

QU'IMPORTE L'AGE - - -

Lorsque nous avons dix-huit ans, les années nous paraissaient très longues, et nous avons l'impression que jamais le jour de nos vingt ans n'arriverait. Puis... le temps a commencé à filer. Vingt et un, vingt-quatre. Lorsque nous nous trouvions au seuil de nos vingt-cinq ans, nous pensions que tout allait vraiment trop vite! C'était l'âge où il s'agissait d'être définitivement une grande personne et où nous n'avions plus l'excuse de notre extrême jeunesse... C'était, en somme, entrer dans le mauvais cap de la vingtaine. Et maintenant les années continuent à passer... Nous le constatons avec un peu de regret et parfois beaucoup de nostalgie. Nous songeons à ce que nous aurions pu faire et que nous n'avons pas fait. Nous pensons à ce que nous avons perdu et que nous ne retrouverons jamais.

Cependant si nous renversions la situation? Si, au lieu de songer au passé, nous vivions pleinement dans le présent? Qu'importe l'âge! Qu'importent les dates inscrites sur notre état civil! Seuls notre cœur et notre état d'esprit comptent. Vous regrettez de ne pas avoir fait telle ou telle chose avant? Agissez de façon à ne pas avoir d'autres regrets, d'ici cinq ans... Chaque jour, chaque heure peut nous apporter une joie. La seule chose qui importe réellement, c'est de conserver notre enthousiasme envers et contre tout. Les désillusions? Les expériences? Les ennuis? Mais nous en avons tous! Que cela ne nous empêche pas de garder encore beaucoup d'illusions et d'espoir. La vie est belle. Il suffit de savoir l'accepter telle quelle est, de ne pas trop demander et de savoir être heureux grâce à mille et un petits riens. Une ride au coin des yeux, une taille un peu épaisse ne sont pas des drames. Qu'importent nos vingt ans perdus. Jeunesse du cœur et de l'esprit, fraîcheur morale, sont des atouts de loin plus importants. Et, que nous ayons dix-huit ou soixante ans, nous aurons toujours l'âge de notre caractère.

" Le bien que tu fais la veille fera ton bonheur de demain "....

" La sagesse, comme la glace, vient dans la saison où on n'en a pas besoin "...

" Le véritable secret du bonheur? Une dose bien équilibrée de travail quotidien "....

" Les bons mouvements ne sont rien s'ils ne deviennent de bonnes actions "...

CHASSEZ L'ENNUI - - - -

L'ennui n'appartient pas qu'aux désœuvrés. Même des gens très actifs peuvent s'ennuyer. L'ennui réside alors dans le cœur, et il est bien plus grave. En fait, qu'est-ce que l'ennui? Il s'assimile à la lassitude de l'esprit. On peut très bien avoir un foyer, des enfants et tout le travail qu'ils demandent, cela n'empêche que parfois on s'ennuie. Comment y remédier?

Tout d'abord rechercher la cause de cet état d'esprit. Etes-vous très fatiguée? Ne souffrez-vous pas de surmenage? La faiblesse, de trop grands efforts, amènent souvent le dégoût de tout. On n'a plus qu'une envie: se reposer et d'évader. Mais nous sommes dans l'engrenage. Nous devons continuer, et rien que cette perspective augment déjà notre ennui. Il s'agit de réagir. Demandez à votre médecin de vous prescrire un reconstituant. Chez vous, partagez les besognes et offrez-vous de temps à autre une soirée distrayante: cinéma, théâtre, lecture, sortie chez des amis. Aller à un concert n'êtes encore jamais allée. Et faites des projets. Il y a tant de choses à admirer, à visiter! Organiser un petit week-end. Le fait de partir deux jours de chez vous peut déjà totalement changer votre état d'esprit. Vous retrouverez votre appartement et vos occupations le cœur plus alerte et l'âme plus joyeuse.

Et en attendant ce départ, changez un peu vos habitudes. Accordez-vous de temps à autre une heure de répit pour prendre l'air et vous promener. Ce n'est pas un luxe de femme inactive, mais une nécessité pour vous et votre petite famille. Rien n'est plus communicatif que l'ennui et la tristesse. Pour le bonheur des autres, vous devez parfois être gentil avec vous-même!!!!

A V E N D R E

1 SET SALON

3 SOMMIERS

TOUS EN TRES BONNE CONDITION

S'Adressez à:

Mme Conrad Gervais,
Field, Ont.

Avouer qu'on a tort, c'est prouver qu'on est devenu raisonnable.