



(Photo : Laurence Freeman, Irlande)

Sagesse du jour (2021-03-09)

Nous ne pouvons pas aimer les autres tant que nous n'avons pas posé comme base d'être capable de nous aimer nous-mêmes. Ou pour le dire autrement, parce que ce n'est pas seulement comme ça noir et blanc, notre degré d'amour de soi est notre degré d'amour des autres. C'est très difficile parce que certains psychologues nous disent que l'ego a mis en place la plupart de ses mécanismes de défense dès l'âge de trois ans. À cet âge, nous n'avons pas beaucoup de contrôle sur ce que nous faisons ou ce que nous sommes. Mais nous avons le temps - et nous devons utiliser au mieux le temps dont nous disposons - et ce petit mécanisme de l'ego est nécessaire pour cela. Il est nécessaire pour les première et deuxième étapes de l'apprentissage de l'amour. Nous avons besoin de l'ego pour nous aimer nous-mêmes, et nous avons besoin de l'ego pour aimer les autres. Nous en avons particulièrement besoin pour aimer les autres, parce que nous devons être capables de voir que l'autre est "autre". Nous ne pouvons pas faire ce saut à partir de notre propre vision limitée du monde, à moins de pouvoir voir l'autre comme étant autre que nous. C'est la première étape.

Laurence Freeman OSB, *Aspects of Love*, 2