



Session 7 : S'aimer soi-même comme Jésus le fait

Prière centrale :

Avant de commencer votre temps de réflexion, offrez cette prière ou les mots de votre propre cœur.

Dieu, donne-moi des oreilles pour entendre, des yeux pour voir et un cœur pour connaître ton amour pendant le temps que je passe ici aujourd'hui. Amen.

Thème central :

S'aimer soi-même - Jésus a commencé son ministère en entendant Dieu le proclamer « bien-aimé ». Imaginez que nous nous voyions et nous nous considérons comme des bien-aimés et que nous honorions notre propre amour et celui des autres ?

Écriture : Luc 3:21-22

Alors que tout le peuple était baptisé, Jésus fut aussi baptisé ; et pendant qu'il priait, le ciel s'ouvrit. L'Esprit saint descendit sur lui sous une forme corporelle, comme une colombe. Et une voix se fit entendre des cieux : « Tu es mon fils bien-aimé ; en toi je trouve toute ma joie. »

Dans un journal, ou avec un partenaire, explorez les points suivants :

- Dans le passage de Luc 3.21-22, qu'avez-vous remarqué dans ce que Jésus dit et fait ? Qu'avez-vous remarqué dans ce que Dieu dit et fait ? Pourquoi, selon vous, ces éléments vous ont-ils sauté aux yeux ?
- Jésus a commencé son ministère en entendant Dieu le proclamer « bien-aimé ». Comment pensez-vous que cette proclamation l'a affecté ?
- Avez-vous déjà été capable de vous voir et de vous considérer comme étant aimé de Dieu ?
- A quoi cela ressemblerait-il d'accepter votre statut de bien-aimé et d'honorer ce statut et celui des autres ? Qu'est-ce que cela vous ferait ?
- De quelle manière pouvez-vous embrasser votre identité de bien-aimé de Dieu cette semaine ? Y a-t-il une action ou une phrase qui pourrait vous aider ?

Prière de clôture :

Terminez votre temps de réflexion par une prière, soit avec ces mots, soit avec les vôtres.

Merci de m'avoir appelé ton enfant bien-aimé. Puissé-je apprendre à m'aimer comme tu m'aimes. Amen.

Autres possibilités d'engagement

- D'ici à la session 8, continuez à pratiquer [Apprendre](#) et [prier](#) sur la Voie de l'Amour en [priant et en lisant les Écritures](#).
- Apprenez-en davantage sur la pratique spirituelle du [repos](#). En quoi la pratique du repos est-elle un moyen de s'aimer soi-même ? Comment le fait de se tourner vers Dieu vous aide-t-il à vous tourner vers vous-même dans l'amour ?
- Si vous voulez préparer la prochaine session, consultez la page I de ce document sur l'élaboration d'une [règle de vie](#).