

Méditation pour le 31^e dimanche dans l'année B

Marc 12, 28b-34

S'aimer soi-même ?

Il y a quelques années, en retraite avec des jeunes, nous avons partagé autour de ce beau texte du double commandement de l'amour, de Dieu et du prochain. Un des participants était frappé par les derniers mots : « Tu aimeras ton prochain *comme toi-même* ». Il faut donc s'aimer soi-même, soulignait-il !

Pas toujours évident quand on est adolescent d'apprendre à s'accepter, avec ses qualités et ses limites. Mais cela devient-il vraiment facile un jour ?

Le double commandement de Jésus est devenu triple : aimer Dieu, son prochain... et soi-même !

S'aimer soi-même... Quel défi ! Apprendre à s'aimer pour vraiment aimer les autres et Dieu. Apprendre à s'aimer comme Dieu nous aime, de manière inconditionnelle, doux et lent chemin d'acceptation de soi-même.



On ne peut parcourir ce chemin que si l'on a reçu de l'amour, beaucoup d'amour. On a besoin d'être aimé pour se découvrir aimable.

- ✓ Chemin de liberté : apprendre à choisir ce qui est bon pour soi, en se sentant libre vis-à-vis des pressions sociales et du regard des autres.
- ✓ Chemin de vérité : une sereine estime de soi permet des relations vraies, sans être dépendant de l'opinion des autres ou chercher à plaire à tout prix.
- ✓ Chemin de sérénité enfin : être bienveillant avec soi-même, pour accomplir ses rêves et vivre une vie heureuse et en paix.

« *Tu n'es pas loin du royaume de Dieu* », dit alors Jésus.

Olivier Fröhlich