

Qu'est-ce rend heureux

C'est si bon d'être heureux qu'on voudrait l'être tout le temps !
Mais qu'est-ce que le bonheur ? Sur quoi repose-t-il ?
Peut-il durer toujours ? Pour toi, *Filotéo* a enquêté...



C'est vous qui le dites !

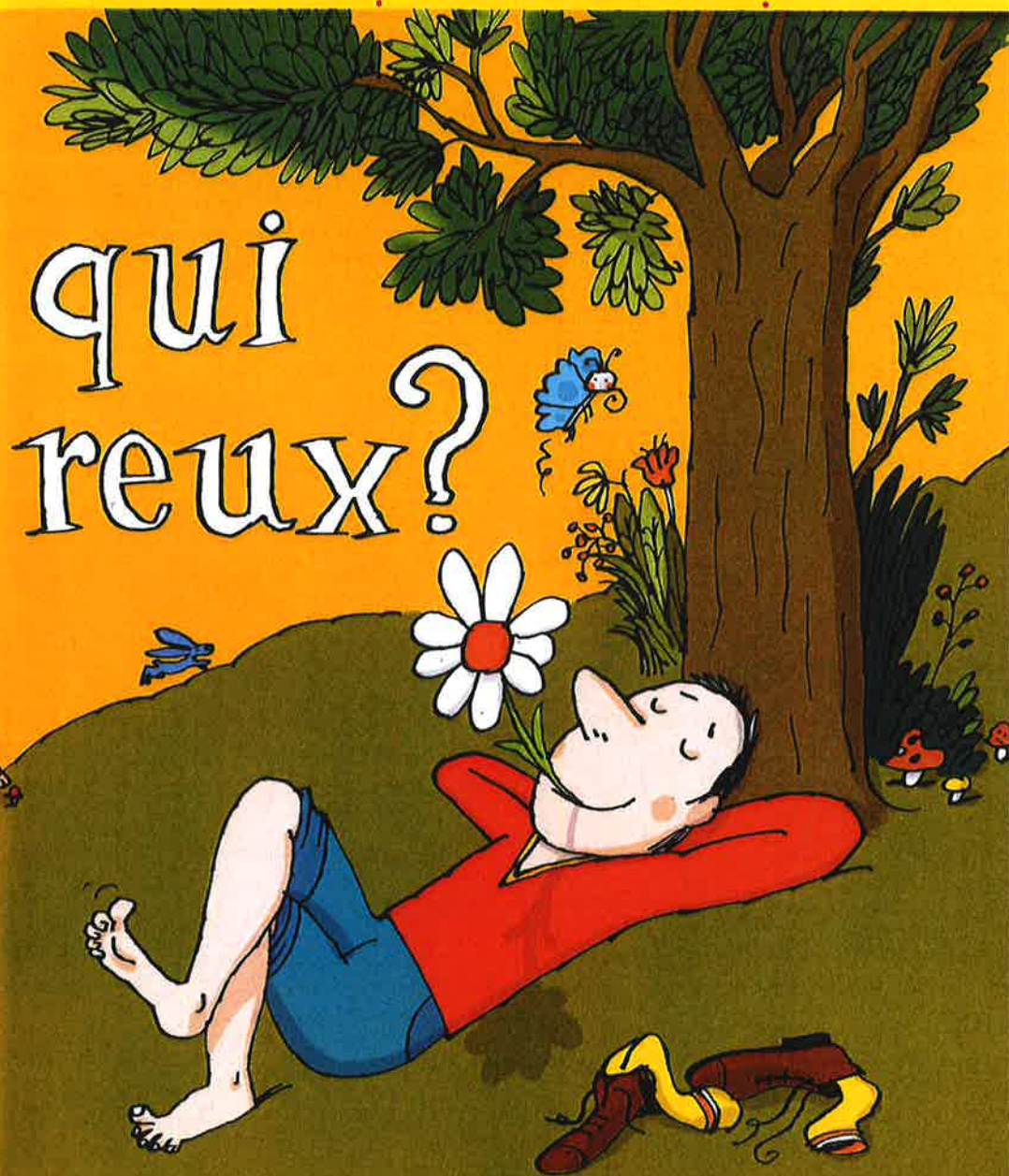
"Ce qui me rendrait heureux, c'est d'avoir tous les cadeaux dont je rêve !"



« Une fois, j'ai dû garder une petite fille. Il m'a fallu jouer avec elle, même si je n'en avais pas envie. Après, elle m'a dit qu'elle m'aimait, et ça m'a rendue heureuse. »

Raphaëlle, 10 ans

qui reux ?



"Ce qui me rend heureuse, c'est que mes parents m'aiment beaucoup. Ils me font des petits câlins, ils me félicitent, ils m'encouragent."

Victoire, 9 ans



« Quand on veut être heureux, on peut y arriver. Si on dit : "Je n'y arriverai pas", c'est sûr qu'on n'y arrivera pas ! Il faut se forcer un peu et le vouloir. »

Marie, 10 ans

La course au bonheur

Argent, santé, mode, beauté...
Pour beaucoup de personnes,
la recette miracle du bonheur contient
forcément ces ingrédients.
Alors, heureux ?



Un idéal qui fait rêver

À la télévision, à la radio ou dans les magazines, on nous explique comment gagner des millions, comment devenir une star de la chanson, comment être super à la mode... Paillettes, sourires, luxe et gaieté : tout est fait pour que cela nous fasse rêver. Et cela marche ! Il n'y a qu'à voir le nombre de personnes qui jouent au loto ou se présentent à la « Star Academy » !



C'est vous qui le dites !

"Les gens sont heureux quand ils ont une promotion. Par exemple, un poste plus haut qui fait gagner plus d'argent."

Thibault, 10 ans

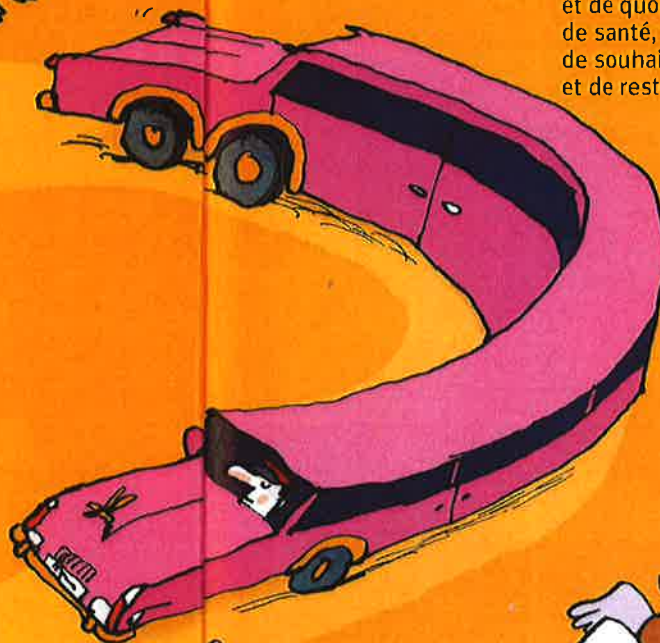


"L'argent aide à faire le bonheur. Ça sert à acheter une maison pour sa famille, et aussi des jouets qui font plaisir..."

Lucie, 10 ans

Le minimum nécessaire

C'est vrai, certaines choses facilitent le bonheur. Quand on a assez d'argent pour avoir un logement et de quoi manger, que l'on n'a pas de problème de santé, la vie est plus simple. Il est donc naturel de souhaiter gagner un peu d'argent, et de rester en bonne santé.



Trop, c'est trop !

Mais, dans notre société, nous avons du mal à être satisfaits de ce que nous possédons. Nous avons tendance à ne pas nous contenter de ce qui est nécessaire, mais à vouloir toujours plus, et même « trop » ! Pourtant, il y a des gens qui sont très riches, très beaux, très admirés et qui ne sont pas heureux !

"J'adore faire du dessin. Quand je dessine, ça me rend heureuse. Quand on fait des choses qui ne s'achètent pas comme dessiner, lire, ça nous rend heureux."

Juliette, 10 ans



"Les magazines et la télé veulent nous donner envie d'acheter. Mais, quand on achète quelque chose, au bout d'un mois, on n'en a plus envie..."

Camille, 10 ans

Et toi, qu'est-ce qui te rend heureux ?

À vous écouter, c'est sûr, il n'y a pas que l'argent qui fait le bonheur ! Qu'y a-t-il d'autre, alors ?



Ce qui me rend heureuse, c'est d'être vivante !

Lara



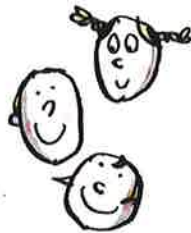
Ce qui me rend heureuse, c'est de voyager. Je suis allée en Thaïlande, dans le pays de ma mère. C'est très beau et on peut se baigner toute l'année.

Lily



Ce qui me rend heureux, c'est d'avoir 20/20 en classe. Et aussi d'avoir deux sœurs. Parfois, on se dispute. Mais on rigole bien tous les trois !

Édouard



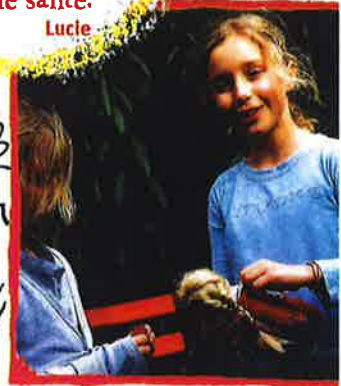
Ce qui me rend heureuse, c'est de pouvoir aller à l'école. On a de la chance, parce qu'il y a des enfants qui ne peuvent pas y aller.

Lisa-Marie



J'ai tout pour bien vivre : une maman et un papa qui m'aiment, des sœurs, des jouets. J'ai des amis. Je suis en bonne santé.

Lucie



Je suis vraiment heureux quand je fais du sport, c'est ma passion ! Mais, ce qui me rend aussi très heureux, c'est de vivre dans un pays en paix : pas comme en Irak ou en Israël...

Matthieu



Ce qui me rend heureux, c'est d'avoir des parents qui m'aiment et aussi qui m'éduquent pour que je sois bien élevé et intelligent !

Stanislas



Le bonheur ne s'enferme pas dans une boîte. On ne peut pas le posséder ! Avoir envie de l'attraper ou avoir peur de le perdre nous fait souvent passer à côté.

Au cours de la vie, on découvre de nouveaux bonheurs. Eh oui ! Ce ne sont souvent pas les mêmes choses qui nous rendent heureux à huit ans ou à soixante !

Personne n'est heureux 24 heures sur 24 ! Nous avons tous des moments de bonheur, puis des moments de tristesse ou de malheur.

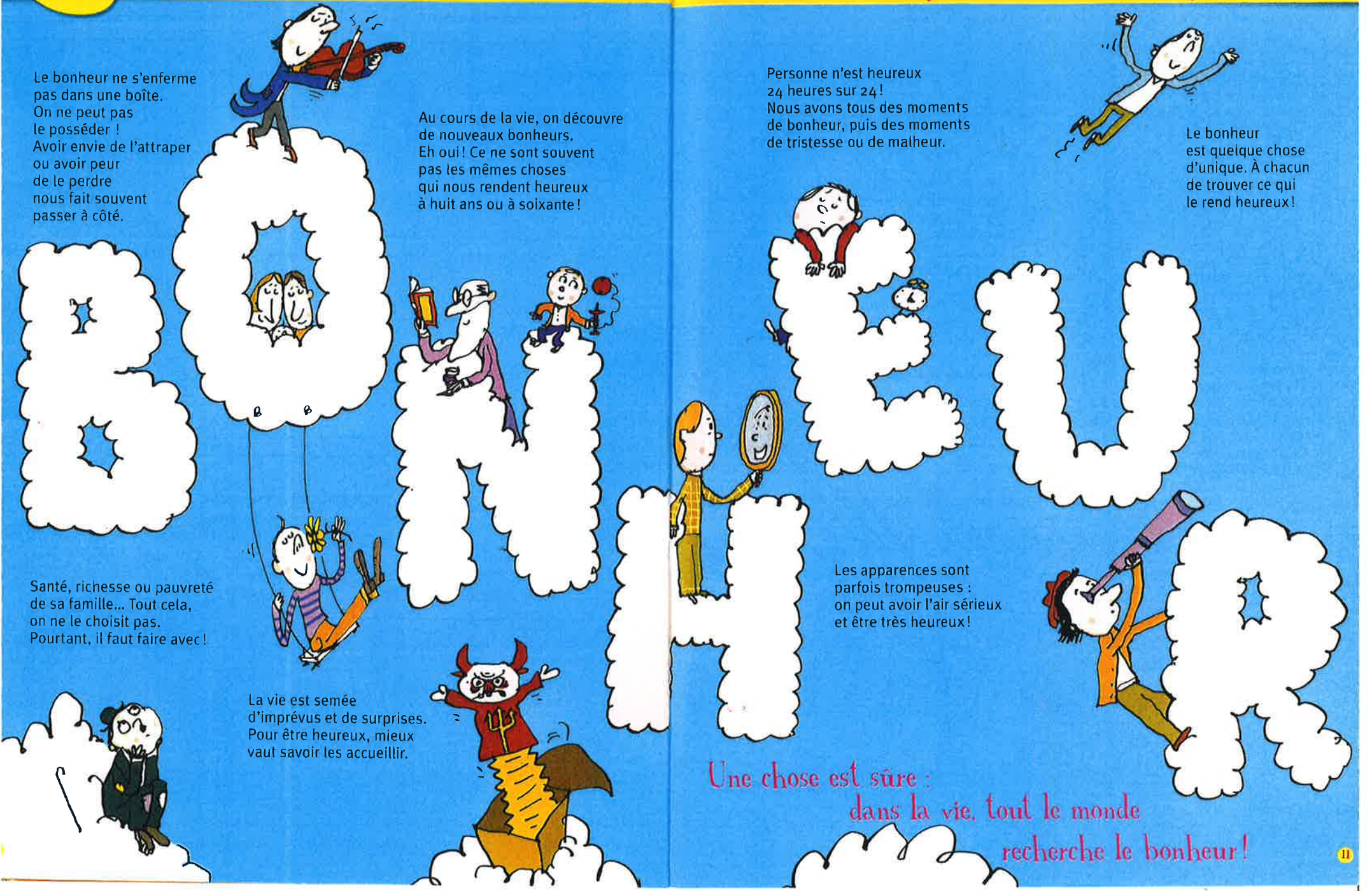
Le bonheur est quelque chose d'unique. À chacun de trouver ce qui le rend heureux !

Santé, richesse ou pauvreté de sa famille... Tout cela, on ne le choisit pas. Pourtant, il faut faire avec !

La vie est semée d'imprévus et de surprises. Pour être heureux, mieux vaut savoir les accueillir.

Les apparences sont parfois trompeuses : on peut avoir l'air sérieux et être très heureux !

Une chose est sûre : dans la vie, tout le monde recherche le bonheur !



Qu'est-ce qu'on attend pour être heureux ?

Du bonheur, on en reçoit, grâce à notre famille ou à nos copains. Mais on peut aussi en créer ! Petits conseils entre amis...

Vivre ensemble

Pour être heureux, on a besoin des autres. Aimer et être aimé sont des sources infinies de bonheur... Et cela est vrai, quels que soient notre âge, notre beauté ou la taille de notre portefeuille ! Qu'y a-t-il de meilleur que l'amitié et l'amour ? Alors, laissez de la place dans notre vie pour les gens que l'on rencontre, voilà une belle piste de bonheur !

Aimer la vie

La vie est une aventure extraordinaire : il y a tellement à voir, à écouter, à découvrir, à essayer, à comprendre ! Vivre est une chance, et savoir cela peut déjà nous rendre heureux. Cette joie de vivre, on peut alors la transmettre aux autres : c'est très communicatif !

Regarder du bon œil

Notre regard sur la vie peut nous rendre heureux ou malheureux. Si on regarde toujours ce qui ne va pas, ce qui manque, on a du mal à être content. Si, au contraire, on cherche le bon côté des choses, cela nous offre mille occasions de nous réjouir !

Savourer le présent

Souvent, nous vivons dans l'attente des grands moments : « Vivement les vacances ! », « Vivement mon anniversaire ! » Puis le moment passe, parfois trop vite, et nous éprouvons du regret. Quand on vit toujours dans le futur ou dans le passé, on oublie de profiter du bonheur présent.

Construire sa vie

Apprendre, faire des efforts, se dépasser, progresser, grandir... Même si on ne s'en aperçoit pas toujours sur le moment, notre travail ou nos activités nous donnent beaucoup de bonheur.



C'est vous qui le dites !

« Quand on travaille et qu'on a une bonne note : on s'est fait plaisir à soi-même ! »



« On peut créer du bonheur en essayant d'aimer les autres, en leur faisant des petits cadeaux, des câlins, en faisant rigoler, sourire. »

Lucile, 10 ans



« Il vaut mieux être laid et avoir plein d'amis, qu'être beau et tout seul dans son coin. »

Mattéa, 10 ans



« Il y a plusieurs façons de voir. Quand il pleut, on peut être triste parce qu'on ne peut pas sortir. Mais on peut aussi être content de faire des choses à la maison. »

Thomas, 9 ans

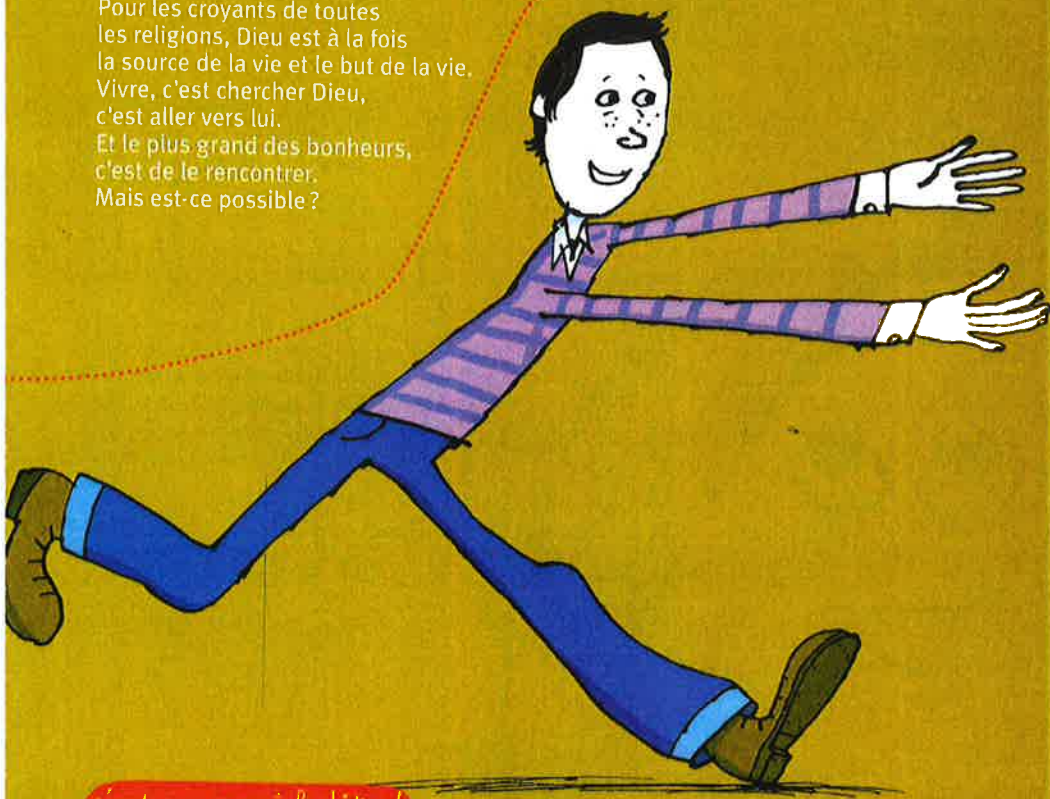


Une heureuse rencontre

Pour les croyants, la foi en Dieu est aussi une grande source de bonheur. Comment expliquer cela ?

Rencontrer Dieu

Pour les croyants de toutes les religions, Dieu est à la fois la source de la vie et le but de la vie. Vivre, c'est chercher Dieu, c'est aller vers lui. Et le plus grand des bonheurs, c'est de le rencontrer. Mais est-ce possible ?



Jésus montre la voie

Pour les chrétiens, Jésus était le Fils de Dieu. Sa relation avec son père le rendait tellement heureux qu'il fallait qu'il en parle aux autres. Jésus disait que ce bonheur était accessible à tous, que ce bonheur-là comblait les cœurs, qu'il suffisait à remplir une vie, et, qu'en sa présence, on ne manquait plus de rien. Pour Jésus, Dieu est la seule chose à chercher pour être vraiment heureux.



Faire de son mieux

Jésus dit aussi que, quand on a envie d'approcher Dieu, on cherche alors à être comme lui : généreux, bienveillant, pacifique, entièrement ouvert aux autres. Cela n'est pas toujours facile car tout le monde a ses défauts ! Pourtant, dès qu'on y arrive, même un tout petit peu, on se sent aussitôt grandi, et vraiment très heureux.

C'est vous qui le dites !

"Je crois qu'on peut rendre quelqu'un heureux juste par un sourire."

Pauline, 10 ans

"Si on doit donner quelque chose à laquelle on tient, on ne va pas être vraiment sûr de soi. Mais dès qu'on le donne, on se sent un peu plus libre."

Thomas, 9 ans

"Ce qui rend vraiment les gens heureux, c'est quand ils sont seuls et que quelqu'un vient vers eux."

Victor, 10 ans

"Quand on est chrétien, on a plus de relations avec Dieu. Dieu est plus présent en nous. Il nous conduit vers le bonheur."

Matthieu, 9 ans

“Il y a une foule de petits
pour parfumer la vie.”

Alphonse Karr (1808-1890), écrivain

bonheurs qui suffisent

