

LE BONHEUR

"Bonjour mes amis.

Aujourd'hui nous allons parler du Bonheur. Qu'est-ce que le bonheur, comment acquérir le bonheur, et comment le garder?

Le bonheur est un état permanent qui ne doit contenir aucune fausse note.

Le bonheur c'est, en vous levant le matin, être heureux d'être en vie, heureux d'être en bonne santé si cela est et, si cela n'est pas, rechercher ce qu'il faut faire sur tous les plans pour y remédier.

Le bonheur c'est être heureux d'être là où vous êtes, savoir que vous êtes en service et faire de cette journée qui commence, une journée de Paix et d'Harmonie. Etre en paix avec vous-mêmes, dans vos pensées et dans vos actes.

Le bonheur c'est ouvrir la porte de votre cœur pour que le rayonnement qui en émane se diffuse alentour et aille alimenter ce qui a besoin d'être alimenté.

Le bonheur c'est savoir vous préserver des problèmes des autres sans pour autant en être indifférents, mais en sachant qu'ainsi vous allez pouvoir mieux les aider.

Le bonheur c'est être attentif à chaque règne, savoir caresser une plante, envoyer un regard d'amour à un animal, un oiseau, un végétal, un minéral.

Le bonheur c'est demeurer imperturbable face aux événements dans le monde, événements parfois grossis pour vous déstabiliser émotionnellement.

Le bonheur c'est savoir que chaque expérience vécue est là pour vous faire grandir et vous rapprocher davantage du Un. Chaque épreuve est là pour vous faire avancer et non pas une agression dont vous seriez la victime, ou alors vous seriez une victime consentante, puisque c'est vous qui vous les programmez.

Le bonheur c'est être indulgent et tolérant pour tout ce qui vous entoure, ainsi que pour vous-même. L'indulgence est un pas vers l'Amour. La tolérance également.

Le bonheur c'est vivre confiant sans vous poser de questions, vivre chaque minute de chaque événement en sachant que le prochain ne sera pas vécu de la même manière, même si c'est le même. Il y aura une différence, il y aura une compréhension différente.

Le bonheur c'est vivre ici et maintenant, en totalité, en étant consciemment présent à chaque instant, faire attention à chaque détail, et faire en sorte qu'il soit harmonieux en permanence.

Le bonheur c'est apprendre à maîtriser chaque situation avec patience et sérénité. Ne pas vous précipiter, mais prendre votre temps, et agir, et parler avec pondération. Les paroles que vous prononcez doivent être réfléchies et faire en sorte qu'elles ne heurtent pas à aucun moment. Elles doivent couler comme du miel de votre bouche.

Le bonheur c'est cela.

Pour acquérir le bonheur, il faut apprendre à s'aimer déjà soi-même, tel que l'on est, avec ses défauts et ses qualités, car c'est le premier pas que l'on fait vers les autres. Lorsqu'on s'accepte soi-

même, on accepte les autres tels qu'ils sont. Très souvent ce qui nous dérange en eux c'est le reflet de nous-mêmes que nous n'acceptons pas encore. C'est pourquoi il est important de commencer le travail sur soi.

C'est ainsi que l'on acquiert le bonheur. Et pour le garder, il faut savoir le cultiver. Car le bonheur se cultive comme une plante que l'on arrose constamment, à qui l'on donne de l'Amour et de la tendresse en permanence, en étant attentif à ses besoins.

C'est cela le bonheur, et j'espère vous avoir donné envie de le posséder.

A bientôt."