

Le secret du bonheur



Naomi Charbonneau



J'ai toujours été intriguée par le concept du bonheur. Malade, confinée et alitée de 18 à 24 heures quotidiennement depuis plusieurs années, j'avais passé un test conçu pour mesurer mon niveau de bonheur. Le test démontrait que j'étais heureuse à 98%. Je ne suis pourtant pas une super héroïne, mais je crois sincèrement que le bonheur est à la portée de tous. Malheureusement on passe parfois à côté, ne sachant trop comment l'atteindre ou peut-être à quoi il ressemble vraiment.

Alors que cette pandémie perdure, j'ai pensé vous livrer mon secret. Vous êtes prêts ?

1. Sais-tu que tu es aimé ?

L'amour est un ingrédient indispensable pour être heureux. Parfois, on se sent seul, ou on vit seul et notre vie n'est pas remplie de cet amour dont on a tant besoin. Que faire? Laisser Dieu combler ce vide. La Bible affirme dans [Jérémie 31:3](#) que Dieu nous aime d'un amour éternel. C'est un amour qui dépasse les saisons et les époques. La Parole de Dieu nous affirme aussi dans [Psaumes 121:5](#), que Dieu est l'ombre à ma main droite. Il est tout près de moi.

Et encore : "une femme oublie-t-elle l'enfant qu'elle allaite? N'a-t-elle pas pitié du fruit de ses entrailles? Quand elle l'oublierait, Moi je ne t'oublierai point." [Esaïe 49.15](#)

La deuxième chose pour remplir ce besoin inhérent au bonheur est d'apprendre à s'offrir de l'amour. J'aime tellement ce passage biblique qui dit : "l'homme bon fait du bien à son âme." [Proverbes 11.17](#)

Que quelqu'un soit là pour m'aimer ou non, je peux rendre ma vie plus heureuse en ouvrant mon cœur à l'amour de Dieu et en m'aimant moi-même!

1. Fais-tu confiance au timing de Dieu ?

Dieu a choisi avec soin le moment du début de ta vie, la place que tu aurais dans l'histoire et tous les atouts dont tu aurais besoin. Qui tu es n'est ni un hasard, ni un accident. Il a choisi que tu sois ici maintenant au lieu d'être venu au monde à une autre époque, dans un autre pays ou dans d'autres circonstances. Il a un plan précis pour ta vie. Il a mis

en toi des forces, des talents, des capacités. Je crois au plus profond de mon être que lorsque l'on décide de relâcher nos questionnements et nos incompréhensions, il devient plus facile d'affirmer comme Mardochée à la reine Esther qui elle aussi se sentait dépassée par ses circonstances : "Et qui sait si ce n'est pas pour un temps comme celui-ci que tu es parvenue à la royauté ?" [Esther 4.14.](#)

C'est pour un temps comme celui-ci que tu es là où tu es, et que tu as été créé tel que tu es.

1. Quelle sera ta perspective ?

Une autre clé pour être heureux est de regarder à ce que l'on a. De ne pas perdre de temps à regarder à tout ce que l'on n'a pas ou ce que l'on n'a plus.

Comme l'apôtre Paul l'a si bien dit : "J'ai appris à être content de l'état où je me trouve." [Philippiens 4.11](#)

Aujourd'hui je t'invite à choisir de voir ce qui est possible et de regarder au-delà de ce qui semble te limiter. Dieu désire t'utiliser malgré les circonstances et les limites que tu ressens !

Plus on investit notre temps à cultiver le bonheur, plus notre vie en sera remplie !

Nous sommes aimés. Dieu a choisi cette époque et ce moment précis et il a des plans pour nous maintenant.

Si je choisis d'allier ces deux vérités tout en regardant à ce qui est possible et en étant reconnaissant(e) pour ce que j'ai déjà, j'ai entre les mains la merveilleuse recette d'un bonheur durable !

Naomi
Charbonneau Lifestyle

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !



202 PARTAGES

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. ©

2022 - www.topchretien.com