

# Les 10 commandements de l'amitié du père Denis Sonnet

## 1. L'amitié tu estimeras comme une perle assurément.

« Nul remède n'a plus de valeur, nul n'est aussi efficace qu'un ami auprès duquel nous trouvons le réconfort dans les mauvais jours et avec lequel nous partageons nos joies dans les moments de bonheur. » (Aelred de Rievaulx)

## 2. Tous tes amis tu aimeras sans jalousie aucunement.

« De vrais amis ne permettent ni à la jalousie ni à l'esprit de compétition de dégrader ou d'altérer leur relation. L'amitié n'est pas exclusive ni possessive. Il importe donc de s'aimer d'abord soi-même : « On ne peut se lier d'amour avec personne, si l'on n'est pas avant son propre ami. » (E.Strachen)

## 3. À d'autres cœurs tu ouvriras cette amitié généreusement.

Le cœur, en allant vers les autres, s'élargit et s'emplit de joie. Tel est le beau secret de la vie intérieure. L'amitié refermée sur elle-même finit par lasser et décevoir ; à être toujours tous les deux, on finit par s'étioler et s'ennuyer.

## 4. L'amitié tu entretiendras par le dialogue fréquemment.

« L'amitié nécessite une communication entre amis. Autrement elle ne peut ni naître ni vivre. » (François de Sales).

Les hommes ont besoin de parler, besoin d'être écoutés : « Leur âme gonflée de soucis, d'ennuis ou de joies aspire à s'exprimer. Les mots permettent de communier les uns avec les autres. »

## 5. À tes amis tu confieras tes peines, tes joies très simplement.

« Un ami est quelqu'un qui sait tout à votre sujet et qui vous aime tout de même » (La Bible).

Un des grands bonheurs de la vie, c'est l'amitié, et l'un des bonheurs de l'amitié c'est d'avoir à qui confier un secret » (Alexandre Manzoni).

## 6. À tes amis tu te montreras tel que tu es sincèrement.

Quel réconfort d'éprouver une entière sécurité auprès de quelqu'un, de pouvoir dire les choses comme on les pense, sans peser ses mots, de rester en silence si on le désire. Oui, le signe d'une amitié véritable est le fait que le silence ne leur pèse plus.

## 7. Dans leurs ennuis tu veilleras à les soutenir fidèlement.

« La vraie amitié naît au moment où je me décide à être un ami et non pas à en avoir un. »

« L'ami est celui qui est à votre côté dans les difficultés. »

« Lorsqu'un ami est en difficulté, ne l'ennuyez pas en lui demandant ce que vous pouvez faire pour lui. Réfléchissez à ce qui serait à propos de faire, et faites-le ! » (E.W. HOWE)

## 8. À tes amis tu pardonneras tous leurs défauts facilement.

« On ne peut aller loin dans l'amitié, si l'on n'est pas disposé à se pardonner les uns les autres. » (La Bruyère).

« Pour faire un ami, il faut fermer un œil. Pour le garder, les deux ! (N.Douglas)

## 9. Tes amis tu t'efforceras de rendre meilleurs constamment.

Il y a des amitiés qui ne sont qu'un entraînement à la médiocrité. La véritable amitié est une amitié d'émulation. « Aimer quelqu'un, c'est le voir tel que Dieu voulait qu'il soit. » (Dpstoïevski)

## 10. Avec eux, tu construiras un monde meilleur passionnément.

L'amitié ne change pas seulement deux cœurs, elle change toutes leurs relations avec les autres, elle peut changer le monde si elle est mise au service d'un grand projet.

