

# **EGLISE EVANGELIQUE DU CAMEROUN**

-----

**Paroisse de Melen**

**Réunion Chrétienne**

**Comment exprimer l'amour envers soi-même, envers son prochain et envers Dieu**

**Conférence donnée le 14 Avril 2016**

---

**Par Jean TCHOUTEZO** Ingénieur de Génie Civil, Conseiller Paroissial

### INTRODUCTION

#### 1. LES SENS DONNES A L'AMOUR

- 1.1 Les origines antiques des différents sens de l'amour
- 1.2 L'amour selon la langue française
- 1.3 L'amour selon la Bible

#### 2. POURQUOI IL FAUT AIMER

- 2.1 Pour avoir une bonne santé
- 2.2 Pour vivre dans la paix avec son prochain
- 2.3 Pour obéir à Dieu

#### 3. LES OBSTACLES A L'AMOUR

- 3.1 L'égo surdimensionné
- 3.2 Le refus de pardonner
- 3.3 Les blessures de l'enfance non guéries

#### 4. COMMENT EXPRIMER L'AMOUR

- 4.1 L'amour de soi-même
- 4.2 L'amour du prochain
- 4.3 L'amour de Dieu

### CONCLUSION

## INTRODUCTION

L'univers tout entier reflète dans sa diversité l'harmonie et l'amour. Lorsque sur une colline assis, dans une nuit noire, bercé par la bise du beau temps de ce mois consacré aux semailles, éloigné du tintamarre de la ville, vous levez les yeux vers le firmament, vous apprécierez inévitablement la splendeur des étoiles, les mouvements majestueux des astres, et à l'infini vous percevrez la cohabitation harmonieuse des galaxies et des planètes dans un équilibre parfait. Voilà les signes visibles de l'amour de Dieu pour sa création. L'homme, à qui cette création a été confiée pour être dominée, se doit d'assurer, de maintenir et d'exprimer dans la continuité cet amour dans toutes ses formes.

S'agissant des formes d'amour, le Seigneur en a institué trois : l'amour de soi-même, l'amour du prochain, et l'amour du Divin Créateur. Il a érigé l'amour comme un commandement nouveau, le hissant au sommet de ses instructions à l'homme, pour son bonheur bien compris, Lui qui le premier a aimé l'homme et continue de l'aimer en dépit de ses péchés.

Pour sa part, l'Eglise Evangélique du Cameroun enracinée dans la Parole, a fait de l'amour son crédo. Le thème de l'année 2016 : « *Cultiver l'amour pour produire de bonnes œuvres* », inspiré du texte d'**Hébreux 10 :24**, a été reconduit, chose rarissime, pour la troisième année consécutive. Ce qui montre à l'évidence l'importance que revêt l'amour aux yeux des autorités de l'Eglise.

Pourtant, que se passe-t-il parmi les chrétiens en particulier et les hommes en général au sujet de la pratique de l'amour ? Comment comprendre que deux créatures de Dieu appelées à vivre dans l'harmonie et l'amour, à l'image de l'univers dans lequel elles sont, en viennent à se haïr au point de s'entretuer ? Comment comprendre qu'aujourd'hui la religion, comme hier et depuis l'antiquité, soit un instrument de haine et de violence parmi les hommes, alors qu'elle devrait les unir tous vers le Sacré, le Divin, le Créateur ? Le déficit d'amour ainsi constaté, d'où vient-il ? Trouve-t-il sa racine au plus profond de nous-mêmes parce qu'individuellement nous ne nous aimons pas ? Ou alors serions-nous soumis à des forces extérieures qui nous empêchent d'aimer comme Jésus nous le recommande ? Et en définitive, comment braver toutes ces contraintes et se laisser aller à l'amour authentique, l'amour vrai, cette puissance qui brise toutes les barrières pour s'imposer avec calme et douceur dans les cœurs les plus meurtris, les plus déchirés et les plus violents ?

Au cours du présent exposé, nous tenterons d'apporter des éléments de réponses à ces diverses interrogations. Nous tenterons également d'apporter suffisamment de lumière pour éclairer les zones d'ombre et permettre à chacun d'identifier lui-même les parties de sa vie qui l'empêchent de sacrifier au plus grand commandement de Dieu : *l'amour de soi-même, l'amour du prochain et l'amour de Dieu*.

Notre exposé s'articule autour de quatre parties. Dans un premier temps, nous explorerons les différents sens donnés à l'amour. Ensuite, nous verrons pourquoi nous devons aimer. En troisième partie, nous examinerons ce qui nous empêche d'aimer. En fin, nous verrons comment exprimer l'amour pour nous-mêmes, pour le prochain et pour Dieu.

# 1. LES SENS DONNES A L'AMOUR

Le mot amour a donné lieu depuis des âges, à des compréhensions diverses, suivant les civilisations et les langues. Ainsi, que ce soit dans l'antiquité avec l'émergence des courants de pensées philosophiques, ou bien dans la Bible, ou encore de nos jours dans la civilisation moderne, parler simplement de l'amour renvoie à plusieurs sens qu'il convient d'explicitier. Nous présentons dans ce paragraphe les origines grecques du mot amour, son usage aujourd'hui dans la langue française, et enfin la signification que la Parole de Dieu en donne dans la Bible.

## 1.1 Les origines antiques des différents sens de l'amour

Les courants philosophiques sont nés au 7<sup>è</sup> siècle avant notre ère. Ils ont connu leur apogée au milieu du 5<sup>è</sup> siècle avec l'apparition de grands noms tels que **Socrate**, **Platon** et **Aristote** tous de la Grèce antique. Parmi eux, Socrate, qui a vécu de -469 à -399, est considéré comme le père de la philosophie occidentale parce qu'il a centré ses réflexions uniquement sur l'être humain, se démarquant ainsi de ses prédécesseurs qui eux, avaient axé leurs études sur la nature. Il a également été l'initiateur des méthodes qui resteront celles de la philosophie, en questionnant la définition de certaines notions, et en développant des examens dialectiques. C'est ainsi qu'au terme des questionnements de ces philosophes grecs sur le sens de l'amour, quatre termes ont été dégagés. Il s'agit de : **Éros**, **Philia**, **Agapè**, et **Storgè**.

*Eros : le dieu de l'amour dans la mythologie grecque*

Le philosophe Platon traite de l'amour dans son ouvrage *le Banquet*. Dans cet ouvrage, où plusieurs penseurs grecs se sont réunis au cours d'un banquet pour prononcer chacun un discours sur l'amour, Socrate prend la parole et délivre aux autres convives le mythe de la conception de Eros, le dieu de l'amour chez les grecs. Voici son récit :

Cela se passe durant les fêtes que Zeus, le dieu suprême, organise dans l'Olympe à l'occasion de la naissance d'Aphrodite, la déesse de la beauté et de la sexualité. Tous les dieux et les déesses sont invités, sauf Pénia, la déesse de la précarité. La fête bat son plein et les invités sont tous plus ou moins ivres. Poros, le dieu de la ressource et de la prospérité, est déjà bien éméché. Pénia qui s'est invitée en catimini, profite de l'ivresse de Poros pour lui faire l'amour et se fait engrosser à son insu dans l'inconscience des vapeurs d'alcool. L'enfant qui leur naîtra sera appelé Eros, le dieu de l'amour. Il concilie comme l'amour, le manque et la précarité de sa mère Pénia, avec la ressource et la prospérité de son père Poros.

Socrate place donc l'amour dans la perspective du manque originel, et il ajoute que l'amour, c'est la quête de l'objet du manque inhérent à tout mortel. Du fait d'être mortel, les mortels qui cherchent à se pérenniser. Pour Socrate, il existe deux façons de se pérenniser et d'échapper à la mort définitive : la reproduction sexuelle par la conception d'un enfant qui succédera à ses géniteurs, et/ou la création intellectuelle ou artistique qui pérennise les œuvres qui resteront après la mort.

En conclusion, l'amour éros, c'est l'amour qui comble le désir sexuel, l'amour naturel. C'est la concupiscence, le plaisir corporel qui comble un manque.

#### *Philia, l'amour selon Aristote*

Selon le philosophe grec Aristote, et contrairement à Socrate, l'amour n'a pas à sa source un manque, mais il est le fruit d'une puissance, d'une ressource qui se réjouit du partage et de l'échange. Il désigne cet amour par le terme Philia. C'est un mot grec pour exprimer l'amitié ou la camaraderie qui désignait à l'origine l'hospitalité. Philia est économiquement et dynamiquement le fruit du lien social, il semble plus s'attacher à l'amitié proprement dite, ou aux amours apaisées dans laquelle la passion et la sexualité débridée ont laissé le pas à l'empathie, à la réversibilité, à l'échange et à l'entente tacite, au contrat de mutuelle assistance, de partage où la possession égoïste est bannie. Ce n'est plus l'amour prédateur, possessif, déchirant et passionnel. Dans son livre *l'Éthique à Nicomaque*, Aristote appelle Philia l'affection qui fait que nous aimons un être pour ce qu'il est et non pour ce qu'il peut nous apporter.

En conclusion, l'amour Philia, c'est l'amitié, l'amour bienveillant, l'amour tendre, le plaisir de la compagnie.

#### *Storgê : l'amour familial*

**Storgê** est le mot grec qui décrit l'amour familial, à l'exemple de l'amour d'un parent pour son enfant.

#### *Agapè, l'amour divin*

Agapè est le terme grec utilisé pour désigner l'amour divin. Selon **Platon**, c'est la troisième forme que prend l'amour après l'amour physique, **éros** et l'amour de l'esprit de l'autre, **Philia**. C'est un amour désintéressé, sans recherche d'un enrichissement personnel, c'est donc l'amour pour l'amour, c'est-à-dire l'acte de charité.

Le philosophe théologien, physicien, mathématicien français du 17<sup>e</sup> siècle **Blaise Pascal**, quant à lui, a axé sa réflexion philosophique sur le cœur de l'homme, en tant qu'allégorie de l'amour. Pour lui, le cœur est intuition, connaissance par appréhension immédiate. Le cœur sous-entend un élan vers le divin, il est la vraie force agissante de l'âme. Le cœur est l'âme elle-même, en tant que l'âme, il est fait pour recevoir la révélation divine. Le cœur plus que la raison est le seul capable d'accéder à la vérité. Pascal donne la place primordiale à l'Agapè, l'amour spirituel, l'amour divin.

Pour lui, le péché originel de l'homme, ce fut de se décentrer de Dieu le créateur, de se soustraire à sa domination et de rechercher la félicité non plus en Dieu mais en soi-même, se livrant à l'instinct des sens dans la quête du plaisir et sombrant dans la concupiscence. C'est alors que Dieu a abandonné l'homme à son sort et à son aveuglement. Pascal ajoute que d'amour véritable il n'y a que l'Agapè, l'amour spirituel. Il n'y a d'amour véritable que celui

de Dieu, car l'on ne peut aimer que ce qui est déjà en nous et qui n'est pas nous, c'est-à-dire Dieu.

**Léon Tolstoï**, l'écrivain russe, ardent défenseur du « véritable Christianisme » contre les Etats et les institutions de la violence, et contre les Eglises qui le renient, écrivit le 7 septembre 1910 à quelques jours de sa mort, une lettre pour fortifier Gandhi, alors en lutte contre l'injustice raciale en Afrique du Sud. Voici comment il y définit l'amour : « *L'amour, c'est-à-dire l'aspiration à l'harmonie des âmes humaines, et l'action qui résulte de cette aspiration, - l'amour est la loi suprême, unique de la vie humaine* ». Nous comprenons qu'il s'agit là de l'amour agapè.

**Emmanuel Carrère** est un écrivain français. Dans son ouvrage *Le Royaume*, il parle des origines de la chrétienté en se concentrant sur les écrits de Paul et de Luc, et en s'interrogeant sur les raisons de leur influence toujours vivace plus de deux mille ans après. Pour cet auteur, l'amour **Agapè** va au-delà de toutes les autres formes d'amour. C'est l'amour qui donne au lieu de prendre, l'amour qui se fait petit au lieu d'occuper toute la place, l'amour qui veut le bien de l'autre plutôt que le sien, l'amour affranchi de l'ego.

En conclusion, parmi toutes les formes de l'amour que les grands penseurs de tous les temps nous ont livrées, l'amour Agapè se trouve être celui qui est au-dessus de toutes. C'est l'amour désintéressé, l'amour spirituel, l'amour de Dieu.

Voyons à présent comment notre civilisation moderne appréhende l'amour dans la langue française.

## 1.2 L'amour selon la langue française

L'Encyclopédie libre en ligne Wikipédia définit l'amour comme un sentiment d'affection et d'attachement envers un être vivant ou une chose qui pousse ceux qui le ressentent à rechercher une proximité physique, spirituelle ou même imaginaire avec l'objet de cet amour et à adopter un comportement particulier.

Cette définition fort simple, ne traduit pas à première vue la complexité que l'usage de ce mot revêt dans la langue française. En effet, le mot français "amour", comme le verbe "aimer" qui en dérive, recouvre une large variété de significations distinctes quoique liées. Ainsi, le français utilise le même verbe pour exprimer ce que d'autres langues expriment par des verbes différents. Par exemple, "j'aime ma femme" et "j'aime la banane" se disent respectivement en anglais "I love my wife" et "I like banana".

Le verbe français "aimer" peut renvoyer à une grande variété de sentiments, d'états de conscience et de comportements, allant d'un plaisir général lié à un objet ou à une activité à une attirance profonde ou intense pour une personne ou plusieurs personnes. Cette diversité d'emplois et de significations du mot "amour" le rend difficile à définir de façon unie et universelle, même en le comparant à d'autres états émotionnels. Cette diversité est également traduite dans le dictionnaire français *le Petit Larousse* où l'on observe pas moins de cinq sens pour définir le mot amour.

C'est pourquoi **Jean-Yves Leloup**, écrivain, philosophe, théologien et prêtre à l'Église Orthodoxe Française, dans ses travaux, a établi une classification des significations du mot "amour", qu'il a appelée *l'échelle amoureuse*. Sur cette échelle, en plus des quatre sens issus du grec que nous avons vus, il en rajoute six autres qu'il les nomme par des noms grecs. Ainsi, on a "l'amour soif" qui est désigné par **Pornéia** (on ne peut vivre sans l'autre); "l'amour besoin" : **Pothos** (l'autre est là pour combler nos manques) ; "l'amour passion" : **Pathé** (On a l'autre dans la peau) ; "l'amour harmonie": **Harmonia** (on se construit par rapport à l'autre et réciproquement); "l'amour dévouement": **Eunoïa** (on se dévoue totalement à ce qu'on aime); "Aimer et être aimé devient une grâce" : **Charis** :(changement de mode d'être). Il aboutit au classement suivant par ordre décroissant, c'est-à-dire du niveau le puissant de l'amour (10) à son niveau le plus vil (1) :

- 10 : Agape** : On perçoit que l'autre est plus grand que ce qui est plus grand en nous.
- 9 : **Charis** : Changement de mode d'être. Aimer et être aimé devient une grâce.
- 8 : **Eunoïa** : Amour dévouement.
- 7 : **Harmonia** : Amour harmonie.
- 6 : **Storgé** : Amour tendresse.
- 5 : **Philia** : Amour amitié.
- 4 : **Eros** : Amour érotique, entrée du désir.
- 3 : **Pathé** : Amour passion. On a l'autre dans la peau.
- 2 : **Pothos** : Amour besoin. L'autre est là pour combler nos manques.
- 1 : **Pornéia** : Amour soif. Sans l'autre on ne peut pas vivre.

En conclusion, nous notons que dans la langue française comme dans le grec, l'amour Agapè est le niveau le plus puissant de l'amour. Voyons à présent ce que la Parole de Dieu nous donne comme sens à l'amour.

### 1.3 L'amour selon la Bible

La Bible est la Parole de Dieu révélée aux hommes pour leur montrer comment mener une vie conforme à sa volonté, et avoir le salut pour la vie éternelle. Elle contient 66 livres à raison de 39 pour l'Ancien Testament et 27 pour le Nouveau Testament. Dans la version de la Bible Louis Segond, édition 1910, le mot "amour" y figure **130 fois** dont 61 fois dans l'Ancien Testament et 69 fois dans le Nouveau Testament. La question qui nous vient directement à l'esprit est celle de savoir de quel type d'amour il est question dans la Bible. Pour apporter une réponse à cette question, examinons le sens de ce terme dans les deux grandes divisions de la Bible que sont l'Ancien et le Nouveau Testament.

#### *Dans l'Ancien Testament*

Dans l'Ancien Testament, les livres qui exaltent le plus l'amour sont *Cantiques des Cantiques* qui cite ce mot 17 fois, et le livre du prophète Esaïe qui en parle 13 fois. *Cantiques des Cantiques* chante l'amour entre la dulcinée Sulamite et le berger, son roi. Au **verset 4.7-8**, on lit ceci: "*Que tu es belle, ô mon amie, tu es parfaitement belle, sans défaut. Ma fiancée, tu vas venir avec moi, tu vas venir du Liban, oui du Liban avec moi. Tu contempleras la plaine du sommet de l'Amara, du Sir et de l'Hermon. Là les lions ont leur retraite et les panthères se*

*cachent dans les montagnes*". Nous voyons qu'il s'agit ici de l'amour érotique, l'amour éros, l'amour entre mari et femme.

Par contre l'amour dont parle Esaïe, c'est l'amour de Dieu envers son peuple Israël. Il y est par exemple écrit au **verset 62 :1** : *"Pour l'amour de Sion je ne me tairai point, Pour l'amour de Jérusalem je ne prendrai point de repos, Jusqu'à ce que son salut paraisse, comme l'aurore, Et la délivrance, comme un flambeau qui s'allume"*. Ici, c'est l'Eternel qui parle de garder pour toujours son amour pour son peuple. Cet amour qui s'est concrétisé par l'envoi de son fils Jésus Christ mourir à la croix pour lui.

Nous notons également d'autres types d'amour dans l'Ancien Testament, notamment l'amour *Philia* entre le jeune David et Jonathan dans **2 Samuel 1 :26**, et l'amour-prostitution ou amour *Pornéia* décrit dans **Ezéchiel 16 :8 ; 23 :17 ; 24 :21 et 24 :25**, pour symboliser la prostitution d'Israël aux dieux païens.

Nous concluons que dans l'Ancien Testament, plusieurs types d'amour y prévalent : l'amour *éros* entre conjoints pour consolider les liens de mariage, l'amour *philia* entre les hommes pour l'harmonie dans les relations sociales, l'amour *Pornéia* ou la dépravation d'Israël dans ses relations coupables avec l'idolâtrie, et l'amour de Dieu pour les hommes qui préfigurait l'amour de Christ pour son Eglise, en vue du salut de l'humanité, qui est par ailleurs largement explicité dans le Nouveau Testament.

#### *Dans le Nouveau Testament*

Dans le Nouveau Testament, le mot "amour" est répété 69 fois dont 18 fois dans la première épître de Jean, 9 fois dans l'épître de Paul aux Romains, et 8 fois dans l'évangile de Jean.

Dans les sept versets de l'Évangile de Jean où le mot "amour" est cité 8 fois, il est surtout question de l'amour de Dieu pour les hommes, avec en prime le témoignage de Jésus pour avoir fait connaître cet amour de Dieu aux hommes (**Jean 17 :26**) et la condition pour les hommes de garder cet amour par l'observance de ses commandements (**Jean 15 :10**). Au-delà de cet amour entre Dieu et les hommes, l'Évangile de Jean fait connaître un niveau supérieur de l'amour qui est celui de donner sa vie pour ses amis (**Jean 15 :13**) : *"Il n'y a pas de plus grand amour que de donner sa vie pour ses amis"*. Ce type d'amour, c'est l'amour qui veut le bien de l'autre et non le sien. Nous l'avons appelé l'amour *Agapè*.

Dans la première épître de Jean, l'auteur souligne à grands traits l'amour de Dieu pour les hommes, et exhorte ses destinataires à demeurer dans cet amour en gardant sa parole et ses commandements et en s'aimant les uns les autres. Il leur déconseille fermement l'amour du monde et les choses qui s'y trouvent, par exemple l'amour de l'argent.

Dans l'épître aux Romains, Paul parle également de l'amour de Dieu pour les hommes et leur demande d'entretenir entre eux l'amour fraternel. Par ailleurs, les caractéristiques de l'amour que l'apôtre Paul décrit dans **1 Cor. 13 : 4-13** nous font comprendre qu'il s'agit de l'amour désintéressé, c'est-à-dire l'amour *Agapè*. D'ailleurs, il conclut ce passage par le verset 13 en

disant : *"En somme, trois choses demeurent : la foi, l'espérance et l'amour, mais la plus grande d'entre elles, c'est l'amour"*.

Nous constatons donc, au vu de ce qui précède, que le type d'amour qui prévaut le plus dans le Nouveau Testament c'est l'amour de Dieu pour les hommes manifesté par Jésus Christ, pour demander aux hommes d'exprimer en retour leur amour pour Dieu. Cet amour se trouve être le plus haut niveau de l'amour, c'est-à-dire l'amour *Agapè*, en ce sens qu'il est prêt à donner sa vie pour ses amis. C'est ce type d'amour qui est demandé par les apôtres dans leurs lettres, à avoir les uns aux autres.

Pour conclure cette première partie consacrée à l'examen des différents sens de l'amour, nous observons que depuis les âges jusqu'aujourd'hui, et dans les Saintes Ecritures, le type d'amour le plus élevé et le plus recommandé, c'est l'amour *Agapè*, c'est-à-dire l'amour qui cherche le bien de l'autre et non le sien.

## **2. POURQUOI IL FAUT AIMER**

### **2.1 Pour avoir une bonne santé**

Dans le cadre de la relation qui existe entre le corps, les émotions et l'esprit, le déficit d'amour a une influence très perceptible sur le premier cité. Cette influence peut aller d'une simple fièvre, c'est-à-dire un dérèglement de la température du corps, à une maladie chronique. Ceci est vrai tant pour celui qui devrait aimer et qui éprouve des sentiments contraires, que pour celui qui s'attend à l'amour, et qui reçoit à la place des frustrations et autres rejets.

Ainsi, le sentiment qu'un être humain éprouve de n'être pas aimé est susceptible de provoquer en lui des troubles et des maux réels, identifiables à des maladies, sans cause clinique apparente. On parle alors de maladies psychosomatiques. Le **Docteur Daniel Dufour** est médecin français. Il pratique la médecine globale dans laquelle les causes de la maladie sont traitées plutôt que les symptômes. Dans son ouvrage *La blessure d'abandon*, il révèle que les recherches de la médecine traditionnelle chinoise ont montré que les organes tels que les reins, la vessie, l'oreille sont le siège de certaines de nos émotions comme la peur. Il s'agit de la peur psychologique.

En effet, selon les psychologues, la peur psychologique résulte d'une pensée négative fondée sur la perspective d'un danger ou un péril susceptible de nuire ou de menacer notre existence. Lorsque ce sentiment naît et se développe, il crée en nous une énergie semblable à celle qui résulte de la vraie peur, et qui permet au corps soit d'affronter le danger, soit de s'échapper en prenant la fuite. Au fur et à mesure que cette peur demeure en nous, cette énergie se scinde en deux, une partie reste dans le mental pour entretenir l'égo, et une autre partie se déverse dans le corps. C'est cette dernière composante qui nuit au corps en provoquant des maladies. Or, avoir peur signifie qu'il y a manque de confiance et qu'on est privé d'amour, car comme le dit l'apôtre Paul dans **1 Cor 13 :7**, « *l'amour fait confiance* », c'est-à-dire qu'il n'a pas peur.

Pour revenir aux recherches des médecins chinois évoqués ci-dessus, la partie de l'énergie provoquée par la peur qui est déversée dans le corps va entraîner sur la vessie ou sur les oreilles des inflammations appelées cystites ou otites, qui sont, comme vous le savez, des maladies réelles. Ainsi, une personne qui ne se sent pas entouré d'une affection dont elle a légitimement droit, peut développer ces maladies. C'est le cas par exemple des nourrissons abandonnés à eux-mêmes, ou même des adultes qui ont subi dans leur enfance un abandon ou un rejet.

Voyons maintenant ce qui se passe chez celui qui devrait aimer, et qui refuse de le faire. En dehors de l'attitude d'indifférence totale ou de neutralité, l'absence d'amour entraîne la présence d'au moins un des sentiments suivants : la haine, le ressentiment, la rancœur, la vengeance, le refus de pardonner, la dispute, l'intolérance. Les psychologues admettent aujourd'hui, et les médecins approuvent, que ces émotions négatives, dues au refus de manifester l'amour, provoquent dans l'organisme, suivant le principe décrit plus haut, des maladies telles que l'hypertension artérielle, les ulcères, les éruptions de boutons sur la peau, les palpitations, l'insomnie, un état de fatigue et même des maladies du cœur.

En conclusion, nous devons aimer pour nous-même, pour garder le plus grand bien que nous avons, la santé, sans laquelle notre existence est compromise.

## **2.2 Pour vivre dans la paix avec son prochain**

Dans le chapitre 13 de 1 Corinthiens où l'apôtre Paul chante l'hymne à la louange de l'amour *Agapè*, le plus haut niveau de l'amour, la version Semeur de la Bible écrit ceci au verset 5: « *Il (l'amour) ne s'aigrit pas contre les autres, il ne trame pas le mal* ». On comprend ainsi que l'amour ne se met pas dans une situation susceptible d'aigrir ou de susciter le mécontentement des autres, et qu'il supporte le mal. Autrement dit, celui qui aime dans le sens de l'amour *Agapè*, ne fait pas de mal à autrui. Au contraire, il endure le mal que lui cause les autres sans en garder ni rancune, ni ressentiment.

Le conflit prévaut là où il n'y a pas de paix. Qu'il soit sous la forme d'une simple dispute, d'une joute oratoire ou d'une bataille rangée, le conflit trouve sa source de deux manières : soit parce que l'on a causé du tort à l'autre et que l'on refuse de le reconnaître, de demander pardon et de le réparer, soit parce que l'on a subi de la part de l'autre un tort et que l'on exige à tout prix réparation, face au refus de l'autre. Dans les deux cas, l'on ne vit pas dans la paix avec le vis-à-vis. Pourtant, la sagesse de Dieu révélée dans sa Parole par l'apôtre Paul au verset ci-dessus, nous montre les bienfaits de l'amour relativement à la paix et comment il faut vivre cette paix.

Premièrement, il faut éviter de faire du mal à l'autre. Et lorsque par mégarde, le mal est commis, il faut demander pardon. Si le pardon n'est pas accepté, il faut réparer le tort, non par contrainte, mais spontanément et sans murmures. L'histoire de David et de Saül que nous raconte tout le chapitre 24 de 1 Samuel illustre parfaitement la puissance de cet amour qui évite de faire le mal à l'autre et qui conduit à la paix, en même temps qu'il élève. Voici l'histoire.

Pour avoir désobéi à l'Éternel, Saül, premier roi d'Israël, est déchu de la royauté au profit du jeune David. Pour se venger, le roi entreprend de le faire mourir. Cependant, au lieu de se servir des soldats de sa garde pour accomplir sa sale besogne, ou alors de commettre les services secrets, comme il est d'usage de nos jours dans les milieux du pouvoir contre les opposants gênants, il décide lui-même de capturer de ses propres mains ce petit récalcitrant qui prétend prendre sa place. Au cours de sa poursuite, sentant le besoin de se soulager, il entre dans une grotte où est réfugié David. Ce dernier, qui avait ainsi à portée de main la tête du roi, va renoncer à le tuer et préférer à titre de démonstration, couper un pan de son manteau qu'il le lui brandira à sa sortie. Cette attitude de renoncement de David, qui ridiculise le roi, témoigne l'expression d'un double amour : d'une part, l'amour de David envers le roi en tant qu'être humain et en tant que roi, et d'autre part l'amour de David envers Dieu qui a fait oindre Saül comme roi. C'est la puissance de cet amour qui a définitivement vaincu le roi, l'obligeant à mettre fin à sa folle poursuite et à jeter les armes, synonyme de paix. Cet amour-là, c'est l'amour *Agapè*. Les vertus d'un aussi grand amour, qui brise toutes les forteresses, qui défait les armées les plus puissantes du monde, et qui rend inévitablement victorieux celui qui en fait usage, l'élève aux yeux de Dieu. C'est pourquoi David, toute sa vie durant, était appelé le roi selon « le cœur de Dieu ».

Deuxièmement, dans l'éloge à l'amour dont nous parle Paul, il faut endurer le mal que nous causent les autres sans nous venger. C'est en substance l'enseignement de Jésus dans **Matthieu 5 :38-40** sur la non vengeance que le nationaliste indien Mohandas Gandhi a pris à son compte et qui lui a permis de libérer son pays l'Inde du joug esclavagiste anglais en 1947. L'amour pratiqué de cette façon est une puissante force qui donne des résultats inespérés et apporte toujours la paix.

### 2.3 Pour obéir à Dieu

Les évangiles synoptiques rapportent à quelque contexte près l'entretien que Jésus a eu avec les scribes au sujet du plus grand commandement. Dans **Marc 12 :28-31** version Louis Segond, les scribes demandent à Jésus : « *Quel est le premier de tous les commandements ?* » Jésus répond ainsi : « *Voici le premier : Ecoute, Israël, le Seigneur, notre Dieu, est l'unique Seigneur ; et : Tu aimeras le Seigneur, ton Dieu, de tout ton cœur, de toute ton âme, de toute ta pensée, et de toute ta force. Voici le second : Tu aimeras ton prochain comme toi-même. Il n'y a pas d'autre commandement plus grand que ceux-là* ». Dans ce passage, il s'agit en fait de l'amour de Dieu, de l'amour de soi-même et de l'amour du prochain, érigés comme le plus grand commandement de Dieu. C'est de l'amour *Agapè* dont il est question. C'est le thème de cet exposé.

L'histoire qui suit, que nous raconte le livre de 1Samuel au chapitre 15 illustre à quel point l'obéissance à la parole de Dieu est d'une importance capitale. Saül, au lendemain de l'onction qu'il avait reçue à l'âge de trente ans pour être le premier roi d'Israël, avait aussitôt commis deux fautes qui l'ont précipité dans la déchéance de la royauté pour sa descendance. En effet, dans la série d'instructions qui ont suivi cette onction, Saül devait se rendre à Guilgal et y attendre pendant sept jours Samuel qui viendrait offrir des holocaustes et des sacrifices de communion à l'Éternel (**1Samuel 10 :8**). Arrivé à Guilgal, las d'attendre et sous

la pression de son armée, Saül entreprit d'offrir lui-même les sacrifices. C'était ainsi la première faute : **la désobéissance**. La sentence tomba de la bouche même de Samuel venu à la fin du sacrifice, en ces termes : « *Mais puisque tu as désobéi aux ordres de l'Eternel, ta royauté ne subsistera pas. L'Eternel a décidé de se chercher un homme qui corresponde à ses désirs et de l'établir chef de son peuple.* » (**1Samuel 13 :14**).

La deuxième faute de Saül concerne toujours sa désobéissance aux ordres de Dieu. A la sortie du peuple d'Israël d'Egypte, dans le désert en route pour Canaan, le peuple de Dieu s'était vu barrer la route par les Amélicites. Il y eut un combat violent remporté par Israël. Dieu décida alors d'effacer complètement le souvenir des Amélicites sous le ciel. (**Exode 17: 8-16**). Une fois le peuple installé en Terre Promise, et en vue d'exécuter ce jugement, Dieu donna cet ordre à Saül : « *Maintenant, va les attaquer et voue-les moi en les exterminant totalement avec tout ce qui leur appartient. Sois sans pitié et fais périr hommes et femmes, enfants et bébés, bœufs, moutons, chèvres, chameaux et ânes* » (**1Samuel 15 :3**).

Mais au lieu d'exécuter cet ordre, voici ce que fit Saül : « *Saül battit Amalec depuis Havila jusqu'aux abords du Chour à l'est de l'Egypte. Il captura Agag, roi d'Amalec, vivant, et extermina toute la population par l'épée. Saül et ses soldats épargnèrent Agag ainsi que les meilleurs animaux du butin : moutons, chèvres et bœufs, bêtes grasses et agneaux ; ils ne voulurent pas les détruire pour les vouer à l'Eternel. Par contre, ils détruisirent tout ce qui était méprisable et sans valeur* » (**1Samuel 15 :7-9**).

Face à cette transgression, Samuel, après avoir écouté Saül donner les raisons qui l'ont conduit à épargner le meilleur bétail, déclara : « *Les holocaustes et les sacrifices font-ils autant plaisir à l'Eternel que l'obéissance à ses ordres ? Non ! Car l'obéissance est préférable aux sacrifices, la soumission vaut mieux que la graisse des béliers. Car l'insoumission est aussi coupable que le péché de divination et la désobéissance aussi grave que le péché d'idolâtrie. Puisque tu as rejeté les ordres de l'Eternel, lui aussi te rejette et te retire la royauté* (**1Samuel 15 :22-23**).

Bien Aimés, l'une des leçons que nous pouvons retenir de ce récit, c'est que rien ne peut nous permettre de justifier la désobéissance à la Parole de Dieu d'une manière générale, et à son plus grand commandement, celui relatif à l'amour en particulier. Si nous nous obstinons à ne pas obéir à ce commandement, ce qui est arrivé à Saül nous arrivera certainement au jour du jugement. C'est-à-dire que nous constaterons que nous avons été longtemps déçus de notre qualité d'enfant de Dieu en Christ. Et que nous avons continué à être chrétiens pour rien. Car malgré sa déchéance, Saül a continué à être roi d'Israël pendant 42 ans, bien qu'il ne valait plus rien aux yeux de Dieu.

Appuyer davantage sur le respect du commandement dans l'armée en racontant l'expérience du CIFAN.

### **3. LES OBSTACLES A L'AMOUR**

#### **3.1 L'égo surdimensionné**

### *Définition de l'égo*

Selon l'Encyclopédie libre Wikipédia, l'égo désigne généralement la représentation et la conscience que l'on a de soi-même. Il est tantôt considéré comme le fondement de la personnalité tantôt comme une entrave à notre développement personnel du point de vue spirituel. Pour les psychologues, l'égo, c'est le fait de s'identifier au mental. C'est-à-dire le fait de croire que l'être qu'on est, est égal aux pensées involontaires et compulsives qui traversent le mental. Dans l'imagerie populaire, l'égo renvoie à l'égoïsme, à l'égoïsme, à l'égoïsme, c'est-à-dire "tout pour soi-même et rien pour les autres".

### *Les caractéristiques et les manifestations de l'égo*

Les choses auxquelles l'égo se délecte et qui lui permettent de vivre sont nombreuses. Nous pouvons citer quelques-unes : les biens matériels, les louanges, l'orgueil, l'admiration, le statut social, la reconnaissance sociale, les connaissances, l'éducation, l'apparence physique, les relations, l'histoire personnelle et familiale, les systèmes de croyances, les formes d'identifications collectives comme les partis politiques, les groupes ethniques ou religieux, le jugement, l'attention. S'agissant particulièrement de ce dernier point, lorsque l'égo ne parvient pas à attirer normalement l'attention sur lui pour être admiré ou loué, il peut se faire bourreau en commettant des actes négatifs voire odieux. On a ainsi vu des gens perpétrer des assassinats dans le seul but de paraître dans les journaux et sortir de l'anonymat. Une autre façon d'attirer l'attention sur lui, c'est de jouer à la victime pour susciter la pitié et la sympathie des autres. L'égo se voue alors sans cesse dans les récriminations, les murmures, les reproches, l'indignation, et exprime ainsi à haute voix le faux sentiment d'être offensé. Dans les deux cas, on parle d'un égo très actif ou d'un égo surdimensionné.

Selon le **Dr. Daniel Dufour** que nous avons cité plus haut, l'égo nous coupe du moment présent et nous projette dans le futur, ce qui engendre en nous appréhension, manque de confiance en soi, peur, angoisse, phobie, panique. Il nous entraîne dans le passé pour nous plonger dans les regrets, le remords et la culpabilité. L'égo nous coupe également de nos émotions, en nous empêchant de reconnaître que nous éprouvons des émotions de joie, de tristesse ou de colère. Il les bloque et les stocke à l'intérieur de nous. Du fait de l'égo, nous apprenons la répulsion plutôt que l'amour, nous nous attachons à l'apparence des êtres et des choses, et nous nous soumettons ainsi au monde de l'illusion. L'égo nous limite, nous restreint, nous enferme, nous condamne à la petitesse alors que nous sommes des géants, et nous mène en fin de compte à la souffrance. **Eckart Tolle**, enseignant spirituel allemand, explique dans son ouvrage à succès *Le pouvoir du moment présent*, que chaque souffrance créée par la manifestation de l'égo s'accumule pour former un champ d'énergie négative qui habite le corps et le mental. Il appelle l'accumulation de cette énergie *le corps de souffrance émotionnelle*.

### *Comment l'égo est une entrave à l'amour*

Ce corps de souffrance, dont la densité varie selon les individus, est fonction de l'activité de l'égo. Plus l'égo est surdimensionné, c'est-à-dire très actif, plus le corps de souffrance est dense, et moins on exprime l'amour, comme d'ailleurs tous les actes positifs, puisqu'on est

plongé dans la négativité. Par contre, plus l'égo est moins actif, c'est-à-dire qu'il relativise tout et se manifeste moins, plus le corps de souffrance est léger et plus l'on exprime de l'amour. Car l'être profond, qui est muselé et emprisonné par l'égo dans le corps de souffrance dense, est ici libre et exprime la vie dans la foi, l'espérance et l'amour comme le dit l'apôtre Paul dans **1 Cor 13 :13**.

Nous voyons donc que celui qui a un corps de souffrance dense, ne peut pas exprimer l'amour. C'est-à-dire qu'il lui est difficile de donner et de recevoir l'amour, même l'amour de Dieu ! Prenez le cas de l'homme riche dont parle **Luc 18 :18-30**, venu demander à Jésus comment faire pour hériter le royaume de Dieu. Cet homme avait un corps de souffrance très dense car, dominé par l'égo, mais il ne le savait pas. Après avoir accompli toute la loi, il croyait être dans l'amour de Dieu. Je pense même qu'en posant la question à Jésus, il se disait avec fierté que Jésus allait le féliciter d'avoir respecté tous les commandements de Dieu. Erreur ! Quand Jésus lui dit : « *Vends tout ce que tu as, distribue-le aux pauvres, et tu auras un trésor dans les cieux. Puis, viens, et suis-moi* », il est devenu tout triste. L'égo a dû lui dire, « *mon ami, ça ne peut pas marcher comme ça* ». Donc, il ne pouvait ni exprimer l'amour de Dieu, ni l'amour du prochain, à cause de l'égo.

Ce texte nous enseigne que nous qui sommes chrétiens, nous pouvons être à l'église, faire tout ce qu'on nous demande de faire dans tous les plans, et ignorer, à cause de l'égo, que nous ne sommes pas dans l'amour de Dieu.

C'est pourquoi, avant de continuer, je vais demander à notre berger de prier pour nous, pour demander au Saint Esprit de nous éclairer par rapport à notre égo.

#### *Comment amoindrir l'égo*

Pour amoindrir l'égo et le rendre inapte à nous empêcher d'exprimer de l'amour, les psychologues nous proposent une démarche en deux temps :

1° **Reconnaître que nous vivons sous l'emprise de l'égo.** C'est-à-dire accepter que nous nous identifions aux pensées négatives qui occupent notre esprit. Faire ainsi revient à mettre l'égo à nu en lui disant que nous savons qu'il est là.

2° **Vivre pleinement le moment présent.** C'est-à-dire cesser de nous focaliser sur le passé et sur le futur. Cela revient à couper la principale source d'alimentation de l'égo. Le moment présent est la chose la plus précieuse qui soit. C'est le creuset au sein duquel se déroule notre vie, la seule partie du temps qui nous appartient. Car la vie, c'est maintenant, il n'y a jamais eu un moment où notre vie s'est déroulée que « maintenant », et il n'y en aura jamais que « maintenant ».

A ce sujet, je voudrais partager avec vous ce merveilleux poème que j'ai trouvé en lisant l'ouvrage de **Monique de Hadjetlaché** intitulé *Bien vieillir* et qui m'a séduit :

Vis le jour d'aujourd'hui  
Dieu te le donne, il est à toi  
Vis-le en Lui.

Le jour de demain est à Dieu  
Il ne t'appartient pas encore  
Remets-le-Lui

Le moment présent est une frêle passerelle  
Si tu la charges des regrets d'hier  
Des inquiétudes de demain  
La passerelle cède et tu perds pied

Le passé, Dieu le connaît  
L'avenir, Dieu te le donne  
Alors, vis le jour d'aujourd'hui  
En communion avec Lui.

**En conclusion**, après avoir pris conscience des dégâts que notre égo peut nous causer en nous empêchant de respecter le plus grand commandement de Dieu relatif à l'amour, nous devons nous engager à l'amoindrir à sa plus simple expression.

### **3.2 Le refus de pardonner**

Pardonner, c'est ne pas tenir compte des frustrations et des préjudices qui résultent d'un tort qui nous a été causé. C'est, selon le dictionnaire Larousse, renoncer à punir une faute, à se venger d'une offense. Celui qui refuse de pardonner, garde en lui la rancune. Celle-ci se développe rapidement ou avec le temps, pour atteindre le stade de la haine. L'intensité de cette haine est fonction des dégâts causés par le tort, qu'ils soient matériels ou psychologiques. Si avec le temps, du fait du pardon, la haine ne se dissipe pas dans le cœur de l'offensé, elle prépare la place à la vengeance qui viendra tôt ou tard précipiter les protagonistes dans un tourbillon de violence et de conflits.

Avant de voir à travers un exemple, comment le refus de pardonner entrave l'expression de l'amour, examinons d'abord ce qui se passe chez celui qui refuse de pardonner une offense. Comme nous l'avons dit, la haine est la phase intermédiaire du refus de pardonner, en attendant l'escalade de la violence ou le périple interminable des procès, selon que nous voulons nous venger nous-même ou demander justice. Or, la haine est une émotion négative que nous forgeons en nous-mêmes, qui nous domine et détruit notre vie, cela, de deux manières :

D'abord, elle permet à celui envers qui nous avons de la haine de contrôler notre vie. Nous passons notre temps à focaliser toute notre attention, toutes nos pensées vers la personne en lui souhaitant tout le mal du monde, si nous ne sommes pas en train d'échafauder un plan machiavélique de vengeance. Devenant prisonnier de ce sentiment, nous sommes incapables de nous concentrer dans nos activités ordinaires.

Le deuxième dégât que la haine produit en nous porte sur notre santé. Comme nous l'avons vu précédemment, la haine est une émotion négative qui agit sur certains de nos organes pour

causer des troubles fonctionnels dans notre corps et compromettre notre santé. Nous ne nous y attardons plus.

Nous nous rendons ainsi compte que celui qui refuse de pardonner, souffre psychologiquement et physiologiquement dans son être. Pendant ce temps, celui qui a provoqué l'offense, aussi longtemps qu'il n'est pas inquiété par une vengeance ou un procès contre lui, ne souffre de rien. C'est l'offensé ayant refusé de pardonner qui souffre. C'est pourquoi, connaissant ces souffrances qui embrasent les adeptes du refus de pardonner, Jésus Christ a prescrit de pardonner 77 fois 7 fois (**Matthieu 18: 22**). C'est-à-dire de pardonner sans compter, ou simplement de ne pas tenir compte de l'offense, quelle que soit la perte qu'elle nous inflige. C'est ainsi pardonner de tout son cœur.

Cet enseignement de Jésus à son auditoire, qui tranchait net avec la loi de Moïse jusque-là en vigueur : "*œil pour œil et dent pour dent*", se trouve être encore plus révolutionnaire quand il nous conseille de ne pas nous venger, que ce soit devant un préjudice d'ordre psychologique (la gifle donnée sur la joue) ou d'ordre matérielle (la tunique convoitée). Voici du reste ce que dit Jésus dans **Matthieu 5 :38-40** : "*Vous avez appris qu'il a été dit œil pour œil et dent pour dent. Mais moi, je vous dis de ne pas résister au méchant. Si quelqu'un te frappe sur la joue droite, présente-lui aussi l'autre. Si quelqu'un veut plaider contre toi et prendre ta tunique, laisse-lui encore ton manteau*".

En nous comportant de la sorte, c'est-à-dire en pardonnant, nous exprimons la force de l'amour la plus puissante pour vaincre toute animosité et nous porter bien. C'est bien ce que la dame du récit ci-dessous a compris après 18 ans de calvaire passés dans le refus de pardonner.

C'est l'histoire d'une femme qui avait perdu sa fille dans une agression violente perpétrée par un criminel aux Etats Unis. Au cours des 18 années qui ont suivi le procès et la condamnation à mort du coupable, cette dame fut consumée par le désir sans cesse de se venger. Mais ce désir ne fut jamais assouvi car la peine de mort avait été supprimée dans l'Etat où le meurtrier avait reçu sa sentence de mort. Pendant ces dix-huit années, cette maman fut incapable de fonctionner de façon satisfaisante. Au fil des ans, elle chercha en vain de l'aide pour sortir de son désespoir. Lorsqu'enfin elle rendit visite au meurtrier, et qu'elle lui pardonna, alors qu'il était toujours condamné à mort, elle raconta qu'elle vécut une expérience spirituelle exceptionnelle d'amour envers elle-même, sa fille décédée et le meurtrier.

Vous voyez donc que celui qui refuse de pardonner est complètement coupé. Il ne peut exprimer l'amour ni pour lui-même, ni pour les autres et moins encore pour Dieu. Pour le chrétien, le refus de pardonner est l'expression d'une hypocrisie et d'une insulte à Jésus Christ. Car le chrétien qui récite tous les dimanches "*le notre Père*" en déclarant : « *Pardonne-nous nos offenses, comme nous aussi nous pardonnons à ceux qui nous ont offensés* » **Matthieu 6:12**, et qui refuse de pardonner à ses semblables, est justement en train d'offenser Dieu par le mensonge. Celui-là, par respect pour Dieu, devrait s'abstenir de réciter la prière modèle.

### **3.3 Les blessures de l'enfance non guéries**

Dans ce paragraphe, nous allons montrer que certaines tares qui nous empêchent d'exprimer l'amour, pourraient résulter des blessures que nous avons reçues de nos parents pendant la conception ou pendant l'enfance.

### *L'état actuel des recherches*

Parlant à ce sujet, on se rend bien compte que beaucoup de livres qui traitent des relations parents/enfants ont été écrits par des psychologues, des médecins, des théologiens et des pasteurs. Des séminaires, des colloques et des symposiums ayant ce sujet pour thème sont régulièrement organisés un peu partout dans le monde. Dans les milieux chrétiens, les retraites spirituelles et les séminaires centrés sur les questions de famille, incluent dans leurs ordres du jour des points relatifs aux relations parents/enfants. Des enseignements plus détaillés sont même dispensés à l'École de la Famille de Jeunesse En Mission sur ce thème. La Bible, qui constitue la référence pour le chrétien, n'en est pas du reste. Elle nous parle des relations parents/enfants dans **Ephésiens 6 :1-4** en termes d'instructions à donner à l'enfant par le père pour sa bonne croissance, et en termes d'obéissance de l'enfant à ses parents.

Tout ceci montre à l'évidence combien la famille occupe une place de choix dans la vie de tout individu, et au sein de la famille, l'amour qui est un lien dont l'absence compromet de manière significative non seulement la vie de chaque membre de la famille, mais en particulier, comme nous allons le constater, celle de l'enfant. Nous avons ainsi choisi de voir plus clair dans ce domaine avec le **Dr Daniel Dufour**, qui, s'appuyant sur les travaux des chercheurs qui l'ont précédés, donne des explications pertinentes sur le sujet dans son ouvrage *La Blessure d'Abandon*.

Selon le niveau de recherches rendues à ce jour, il est démontré que le fœtus de six mois est déjà un être qui a des émotions et une mémoire. Sa conscience est développée et ses circuits neuronaux à cet âge, ont atteint le même stade de développement que lorsqu'il naîtra à neuf mois. Ainsi, ce fœtus est équipé pour ressentir l'amour ou l'absence d'amour de ses parents dans l'utérus. **Ingeborg Bosch Bonomo**, expert en psychologie sociale, s'appuyant sur les travaux des médecins, affirme que le fœtus peut sentir le manque des liens affectifs et d'amour de sa mère longtemps avant sa naissance.

C'est pourquoi, une mère en harmonie avec le père de l'enfant qu'elle porte dans le ventre, émet durant la grossesse des messages apaisants et de bien-être qui sont perçus par le fœtus et qui favorisent son développement harmonieux sur le plan émotionnel et physique. Dans le cas contraire, c'est-à-dire lorsqu'il y a des troubles entre les parents, le fœtus réagit aux stress de la mère. Il réagit également lorsque l'un seulement des deux parents, la mère ou le père, ou les deux à la fois, manifestent leur désir de ne pas avoir d'enfant, que ce désir soit ou non conscient. Les enfants de mères qui ne les ont pas désirés, ou qui n'ont pas su leur transmettre leur amour quand ils étaient dans le ventre, encourrent beaucoup plus de risques de souffrir des troubles émotionnels et physiques que ceux ayant été mis au monde par une mère qui les

désiraient. Certaines recherches ont même rapporté que les risques de décès chez les enfants non désirés par rapport à ceux qui sont désirés, sont deux fois plus élevés durant le premier mois de la vie !

Il est donc prouvé que le fœtus ressent le manque d'amour, un manque qui va se traduire par des troubles physiques et psychiques non seulement dans sa vie de nouveau-né, mais aussi dans sa vie d'enfant puis d'adulte. Des atrophies cérébrales fronto-lobiques, c'est-à-dire des pertes de facultés des parties du cerveau jouant un rôle important dans le comportement résultant des émotions, peuvent même apparaître chez des enfants se trouvant en situation de carence affective.

Dans les années 60, des recherches faites sur des singes ont montré qu'un isolement affectif provoque une atrophie de l'aire fronto-lobique accompagnée d'une chute du taux de certaines hormones nécessaires au développement physique des enfants, ainsi que des modifications importantes du comportement de ces derniers qui se manifestent de différentes façons : désespoir, indifférence, attitude de retrait par rapport au milieu ambiant.

### *Les conséquences*

Voici ce qui se passe chez un très jeune enfant lorsqu'il est séparé de sa mère ou de son père, ceux-là même qui sont sensés lui apporter l'amour dont il a besoin.

- **Il se trouve soudainement privé de stimuli sensoriels importants** (parties du système nerveux responsables de la sensation). Ce qui empêche son cerveau limbique (la partie du cerveau qui traite des émotions) de se développer normalement.
- **Il ressent cela comme un décès ou une disparition.** Non seulement il ressent des émotions identiques à celles du décès d'un proche, alors que dans la réalité il n'y a pas eu deuil, mais les répercussions seront identiques à celles d'un deuil et induiront en conséquence des malformations et des carences.

Heureusement qu'il est démontré que tout cela est réversible si l'enfant est à nouveau entouré d'affection. Si tel n'est pas le cas, l'enfant grandira avec toutes ces blessures, qui vont affecter son développement à l'état de fœtus, puis à celui d'enfant, d'adolescent et plus tard d'adulte, tant sur le plan physique que psychologique. Dans ces conditions, et dans les différents stades de sa vie, comment pourra-t-il exprimer l'amour qu'il n'a pas reçu ? Il lui est simplement impossible de donner et de recevoir l'amour, étant donné que les parties du cerveau traitant de cette émotion sont atrophiées.

Dans un article intitulé « *En Chine, au pays des enfants délaissés* », paru le 29 Mars 2016 dans le journal *Le Monde* et relayé par RFI, le reporter révèle qu'ils sont aujourd'hui 61 millions dans les campagnes chinoises, soit 40 % de tous les enfants d'origine rurale de moins de 16 ans à avoir été abandonnés par leurs parents partis en ville à la recherche du travail. Ces séparations, qui induisent un manque affectif, nourrissent chez ces tout petits délaissés un sentiment d'abandon, de l'anxiété et le manque d'estime de soi.

Les conséquences n'ont pas tardé à survenir car il a été signalé la mort par asphyxie de cinq garçonnets dans un conteneur à déchets et la mort par suicide d'un garçon de 13 ans qui a empoisonné ses trois petites sœurs avant de se donner lui-même la mort par absorption d'un poison, révélant ainsi une détresse psychologique immense. Ces deux drames ont frappé les esprits en Chine. Les observateurs pensent que les adolescents issus de familles aux liens distendus sont plus susceptibles d'adopter en grandissant des comportements déviants. Certains rejoindront les confréries criminelles typiques des petites villes chinoises. Le gouvernement chinois quant à lui, bien conscient de cette bombe à retardement des enfants délaissés, ne réagit toujours pas.

Un autre cas est celui de *l'abandon fictif*. Il s'agit de l'enfant qui se sent abandonné ou rejeté quand bien même il est avec ses parents. Nous rappelons qu'un enfant a besoin d'amour pour grandir de façon harmonieuse. L'amour renforce chez lui le sentiment d'exister par lui-même et, par voie de conséquence, le sentiment d'être une personne importante, qui a de la valeur. L'enfant a donc besoin du soutien actif de ses parents, sur le plan physique, car seul, il est incapable de prendre soin de lui-même. Il a également besoin de leur soutien sur le plan psychologique, car leur amour est indispensable à son âme. Tout événement le privant à plus ou moins long terme ou de façon plus ou moins importante de ces deux éléments, le conduit à se dévaloriser. Bien entendu, les sévices physiques et sexuels, malheureusement si souvent constatés, sont autant d'autres causes menant directement au sentiment d'abandon et de rejet.

Mais même un enfant qui ne fait pas l'objet de violences physiques, s'il est régulièrement rabaissé, traité d'imbécile ou de vaurien par ses parents, va développer le sentiment qu'il n'a aucune valeur et qu'on ne peut l'aimer. Il est à ce point « nul » ; de même qu'un enfant délaissé ou ignoré par ses parents.

Tous ces actes commis à l'encontre de l'enfant l'amènent à se sentir sans valeur et à se dévaloriser. Il se convainc non seulement qu'il est un être sans importance, mais qu'il est taré, limité, voire nuisible. Il finit par penser que ses parents ont raison de l'éloigner, de le mettre au ban du cercle familial, de le rejeter et de l'exclure. (Parler de la caricature de Cameroon Tribune). En réaction à cela, pour se protéger, il va s'ériger un mental. Il va développer son égo qui va le rendre hostile à tout le monde. Il sera donc réfractaire à l'amour, que ce soit pour donner ou pour recevoir.

Comment faire pour y remédier ? Des solutions sont proposées. Mais pour le chrétien, la véritable solution revient à donner sa vie à Jésus, qui, par l'action du Saint Esprit, nous amènera dans notre passé à toucher du doigt le problème. Ainsi par des prières, nous redeviendrons comme nous aurions dû être et serons à mesure de vivre pleinement par l'amour. La Bible ne dit-elle pas qu'en Jésus nous sommes une nouvelle créature (**2Cor. 5 :17**)?

## **4. COMMENT EXPRIMER L'AMOUR**

### **4.1 L'amour de soi-même**

La plupart du temps, dans les tentatives de la mise en pratique du commandement de Jésus selon lequel « *Tu aimeras ton prochain comme toi-même* », on s'efforce à accomplir le premier membre de cette loi, négligeant volontairement ou inconsciemment le second membre. Pourtant, l'amour de soi est un accomplissement de première importance dans la mesure où si l'on ne s'aime pas soi-même, on ne peut véritablement donner l'amour à son prochain. Car, l'on ne peut donner que ce que l'on possède. Selon Eckhart Tollé que nous avons cité plus haut, « *aimer votre prochain comme vous-même signifie que votre prochain est vous-même, et cette reconnaissance de l'unité est l'amour, car aimer son prochain constitue une des plus grandes formes d'amour de soi* ». De même que s'aimer soi-même profite à tous ceux que nous rencontrons parce que plus nous sommes bien dans notre peau, plus nous pouvons construire des relations équilibrées avec les autres.

Cependant, il convient de distinguer l'amour de soi des manifestations de l'égo ou l'égoïsme, car l'égo, c'est le faux « moi ». L'égo vous pousse à agir dans « votre intérêt » comme si c'était vous alors qu'au fond, il est différent de votre être profond. L'amour de soi, comme nous allons le voir ici, n'a rien à voir avec l'égo.

L'être humain étant constitué de deux entités, l'intérieur et l'extérieur, l'amour de soi va naturellement porter sur ces deux ensembles.

### *L'amour de soi vu de l'intérieur*

Notre intérieur est formé, en plus de nos sentiments et émotions, de notre esprit et de notre âme. L'amour de soi va se mesurer par l'attention que nous portons au quotidien sur certains éléments clé de notre personnalité. Ainsi,

#### **1. *S'aimer soi-même, c'est entretenir une bonne image de soi***

La mauvaise image que nous avons souvent de nous-même provient de nos propres pensées. C'est soit le résultat de notre histoire personnelle, familiale, culturelle ou ethnique, soit celui des faux jugements que notre entourage porte sur nous et que nous acceptons. Pour entretenir une bonne image de nous-même, nous devons nous débarrasser de ces pensées négatives sur nous et nous souvenir que nous sommes une merveilleuse créature de Dieu. Pour relever et entretenir notre image de soi, nous pouvons créer des textes affirmatifs positifs que nous nous répéterons chaque jour, ou simplement choisir un passage biblique que nous méditerons chaque jour. Nous pouvons également utiliser le miroir pour parler à nous même en fixant notre image et en répétant des affirmations fortes du genre « je t'aime tel que tu es », ou encore « tu es une merveilleuse créature de Dieu ».

#### **2. *S'aimer soi-même, c'est être fidèle à soi***

Etre fidèle à soi, c'est être constant dans sa relation avec soi-même, être loyal, exactement comme on l'est dans ses relations avec autrui. C'est prendre une décision murement réfléchie et s'y en tenir contre vents et marées. La référence pour le chrétien et même pour l'homme tout court, c'est que Dieu est fidèle dans ses lois. Lorsque nous avons une image de nous-même positive et forte, il nous est plus facile d'être fidèle à nous-même. Etre fidèle à nous-

même, c'est témoigner de la plus grande marque de respect pour nous-même. Etre fidèle à nous-même, c'est écouter notre voix intérieure et la suivre, c'est être nous-même, sans être ballotté par des influences extérieures, c'est obéir à notre appel.

### **3. *S'aimer soi-même, c'est reconnaître ses besoins et les honorer***

Il s'agit ici des besoins fondamentaux de la vie qu'il ne faut pas confondre avec certains désirs de posséder qui ne sont pas indispensables à la vie. Par exemple, nous avons vu précédemment que le besoin d'amour est fondamental au nouveau-né pour sa croissance et même pour sa vie. Une personne dont la vie est en grande partie contrôlée par des désirs superficiels vit dans un enfer de dépendance. Celui-là a perdu toute autonomie et tout respect et amour de soi.

Le célèbre psychologue américain **Abraham Harold Maslow** a hiérarchisé les besoins fondamentaux de l'homme dans ce qu'il a appelé la *pyramide des besoins* allant de la base au sommet de la manière suivante : (a) *besoins physiologiques*, (b) *besoins de sécurité*, (c) *besoins d'appartenance et d'amour*, (d) *besoins d'estime de soi et d'amour*, (e) *besoins d'accomplissement de soi*. Exprimer de l'amour pour soi-même revient à reconnaître ces besoins pour soi et les honorer.

### **4. *S'aimer soi-même, c'est savoir dire non***

Beaucoup de gens ne savent pas dire non aux demandes qui leur sont faites, quand bien même cela les dérange. Cette incapacité à défendre ses droits, à fixer des limites aux demandes des autres, à préserver son espace personnel, traduit presque toujours un manque de confiance en soi et surtout d'amour de soi. Cela signifie que nous accordons plus d'autorité et d'importance aux opinions des autres qu'aux nôtres. Cette incapacité est souvent liée à la peur de décevoir les autres.

Savoir dire non est une preuve de respect de l'autre en même temps que du respect de soi. Savoir dire non, un non ferme, sans agressivité et surtout sans culpabilité, constitue une expression de maturité émotionnelle. C'est la caractéristique d'une personne qui est à l'écoute de ses besoins, de son intérieur, et le respecte.

Paradoxalement, un non authentique, enraciné dans l'être profond, dans le respect de son propre espace de vie, constitue un oui caché. Car dire non, c'est dire oui à autre chose qui est plus importante pour soi. De la même façon, dire un oui sous pression, par peur, équivaut à dire un non caché à ses propres besoins. Jésus n'a-t-il pas dit : « *que votre parole soit oui, oui, non, non ; ce qu'on y ajoute vient du malin* »? **Matthieu 5 :37.**

### **5. *S'aimer soi-même, c'est savoir taire son égo***

Nous avons défini l'égo et avons vu les choses auxquelles il prend plaisir. Parmi elles, l'égo aime se positionner comme notre juge intérieur. Il nous juge et nous condamne de nos actes commis, nous poussant ainsi à vivre dans la peur des conséquences à venir. Souvenons-nous qu'avec l'égo, nous vivons dans le passé et dans le futur, jamais dans le moment présent, celui où notre vie véritable se déroule. Exprimer l'amour de soi, c'est savoir dire non à l'égo, c'est

savoir le faire taire. Quand l'apôtre Paul nous dit dans **Philippiens 4 :6a** : « *Ne vous inquiétez de rien..* », il veut également nous dire de ne pas écouter notre juge intérieur, l'égo, qui a tendance à nous miroiter le futur pour nous faire peur, mais plutôt à avoir confiance en nous et en Dieu pour tous nos besoins. Avoir confiance en nous, c'est nous aimer nous-même.

#### **6. *S'aimer soi-même, c'est garder la foi, être positif dans la vie***

Dans le livre d'Esther que nous avons étudié par ailleurs, sur la base de l'expérience de la reine Esther et de son cousin Mardochée, contre qui un décret d'extermination irrévocable avait été signé par la plus haute autorité de l'Etat, nous avons défini la foi comme étant « *cette puissance invisible qui nous habite, et qui nous rassure que tout ira bien, quand bien même visiblement, le monde s'écroulerait autour de nous* ». Car pour ces deux personnages et pour les Juifs, l'impossible a été rendu possible par la foi. C'est ce type de foi qui doit habiter le chrétien tout au long de sa vie. Exprimer cette foi-là, c'est avoir totalement confiance en Dieu, c'est nous aimer nous-même. Chez les adeptes du développement personnel, il s'agit d'être positif dans la vie. La Bible ne nous dit-elle pas « *que toutes choses concourent au bien de ceux qui aiment Dieu, de ceux qui sont appelés selon son dessein* » ? (**Romains 8 :28**).

##### *L'amour de soi vu de l'extérieur*

Il s'agit de prendre soin de notre corps en veillant sur son bon fonctionnement et en lui donnant une bonne apparence physique. Le bon fonctionnement du corps va se faire par des actions à deux niveaux : le niveau préventif et le niveau curatif.

##### Le niveau préventif

Le niveau préventif comprend la bonne alimentation, la pratique des exercices physiques, le jeûne et la propreté.

##### Le niveau curatif

Il s'agit de prendre soin du corps en cas de maladies.

Toutes ces actions, entreprises en temps utile, montrent bien que nous aimons notre corps et par conséquent, que nous exprimons de l'amour pour nous.

Nous ne nous étendons pas sur cette partie qui l'objet de l'attention de beaucoup de personnes.

#### **4.2 L'amour du prochain**

« La sainte bienheureuse de Calcutta » mère Teresa dans son ouvrage inédit *Quand l'amour est là, Dieu est là*, dit que l'amour commence à la maison. C'est-à-dire que l'amour commence en famille. La famille nucléaire étant composée des conjoints et des enfants, examinons alors de plus près comment de manière pratique l'amour doit s'exprimer au sein de la famille.

##### *L'amour dans la famille*

Selon l'échelle amoureuse de **Jean Yves Leloup** qui nous a été présentée dans la première partie de ce travail, d'une part, et conformément aux standards divins présentés dans la Bible, d'autre part, deux types d'amour doivent prévaloir au sein d'un couple. Il s'agit de l'amour *éros* et de l'amour *agapè*.

En ce qui concerne l'amour *éros*, la Bible, à travers le livre *Cantique des Cantiques*, en fait une sublime apologie, comme pour conforter l'unité de l'homme et de la femme instruite par Dieu dans **Genèse 2 :24** en ces termes : « *C'est pourquoi l'homme quittera son père et sa mère, et s'attachera à sa femme, et ils deviendront une seule chair* ». Cependant, au-delà du chef d'œuvre lyrique de ce livre, aucune disposition d'ordre pratique n'est offerte, comme par exemple dans les épîtres du Nouveau Testament, pour vivre au quotidien l'amour *éros* entre mari et femme.

En 1978, le psychologue américain, **Dr. Willard F. Harley**, à qui sa paroisse avait demandé de présenter aux fidèles un exposé sur le thème : « *Ce que peut faire un couple pour rendre son mariage heureux* », a élaboré un cours sur les relations de couple dans le mariage. Le succès retentissant de ce cours dans les églises, a conduit huit ans après à l'éditer sous forme de livre sous le titre *His Needs, Her Needs*. Il est aujourd'hui parmi les best sellers des livres traitant des questions de mariage. Dans ce livre, l'auteur établit une priorité dans les besoins fondamentaux de chaque membre du couple. Ces besoins sont à peu près les mêmes, mais classés différemment. Ainsi, pour la femme, les besoins classés par ordre décroissant sont les suivants :

	<b>Femme</b>	<b>Homme</b>
1.	Affection	Accomplissement sexuel
2.	Conversation intime	Compagnie récréative
3.	Honnêteté et ouverture	Femme attrayante
4.	Appui financier	Support domestique
5.	Engagement familial	Admiration

L'expression de l'amour dont chaque membre du couple attend de l'autre, consiste à donner à l'autre selon la priorité de ces besoins, et non selon la priorité de ses propres besoins. Par exemple, l'homme pour exprimer son amour à sa femme, devra lui donner de l'affection en premier et le sexe qui est son premier besoin, sera naturellement comblé parce que la femme se sentira alors aimée. Quand l'apôtre Paul demande aux Ephésiens d'aimer leurs femmes, il sait de quoi il parle.

Toujours dans l'expression de l'amour au sein du couple, **Gary Chapman** psychologue et conseiller conjugal, dans son ouvrage à succès *Les 5 langages de l'amour*, nous conseille de bien connaître le langage d'amour de notre partenaire pour mieux communiquer avec lui. Selon lui, il existe cinq langages d'amour : les paroles valorisantes, les moments de qualité, les cadeaux, les services rendus et le toucher physique.

Munis de ces outils, nous sommes bien équipés pour exprimer correctement l'amour à notre partenaire à la maison.

Pour ce qui est l'amour entre les conjoints et les enfants, comme nous l'avons vu précédemment, l'amour des parents pour les enfants commence dès leur conception. Il se poursuit pendant la grossesse, l'enfance, jusqu'à l'âge adulte. C'est l'amour *philia*. Nous avons vu que cet amour qui est indispensable à la bonne croissance de l'enfant, à son équilibre psychique, et qui constitue les bases fondamentales pour sa future expression de l'amour, dépend en grande partie, sinon totalement de l'harmonie dans le couple. Ajouté à cette exigence primaire, la Bible recommande aux parents d'instruire leurs enfants sans les irriter (**Ephésiens 6 : 4**), et aux enfants d'obéir à leurs parents et de les honorer (**Ephésiens 6 : 1-2**). Examinons maintenant comment l'amour peut s'exprimer au dehors de la famille, il s'agit de l'amour du prochain

### *L'amour hors de la famille ou l'amour du prochain*

Il s'agit ici de l'amour *agapè* ou l'amour désintéressé. Le prochain se trouve être le nécessaire, comme Jésus l'a défini dans la parabole du bon samaritain de **Luc 10 :30-37**. C'est également, comme aime bien le répéter Mère Teresa citant Jésus dans **Mathieu 25 :40**, « *l'un de ces plus petits de mes frères* ». Bref, en un mot comme en plusieurs, le prochain, c'est l'homme de la rue, c'est l'étranger, c'est celui qui n'est pas nous. Comment alors exprimer de l'amour à son prochain ?

#### **1. L'amour du prochain, c'est le service**

Aimer autrui, c'est le servir. Pour illustrer cette déclaration, nous avons pris le cas de deux hautes personnalités, Jésus Christ et Mère Teresa.

L'Évangile de Marc, le plus court et le plus concis des quatre évangiles, présente Jésus comme un serviteur souffrant et puissant. Durant toute sa vie, nous dit le narrateur, Jésus a servi ses contemporains par des guérisons pour illustrer son amour et sa compassion, par des prodiges pour montrer sa toute puissance, et par des enseignements pour nourrir spirituellement l'homme et lui apporter le royaume de Dieu. L'évangéliste dénombre ainsi treize guérisons que Jésus a opérées, allant des paralytiques qui ont marché, aux sourds-muets qui ont entendu et retrouvé l'usage de la langue, en passant par des aveugles qui ont recouvré la vue, les lépreux rendus purs, les démoniaques libérés des démons. Au rang des miracles, on peut citer la multiplication des pains, les miracles opérés sur le lac de Galilée en imposant le calme à la mer agitée par la tempête, et en marchant sur l'eau et bien d'autres. Les enseignements quant à eux, beaucoup plus nombreux, ont été dispensés en paraboles et le plus souvent en citant les Écritures.

En 1928, Mère Teresa, de son vrai nom Gonxha Agnès Bojaxhiu, choisit de quitter définitivement sa terre natale de Skopje en Albanie à l'âge de 18 ans, pour aller servir comme sœur dans un couvent du Bengale en Inde. Elle affirme avoir reçu distinctement son appel du Seigneur Jésus à 37 ans, lui demandant d'apporter Sa lumière auprès des plus pauvres de Calcutta. Elle s'y engagea un an plus tard en 1948, non sans avoir vaincu moult difficultés à avoir l'autorisation des autorités de l'Église Catholique. Son travail consistait à apporter à

manger aux plus pauvres, à soigner les vieillards mourants, à enseigner les plus petits, et à prendre en charge les orphelins.

Quand elle meurt en 1997, après 60 ans de vie au service de son prochain, le bilan de son œuvre se chiffre à plus de 400 centres des Missionnaires de la Charité fondés sur les 5 continents, et la reconnaissance du monde entier se mesure en termes de 13 distinctions honorifiques parmi lesquels le prix Nobel de la paix décerné en 1979. Pour les catholiques, Mère Teresa est devenue sainte simplement pour avoir donné sa vie dans l'amour et le service des déshérités. Voici quelques citations sur l'amour et le service qui ont retenu mon attention dans ses ouvrages intitulés « *Les écrits intimes de la sainte de Calcutta* » et « *Quand l'amour est là, Dieu est là* » :

- « l'amour se prouve par des actes ; plus ils nous coûtent, plus grande est la preuve d'amour »
- « le plus grand mal, c'est le manque d'amour et de charité, cette terrible indifférence envers son prochain qui vit sur le bord de la route, meurtri par l'exploitation, la corruption, l'indigence et la maladie »
- « le fruit du silence est la prière, le fruit de la prière est la foi ; le fruit de la foi est l'amour, le fruit de l'amour est le service ; le fruit du service est la paix »
- « Votre travail doit prouver votre amour »
- « Tout ce qui vaut la peine d'être fait doit être fait avec amour, sinon, autant ne pas le faire du tout »
- « Il ne suffit pas de dire je t'aime, il faut faire quelque chose »
- « Ce n'est pas la quantité de ce que vous faites à quelqu'un qui traduit votre amour pour la personne, mais c'est la quantité d'amour que vous mettez dans ce que vous faites pour la personne qui traduit l'amour pour la personne ».

## **2. L'amour du prochain, c'est le don**

L'univers que Dieu a créé est un don qui nous est généreusement offert. Nous devons donner pour exprimer notre amour à l'univers qui nous donne la vie sans cesse, à notre prochain et à nous-même. Car il est écrit : « *Donnez, et il vous sera donné : on versera dans votre sein une bonne mesure, serrée, secouée et qui déborde ; car on vous mesurera avec la mesure dont vous vous serez servis* ». **Luc 6 :38**, et « *Dieu aime celui qui donne avec joie* » (2Cor.9,7). Mais alors, que devons-nous donner ?

- Nous pouvons donner simplement un sourire
- Nous pouvons donner du matériel aux nécessiteux
- Nous pouvons donner la prière et de bonnes intentions.

## **3. L'amour du prochain, c'est le pardon**

Nous avons longuement parlé du pardon dans la deuxième partie de ce travail. Nous pouvons simplement ajouter qu'il existe trois formes de pardon : le pardon à soi-même, la demande du pardon à son prochain pour l'avoir offensé, et l'acceptation du pardon du prochain, pour avoir

été offensé. La Parole de Dieu nous recommande de pardonner sans limites, c'est-à-dire en prenant en compte toutes les trois formes.

#### **4. L'amour du prochain, c'est la prière pour lui**

Selon Mère Teresa, « *la prière est à l'âme ce que le sang est au corps* ». Elle est autant utile à nous qu'à notre prochain. Prier pour les âmes en peine est une grande preuve d'amour. La Bible nous demande de prier pour nos ennemis, pour ceux qui nous persécutent. Prier pour son ennemi revient simplement à dire de ne pas avoir d'ennemis, car nous prions pour ceux que nous aimons.

### **4.3 L'amour de Dieu**

L'amour de Dieu s'exprime de deux manières : l'amour de Dieu pour les hommes, et l'amour des hommes pour Dieu.

#### *L'amour de Dieu pour les hommes*

L'amour de Dieu pour les hommes s'est manifesté depuis les origines, lorsqu'après avoir créé toutes choses, Dieu a créé les hommes et leur a demandé de dominer sur cette création. Genèse 1 :26 déclare : « *Et Dieu dit : faisons les hommes pour qu'ils soient notre image, ceux qui nous ressemblent. Qu'ils dominent sur les poissons de la mer, sur les oiseaux du ciel, sur les bestiaux sur toute la terre, et sur les reptiles et les insectes* ». Après la chute de l'homme du fait du péché, l'amour de Dieu, en vue de sa rédemption et de son salut, s'est manifesté par l'envoi sur la terre de Jésus Christ, son fils unique, qui est mort sur la croix (Romains 5 :8) et qui est ressuscité pour la vie éternelle de quiconque croit.

Cette liberté de choix de croire en Jésus, que Dieu offre aux hommes pour leur salut, est également une manifestation de l'amour et du respect de Dieu. Car bien que la présence de Dieu soit implantée dans la conscience de chaque être humain, entrer en relation avec Dieu dépend pour une grande part de notre coopération avec Sa grâce. Il ne s'impose à quiconque, Il nous laisse le choix. Dans ces conditions, la réponse adéquate d'une créature devant son créateur, qui est amour infini et sagesse infinie, devrait être en retour une réponse d'amour et de confiance, de louange et d'adoration, de reconnaissance et d'actions de grâces. Mais qu'observe-t-on parmi les hommes ?

#### *L'amour des hommes pour Dieu*

La Bible, qui est la Parole révélée de Dieu, montre aux hommes comment exprimer son amour à Dieu. Nous avons regroupé par thèmes quelques versets qui montrent le type d'amour qui plait à Dieu.

- Aimer Dieu, c'est mettre en pratique ses commandements : 1 Jean 2 :5 ; Romains 13 :10 ; Jean 15 :10 ; 1Jean 5 : 3 ; 2Jean 1 :6 ; Jean 14 :15.
- Aimer Dieu, ce n'est point aimer le monde : 1 Jean 2 :15 ; Jacques 4 :4.

- Aimer Dieu, c'est aimer son prochain : 1 Pierre 1 :22 ; 1 Pierre 3:8; Hébreux 13 :1 ; 1Thess 4 :9 ; Romains 12 :10 ; Jean 13 :35 ; 1 Jean 4 :7 ; 1Jean 4 :12 ; Matth 19 :19 ; Matth 22 :39 ; Marc 12 :34 ; Jean 15 :12, 17.
- Aimer Dieu, ce n'est pas se livrer à l'amour de l'argent : Hébreux 13 :6 ;1 Tim 6 :10.
- Aimer Dieu, c'est donner : 2 Cor 8 :7 ; 1Jean 3 :17 ; 2Cor 9 :7.
- Aimer Dieu, c'est donner sa vie pour les autres : Jean 15 : 13 ; 1Jean 3 :16.
- Aimer simplement, c'est connaître Dieu : 1 Jean 4 :8 ; 1Jean 4 :16 ; Jean 15 : 9.
- Aimer Dieu, c'est invoquer son saint nom : Psaumes 86 :5.
- Aimer Dieu, c'est aimer ses ennemis : Matth 5 :44 ; Luc 6 :27 .

Nous devons donc nous efforcer de mettre en pratique, dans chacun de ces domaines, la Parole de Dieu pour ainsi exprimer notre amour pour Dieu le Créateur.

### **LA TRILOGIE D'AMOUR**

Au regard de ce que nous venons de voir, on se rend compte aisément que l'amour de soi-même, l'amour du prochain et l'amour de Dieu forment un tout, un seul paquet. Nous appelons ce tout : **la Trilogie d'amour**.

Comment pourrait-il en être autrement lorsque l'on sait que Dieu et l'homme forment un tout ? Dieu n'a-t-il pas dit à la création « formons l'homme à notre image » ? Dieu forme avec sa création et l'homme, qui fait partie de cette création, un tout. Ce tout est régi par la relation unique d'amour. L'univers tout entier est amour. Dieu lui-même est amour. L'homme, qui fait partie du système devrait être lui aussi amour : amour pour lui-même, amour pour ses semblables, et amour pour Dieu. **D'où la trilogie d'amour**.

Dans notre vie au quotidien, l'amour que nous exprimons doit s'inscrire dans la trilogie de l'amour. C'est-à-dire que nous ne devons pas nous aimer et exclure d'aimer notre prochain, aimer Dieu et dire que nous donnons de l'amour. Ou bien aimer notre prochain, aimer Dieu et ne pas nous aimer et croire que nous donnons de l'amour. Ou enfin nous aimer nous-même, aimer notre prochain et ne pas aimer Dieu et penser que nous donnons l'amour.

Les trois composantes de la trilogie de l'amour doivent marcher ensemble dans notre vie de tous les jours et à chaque instant. C'est alors que nous pourrions dire avec fierté que nous exprimons de l'amour.

## CONCLUSION

Au terme de cet exposé, et après avoir dégagé le sens le plus élevé de l'amour, à savoir l'amour Agapè, l'amour qui veut le bien de l'autre, nous avons mis à nu les principaux écueils qui nous empêchent d'aimer. Nous nous trouvons donc bien équipés et aptes à sacrifier au plus grand commandement de Dieu : l'amour pour nous-même, l'amour pour le prochain, et l'amour pour Dieu.

Ainsi, à l'exemple de Jésus Christ, notre Seigneur et Sauveur, qui, par l'amour, la souffrance et le sacrifice suprême, a donné un sens à sa vie ; à l'exemple de Mère Teresa, la bienheureuse de Calcutta, qui, par l'amour, le service aux plus pauvres, a donné un sens à sa vie ; à l'exemple de Mohandas Gandhi, le nationaliste indien, qui, par l'amour, le pardon, synonyme de non vengeance, a libéré toute l'Inde, donnant ainsi un sens à sa vie. Toi mon frère, toi ma sœur qui m'écoutes, toi aussi par l'amour, tu peux donner un sens à ta vie.

Dès aujourd'hui examine ta vie et prends la ferme résolution de te libérer du non pardon pour aimer ton prochain. Libère-toi de la pesanteur de l'égo pour servir ton semblable et lui donner ainsi ton amour. Confie toute ta vie entière à Jésus Christ qui, par sa mort sur la croix, t'a guéri des blessures de l'enfance qui t'ont empêché jusqu'ici d'aimer. Ainsi, tu seras encore plus aimé de Dieu, Lui qui t'a aimé le premier.

## BIBLIOGRAPHIE

---

1. Site Wikipédia
2. Bible version Louis Segond 1910
3. Bible Semeur
4. Mère Teresa « *Quand l'amour est là, Dieu est là* » Editions Parole et Silence/Desclée de Brouwer, 2011
5. Mère Teresa « *Viens, sois ma Lumière, les écrits intimes de la Sainte de Calcutta* », Le livre de Poche, 2009
6. Jacques Attali « *Gandhi ou l'éveil des humiliés* », Le Livre de Poche, Fayard, 2007
7. Gandhi « *Autobiographie ou mes expériences de vérité* » PUF 1950
8. Dr Wayne Dyer : « *Il faut le croire pour le voir* » Edition J'ai Lu 2011
9. Pierre Pradervand « *Apprendre à s'aimer* » Editions Jouvence, 2006
10. Dr Daniel Dufour « *La Blessure d'Abandon* », Les Editions de l'Homme, 2007
11. Dr. Willard F. Harley, « *His needs, Her Needs* », Monarch Books, 2011
12. Gary Chapman « *Les 5 Langages de l'amour* », Editions Quotidien Malin, 2013
13. Gary Collins : « *Christian Counselling* » Third Edition, Thomas Nelson, 2006
14. Brice Pedroletti Journal *Le Monde* « *En Chine, au pays des enfants délaissés* », 29/03/2016
15. Site officiel de Jean Yves Leloup
16. Abraham Maslow : « *Devenir le meilleur de soi-même* » Eyrolles 2013
17. Monique de Hadjetlaché « *Bien vieillir* » Editions Farel, 2011
18. Eckart Tolle, « *Le pouvoir du moment présent* » J'ai Lu 1999
19. Emmanuel Carrère « *Le Royaume* » P.O.L, 2014
20. Aristote « *Ethique à Nicomaque* ».