

Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 11 (1981)
Heft: 1

Rubrik: L'air de Paris : l'exemple

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: 13.01.2026

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



Message

1980-1981

Exception faite des mauvaises dont il faut se débarrasser sans retard, nos habitudes ont notamment l'avantage de nous faire gagner du temps et d'accorder quelque répit à notre pouvoir d'attention. Seulement voilà: nos habitudes, elles sont aussi roborisantes. Tout passage d'une année à l'autre nous en fournit d'ailleurs une preuve éclatante.

Ainsi, tenez: ce 1980 que, tant de fois et tant de fois, il a fallu reproduire sur les lettres et les factures, eh bien, lorsque brutalement, d'une seconde à l'autre, on se voit contraint de l'abandonner au profit d'un 1981 à peine sorti de sa coquille, ça ne va jamais sans bavure. Et il faudra bien quelques jours aux doigts ailés des dactylos pour se détourner de ce 80, maintenant hors de saison. Quelques jours pendant lesquels quantité de feuilles blanches glisseront, à peu près vierges, de la machine à écrire, à la corbeille à papier. Peu à peu cependant, une nouvelle habitude succédant à l'ancienne, tout reprendra son cours jusqu'à janvier 1982, où il faudra recommencer le même genre d'opération. Notre vie de tous les jours est donc tissée d'un nombre incroyable d'habitudes. Des choses que l'on fait, des gestes que l'on pose, des mots surtout, qu'on lance comme ça, sans y penser, machinalement, par habitude! Seulement, il faudrait bien distinguer entre les choses et les personnes. Car, si je ne me sens nullement coupable de siffler le grand air de la Traviata tout en préparant mon petit déjeuner, je ne me vois pas, le sifflant, à l'heure de

présenter mes condoléances à un ami éploré! En sorte que, les habitudes, si elles se marient fort heureusement avec les choses et les objets, ne s'accordent guère, en revanche, avec les personnes. Dire: «bonjour», ou «merci», ou «je t'aime» sous la pression de l'habitude, c'est s'abandonner à un automatisme privé d'âme et donc, terriblement décevant.

Alors, et si, à l'aube d'une année nouvelle, on s'accordait quelques instants de réflexion! Le temps de repasser sous la loupe ces habitudes si profondément incrustées en nous qu'on ne s'aperçoit même plus de leur présence. D'abord, bien sûr, on en découvrira de mauvaises. A éliminer, celles-là, sans le moindre regret. Mais aussi, on ne manquerait pas de trouver le moyen de rendre les bonnes, encore meilleures.

Tâche coûteuse et difficile? Allons, bon, n'exagérons rien! Elle n'exige que quelques graines d'attention, dix grammes de volonté et, pour saupoudrer le tout, quelques pincées de patience.

Tout cela qui produit cette huile précieuse entre toutes, dont le nom est : amour. On peut se la procurer gratuitement et sans frais chez le grand Pharmacien qui livre à domicile, de jour comme de nuit. Essayez et vous verrez: avec une huile de cette qualité unique, exceptionnelle, vos habitudes se modifieront rapidement, et durablement. Et l'année qui commence sera bonne, très bonne. Davantage même: excellente!

Abbé Georges Juvet



Jean Nohain

L'air de Paris

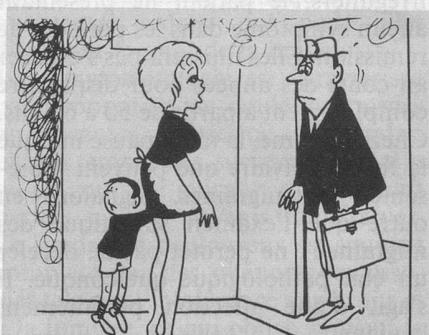
L'exemple

Et voici donc qu'une nouvelle année commence — la 81^e de ce siècle turbulent... — et que nous sommes amenés, nous les aînés, à nous poser un peu mélancoliquement la question: que nous est-il possible de faire encore dans ce tourbillon qui nous emporte malgré nous?

Je vous propose une solution, chers amis de mon âge: essayons de donner des **exemples**. Quel joli mot et que La Rochefoucauld a si intelligemment analysé — en 1664, pas en 1981... — en disant simplement: «La leçon des **exemples** vaut mieux que celle des **préceptes**!»

Gardons-nous, en effet, de nous transformer, les années passant, en vieillards rabâcheurs, en «**faites ci, faites ça...**» alors qu'il est si sympathique de **montrer** discrètement et gentiment aux autres ce qu'on souhaiterait qu'ils fissent, ce qu'on souhaiterait qu'ils fussent.

J'avais cinquante ans lorsqu'un simple incident charmant a transformé une partie de ma vie. J'étais alors un



— Devine ce que j'ai fait brûler de bon pour dîner? (Dessin de Faure-Cosmopress)

15.- fr par jour
par personne
BOULOURIS S/mer



Séjours individuels de détente au soleil méditerranéen.
Départ tous les samedis jusqu'au 4 avril 1981.
BOULOURIS dispense ses magnifiques villas modernes
parmi les pins. Elles comprennent 4 studios de 2 pièces
économiques et confortables entièrement équipés.
Déplacements gratuits à St-Raphaël ou Cannes en car.
Pour séjour de 2 semaines = 3ème semaine gratuite!
Pour de plus amples détails, contactez sans engagement
TRANSLATITUDES, 1, rue Etraz, 1003 Lausanne

VOYAGES ET
TRANSLATITUDES
TOURISME SA



• Tél. 021/23 90 81

Lendemain de Noël

Souvenirs jurassiens

par J.-R. Fiechter

fumeur invétéré: un fumeur absurde et qui ne trouvait sa joie qu'à allumer une nouvelle cigarette avant que l'autre ne fût éteinte. Une cigarette, deux cigarettes, cinq cigarettes, un paquet, trois paquets par jour. C'était devenu un tic nerveux, aberrant, qui ne me procurait finalement aucun plaisir.

Un jour, mes affaires m'amènent à Genève et je suis accueilli à la gare par des amis accompagnés par une adorable petite fille de six ans. On me la confie jusqu'à mon hôtel, et nous voici tous les deux en taxi. J'avais, comme toujours, une cigarette aux lèvres et, comme toujours, je jette mon mégot par terre. Et c'est alors que j'ai vu cette petite scène que je n'ai jamais oubliée et qui est restée gravée dans ma mémoire au bout de trente ans.

La demoiselle de six ans s'est levée dans le taxi, a ramassé le mégot à peine éteint dans ses petits doigts, et l'a déposé soigneusement dans le cendrier, sans une parole mais avec un regard qui voulait si bien dire: «Voilà comment on fait, Monsieur!» Et c'est tout.

Cette naïve leçon a porté ses fruits. De ce jour-là, je n'ai plus **jamais** jeté un mégot ou un papier sale par terre; quelques mois plus tard j'ai cessé de fumer, et si la jolie petite fille du taxi, qui est âgée de près de quarante ans maintenant, lit cet article par hasard, qu'elle sache qu'elle m'a appris la vertu de l'**exemple**, et surtout de l'**exemple** qui se tait!

Donnons à notre tour l'exemple autour de nous: l'exemple de l'indulgence, l'exemple de la tolérance, l'exemple du sourire, l'exemple de la courtoisie. Tous les bons exemples à condition qu'ils restent silencieux.

C'est à peu près tout ce qu'il nous reste à donner, chers aînés, mes frères! Donnons sans lésiner à ceux qui nous entourent. C'est ce que je vous souhaite à tous au début de cette année qui commence, et je suis votre vieil ami.

J. N.

L'arrivée, l'accrochage des manteaux, le brouhaha des embrassades! Les ultimes recommandations précédant l'échange de petits paquets mystérieux, que nous allions retrouver, le moment venu, disposés savamment sur deux tables nappées de blanc. Longue attente préparatoire et, soudain, la porte grande ouverte de la salle à manger, les accords bien plaqués du choral de Noël et le grand flot de clarté émanant du «sapin des forêts» subitement promu au rang d'arbre de Noël!

Une joie collective très jeune, très pure, celle de l'âme éblouie, des yeux extasiés et dans les coeurs unis par une grande ferveur intérieure, dont jamais la vie ne nous rendra la plénitude, l'élan, la naïveté et l'indincible douceur.

L'enfant-roi nous était donné! Il nous accueillait dans la tendresse de son sourire, nous et toute la famille, rassemblés pour un soir dans une même espérance.

Et la cérémonie, d'année en année, se déroulait selon l'ordre consacré: les chants que jeunes et vieux entonnaient à pleine voix, accompagnés par **Lucie** au piano et par **Ami** au violon! La Bible lue, l'évocation de l'étoile au-dessus des sables dorés, de la caravane en marche, des bergers réunis autour de l'étable rayonnant du miracle divin dans l'environnement de la nuit, le ciel célébrant la gloire du Seigneur et l'écho retrouvé de la promesse faite aux hommes de bonne volonté!

Et malgré le temps, l'étendue et l'espace, c'était bien la même étoile et le même message qui rassemblaient encore, en ce soir de Noël, une famille de chez nous!

La récitation — les petits d'abord, les grands ensuite — la prière et, enfin, la distribution des cadeaux, puis le partage des assiettes semblablement garnies de noix, de noisettes, l'orange jaune et la pomme rouge, couronnant le tout!

Les bougies éteintes, le porte-lumière redevenu sapin tiré dans un coin de la pièce, les grandes personnes prenaient place à la table à rallonges, les enfants mangeant, eux, dans la chambre donnant sur la cuisine, les bracelets, les «cuisse-dames», le jambon chaud, les pruneaux sortis de l'hibernage des bocaux. Les grands éclats de rire. Des jeunes appétits vidant les plats au fur et à mesure de leur arrivée.

Et nous rentrions alors dans la nuit enneigée, petits rois porteurs de trésors, pour perpétuer dans nos sommeils d'enfants la grande joie paisible de ce Noël, rappel du paradis perdu que nos coeurs nostalgiques se remémorent encore!

J.-R. F.