Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2010)
Heft: 15

Rubrik: Le regard : que c'est beau la vie!

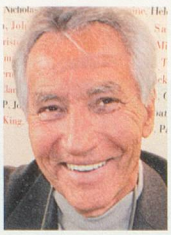
Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 02.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch



LE REGARD
de Jacques Salomé

Que c'est beau **la vie!**

Le chanteur Jean Ferrat, aujourd'hui décédé, nous le rappelait dans une mélodie magique, dans laquelle il ciselait avec amour son émerveillement pour la vie. Quand il nous proposait l'enchantement d'une poésie simple et limpide pour nous faire redécouvrir combien la vie est belle sous des formes multiples et inattendues. Il nous invitait à sa façon à nous rappeler combien la vie mérite d'être vécue à plein temps, sans réserves, ni accusations d'aucune sorte.

J'ai mis longtemps pour découvrir que le bien le plus précieux que m'avaient donné mes parents, c'était cette parcelle de vie qui allait m'accompagner tout au long de mon existence.

J'ai dû apprendre à changer mon regard, à modifier mon écoute, à donner plus de liberté à chacun de mes sens...

Quand j'entends dire autour de moi «la vie est difficile ou encore la vie est injuste», je crois qu'on se trompe de cible. Ce n'est pas la vie qui est difficile ou injuste, c'est nous qui le plus souvent la maltraitons, n'en reconnaissons pas les ressources, n'en apprécions pas le miracle permanent qu'est sa présence tout d'abord en nous et aussi autour de nous.

La vie est belle par essence, par le fait même qu'elle nous habite, déposée dès l'instant de notre conception dans la première cellule, puis agrandie et amplifiée, même si parfois nous ne lui accordons pas toute l'importance qu'elle mérite, même si nous la maltraitons en ne prenant pas la peine de la protéger ou de l'honorer.

Il m'a fallu traverser plusieurs vies pour apprendre à aimer ma vie. Je veux dire par là que je n'ai pas été dans les premiers temps de mon existence un bon compagnon pour elle. J'ai dû apprendre à changer mon regard, à modifier mon écoute, à donner plus de liberté à chacun de mes sens, à respecter son rythme, à accueillir sa présence qui se manifestait parfois de façon très intense et d'autres fois plus douloureuse ou inquiétante.

J'ai dû apprendre à respecter qui m'habitait, qui m'entourait dans ses manifestations les plus subtiles et surtout imprévisibles. Entendre simplement ma respiration, les yeux encore clos au petit matin, sentir la chaleur de la présence toute proche de celle qui partageait ma vie.

Prendre en compte le souffle du vent le soir venu, être ému aux frémissements d'une feuille d'érable illuminant soudain tout un arbre. Etre plus attentif à l'odeur d'un jasmin et recevoir le rire d'un enfant. Etre touché par les pleurs d'une femme quittée par son amant. Et accepter cette affirmation de soi, dans le geste farouche d'un adolescent rejetant sa tête pour ne pas être plaint d'avoir échoué à un examen. J'ai vu la vie blessée mais toujours vivante, dans le regard éperdu d'une mère accompagnant son fils décédé suite à un accident de moto. Dans la chaleur d'une main se lovant dans la mienne pour traverser une rue ou encore dans les affirmations intempestives de mes enfants pour me persuader que leurs désirs méritaient d'être comblés, alors que je tentais de leur dire que j'étais là pour répondre à leurs besoins et non à tous leurs désirs!

La vie est chaleureuse même quand elle semble se détourner de nous ou s'enfermer dans le silence du ressentiment. La vie reste vivante jusqu'au bout. Jusqu'au bout de notre vie.

Jacques Salomé est l'auteur de *Aimer l'amour*, Ed Tredaniel.