

Zeitschrift: Générations
Herausgeber: Générations, société coopérative, sans but lucratif
Band: - (2019)
Heft: 108

Rubrik: Chronique : résolutions, déceptions et satisfactions

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: 08.01.2026

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



Je me souviens ...

par BRIGITTE ROSSET

Résolutions, déceptions et satisfactions

A lors que, au début de janvier 2018, je m'étais promis, comme chaque année, de mieux m'organiser, je suis évidemment arrivée, à la fin de décembre, sur les genoux. C'est pathétique en fait, on court bêtement dans tous les sens, pour tout terminer avant la fin de l'année, comme si le monde allait s'arrêter de tourner à minuit, le 31! Je m'étais aussi promis de « surveiller mon alimentation » et, paf! je me suis empiffrée à Noël, parce que « c'est Noël, quand même... » et j'ai fait la fête pour le réveillon, parce que « on peut pas ne rien faire ce soir-là ».

Je me suis réveillée le 1^{er} janvier au matin avec la gueule de bois. Et, au lieu de simplement savourer le fait de pouvoir commencer une nouvelle année encore vierge de toutes attentes, et donc de toutes déceptions, j'ai recommencé, en buvant mon premier café, ma liste rassurante et absurde de résolutions banales : prendre du temps pour moi et davantage penser aux autres, faire plus de sport, me mettre à la méditation, passer plus de temps avec mes enfants, prendre soin

de mes amis, manger exclusivement local et bio... Debout dans la cuisine, je m'auto-motivais en mettant une fois de plus en perspective tous les merveilleux avantages de cette nouvelle vie si saine. Et puis, par je ne sais quel miracle, je me suis soudainement souvenue de toutes les fausses promesses des années précédentes. Alors, sans trop hésiter, j'ai pris la plus belle des résolutions, ce 1^{er} janvier 2019 : me lâcher la grappe! Me dire que je suis formidable et que mon mode de vie est admirable, que j'ai tout, mais TOUT juste sur toute la ligne. J'ai ri, j'ai terminé mon café et je n'ai pas rangé la tasse. Je l'ai laissée traîner avec la vaisselle de la veille, et je suis retournée sous la couette. J'ai répété l'opération « tout laisser traîner et retourner sous la couette » pendant quelques jours, sans aucune culpabilité. Eh bien, je vais vous dire... je trouve que ce début d'année est particulièrement réussi.

Bonne année 2019 à vous tous et, surtout, lâchez-vous la grappe.



kontiki

Soirées nordiques
près de chez vous
Lausanne 30.01.19
Genève 06.02.19

Informations et inscriptions
sur www.kontiki.ch/fr/news

**Bienvenue
à bord**

**Voyager confortablement avec
l'Hurtigruten et profiter des
paysages norvégiens en prenant
part à la plus belle croisière au
monde.**

Commandez gratuite-
ment notre catalogue et
laissez nos spécialistes
vous conseiller.

