

Es-tu Heureux ?

Une équation complexe avec trois modules

Bonheur = (Bien-être + conscience)

+

(Sobriété + Fraternité + Bien commun)

+

(Croix + Résurrection)

Module 1

Réponse de la psychologie positive

Mon Bonheur = Bien-être + conscience

+ Mémoire du Bonheur
(relecture)

+ Simplicité + Détente
(se désencombrer /hyper consommation
/hyper activité, hyper...)

+ Vivre l'instant présent
(décision/ habituation Hédonique)

Module 2

Réponse « Laudato Si » (écologie intégrale)

Notre Bonheur = Sobriété +fraternité +Bien commun

+ Conscience libératrice

+ Besoins simplifiés

+ Fraternité universelle

+ Biens communs
(Les grands et les petits)

Module 3

La réponse du Christ

Le Bonheur = Croix + Résurrection

+ Don total

+ Amour

« Qui nous fera voir le bonheur? » demande le psaume (4,7). Moi je vous le ferai voir répond Dieu en Personne. Sa réponse est celle-ci : « Voici mon Fils bien-aimé. En lui j'ai mis tout mon amour. » (Matthieu 17,5) (1)

**Une réponse simple
Devenir disciple
(avec les cinq essentiels)**

Bien-être + conscience → **prière /louange**

Sobriété → **Formation/transformation**

Fraternité → **Fraternité**

Bien commun → **Service**

La Croix → **Prière/Adoration**

Résurrection → **Evangélisation**

Pour conclure....

Le bonheur n'est ni un idéal inatteignable (trop loin), ni un gain facile immédiatement consommable (trop près). Il n'est ni l'idéal du sage (bouddhiste, stoïcien, épicurien,...) ni le plaisir vanté par l'hédoniste. Mais qu'est-il alors, ce bonheur qui, pour être vu et pleinement apprécié, nous met d'abord à distance ? Il n'est pas de bonheur moins immédiat ni plus désarmant que la contemplation de ce que Dieu, pour répondre à la question que nous sommes, propose à notre contemplation : la Croix...

Nous faire voir le bonheur, c'est pour Dieu, indiquer son Fils.... Mais indiquer son fils, c'est montrer la Croix.(1)

(1)- Martin Steffens.- Qui nous fera voir le bonheur ?. Editions le Passeur