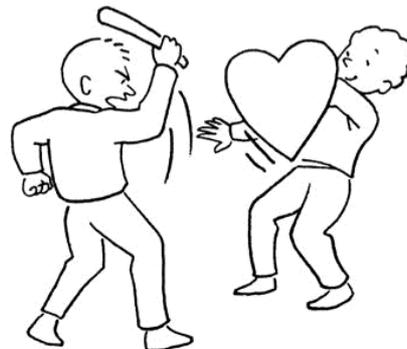


# Aimez vos ennemis

Nous n'avons pas besoin de ressentir une émotion particulière pour aimer nos ennemis. Il suffit tout simplement de poser un geste de générosité à leur égard. Nous aimons les gens à chaque fois que nous faisons pour eux quelque chose de gratuit, pour leur bien. Souvenez-vous du Samaritain !

Aimer ici ne désigne pas l'amour, l'affection qui règne dans une famille ou entre amis. Il s'agit plutôt d'une attitude de bienveillance et d'estime envers l'autre. Autrement dit, Jésus invite ses disciples à voir au delà des comportements répréhensibles du prochain. La personne qui commet un geste malheureux demeure un être humain et, à ce titre, elle mérite respect et... amour !

**Amour et pardon riment ensemble. Pardonner, c'est renoncer à juger, renoncer au ressentiment et à la haine et en faire des occasions de prière.**



Alors, comment puis-je aimer mes ennemis ?

- ◆ **Ne pas en rajouter** sur leur méchanceté dans la mémoire que j'ai du mal qu'il m'ont fait.
- ◆ **Éviter de dire du mal** d'eux sur leur dos, en leur absence.
- ◆ Prononcer leur nom devant Dieu sans qu'ils le sachent. Sans leur dire, **prier pour eux**.
- ◆ Leur trouver une qualité, **trouver du bien en eux** caché dans leur personnalité.
- ◆ Commencer à **dire du bien** de cette personne dans la douceur d'un cœur qui cherche à aller plus loin que sa première approche.
- ◆ Chercher à lui parler avec bienveillance et rétablir une communication paisible.

**C'est difficile, mais avec la force de l'Esprit-Saint, c'est possible.**



Seigneur Jésus, apprends-moi à aimer comme toi, tu aimes.  
Que j'apprenne à aimer les autres sans me chercher moi-même.  
Que mon amour révèle ta présence et ta bonté aux personnes qui m'entourent.  
Seigneur, comme tu as prié pour tes ennemis,  
ainsi apprends-moi, par l'Esprit Saint, à aimer mes ennemis.  
Accorde-moi la grâce d'aimer tous mes ennemis, comme toi, tu m'as aimé.

Et je te demande de bénir particulièrement .....

