

2月23日（日）

自己憐憫の落とし穴には、よくよく注意しなさい。

具合が悪かったり、疲れきっているときには、この悪魔の罠は、あなたが直面する最大の危険となる。

この穴の淵にすら、近寄ってはならない。淵は崩れやすく、知らないうちに、もう落ちかけているからだ。

穴から抜け出すのは、とてつもなく難しい。常に安全な距離を置いているほうが、はるかにたやすい。

だからこそ、わたしはあなたに気をつけるように言っているのだ。

自己憐憫からあなた自身を守るには、いくつかの方法がある。わたしへの賛美と感謝で心がいっぱいになっているときに、自分をかわいそうだと思うことはありえない。

また、わたしの近くで生きれば生きるほど、あなたと落とし穴のあいだの距離は広がる。

わたしの顔から目を離さずに、わたしの光の中で生きなさい。そうすればあなたは、つまづくことも落ちることもなく、自分に定められている競争を忍耐強く走り抜くことができる。

