

## Un conte indien

Un vieil indien Cherokee était assis auprès du feu avec ses petits-enfants. Après un moment de silence, il dit :



:: Une bataille se passe à l'intérieur de moi.  
C'est une terrible bataille entre deux loups : l'un représente la colère et les jugements, il répand la jalousie, il soutient l'avidité et l'arrogance, il suscite la culpabilité.  
L'autre amène la compassion, la paix, l'amour, il pratique la générosité et la gratitude, il vit en confiance avec sérénité.

Les enfants méditèrent pendant un instant, puis l'un d'eux demanda :

:: Lequel de ces deux loups va gagner ?

Le vieil Indien répondit avec un sourire:

:: C'est simple. C'est celui que tu nourris.