



*Vivere* = Vivre +



## IL EST OÙ LE BONHEUR?

Chères lectrices, chers lecteurs,

Être heureux est une expérience individuelle, collective et humaine. La notion de bonheur est intimement liée au désir, à la réalisation de ses désirs, à l'accomplissement d'objectifs que l'être humain se fixe et qui ont une valeur pour lui-même.

Un certain Yannick écrivait sur son blogue : « Le bonheur est large, imparfait et variable. Si je suis satisfait de ma vie, je tends vers le bonheur. Le bonheur est un état global, en mouvement constant, c'est une photo pleine largeur de ma vie présente, de la direction et du sens que je lui donne qui me satisfait et me remplit. »

Nous avons opté dans ce présent numéro de vous apporter un écho du bonheur, d'écouter ce que des personnes en disent : Jacques Morin se met à la recherche du bonheur, Jocelyne Lortie nous confiera sa réflexion avec son regard d'artiste peintre et sculpteur, Marcel Brouillette voit le bonheur au travers du quotidien de sa vie, Pierre Provost s'amusera à illustrer une scène haute en bonheur. Enfin, nous vous proposons deux livres, une prière de Michel Hubaut, et un petit quiz chansons pour vous amener à fredonner le bonheur.

En 1989, le gentleman du Québec, Michel Louvain, interprétait *La Chanson du bonheur* : « Mon cœur la chante, ton cœur aussi. Pour être heureux, il faut souvent peu de chose, un peu d'espoir, beaucoup d'amour ont suffi. La chanson du bonheur, lointaine et tendre, c'est l'écho dans nos cœurs qui nous redit que la vie a vraiment commencé par ce jour de septembre... où je t'ai rencontrée. »

« Être heureux, c'est apprendre à choisir », écrivait Sénèque, le philosophe stoïcien, dramaturge et homme d'État romain. « Choisir ses loisirs, ses amis, les valeurs sur lesquelles fonder sa vie. Nous choisissons de satisfaire tel plaisir ou de renoncer à tel autre parce que nous donnons un sens à notre vie. »

Bonne route vers le Bonheur...

**Francine Vincent**



## **SOMMAIRE**

---

<i>Introduction : Présentation du numéro, par Francine Vincent</i>	pages 1-2
<b>Éditorial</b> .....Jacques Morin	page 3
<b>Confidences d'une octogénaire</b> .....Jocelyne Lortie	page 4
<b>Petit bonheur</b> .....Jacques Morin	page 5
<b>Bonheur</b> .....Marcel Brouillette	page 6
<b>Le bonheur en caricature</b> .....Pierre Provost + <b>Quiz sur le bonheur</b>	page 7
<b>Le bonheur</b> .....Gisèle Fortier	page 8
<b>Suggestions de lectures</b> + <b>Prière sur le bonheur</b> .... ..Michel Hubaut	page 9
<b>Dieu présent partout</b> .....Jocelyne Lortie	page 10
<b>Dieu est amour</b> .....Lise Plourde	page 11
<b>Test sur le bonheur + citations</b>	page 12

## **REMERCIEMENTS**

---

- Aux personnes qui ont accepté de collaborer à la rédaction du *Vivere*.
- Au Fonds de soutien « Coup de pouce » dont la générosité est toujours appréciée pour la publication de *Vivere*.

## ÉDITORIAL - Sans le bonheur, t'es pas heureux!

Mis à part cette chanson bien connue « Il est où le bonheur, il est où » de Christophe Maé, plusieurs artistes nous proposent leurs réflexions sur le bonheur. Yvon Deschamps, dans son monologue sur le bonheur, nous mettait en garde : « Ça chiale tellement sur ce qu'on a pas, qu'on oublie ce qu'on a... le soleil, la campagne ». Son personnage, père d'un petit garçon de 4 ans, veuf et désemparé, termine le monologue par un appel poignant : « Bonheur vient en vite, sinon, moi j'm'en va... ». Félix Leclerc « avait ramassé son p'tit bonheur, tout en pleurs, sur le bord d'un fossé ». Les plus romantiques se souviendront de La chanson du bonheur de Michel Louvain. Quant à la chanteuse Berry, peut-être un peu moins connue, elle nous provoque un peu : « N'ayez pas peur du bonheur, il n'existe pas, ni ici, ni ailleurs... »

Qui d'entre nous a regardé la nouvelle série télévisée « Le bonheur »? La première scène devenue virale est pour le moins saisissante! Je l'ai trouvée particulièrement bien réussie. On y voit un professeur du secondaire, exaspéré, qui « pète » sa coche et tire à boulets rouges tant sur ses élèves que sur leurs parents, la société en général, sur le « politiquement correct ». La solution à sa quête de bonheur? Fuir... la ville, sa profession, ses amis et vivre à la campagne... Je vous laisse le soin de découvrir cette série bien engagée. Âmes sensibles, s'abstenir.

J'avoue que j'ai une aptitude naturelle au bonheur. Je peux affirmer que jusqu'ici, la vie a été bonne pour moi et que je suis heureux. « Se contenter de ce que nous avons » était l'un des slogans de la famille modeste et nombreuse d'où je viens. Toute ma vie j'ai, certains y verront un aveu d'un né-pour-un-petit-pain sans envergure, développé des ambitions marquées de simplicité matérielle. J'ai misé sur le côté relationnel, communautaire, social plus que sur l'économique, le sécuritaire. À vrai dire, la rencontre de l'autre et de son mystère, est un appel au bonheur. La beauté de l'entraide, de l'effort commun, de la réalisation de projets à taille humaine m'est un réconfort. La constance, la persévérance dans la construction d'une société, d'une communauté, d'une Église, malgré les obstacles, me motivent, me font vivre. Fêter ensemble, rire, chanter, danser, sauter, quelles joies!

Le bonheur? Attendre le lever du soleil, entendre le chant du merle ou les enfants qui piaillent en marchant vers l'école, humer le foin de senteur ou la fraîcheur matinale... Fredonner un air qui vient comme ça. La douceur d'une caresse, la chaleur d'un câlin, la clarté d'un regard, la parole d'accueil, la certitude d'une présence aimante, là tout près... La gentillesse, la patience d'une caissière, le coup de main d'un voisin, le bonjour de l'inconnu, le texto d'un ami, le temps de faire silence... autant de petites choses, et combien d'autres, définissent mon bonheur? Et remercier ceux et celles qui m'entourent, et la vie, et le Dieu de la vie, chaque jour qui m'est donné. Et dans les temps plus difficiles? Je n'insiste pas, je ne joue pas dans le bobo sachant que d'autres en ont d'infiniment plus gros et qu'ils n'ont pas les chances que j'ai. Il est près le bonheur, il est là, parce que « Sans le bonheur, t'es pas heureux... » disait Yvon Deschamps.

*Jacques Morin*, Longueuil

## Confidences d'une octogénaire

Le rêve de mon enfance, être une artiste peintre, s'est réalisé. Déjà, à trois ou quatre ans j'avais toujours entre les mains une feuille blanche et un crayon. Je demandais à une personne de ma nombreuse famille de dix-huit enfants : « Ne bouge pas, je veux dessiner ton visage. » En troisième année, la maîtresse suggérait à mon père de m'inscrire à des cours privés de dessin. Faute de professeur, nous vivions en région éloignée, j'ai développé, crayons « *prismacolor* » en main, ma propre touche. À quatorze ans, j'ai profité de mes premiers cours privés les vendredis après-midi, pensionnaire chez les sœurs. Je devenais, pour les filles du couvent qui me le demandaient, un professeur à leur niveau. Ma famille m'a toujours soutenue dans le développement de mes talents.



**Sculpture de Jocelyne Lortie**

Plus tard, adulte, j'ai suivi des cours de dessins, de peinture auprès de professeurs reconnus et même à l'université. J'ai appris mes couleurs, mes compositions et j'ai trouvé, au long des années, mon style et surtout la confiance en moi. J'ai produit de nombreux tableaux, des centaines. J'ai peint tout le Québec. Des sculptures aussi, inspirées par ma vie spirituelle. J'ai participé à des expositions et j'ai aussi donné des cours dans mon atelier.

J'ai voyagé au Québec, au Canada et ailleurs dans le monde. J'ai peint la nature. J'ai peint la mer. Les oiseaux dans le ciel se cherchaient à manger en plongeant dans la mer. Sur un bateau, j'ai vu des baleines sortir de l'eau et y replonger. Je sentais mon cœur à la renverse. Le chant des baleines, c'est merveilleux à entendre. Sur la mer, je ressentais un détachement du matériel. Liberté, liberté!

Face à des problèmes de santé importants, j'ai remis ma guérison dans les mains du Saint Padre Pio. J'ai fait le voyage jusqu'à son tombeau. De retour, mon cancer du sein avait disparu. Mon médecin ne croyait pas au miracle. Moi j'y crois! J'ai toujours gardé la foi et je l'ai nourrie en participant à plusieurs sessions spirituelles et à plusieurs groupes de prière et de cheminement.

Au fil du temps, j'ai réalisé que les biens de la terre ce n'est rien, ça s'effrite, ça vieillit, ça pourrit, c'est un renouvellement continu. Mon âme s'élève vers Dieu. C'est le plus important, c'est ce qui compte le plus. Prier le plus possible. Prier en travaillant. Prier en se reposant. Prier

pour les défunts, surtout les âmes du purgatoire. Prier pour les mourants : qu'ils soient attirés par la lumière pour s'approcher le plus possible de Dieu. Prier aussi Marie, mère de Dieu, qui est toujours avec moi. Le vrai bonheur c'est Dieu – c'est la perfection. Je me rends compte que toute cette vie de recherche et d'expression de la beauté par l'art est une recherche de Dieu. J'en suis très reconnaissante.

*Jocelyne Lortie,*  
artiste peintre et sculpteur,  
Longueuil, janvier 2022.



### Petit bonheur

auteur : Jacques Morin

1.

Petit bonheur, où te caches-tu?  
Petit bonheur, où habites-tu?  
J'ai beau chercher  
De tout bord, de tout côté,  
J'ai l'impression que par ici t'es passé,  
Mais je t'ai manqué, trop occupé.  
Petit bonheur, je prends un rendez-vous,  
Le temps se fait court.  
Viens jouer dans ma cour,  
Cour intérieure,  
Au jardin de mon cœur  
Deviendra grand, petit bonheur!

2.

Petit bonheur, tu ne te caches plus.  
Petit bonheur, je ne te cherche plus.  
Je t'ai trouvé  
De tout bord, de tout côté.  
J'ai l'impression que j'ai compris, bien noté.  
Je suis branché et allumé.  
Petit bonheur, tu es au rendez-vous.  
Le temps suit son cours  
En dedans, tout autour.  
Je prends la vie  
Comme un jardin béni  
Devenu grand, petit bonheur!

3.

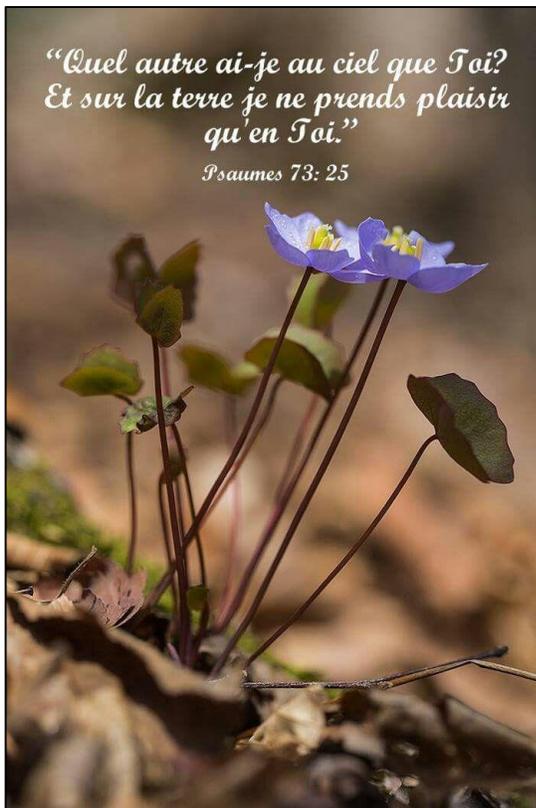
Petit bonheur veut être discret,  
Petit bonheur peut être distrait,  
Sans avertir,  
Il peut venir et partir.  
En coup de vent, il arrive chez les gens  
Qui l'attendaient, depuis longtemps.  
Petit bonheur n'a d'âge, ni de temps.

Il nous joue des tours,  
S'infiltré en nos amours,  
Instants d'espoir  
Dès l'aube jusqu'au soir,  
Petit bonheur, au fond des cœurs!  
Petit bonheur, au fond de vos cœurs!

## Bonheur

Moi je crois que le bonheur se cache dans les petits plaisirs de la vie. Généralement je me lève le matin 3 heures avant ma conjointe. Café, déjeuner, lecture du journal, mais c'est surtout le silence. J'ai besoin d'un peu de silence dans ma vie. C'est mon premier bonheur de la journée et je prends le temps de saisir ce beau moment de vie.

J'ai 70 ans et il m'arrive de regarder en arrière pour faire le bilan de ma vie. J'ai fait tellement d'erreurs dans ma vie. Il y a tellement de choses que je ferais différemment. Ça me remplit de tristesse parfois. Je dois me faire violence et regarder ce que j'ai réussi dans ma vie. C'est cela qui m'apporte du bonheur. Je vois les personnes que j'ai allumées par une parole ou un sourire. Ce bonheur chasse la tristesse.



Je crois finalement qu'on touche le bonheur quand il y a de l'amour dans notre vie. Et comme le dit l'auteur du psaume 73 dans la bible, son bonheur c'est quand il est près de Dieu. Comme croyant, je crois que Dieu est l'Amour, la véritable source du bonheur.

*Marcel Brouillette,  
Brossard*

## LE BONHEUR EN CARICATURE... par Pierre Provost



## QUIZ CHANSONS

**Procédure** : mettre en accord la gauche et la droite

1. Le p'tit bonheur		a. Christophe Maé
2. Le bonheur		b. Gilles Vigneault
3. Il est où le bonheur		c. Félix Leclerc
4. La chanson du bonheur		d. La compagnie créole
5. Tout l'monde est malheureux		e. Corneille
6. Les oiseaux du bonheur		f. Charles Trenet
7. C'est bon pour le moral		g. Gérard Lenorman
8. La balade des gens heureux		h. Céline Dion
9. Ça fait rire les oiseaux		i. Michel Louvain
10. Y'a d'la joie		j. La compagnie créole

Vous trouverez la solution à la page 12 de la revue.

## Le Bonheur

Je ne vais pas définir le bonheur avec de grands mots, mais plutôt à la façon dont il s'est présenté dans ma vie. Le bonheur selon moi, en tant qu'être humain, c'est un état de confiance, de bien-être, de quiétude. La vie en elle-même est un bonheur qui grandit avec les jours, les semaines, les années.

Mon bonheur à moi c'est celui d'avoir eu une mère extraordinaire, une grande famille de vingt et un enfants (21) dans laquelle j'ai grandi. Dans cette famille, j'ai tout appris : à jouer, à partager, à rire, à pleurer, à devenir indépendante, à travailler.



© CanStockPhoto.com - csp39634688

Dans ma famille, j'ai appris ce que c'était d'aimer.

Aimer ce n'est pas tout posséder, mais aimer ce que l'on a déjà. Aimer c'est partager, écouter, discuter avec les autres. Aimer, c'est du bonheur que l'on partage sans en diminuer le volume, car le bonheur égale à l'amour, ce sont deux sentiments inséparables. Si tu n'aimes pas, tu ne peux donner du bonheur. Je pense que la vraie et unique définition du bonheur réside au fin fond du cœur de chaque être humain.

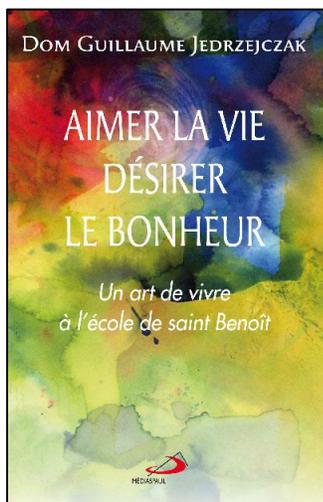
Et vous qu'en est-il de votre bonheur?

Qu'est-ce qui fait ou définit le vrai bonheur pour vous?

En toute amitié,



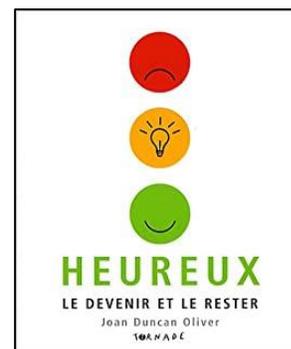
*Gisèle Fortier,*  
Longueuil, janvier 2022



## SUGGESTIONS DE LECTURE

L'amour de la vie et le goût du bonheur comme guide de l'existence constituent les deux critères de toute vie réussie, telle que l'entend initialement la tradition spirituelle de l'Occident chrétien. Quand survient une crise de sens dans notre existence, nous sommes contraints de nous interroger sur nos motivations les plus profondes. Ce dévoilement de notre être, Saint-Benoît le propose à celui qui vient frapper à la porte. Cet ouvrage est paru en 2015.

Comme le rappelle souvent le dalaï-lama, tout le monde veut être heureux. En ces temps moroses, c'est probablement l'un des rares points sur lesquels nous sommes tous d'accord. Ce livre se divise en vingt chapitres, qui sont autant de conversations imaginaires entre une personne qui s'interroge et un sage.



**Note** : Ce livre de Joan Duncan Oliver n'est plus disponible en librairie, mais vous pouvez l'emprunter à la bibliothèque du Centre diocésain en communiquant avec Joëlle Morin (450-679-1100 poste 288).

\*\*\*\*\*

### « Prière sur le Bonheur » - Père Michel Hubaut (1939-...)

Dormir les pieds dans l'herbe, le front dans les étoiles.  
Courir après les papillons dans la bruyère.  
Partir au gré du vent et au gré des voiles.  
Écouter le silence de la mer.  
Respirer le parfum des arbres et des fleurs.  
Rencontrer l'étranger, y découvrir un frère,  
briser les lois du temps, vivre au rythme du cœur.  
Boire l'eau fraîche des sources et le bleu du ciel.  
Vouloir prendre du bon temps, goûter l'imprévu.  
Vouloir habiter son corps, danser au soleil.  
Savoir à nouveau que l'homme n'est pas l'absolu.  
Attendre un inconnu sur le pas de sa porte.  
Surprendre son ombre au détour d'un sous-bois.  
Entendre l'écho de sa voix que le vent apporte.  
Réapprendre le Bonheur si proche de moi. Amen. »



## Dieu présent partout

Si je considère bien ces paroles de notre Grand-Maître : « Je suis venu allumer le feu sur la terre et combien je voudrais qu'il brûle », si nous entrions dans les desseins de Dieu d'amour, nous ne penserions plus à autres choses. Nous ne voudrions plus autre chose, nous ne travaillerions plus à autre chose. C'est tout ce que nous demanderions.

J'écoute mon cœur, je consulte d'abord. Réfléchir, choisir, agir puis vivre ma décision. Jamais plus : je ne dis pas, je ne sais pas, je ne suis pas capable. J'essaie, je m'informe, j'apprends.



Chaque jour, une petite pensée, une petite attention pour quelqu'un qui compte dans mon cœur, chaque jour j'ouvre les yeux pour prendre ce que la vie m'offre de positif. Chaque jour je m'évertue à progresser vers mes rêves à la suite de ceux qui se sont déjà matérialisés un à un. Peindre, peindre, peindre, exposer mes toiles. Parce que peindre me libère, parce que peindre embellit ma vie et celle des autres. Étudier un métier, occuper un emploi de préposée aux bénéficiaires pour démontrer que je suis fière de moi. Posséder une maison sur le mont Saint-Hilaire près du Richelieu parce que ça fait tellement de bien, c'est tellement beau. Un lieu pour cultiver l'art, son jardin, ses amitiés. À partir de là, voyager, visiter des villes dont on parle, au Québec et en France. Découvrir ce monde, observer la vie ailleurs pour apprendre, m'inspirer, m'émerveiller, grandir, vivre mes émotions, m'émouvoir sur la vie. Aller de ville en ville, de pays en pays, Canada, France, États-Unis, Belgique, tous les pays francophones européens. Je regarde droit devant moi, fière d'être née à La Tuque et de grandir au Québec.

*Jocelyne Lortie*

## DIEU EST AMOUR

« En ces temps d'incertitude et d'angoisse, je vous invite tous à accueillir le don de l'espérance qui vient du Christ », cite le Pape François dans *Guérir le monde*.

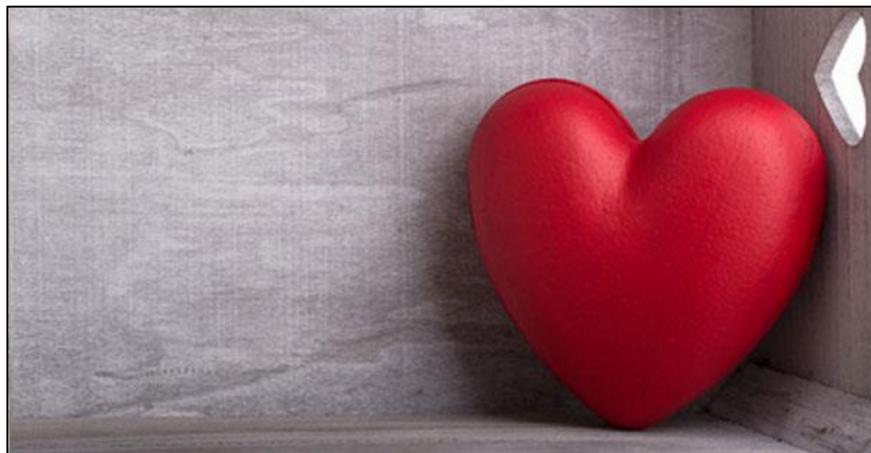
Toute ma vie j'ai été dans l'action, dans l'agir, même retraitée depuis plus de 15 ans, engagée dans le bénévolat, j'étais toujours dans l'agir, puis arrive le confinement... Ayant plus de 70 ans, écartée, protégée disent-ils? Alors pour moi, je me suis sentie et me sens inutile. À quoi sert ma vie?

Comme je ne suis pas manuelle, c'est la folle du logis qui s'est imposée. Les comment, pourquoi faisant déjà partie de ma vie se sont multipliés. Alors je me suis tournée vers la lecture. J'ai pu participer à des ateliers, des conférences via *Zoom*. Merci à la technologie!

De plus, j'adore voyager alors je l'ai fait autrement, en visionnant des reportages, des documentaires qui m'ont amenée dans des endroits où je ne serais jamais allée. J'ai aussi revisité certains endroits connus et aimés.

Des catastrophes, l'humanité en a connu depuis le début des temps. Avant le Christ, on les attribuait à la colère divine... Jésus est venu rectifier et nous montrer que nous sommes accompagnés dans ce que nous vivons... Il nous suffit d'ouvrir nos yeux et nos oreilles pour le reconnaître. Dieu est AMOUR...

*Lise Plourde*



## CITATIONS SUR LE BONHEUR

« RÊVE TA VIE EN COULEUR,  
C'EST LE SECRET DU BONHEUR. »

Walt Disney (1901 – 1966)



« IL FAUT IDENTIFIER LE BONHEUR LORSQU'IL EST À SES  
PIEDS, AVOIR LE COURAGE ET LA DÉTERMINATION DE SE  
BAISSER POUR LE PRENDRE DANS SES BRAS... ET LE GARDER. »

Marc Levy, écrivain

« TRAVAILLE COMME SI TU N'AVAIS PAS BESOIN D'ARGENT.  
AIME COMME SI TU N'AVAIS JAMAIS SOUFFERT.  
DANSE COMME SI PERSONNE NE TE REGARDAIT. »

Satchel Paige, Joueur de baseball (1906 – 1982)

"LE SUCCÈS N'EST PAS LA CLÉ DU BONHEUR.  
LE BONHEUR EST LA CLÉ DU SUCCÈS.  
SI VOUS AIMEZ CE QUE VOUS FAITES, VOUS RÉUSSIREZ."

Albert Schweitzer

\*\*\*\*\*

**Solution du quiz chansons de la page 7**

1-c 2-e 3-a 4-i 5-b 6-h 7-j 8-g 9-d 10-f