



(Photo : Laurence Freeman, Irlande)

Sagesse du jour

(2021-02-16)

La difficulté et le défi est que nous apprenons dès le début à nous aimer nous-même. Or la plupart d'entre nous arrivent à la méditation avec de fortes doses de haine de soi, de méfiance et de rejet de soi. La plupart d'entre nous s'étaient fait dire, en particulier dans notre éducation religieuse lorsqu'on nous apprenait à faire un examen de conscience, même dans l'enfance, que nous devons être très suspects envers nous-même. Lorsqu'on nous a appris à nous confesser, notre premier réflexe, celui auquel nous avons été formés, était que nous devons d'abord chercher nos défauts parce que ce sont les aspects de nous-même dont Dieu a le plus conscience, et dont nous devons avoir peur parce que pour cela nous serons punis.

Laurence Freeman OSB, *Aspects of Love*, 2