

PIERRE WITTMANN

# LE GUIDE DU BONHEUR

*pour le troisième millénaire*



LUMIÈRE DE SAGESSE



PIERRE WITTMANN

LE GUIDE DU  
BONHEUR

*pour le troisième millénaire*

LUMIÈRE DE SAGESSE

©Pierre Wittmann, 2021

ISBN numérique : 979-10-262-9562-4

# Librinova”

Courriel : [contact@librinova.com](mailto:contact@librinova.com)

Internet : [www.librinova.com](http://www.librinova.com)

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l’auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L.335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Première publication papier : avril 2002

© 2002 Pierre Wittmann

ISBN 974-90333-3-7

Éditions Wisdomlight – Chiang Mai – Thaïlande

Site web : [www.pierre-wittmann.com](http://www.pierre-wittmann.com)

Blog : <http://lumieredesagesse.wordpress.com>

Tous mes remerciements à Mady Villard  
qui a relu le manuscrit et m'a donné de précieux conseils,  
en particulier celui de modérer mon amour des virgules...

**Illustration de la couverture :**

Peinture de Pierre Wittmann

846 Lumière multicolore, 2000

32 x 24 cm, acrylique sur papier



*Toutes les joies qui existent dans le monde  
Proviennent du désir d'aider les autres et de les rendre heureux.  
Toutes les souffrances qui existent dans le monde  
Proviennent du désir de ne rechercher que son propre bonheur.*

Shantideva

## *Table des matières*

<i>Intention</i> .....	10
<i>Avant-propos</i> .....	11
<i>Prologue : Réflexion sur le bonheur</i> .....	14
1 Bonheur et souffrance.....	18
2 Quelle vérité croire ? .....	24
3 La gratitude .....	29
4 Œuvrer pour la paix.....	32
5 L'entropie .....	36
6 Le rire.....	38
7 L'art extra-sensoriel .....	41
8 La nature de l'esprit .....	46
9 Voyage dans le temps.....	49
10 Les quatre émotions divines.....	52
11 Le reiki.....	57
12 Le prix du bonheur.....	61
13 Guerre et paix.....	64
14 Contempler le ciel.....	69
15 La gentillesse.....	72
16 Le wu wei .....	75
17 Fils électriques.....	81
18 Les cinq blessures .....	84
19 Les prophètes .....	88
20 Le visible et l'invisible .....	92
21 La mort.....	96
22 Les solides platoniciens.....	99
23 L'impermanence .....	102
24 Que faire ?.....	106
25 La beauté.....	111
26 Évolution .....	115



27 La souffrance.....	119
28 L'ennéagramme.....	123
29 Les perfections.....	128
30 Les émotions .....	135
31 Santé et maladie .....	140
32 Le golf .....	146
33 Le nouveau paradigme .....	153
34 L'homéopathie .....	157
35 Le son du silence .....	160
36 Science et spiritualité.....	163
37 La simplicité.....	167
38 Le bien et le mal.....	171
39 Les pages.....	176
40 Prendre les armes .....	179
41 Les structures de lumière.....	182
42 La manipulation par la souffrance .....	185
43 La nature .....	189
44 Les preuves .....	192
45 La méditation .....	196
46 Crises et transformations .....	202
47 Le pardon.....	205
48 Le matériel et le spirituel .....	210
49 La pollution électromagnétique.....	214
50 L'écriture chinoise .....	219
51 Après la mort .....	224
52 Société ou communauté .....	228
53 Stillness.....	233
54 L'exagération .....	236
55 L'astrologie .....	240
56 Les croyances .....	248
57 Le non-soi.....	252
58 La guérison spirituelle angélique .....	257
59 Les maladies de la société.....	262
60 Le temps.....	268

61 Microcosme et macrocosme .....	273
62 La prière .....	276
63 L'unité dans la dualité .....	280
64 Pratiquer et se désengager du monde.....	286
65 Le feng shui.....	289
66 L'amour.....	292
67 Savoir se connecter.....	297
68 Le miracle de l'eau.....	301
69 Un nouveau monde.....	304
70 L'émerveillement .....	309
<i>Épilogue : Être amoureux de la vie...</i> .....	312
<i>Dédicace</i> .....	316
<i>Bibliographie</i> .....	317
<i>À propos de l'auteur</i> .....	320