

# Le bonheur, c'est quoi?

Autor(en): **Champigny, Myriam**

Objektyp: **Preface**

Zeitschrift: **Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse**

Band (Jahr): **9 (1979)**

Heft 1: **x**

PDF erstellt am: **05.08.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

# ainés

N° 1/79

9<sup>e</sup> année

Mensuel pour une retraite plus heureuse

Administration et rédaction : Passage Saint-François 10 1003 Lausanne Tél. (021) 22 34 29

## Administration

**Yves Debraine**  
Directeur

## Rédaction

**Georges Gygax**  
Rédacteur en chef

## Secrétariat

**Paulette Corbaz**

Rédaction de Genève  
« Credis »  
1212 Grand-Lancy  
Route de la Chapelle 22  
Téléphone (022) 43 27 00

## Editeur

**Société coopérative « Aînés »**  
Président :  
Claude Badel, Lausanne  
Vice-président :  
François-Xavier Charles  
Genève

## Imprimeur

Presses Centrales  
Lausanne S.A.

## Régie des annonces



Annonces Suisses S.A.  
« ASSA »  
Place Bel-Air 2  
Téléphone (021) 20 29 31  
1002 Lausanne  
et succursales  
dans toute la Suisse

## Comité de fondation

D<sup>r</sup> L.-M. Bircher  
Claude Badel  
Marc Guignard  
† Bernard Petrequin

## Prix du numéro

Fr. 2.—

## Abonnements

Fr. 20.— par année  
Etranger Fr. 24.—

Toute reproduction  
de textes ou photos  
interdite  
sans accord préalable  
avec la Rédaction

**Ce numéro est tiré  
à 21 800 exemplaires**

## Sommaire

**Photo de couverture** – La troupe des Danseurs catalans d'Amélie-les-Bains vous souhaite d'ores et déjà la bienvenue dans sa bonne ville. (Photo Daviau, Amélie-les-Bains).

**Une nouvelle année en neuf** 7  
par Jean Nohain

**Plaidoyer** 8  
par Myriam Champigny

**L'emploi des médicaments** 9  
par le Prof. Eric Martin

**La route du Pôle** 11  
par Armine Scherler

**50 ans déjà!** 13  
Une nouvelle rubrique

**Les assurances sociales** 14  
par Guy Métrailler

**Les jeux** 15

**Amélie et Menton** 16  
Les voyages d'« Aînés »



**SOS consommateurs** 18  
Au comptant, à crédit

**Les vœux de Laurent** 21



**Les pages Pro Senectute** 22  
Gym 3<sup>e</sup> âge à Genève

**Travaux à l'aiguille** 31

Nous avons demandé à notre collaboratrice Myriam Champigny d'inaugurer la 9<sup>e</sup> année d'existence d'« Aînés » en rédigeant un éditorial ayant le bonheur pour sujet.

## Le bonheur, c'est quoi?

Le bonheur, c'est en donner autour de soi, dira l'altruiste.  
C'est l'absence de malheur, dira le pessimiste.  
C'est l'équilibre, dira le philosophe.  
C'est avant tout être fidèle à soi-même, dira le moraliste.  
C'est aimer ce que l'on a lorsque l'on n'a pas ce que l'on aime, dira le sage.

Et pour vous, le bonheur, qu'est-ce que c'est ?  
Est-ce le bon vieux temps où l'on était si heureux, comme le disent souvent les personnes âgées qui idéalisent probablement le passé ? Ou bien est-ce cet état un peu vague mais combien désirable auquel aspirent les jeunes qui s'imaginent parfois qu'il y a une recette pour y parvenir.  
Mais le bonheur, pour vous, qu'est-ce que c'est ?  
Lorsque vous souhaitez la bonne année autour de vous, en ce début de janvier, et que vous utilisez la formule traditionnelle « Bonne et Heureuse Année », qu'entendez-vous par « heureuse » ?

Beaucoup diront : « Je désire avant tout que mes proches jouissent d'une bonne santé. » D'autres insisteront sur l'harmonie au sein du foyer ou les satisfactions dans le travail. D'ailleurs, y a-t-il une définition du bonheur ? Que dit le dictionnaire ? Il me semble, quant à moi, que désirer « le » bonheur, c'est un tout petit peu trop ambitieux. Pour moi, le bonheur c'est tout simplement une suite de moments heureux. Je me souviens d'une vieille amie qui appelait cela « les petites joies ». C'est grâce à elle, sans doute, que j'en suis arrivée à ma philosophie actuelle, une philosophie bien modeste puisqu'il me paraît maintenant, au seuil de mon troisième âge, que ma vieille amie avait raison. Comme elle était, de plus, une humoriste, elle disait : « Le bonheur, c'est retrouver ses clés qu'on avait cru perdues. C'est dénicher immédiatement une place pour garer sa voiture. C'est ouvrir ses volets, le matin, et découvrir un ciel tout bleu alors que la météo avait annoncé la pluie. C'est croiser le regard d'un petit enfant inconnu qui vous fait son plus beau sourire. C'est n'avoir plus mal aux dents... »

Elle me disait aussi : « Il ne faut jamais courir après le bonheur parce que, plus on le recherche, plus il se cache. Il faut jouir du présent, être conscient de toutes les petites joies qu'il recèle et qu'il nous dispense chaque jour, pour autant que l'on y prête attention et qu'on les accueille avec reconnaissance. »

Hélas, vous avez égaré votre montre. Elle était en or. Et puis c'était un souvenir de votre mère à qui elle appartenait. Regardez, là, sous une écharpe, sur ce guéridon... n'est-ce pas elle ? Mais oui ! C'est elle ! La joie vous inonde. Quel bonheur ! vous exclamez-vous. Vous voyez, vous l'avez dit vous-même. Toute votre journée sera éclairée par ce petit bonheur. Et demain, croyez-moi, il y en aura d'autres.

M. C.