

Réveillez-vous!

N° 1 2018

An illustration of a man in an orange shirt and brown pants walking towards the viewer on a paved path. In the background, several other people are walking in the same direction. The scene is set in a lush park with large green trees on the left and a city skyline with blue buildings in the distance under a clear blue sky. The overall style is bright and positive.

**LE CHEMIN
DU BONHEUR**

TABLE DES MATIÈRES

LE CHEMIN DU BONHEUR

3 Comment le trouver

4 Contentement et générosité

6 Santé physique et résilience

8 Amour

10 Pardon

12 But dans la vie

14 Espoir

16 Pour en savoir plus

OÙ TROUVER DE BONS CONSEILS POUR AVOIR UNE VIE HEUREUSE ?

La Bible dit : « Heureux ceux dont la conduite est irréprochable »
(Psaume 119:1, *Bible en français courant*).

Ces sept articles présentent des conseils qui ont fait leur preuve
et qui contribuent dans une large mesure au bonheur.

Réveillez-vous!

Vol. 99, No. 1 2018 FRENCH

Diffusé à 64905000 exemplaires.

Disponible en 182 LANGUES.

Dépôt légal : 01/2018

Awake! (ISSN 1146-3872) Issue 1 March/April 2018 is published by Watchtower Bible and Tract Society of New York, Inc.; L. Weaver, Jr., President; G. F. Simonis, Secretary-Treasurer; 1000 Red Mills Road, Wallkill, NY 12589-3299, and in the United Kingdom by Watch Tower Bible and Tract Society of Britain, The Ridgeway, London NW71RN (Registered in England as a Charity). © 2017 Watch Tower Bible and Tract Society of Pennsylvania. Printed in United Kingdom. « Éditions les Témoins de Jéhovah de France » (ass. 1901), 11, rue de Seine, 92100 Boulogne-Billancourt. Directeur de la publication : Jean-Marie Bockaert. Imprimeur : Watch Tower Bible and Tract Society of Britain, The Ridgeway, London NW71RN, United Kingdom. (Organisme de bienfaisance enregistré en Angleterre.)

Pour la FRANCE :

Association Les Témoins de Jéhovah
BP 625
F-27406 Louviers Cedex

Pour la BELGIQUE :

Christian Congregation of Jehovah's Witnesses
rue d'Argile-Potaardestraat 60
B-1950 Kraainem

La liste complète des adresses est
disponible sur www.jw.org/fr/nous-contacter.



Aimeriez-vous en savoir plus
ou bénéficier de cours
bibliques gratuits ?

Rendez-vous sur
www.jw.org

ou écrivez à l'une des
adresses ci-dessus.

Ce document ne peut être vendu. Sa diffusion s'inscrit dans le cadre d'une œuvre mondiale d'enseignement biblique
rendue possible par des offrandes volontaires. Si vous souhaitez faire un don, rendez-vous sur www.jw.org. Sauf indication
contraire, les citations de la Bible sont tirées de la version en français moderne *La Bible. Traduction du monde nouveau*.



Comment le trouver

PENSEZ-VOUS ÊTRE HEUREUX ? Si oui, qu'est-ce qui vous rend heureux ? Votre famille ? Votre travail ? Votre foi ? Vous êtes peut-être dans l'attente de quelque chose qui vous rendra heureux, comme la fin de votre scolarité, un emploi intéressant ou l'achat d'une nouvelle voiture.

Beaucoup de personnes éprouvent un certain bonheur quand elles atteignent un objectif ou obtiennent ce dont elles avaient envie. Mais combien de temps ce sentiment dure-t-il ? Il est souvent éphémère, ce qui peut être décevant.

On définit le bonheur comme un état de bien-être caractérisé par une relative stabilité, par des sentiments allant du simple contentement à une joie de vivre profonde et intense, et par le désir naturel que cet état se prolonge.

De plus, étant un état de bien-être durable, **le bonheur a été présenté non pas comme une destination ou un but, mais comme un voyage**. Dire : « Je serai heureux quand... », revient en fait à remettre notre bonheur à plus tard.

Pour illustrer, comparons bonheur et bonne santé. Comment jouir d'une bonne santé ? En ayant tout au long de sa vie une alimentation équilibrée, une activité physique régulière et de bonnes habitudes de vie. Pareillement, le bonheur découle de choix de vie : On est heureux quand on suit le chemin qui consiste à suivre de sages principes dans sa vie.

Quels principes de vie et quelles qualités caractérisent le chemin du bonheur ? Certains critères sont plus importants que d'autres, mais les suivants sont essentiels :

CONTENTEMENT ET GÉNÉROSITÉ

SANTÉ PHYSIQUE ET RÉSILIENCE*

AMOUR

PARDON

BUT DANS LA VIE

ESPOIR

Un livre de sagesse très respecté déclare : « Heureux ceux qui sont intègres dans leur voie » (Psaume 119:1, *Nouvelle Bible Segond*). Examinons maintenant cette « voie », ou ce chemin du bonheur.

* Capacité à vivre en surmontant l'adversité et les chocs traumatiques.



LE CHEMIN DU BONHEUR

CONTENTEMENT ET GÉNÉROSITÉ

« **BONHEUR ET RÉUSSITE SE MESURENT AUX BIENS QU'ON POSSÈDE !** » Influencées par cette devise, des millions de personnes s'épuisent à travailler de longues heures pour gagner plus d'argent. Mais l'argent et les biens matériels apportent-ils un bonheur durable ? Que montrent les faits ?

Selon le *Journal of Happiness Studies*, une fois nos besoins élémentaires satisfaits, gagner plus d'argent ne nous rend pas beaucoup plus heureux et ne nous aide pas vraiment à nous sentir mieux. En réalité, l'argent n'est pas le problème. Ce sont « les efforts déployés pour avoir plus d'argent qui nous rendent malheureux », déclare le *Monitor on Psychology*. Ces paroles rappellent un conseil biblique vieux de presque 2000 ans : « L'amour de l'argent est une racine de toutes sortes de choses mauvaises, et, en faisant tout pour satisfaire cet amour, quelques-uns se sont transpercés partout de bien des douleurs » (1 Timothée 6:9, 10). Que sont ces douleurs ?



INQUIÉTUDE ET INSOMNIES EN RAISON DE LA NÉCESSITÉ DE PROTÉGER SES BIENS. « Le sommeil de celui qui sert est doux, qu'il mange peu ou beaucoup, mais l'abondance du riche ne le laisse pas dormir » (Ecclésiaste 5:12).

DÉCEPTION QUAND LE BONHEUR ATTENDU N'ARRIVE PAS. Un désir insatiable d'argent peut causer de la déception. « Celui qui aime l'argent ne sera jamais rassasié d'argent, ni celui qui aime la fortune, du revenu » (Ecclésiaste 5:10). De plus, le désir d'être riche peut pousser une personne à sacrifier les choses importantes qui favorisent le bonheur, comme le temps précieux que l'on passe avec sa famille ou ses amis, ou dans des activités spirituelles.

PEINES ET FRUSTRATION QUAND L'ARGENT OU DES PLACEMENTS SE DÉVALORISENT OU DISPARAISSENT. « Ne t'épuise pas à acquérir des richesses. Arrête et fais preuve d'intelligence. Quand tu portes le regard vers elles, elles ne sont plus là, car vraiment elles se font des ailes comme celles d'un aigle et s'envolent dans le ciel » (Proverbes 23:4, 5).

QUALITÉS QUI FAVORISENT LE BONHEUR

CONTENTEMENT. « Nous n'avons rien apporté dans le monde, et nous ne pouvons rien en emporter non plus. Si donc nous avons nourriture et vêtement, nous nous contenterons de ces choses » (1 Timothée 6:7, 8). Ceux qui connaissent le contentement n'ont pas tendance à se plaindre ou à grogner. De plus, cette qualité les empêche d'être envieux. Et comme leurs désirs ne sont pas au-dessus de leurs moyens, ils s'épargnent une inquiétude et un stress inutiles.

GÉNÉROSITÉ. « Il y a plus de bonheur à donner qu'à recevoir » (Actes 20:35). Les gens généreux sont heureux parce qu'ils aiment rendre les autres heureux, même s'ils ne peuvent donner qu'un peu de leur temps ou de leur énergie. Ils acquièrent souvent en abondance ce que l'argent ne peut pas acheter : l'amour, le respect et de vrais amis, qui en retour font preuve de générosité ! (Luc 6:38).

ACCORDER LA PRIORITÉ AUX GENS. « Mieux vaut un plat de légumes, là où il y a de l'amour, qu'un taureau engraisé, là où il y a de la haine » (Proverbes 15:17). Que retenir ? Des relations affectueuses avec les autres sont plus précieuses que des richesses matérielles. Et l'amour, comme nous le verrons plus tard, est essentiel au bonheur.

Sabina, une femme d'Amérique du Sud, a constaté la valeur des principes bibliques. Abandonnée par son mari, elle a dû lutter pour combler ses besoins et ceux de ses filles. Elle avait deux emplois et se levait tous les jours à 4 heures du matin. Malgré son emploi du temps éreintant, Sabina a décidé d'étudier la Bible. Résultat ?

Sa situation économique n'a pas beaucoup évolué. Mais sa vision de la vie a radicalement changé. Par exemple, elle a découvert le bonheur qui provient de la satisfaction de ses besoins spirituels (Matthieu 5:3). Elle a trouvé de vrais amis parmi ses coreligionnaires, et elle a goûté au bonheur de donner en enseignant aux autres ce qu'elle avait appris.

« La sagesse se reconnaît à ses œuvres », dit la Bible (Matthieu 11:19). D'après ce principe, savoir se contenter de ce que l'on a, se montrer généreux et accorder la priorité aux gens, c'est assurément faire preuve de sagesse !

IDÉES CLÉS

« L'amour de l'argent est une racine de toutes sortes de choses mauvaises, et, en faisant tout pour satisfaire cet amour, quelques-uns se sont transpercés partout de bien des douleurs »

(1 Timothée 6:10).

« L'amour de l'argent » peut causer...

- de l'inquiétude et des insomnies.
- de la déception.
- des peines et de la frustration.

Le bonheur arrive à ceux qui...

- se contentent de ce qu'ils ont.
- sont généreux.
- accordent la priorité aux gens et non aux biens.



LE CHEMIN DU BONHEUR

SANTÉ PHYSIQUE ET RÉSILIENCE



UNE MALADIE CHRONIQUE OU UN HANDICAP PEUVENT BOULEVERSER UNE VIE. Après l'accident qui l'a laissé paralysé, Ulf, autrefois actif et en bonne santé, a dit : « J'ai sombré dans la dépression. J'avais perdu ma force, mon courage et mon énergie. [...] Je me sentais "détruit". »

Ce qu'a vécu Ulf nous rappelle que personne n'est totalement maître de sa santé. Nous pouvons cependant prendre des mesures raisonnables pour réduire le risque d'avoir un problème de santé. Que faire maintenant si notre santé se dégrade ? Sommes-nous condamnés à être malheureux ? Nous verrons que non. Mais tout d'abord, voyons quelques principes qui favorisent une bonne santé.

SOYEZ « MODÉRÉ DANS VOS HABITUDES »

(1 Timothée 3:2, 11). Généralement, manger ou boire à l'excès est mauvais pour la santé, et en plus, cela coûte cher ! « Ne te trouve pas parmi ceux qui boivent trop de vin, ni parmi ceux qui se goinfrent de viande, car les ivrognes et les gloutons tombent dans la pauvreté » (Proverbes 23:20, 21).

NE POLLUEZ PAS VOTRE CORPS. « Purifions-nous de toute souillure de la chair et de l'esprit » (2 Corinthiens 7:1). Les gens polluent leurs corps quand ils mâchent ou fument du tabac, boivent ou se droguent. Fumer, par exemple, « cause des maladies et des handicaps, et affecte presque tous les organes du corps », déclare l'agence fédérale américaine *Centers for Disease Control and Prevention*.

CONSIDÉREZ VOTRE CORPS ET VOTRE VIE COMME DES CADEAUX PRÉCIEUX.

« C'est par Dieu que nous avons la vie, que nous bougeons et que nous existons » (Actes 17:28). Comprendre cette vérité nous pousse à ne pas prendre de risques inutiles, que ce soit au volant, au travail ou dans le choix de nos loisirs. Qui voudrait finir en fauteuil roulant juste pour éprouver une sensation forte ?

DOMINEZ VOS SENTIMENTS NÉGATIFS. L'esprit et le corps sont étroitement liés. Essayez donc de rejeter toute inquiétude excessive, colère incontrôlée, envie et autre sentiment néfaste. « Lâche la colère et abandonne la fureur », dit Psaume 37:8. On lit

aussi : « Ne vous inquiétez jamais du lendemain, car le lendemain aura ses propres inquiétudes » (Matthieu 6:34).

CONCENTREZ-VOUS SUR DES PENSÉES POSITIVES.

« Un cœur calme donne de la vie au corps », dit Proverbes 14:30. La Bible déclare aussi : « Un cœur joyeux est un bon remède » (Proverbes 17:22). Cette parole de sagesse est en accord avec la science. « Si vous êtes heureux, a dit un responsable de la santé publique en Écosse, vous risquerez moins de tomber malade que les gens malheureux. »

DÉVELOPPEZ LA RÉSILIENCE. Comme Ulf, nous n'avons peut-être pas d'autre choix que de supporter une épreuve qui dure. Mais nous pouvons choisir de quelle façon nous y ferons face. Certains sont submergés par le découragement, ce qui ne fait qu'empirer les choses. « Si tu te décourages le jour où tu es dans la détresse, tu n'auras pas beaucoup de force », dit Proverbes 24:10.

Après avoir peut-être ressenti du désespoir, d'autres rebondissent. Ils s'adaptent, cherchent des moyens de surmonter la situation, bref ils font preuve de résilience. C'était le cas d'Ulf. Il a dit qu'après avoir beaucoup prié et médité sur le message positif de la Bible, il « a commencé à voir les possibilités [qui s'offraient à lui] plutôt que les obstacles ». De plus, comme beaucoup de ceux qui traversent de grandes épreuves, il a appris à être plus compatissant, ce qui l'a incité à communiquer à d'autres le message réconfortant de la Bible.

Steve aussi a beaucoup souffert. À 15 ans, il a eu un accident qui l'a rendu tétraplégique. À 18 ans, il a récupéré l'usage de ses bras. Il est ensuite allé à l'université, où il a sombré dans la drogue, l'alcool et l'immoralité sexuelle. Il n'avait plus aucun espoir, jusqu'à ce qu'il commence à étudier la Bible. Cela lui a donné une nouvelle vision de la vie et l'a aidé à vaincre ses mauvaises habitudes. « Le vide que je ressentais depuis si longtemps avait disparu, dit-il. Maintenant, ma vie est remplie de paix, de bonheur et de contentement. »

Les témoignages de Steve et d'Ulf rappellent les paroles de Psaume 19:7, 8 : « La loi de Jéhovah est parfaite, elle redonne des forces. Les ordres de Jéhovah sont justes, ils réjouissent le cœur ; le commandement de Jéhovah est pur, il fait briller les yeux. »

IDÉES CLÉS

Quand on les applique, les lois et les principes de Dieu « redonnent des forces, réjouissent le cœur et font briller les yeux »

(Psaume 19:7, 8).

La Bible nous encourage à...

- être modérés dans nos habitudes.
- prendre soin de notre corps.
- considérer la vie comme sacrée.
- dominer nos sentiments négatifs.
- nous concentrer sur des pensées positives.
- développer la résilience.



LE CHEMIN DU BONHEUR

AMOUR

LES HUMAINS ONT BESOIN D'AMOUR. Aucun mariage, aucune famille ni aucune amitié ne peut s'épanouir sans amour. Il est donc évident que l'amour est indispensable à l'équilibre et au bonheur d'un individu. Mais qu'entend-on par « amour » ?

L'amour dont nous voulons parler n'est pas l'amour romantique, qui lui aussi a son importance. Il s'agit plutôt d'une forme supérieure d'amour qui incite quelqu'un à se soucier du bien des autres et même à faire passer leurs intérêts avant les siens. C'est un amour qui est guidé par des principes divins, mais qui n'est pas pour autant dénué de chaleur ou de sentiments.

Considérez cette belle description de l'amour :
« L'amour est patient et bon. L'amour n'est pas ja-

loux. Il ne se vante pas, ne se gonfle pas d'orgueil, ne fait rien d'inconvenant, ne cherche pas ses propres intérêts, ne s'irrite pas. Il ne garde pas en mémoire le mal subi. Il ne se réjouit pas de l'injustice, mais trouve de la joie dans la vérité. Il supporte tout, espère tout, endure tout. L'amour ne disparaît jamais » (1 Corinthiens 13:4-8).

Un tel amour « ne disparaît jamais » : il n'aura pas de fin. D'ailleurs, il peut devenir de plus en plus fort. Et comme il est patient, bon et disposé à pardonner, c'est un « lien d'union parfait » (Colossiens 3:14). C'est pourquoi des relations fondées sur un tel amour procurent le bonheur et un sentiment de sécurité, malgré les défauts de chacun. Arrêtons-nous par exemple sur les liens du mariage.

UNIS PAR UN « LIEN D'UNION PARFAIT »

Jésus Christ a enseigné des principes importants sur la vie de couple. Il a notamment dit : « “L'homme quittera son père et sa mère, et il s'attachera à sa femme, et les deux seront une seule chair.” Donc, que l'homme ne sépare pas ce que Dieu a uni » (Matthieu 19:5, 6). **Au moins deux principes importants ressortent de ces paroles.**

« **LES DEUX SERONT UNE SEULE CHAIR.** » Le mariage est l'union la plus intime qui existe entre deux êtres. L'amour peut protéger cette union de l'infidélité, comportement qui amène un mari ou une femme à devenir « une seule chair » avec une autre personne que son conjoint (1 Corinthiens 6:16 ; Hébreux 13:4). L'infidélité détruit la confiance et peut briser un mariage. Les enfants, s'il y en a, peuvent être traumatisés et penser qu'on ne les aime pas, ou bien éprouver un sentiment d'insécurité, voire du ressentiment.

« **CE QUE DIEU A UNI.** » Le mariage est une union sacrée. Deux conjoints qui respectent ce principe s'efforcent de renforcer leur union. Quand des difficultés surgissent, ils ne cherchent pas une excuse pour y mettre un terme. Leur amour est fort et résistant. Un tel amour « supporte tout » : il permet de surmonter les situations qui menacent l'harmonie et la paix conjugales.

Quand des parents éprouvent l'un pour l'autre un amour désintéressé, les enfants en retirent de grands bienfaits. Jessica, une jeune femme, a expliqué : « Mon père et ma mère s'aiment et se respectent réellement. Quand je vois ma mère respecter mon père, ça me donne envie d'être comme elle. »

L'amour est la qualité dominante de Dieu. La Bible affirme : « Dieu est amour » (1 Jean 4:8). Il n'est donc pas étonnant que Jéhovah soit également appelé le « Dieu heureux » (1 Timothée 1:11). Nous serons nous aussi heureux si nous imitons les qualités de notre Créateur — en particulier son amour. Éphésiens 5:1, 2 déclare : « Devenez des imitateurs de Dieu, comme des enfants bien-aimés, et continuez à vivre dans l'amour. »

IDÉES CLÉS

« L'amour est patient et bon. Il supporte tout, espère tout, endure tout. L'amour ne disparaît jamais »

(1 Corinthiens 13:4-8).

L'amour rend heureux, car...

- il nous aide à nous intéresser sincèrement au bien des autres.
- il peut se renforcer avec le temps.
- il rend les amitiés et les mariages forts et résistants.
- il permet aux enfants de s'épanouir et de se sentir en sécurité.
- il nous aide à mieux ressembler à notre Créateur.



LE CHEMIN DU BONHEUR

PARDON



« **QUAND J'ÉTAIS PETITE, LES INSULTES ET LES CRIS ÉTAIENT MONNAIE COURANTE À LA MAISON**, a raconté Patricia. Je n'ai pas appris à pardonner. Même une fois adulte, je pouvais ressasser une offense pendant des jours, et en perdre le sommeil. » Une vie remplie de colère et de ressentiment ne favorise en effet ni le bonheur ni la santé. D'ailleurs, des études* montrent que les personnes rancunières peuvent...

- laisser la colère ou l'amertume détériorer leurs relations avec les autres, ce qui peut les amener à s'isoler et à se sentir seules.
- se vexer rapidement, s'inquiéter facilement, ou même tomber en grave dépression.
- se focaliser sur une offense au point d'en perdre le goût de la vie.
- avoir le sentiment de ne plus être en accord avec leurs valeurs spirituelles.
- se sentir plus stressées et risquer davantage d'être en mauvaise santé (avoir par exemple des problèmes d'hypertension, une maladie cardiaque et des douleurs chroniques comme l'arthrite ou la migraine).

QU'EST-CE QUE LE PARDON ? Pardonner consiste à passer sur une offense et à se libérer de la colère, du ressentiment et de toute idée de vengeance. Ce n'est pas fermer les yeux sur une faute, la minimiser ou faire comme si elle n'était jamais arrivée. C'est un choix personnel bien réfléchi qui dénote une volonté pleine d'amour de favoriser la paix, et de nouer et d'entretenir de bonnes relations avec autrui.

Pardonner, c'est aussi faire preuve de compréhension. Une personne qui pardonne comprend que tout le monde commet des fautes, ou pèche, en paroles ou en actions (Romains 3:23). La Bible dit à juste titre : « Continuez à vous supporter les uns les autres et à vous pardonner volontiers les uns aux autres, même si quelqu'un a une raison de se plaindre d'un autre » (Colossiens 3:13).

Il est donc clair que le pardon est une facette importante de l'amour, qui est « un lien d'union parfait » (Colossiens 3:14). Selon le site Internet de la Mayo Clinic, le pardon permet...

- d'entretenir des relations plus saines avec autrui, en éprouvant notamment pour un offenseur de la compréhension, de l'empathie, voire de la compassion.

* Sources : Les sites Internet de la Mayo Clinic et de Johns Hopkins Medicine, ainsi que la revue *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*.

- de se sentir mieux sur les plans psychique et spirituel.
- d'être moins inquiet, stressé et agressif.
- d'avoir moins de symptômes de dépression.

SE PARDONNER À SOI-MÊME. C'est peut-être la chose « la plus difficile à faire » et pourtant « la plus essentielle à notre santé » morale et physique, selon la revue *Disability & Rehabilitation*. Qu'est-ce qui vous aidera à vous pardonner à vous-même ?

- N'attendez pas de vous la perfection, mais admettez de manière réaliste que, comme tout le monde, vous ferez des erreurs (Ecclésiaste 7:20).
- Tirez leçon de vos erreurs pour ne pas les reproduire.
- Soyez patient avec vous-même ; certains défauts et mauvaises habitudes ne disparaissent pas du jour au lendemain (Éphésiens 4:23, 24).
- Choisissez des amis encourageants, positifs et gentils, mais qui seront honnêtes avec vous (Proverbes 13:20).
- Si vous offensez quelqu'un, reconnaissez-le et excusez-vous rapidement. Faire la paix vous procurera la paix intérieure (Matthieu 5:23, 24).

LES PRINCIPES DE LA BIBLE FONCTIONNENT VRAIMENT !

Après avoir étudié la Bible, Patricia, citée plus tôt, a appris à pardonner. « Je me sens libérée de la colère qui empoisonnait ma vie, a-t-elle écrit. Je ne souffre plus, et je ne fais pas souffrir les autres. Les principes de la Bible sont la preuve que Dieu nous aime et qu'il veut le meilleur pour nous. »

Ron a expliqué : « Je ne pouvais pas maîtriser les pensées et les actions des autres. Mais je pouvais maîtriser les miennes. Si je voulais être en paix, je devais me débarrasser du ressentiment. Pour moi, la paix et le ressentiment étaient désormais aussi éloignés que le Nord et le Sud. Je ne pouvais pas être aux deux endroits à la fois. Maintenant, j'ai une bonne conscience. »

IDÉES CLÉS

« Continuez à vous supporter les uns les autres et à vous pardonner volontiers les uns aux autres »

(Colossiens 3:13).

Le pardon permet...

- d'avoir des relations saines et la paix intérieure.
- d'être moins inquiet, stressé et agressif.
- de se sentir mieux sur les plans physique, psychique et spirituel.



LES HUMAINS SONT UNIQUES SOUS BIEN DES ASPECTS. ILS ÉCRIVENT, PEIGNENT, CRÉENT ET RÉFLÉCHISSENT AUX GRANDES QUESTIONS DE LA VIE : Pourquoi l'univers existe-t-il ? Comment sommes-nous venus à l'existence ? Quel est le but de la vie ? Que nous réserve l'avenir ?

Certains éludent ces questions, estimant que les réponses les dépassent. D'autres disent qu'il ne sert à rien de se poser ces questions, car la vie est le produit de l'évolution, un processus dénué d'intelligence. « Il n'y a pas de dieux, pas de finalités », affirme William Provine, professeur d'histoire et de biologie. Il ajoute : « Il n'y a de fondement ni à la morale ni au sens de la vie. »

Certains, cependant, ne partagent pas du tout cette vision fataliste des choses. Ils constatent que l'univers est régi par des lois mathématiques aussi précises qu'élégantes. Ils sont impressionnés par les merveilles d'ingéniosité de la nature, dont les humains tentent de reproduire certains mécanismes. Et la complexité et l'utilité des merveilles qu'ils observent chaque jour sont pour eux le signe de l'intervention d'une intelligence, et non de forces aveugles.

Ces raisonnements ont amené des évolutionnistes à revoir leur opinion. Notez ces deux témoignages :

ALEXEI MARNOV, NEUROCHIRURGIEN. « Durant ma scolarité, on m'a enseigné l'athéisme et l'évolution, dit-il. Les croyants étaient considérés comme des ignorants. » Mais, en 1990, Alexei a commencé à voir les choses différemment.

« J'ai toujours essayé de trouver une explication logique aux choses, déclare-t-il, y compris au cerveau humain. Cet organe fascinant a été à juste titre qualifié de structure la plus complexe de l'univers connu. Mais a-t-il été conçu seulement pour acquérir des connaissances et des compétences, puis mourir ? Cela ne me paraissait pas logique. Je me

suis donc demandé : "Pourquoi sommes-nous là ? Quel est le but de la vie ?" Après mûre réflexion, j'en ai déduit qu'il devait y avoir un Créateur. »

Dans sa recherche du but de la vie, Alexei s'est mis à étudier la Bible. Plus tard, sa femme, une médecin qui était aussi athée, a également étudié la Bible — au départ, pour prouver à son mari qu'il avait tort ! Aujourd'hui, tous deux croient fermement en Dieu et comprennent grâce à la Bible le projet de Dieu pour l'humanité.

HUABI YIN, SPÉCIALISTE DE LA PHYSIQUE DES PLASMAS. Huabi Yin a réalisé pendant de nombreuses années des recherches sur les plasmas. Considéré comme le quatrième état de la matière, le plasma (comme celui du soleil) est majoritairement constitué d'électrons et d'ions positifs.

« Chaque fois que nous étudions un phénomène naturel, dit Huabi, nous trouvons que tout est admirablement ordonné, ce qui est le résultat de lois précises. Je me suis demandé : "Comment ces lois sont-elles apparues ? Si, même quand on cuisine, il faut bien régler le feu de cuisson, alors qui est derrière les lois régulant le soleil ?" Avec le temps, j'en ai conclu que la première déclaration de la Bible était la réponse la plus logique : "Au commencement, Dieu créa le ciel et la terre" » (Genèse 1:1).

La science, c'est vrai, a expliqué le « comment ». Par exemple : Comment les cellules du cerveau fonctionnent-elles ? Comment le soleil produit-il de la chaleur et de la lumière ? Mais comme Alexei et Huabi l'ont découvert, la Bible explique, ce qui est plus important encore, le « pourquoi » : Pourquoi l'univers existe-t-il ? Pourquoi est-il régi par des lois ? Et pourquoi existons-nous ?

Concernant la terre, la Bible dit : « Dieu ne l'a pas créée pour rien, mais l'a formée pour être habitée » (Isaïe 45:18). Oui, Dieu a un projet pour la terre, et comme le montrera l'article qui suit, ce projet est étroitement lié à notre espoir pour l'avenir.



IDÉES CLÉS

« Dieu n'a pas créé la terre pour rien, mais l'a formée pour être habitée »

(Isaïe 45:18).

« Nous avons besoin d'une raison de vivre »

« Pour rester en vie et en bonne santé psychique, nous avons besoin d'une raison de vivre* », a écrit William McDougall, professeur de psychologie. Dans la même veine, Carol Ryff, également professeur de psychologie, a expliqué que quand les personnes ont « un but dans la vie, cela est bénéfique pour leur santé : elles ont moins de risques de souffrir de troubles cognitifs [...], ont moins de risques d'avoir une maladie cardiovasculaire, se remettent plus facilement d'une attaque [...] et, de fait, vivent plus longtemps#. »

* « The Basic Instincts », dans J. Hadfield, *Introduction to Psychotherapy: Its history and modern schools*, George Allen & Unwin Ltd, 1967.

USA Today, avril 2017.



LE CHEMIN DU BONHEUR

ESPOIR

« C'est la paix que j'envisage pour vous, et non le malheur. Je veux vous donner un avenir et un espoir »

(Jérémie 29:11).

« **L'ESPOIR EST [...] UN ÉLÉMENT ESSENTIEL À NOTRE VIE SPIRITUELLE**, lit-on dans un livre consacré à l'espoir. Et c'est le meilleur remède contre les sentiments d'impuissance, d'aliénation sociale et de peur*. »

La Bible fait ressortir notre besoin d'espoir, mais elle nous met aussi en garde contre les faux espoirs. « Ne mettez pas votre confiance dans les princes, ni dans un fils d'homme, qui est incapable de sauver », dit Psaume 146:3. Au lieu de placer notre confiance dans les initiatives humaines pour être sauvés, nous devrions la placer dans notre Créateur, qui a le pouvoir de réaliser toutes ses promesses. Lesquelles ? Voyons-en quelques-unes.

DISPARITION DE LA MÉCHANCETÉ, SUIVIE D'UNE PAIX DURABLE POUR LES JUSTES : « Encore un peu de temps, et les méchants ne seront plus. Mais les humbles posséderont la terre et ils savoureront l'abondance de paix », dit Psaume 37:10, 11. Le verset 29 ajoute que « les justes vivront pour toujours » sur terre.

PLUS AUCUNE GUERRE : « Jéhovah met fin aux guerres sur toute la terre. Il brise l'arc et fracasse la lance ; il détruit les chars de guerre par le feu » (Psaume 46:8, 9).

FINIES LA MALADIE, LES SOUFFRANCES ET LA MORT : « La tente de Dieu est avec les humains, il essuiera toute larme de leurs yeux, et la mort n'existera plus ; il n'y aura plus ni deuil, ni cri, ni douleur » (Révélation 21:3, 4).

UNE ABONDANCE DE NOURRITURE POUR TOUS : « Les céréales abonderont sur la terre ; sur le sommet des montagnes, elles foisonneront » (Psaume 72:16).

UNE DOMINATION JUSTE PAR UN SEUL GOUVERNEMENT MONDIAL, LE ROYAUME DE CHRIST : « On a donné [à Jésus Christ] la domination, l'honneur et un royaume, afin que les peuples, nations et gens de différentes langues le servent tous. Sa domination est une domination éternelle — elle sera sans fin — et son royaume ne sera pas détruit » (Daniel 7:14).

Comment pouvons-nous être sûrs que ces promesses se réaliseront ? Quand il était sur terre, Jé-

sus a prouvé publiquement qu'il était bien le Roi choisi par Dieu. Il a guéri les malades, nourri les pauvres et ressuscité les morts. Plus important encore, il a enseigné des principes qui permettraient aux gens de vivre pour toujours dans la paix et l'unité. Jésus a aussi prédit des événements futurs, notamment les conditions qui caractériseraient les derniers jours du monde actuel.

DES TEMPÊTES AVANT LE CALME

Jésus a prédit que les derniers jours seraient caractérisés, non par la paix et la sécurité, mais par tout le contraire ! Il a donné un signe marquant « l'achèvement du système de choses », comprenant des conflits internationaux, des famines, des épidémies et de grands tremblements de terre (Matthieu 24:3, 7 ; Luc 21:10, 11 ; Révélation 6:3-8). Jésus a aussi dit : « Parce que le mépris de la loi se répandra, l'amour de la plupart des gens se refroidira » (Matthieu 24:12).

Ce refroidissement est manifeste aujourd'hui à travers des traits de caractère qui ont été annoncés dans un autre livre de la Bible. En 2 Timothée 3:1-5, nous lisons que dans « les derniers jours », la plupart des gens se concentreraient sur eux-mêmes, sur l'argent et sur les plaisirs. Ils seraient arrogants et cruels. Les familles manqueraient d'affection naturelle, et les enfants seraient désobéissants à leurs parents. L'hypocrisie religieuse serait courante.

Ces « tempêtes » que le monde traverse sont la preuve qu'il vit ses derniers jours. Elles indiquent aussi que le calme qu'établira le Royaume est proche. D'ailleurs, dans sa prophétie sur les derniers jours, Jésus a donné cette garantie : « Cette bonne nouvelle du Royaume sera prêchée sur toute la terre, en témoignage pour toutes les nations, et alors viendra la fin » (Matthieu 24:14).

Cette bonne nouvelle permet à la fois d'avertir ceux qui agissent mal et d'offrir de l'espoir aux justes, en donnant à ces derniers l'assurance que les bienfaits promis seront bientôt une réalité. Voudriez-vous en savoir plus sur ces bienfaits ? Si oui, rendez-vous au dos de cette revue.

* A. Sciolari et H. Biller, *Hope in the Age of Anxiety*, Oxford University Press, 2009.

LE CHEMIN DU BONHEUR POUR EN SAVOIR PLUS

VOUS ÊTES-VOUS DÉJÀ DEMANDÉ :

Comment avoir une vie de famille heureuse ?

Comment puis-je me faire de bons amis, et en être un moi-même ?

Quel espoir y a-t-il pour mes chers disparus ?

Les souffrances cesseront-elles un jour ?

Les humains vont-ils finir par détruire la terre ?

Toutes les religions mènent-elles au vrai Dieu ?



VOUS POUVEZ TROUVER LA RÉPONSE À CES QUESTIONS ET À D'AUTRES

Rendez-vous sur le site jw.org, disponible en plus de 900 langues. Vous y trouverez des informations utiles sur une grande variété de sujets.

Vous pourrez regarder des vidéos sur des gens de tous horizons qui ont trouvé le chemin du bonheur et qui ne l'ont jamais regretté ! Certains d'entre eux étaient même des drogués ou des détenus. D'autres sont des professionnels hautement qualifiés, tels que des chercheurs.

Sur jw.org, vous pourrez consulter ou télécharger diverses Bibles, ainsi qu'une grande variété d'autres publications — et ce, gratuitement. Vous trouverez notamment ces thèmes :

- Le secret des familles heureuses
- La paix et le bonheur durables : comment les trouver
- De bonnes nouvelles de la part de Dieu !



Téléchargez gratuitement cette revue et des numéros précédents.



Lisez la Bible en ligne (plus de 150 langues disponibles).

Rendez-vous sur www.jw.org ou scannez le code.



918.1-F
171127