



Le Bonheur...

On se persuade souvent soi-même que la vie sera meilleure après s'être mariée, après avoir eu un enfant et ensuite, après en avoir eu un autre.

Plus tard, on se sent frustrée, parce que nos enfants ne sont pas encore assez grands et on pense que l'on sera mieux quand ils le seront.

On est alors convaincue que l'on sera plus heureuse quand ils auront passé cette étape. On se dit que notre vie sera complète quand les choses iront mieux pour notre conjoint, quand on possédera une plus belle voiture ou une plus grande maison, quand on pourra aller en vacances, quand on sera à la retraite.

La vérité est qu'il n'y a pas de meilleur moment pour être heureuse, que le moment présent. Si ce n'est pas maintenant, quand serait-ce ?

La vie sera toujours pleine de défis à atteindre et de projets à terminer. Il est préférable de l'admettre et de décider d'être heureuse maintenant qu'il est encore temps.

Pendant longtemps, j'ai pensé que ma vie allait enfin commencer...

La Vraie Vie !

Mais il y avait toujours un obstacle sur le chemin, un problème qu'il fallait résoudre en premier, un thème non terminé, un temps à passer, une dette à payer, etc.

Et alors, là, la Vie allait commencer ! Jusqu'à ce que je me rende compte que ces obstacles étaient justement Ma Vie.

Cette perspective m'a aidée à comprendre qu'il n'y a pas un chemin qui mène au Bonheur.

Le Bonheur est le Chemin...

Ainsi, passe chaque moment que nous avons et, plus encore, quand on partage ce moment avec quelqu'un de spécial, suffisamment spécial pour partager notre temps, et que l'on se rappelle que le temps n'attend pas.

Alors, il faut arrêter d'attendre de terminer ses études, d'augmenter son salaire, de se marier, d'avoir des enfants, que ses enfants partent de la maison ou, simplement, le vendredi soir, le dimanche matin, le printemps, l'été, l'automne ou l'hiver, pour décider qu'il n'y a pas de meilleur moment que maintenant pour être heureuse !

Le Bonheur n'est pas une Destination, il est une Trajectoire !

Il n'en faut que si peu pour être heureuse. Il suffit juste d'apprécier chaque petit moment et de le sacrer comme l'un des meilleurs moments de sa Vie :

Tomber Amoureuse...

Rire jusqu'à en avoir mal au ventre, ou des crampes aux mâchoires...

Trouver un email d'un ami apprécié...

Conduire vers des paysages magnifiques en terre inconnue...

Se coucher dans son lit en écoutant la pluie tomber dehors...

Sortir de la douche et s'essuyer avec une serviette toute chaude...

Réussir son but souhaité...

Avoir une conversation intéressante...

Retrouver de l'argent dans un pantalon que l'on n'a pas porté depuis des lustres...
Rire de soi-même...
Rire sans raison particulière...
Entendre accidentellement quelqu'un dire quelque chose de bien sur soi...
Se réveiller en pleine nuit en se rendant compte que l'on peut encore dormir quelques heures...
Écouter une chanson qui nous donne la chair de poule...
Se faire de nouveaux Amis...
Voir contents les gens que l'on aime...
Faire plaisir aux autres sans qu'ils sachent que c'était toi !!!
Rendre visite à un vieil ami et se rendre compte que les choses n'ont pas changé entre vous...
Admirer un coucher de soleil ou bien l'éveil du soleil...
Contempler la lune et le ciel des étoiles, et voir glisser un vaisseau...
Te faire tranquillement masser le dos et t'endormir paisiblement...
Sentir un vent doux nous caresser les cheveux et la joue...
Entendre dire que l'on nous aime et vivre paisiblement tous les petits moments qui nous réchauffent le Cœur et l'Âme...
Donner sans attendre quelque chose au retour - donner du fond de Cœur avec amour inconditionnel... Se donner soi même...
Les yeux brillants de quelqu'un d'autre qui est heureux de joie à grâce à toi, etc... (ton cadeau, ton aide, ton astuce, etc....)
Rêver ardemment, les yeux ouverts, songer à ce que l'on désire...
Silence, Paix, et Harmonie...
Sentir l'Énergie Divine en soi même et dans tous les êtres vivants, dans toutes les choses... Etc...
Les Vrais Amis viennent dans les bons moments quand on les appelle,
Et dans les mauvais moments, ils viennent d'eux-mêmes...
Le Temps n'attend Personne...
Réjouis chaque instant qu'il te reste, il sera de grande valeur.
Partage-les avec une personne de choix et ils deviendront encore plus précieux.
Le Bonheur est un " Enfant " de l'Amour et seulement les Véritables Valeurs nous accompagnent dans l'Éternité...

Auteur(e) inconnu(e)...