

DE BON TRAIN VERS LE BONHEUR par Sylvie CROCHARD

Le train du bonheur

Le train s'active :

Je rattrape le wagon en marche.

En route pour le bonheur !

De nouvelles aventures m'attendent.

Le train sillonne la ville,

Parfois je le rate.

Il va si vite qu'il file à l'horizon.

Je le rejoins en courant

Et monte à son bord.

Il m'emmène vers de nouveaux horizons,

Loin de l'ennui et de la monotonie.

Le train du bonheur m'enivre,

Il me remplit de joie.

Grâce à lui je vais revivre

Et l'ennui s'en ira.

Il est malin ce train,

Il me fait oublier mes soucis

Du quotidien.

Il me fait voyager,

Loin quelque part, très loin.

Jamais je ne m'en retournerai

Car soif de dépaysement.

Vers le bonheur je volerai,

Vers le firmament.

Bonheur, attends moi, j'arrive !

Ne t'enfuis pas !

Quête perpétuelle

De vivre mieux,

De changer, de s'améliorer...

Bonheur ailé

Le bonheur vole,
Tel un oiseau.
Il est souvent synonyme
De liberté :
Libre en actions
Mais aussi en pensées.

Reprise du bonheur

Le bonheur a commencé
Pour moi ce printemps.
Il me réchauffe le cœur :
Contact téléphonique,
Communication
Base de tout.

Bonheur antonyme de malheur

Parfois le bonheur
Des uns fait le malheur des autres
Et l'on peut rire de tes déboires.
Quand par contre tu rayannes
De bonheur ou que tu t'affirmes,
Tu peux te faire des ennemis.

Grand cru

Un bonheur millésimé
Grand cru cette année ?
Alors que la pandémie
Décime des vies et fait des ravages
La situation sanitaire rocambolesque
Est le contexte à notre contact

Plutôt sympathique.

Un bonheur factice

J'ai cru au bonheur,
Mais celui-ci m'a échappé.
Il s'en est allé,
Parti au loin.

Je voudrais qu'il revienne
Me donner une seconde chance.
Je souhaite le trouver
Ce bonheur.

Finir par le toucher des doigts,
Puis le saisir
Pour qu'il ne parte pas,
Le garder avec moi.

Bonheur partagé

Partager sa vie,
Confiné dans un appartement,
Échanger, rire,
Être heureux,
Vivre au jour le jour
Sans se prendre la tête,
Envisager l'avenir,
Sans pour autant tout planifier.
Quoi de pire
Que de vouloir tout contrôler ?

Félicité

Envie de toi,
De goûter au bonheur

De chair,
Mais pas que,
D'une histoire
Qui se tienne aussi,
D'un tout
Ayant un sens.

Un câlin de bonheur

Un câlin amoureux
Dans tes bras
Me remplit de joie.
Il me réconforte,
Me sécurise,
La douceur l'emporte.
Elle s'installe durablement.

Après l'amour

Des câlins,
Des discussions,
Un brin d'humour,
Appétit aiguisé,
Soif de recommencer.

Bonheur éphémère

Il est des bonheurs
Éphémères
Qui nous quittent
A peine arrivés.

Ils se multiplient
Dans nos vies
Et nous laissent
Démunis.

Bonheur en marche

J'aime marcher,
Prendre l'air,
Respirer,
Mes sens exacerber.
Bonheur naturel,
Agréable,
Plaisant,
Insouciant.

Bonheur rime avec paix intérieure

Bonheur réuni
En cette belle journée,
Chakras alignés.
Équilibre énergétique.
Toutes les conditions
Nécessaires à une bonne santé.

Paix intérieure,
Zénitude,
Grande inspiration :
On gonfle ses poumons
Pour mieux expirer ;
Positions de yoga,
Dos de chat
Relaxation.

Bonheur intérieur
Qui se voit sur toi,
Sur ton visage,
A ton sourire,
A tes attitudes.

Tu es en accord
Avec toi-même
Et tu appliques
Tes valeurs
Tu suis ton intuition
Et fais ce qui te tiens à cœur.

Bonheur en filigrane

Le bonheur se profile :
Il ne tient qu'à un fil.
Un peu comme la vie :
L'homme né poussière
Et redevient poussière.

Vie démesurée
Qui prend des proportions
Parfois vertigineuses
On fait ce que l'on peut
On avance pas à pas.
On se projette
Du mieux que l'on peut.

Âme sœur

Qui est mon âme sœur
Qui comblera mon bonheur ?
Elle sera bien belle cette âme
Jumelle. Je me retrouverai en elle
Et elle lira en moi.

Âme sœur
Écho de ma voix
Miroir de mes pensées

Il lira en moi
Comme je lirai en lui.

Notre amour sera pur,
Fusionnel
Et céleste.
Il sera léger et aérien
Comme une plume.

Mais en même temps
Il pèsera lourd
Sur la balance
Et créera un équilibre.

Miracle de bonheur

J'ai cru aux miracles,
Puis je t'ai rencontré.
Tu es mon oracle,
Ma félicité.

On me l'avait prédit,
Ça devait arriver.
Le futur s'est aplani
Et ça s'est réalisé.

Miracle,
Me voici enfin contentée.
Combien de temps cela durera ?
Dieu seul le sait.

Bonheur timide

Le bonheur s'est avancé
Vers moi timidement.

J'ai su le saisir au vent
Il m'a regardé et il m'a dit :
Je m'occupe de toi
Cette fois-ci.

Bonheur affiché

Afficher son bonheur,
C'est parfois compliqué.
Mieux vaut parfois
Vivre au grand jour
Que de vivre caché.
Pour cela il faut
Un minimum de reconnaissance.
On doit être accepté
De préférence tel que l'on est.

Bonheur choisi

On est responsable de ses actions,
Donc on choisit d'être heureux.
La recette du bonheur :
Une pincée de volonté,
Être à l'écoute des autres,
Faire des rencontres opportunes,
Profiter de l'instant présent,
Sourire à la vie.

Ne rien regretter,
Vivre pleinement
Et en entier,
Être sincère,
Être franc et spontané,
Être soi tout simplement.

Bonheur, quand tu me tiens,
Bonheur, reste auprès de moi
Ne me quitte pas
Je veux d'une vie agréable
Mais aussi responsable
Je cherche à m'épanouir pleinement
Auprès d'un homme intelligent
Qui me comprend
Mais aussi qui aime ce que je fais
Qui partage mes intérêts.

Nous ne sommes pas des clones
Mais nous nous complétons,
Ce qui fait tout l'intérêt d'un couple,
Notre équilibre nous trouvons.

Recette du bonheur

Il n'existe pas
De recette toute faite
Pour trouver le bonheur
Il n'est pas contenu dans une bouteille
Que l'on jette à la mer.

A nous de le cuisiner
Ce bonheur
A partir d'ingrédients
Choisis.
En poêlée ou mijoté
Mariné au four
Ou pour les pressés
Au micro ondes.

Les philosophes nous guident

Pour être heureux.
Les psychologues nous écoutent
Tout ouïs
Et nous guident.

Ce bonheur
Je voudrais tant l'atteindre
Le rejoindre
Le trouver
Et qu'il ne me quitte plus jamais.

Il est la condition sine qua non
Aux bases de ma vie
Et à ma réussite.
Tu peux être doué en musique
Et ne pas le savoir
Parce que tu ne t'es pas essayé
Au piano forte.
Dommage de ne pas exploiter
Ses richesses intérieures.

Tu peux vivre une vie
Qui ne te correspond pas
Pendant des années
Et passer à côté de ta vraie voie.
Si tu aimes écrire,
Autant exploiter ce filon
Au maximum
Pour en faire un métier passion.