

Le bonheur.

par Jacques Salomé – psychosociologue et écrivain.

Le bonheur est un chemin,
simplement un chemin
qu'il est possible de suivre
tous sens ouverts.

Sentir et voir,
entendre et goûter,
et surtout toucher,
avec toutes les ressources de notre corps.

Si nous ajoutons deux autres de nos sens
celui de s'étonner et de s'émerveiller ;
alors nous pouvons faire le plein de nos possibles.

Le plus important,
il faut le savoir et l'accepter
n'est pas ce qui est au bout du chemin,
c'est tout ce que nous allons découvrir en le parcourant.

Le bonheur est un accord
au sens musical du terme,
entre ce que je pense et ce que je dis
entre ce que je ressens et ce que je fais.

Un accord soutenu par un autre accord
plus subtil entre ce que je vis ou j'éprouve
et ce qui m'entoure, ce qui est proche.

Le bonheur est un immense cri silencieux et joyeux
qui dit la gratitude d'être vivant.

Le bonheur, tel un enfant de la VIE,
vit le présent, rit et joue de l'instant,
s'avance sans aucune protection,
sans aucune prudence,
avec la plus grande des libertés
dans les risques de l'existence.

Alors,
alors il appartient à chacun de découvrir le chemin
et de faire quelques pas, quelques pas seulement !

Jacques Salomé est l'auteur de
"**La ferveur de vivre**". (Ed Albin Michel).