

# LES CLEFS DU BONHEUR

**Évaluation:** 4.5

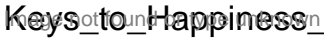
**Description:** Quelques clefs pour atteindre le bonheur.

**Catégorie:** [Articles](#) [Les bienfaits de l'islam](#) [Le véritable bonheur et la paix intérieure](#)

**par:** Ayed Al-Qarni

**Publié le:** 30 Sep 2013

**Dernière mise à jour le:** 30 Sep 2013

Le bonheur est le seul but, sur terre, que la  grande majorité des gens cherchent à atteindre. Les croyants comme les non-croyants veulent se sentir heureux, mais chaque groupe utilise des méthodes différentes.

Seuls les croyants peuvent atteindre le bonheur véritable. Toutes les autres formes de bonheur atteintes sans une croyance ferme en Dieu ne sont que de simples illusions.

Voici quelques moyens pour atteindre le bonheur véritable :

1. Sache que si tu ne vis pas au jour le jour, tes pensées seront éparpillées, tes affaires deviendront embrouillées et ton anxiété augmentera. Ces réalités sont expliquées dans le hadith suivant :

**« Quand c'est le soir, ne vous attendez pas à voir le matin; et quand c'est le matin, ne vous attendez pas à voir le soir. » (Sahih al-Boukhari)**

2. Oublie le passé et tout ce qu'il contient; concentre-toi sur le présent.

3. Ne te préoccupe pas uniquement de l'avenir, tout en oubliant le présent. Trouve un équilibre, dans ta vie, et prépare-toi adéquatement à faire face à toute situation.

4. Ne te laisse pas ébranler par la critique; demeure ferme en toute circonstance. Sache que la critique des gens, à ton endroit, augmente en même temps que ton mérite. Mais porte aussi attention aux critiques qui pourraient t'aider à découvrir tes défauts et tes erreurs et utilise-les pour t'améliorer.

5. Fais totalement confiance à Dieu et accomplis de bonnes œuvres : ce sont là les ingrédients d'une vie heureuse.

6. Si tu désires la paix, la tranquillité et le confort, tu les trouveras en te rappelant constamment de Dieu.

7. Tu dois croire avec certitude que tout ce qui t'arrive ne t'arrive que par décret divin.
8. Ne t'attends pas à de la gratitude de la part d'autrui, qui qu'il soit.
9. Prépare-toi à faire face aux pires éventualités.
10. Peut-être que ce qui t'arrive est une très bonne chose pour toi, même si tu n'arrives pas à en comprendre le bien-fondé.
11. Tout ce qui est décrété, pour le croyant, est bon pour lui.
12. Compte les bénédictions de Dieu, dans ta vie, et sois reconnaissant.
13. Rappelle-toi que ta situation est bien meilleure que celle de nombreuses personnes, sur cette terre.
14. Après une épreuve vient toujours un soulagement.
15. Dans l'épreuve comme dans l'aisance, tu dois toujours te tourner vers la prière, avec patience et reconnaissance.
16. Les épreuves devraient renforcer ton cœur et te faire voir la vie de façon positive.
17. Ne laisse pas des futilités être la cause de ta destruction.
18. Souviens-toi toujours que Dieu aime pardonner.
19. Essaie d'adopter une attitude sereine et d'éviter la colère.
20. La vie, c'est du pain, de l'eau et un abri; ne te laisse donc pas troubler par un manque de choses matérielles.

**« C'est du ciel que provient votre subsistance, tout comme ce qui vous a été promis.  
» (Coran 51:22)**

21. Un mal redoutable que l'on appréhende ne se concrétise habituellement pas.
22. Considère ceux qui vivent de plus grandes épreuves que toi et sois reconnaissant de ne pas en traverser de semblables.
23. Garde à l'esprit que Dieu aime ceux qui endurent les épreuves avec fermeté et sois l'un d'eux.
24. Répète constamment les invocations que le Prophète (que la paix et les bénédictions de Dieu soient sur lui) nous a appris à dire en périodes difficiles.

25. Travaille avec ardeur sur des choses productives et méfie-toi de l'oisiveté.

26. Ne répand pas de rumeurs et ne les écoute pas. Si tu en entends une involontairement, ne la crois pas.

27. Sache que ta malveillance et les efforts que tu déploies pour chercher à te venger sont plus dommageables pour ta santé qu'ils ne le sont pour ton antagoniste.

28. Les épreuves qui t'affligent effacent une partie de tes péchés si tu les endures avec patience.

L'adresse web de cet article:

<https://www.islamreligion.com/fr/articles/2407/les-clefs-du-bonheur>

Copyright © 2006 - 2023 IslamReligion.com. Tous droits réservés.