



---

## Le bonheur

---

Ce thème du **Bonheur** a été choisi suite à notre dernière rencontre sur le **Sel de la terre**, et la réaction d'une participante « le bonheur n'est pas pour moi ».  
Le mot « heureux » peut se traduire par « en marche », sous-entendu vous avez choisi les vraies valeurs, vous êtes en chemin sur la route du royaume. (cf André Chouraqui)

## Partage autour de l'Évangile ( Les Béatitudes, Mt 4, 23-25 ; 5, 01-12)

*“Jésus parcourait toute la Galilée ; il guérissait toute maladie et toute infirmité dans le peuple. Réjouissez-vous On lui amena tous ceux qui souffraient. Et il les guérit :”*

– On lui amenait les pas biens portants, les pas sûrs d'eux ; il a guéri les malades. Il n'est pas venu pour les biens portants, mais pour les malades qu'il a guéris de toutes sortes de maladies.

■ C'est comme s'il fallait être dans la pauvreté pour être guéri. C'est eux ou moi qui faisons la démarche.

*“Heureux les pauvres de cœur, car le royaume des Cieux est à eux” :*

– Je pense être pauvre de cœur. J'espère beaucoup avoir le royaume de Dieu.

■ J'y vois la nécessité du lâcher prise. Le royaume des Cieux est synonyme de bonheur. Le travail apporte des fruits.

*“Heureux ceux qui pleurent, car ils seront consolés” :*

– Quand mon mari est parti avec quelqu'un d'autre, je suis restée 7 ans sans nouvelles. Dans cet abandon, cette terrible solitude, j'ai été consolée et écoutée. J'ai grandi avec des personnes qui m'ont fait voir l'espérance. Grâce à ces personnes, je suis devenue quelqu'un d'autre, une personne reconnue ; je suis ressuscitée.

*“Heureux les miséricordieux, car ils obtiendront miséricorde” :*

– J'ai entrepris une démarche de pardon. Je commence à m'accepter tel que je suis.

J'accorde beaucoup d'importance à la miséricorde. J'espère que Dieu sera miséricordieux avec moi. J'essaye de l'être avec les autres : les comprendre, accepter les différences, voir les personnes avec sympathie sans les condamner de prime abord, les accepter tels qu'elles sont.

*“Heureux les artisans de paix, car ils seront appelés fils de Dieu” :*

– J'ai beaucoup à travailler pour avoir la paix dans le cœur. Je me ressens la fille bien aimée de Dieu.

Dans le contexte actuel, je veux me mettre au service de la paix. Il faut faire un travail sur soi pour être en paix, et mettre l'amour dans notre cœur face à la haine.

– Je suis choquée par ce texte. Faut-il tant souffrir sur cette terre ?

– J'ai vécu un accident de voiture en rentrant de voir ma mère hémiplégique. Mon compagnon est mort suite aux blessures de l'accident. Ce fut très difficile, et lorsque je commençais à glisser psychologiquement, j'ai senti que le Seigneur me portait.

– Les pauvres dans cet Évangile ce sont qui n'ont pas le cœur fier ou le regard ambitieux, comme le dit le psaume 130.

– Tout ce qui est dans ce texte, c'est le Christ qui l'a vécu et l'a expérimenté dans sa vie d'homme. Il y a du futur et du présent dans ce texte : le royaume des Cieux est au présent, le reste au futur. Ce n'est pas l'idée d'un Dieu pervers. Le pape François a décidé d'une année de la miséricorde ; le message du Christ est un message d'amour ; on prend les gens où ils en sont et on les accompagne. Dieu nous donne une chance, ce n'est pas Dieu qui punit ; nous subissons les conséquences du manquement des hommes. La bible est le témoignage d'un peuple. Le nouveau testament apporte un éclairage sur l'ancien testament à la lumière de la mort et de la résurrection du Christ. Nous n'avons pas été créés pour souffrir ; nous sommes interdépendants les uns des autres ; nous avons chacun à apporter notre petite pierre à l'édifice.

– Avec le psaume 138, je reconnais devant Dieu l'être étonnant que je suis.

– Je ne peux plus pleurer, et pourtant ça me permettrait de libérer mes émotions.

- L'art thérapie (musique, danse, peinture) m'a aidée à libérer mes émotions.
- La lecture à voix haute du psaume 129 (« Des profondeurs, je crie vers toi Seigneur ») me libère de mes émotions.

## En savoir plus

Pour préserver l'anonymat des participants, seul le partage autour de la Parole de Dieu est publié.

## Prochaine rencontre le 6 février : LA MISERICORDE

**Contacts** : 06 62 00 85 64 – 05 45 21 44 12 ou 05 45 91 01 65

---

©2026 - Diocèse d'Angoulême - 04/02/2026 -  
<https://charente.catholique.fr/services/familles/divorce-separation-remariage-apres-un-divorce/les-thematiques/le-bonheur/>