



Comment vivre heureux en neuf ou dix leçons

Conseils attribués à Boyce Bowdin

- 1) Trouvez un équilibre entre le travail et le divertissement, entre le sérieux et le rire.
- 2) Restez fidèle à la vérité, quoi qu'il vous en coûte. Les mensonges sont comme autant de fantômes qui ne cesseront de vous hanter.
- 3) Pardonnez à vos ennemis : c'est le prix à payer pour le privilège d'être pardonné.
- 4) Sortez de chez vous. Marchez. Respirez le grand air, profitez du soleil et à l'occasion, laissez la pluie et la neige vous chatouiller le visage. N'ayez pas peur de vous salir les mains.
- 5) Parlez de vos problèmes, de vos erreurs et de vos rêves avec quelqu'un en qui vous avez confiance.
- 6) Ne sous-estimez jamais la puissance de Dieu : Il est capable d'arranger n'importe quelle situation, même lorsque vous en êtes incapable. Alors, soyez patient.
- 7) Regardez vos craintes en face et apprenez à faire la distinction entre celles qui sont utiles et les autres, qui sont destructives.
- 8) Lorsque vous n'arrivez pas à dormir, dites-vous : « Ah, ah, j'ai enfin la chance d'avoir du temps pour moi. Du temps pour penser et imaginer. Ou bien prier. »
- 9) Tombez amoureux de la vie, des enfants, de vos aînés, du théâtre, de la musique, des livres, des villes, de la montagne et de la mer... Bref, de tout... Sauf l'argent.

Le fondement du bonheur :
Quelque chose à faire,
Quelqu'un à aimer,
Quelque chose à espérer.

Le bonheur ne vient pas de ce qu'on a,
Mais de ce qu'on est.