

## COURRIER FEMININ

Je veux parler aujourd'hui avec vous, chères lectrices, d'un sujet un peu spécial qui m'est proposé par une de nos correspondantes et qui, m'assure-t-elle, doit être intéressant pour beaucoup.

Voici la description de son état, faite par elle-même :

“ Quand j'écris une lettre, je le fais avec attention, ce me semble ; mais je ne l'ai pas plus tôt lancée à la poste que je me demande si j'ai bien mis la date, si je n'aurais pas oublié la signature ou si l'adresse est bien exacte et ça me tourmente. Il en est de même si je place quelque chose d'important dans un meuble ou, le soir, si je ferme les portes, il m'est arrivé de revenir trois fois de suite au même endroit pour m'assurer que tout est bien en ordre ou en sûreté.

“ Voyez, Madame, combien je me rends la vie désagréable pour cela. Je vous prierai de vouloir bien traiter un sujet de ce genre dans une causerie et d'indiquer un remède à cet état de choses ; vous ne parlerez pas pour moi seule, je connais plusieurs de mes amies qui sont dans le même cas. ”

Je crois aisément qu'un grand nombre de mes lectrices a ressenti et ressent chaque jour ce malaise, cette inquiétude nerveuse et ce besoin de s'assurer à nouveau que tel acte a été accompli, que telle précaution a été prise.

Cette disposition, lorsqu'elle s'accroît, peut prendre un caractère presque maladif et devenir la source d'une agitation constante pour la personne qui en souffre.

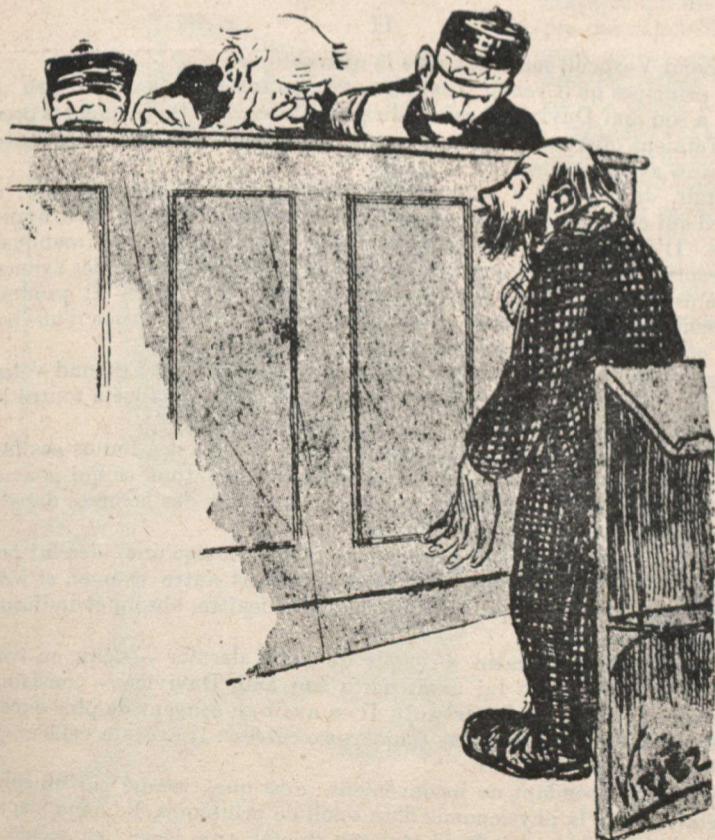
Afin de trouver le traitement radical et souverain, il faut étudier soigneusement les causes du mal et remonter jusqu'à son origine.

Tout d'abord, pourquoi vous défiez-vous de vous-même ? pourquoi, par exemple, votre lettre envoyée, vous vient-il des doutes sur l'exactitude de l'adresse ? La réponse est facile à donner : vous vous défiez de vous parce vous avez de bonnes raisons de le faire, parce que l'expérience vous a prouvé que vous étiez susceptible d'erreurs et d'étourderies. Si vous avez une cuisinière qui n'a jamais manqué un pot-au-feu ou fait tourner une sauce, vous n'aurez nul souci au moment où elle apportera sur la table un de ces plats ; de même, vous n'avez jamais la crainte que le pain soit tourné, parce que votre boulanger l'a toujours réussi ; au contraire, vous redoutez toujours, et à bon droit, que vos bottines neuves vous serrent, que vos gants se fripent, que le bas de votre jupe s'éfrange, parce que ce sont là des accidents qui vous arrivent sans cesse.

C'est pour une même raison que vous manquez de confiance en vous.

Le premier soin que vous devez prendre est celui d'agir avec calme, de n'oublier ni de fermer la porte, ni de dater votre lettre, en sorte que vous n'ayez pas à douter de vous, pas plus que vous ne doutez de votre boulanger.

### CRI DU CŒUR



Le juge. — Vos nom et prénom ?

Le prévenu. — Arthur Nicodème Poivrot.

Le président. — Vos qualités ?

Le prévenu. — Des qualités ? J'en ai donc !... Ah ! Votre Honneur, si ma femme vous entendait !

J'ai une amie qui a coutume de dire : “ Je ne me souviens pas d'avoir fermé mon armoire avant de sortir, mais je suis sûre de l'avoir fermée ; mon moi animal ne peut y avoir manqué. ”

C'est une façon originale d'affirmer que de telles habitudes, prises d'abord par réflexion, se sont si bien implantées dans l'être, qu'il accomplit tous ces actes avec la régularité automatique et infaillible de l'instinct.

C'est un état d'âme qui donne beaucoup de sécurité, mais encore faut-il y parvenir.

Ma correspondante, en effet, se plaint d'avoir une inquiétude nerveuse, alors même qu'elle a “ bien fermé sa porte, ” dit-elle ; elle retourne jusqu'à trois fois pour s'en assurer. Là, il y a un autre mal à combattre ; ce n'est plus seulement la juste défiance de soi, fondée sur toutes les étourderies dont on s'est rendu coupable, non ; il s'ajoute une défaillance maladive de l'esprit. Car, enfin, le doute étant permis et excusable, il suffirait d'aller vérifier une seule fois que la porte est fermée pour le changer en une calme certitude, cela est certain.

Quel est donc, alors, ce besoin d'une nouvelle vérification ? En voici la raison : Si vous n'avez pas nettement l'assurance d'avoir fermé votre porte, c'est qu'au moment précis où vous le faisiez, vous manquez de sang-froid ; votre inquiétude nerveuse vous emportait déjà ailleurs et, au lieu de le faire posément, avec calme, de manière à conserver nettement la conscience d'avoir accompli cet acte, vous l'avez fait dans cet état d'agitation qui vous laisse après un souvenir douteux d'où naît le besoin d'une nouvelle vérification.

Je ne prétends pas vous guérir d'un mot et je n'ai pas l'espoir qu'aujourd'hui même, après avoir lu ces lignes, vous serez délivrée de cette maladie et de cette souffrance.

Je vous demande de suivre seulement de point en point le régime que je vous indique et que je résume :

Avant tout, se guérir de son étourderie ; ensuite, lorsqu'on ferme son armoire ou lorsqu'on écrit sa lettre ou pour tout autre acte qui laisse après lui cette inquiétude nerveuse, le faire avec sang-froid, de manière à conserver la perception certaine ; enfin, et j'insiste sur ce point, lorsque, par exemple, vous avez mis le verrou le soir, lorsque vous vous êtes arrêtée un instant, vous disant à vous-même : “ C'est fait, j'en suis sûre, je le vois de mes yeux ”, ne cédez pour rien au monde à la tentation maladive de retourner le vérifier à nouveau, tout est là ; il faut, au lieu de se suggestionner et de se causer une peur imaginaire, se calmer, se posséder assez pour ne pas céder à cette impulsion tourmentée et qui irait en s'accroissant, si on ne la maîtrisait pas.

XXX.

### CHACUN UNE PARTIE

Le docteur. — Etes-vous débarrassés de la fièvre, votre femme et vous ?

Lagalette. — Non, docteur, nous sommes encore souffrants tous les deux.

Le docteur. — Avez-vous pris le brandy et la quinine que j'avais ordonnés ?

Lagalette. — Certainement, docteur.

Le docteur. — Alors, la fièvre doit avoir diminué. Je suppose que vous avez pris la médecine en la manière prescrite ?

Lagalette. — Je l'imagine. Le mari et la femme ne font qu'un, n'est-ce pas ? Aussi, j'ai pris le brandy et j'ai donné la quinine à ma vieille.

### PAS SI BIEN APRÈS TOUT

La petite Lucie. — Alice doit penser que vous êtes rudement meilleur que ses autres cavaliers.

M. Lamoureux (charmé et rougissant) — Pourquoi, ma chérie ?

La petite Lucie. — Parce qu'elle me laisse toujours au salon quand vous y êtes et, quand les autres y sont, elle ne veut pas me laisser entrer.

### BOUT DE CONVERSATION

— Baron, j'ai toujours eu un faible pour vous !

— Sapristi, marquise, vous auriez bien dû me dire ça trente ans plus tôt !

### MAUVAISE POSITION

— Quel terrible coup avez-vous donc reçu sur le nez, madame Coupeau ?

— J'vas vous dire. Dans le ménage, c'est moi qui tiens la caisse ; alors quand mon homme veut de l'argent et que je lui résiste il bat monnaie !

### DEVINETTE



— Où est l'indiscret ?