air fâchée et triste ! » demanda Ben.

« J'ai renversé de la peinture sur mon projet d'art. J'ai travaillé tellement dur dessus, et maintenant, il est ruiné, » dit Anna, les larmes aux yeux.

Lucy, Ben et Tom échangèrent un regard complice. Tom prit la parole :

« Anna, on parlait justement de nos erreurs. C'est normal d'en faire, tu sais. On vient de se raconter nos histoires et ce qu'on en a appris. Tu veux te joindre à nous ? »

Anna hochait la tête, et ils continuèrent leur jeu. Elle parla de son projet d'art et de comment cela lui avait fait réaliser que les erreurs pouvaient mener à de nouvelles idées créatives. Ils partagèrent à nouveau leurs histoires, et Anna se sentit soudainement mieux grâce au soutien de ses amis.

Quand ils eurent terminé, Tom dit :

« Vous savez, on devrait faire ça plus souvent. Ça fait du bien de parler de nos erreurs et d'en tirer des leçons ensemble. »

À partir de ce jour, les amis prirent l'habitude de se retrouver chaque semaine près de la rivière pour partager leurs défis et se soutenir mutuellement. Ils appelèrent ça leur « Cercle de la Compassion ». Ils découvrirent qu'en étant bienveillants envers eux-mêmes et les autres, ils pouvaient transformer leurs erreurs en précieuses leçons.

Cette leçon fut adoptée par tous, rappelant à chacun que la compassion, pour soi-même et pour les autres, apporte réconfort et bonheur. Les amis s'épanouirent ensemble, leurs liens se renforçant à chaque histoire partagée et chaque acte de gentillesse.