

# Les deux bienfaits

Savoir prendre soin de soi  
Peut être profitable à autrui.

Prendre soin d'autrui.  
Est profitable pour soi-même.

Les deux bienfaits vont de paire.

On ne comprend l'aspiration de l'autre  
Qu'en connaissant ce qui nous rend meilleur.

Les deux bienfaits sont indissociables.

On ne peut répondre de ses besoins  
Qu'en se préoccupant des désirs d'autrui.

Les deux bienfaits nous rendent équitables.

Il n'y a pas à se soucier de ce que l'on peut donner  
Quand on reste à la disposition de l'autre.

Les deux bienfaits vont de concert.

Il faut savoir s'aimer soi-même pour aimer l'autre.  
Il faut savoir aimer l'autre pour s'aimer soi-même.  
Une évidence trop souvent négligée.

Ce n'est pas aimer l'autre si c'est au mépris de soi.  
Ce n'est pas s'aimer soi-même si c'est au mépris de l'autre.  
Une vérité que l'on constate dans l'épreuve.

On s'attend d'être aimé de l'autre sans condition.  
On se décide de n'aimer l'autre qu'à certaines conditions.  
Règle tacite que l'on découvre quand vient la discorde.

On exige d'être l'aimé unique de l'autre.  
On veut être seul à donner de l'amour à l'autre.  
Pour certains, cette aliénation a sens de fidélité.

On rêve d'être aimé pour ce que l'on est.  
On aime l'autre tant qu'il reste le même.  
C'est sans compter sur la nature transitoire.

Peut-on parler d'amour  
Quand on n'est pas libre d'attachement ?  
Les méfaits sont les maladresses de nos chaînes.

Pourtant, dans le répit de toute inquiétude,  
On s'est surpris, en cet amour indiscernable,  
Pouvoir devenir l'ami de tous les êtres  
Jusqu'à la chair de nos charités  
Pour laisser nos bras s'étreindre  
Et nos mains se parler au plus juste  
En toute simplicité comme deux cœurs  
Aussi près l'un de l'autre qu'un parfum.

