Le regard : petit clin d'œil malicieux au bonheur

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Générations plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): **- (2011)**

Heft 20

PDF erstellt am: **31.05.2024**

Nutzungsbedingungen

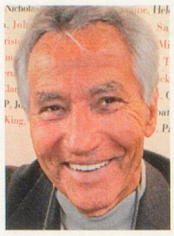
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch



LE REGARD
de Jacques Salomé

Petit clin d'œil malicieux **au bonheur**

Ah *Bonheur*, combien sommes-nous à te rechercher, à te traquer et combien sommes-nous à ne pas savoir te garder ou simplement te protéger quand tu es là?

Bonheur que nous maltraitons et violentons avec un aveuglement ou une sincérité épouvantables!

Bonheur, tu dois le savoir, tu restes un rêve vital pour beaucoup d'entre nous, un objectif central pour d'autres ou un enjeu désespéré pour quelques-uns. J'ai envie aujourd'hui de m'adresser directement à toi, comme à une personne vivante, un peu fantasque, imprévisible, pas toujours fiable, mais tellement émerveillante, quand tu es là toute proche, présente autour de nous ou en nous.

Bonheur, tu es pour moi semblable à un accord au sens musical du terme. Un accord total plus ou moins fugace, qui va me donner le sentiment, dans un instant de ma vie plus ou moins durable, que je suis accordé et cela sur plusieurs plans. Accordé à l'intérieur de moi, entre ce que je dis et ce que je pense, entre ce que je ressens et ce que je fais. Accordé aussi avec l'extérieur, entre le plaisir d'être qui m'habite et le plaisir et le bien-être de ceux qui m'entourent.

Tu le sais, *Bonheur,* tu ne peux rester inscrit dans mon seul ressenti, tu as besoin de te partager, de résonner et de t'amplifier avec les personnes aimées ou proches de mon entourage. Je crois que tu as besoin de te répandre, mais avec subtilité et discrétion, pudeur et générosité, abondance et réserve.

On me pose beaucoup de questions sur toi, on me demande souvent: «Mais comment peut-on être heureux, comment peut-on rencontrer le bonheur?» Je ne peux parler pour toi, alors je réponds, avec une fausse gravité: «Etre heureux, c'est déjà renoncer à être malheureux, le *Bonheur* viendra en plus.» J'ai effectivement remarqué que nous sommes d'une habileté incroyable pour nous autosaboter, pour maltraiter la vie qui est en nous, pour ne pas entendre les besoins réels de notre corps par exemple, en confondant nos désirs et nos besoins! En déplaçant sur le plan des sentiments ce qui est de l'ordre de la relation et vice versa! En nous laissant trop souvent définir par les autres, en n'osant pas nous affirmer de peur d'être rejeté, moins aimé, jugé ou critiqué! En nous laissant trop persécuter par le passé ou en fuyant dans un avenir de carton-pâte! Ou encore en étant aveugle, sourd, muet, anesthésié face à quelques-uns des miracles de la vie.

Nous avons, tu le sais encore, une créativité étonnante pour déclencher ou provoquer ce qui justement ne sera pas bon pour nous. Ainsi au niveau du quotidien le plus élémentaire: nous *demandons* en exigeant ou en accusant au lieu de proposer ou d'inviter. Nous *donnons* en imposant ou en culpabilisant au lieu d'offrir, simplement offrir. Nous *recevons* en minimisant ou en critiquant au lieu d'accueillir. Nous *refusons* en rejetant ou en prenant la fuite au lieu de nous positionner clairement par un non qui n'est pas dirigé contre la personne, mais vers sa demande ou son désir.

Car je crois, *Bonheur*, que tu apprécies les relations de qualité où la bienveillance domine, les relations en réciprocité sans dominant et dominé, sans dépendance ou soumission, sans opposition ou conflit. Je crois que tu aimes les relations où chacun des protagonistes se sent respecté dans ses besoins relationnels comme pouvoir se dire et être entendu, pouvoir être reconnu et valorisé, pouvoir avoir une intimité et une influence sur son environnement et surtout pouvoir rêver que demain sera meilleur qu'aujourd'hui, et après-demain meilleur que demain.

Pour l'année présente, j'ose te confier une mission, une tâche ambitieuse, un espace de vie plus grand à ta mesure. Je t'invite, *Bonheur*, à te déposer sur chaque enfant du monde. Pour qu'il puisse manger à sa faim, recevoir des soins de santé et une scolarisation suffisants qui lui permettent d'entrer dans le monde de demain. Car je peux imaginer, *Bonheur*, que tu puisses ainsi agrandir le bien-être et l'épanouissement des futurs adultes que sont les enfants du présent.

Je crois que tu as besoin de te répandre, mais avec subtilité et discrétion, **pudeur et générosité, abondance et réserve.**

Jacques Salomé est l'auteur de *Le courage d'être soi*, Editions du Relié.