

LA CLE DU BONHEUR EST DANS NOS MAINS

Le livre des psaumes s'ouvre par une invitation au bonheur : *"Heureux est l'homme..."*. Le bonheur sur terre, c'est possible. On le désire fortement. Quand quelqu'un semble heureux on dit *"qu'il mange la vie"*. Mais le bonheur sur terre, ce n'est pas ce que le commun des mortels pense. Vivre dans une maison luxueuse, en un lieu rempli de commodités, c'est bien, mais la soif du bonheur demeure. Avoir un poste de travail juteux, rouler dans une voiture haut de gamme, c'est bien, et pourtant la soif du bonheur n'est pas éteinte. En effet, ce n'est pas ça le vrai bonheur. Il est dans la manière dont on vit nos relations avec Dieu et avec les hommes. C'est la bonne santé de notre vie intérieure. La santé physique ne suffit pas. Il faut encore la santé mentale et spirituelle : la charité, la méditation, l'oraison d'intimité. Tout est lié en nous.



Pour savoir si on est heureux, il suffit de visiter notre vie intérieure et vérifier la qualité de nos pensées. Elles déterminent la qualité de notre vie. Nos pensées jouent un rôle inestimable dans la manière dont on se comporte. Suis-je heureux d'être ce que je suis aujourd'hui ? Suis-je heureux de me projeter vers l'avenir sans en devenir malade et mesquin ? Est-ce que je fais la vérité sur mes agissements ? Est-ce que je sais me reposer dans le Seigneur ? La force, la joie, l'énergie qu'on dégage reflète l'image de ce que nous sommes. Ce n'est peut-être pas toujours très conscient. Par contre, ceux qui ont du plaisir à discréditer sans arrêt les autres ou se plaignent d'eux révèlent qu'ils ne sont pas heureux... Une maladie psychique se cache en eux. Ils souffrent de quelque chose. Ils réclament plus de considération. Ils cherchent peut-être à briller davantage ou à être idolâtrés, mais ils se prennent mal. Ils se fragilisent les méninges et diminuent même leurs défenses immunitaires sans le savoir. Celui qui a une faible estime de lui-même ou qui s'envoie une piètre image de lui-même est souvent anxieux, amer et agressif dans ses propos. Et s'il a de l'humour, c'est souvent pour rabaisser les autres. Malheureusement, on peut même émettre des pensées négatives contre soi-même alors qu'on discrédite l'autre. Tant de personnes qui se mésestiment, l'expriment dans la médisance, la calomnie et le dénigrement. Ils ne supportent pas que quelqu'un d'autre soit plus apprécié qu'eux. C'est le fruit aigre de la jalousie et du complexe d'infériorité ou de supériorité. Le cerveau finit par en prendre un coup. Et il peut attraper des maladies terribles et même vieillir précocement à cause du poison psychique qu'il entretient en lui. Ce conseil de St Paul est encore valable : *"Amertume, irritation, colère, éclats de voix, injures, tout cela doit disparaître de chez vous comme toute espèce de méchanceté. Soyez bons les uns envers les autres"* (Ep 4, 31-32).

Si on veut que les difficultés de la vie ou les critiques acerbes perdent de leur poison en nous, il faut essayer d'être toujours reconnaissant, joyeux et enthousiaste. Il n'y a pas d'autres solutions. L'Apôtre Paul, en prison, recommandait la joie aux Philippiciens : *"Soyez toujours joyeux. Je vous le répète..."*. Plus on s'habitue à utiliser des affirmations positives, plus notre cerveau prendra le réflexe de raisonner en bien, c'est-à-dire de positiver. C'est un exercice à faire. Et le proverbe suivant peut nous y aider : *"A quelque chose, malheur est bon"*. Savoir trouver le bon côté en toute misère, c'est un art à cultiver. *"Que le nom du Seigneur soit béni"*, disait constamment le saint homme Job.

Appliquons-nous ceci : chaque fois que l'on se surprend à être pessimiste ou négatif, à se plaindre, à faire la victime ou à faire des victimes, à avoir honte du manque de considération ou

peur du qu'en-dira-t-on, il faut se dire : j'arrête tout de suite. Cela ne m'aide pas du tout. Demandons au Seigneur la grâce d'arriver à supprimer les paroles négatives en nous.

On ne supprime bien que ce que l'on remplace bien. On a stocké dans les tréfonds de notre être, depuis le sein maternel, des chocs émotionnels, des situations stressantes et angoissantes, des injures piquantes, des humiliations inhumaines, des incompréhensions terribles. Notre subconscient est chargé de tout cela. Ce sont des toxines à l'intérieur de nous, comme les déchets qui bouchent les tuyaux de plomberie, tels du lavabo ou de la douche. L'eau ne passe plus facilement. **Quand on est encombré, on respire mal. On étouffe. On se voit dévalorisé et on cherche à dévaloriser les autres.** On croit que la solution c'est d'"aboyer" avec rage sur quelqu'un, voire le démolir, le broyer sans pitié pour avoir la paix du cœur. Grosse erreur. Ces énergies négatives que nous dégageons ne nous font pas du bien. Elles nous attirent plus de tristesse, de tension et d'angoisse. Quelle prison infernale! Et tout autour de nous, le vide s'agrandit. Les amis s'éloignent, sauf peut-être ceux qui nous ressemblent. Le remède des remèdes à tout cela c'est : *"Tu aimeras ton prochain comme toi-même"*. C'est la sainte Bible c'est-à-dire Dieu qui nous parle. Nous ne commentons pas souvent ce *"comme toi-même"*. **L'estime de soi, voilà la clé du bonheur.** Or s'aimer soi-même n'est pas évident. Beaucoup, sans s'en rendre compte, se haïssent fortement en se reflétant dans l'image d'eux-mêmes qu'ils projettent sur les autres. Mais **apprendre à s'aimer d'abord, c'est la base du bonheur. C'est moi qui choisis donc d'être heureux ou malheureux. A moi de changer mon cerveau, mon mental, mon disque dur.** Même si je suis entouré de méchants, personne ne peut m'empêcher de leur vouloir du bien. Le Christ et saint Etienne ont bien pardonné à leurs bourreaux avant de mourir. C'est ma force intérieure qui prend le dessus en temps de crises. Elle se construit jour après jour avec le Seigneur. Si on ne s'accepte pas tel que l'on est, si on ne s'apprécie pas soi-même avec ses limites et ses atouts, ce sera difficile et même impossible d'accepter l'autre tel qu'il est. Ce sera même impossible d'apprécier la nature, miroir de la bonté et de la beauté de Dieu. Elle est si belle et si radieuse la création de l'univers.

En tout cas, Dieu est bon et nous veut heureux. Il se plaint que nous ne pensions pas comme lui : *"Vos pensées ne sont pas mes pensées et vos chemins ne sont mes chemins"* (Is 55, 8). **Il y a là un choix à faire : penser comme Dieu qui bénit ou penser comme les hommes qui maudissent.** Ou encore prendre le chemin de Dieu qui monte au Ciel ou aller sur le chemin des impies qui mène à la perdition. Ce qui nous empêche de penser comme Dieu c'est l'orgueil. En Dieu, il n'y a pas d'orgueil. Par contre, en chacun de nous l'orgueil est enraciné, cela peut être de façon subtile ou manifeste. Plus nous sommes limités, petits, carencés, Plus nous aspirons à paraître grands, forts, intelligents, puissants, à être les premiers. Et on fait du faux bruit comme des tonneaux vides. Cela explique pourquoi nous ne supportons pas qu'on nous humilie. Et si on apprenait à s'abaisser comme Dieu !

Dieu, en la personne de Jésus-Christ, ne s'est-il pas dépossédé de sa gloire divine pour devenir semblable aux hommes, obéissant jusqu'à la mort et la mort de la croix ? Il fut humilié comme un quelconque malfaiteur. Il n'a pas craint de se faire le dernier. Il n'a jamais cherché à se venger. **Une seule chose donc pour être heureux c'est de contempler la croix et d'entrer dans l'imitation de Jésus-Christ, le crucifié.** Mais attention ! La croix du Christ n'est pas d'abord la souffrance, la douleur et la torture. C'est plutôt l'Amour totalement dépossédé et tourné vers le Père. La croix du Christ, c'est le don total de lui-même pour sauver l'humanité. Oui, la logique de Dieu est faiblesse aux yeux des hommes, mais *"seul celui qui est vraiment puissant peut supporter le mal et faire preuve de compassion"* envers les malfaiteurs (Pape Benoît XVI).

Dieu Père nous voit tous comme ses enfants bien-aimés. Laissons-nous aimer par Lui. Puis aimons à notre tour. C'est bien ce que recommande l'apôtre des Gentils : *"Imitez Dieu, puisque vous êtes ses enfants bien-aimés, vivez dans l'amour ... Pas de propos grossiers, stupides ou scabreux : c'est inconvenant ; adonnez-vous plutôt à l'action de grâce"* (Ep 5, 1...4). La louange et l'action

de grâce attirent le bonheur. C'est bon pour ma santé, celle de mon groupe social et des personnes que je rencontre. Un proverbe conseille : "*Apprends à écrire tes blessures du passé et du présent dans le sable, et tes joies dans la pierre*". **La loi de l'attraction nous enseigne que nous sommes comme un aimant. Nous attirons ce que nous pensons.** Nous sommes ce que nous pensons. Nous devenons le produit et le résultat de nos pensées. Notre avenir dépend de nos pensées d'aujourd'hui. Décidons d'être heureux à la manière du Christ qui pourtant n'avait nulle part où reposer la tête, mais qui à chacune de ses rencontres avec les hommes et femmes leur donnait joie et paix. Zachée s'est réconcilié avec tout le monde en se dépossédant généreusement de son pognon. Le collecteur Matthieu a abandonné tous ses avantages pécuniers pour suivre volontiers un sans domicile fixe (SDF). Et Marie-Madeleine, libérée de ses sept démons, est devenue l'apôtre des Apôtres. Le secret pour être vraiment heureux c'est se tourner vers Jésus-Christ. Et pour le rencontrer, la première condition, c'est la dépossession de son ego malade. Décidons de nous déposséder de notre orgueil. Et ce sera le Paradis anticipé.

HUMOUR ET METAPHORE SUR LE JUMELAGE

Vive le jumelage entre les diocèses de Nantes (France) et de Parakou ! La paroisse de Basse et Haute-Goulaine (onze personnes) a donné le ton en venant passer quelques jours d'amitié en février 2017 avec nous. C'était à l'inauguration de l'église paroissiale d'Albarika. Nul ne doute que les liens tissés porteront beaucoup de fruits. La veille de leur départ, une poésie intitulée "Humour et Métaphore" nous a tous émus. Il est encore tout chaud et mérite d'être publié à nouveau. Savourons-le.

*Diocèse de Nantes, Diocèse de Parakou,
Assemblée surprenante, ou projet un peu fou ?
Monseigneur JAMES et Monseigneur N'KOUÉ
Nous ont pondu une idée.
Pondre n'est-il pas trop trivial
Pour des hommes de foi et d'idéal ?
Jumelage ou Association ?
Belle image pour ces hommes de relations.
Toute vie commence par un œuf,
Dans ce concept, rien de neuf.
Nos paroisses qu'en feront-elles d'utile ?
Sinon d'en procurer l'huile.
Et aux bonnes volontés des diocèses
De faire monter la mayonnaise.
Bien sûr, l'Esprit Saint couvrira l'opération,
Afin que se concrétise cette imagination
Et que dans le temps perdurent
Les fruits de cette belle aventure.
Mais ne soyons pas présomptueux,
Œuvrer pas à pas sera plus sérieux.
Que les années passent,
Et que doucement les choses se fassent.
Nous avons déjà en commun l'Océan.
Alors, embarquons. Hauts les voiles et Bon Vent !
Et qu'ainsi en soit-il.*

Fait à Parakou, le 18 février 2017

Louis JOBARD (de Nantes)

Nouvelles de famille

- Les séminaristes John Aaron Sessi WOTTO, Fidèle Marc AGBODJETO, Romaric Mahoussi BAHUNGO, Audrez Cokou KOUDOHOUNHOU, Gerald-Chabel Babatoundé LOKO et Deo

Gratias TONI seront ordonnés diacres par S.E.R. Mgr Laurent PERCEROU, évêque de Nantes. Nous l'en remercions vivement.

- Les 40 lits du Séminaire Propédeutique diocésain Mgr Chopard-Lallier seront tous occupés à la rentrée d'octobre 2022. Une dizaine de candidats doivent attendre par manque de place. Tous les fidèles et bienfaiteurs sont sollicités pour qu'on augmente les infrastructures.

- Le R. P. Daniel Biaou CHABI est nommé responsable diocésain de la pastorale des vocations.

- Le R. P. Joseph AGANI est nommé Responsable diocésain de la pastorale des jeunes.

- Les aspirants à la vie sacerdotale et les aspirantes à la vie religieuse augmentent. Bénissons le Seigneur.

- Le Mouvement des Jeunes Amis du Bien Commun (ABC) a été créé le samedi 25 juin 2022. Il a son siège à l'Aumônerie Universitaire Saint Augustin de Parakou. Son objectif général est de constituer un réseau dynamique de jeunes chrétiens catholiques guidés par le message évangélique et conscients de la nécessité de leur implication en politique. Des sensibilisations seront faites sur toutes les paroisses. Réservez-leur un bon accueil.

- Nous remercions beaucoup tous les acteurs de la pastorale des vocations. Je me réjouis de l'implication des consacré(e)s. Même si les ouvriers deviennent de plus en plus nombreux, prions toujours le Maître de la moisson de continuer d'appeler et d'envoyer des moissonneurs.

- Nous remercions vivement Mère Catherine KOUAGOU, ssa, qui a fait le bonheur de beaucoup de personnes en passant ses vacances avec nous à Parakou.

- Nous remercions immensément l'abbé Laurent GUIMON qui repart dans son diocèse de Versailles (France) après six ans de Fidei donum. Comme disent les Béninois quand ils se séparent : "*On se tient*", "*on est ensemble*".

Quelques dates

1^{er}-9 août : Visite des amis du jumelage avec Nantes conduits par S. E. Mgr Laurent PERCEROU.

3 août : A Natitingou avec l'évêque de Nantes.

6 août : Fête de la Transfiguration. Ordinations diaconales à la Cathédrale à 9h30.

14 août : 10 ans de la paroisse saint Laurent de Wansirou. Messe à 9h30.

15 août : Assomption de la Vierge Marie. Fête d'obligation. Messe à Komiguéa à 9h30.

19-21 août : Pèlerinage national à Notre Dame d'Arigbo de Dassa.

20 août : Messe à 9h au Monastère N. D. du Kokoubou. Fête de st Bernard de Clairvaux.

21-23 août : Visite de la Communauté des pèlerins de Marie dont le siège est à Porto-Novo.

23-27 août : Séjour à Africae Munus de Ténonrou.