

## ***Chronique religieuse : 13 au 19 mars 2019***

### **La conscience du beau en nous**

Par Robert Campeau, prêtre

La conscience, c'est quoi? Pour la plupart des gens, c'est la petite voix intérieure qui nous dit ce qui est bon ou mauvais. Bref, une voix morale.

Perspective limitée; la conscience, c'est bien plus que cela.

Quand nous posons notre regard vers l'intérieur pour vérifier ce qui motive nos actions, nous faisons appel à notre conscience. Et nous y découvrons tout un monde. Un bon regard permet de découvrir ou de redécouvrir nos talents, aptitudes et forces comme le courage et l'empathie. Cette prise de conscience de nos richesses nous permet de devenir de plus en plus la personne que nous sommes en réalité.

Il y a quelques jours, après une conversation prolongée, mon interlocutrice me reflétait le bien-être qu'elle avait ressenti à cause de mon écoute. En la remerciant, j'ai senti en moi son appréciation, et par celle-ci, son amour. En me laissant goûter cette sensation, je prenais conscience d'une richesse de ma personnalité. Et il s'éveillait en moi un goût plus prononcé de me rendre attentif aux personnes par mon écoute.

Longtemps, dans ma vie, malgré moi, j'ai porté attention presque uniquement à ce qui m'apparaissait mauvais chez moi. Sans trop m'en apercevoir, je ruminais du noir et je me dépréciais. Ce n'est que lentement, avec l'aide des autres, que je suis mis à mettre l'accent sur ce qui était beau et riche chez moi. Ce nouveau regard m'a donné de m'apprécier davantage et de m'estimer pour ce que je suis réellement. J'y suis parvenu surtout en m'appliquant à poser le regard sur mes bons coups. J'ai alors beaucoup changé. Aujourd'hui, non seulement je m'aime pour ce que je suis, mais je me laisse aimer des personnes qui croisent ma route.

C'est dire l'importance de notre conscience, surtout quand elle nous renvoie à ce qui est beau et riche en nous. Il arrive à tous les êtres humains de faire des erreurs qui ne nous construisent pas ou qui blessent d'autres. Nous les regrettons après en avoir pris conscience. Mais, il nous arrive souvent de poser des gestes constructifs. Il importe d'y porter attention et de s'en nourrir, pour qu'en en prenant davantage conscience, nous ayons envie de les multiplier, et par conséquent nous développer davantage. Un musicien arrive à cultiver son art en s'attardant à goûter les bonnes notes qu'il réussit à produire de son instrument. Pour mieux nous développer, il faut miser sur nos bonnes notes. Ne craignons pas qu'en portant davantage attention à ce qui est beau que ça nous enfle la tête.