



# L'Optimisme

## Réflexions

Pour le cœur chagrin tous les jours sont mauvais,  
Mais le cœur content est un festin perpétuel.  
— Proverbes 15:15

Si vous appelez vos difficultés des « expériences »,  
si vous vous rappelez que chaque expérience  
développe en vous une force latente,  
vous deviendrez robuste et heureux,  
aussi défavorables que vous semblent les  
circonstances de votre vie.  
— John Heywood (1497-1580)

Ce qui nous apparaît comme une terrible épreuve  
cache bien souvent une bénédiction.  
— Oscar Wilde (1854-1900)

Nous n'avons pas de plus grand, de plus noble  
plaisir dans ce monde que de découvrir de  
nouvelles vérités ; et ensuite c'est de tordre le cou  
aux vieux préjugés.  
— Frédéric II, le Grand (1712-1786)

Le pessimiste voit une difficulté dans chaque  
opportunité ; l'optimiste, une opportunité dans  
chaque difficulté. — Winston Churchill (1874-  
1965)

Optimiste : qui voyage avec rien en partant de  
nulle part et qui trouve le bonheur.  
— Mark Twain (1835-1910)

Je n'ai pas peur des tempêtes, parce que  
j'apprends à manœuvrer mon navire.  
— Louisa May Alcott (1832-1888)

Le pessimiste ne voit que le côté obscur des  
nuages et broie du noir. Le philosophe voit les  
deux côtés et hausse les épaules. L'optimiste ne  
voit même pas les nuages : Il marche dessus. —  
Leonard L. Levinson (1904-1974)

L'optimisme profond, l'optimisme véritable, doit  
jaillir, me semble-t-il, de la ferme conviction de la  
présence de Dieu dans l'individu ; non pas comme  
un grand dirigeant de l'univers distant et  
inaccessible, mais comme un Dieu très proche de  
chacun de nous, présent non seulement sur la  
terre, dans la mer et le ciel, mais aussi dans tous  
les grands élans de notre cœur. — Helen Keller  
(1880-1968)

Faites en sorte que vos pensées soient positives,  
parce que vos pensées deviendront vos paroles.  
Faites en sorte que vos paroles soient positives,  
parce que vos paroles deviendront votre  
comportement.

Faites en sorte que votre comportement soit  
positif,  
parce que votre comportement deviendra vos  
habitudes.

Faites en sorte que vos habitudes soient  
positives,  
Parce que vos habitudes deviendront vos valeurs.  
Faites en sorte que vos valeurs soient positives,  
Parce que vos valeurs deviendront votre  
destinée.

— Mahatma Gandhi (1869-1948)

Il y a des fleurs partout pour qui veut bien les voir.  
— Henri Matisse (1869-1954)

Le bonheur est ce qu'on en fait. Certains sont  
incroyablement joyeux au sein des difficultés ou  
de l'adversité ; d'autres se plaignent des moindres  
contrariétés. Ceux qui recherchent le bon côté de  
chaque difficulté sont les grands gagnants en  
termes de qualité de vie, et le rayonnement de  
leur attitude positive éclaire le sentier d'autrui.  
— Chloé West (1947- )

*Traduction de l'original anglais «Optimism\_Points to ponder » par Bernard de Bézenac*  
*Vous retrouverez ce texte et beaucoup d'autres, ainsi que plein de diaporamas, sur le site : [www.lebongrain.com](http://www.lebongrain.com)*