



La formule du bonheur de Deepak Chopra :

$$\mathbf{B = N + C + A}$$

B = niveau de bonheur que vous expérimentez

N = niveau naturel de bonheur (50%)

C = conditions de vie (10%)

A = activités volontaires (40%)

Pour être heureux ! - Mat. 5 v.1-12

1. Voyant la foule, Jésus monta sur la montagne, il s'assit, et ses disciples s'approchèrent de lui.
2. Puis il ouvrit la bouche et se mit à les enseigner :
3. Heureux les pauvres en esprit, car le royaume des cieux est à eux !
4. Heureux ceux qui pleurent, car ils seront consolés !
5. Heureux ceux qui sont doux, car ils hériteront la terre !
6. Heureux ceux qui ont faim et soif de justice, car ils seront rassasiés !
7. Heureux les miséricordieux, car ils obtiendront miséricorde !
8. Heureux ceux qui ont le cœur pur, car ils verront Dieu !
9. Heureux ceux qui procurent la paix, car ils seront appelés fils de Dieu !
10. Heureux ceux qui sont persécutés à cause de la justice, car le royaume des cieux est à eux !
11. Heureux serez-vous, lorsqu'on vous insultera, qu'on vous persécutera et qu'on répandra sur vous toute sorte de mal, à cause de moi.
12. Réjouissez-vous et soyez dans l'allégresse, parce que votre récompense sera grande dans les cieux, car c'est ainsi qu'on a persécuté les prophètes qui vous ont précédés.

Se reconnaître pauvre pour appartenir au Royaume des Cieux – Mat. 5 v.3

- Une démarche : **Se reconnaître pauvre**
 - Ce n'est pas la pauvreté matérielle
 - Ce n'est pas le fait d'être simple d'esprit
 - C'est avoir un sentiment de total insuffisance devant Dieu
- Un effet : **Appartenir au Royaume des Cieux**
 - C'est la promesse de la vie éternelle

Pleurer pour être consolé – Mat. 5 v.4

- Une démarche : **Pleurer face au péché**
 - Pleurer devant Dieu à cause de son sentiment personnel de péché
 - Pleurer devant Dieu à cause du péché généralisé dans le monde
- Un effet : **Etre consolé**
 - Christ nous promet la consolation à son retour

Etre doux pour recevoir la terre en héritage – Mat. 5 v.5

- Une démarche : **Etre doux**
 - Il s'agit de se contrôler et se maîtriser

- Un effet : **Hériter de la terre**
 - Christ nous promet que nous règnerons à ses côtés

Avoir faim et soif de justice pour être rassasié – Mat. 5 v.6

- Une démarche : **Avoir faim et soif de justice**
 - C'est une réaction normale quand on est confronté au péché du monde

- Un effet : **Etre rassasié**
 - Un jour le jugement viendra

Etre miséricordieux pour que Dieu soit miséricordieux – Mat. 5 v.7

- Une démarche : **Etre miséricordieux**
 - Cela signifie être animé d'une compassion agissante

- Un effet : **Bénéficié de la miséricorde de Dieu**
 - Cela ne fait pas référence au Salut
 - Cela fait référence à des récompenses supplémentaires

Etre pur pour voir Dieu – Mat. 5 v.8

- Une démarche : **Avoir le cœur pur**
 - Il ne s'agit pas d'être parfait mais d'avoir un désir ardent de sainteté

- Un effet : **Voir Dieu**

Etre artisan de paix pour être fils de Dieu – Mat. 5 v.9

- Une démarche : **Etre artisan de paix**
 - Ce n'est pas simplement une disposition pacifique mais d'agir en faveur de la paix

- Un effet : **Etre reconnu par Dieu comme fils**
 - Ils sont reconnus comme fils de Dieu à l'image de Christ

Etre persécuté pour avoir le Royaume des Cieux – Mat. 5 v.10-12

- Une démarche : **Etre persécuté à cause de la justice**
 - Ce n'est pas être persécuté à cause de mauvais choix mais à cause de nos convictions spirituelles

- Un effet : **Appartenir au Royaume des Cieux**
 - La persécution d'aujourd'hui n'est rien en comparaison de la gloire à venir

Conclusion

- Sachons nous reconnaître comme totalement insuffisant devant Dieu
- Pleurons devant Dieu à cause de notre péché
- Faisons preuve de douceur dans nos rapports les uns avec les autres
- Recherchons la justice divine avec passion
- Soyons miséricordieux envers notre prochain
- Ayons un désir ardent de sainteté pour nos vies
- Cherchons à être des artisans de paix
- Supportons la persécution à cause de nos convictions