

## VIEILLIR EN BEAUTE

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec son cœur,  
Sans remord, sans regret, sans regarder l'heure ;  
Aller de l'avant, arrêter d'avoir peur ;  
Car, à chaque âge, se rattache un bonheur.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec son corps ;  
Le garder sain en dedans, beau en dehors.  
Ne jamais abdiquer devant un effort.  
L'âge n'a rien à voir avec la mort.

Vieillir en beauté, c'est donner un coup de pouce  
À ceux qui se sentent perdus dans la brousse,  
Qui ne croient plus que la vie peut être douce  
Et qu'il y a toujours quelqu'un à la rescousse.

Vieillir en beauté, c'est vieillir positivement.  
Ne pas pleurer sur ses souvenirs d'antan.  
Être fier d'avoir les cheveux blancs,  
Car, pour être heureux, on a encore le temps.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec amour,  
Savoir donner sans rien attendre en retour ;  
Car, où que l'on soit, à l'aube du jour,  
Il y a quelqu'un à qui dire bonjour.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec espoir ;  
Être content de soi en se couchant le soir.  
Et lorsque viendra le point de non-recevoir,  
Se dire qu'au fond, ce n'est qu'un au revoir.

Ghislaine Delisle

*Prière d'équipe CMR44.*