

# ***VIE HEUREUSE ET BONHEUR***

- 1. La journée heureuse d'un escargot solitaire : prendre son temps pour regarder la vie, prendre le temps de choisir et de faire une chose après l'autre (type de bonheur calme solitaire).*
- 2. La journée heureuse d'un escargot à l'attitude conviviale : prendre ses pauses-café avec d'autres, se prélasser avec des amis à l'ombre d'une feuille pour parler du quotidien, manger une bonne salade à deux (type de bonheur calme convivial).*
- 3. La journée heureuse d'un lapin solitaire : agir rapidement, se tenir occupé du matin au soir, faire plusieurs choses en même temps, avoir du plaisir à travailler rapidement (type de bonheur excité solitaire).*
- 4. La journée heureuse d'un lapin à l'attitude conviviale : courir avec d'autres, faire des pique-niques en famille, participer au festival de la carotte joyeuse (type de bonheur excité convivial).*
- 5. Le bonheur de faire grandir son jardin et de le rendre de plus en plus beau. Le bonheur de la croissance. Le bonheur de créer de la beauté en soi et autour de soi.*

6. *Le bonheur d'aider amoureusement tous les jardiniers, d'être complice de la vie dans le développement de leur jardin. Le bonheur de la coopération et de la préoccupation pour le bien-être des autres.*
7. *Le bonheur de se sentir un jardinier qui participe au développement, à la transformation du jardin du monde, de la vie et des humains. Le bonheur de la transformation du monde.*
8. *Le bonheur d'avoir plusieurs variétés de fleurs : les fleurs de l'agir et les fleurs de l'être. Le bonheur de l'action et de la contemplation.*
9. *Le bonheur de se voir devenir un meilleur jardinier, d'utiliser son imagination et sa créativité et d'en récolter les fruits. Le bonheur de la création.*
10. *Le bonheur suite à un travail laborieux où les germes du bonheur sont devenus des fleurs et des fruits pour soi et pour autrui. Le bonheur de la patience et de la satisfaction suite à l'effort.*
11. *Le bonheur de s'asseoir dans son jardin pour en profiter. Le bonheur de jouir.*
12. *Le bonheur de transpirer dans son jardin pour le transformer. Le bonheur de s'investir avec passion.*

13. *Le bonheur de donner de ses fleurs et de ses fruits. Le bonheur de partager.*
14. *Le bonheur de revoir l'histoire de son jardin pour en savourer les transformations. Le bonheur de la souvenance.*
15. *Le bonheur de créer de nouvelles fleurs et de nouveaux fruits – le bonheur de créer et le bonheur de la nouveauté.*
16. *Le bonheur de se sentir traversé par le mouvement de la vie, d'y participer activement par son insertion dans le jardin du monde. Le bonheur de se sentir vivant parmi les vivants.*