opusdei.org

10 textes et vidéo de saint Josémaria sur la bonne humeur

Textes du fondateur de l'Opus Dei sur la joie et la bonne humeur propres aux enfants de Dieu.

11 mai 2025

- Tu passes par une grande tribulation ? — Tu es en proie à des contradictions ? Très lentement, comme en la savourant, dis cette prière vigoureuse et virile :

« Que la juste, que l'aimable volonté de Dieu soit faite, accomplie, louée et éternellement exaltée par-dessus toutes choses. — Amen. — Amen. »

Je t'assure que tu trouveras la paix. Chemin, 691

- Où que tu sois, tu dois t'efforcer de répandre autour de toi cette « bonne humeur » — cette joie — qui est le fruit de la vie intérieure.

  Forge, 151

- Dieu va jusqu'à s'intéresser aux plus petits détails concernant ses créatures — vos affaires et les miennes — et il nous appelle un par un, par notre nom. Cette certitude que nous donne la foi nous fait contempler ce qui nous entoure sous un jour nouveau et, bien que tout

> demeure pareil, nous avons la sensation que tout est différent, parce que tout est expression de l'amour de Dieu.

Notre vie devient alors une prière continuelle, dans une bonne humeur et une paix qui jamais ne s'épuisent, en un mouvement d'action de grâces s'égrenant au fil des heures. Mon âme exalte le Seigneur, s'exclame Marie, et mon esprit tressaille de joie en Dieu mon Sauveur, parce qu'il a jeté les yeux sur son humble servante. Oui, désormais toutes les générations me diront bienheureuse, car le Tout-Puissant a fait pour moi de grandes choses. Saint est son nom.

Quand le Christ passe, n°144

Plus de textes sur la bonne humeur sur le site escriva.org

- « Content ? » — Cette question m'a laissé songeur. — On n'a pas encore inventé les mots pour exprimer tout ce que l'on ressent, dans son cœur et dans sa volonté, lorsqu'on se sait enfant de Dieu. Sillon, 61

- Nous n'atteindrons jamais la joie authentique, surnaturelle et humaine, la « véritable » bonne humeur, si nous n'imitons pas véritablement Jésus, si nous ne sommes pas humbles comme lui. Forge, 590

- N'oublie pas qu'il est parfois nécessaire d'avoir des visages souriants à ses côtés.

• Texte appartenant au point 57 du livre Link: Sillon, 57

- La joie d'un homme de Dieu, d'une femme de Dieu, doit être débordante : sereine, contagieuse, attirante… Bref, elle doit être si surnaturelle, si communicative et si naturelle qu'elle en entraîne d'autres sur les chemins du christianisme. Sillon, 60
- Mine allongée…, manières brusques…, allure ridicule…, aspect antipathique…, est-ce ainsi que tu espères encourager les autres à suivre le Christ ? Chemin, 661

- La pénitence, c'est traiter toujours les autres avec la plus grande charité, en commençant par ton entourage. C'est apporter la plus grande délicatesse à t'occuper de ceux qui souffrent, des malades, de

ceux qui traversent une épreuve. C'est répondre avec patience aux raseurs et aux importuns. C'est interrompre ou modifier nos plans lorsque les circonstances, les intérêts bons et justes des autres surtout, le requièrent.

La pénitence consiste à supporter avec bonne humeur les mille petites contrariétés de la journée ; à ne pas abandonner ton occupation même si tu perds momentanément l'enthousiasme des débuts avec lequel tu l'avais entreprise ; à manger avec reconnaissance ce qu'on te sert, sans importuner par des caprices. Amis de Dieu, 138

pdf | document généré automatiquement depuis https://dev.opusdei.org/fr-cm/article/10-textes-

et-video-de-saint-josemaria-sur-la-bonne-humeur/ (7 août 2025)