



## **CETTE ANNÉE, RÉPANDEZ LA JOIE, LA LUMIÈRE ET LA BONTÉ !**

Cette année, je veux vous encourager à ne pas vous contenter de vivre votre vie « comme elle vient », de vous lever le matin sans avoir aucun but. Que diriez-vous plutôt de répandre la joie, la lumière et la bonté

autour de vous ? Quel impact auriez-vous cette année si vous décidiez d'être heureux et plein de joie partout où vous allez ?

La Bible dit que les croyants sont le sel de la terre et la lumière du monde (*Matthieu 5 :13-16*). Parce que Dieu vit en nous, nous pouvons faire briller la lumière de Son Amour autour de nous, pas seulement sur nos amis et les membres de notre famille, mais partout où nous allons : au travail, dans les magasins, dans les transports en commun...

Ce n'est pas compliqué d'aimer les autres. Parfois, des petites choses toutes simples peuvent changer le cours de la journée et rendre la vie plus belle. Par exemple, vous pouvez prendre une minute pour parler à cette personne au travail qui semble seule ou qui traverse une période difficile, ou téléphoner à quelqu'un, dire des paroles encourageantes, semer des graines d'espoir et de vie dans le cœur des autres.

N'hésitez pas non plus à faire part de votre gratitude, à exprimer votre affection, à complimenter ou à encourager : cela génère de la joie et contribue à booster l'estime de soi des personnes auxquelles on s'adresse. Faites en sorte que les autres se sentent mieux après avoir passé un peu de temps avec vous !

Vous pouvez aussi sourire, tout simplement. Avez-vous remarqué que le sourire, messenger de gentillesse et de positivité, est contagieux ? Il s'impose donc comme une véritable arme de destruction massive de la morosité et de la solitude. Utilisez-en sans modération !

Nous sommes tous occupés et nous avons tous des responsabilités. Mais même avec notre emploi du temps chargé, nous pouvons faire quelque chose d'extraordinaire : nous pouvons partager avec les autres l'amour, la joie et la chaleur de notre Dieu, qui est plein de tendresse et de bonté. Nous pouvons donner de nous-mêmes, car Sa vie et Sa lumière résident en nous. C'est à nous de briller, c'est à nous d'aimer !

Vous ne connaissez pas les épreuves que traversent les gens qui vous entourent. Vous ne pouvez pas supprimer toutes les peines du monde, mais vous pouvez les combattre en faisant le choix, chaque matin, de répandre la joie, la lumière et la gentillesse, partout où vous allez.

*« Tu me fais connaître le chemin de la vie, Tu me combles de joie en Ta présence, de plaisirs éternels à Ta droite. » (Psaume 16 :11)*