

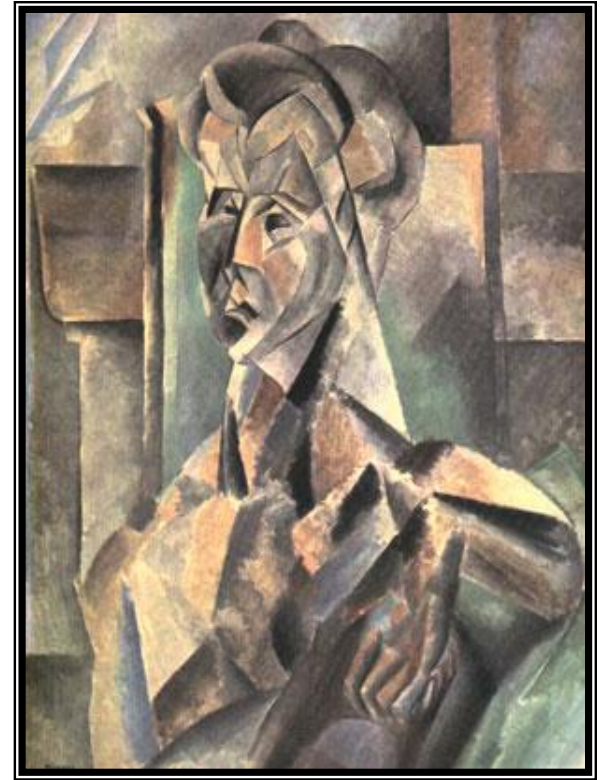
# RECETTE DU BONHEUR

**Picasso**



Automatique





**Laisse de côté tous les chiffres non indispensables à ta survie.**

**Cela inclut l'âge, le poids et la taille.**

**Que cela préoccupe seulement le médecin. Il est payé pour ça.**

**Fréquente, de préférence, des amis joyeux.**

**Les pessimistes ne te conviennent pas.**

**Continue de t'instruire...**

**Apprend tout, sur les ordinateurs, l'artisanat, le jardinage, etc...**

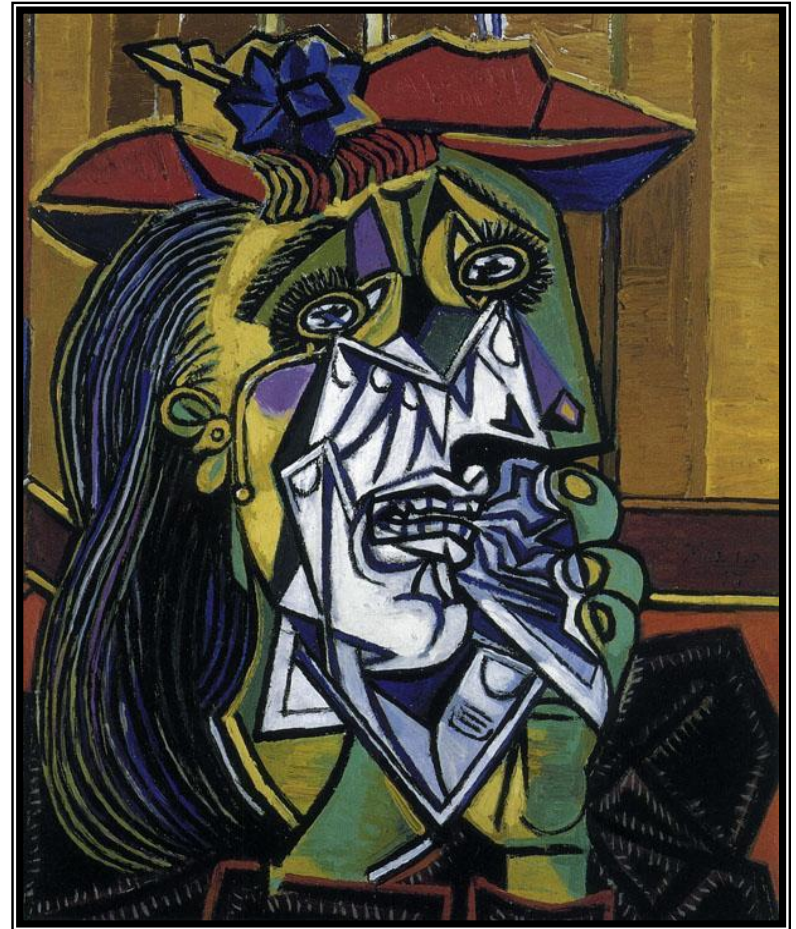
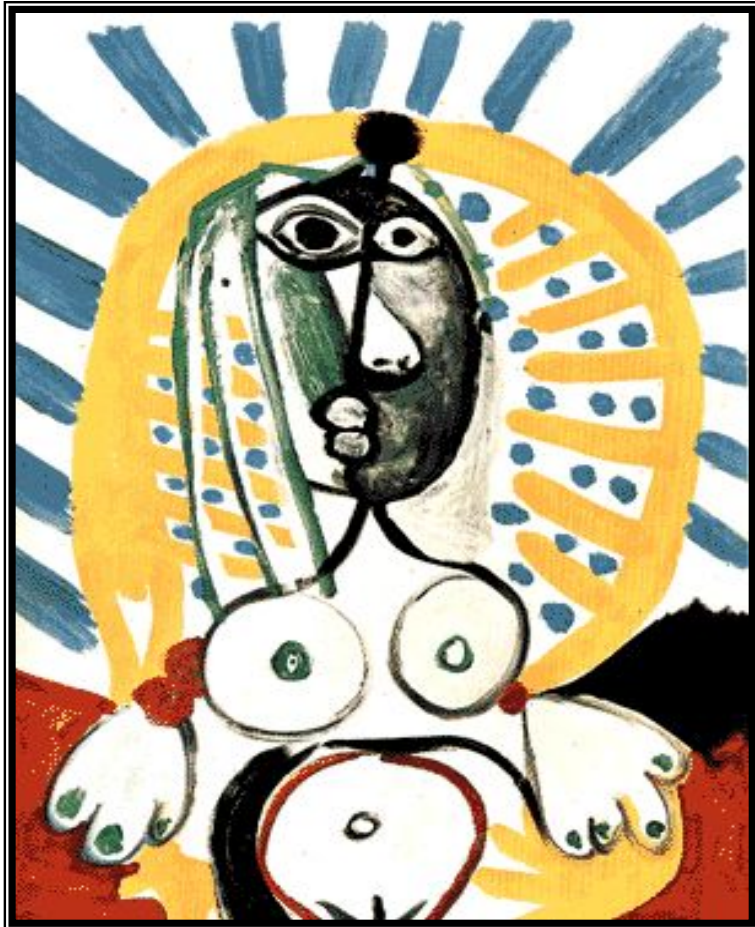
**Ne laisse pas ton cerveau inoccupé.**

**Un mental inutilisé est l'officine du diable.**

**Et le nom du diable est Alzheimer.**

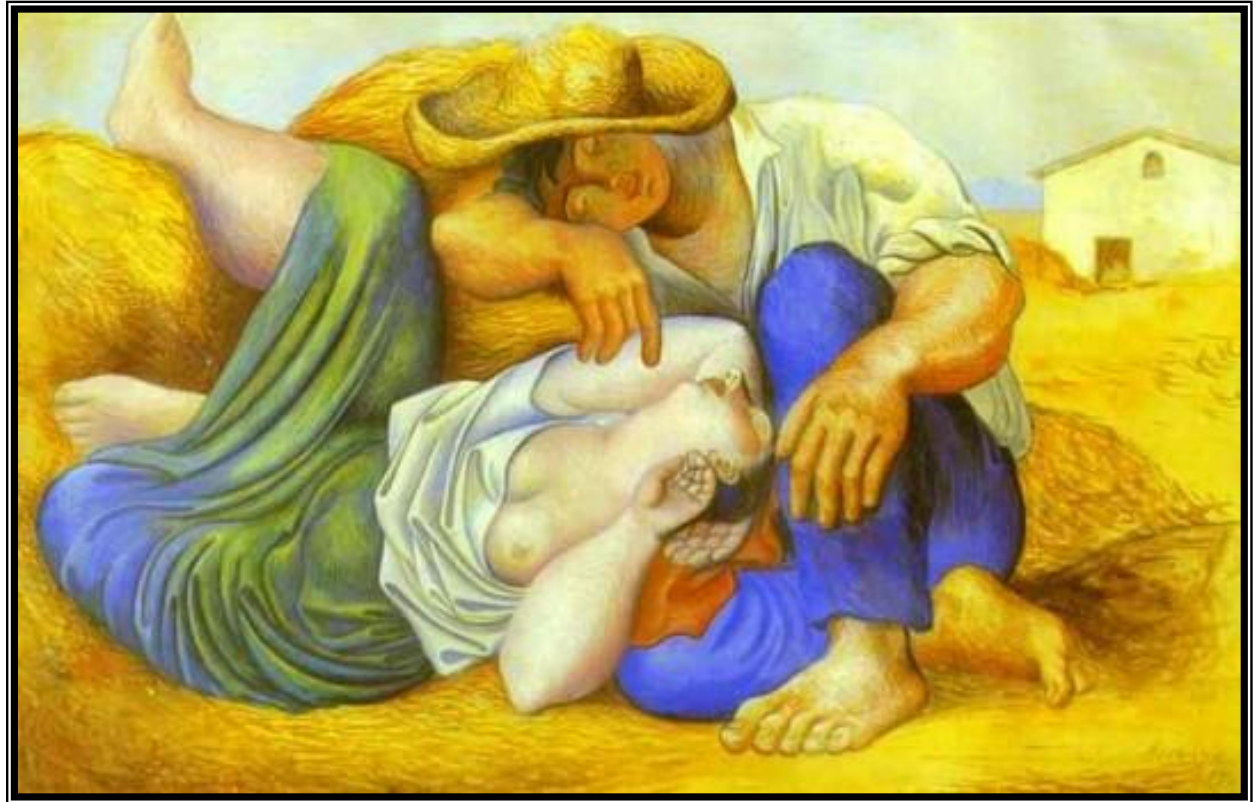


Ris le plus souvent possible.  
Et surtout de toi-même !



Quand viennent les larmes :  
accepte, souffre et...  
continue d'avancer.

**Accueille chaque  
jour qui se lève  
comme une  
nouvelle  
opportunité**



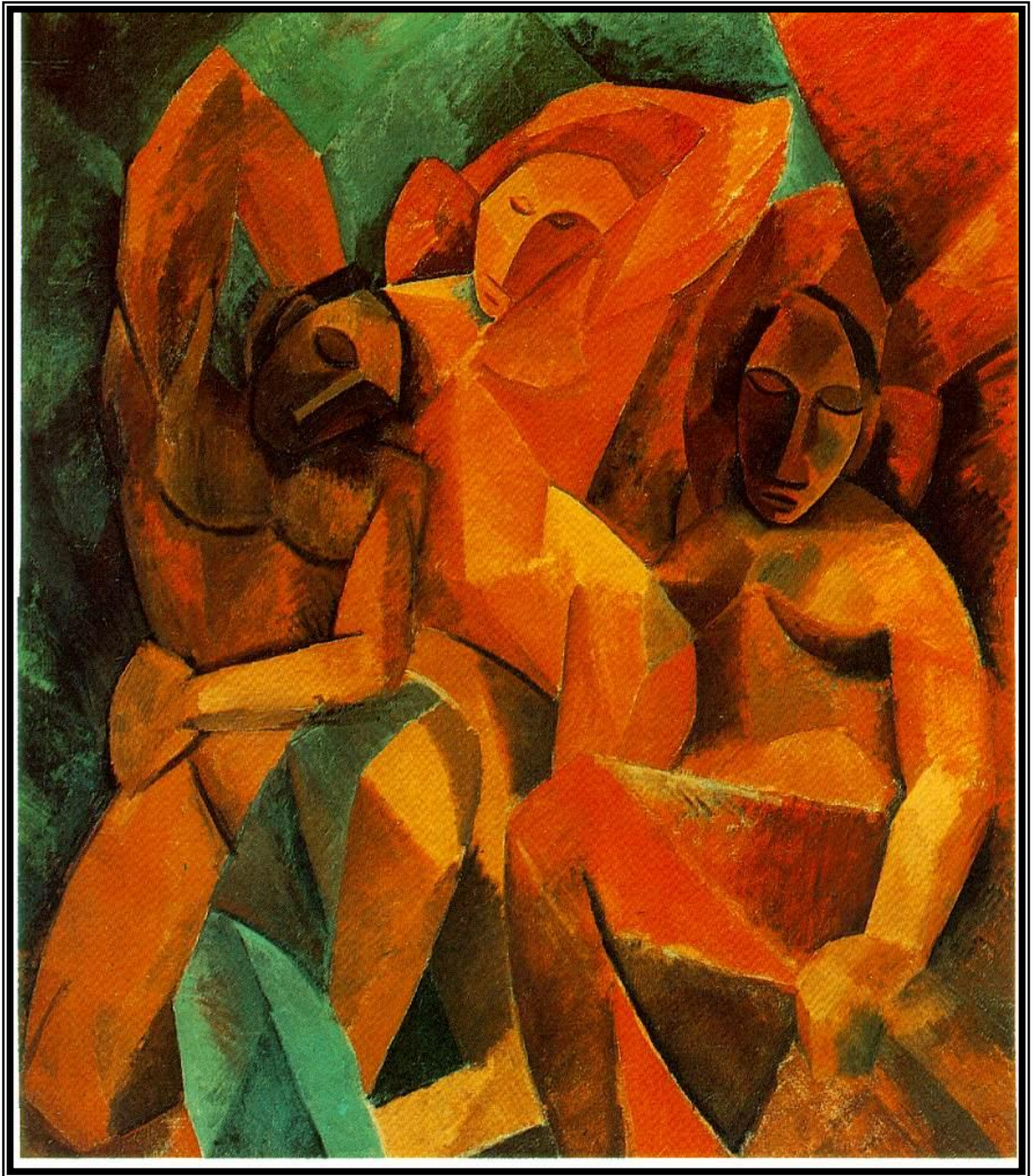
**Et, pour cela, ose entreprendre !**

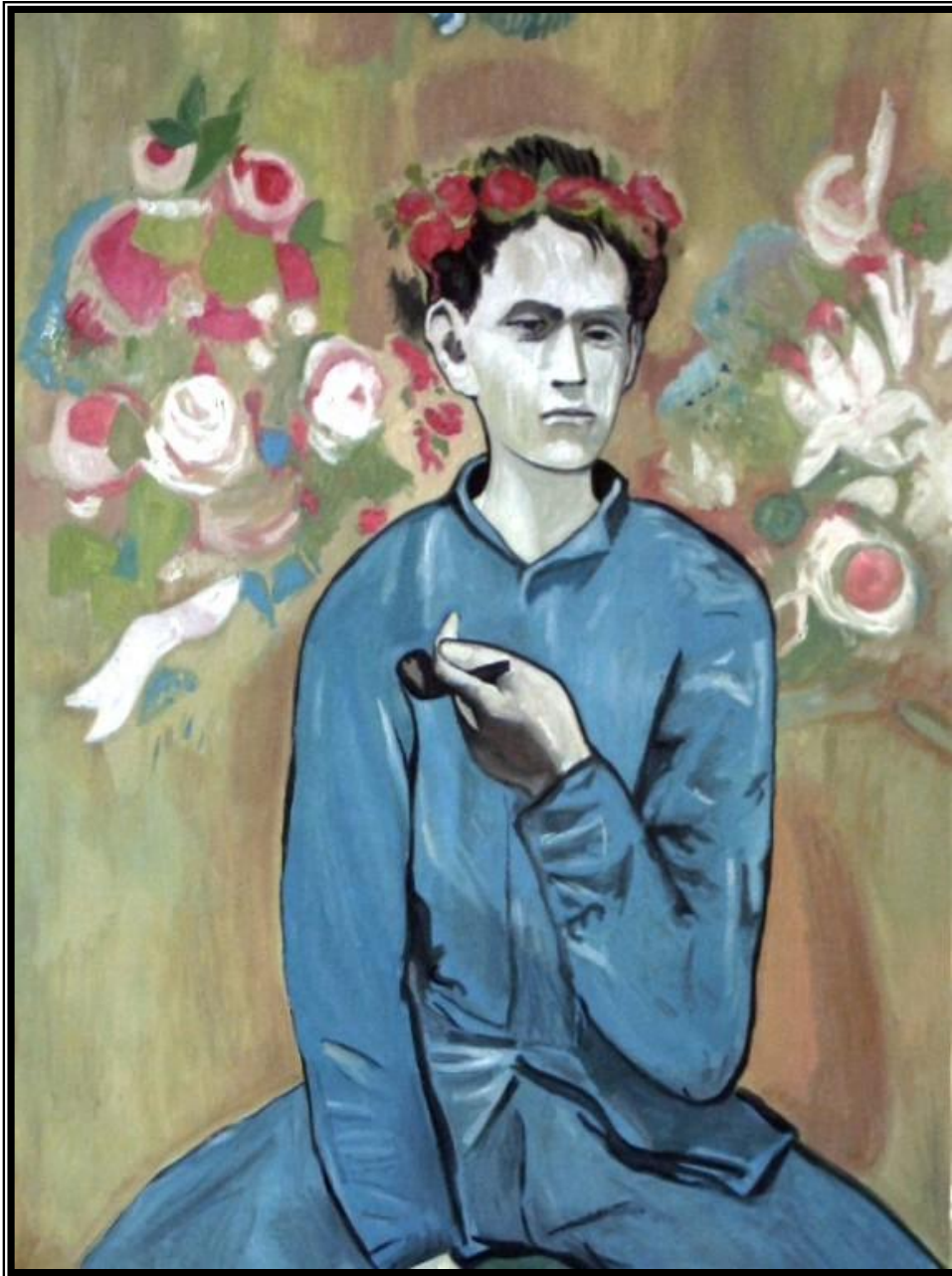
Laisse tomber  
la routine.  
Préfère les  
nouvelles  
routes aux  
chemins mille  
fois  
empruntés.



**Efface le gris  
de ta vie**

**Et allume les  
couleurs que  
tu possèdes  
à l'intérieur**



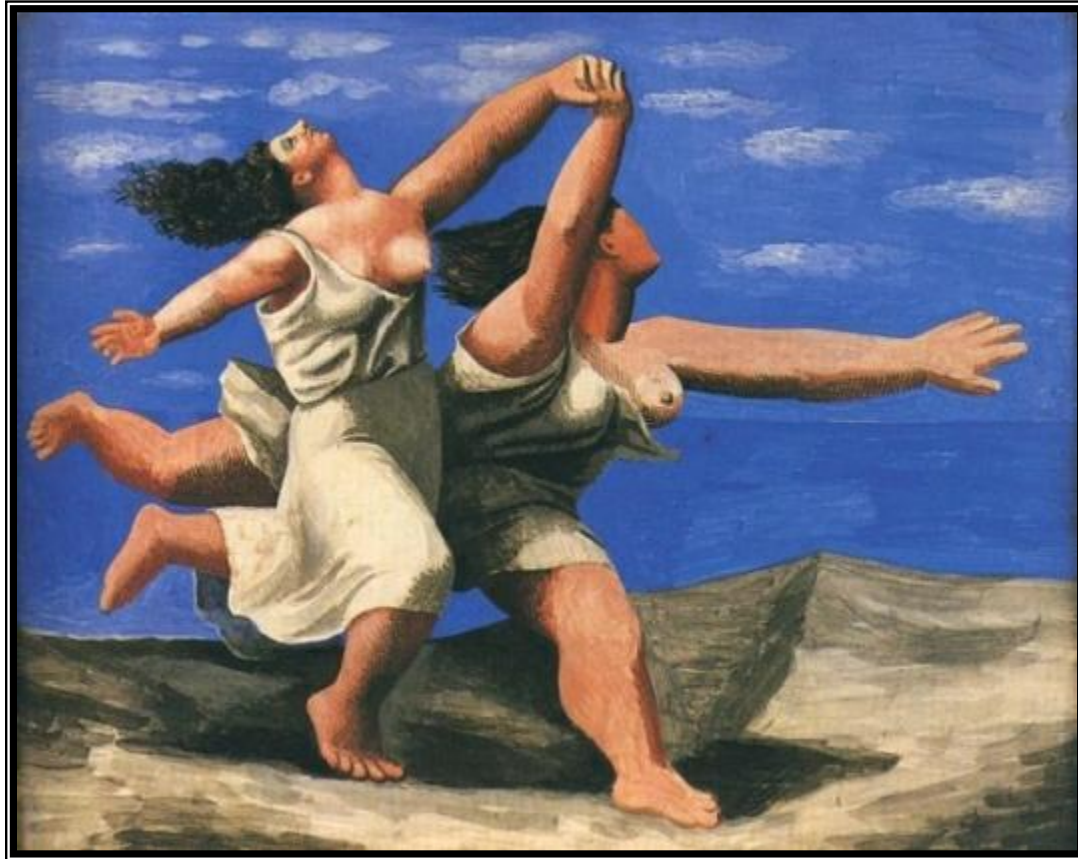


**Exprime tes  
sentiments**

**pour ne jamais rien  
perdre des beautés  
qui t'entourent.**



**Que ta joie rejaillisse sur ton entourage.  
Et abat les frontières personnelles que le passé t'a imposées.**



**Mais rappelle-toi :**

**L'unique personne qui t'accompagne toute la vie, c'est toi-même.**

**Sois vivant dans tout ce que tu fais !**

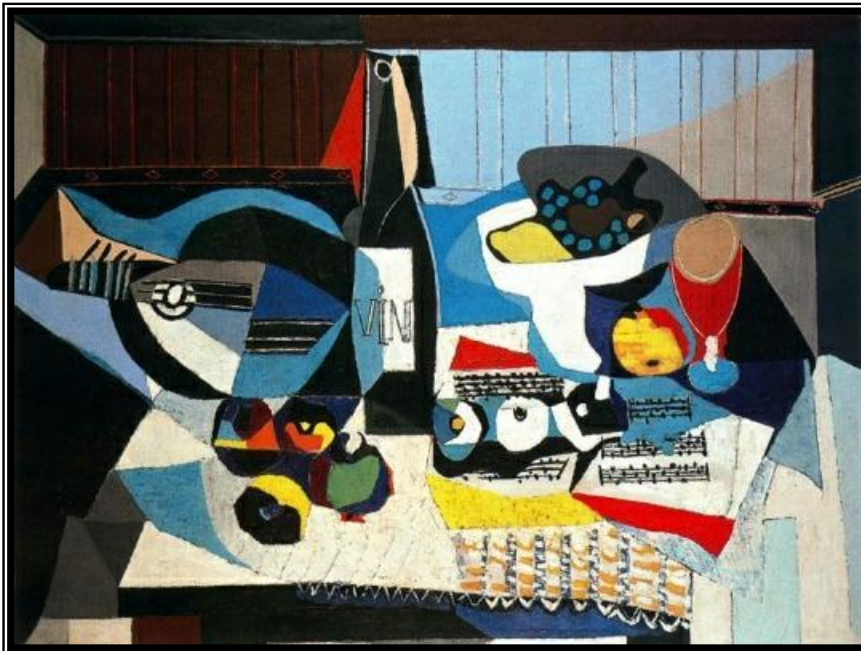


**Entoure-toi de tout ce que tu aimes :**

**famille  
animaux,  
souvenirs,  
musique,  
plantes,  
un hobby,**

**Tout ce que tu veux...**

**Ton foyer est ton refuge,  
mais, n'en deviens pas  
prisonnier .**



**Ton meilleur capital, la  
santé.**

**Profites-en.  
Si elle est bonne ne la  
détruis pas ; si elle ne l'est  
pas, ne l'abîme pas  
davantage.**



Sors dans la rue.  
Visite une ville ou un pays  
étranger...

Mais, ne t'attarde pas sur les  
mauvais souvenirs.



Ne laisse passer aucune occasion pour dire "je t'aime" à ceux que tu aimes.



Et dis-toi toujours que  
la vie ne se mesure pas  
au nombre de tes  
respirations mais à celui  
des instants où ton  
coeur bat très fort :

de rires...

de surprise...

d'extase...

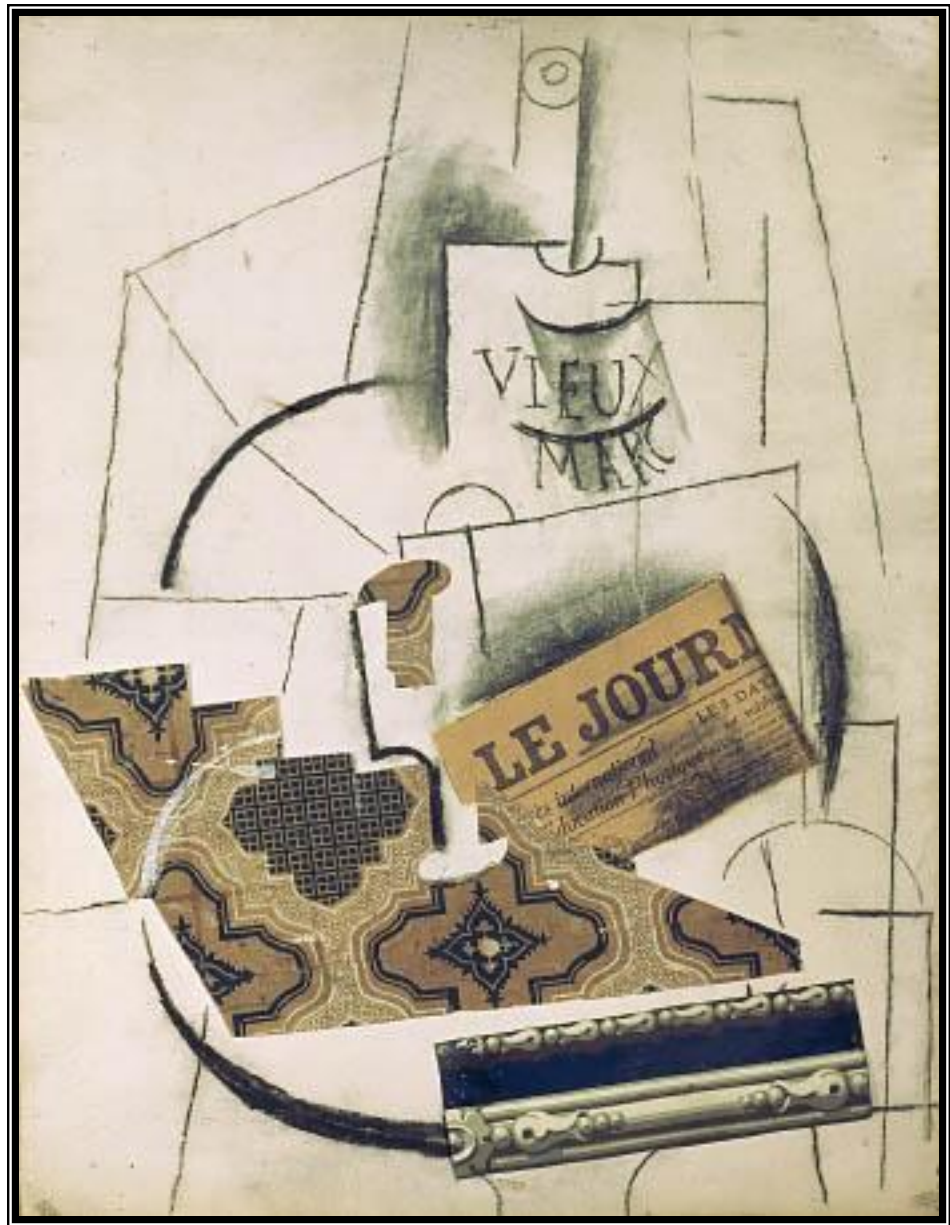
de joie...

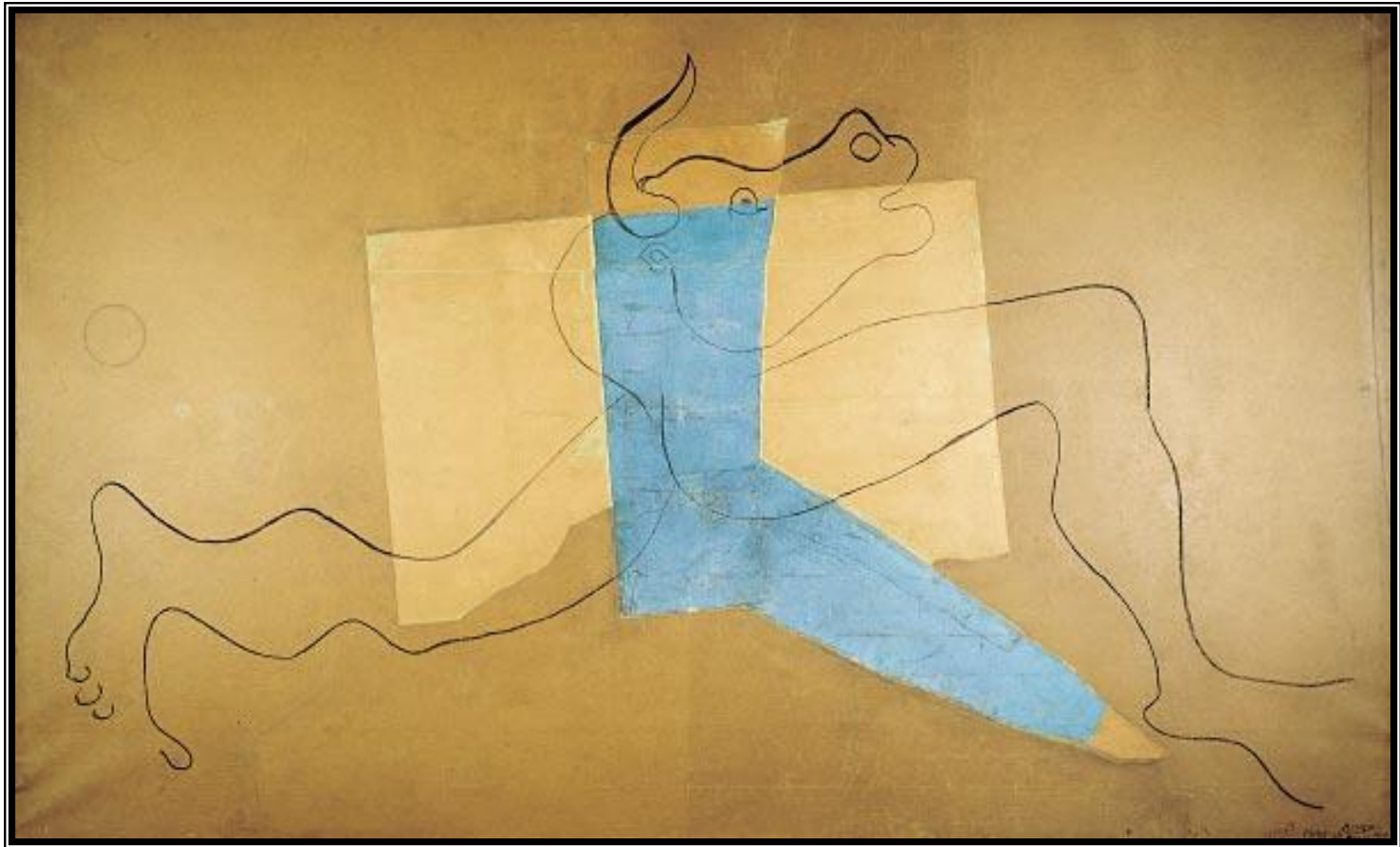
Et surtout...

d'aimer sans compter.

J'ai mis toute  
ma vie à savoir  
dessiner comme  
un enfant.

*Picasso*





On devient jeune à 60 ans malheureusement c' est trop tard.

*Picasso*



**Dans chaque enfant il y a un artiste. Le problème est de savoir comment rester un artiste en grandissant.**

*Picasso*





*"Il y a des êtres qui font d'un soleil une simple tache jaune, mais il y en a aussi qui font d'une simple tache jaune, un véritable soleil"*

Picasso

