

# ***Partage de Vie N°11 : LE BONHEUR***

*Janvier 2023*



« Ce n'est que du bonheur », « quel bonheur d'être réunis »... des petites phrases souvent entendues. **MAIS C'EST QUOI LE BONHEUR ?**

En opposition au plaisir et à la joie, qui restent des impressions éphémères, le bonheur désigne une situation durable, un état de satisfaction et de sérénité.

Une façon de se sentir « bien » en profitant simplement de ce que nous offre la vie (famille, amis, activités).  
Le test : on aime faire ce qu'on a à faire.

Ainsi le bonheur ne semble pas pouvoir vivre seul ! Il est partagé ; fruit d'une conjugaison entre le « souci de soi » et le « souci des autres ». Dans tous les cas il est une façon de savourer l'instant présent.

L'Église catholique dit : « le désir du bonheur véritable dégage les hommes et les femmes de l'attachement immodéré aux biens terrestres. » Et toute la bible est parcourue par la promesse de bonheur.

## ***Citations :***

- « Le bonheur c'est la possession à la fois paisible et intense de tout ce que l'on peut désirer » (Saint-Augustin)
- « Le bonheur humain est composé de tant de pièces qu'il en manque toujours » (Bossuet)
- « Le bonheur est la chose la plus simple, mais beaucoup s'échinent à le transformer en travaux forcés ! » (François Truffaut)

## ***Chansons :***

Le Bonheur – Joyce Jonathan : <https://www.youtube.com/watch?v=GtCPWFo6MAE>

Il est où le bonheur – Christophe Maé : <https://www.youtube.com/watch?v=m5qXr9ILdwA>

Le Bonheur – Corneille : <https://www.youtube.com/watch?v=0YK-SqHTFHQ>

Le Bonheur – Berry : <https://www.youtube.com/watch?v=VvrwkNzBz2Q>

-----

**VOIR :** Suis-je actuellement heureux ? Sur une échelle de 1 à 10, où en suis-je ?

- Faisons l'inventaire (et partageons-le) :

\* Ce qui me rend heureux...

\* Ce qui m'empêche d'être heureux...

**JUGER :** Dans ce qui fait mon bien-être, qu'est-ce que je dois aux autres ?

- Objectivement, en quoi j'ai conscience de contribuer au bien-être d'autres ?

- Regardons le discours du Christ sur le bonheur : Mathieu 5, 1-12. D'accord... Pas d'accord ?

**AGIR :**

- Il est temps de choisir des moments à privilégier qui peuvent provoquer du bonheur – Lesquels ?

- Qui pouvons-nous associer à notre quête de bonheur ?



## ***Les Petites Béatitudes de Joseph Folliet (Béatitudes de notre temps)***

<https://www.kt42.fr/2011/04/les-petites-beatitudes-de-joseph-folliet.html>

**Bienheureux ceux qui savent rire d’eux-mêmes : ils n’ont pas fini de s’amuser.**

**Bienheureux ceux qui savent distinguer une montagne d’une taupinière : il leur sera épargné bien des tracasseries.**

**Bienheureux ceux qui sont capables de se reposer et de dormir sans chercher d’excuses : ils deviendront sages.**

**Bienheureux ceux qui savent se taire et écouter : ils en apprendront des choses nouvelles !**

**Bienheureux ceux qui sont assez intelligents pour ne pas se prendre au sérieux : ils seront appréciés de leur entourage.**

**Heureux êtes-vous si vous savez regarder sérieusement les petites choses, et paisiblement les choses sérieuses : vous irez loin dans la vie.**

**Heureux êtes-vous si vous savez admirer un sourire et oublier une grimace : votre route sera ensoleillée.**

**Heureux êtes-vous si vous êtes capables de toujours interpréter avec bienveillance les attitudes d’autrui, même si les apparences sont contraires : vous passerez pour des naïfs, mais la charité est à ce prix.**

**Bienheureux ceux qui pensent avant d’agir et qui prient avant de penser : ils éviteront bien des bêtises.**

**Bienheureux vous qui savez reconnaître le Seigneur en tous ceux que vous rencontrez : vous avez trouvé la vraie lumière, vous avez trouvé la véritable sagesse.**