

**Les « Petites béatitudes »**  
**du père Joseph Folliet, o.p.**

Bienheureux ceux qui savent rire d'eux-mêmes :

Ils n'ont pas fini de s'amuser.

Bienheureux ceux qui savent distinguer une montagne d'une taupinière :

il leur sera épargné bien des tracas.

Bienheureux ceux qui sont capables de se reposer  
et de dormir sans chercher d'excuses :

ils deviendront sages.

Bienheureux ceux qui savent se taire et écouter :

ils en apprendront des choses nouvelles.

Bienheureux ceux qui sont assez intelligents pour ne pas se prendre au sérieux :

ils seront appréciés de leur entourage.

Heureux êtes-vous si vous savez regarder sérieusement les petites choses  
et paisiblement les choses sérieuses :

vous irez loin dans la vie.

Heureux êtes-vous si vous savez admirer un sourire et oublier une grimace :

votre route sera ensoleillée.

Heureux êtes-vous si vous êtes capables de toujours interpréter avec  
bienveillance les attitudes d'autrui même si les apparences sont contraires :

vous passerez pour des naïfs, mais la charité est à ce prix.

Bienheureux ceux qui pensent avant d'agir et qui prient avant de penser :

ils éviteront bien des bêtises.

Heureux êtes-vous si vous savez vous taire et sourire même lorsqu'on vous  
coupe la parole, lorsqu'on vous contredit ou qu'on vous marche sur les pieds :

l'Évangile commence à pénétrer votre cœur.

Bienheureux surtout vous qui savez reconnaître le Seigneur  
en tous ceux que vous rencontrez :

vous avez trouvé la vraie lumière, vous avez trouvé la véritable sagesse.