



LA VIE PLUS FORTE QUE

LES ADDICTIONS

Si je regarde ma vie en vérité, il est facile de trouver quelque chose qui prend trop de place, qui m'empêche d'être pleinement libre, ou pleinement en relation avec les autres.

Certaines choses comme la nourriture, les écrans, le shopping... ne sont pas systématiquement néfastes, mais c'est l'excès qui pose problème.

On peut se penser libre de faire ce que l'on veut, mais au final, cela nous rend plutôt prisonnier et seul.

Croyant ou non, Carême ou non, il est toujours bon de se poser la question : « Comment puis-je désencombrer ma vie, pour laisser plus de place à l'essentiel ? »

Dans la Bible, Saint Paul dit : *« Vous frères et sœurs, vous avez été appelés à la liberté. »* (Ga 5, 13). *« Mais cette liberté ne doit pas être une excuse pour vos désirs mauvais. Au contraire, laissez-vous guider par l'amour pour vous mettre au service les uns des autres. »* Il n'y a qu'un commandement : aimer. Les addictions posent problème car elles nous coupent des autres et de l'amour.

Défi !

Fais l'effort de réduire quelque chose qui prend trop de place dans ta vie.

Aujourd'hui : passe le moins de temps possible devant les écrans !



PLUS FORTE LA VIE

