

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 7 (1977)  
**Heft:** 2

**Rubrik:** Oikoumene : être joyeux

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 14.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## Etre joyeux

Comme pour les titres précédents, j'ai cherché l'idée à développer exprimée par un seul mot : un verbe. Je n'ai pas trouvé. Et vous ? Que me proposeriez-vous après lecture de ces lignes ? Aurais-je dû écrire : jubiler, exulter, rayonner ? Ou plutôt être dans l'allégresse, être dans le ravissement ? Tous ces mots ne rendent pas le son très simple de : être joyeux. Oh ! je vous vois, ou plutôt je vous entends venir : « Vous croyez, vous, que c'est folichon de traîner chaque jour et chaque nuit ses rhumatismes,

ses maux d'estomac ou sa sciatique, d'être affligé de surdité ou de demi-cécité, de vivre seul(e) ou d'avoir des voisins désagréables, de n'avoir pas d'occupation valable ? Vous croyez, vous, qu'avec « ça » (mettez dans ce mot ce qui vous concerne en particulier), on peut être joyeux ? »

Voici précisément l'endroit où nous avons à discuter ensemble. Etre joyeux, c'est parfois un don congénital, une faculté innée. Mais c'est aussi un exercice de tous les jours, dès sa jeunesse. Sans indifférence ou légèreté, savoir donner aux choses, aux mots, aux circonstances leur valeur réelle, c'est-à-dire, relative. C'est ne pas s'appesantir sur ce qui n'en vaut pas la peine, c'est voir surtout le bon côté des choses. (Je sais, l'autre côté existe aussi.) Etre joyeux, c'est ne pas regarder toujours en arrière pour regretter les instants perdus du bonheur d'autrefois, mais c'est essayer d'assumer entièrement ce que la vie actuelle peut encore vous offrir de grand, de beau, d'utile, et c'est regarder en avant avec confiance. Et sans peur. On sait bien ce qui nous attend tous, finalement. Pour nous, les gens du troisième âge, à vues humaines, c'est un peu plus rapproché que pour les jeunes. Mais pour tous, ça va vite, à la même

vitesse. L'essentiel, c'est de bien employer son temps. Jérémier, c'est perdre son temps. Pour bien le mettre à profit, la joie est nécessaire.

Pas facile, dites-vous. D'accord. Etre joyeux, ce n'est pas le rire prolongé, ou rigoler à gorge déployée, se « tor dre les cercles » à la suite d'un bon « witz ». Encore que tout cela, y compris l'humour, soit précieux et légitime. Rire, c'est bon pour la digestion et pour la santé. C'est se faire du bon sang.

Mais être joyeux, c'est un état d'âme constant, que vous portez sur votre visage, qui transparaît dans votre regard, qui soutient votre attitude en face des hommes et des événements. Cela vient de l'intérieur. D'un intérieur ouvert à des réalités supérieures. Le croyant devrait être un semeur de joie authentique, car « un chrétien triste est un triste chrétien ».

Accéder à la joie chrétienne, c'est le résultat d'une foi profonde, d'une espérance sûre, d'un amour reçu et donné avec fidélité. C'est aussi la réponse à la prière.

Alors, pour être joyeux, on pourrait commencer par là, par la prière.

Jean-Rodolphe Laederach,  
pasteur, Peseux



**ENEZ  
NOUS VOIR**

**VOUS SEREZ  
GENTIMENT  
REÇUS**

**LES OPTICIENS IRIS**

3, rue Mauborget (Bel-Air) — Tél. 021/22 99 47  
**LAUSANNE**

**10 à 50 % moins cher**

**SELON LES PRODUITS:**

Alimentation naturelle  
Miels de toutes provenances  
Fruits secs  
Produits diététiques  
Articles pour hygiène, santé, beauté

Vente par correspondance :  
**REFORMCLUB, 185, Montolieu**  
Tél. (021) 334995 Lausanne

Magasin : Miellerie - 6 av. des Alpes - LAUSANNE

## Surdité

**PRO-SENECTUTE** aide à la Vieillesse ainsi que **L'AIDE COMPLÉMENTAIRE DE L'AVS** finance l'achat d'un appareil de surdité, ceci après certificat médical.

Pour nous faciliter les démarches, veuillez préciser dans le bon ci-dessous que vous nous retournerez :  
(Soulignez ce qui convient).

**BOUVIER Frères**

Lunettes et appareils acoustiques  
43 bis, avenue de la Gare, 1000 Lausanne  
Téléphone 021/23 12 45

Bénéficiez-vous de l'aide compl. AVS **OUI/NON**

NOM : \_\_\_\_\_

ADRESSE : \_\_\_\_\_

VILLE : \_\_\_\_\_ AGE : \_\_\_\_\_