

TABLE DES MATIÈRES

Préface	7
Lettre ouverte à ceux qui cherchent le bonheur	9
Le bonheur de vivre	11
Chapitre I	
La voie philosophique	21
1. Triste vie	21
2. Le bonheur de vivre	26
3. Une activité	35
Chapitre II	
La condition de l'homme	45
1. Le constat de départ	46
<i>a. Combattre la tristesse</i>	46
<i>b. Combattre le sentiment de culpabilité</i>	51
<i>c. Combattre la colère</i>	53
<i>d. Combattre la peur</i>	57
2. La construction responsable	59
<i>a. L'harmonie en l'homme</i>	59
<i>b. La culture</i>	63
<i>c. La foi</i>	65

3. Les Béatitudes	69
« Bienheureux les pauvres en esprit, le Royaume des cieux est à eux »	74
« Heureux, vous qui pleurez maintenant, car vous rirez »	81
« Heureux les doux, car ils posséderont la terre »	85
« Heureux, vous qui avez faim, vous serez rassasiés »	90
« Heureux ceux qui ont faim et soif de justice »	94
« Heureux les miséricordieux, ils obtiendront miséricorde »	95
« Heureux les cœurs purs, ils verront Dieu »	100
« Heureux les artisans de Paix, ils seront appelés fils de Dieu »	104
« Heureux les persécutés pour la justice, car le Royaume des cieux est à eux »	109

Chapitre III

La vie spirituelle	115
1. L'Église	115
a. Le baptême	115
b. La prière du « Notre Père »	127
c. L'Évangile	139
d. La messe : « Heureux les invités au repas du Seigneur ! »	141
2. La vie personnelle selon la Providence	150
a. L'oraison	152
b. La vie sociale	162
c. Le détachement	164
d. La souffrance	169
3. Le bonheur en Dieu	174
a. Le mariage spirituel	174
b. Le bonheur éternel	176
Conclusion	179