

Maria Andrea apprend à se faire confiance

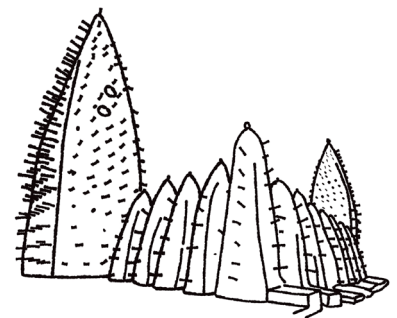


Maria Andrea, 19 ans

L'un des premiers moments où j'ai fait preuve de sagesse, c'est cet été, quand je me suis retrouvée toute seule en voyage humanitaire au Burkina Faso. Je pense que c'est peut-être le moment où la spiritualité a pris davantage de place dans ma vie.

Mais quand je suis arrivée là-bas et que l'avion a atterri, j'ai comme réalisé : « OK. Je suis en Afrique, et je suis toute seule. » C'est là que je me suis demandé : « Qu'est-ce que je suis en train de vivre ? De la peur ? De l'angoisse ? Du doute ? Des regrets ? »

En tout cas, je me suis dit : « Maintenant, je peux compter juste sur moi. »



Peut-être qu'à ce moment-là, il y en a qui auraient prié.... mais moi, je me suis dit : « OK. Vu que je suis toute seule pour la première fois de ma vie, je vais être ma meilleure amie, et je vais compter sur moi-même. » C'est là que j'ai commencé à me faire confiance.

C'est super difficile à expliquer, comment j'ai vécu ça. Mais, pour moi, c'est comme un peu mon côté spirituel, de prendre des moments pour moi et d'aller voir un peu ce que je vis au fond de moi. De prendre un temps d'arrêt pour vraiment chercher à comprendre ce que je vis. De prendre un temps d'arrêt, et d'explorer ce qui se passe en moi. C'est mon petit côté spirituel. À la fin, je me suis rendu compte que j'étais en paix avec moi-même.

**Conception
pédagogique :**

Geneviève Beaulieu, ps. éd.,
Cégep de Victoriaville

Madeleine Veillet, M. Ps.,
Cégep de la Gaspésie et des Îles,
campus de Gaspé

