

# L'attitude A Adopter Pour Etre Heureux



**Par Orison S. Marden**

©Stock.xchnng/Gonzalo Haro

## L'attitude à adopter Pour être heureux Par Orisen S. Marden

© 2007 Eric Cordier pour cette édition.

Tous droits réservés pour tous pays.

PSP\_5456161427

## Table des matières

Essayez d'employer l'amour _____	3
<i>L'amour met un nouvel espoir et une nouvelle joie dans nos cœurs</i> _____	3
<i>L'amour peut résoudre tous les problèmes qui s'offrent à nous</i> _____	4
<i>Donnez à l'amour l'occasion d'agir</i> _____	5
<i>L'amour n'essaye pas de corriger les défauts, il les neutralise</i> _____	5
<i>L'amour chasse la discorde qui règne au foyer</i> _____	6
<i>L'amour nous aide à changer nos mauvais caractères</i> ____	7
<i>L'amour facilite merveilleusement notre tâche</i> _____	7
<i>L'amour ne nous cause jamais de chagrin, il renferme le secret du bonheur</i> _____	8
Chapitre II _____	9
Comment nous éloignons de nous les choses que nous désirons le plus _____	9
<i>La plus belle chose du monde c'est l'amour</i> _____	9
<i>Nous recevons autant d'amour que nous en donnons</i> __	10
<i>Tout dépend de notre attitude mentale</i> _____	11
<i>Le vrai amour n'est jamais exigeant</i> _____	11
<i>L'amour est la clef d'or qui ouvre tous les cœurs</i> _____	12
<i>Souriez et prononcez des paroles encourageantes partout où vous allez</i> _____	13
<i>Répandez un peu de soleil dans d'autres vies</i> _____	14
<i>Nous avons tous une dette d'amour les uns envers les autres</i> _____	15

# Chapitre I

## Essayez d'employer l'amour

Quelqu'un, qui avait essayé d'employer l'amour pour résoudre les problèmes de la vie disait : " Il opère comme un charme. C'est un préservatif contre le péché, la maladie et le malheur, et il apporte avec lui la santé et la prospérité."

Si ceux d'entre nous qui vivent dans la discorde voulaient seulement essayer d'employer ce moyen, même pendant un court laps de temps, ils n'auraient plus jamais envie de retourner à l'ancienne manière de vivre. Ils ne seraient plus jamais satisfaits de la vieille méthode consistant à gronder, à être jaloux, anxieux, impatient, exigeant et soucieux.

### **L'amour met un nouvel espoir et une nouvelle joie dans nos cœurs**

Pourquoi ne pas essayer ? Vous qui vous êtes laissé torturer pendant des années par la colère, le souci, la crainte, la haine et la mauvaise volonté ; vous qui avez mal employé plusieurs des années de votre vie et lui avez enlevé sa valeur, pourquoi ne pas vous détourner de cette fausse manière de vivre, et essayer la puissance de l'amour ?

Vous dont la vie de famille a été une amer déception ; vous, maris et femmes qui vous êtes souvent querellés, qui n'avez jamais eu ni paix, ni réconfort à votre foyer, offrez une chance à l'amour. Vous ne serez pas déçu. L'amour effacera tous vos faux plis, il introduira un nouvel esprit dans votre demeure ; il mettra une nouvelle lumière dans vos yeux, un nouvel espoir et une nouvelle joie dans vos cœurs.

Vous dont l'existence a été solitaire et stérile, vous qui avez peut-être empoisonné votre vie, vous les douleurs, les sceptiques, les pessimistes, vous qui avez essayé de vivre en égoïstes, qui n'avez recherché que votre propre bonheur, vous qui vous êtes fait du souci, qui vous êtes livrés à l'impatience, vous dont la vie a été remplie de crainte et de jalousie, pourquoi ne pas essayer des méthodes de l'amour ?

### **L'amour peut résoudre tous les problèmes qui s'offrent à nous**

Toutes les autres méthodes n'ont pas réussi à vous rendre heureux. L'égoïsme n'y parviendra jamais, parce qu'il n'est pas en harmonie avec la loi de Dieu, tandis que l'amour l'est. Il harmonise tout ce qui est réel, tout ce qui est vrai et beau, et il agit sans se lasser.

Il vous affranchira de la mauvaise humeur, et résoudra tous vos problèmes.

À vous tous pour qui la vie n'a été qu'un amer désappointement, je veux indiquer une meilleure méthode, qui sera aussi pour tous ceux qui sont les blessés et les vaincus de la vie, ceux à qui elle n'a apporté ni tranquillité, ni harmonie, ni douceur. C'est la méthode de l'amour. Employez-la dans toutes vos difficultés, dans vos chagrins, pour résoudre tous les problèmes qui s'offrent à vous.

Vous, mères, qui vous êtes fatiguées, au point de vous vieillir prématurément, en essayant d'élever vos enfants avec des gronderies, des punitions, des corrections, pourquoi ne changeriez-vous pas de méthode, et n'essayeriez-vous pas d'employer l'amour ?

Vous pourrez amener vos enfants à l'obéissance et au respect, beaucoup plus vite et avec de bien meilleurs résultats qu'en les punissant, et ils vous aimeront davantage ; faites appel à leurs instincts les meilleurs et les plus nobles, au lieu de chercher à les corriger de leurs

mauvais instincts, et vous serez surprises de constater combien vite et joyeusement ils répondront à votre appel.

### **Donnez à l'amour l'occasion d'agir**

Il y a quelque chose dans la nature humaine qui proteste quand on veut la forcer. Si, jusqu'ici, vous avez employé la force avec vos garçons et vos fillettes, abandonnez ce système, et essayez de l'amour. Voyez s'il n'accomplira pas des miracles à votre foyer. Voyez s'il ne mettra pas de l'huile dans les rouages domestiques. Voyez s'il n'enlèvera pas le fardeau de dessus vos épaules. Donnez-lui l'occasion d'agir.

Un travail forcé, une obéissance exigée n'amènent jamais de bons résultats. Je connais un homme qui est constamment occupé à essayer de régler la vie de tous ceux qui l'entourent, et de les former à son image en exigeant qu'ils pensent et agissent comme lui, à tel point qu'ils ne peuvent vivre en paix.

Ses enfants redoutent de le voir rentrer à la maison. Quoi qu'ils fassent, ils ont tort. On est sûr qu'il blâmera sa femme pour quelque chose qu'elle a fait, ou n'a pas fait. Il se rend, et rend tous les autres malheureux par son esprit étroit et dominateur.

Il est le même dans ses affaires. Rien ne lui convient, il trouve constamment ses employés en faute, les gronde et les décourage sans cesse. Il ne sait pas qu'un peu d'encouragement et de louange, lorsqu'ils font bien, avancerait bien plus les choses que de les gronder et de s'impatienter après eux, car ils sont tellement habitués à cette façon d'agir qu'elle ne leur inspire que du dégoût, et leur ôte l'envie de bien faire.

### **L'amour n'essaye pas de corriger les défauts, il les neutralise**

L'habitude d'opprimer les gens, d'exiger qu'ils fassent tout à notre manière, l'habitude d'irriter cons-

tamment nos enfants avec nos : “Ne fais pas cela, ne parle pas ainsi ; tu dois obéir, tu dois m’écouter,” d’obliger notre conjoint, nos associés, nos employés à penser comme nous, l’habitude de contredire les autres, d’essayer de dominer sur tout le monde, cette habitude, dis-je, détruit toute harmonie mentale. Elle sape notre énergie, détruit nos bonnes dispositions, et éloigne tous ceux qui entrent en contact avec nous.

L’amour agit d’une façon diamétralement opposée. Il est large, généreux, juste, magnanime. Il respecte les droits et les sentiments des autres. L’amour n’essaye pas de corriger les défauts, de changer les tendances mauvaises en rivant l’attention sur ces défauts et ces tendances. Il les neutralise tout simplement. Il les chasse, exactement comme le soleil chasse l’obscurité d’une chambre lorsqu’on ouvre les volets.

### **L’amour chasse la discorde qui règne au foyer**

Si la discorde règne à votre foyer, vous serez heureux de voir combien vite l’amour la chassera, et la remplacera par la lumière et l’harmonie. Il changera l’atmosphère de votre famille comme par magie. Il introduira un nouvel esprit dans votre maison, et bientôt des relations faciles et agréables remplaceront l’ancien antagonisme.

Permettez à la sympathie et à la bonté de prendre la place des gronderies et des punitions, et vous accomplirez une révolution dans votre foyer. Des louanges généreuses, bienveillantes, sans restriction, de temps en temps, agiront comme une huile lubrifiante sur une machine grinçante, et son action réflexe sera magique.

Essayez d’employer l’amour, vous hommes qui avez agi en seigneurs et maîtres dans votre famille, rudoyant et déconcertant vos femmes et vos enfants en les traitant comme des esclaves. Vous avez constaté que ces méthodes brutales ne vous ont pas apporté le bonheur ; elles vous ont découragés ; essayez maintenant la

nouvelle philosophie, essayez d'employer l'amour ! Il est la panacée universelle, le remède du Christ, qui agit comme un ferment dans le monde.

### **L'amour nous aide à changer nos mauvais caractères**

Employez-le, vous, mères de famille grondeuses et acariâtres. Au lieu de décourager votre famille en vous mettant en colère, ou en vous impatientant du matin au soir, en blâmant et en vous plaignant, essayez d'employer les méthodes de l'amour.

Au lieu de gronder votre mari ou époux devant les autres parce qu'elle ou il a cassé par un objet, mettez-vous à sa place, essayez de comprendre son embarras, sa confusion, et supportez gaîment ce petit malheur.

Puis, en particulier, avertissez-la gentiment ; elle sera plus soigneuse à l'avenir. Si votre blanchisseuse vous rapporte une pièce de lingerie déchirée, ou si son travail n'est pas aussi soigné qu'habituellement, ne la grondez pas avec rudesse. De mauvais traitements ne serviraient qu'à la rendre triste et malheureuse, tandis que la bonté et des paroles douces trouveront le chemin de son cœur.

### **L'amour facilite merveilleusement notre tâche**

Vous, hommes ou femmes qui n'avez jamais réussi à vous faire servir convenablement, qui êtes souvent exaspérés par la mauvaise volonté et le gaspillage de vos employés, vous qui avez souffert de leur manque d'honnêteté et de leur incapacité, qui vous êtes usés à la tâche, essayez d'employer l'amour.

Essayez-le aussi, vous tous qui êtes fatigués de toutes les difficultés, de toutes les tribulations que vous rencontrez chaque jour dans vos affaires. Il introduira un

esprit nouveau dans votre magasin, dans votre atelier ou dans votre bureau.

Quelles que soient vos épreuves ou vos difficultés, l'amour mettra de l'huile dans les rouages et facilitera merveilleusement votre tâche. Vous qui, jusqu'ici, avez vécu en purgatoire parce que vous ne connaissiez pas ce que peut l'amour, essayez-le maintenant.

### **L'amour ne nous cause jamais de chagrin, il renferme le secret du bonheur**

Près de la tombe du général Grant, à New York, sur les falaises dominant l'Hudson, se trouve un petit monument de marbre, vieux de plus de 100 ans. Il a été érigé sur la tombe d'un petit garçon de 4 ans, qui était si gai et si aimable que tous ceux qui le connaissaient l'aimaient. Il porte cette simple inscription. : "À un aimable enfant."

Ces 4 mots racontent toute l'histoire de cette courte vie, qui doit avoir été une illustration magnifique de l'amour, car l'amour est toujours aimable.

L'amour s'occupe de tout ce qui est beau, pur et vrai, de tout ce qui a de la valeur. Il n'entraîne aucun regret, et ne nous cause jamais de chagrin. Il est pur comme la vie d'un petit enfant. L'âme dit toujours : Amen ! à tous ses actes. Les méthodes de l'amour nous conduisent au but, parce que ce sont des méthodes universelles.

Employez l'amour ; il renferme le secret du bonheur.

## **Chapitre II**

# **Comment nous éloignons de nous les choses que nous désirons le plus**

### **La plus belle chose du monde c'est l'amour**

Parlant sur la tombe d'un enfant, un pasteur disait :  
“Je préférerais vivre et aimer où la mort régnerait, que de goûter une vie éternelle où l'amour n'existerait pas.”

La plus belle chose du monde, celle après laquelle tout être humain soupire le plus, c'est l'amour. La simple suggestion d'une vie sans amour est insupportable, car vivre, c'est aimer. Où l'amour n'est pas, il n'y a point de vie ; il n'y a qu'une apparence de vie.

La situation la plus triste, celle qui déprime le plus et rend lâche, c'est celle où l'on a le sentiment que personne ne s'intéresse à nous, ne s'inquiète de savoir si nous gagnons ou perdons dans le grand jeu de la vie.

Aussi longtemps que quelqu'un se soucie de nous, que nous avons le sentiment que nous sommes utiles, que quelqu'un croit en nous – que ce soit une mère, une femme, un enfant, un ami, ou même un animal – nous avons la force de lutter.

Mais sentir que l'on est absolument seul, sans amis, que personne ne s'inquiète de savoir si nous sommes heureux ou malheureux, en bonne santé ou malade de corps et d'âme, c'est vraiment tragique. Il faut avoir du courage et un caractère bien trempé pour essayer quand même de faire de son mieux.

## **Nous recevons autant d'amour que nous en donnons**

Mais s'il existe un être aussi abandonné, c'est qu'il doit avoir banni l'amour de son cœur, étouffé le besoin d'amour implanté dans le cœur de l'homme par son Créateur, cessé volontairement d'essayer d'aimer et de se faire aimer.

Je reçus dernièrement une lettre d'un homme qui déclarait qu'il en avait fini avec l'amour, qu'il ne voulait même plus entendre prononcer ce mot, ni le voir imprimé. Il évitait dans ses lectures, tout sujet se rapportant à l'amour, et si, par hasard, un passage venait le lui rappeler, il le sautait résolument. Il déclarait qu'il avait juré de ne plus jamais rien avoir affaire avec lui.

Mais il ne me disait pas ce qui avait causé son aversion pour l'amour. Peut-être avait-il été trompé par une coquette. Peut-être avait-il été trahi par un ami en qui il avait confiance. Mais quelle qu'en soit la cause, je ne pus m'empêcher d'être affligé pour cet homme. Il était en train d'arracher de son cœur la chose qui rapproche le plus l'homme de sa création, qui le rend divin – la seule chose qui rend la vie digne d'être vécue.

Beaucoup de gens sont découragés parce qu'ils ont si peu d'amour dans leur vie. J'ai entendu une femme déclarer qu'elle ne croyait pas à l'existence d'un amour tout à fait dépouillé d'égoïsme. Elle avait découvert que, dans l'affection que lui témoignaient ses soi-disant amis, il n'y avait que de l'intérêt personnel, car, lorsqu'elle devint pauvre et ne put plus payer ce qu'elle devait, ils lui tournèrent tous le dos.

En d'autres termes, cette femme pensait que les autres ne nous aiment qu'en proportion de ce qu'on peut faire pour eux.

Sans qu'elle s'en doutât, son attitude mentale, sa méfiance à l'égard des autres éloignait d'elle l'amour et la sympathie.

En général, nous recevons autant d'amour que nous en donnons. Les sentiments que nous éveillons chez autrui, sont de bons indicateurs de nos propres dispositions, de notre propre caractère. Si nous éveillons les soupçons, la méfiance, l'envie, c'est que nous les éprouvons nous-mêmes en quelque mesure. Le semblable attire son semblable.

### **Tout dépend de notre attitude mentale**

Beaucoup de personnes affamées d'amour, déçues de ce que leur besoin d'affection n'est pas satisfait, empêchent l'amour de réchauffer leur cœur parce que celui-ci contient trop de choses qui sont hostiles à l'amour.

Un cœur plein d'amertume, d'envie, de jalousie, d'avarice, d'égoïsme, une ambition démesurée à l'égard de la puissance, de la réputation, de la situation sociale, ne laisse aucune place à l'amour. Celui-ci ne pourrait pas vivre dans une telle atmosphère, il en mourrait.

La plupart d'entre nous, par notre attitude mentale, nous éloignons les choses que nous désirons le plus et que nous cherchons à atteindre. Tout être normal soupire après l'amour, et cependant, combien le chasse constamment par leur attitude mentale et leur conduite !

### **Le vrai amour n'est jamais exigeant**

Une mère, qui pendant toute sa vie a soupiré après l'amour de ses enfants, se les aliène par les exigences d'un tempérament trop autoritaire. Elle rend le foyer inconfortable par son esprit critique, caustique, qui trouve constamment ses enfants en faute, et empêche qu'ils soient heureux dans la maison paternelle. Ils sont toujours contents de s'en évader et de se soustraire à l'influence maternelle.

Rien ne lui plaît en eux ; elle critique leur conduite, leurs vêtements, leurs manières, leurs habitudes. Jamais

elle ne leur adresse un mot de louange ou d'encouragement, lors même qu'ils ont fait de réels efforts pour lui plaire. Le résultat est qu'elle chasse de leur cœur l'amour qu'ils auraient pu avoir pour elle.

Le vrai amour n'est jamais exigeant ; il ne cherche pas à trouver en faute. Il ne peut être malveillant, ni querelleur. Si vous désirez vous faire aimer, il vous faut cesser de voir le mal dans les autres, et rechercher le bien qui est en eux. Vous trouverez toujours ce que vous chercherez.

### **L'amour est la clef d'or qui ouvre tous les cœurs**

“Au cœur de l'Afrique, près des grands lacs, dit Drummond, j'ai rencontré des nègres qui se souvenaient du seul homme blanc qu'ils eussent jamais vu auparavant – David Livingstone, et à mesure que l'on suit ses traces sur ce continent noir, on remarque que les visages s'éclairent lorsqu'ils parlent du bon docteur qui a vécu parmi eux, il y a tant d'années. Ces gens ne pouvaient pas le comprendre, mais ils sentaient l'amour qui brûlait dans son cœur.”

Dans la grande ville de Londres, existe un monument élevé à quelqu'un qui a été bon pour tout le monde. Sur le tombeau de Lord Shaftesbury, dans l'Abbaye de Westminster, sont sculptés ces 2 mots : “Amour, Service.” Ce n'est pas à cause de sa fortune, de son rang ou de son intelligence que cet homme a une place assurée dans le cœur de ses compatriotes ; non, ce qui le rend cher aux gens de toute condition, c'est son amour dévoué, qui l'a poussé à donner sa vie pour le service de son prochain.

L'amour est la clef d'or qui ouvre tous les cœurs. C'est la porte magique par laquelle nous pénétrons dans le cœur de notre prochain, ainsi que dans le domaine du succès pour notre travail et notre vie.

Le meilleur service fait sans amour manque de ce qui le rend divin. “Nous les aimons d'abord,” disait un

membre de l'Armée du Salut en réponse à une question que je lui posais pour découvrir ce qui poussait les membres de cette Armée à rechercher les malheureux dans les bas fonds. Et ceci est le secret de la merveilleuse extension de cette œuvre.

### **Souriez et prononcez des paroles encourageantes partout où vous allez**

Dans tout ce que vous ferez, introduisez la force puissante et vivifiante de l'amour, ou vous ne réussirez pas à faire quelque chose de durable. Vous pouvez aller dans les bouges des grandes villes chercher les misérables qui s'y perdent, par devoir, ou parce que vous êtes membre d'une Église qui vous y engage, et que vous tenez à ne pas rester en arrière des œuvres chrétiennes ; mais si vous n'aimez pas les gens que vous voulez relever ou aider, tous vos efforts seront vains.

Si nous désirons que nos vies irradient le soleil et l'amour, il nous faut être de vrais hommes et de vraies femmes, et l'on n'y arrive pas en se bornant à gagner sa vie et à s'occuper des choses matérielles.

Quelle que soit notre vocation, il faut faire notre affaire du sort de l'humanité. Il y a bien des moyens de nous occuper de cette affaire là – tout en nous occupant de nos propres affaires – le long des lignes de l'encouragement, de l'entraide, du réconfort.

Il ne nous en coûtera rien de jeter nos fleurs le long du chemin, en nous souvenant que nous ne repasserons jamais par ce même chemin.

Peu importe que nos moyens soient limités, nous pouvons toujours donner un sourire, une parole d'encouragement à ceux qui nous servent ou nous aident – à celui qui nous apporte notre journal, au conducteur de tramway, à notre concierge, à tous ceux avec qui nous

avons journallement affaire, à nos employés et à ceux qui nous servent dans nos demeures.

Des paroles aimables, un sourire, un mot d'encouragement paraissent peu de chose, cependant ils peuvent avoir une grande valeur pour quelque âme solitaire ou découragée, soupirant après un peu de sympathie et d'amour.

### **Répandez un peu de soleil dans d'autres vies**

Quelques paroles réconfortantes de la part d'un étranger, encouragèrent un jeune garçon anglais à poursuivre ses études, et il est devenu un auteur célèbre.

“Il est l'élève le plus stupide de sa classe ; je ne puis rien faire sortir de sa cervelle,” disait l'instituteur à un étranger qui visitait son école. Le visiteur adressa quelques paroles aux écoliers, puis passa dans une autre classe. En quittant l'école, cependant, il eut l'occasion de parler au garçon qu'on lui avait dit être si stupide. Tout en caressant ses cheveux, il lui dit : “Ne vous inquiétez pas, mon garçon, vous pouvez devenir, plus tard, un excellent étudiant. Ne vous découragez pas, mais travaillez ferme et avec persévérance.”

On avait si souvent dit à ce garçon qu'il était stupide, bon à rien, qu'il commençait à croire que c'était vrai. Mais les paroles de l'étranger, qui lui avait parlé d'une façon si encourageante, enflammèrent son ambition, et le remplirent d'un nouvel espoir.

“Je montrerai à mon maître et aux autres, qui m'ont tant méprisé jusqu'ici, qu'il y a quelque chose en moi.” Et ce garçon devint le Dr Adam Clark, l'auteur du grand Commentaire de la Bible et d'autres ouvrages importants.

C'est la chose la plus facile du monde que de répandre un peu de soleil dans d'autres vies, que d'irradier la gaieté, la bienveillance partout où nous allons. Les occasions n'en manquent pas, et celles que nous laissons échapper aujourd'hui ne reviendront jamais.

Les occasions d'écrire une lettre affectueuse, d'adresser un mot aimable, de témoigner quelques petites prévenances, nous sont offertes de 1000 manières, et donnent une satisfaction durable.

### **Nous avons tous une dette d'amour les uns envers les autres**

“Tous les êtres humains, dit Ruskin, ont une dette d'amour les uns envers les autres, parce que c'est le seul moyen en leur possession d'acquitter la dette d'amour et de reconnaissance que nous devons tous à la Providence.”

En d'autres termes, répandre sur les autres les bienfaits que nous recevons, tendre une main secourable, répandre notre bienveillance et notre amour sur tous ceux que nous rencontrons, c'est servir le Dieu qui nous a placés sur cette terre, aussi bien que notre prochain.

Et ces petits services que nous pouvons rendre chaque jour, sans gêner notre travail régulier joueront un plus grand rôle dans notre bonheur que l'argent que nous pourrions gagner ou recevoir des autres. “C'est en donnant, et non en recherchant les présents, que nous trouvons le bonheur.”

Un auteur a dit : “Si mon amour fléchit, ma vie boite. Si je hais, je suis blessé à mort. Ce n'est que lorsque j'aime d'un amour universel, qui n'exclut personne, que l'Amour universel peut répandre en moi sa beauté et ses joies les meilleures.”

Ce n'est que par la pratique journalière de l'amour envers tous ceux avec lesquels nous entrons en contact, que nous pouvons acquérir ce qui est l'essence même de Dieu – cet amour sublime et spontané, après lequel tout cœur humain soupire.