

Donner sa vie pour les autres

Bonjour et bienvenue à cette pause spirituelle que nous allons vivre ensemble.

Commence par prendre une position confortable sur ta chaise.

Place tes deux pieds par terre pour être bien connecté avec la Mère-Terre qui est Création de Dieu.

Place tes mains en position de prière, les doigts entrelacés ou place tes mains en position ouverte sur tes cuisses, paumes vers le haut prêtes à accueillir.

Tu peux fermer les yeux pour vivre l'expérience pleinement et éviter ainsi les distractions. Si tu préfères, tu peux aussi garder les yeux ouverts et concentrer sur l'image devant toi ou tout simplement baisser les yeux par terre. À toi de choisir.

Détends ton corps.

Inspire profondément par le nez.....retiens ta respiration pendant 1-2-3.....et ensuite expire lentement par la bouche.

Et on répète une deuxième fois. Inspire profondément par le nez....retiens ta respiration pendant 1-2-3....et ensuite expire lentement par la bouche. Et ressens ton corps se détendre davantage.

Et on respire une dernière fois. Inspire profondément par le nez....retiens ta respiration pendant 1-2-3....et ensuite expire lentement par la bouche.

Alors aujourd'hui, nous allons prendre le temps de réfléchir à notre façon de donner l'amour autour de nous, d'être au service des autres qui sont en fait des façons de donner sa vie pour son prochain.



Aimer c'est donner sa vie pour les autres. Et en voici quelques exemples.

La culture autochtone a un grand respect pour la nature et toute forme de vie qui s'y retrouve. Le chasseur prend même toujours le temps de remercier pour la vie donnée.

Les plantes de fruits et de légumes donnent aussi leur vie pour nous garder en santé. On remercie alors Dieu pour la nourriture de sa création lors d'une bénédiction avant et/ou après le repas.

Jésus aussi a donné sa vie pour nous. Il l'a donné sur la croix pour que nous l'ayons en abondance. Il l'a aussi donné dans son quotidien alors qu'il était sur la terre en prenant soin du petit, du pauvre, du rejeté, du mal compris. Une façon de le remercier est de donner à notre tour notre vie pour les autres en étant au service du prochain.

Jésus nous l'a bien dit d'ailleurs :

« Tout ce que vous avez fait au plus petit d'entre les miens c'est à moi que vous l'avez fait. »

Et toi, est-ce que tu participes à des projets d'aide humanitaire pour les pauvres dans le monde, dans ta communauté?

Est-ce que tu rends service aussi souvent que tu le peux dans ta famille, à l'école?

Es-tu sensible aux besoins des autres que tu rencontres pendant la journée?

La vie elle, est faite pour être donnée. C'est ça l'amour.



Si tu rencontrais Jésus, il ne te demanderait pas combien de cellulaires sophistiqués tu avais réussi à t'acheter, ou encore de quelle sorte de marque populaire étaient tes vêtements, combien de trophées tu avais gagnés. Jésus te demanderait plutôt si tu as su donner l'amour autour de toi en rendant service.

Et si Jésus te demandait cette question demain, qu'est-ce que tu lui dirais?

Profite de ce moment pour y réfléchir à ce que tu peux faire aujourd'hui pour rendre service.

Et sois à l'écoute des réponses qui monteront en toi.

Lorsque la musique s'éteindra, ce sera ton signe de reprendre contact avec le groupe, de t'étirer doucement, d'ouvrir les yeux et surtout de faire un magnifique sourire.