

Trouver le « bonheur » dans les vœux de Bonne et heureuse année

[Finding the “Happy” in Happy New Year]

Compilation

Je pense que si vous demandiez aux gens quel est leur principal objectif pour la nouvelle année, leur réponse se résumerait en quelque sorte à « être heureux ». Les résolutions représentent des facteurs de changement dans notre vie qui font obstacle au bonheur. Mais quelle sorte de bonheur les gens recherchent-ils ? Généralement, nous parlons du bonheur comme d'une catégorie subjective que chacun remplit pour soi-même. Nous avons perdu la notion que le bonheur est quelque chose de plus défini que cela.

Si nous avons été créés par Dieu, Il nous a créés pour des raisons précises, et notre bonheur est lié à la poursuite de ces buts. Dieu a créé toutes sortes de choses qui contribuent à notre bonheur, mais seulement si nous en usons comme Il le prévoyait. Un mauvais usage ne peut jamais nous conduire à leur raison d'être ultime.

Donc, pour être heureux, nous devons trouver le bon chemin pour y parvenir. —*Melinda Penner*

Être heureux = Être en sa présence

Une nouvelle année offre la possibilité de nouvelles promesses, de nouveaux objectifs, de nouvelles aspirations, de renouveau et de développement. C'est l'occasion de repartir à zéro et, bien entendu, nous espérons que cette nouvelle année sera remplie de bonheur.

Malgré les réjouissances et l'ambiance festive, une nouvelle année amènera inévitablement sa part de chagrin et de tristesse. Certaines de nos attentes ne seront pas satisfaites. Quand la joie et la beauté sont attendues, un diagnostic de maladie incurable, un terrible accident ou une série d'échecs et de déceptions anéantissent nos plans et affectent l'impression de normalité. Même si aucune de ces déconstructions dramatiques ne survient, il est rare que tout se passe « à la perfection ». Nous savons tous, au moment où nous souhaitons à nos amis et à nos proches une « bonne année », qu'elle apportera aussi son lot de déceptions ...

En ce début d'année, les vœux de « bonne année » ont un sens bien plus profond que celui d'une simple formule de politesse. Au contraire, ce qui est transmis dans ces mots ce sont des souhaits remplis d'espairs, de possibilités et de promesses. Et ces souhaits remplis d'espairs varient suivant la définition que chacun a du bonheur. Certains définissent le bonheur comme une année où tout se passera harmonieusement comme ils le souhaitent. D'autres espèrent des plaisirs simples, d'autres encore espèrent simplement que ce sera l'année où ils se remettront en selle, où ils décrocheront un emploi, ou bien ils espèrent survivre un jour de plus malgré la faim ou un douloureux sentiment de solitude

Est-ce que souhaiter avoir une bonne année, est une autre façon de dire « que ma volonté soit faite » ?

Il y a une phrase liturgique qui est prononcée dans de nombreuses traditions ecclésiastiques différentes, où le pasteur dit : « Le Seigneur soit avec vous », et l'assemblée répond : « Et avec votre esprit. » Ce qui m'a frappé quand je me suis jointe au chœur de ceux qui chantaient ce refrain, c'est que la clé du bonheur pour beaucoup de gens, indépendamment de leurs croyances ou de leur tradition religieuse, réside dans l'assurance que l'on fait attention à eux et qu'ils comptent. Ils ont l'espoir que s'il y a un Dieu, Dieu les remarque et leur veut du bien. Dans des circonstances particulièrement difficiles, on a encore plus besoin de l'assurance et de la présence de Dieu avec nous, on aspire encore plus à la proximité de Dieu dans tous les événements de l'année. Car chaque

nouvel an apporte son lot de choses qui conspirent *contre* la foi en la présence de Dieu, et un athéisme insidieux peut submerger plus d'une personne de foi.

Étant donné que chaque nouvel an apportera sans aucun doute du bonheur mais aussi sa part de chagrin et de tristesse, il semble que souhaiter que la présence de Dieu se manifeste soit le complément nécessaire au souhait omniprésent, mais souvent général, de bonheur. Une année est *Bonne et Heureuse*—quoi qu'il arrive ou quoiqu'elle nous réserve—quand nous ressentons la présence d'Emmanuel, Dieu avec nous. —*Margaret Manning*¹

Utiliser l'insatisfaction comme un levier pour grandir

Nous sommes tous, à des degrés divers, insatisfaits de nous-mêmes et de notre situation—et ce n'est pas nécessairement une mauvaise chose. Une certaine mesure d'insatisfaction est nécessaire si nous voulons progresser. Si nous voulons devenir tout ce que nous avons le potentiel d'être, nous devons rêver d'être plus que nous ne sommes. Le problème, c'est que la plupart d'entre nous s'arrêtent au stade du rêve. Pourquoi, d'après vous ?

Le plus souvent, c'est parce que nous pensons que nous n'avons pas ce qu'il faut pour transformer nos rêves en réalité. Et généralement nous avons raison. Nous pouvons effectuer des changements à force de volonté ou en travaillant d'arrache-pied, comme atteindre un quota de ventes ou perdre du poids pour pouvoir entrer dans une robe ou un pantalon de plus petite taille. Mais qu'en est-il des changements profonds, des changements *intérieurs* dont nous savons qu'ils nous rendraient beaucoup plus heureux et qu'ils nous permettraient de faire la différence dans notre partie du monde ? En général, c'est ce type de changement qui est beaucoup plus insaisissable.

Jésus l'a résumé en termes très simples, quand il a dit : « C'est tout à fait impossible aux hommes, mais non pas à Dieu, car pour Dieu, tout est possible. »² Le secret consiste à se placer dans les mains de Dieu et de Le laisser faire l'impossible pour nous et par notre intermédiaire, et parfois même malgré nous. Nous sommes faibles et incapables, mais Dieu est très grand, très fort et capable, et Il est toujours là pour nous aider à réaliser ces changements « impossibles » en nous. —*Keith Phillips*

Comment définir le bonheur

Le bonheur est-il vraiment possible ? C'est une question à laquelle beaucoup de gens ont essayé de répondre—on en a débattu dans les amphithéâtres de philosophie, on en a parlé tout bas dans des soirées pyjama, on l'a promis dans d'innombrables campagnes de marketing—en particulier à l'aube d'une nouvelle année. Nos innombrables méthodes pour trouver le bonheur sont aussi diverses que nos nombreuses définitions du bonheur. Et si la possibilité d'atteindre le bonheur était directement liée à notre réponse à une autre question ? À savoir, d'où tirons-nous notre plus grand plaisir dans la vie ? Autrement dit, se pourrait-il qu'il y ait un lien entre notre vision du monde et notre aptitude au bonheur ?

Dans une étude qui fait date, Armand Nicholi, professeur de psychiatrie clinique à l'Université Harvard, a comparé la vie et l'œuvre de Sigmund Freud à celles de C. S. Lewis. Chacun de ces géants culturels est reconnu pour la remarquable précision avec laquelle il a observé les émotions et l'expérience humaines. Et pourtant, chacun a défini le bonheur et en a fait l'expérience de manières extrêmement différentes, à travers des visions du monde totalement différentes.

L'expérience de Freud et sa compréhension du bonheur sont apparues comme une composante fondamentale de sa vision matérialiste du monde. Il considérait que le problème du bonheur était celui « de la satisfaction des désirs instinctifs d'une personne ». Par conséquent, il était pessimiste quant à la possibilité d'atteindre le bonheur. Freud reconnaissait que l'aspiration humaine n'est jamais pleinement satisfaite. ... Et la vie de Freud

reflète tout à fait sa définition du bonheur. Ses lettres devinrent de plus en plus empreintes de pessimisme et de dépression, allant même jusqu'à mentionner l'usage de drogues comme le seul moyen efficace d'améliorer son humeur.

Ce qui fait de C. S. Lewis un point de comparaison fascinant, c'est que, comme Freud, il était dans sa jeunesse lui aussi extrêmement pessimiste quant aux possibilités de trouver le bonheur. Pourtant, comme l'ont souligné de nombreux biographes et amis proches, sa vie fut profondément transformée quand il atteignit la trentaine, à la suite d'un changement radical de sa vision du monde. ... Pour C S Lewis, il était impossible de trouver le bonheur dans le monde physique. Alors qu'il commençait à adopter une vision du monde imprégnée de quelque chose qui dépassait le monde matériel, Lewis a d'abord pensé qu'il arrivait en un lieu, ou à une idée, mais bien vite il découvrit qu'il arrivait à une Personne qui existait dans le monde matériel mais aussi au-delà et au-dessus du monde matériel. En fait, ce fut la surprise de trouver une Personne qui redéfinit sa notion du bonheur—le bonheur provenant de cette source de joie qui marqua sa vie même dans les moments de douleur et de chagrin.

En cette nouvelle année de promesses potentielles, les sources ultimes de bonheur valent la peine qu'on s'y intéresse, tout autant que d'autres options possibles ou des résolutions optimistes. Le psalmiste parle d'un créateur qui est à la fois une source intérieure et qui existe au-delà du monde physique. « Tu me feras connaître le chemin de la vie : plénitude de joie en ta présence, et bonheur éternel auprès de toi. »³ Il se pourrait bien qu'il y ait un lien étroit entre notre aptitude au bonheur et notre compréhension de la vie. Dans la vision chrétienne du monde, le Christ est là en chair et en os, et Il nous appelle à nous approcher de Lui afin que notre joie soit transformée par un amour présent et durable. —*Jill Carattini*

Publié sur Anchor le 1^{er} janvier 2019. Traduit par Bruno Corticelli.

¹ <https://www.rzim.org/read/a-slice-of-infinity/new-year-wishes> [une tranche d'infinité/vœux du nouvel an].

² Marc 10.27 PVV.

³ Psaume 16.11 BDS