

POEME DU BONHEUR

On se persuade souvent soi-même que la vie sera meilleure après s'être marié, après avoir eu un enfant, et ensuite, après en avoir eu un autre...

Plus tard, on se sent frustré, parce que nos enfants ne sont pas encore assez grands et on pense que l'on sera mieux quand ils le seront.

On est alors convaincu que l'on sera plus heureux quand ils auront passé cette étape.

On se dit que notre vie sera complète quand les choses iront mieux pour notre conjoint, quand on possédera une plus belle voiture ou une plus grande maison, quand on pourra aller en vacances, quand on sera à la retraite...

La vérité est qu'il n'y a pas de meilleur moment pour être heureux que le moment présent.

Si ce n'est pas maintenant, quand serait-ce?

La vie se sera toujours pleine de défis à atteindre et de projets à terminer. Il est préférable de l'admettre et de décider d'être heureux maintenant qu'il est encore temps.

Pendant longtemps, j'ai pensé que ma vie allait enfin commencer, ' La Vraie Vie! 'Mais il y avait toujours un obstacle sur le chemin, un problème qu'il fallait résoudre en premier, un thème non terminé, un temps à passer, une dette à payer.

Et alors la vie allait commencer ! ! !

Jusqu'à ce que je me rende compte que ces obstacles étaient justement ma vie. Cette perspective m'a aidé à comprendre qu'il n'y a pas un chemin qui mène au bonheur. Le bonheur est le chemin.

Ainsi passe chaque moment que nous avons et plus encore : quand on partage ce moment avec quelqu'un de spécial, suffisamment spécial pour partager notre temps et, que l'on se rappelle que le temps n'attend pas.

Alors, il faut arrêter d'attendre de terminer ses études, d'augmenter son salaire, de se marier, d'avoir des enfants, que ses enfants partent de la maison ou, simplement, le vendredi soir, le dimanche matin, le printemps, l'été, l'automne ou l'hiver, pour décider qu'il n'y a pas de meilleur moment que maintenant pour être heureux.

LEGENDE HINDOUE

Une vieille légende hindoue raconte qu'il y eut un temps où tous les hommes étaient des dieux.

Mais ils abusèrent tellement de leur divinité que Brahma, la maître des dieux, décida de leur ôter le pouvoir divin et de le cacher à un endroit où il leur serait impossible de le retrouver.

Le grand problème fut donc de lui trouver une cachette.

Lorsque les dieux mineurs furent convoqués à un conseil pour résoudre ce problème, ils proposèrent ceci : "Enterrons la divinité de l'homme dans la terre." Mais Brahma répondit :

"Non, cela ne suffit pas, car l'homme creusera et la trouvera." Alors les dieux répliquèrent : "Dans ce cas, jetons la divinité dans le plus profond des océans." Mais Brahma répondit à nouveau : "Non, car tôt ou tard, l'homme explorera les profondeurs de tous les océans, et il est certain qu'un jour, il la trouvera et la remontera à la surface."

Alors les dieux mineurs conclurent : "Nous ne savons pas où la cacher car il ne semble pas exister sur terre ou dans la mer d'endroit que l'homme ne puisse atteindre un jour."

Alors Brahma dit : " Voici ce que nous ferons de la divinité de l'homme : nous la cacherons au plus profond de lui-même, car c'est le seul endroit où il ne pensera jamais à chercher."

Depuis ce temps-là, conclut la légende, l'homme a fait le tour de la terre, il a exploré, escaladé, plongé et creusé, à la recherche de quelque chose qui se trouve en lui...

DESIDERATA

Va, reste calme au milieu du bruit et de l'impatience et souviens-toi de la paix qui découle du silence.

Si tu le peux, mais sans renoncement, sois en bons termes avec tout le monde ; dis ce que tu penses, clairement, simplement ; et écoute les autres, même les sots et les ignorants, car eux aussi ont quelque chose à dire.

Évite les gens grossiers et violents car ils ne sont que tourments pour l'esprit. Si tu te compares aux autres tu pourras devenir vaniteux ou amer ; mais sache qu'ici-bas, il y aura toujours quelqu'un de plus grand ou de plus petit que toi.

Sois fier de ce que tu as fait et de ce que tu veux faire. Aime ton métier, même s'il est humble ; c'est un bien précieux en notre époque troublée. Sois prudent dans le monde des affaires, car on pourrait te jouer de vilains tours. Mais que ceci ne te rende pas aveugle ; bien des gens luttent pour un idéal et partout sur la terre on meurt pour ce que l'on croit.

Sois toi-même, surtout dans tes affections. Fuis le cynisme en amour car il est un signe de sécheresse du coeur et de désenchantement.

Que l'âge t'apporte la sagesse et te donne la joie d'avoir des jeunes autour de toi. Sois fort pour faire face aux malheurs de la vie ; mais ne te détruis pas avec ton imagination ; bien des peurs prennent naissance dans la fatigue et la solitude. Et, malgré la discipline que tu t'imposes, sois bon envers toi-même.

Tu es un enfant de l'univers, tout comme les arbres et les étoiles et tu as le droit d'être ici ; et même si cela n'est pas clair en toi, tu dois être sûr que tout se passe dans l'univers comme c'est écrit. Par conséquent, sois en paix avec ton Dieu quelle que soit en toi son image, et à travers ton travail et tes aspirations, au milieu de la confusion de la vie, sois en paix avec ton âme.

Dis-toi qu'en dépit de ses faussetés, de ses ingratitude, de ses rêves brisés, le monde est tout de même merveilleux.

Sois prudent. Et tâche d'être heureux.

(Traduction d'un texte daté de 1962 gravé sur l'église Saint-Paul de Baltimore.)

En chacun de nous...

*En chacun de nous se trouve un petit prince...
Un petit prince curieux de découvrir le monde et ses merveilles,
curieux de connaître la terre et les astres,
curieux de percer les grands secrets de la vie...
Mais l'homme sérieux a ses machines à réparer...*

*En chacun de nous se trouve un petit prince...
Un petit prince avide de beauté,
avide de splendeur du levant et du couchant,
avide de la sérénité du grand ciel tout plein d'étoiles,
avide du charme fragile des fleurs des champs...
Mais l'homme sérieux regarde son cambouis...*

*En chacun de nous se trouve un petit prince...
Un petit prince assoiffé de la tendresse capricieuse d'une rose,
assoiffé de l'affection ombrageuse d'un petit renard,
assoiffé de l'amitié fidèle d'un frère disponible et accueillant...
Mais l'homme sérieux a son travail absorbant et nécessaire...*

*Oh ! n'étouffe pas en toi le petit prince,
laisse-le te questionner sans trêve ni repos,
laisse-le s'épanouir et admirer le monde,
laisse-le courir et chanter...
Tu découvriras alors que c'est lui qui te guide et te conduit
vers le puits d'eau vive au fond de ton désert...
Tu découvriras alors qu'il te ramène vers l'étoile où tu es né...*

Roger Riblet-Buchmann



LA VIE !

La vie est une chance, saisis-la

La vie est beauté, admire-la

La vie est béatitude, savoure-la

La vie est un rêve, fais-en une réalité

La vie est un défi, fais-lui face

La vie est un devoir, accomplis-le

La vie est un jeu, joue-le

La vie est précieuse, prends-en soin

La vie est amour, jouis-en

La vie est mystère, perce-le

La vie est promesse, remplis-la

La vie est tristesse, surmonte-la

La vie est hymne, chante-le

La vie est combat, accepte-le

La vie est une tragédie, prends-la à bras le corps

La vie est une aventure, ose-la

La vie est bonheur, mérite-le

La vie est la vie, défends-la.

Mère Térésa

Ce jour est un jour neuf

Ce jour est un jour tout neuf.
Il n'a jamais existé et il n'existera jamais plus.
Prenez donc ce jour et faites-en une échelle
pour accéder à des plus hauts sommets.

Ne permettez pas que la tombée du jour
vous trouve semblable
à ce que vous étiez à l'aube.

Faites de ce jour un jour unique, mémorable.
Enrichissez-le et, ce faisant, enrichissez-vous.
Ce jour est un don de Dieu.
Il n'est donc pas quelque chose d'extraordinaire, de fortuit,
quelque chose qui va de soi.
Il vous est spécialement offert.

Prenez-le entre vos mains avec un sentiment de ferveur.

Swami Chidânanda

