



Nos
aînés
nous
ouvrent
la voie
du
bonheur

Nos aînés nous ouvrent la voie
du bonheur

Sandrine Berthier

Couverture : Photographie Fotolia © Andrey Kiselev
Pages Intérieures : Photographies © Sandrine Berthier

© 2015 Inkkis - 56000 Vannes - www.inkkis.com
Imprimé en Allemagne



-- Que chacun se reconnaisse et reconnaisse l'autre --

Sachez voir le bien en vous-même,
en l'autre et tout autour de vous.

.....

C'est le chemin, la voie, qui est le bonheur.

Sachez vous aimer, aimer les autres...

tous les autres





*Dans la vie, osez vous mettre
à la place des autres*

*Avant de critiquer
essayez de comprendre*





Soyez tolérant et sachez vous remettre en question.
Oui, c'est dur de se remettre en question, très dur.

Mais il faut savoir évoluer

.....

Oubliez les méchancetés passées,
sachez pardonner,
cela permet d'être plus heureux.



*Ma mère nous disait «il faut savoir
en mettre sous ses pieds»*

*Passer à autre chose et
vivez l'instant présent*

.....

Prenez soin de votre santé, dès tout jeune, pour
vous, pour vos proches, pour la société en général.



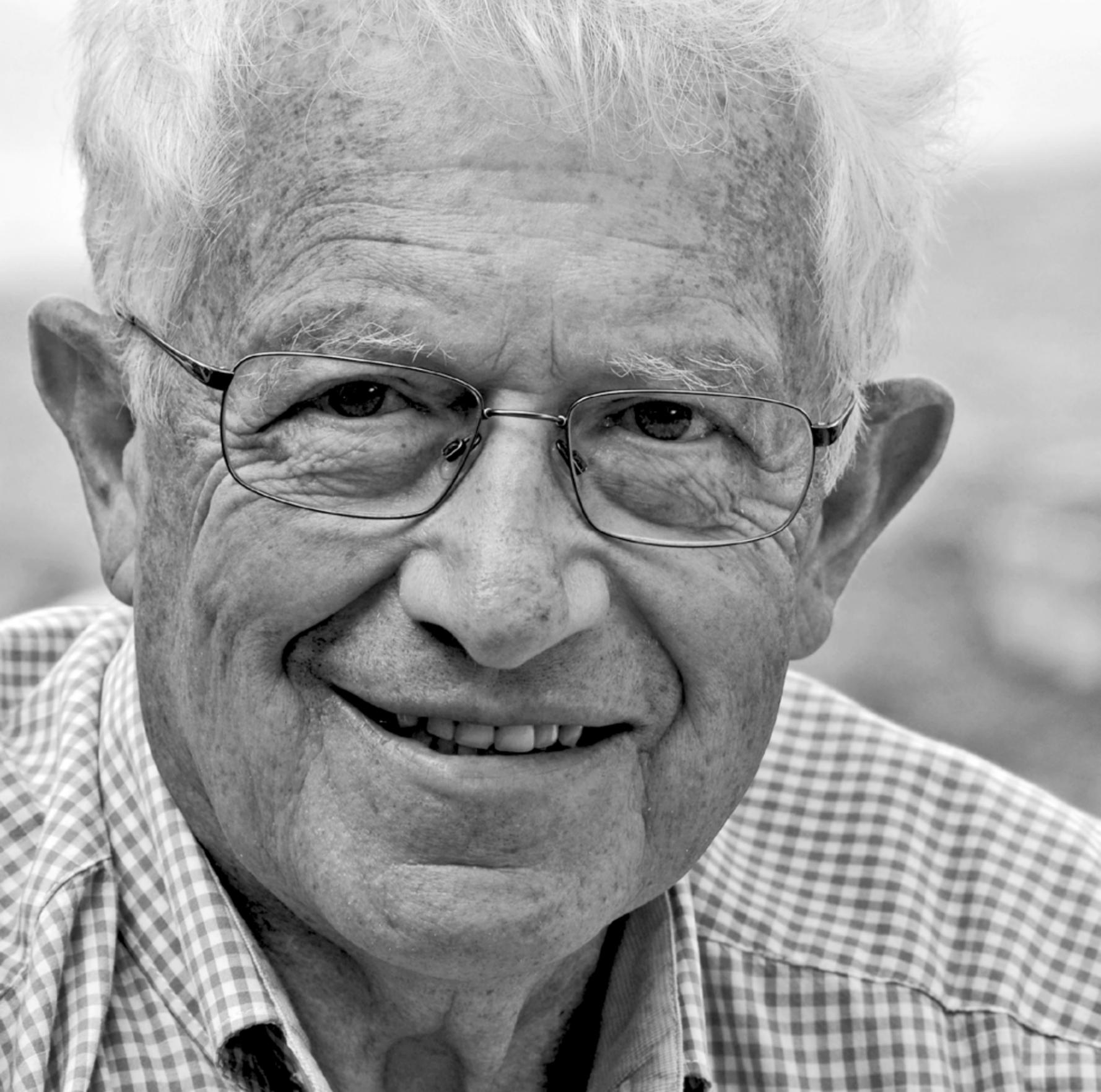


Privilégiez votre famille, vos parents,
vos frères et sœurs, vos proches

*Les liens forts sont essentiels
pour ressentir le bonheur*

Soyez solidaire. Rendez service
sans rien attendre en retour





Soutenez la solidarité familiale entre les générations.

Méfier vous de vos certitudes
acceptez la contradiction

*Ne jugez pas trop rapidement. En toute personne
il y a quelque chose de bon*

.....

Le bonheur est un long chemin, la meilleure partie
est la période pendant laquelle on le cherche





Priorisez la famille, l'amitié, le partage

.....
*Profitez de vos enfants, petits-
enfants et arrières petits-enfants,*

**- Le bonheur -
c'est l'amour familial**





L'essence de la vie passe
par le bonheur en famille

Une famille rassemblée,

**ça remonte
-le moral-**





L'amour pour ses enfants
apporte la paix, le bien-être

Aimez.

.....

*Restez soudé, parents, enfants,
jeunes et anciens. La famille
est une source de bonheur.*





*Faites vous respecter
et respectez les autres*

Aimez les gens autour de vous

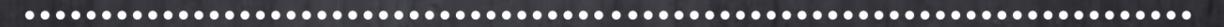


*Profiter du bon temps
l'argent est accessoire*





*Faite la part belle à l'amitié,
faite plaisir aux autres,*



... et soyez franc.





Mettez de l'importance dans l'amitié,

*mais surtout, supportez-vous
les uns les autres, soyez...*

tolérant.



Merci à tous les premiers protagonistes de cette aventure, merci à Patricia qui m'a aidé à récolter ces premiers témoignages,

Puisse ce recueil vous permettre sans attendre, de mettre en action les précieux conseils de nos aînés !



Et si au lieu de passer notre temps à courir après le bonheur, nous écoutions enfin ce que nos aînés ont à nous apprendre, ce qui importe de le plus dans la vie ?

Des personnes dites du 3^e et du 4^e âge venant de tous horizons, ont bien voulu répondre à cette question, afin de transmettre aux générations suivantes leurs clefs du bonheur, acquises après toute une vie riche d'expériences et d'émotions.

Peuvent-ils ainsi nous guider vers une vie plus sereine ?

