

# VIVRE PLUS HEUREUX C'EST POSSIBLE

**Thierry Feller**

## Table des matières

Table des matières .....	2
Droits sur ce document de CourtaPro.ch Sàrl .....	14
Autres e-books.....	15
Les sites .....	16
Dédicace .....	17
Introduction: La vie, une aventure risquée .....	19
A qui s'adresse ce livre?.....	19
Comment ne pas profiter de ce livre .....	20
Première partie : L'harmonie, source de bonheur .....	21
Chapitre 1 : Après quel bonheur courons-nous? .....	21
Quelle est notre conception du bonheur? .....	21
Le bonheur n'est pas forcément là où l'on pense.....	21
La vraie nature du bonheur.....	23
Tout est dans notre perception des circonstances ....	23
Le bonheur est-il dépendant des circonstances? .....	24
Un bonheur complet pour l'homme entier.....	25
Après quel bonheur courons-nous?.....	25
Ne pas nous limiter .....	26
La plus petite action vaut mieux que la plus grande intention! .....	26
Principes à méditer: qu'est-ce que le bonheur? .....	27
Questions pour réfléchir seul ou en groupe .....	28
Chapitre 2 : Le principe d'harmonie.....	29

L'univers, une vraie merveille! .....	29
Stop!.....	30
Le mal et la souffrance, un scandale! .....	30
L'important, quand la souffrance vient, c'est de continuer à vivre .....	31
L'univers est cohérent .....	32
Les lois humaines changent .....	32
Les lois physiques sont immuables .....	33
Le monde vivant est aussi soumis à des lois .....	33
Les lois fondamentales de la vie .....	33
L'homme récolte, ce qu'il a semé.....	34
Des lois que l'on ne transgresse pas sans conséquences .....	35
Quelles sont les causes du mal et de la souffrance? .	36
Le principe d'harmonie, source de bonheur .....	37
L'homme est un être de relations .....	37
La nature du bonheur mieux définie .....	38
Principes à méditer: qu'est-ce que l'harmonie? .....	39
Questions pour réfléchir seul ou en groupe .....	40
Chapitre 3 : L'harmonie avec Dieu .....	42
Le bonheur est-il lié à l'harmonie avec Dieu? .....	42
Une relation personnelle avec Dieu est le seul moyen pour satisfaire pleinement les besoins de notre esprit et de notre cœur.....	42

L'harmonie avec Dieu est indispensable pour connaître pleinement l'harmonie avec soi et autrui .....	43
Remarques sur la méthode d'approche de la question de Dieu .....	44
Quand Dieu n'est plus évident.....	44
Sur les traces de Dieu.....	44
Le signe de Dieu dans l'univers .....	45
Il n'y a pas d'horloge sans horloger .....	46
Le signe de Dieu dans l'homme .....	46
Un vide qui évoque une absence .....	47
L'homme est toujours à la recherche de l'absolu .....	47
Refuser de reconnaître ce sceau du Créateur dans nos vies et nous enfermer dans un athéisme angoissant.	48
Reconnaître, avec un esprit ouvert, le sceau du Créateur dans l'univers et dans notre vie et entrer dans le chemin de la vraie vie .....	49
Jésus-Christ, signe suprême de Dieu dans l'histoire..	49
Des déclarations qui ont fait scandale .....	50
Une légende dorée.....	51
Un philosophe ou un prophète .....	52
Un menteur .....	52
Un fou .....	53
Jésus est ce qu'il a prétendu être .....	53
Jésus, le signe concret de l'amour de Dieu .....	53
Des intentions mal comprises.....	53

Nous avons besoin d'amour pour vivre.....	54
Dieu a prouvé son amour pour nous.....	55
Le signe de Dieu dans l'expérience de la foi.....	56
Si Dieu ne se prouve pas, il s'éprouve.....	56
Jésus frappe à votre porte .....	56
Pour une vie spirituelle épanouie .....	58
Une vie à deux qui avait pourtant bien commencé ...	58
La relation la plus intime qui existe.....	58
Plus qu'un credo ou une moralité, la vie même du Christ.....	59
Un coup de sécateur indispensable.....	60
La sève nourricière ou l'étude de la Bible .....	60
La lumière ou la prière.....	61
La protection, ou l'amitié avec les autres chrétiens...	61
La récolte des fruits ou le témoignage .....	61
Votre table boîte-t-elle? .....	62
Obéir aux commandements de Dieu, fondement du bonheur .....	62
Trois attitudes de cœur pour vivre en harmonie avec Dieu.....	64
L'abandon .....	64
La main de Dieu en tout .....	64
Vivre pour la tâche présente .....	65
Fruits de la vie en harmonie avec Dieu.....	65

Prière pour vivre en harmonie avec Dieu .....	65
Principes à méditer: comment vivre en harmonie avec Dieu? .....	66
Questions pour réfléchir seul ou en groupe .....	67
Chapitre 4 : L'harmonie avec soi-même.....	68
II est tel que sont les pensées de son âme.....	69
Nos pensées ont un pouvoir créateur .....	69
Un figuier qui finit mal avec, en prime, une leçon sur la foi .....	71
Découvrez votre jardin secret.....	72
Votre conscient n'est que la partie visible de l'iceberg de l'esprit .....	73
Les rejetons de l'inconscient.....	73
Pas d'obscurantisme, l'inconscient est une réalité.....	74
Des circonstances qui préparent le terrain .....	75
Évaluez votre facteur risque.....	78
Des pensées qui deviennent des forteresses.....	79
La nature de notre combat.....	80
Notre esprit est le lieu du combat.....	81
Quelques pensées ayant le pouvoir de devenir des forteresses .....	82
Les conséquences des pensées-forteresses .....	83
Catherine ou la forteresse de la rancœur.....	84
Comment renverser ces forteresses .....	86
Le jardinage vient à notre secours.....	87

Première étape: Repérez et identifiez une forteresse spirituelle. ....	87
Deuxième étape: Prenez position en refusant d'entretenir des pensées-forteresses.....	89
Troisième étape: Prenez les mesures nécessaires pour calmer le rythme trop rapide de votre existence. ....	90
Quatrième étape: Semez des pensées positives inspirées des promesses de la Bible. ....	91
Promesses de pardon .....	94
Promesses de protection.....	94
Promesses de vie éternelle.....	94
Promesses de force .....	95
Promesses d'amour .....	95
Promesses d'espérance.....	95
Promesses de secours dans le besoin.....	95
Promesses qui combattent le doute .....	95
Promesses qui soulagent les angoisses .....	95
Promesses de paix .....	96
Cinquième étape: Cultivez avec soin ces nouvelles pensées vivifiantes en veillant à ce qu'aucun péché ne compromette votre relation avec Dieu.....	96
Sixième étape: Pratiquez la respiration mentale en expirant les pensées négatives qui reviennent et en aspirant des pensées inspirées des promesses de la Bible. ....	97
Recourez au déminage spirituel.....	97

Principes à méditer : comment vivre en harmonie avec soi-même .....	99
Questions pour réfléchir seul ou en groupe .....	101
Chapitre 5 : L'harmonie avec autrui .....	101
L'homme n'est pas une île.....	102
C'est en aidant les autres à vivre plus heureux que nous trouverons le bonheur .....	103
Deux qualités à développer .....	104
Nous traitons les autres comme nous les voyons ...	105
Premier filtre: le cadre.....	105
Deuxième filtre: l'impression subjective.....	106
Troisième filtre: la projection inconsciente.....	107
Prendre conscience des distorsions dans nos relations .....	108
Accueillir le regard de Dieu sur nous-mêmes et autrui .....	108
Une question personnelle.....	108
Vous avez été créés à l'image de Dieu .....	109
Jésus restaure en vous l'image de Dieu.....	110
Aime ton prochain comme toi-même .....	111
Quelques idées pour améliorer nos relations.....	112
Nous faire accepter .....	113
Susciter la confiance.....	113
Montrer de l'intérêt .....	114
Chercher à satisfaire les besoins d'autrui.....	115



Élargir nos domaines d'intérêt .....	115
Éviter les préjugés et la critique .....	115
Connaître les autres pour améliorer nos relations...	116
Le principe de base de la morphopsychologie .....	116
Les trois principales catégories d'individus.....	117
Comment adapter notre comportement à leur tempérament? .....	118
Exprimez-vous avec votre tête. En résumé: manifestez du sérieux .....	119
Comment surmonter les problèmes .....	120
Pourquoi cette relation a-t-elle été abîmée?.....	120
Prenez l'initiative de la réconciliation .....	121
Se confier .....	121
Le but ultime de nos relations avec autrui .....	122
Établir des contacts .....	122
Créer un intérêt commun.....	123
Exciter la curiosité.....	123
Ne pas précipiter les choses .....	123
Ne pas condamner .....	123
En rester à l'essentiel .....	124
Amener dans la présence du Christ.....	124
Principes à méditer: comment améliorer nos relations avec autrui .....	124
Questions pour réfléchir seul ou en groupe .....	126

Deuxième partie : L'harmonie à l'épreuve de la vie....	126
Chapitre 6 : Comment recevoir la clé qui ouvre la porte d'une vie plus heureuse .....	127
Le bonheur en trois mots.....	127
Jésus, notre chef d'orchestre.....	128
Qui est le chef d'orchestre de votre vie?.....	129
Jésus comme médiateur dans notre vie, la clé de l'harmonie .....	130
Chef d'orchestre connu engage musiciens, débutants acceptés.....	133
Avec Jésus au centre, nous aurons un plus dans la vie .....	133
Six domaines où Jésus veut être médiateur .....	133
Le spirituel .....	134
La famille .....	135
Le développement personnel.....	135
Le physique.....	136
Le social.....	137
Les finances .....	138
Principes à méditer: comment découvrir le secret du bonheur .....	138
Questions pour réfléchir seul ou en groupe .....	139
Chapitre 7 : Comment prendre les choses du bon côté en devenant enthousiaste .....	140

L'enthousiasme, une vitamine indispensable à la vie .....	140
Comment devient-on un enthousiaste? .....	140
Devenez enthousiaste par la louange .....	141
Joseph ou le mal changé en bien.....	142
Dieu a un plan et fait concourir toutes choses à notre bien .....	143
Un moyen simple pour trouver des sujets de reconnaissance .....	145
La louange en toute circonstance porte des fruits ..	146
Puisez l'enthousiasme à sa source .....	148
Le Saint-Esprit est la source du véritable enthousiasme .....	148
Pour que notre coupe déborde .....	150
Les fruits d'une vie remplie du Saint-Esprit .....	150
Que devons-nous faire pour être remplis du Saint-Esprit? .....	152
Les cadeaux du Saint-Esprit .....	153
Comment prendre les choses du bon côté .....	153
Principes à méditer: comment vivre dans l'enthousiasme.....	154
Questions pour réfléchir seul ou en groupe .....	155
Chapitre 8 : Comment conquérir une vie plus passionnante par la détermination et la réalisation d'objectifs.....	155
Prenez conscience de vos possibilités.....	156

Comment exploiter votre mine personnelle? .....	157
Quelle est votre vocation?.....	158
Pourquoi se fixer des objectifs? .....	160
Objections.....	160
Fixez-vous des objectifs dans tous les domaines de votre existence .....	162
Un but principal et plusieurs buts secondaires .....	162
La fixation d'objectif aide à prendre des décisions ..	163
Caractéristiques de vos objectifs.....	164
Méthode pratique pour se fixer des objectifs .....	165
Pour éviter la déprime .....	166
Réalisez vos objectifs par la représentation mentale .....	167
Principes à méditer: se fixer des objectifs pour une vie plus enthousiasmante.....	168
Questions pour réfléchir seul ou en groupe .....	169
Chapitre 9 : Comment mieux surmonter les difficultés en les utilisant à votre avantage.....	169
Né en 1959 - Mort en 2001 -enterré en 2007! .....	170
La face cachée de nos problèmes .....	171
Les épreuves fortifient notre foi.....	173
Après la pluie, le beau temps! .....	174
Les principales causes de nos problèmes.....	175
Comment mieux surmonter les difficultés.....	177
Cultivez un terrain réfractaire aux problèmes.....	177

Regardez vos problèmes dans une juste perspective .....	177
Rien n'arrive sans la permission de Dieu.....	178
Reprenez l'initiative en refusant la résignation .....	179
Un inconvénient est une occasion que personne n'a saisie .....	181
Toute adversité est une bénédiction déguisée (N. Hill) .....	181
Principes à méditer: Comment utiliser les problèmes à votre avantage. ....	182
Questions pour réfléchir seul ou en groupe .....	183
Conclusion .....	183
Résumé .....	186
Les dix principes pour une vie plus heureuse .....	187