

## *Soyons heureux... AUJOURD'HUI !*



*On demanda un jour à un maître qui savait méditer, comment il faisait pour être si recueilli, en dépit de toutes ses occupations. Il répondit :*

*Quand je me lève, je me lève.*

*Quand je marche, je marche.*

*Quand je suis assis, Je suis assis.*

*Quand je mange, je mange.*

*Quand je parle, je parle.*

*Les gens lui dirent :*

*"C'est ce que nous faisons aussi !"*

*"Non", leur répondit-il.*

*Quand vous êtes assis, vous vous levez déjà.*

*Quand vous vous levez, vous courez déjà.*

*Quand vous courez, vous êtes déjà au but...*

*Présentement !*

Le temps s'écoule et nous vivons constamment dans le passé ou dans le futur. Le passé laisse en nous les regrets des quelques secondes d'un bonheur insaisissable, que déjà nous nous projetons dans le futur dans l'espoir d'en trouver de nouvelles.

*« Il aurais dû y aller, crois-moi. On a tous dit : ah c'est dommage ! C'est peut-être la dernière fois », chantent Bigflo et Oli...*

### **Pourquoi attendre demain pour être heureux ? Pourquoi toujours renvoyer à demain ?**

Pourquoi attendre demain quand on peut être heureux aujourd'hui ? « Aujourd'hui je suis vivant ! Je peux sentir, observer, goûter et vivre. Hier ce n'est déjà plus moi et demain je serai peut-être différent. »

En fait, si on y regarde de près, on n'a qu'aujourd'hui pour être heureux. Nous devons apprendre à savourer l'instant présent. Nous n'avons que ce jour pour sauver des vies et faire du bien... Nous n'avons qu'aujourd'hui pour être heureux et rendre les autres heureux.

Alors, comme le dit si bien Mère Teresa : « *Hier n'est plus, demain n'est pas encore. Nous n'avons que ce jour. Mettons-nous à l'œuvre* ». Elle avait bien compris que le Seigneur attend de nous de rendre les autres heureux aujourd'hui. Elle avait compris que la Joie et la Paix du Christ se trouvent dans les choses les plus simples de chaque jour. Pas besoin d'attendre de soi-disant grandes choses (une belle voiture, une grande maison, une promotion dans le travail...) qui, peut-être, arriveront demain. Il suffit d'accueillir tous les gens qu'on rencontre avec le sourire plutôt qu'avec les sourcils froncés, avec un mot d'encouragement plutôt qu'avec dédain... Être attentif aux chagrins et aux combats des autres, en comprenant que toute vie comporte des difficultés cachées, qu'elle semble exaltante ou triste...

Ne nous apitoyons pas sur le passé ou le futur. Soyons heureux **aujourd'hui** : pour le simple fait d'être en vie, pour la famille que Dieu nous donne, pour les amis, les frères, les voisins, les étrangers que Dieu met sur notre route...

Tony