Pensée pour aujourd'hui

© Paxabay.com / Libre de droits

Faire le bien, c'est aussi se faire du bien.
(1450 caractères).

Le froid est revenu subitement, nous prenant par surprise après ce bel été porteur de chaleur et de bien-être. Si nous n'y prenons pas garde, la grisaille et le brouillard pourraient vite nous plonger dans la morosité et la mélancolie.

Dernièrement, un article paru dans une revue médicale a retenu toute mon attention. On y lisait que, pour combattre le vague à l'âme et les idées noires, rien n'était plus important que de reconnaître ce qui est bien et bon autour de soi. Cette découverte nous rendrait plus heureux et, de ce fait, aurait un impact positif sur ceux qui nous entourent.

De même il semblerait que, quand on fait du bien autour de soi, on se sent mieux ; la gentillesse prodiguée à autrui favorise le bien-être et l'estime de soi. En résumé : faire le bien, c'est aussi se faire du bien.

Ce temps de l'Avent me semble être le moment propice pour ce genre d'exercice. Un sourire, une écoute attentive, une poignée de main, un encouragement, une invitation à la fête, une parole qui bénit…toutes ces attentions rendront heureux (ou moins malheureux) ceux à qui nous les destinons.

Ce faisant, nous serons nous-mêmes envahis par la joie d'avoir pu partager avec nos semblables un peu de cette paix de Noël que Dieu a mis dans nos cœurs par la naissance de son Fils.
« Cette lumière (Christ) éclairera ceux qui vivent dans les ténèbres et dans l'ombre de la mort et elle guidera nos pas sur le chemin de la paix. » Luc 1 : 79

Auteur
Major Doris Droz

Publié le
3.12.2018