

# Qu'est-ce qu'une vie épanouie ?



J'étais récemment en compagnie d'un groupe de messieurs, au moment du déjeuner, et la discussion s'engagea sur la question : " Qu'est-ce qu'une vie épanouie ? ". Curieusement, les réponses n'étaient pas aussi faciles à formuler qu'on aurait pu le penser et - lorsqu'on s'aventura à en donner - elles étaient vraiment diverses.

L'un des convives suggéra que la meilleure façon de vivre c'était " d'apprécier les meilleures choses que la vie peut offrir ". Un autre proposa ceci : " prendre du bon temps et tout faire pour éviter les problèmes ". Au bout d'un certain temps, la discussion devint plus sérieuse et tout le monde s'accorda pour dire que, même si les possessions matérielles et les loisirs peuvent ajouter un plus à la vie, la " vraie vie " devait comporter des éléments intangibles qui ne peuvent pas tenir dans des cases ou apparaître dans un calendrier.

Il y a de cela plusieurs siècles, Jésus discutait avec ses disciples sur le thème d'une vie épanouie. Il dit ceci " Moi, je suis venu afin que les brebis aient la vie, et qu'elles l'aient même avec abondance " (Jean 10 ; 10). Mais qu'est-ce que cela veut dire d'avoir une vie " avec abondance " ?

\* **Une vie épanouie, c'est une vie qui a un but.** Un élément important qui contribue au succès de n'importe quelle entreprise, c'est l'énoncé de sa mission - l'expression de sa finalité, sa raison d'être. En tant qu'individu, nous avons nous aussi besoin de comprendre pourquoi nous existons. Sans but dans la vie, nous pouvons facilement nous égarer dans de vaines activités qui semblent à priori attirantes mais qui n'ont en fin de compte aucune valeur positive à long terme. Dans 2 Timothée 3 ; 10, l'apôtre Paul écrivit ceci : " Pour toi, tu as suivi de près mon enseignement, ma conduite, mes résolutions, ma foi, ma douceur, ma charité, ma constance... ". Il avait une idée très précise de sa destination et de la façon d'y arriver.

\* **Une vie épanouie, c'est une vie dans le travail.** Le travail n'est pas " un mal nécessaire " ; c'est au contraire l'une des façons

pour nous d'utiliser nos aptitudes personnelles, notre expérience et nos dons innés, à la fois pour notre épanouissement personnel et pour le bien des autres. Contrairement à ce que certaines personnes pensent, vivre pleinement ne consiste pas à éviter de travailler. Le travail, c'est une expression de notre identité et de notre destinée. " Celui qui se relâche dans son travail est frère de celui qui détruit " (Proverbes 18 ; 9)

\* **Une vie épanouie, c'est une vie remplie d'amour.** Nous vivons dans un monde narcissique, centré sur l'individu et où chacun se pose constamment la question : " Qu'ai-je à y gagner ? ". Et pourtant, l'une des émotions les plus profondes et les plus irrésistibles, c'est l'amour ; un sentiment qui nécessite un revirement total de notre centre d'attention, passant de l'introversion vers l'extroversion. Il y a bien sûr l'amour romantique et sexuel, mais il y a aussi l'amour de sa famille, de ses amis, de son pays et même l'amour d'une noble cause. Lorsque l'amour s'exprime par des gestes dénués d'intérêt personnel, alors la vraie vie s'épanouit à la fois en profondeur et en ampleur. " Il n'y a pas de plus grand amour que de donner sa vie pour ses amis " (Jean 15 ; 13). " La bonté et la fidélité gardent le roi, et il soutient son trône par la bonté " (Proverbes 20 ; 28).

\* **Une vie épanouie, c'est une vie qui sait donner.** Celui qui a une vision égoïste de la vie se concentre sans cesse sur ce qu'il pourra en obtenir ; mais Jésus disait, au contraire : " Il y a plus de bonheur à donner qu'à recevoir ". Il s'agit effectivement d'une vérité plutôt anachronique que, lorsque nous donnons - que ce soit de nos biens matériels, de notre temps et de notre énergie, ou même une simple écoute attentive ou un mot gentil - eh bien nous recevons aussi quelque chose. Recevoir, c'est à sens unique, mais le fait de donner va nous amener à recevoir, et ceci représente une vraie relation à double sens. L'une des plus grandes joies, dans la vie, c'est de savoir que ce que nous donnons peut améliorer la vie d'autres personnes. " Celui qui méprise son prochain commet un péché, mais heureux celui qui a pitié des misérables " (Proverbes 14 ; 21)

Est-ce que vous voulez vraiment vivre de façon épanouie ? Une bonne façon de démarrer dans cette voie, c'est de mettre en pratique les principes évoqués ci-dessus. Vivre avec un but. Vivre dans votre travail. Vivre avec amour. Vivre en donnant.

© **MANNE DU LUNDI** est un article hebdomadaire de CBMC INTERNATIONAL, un ministère évangélique à but non lucratif qui a pour objet de servir les gens d'affaires et les professionnels qui veulent suivre Jésus, de présenter Jésus-Christ en tant que Seigneur et Sauveur auprès des autres gens d'affaires et professionnels

Robert J. Tamasy [S'ABONNER](#)

**Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !**



65 PARTAGES