

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2013)  
**Heft:** 47

**Rubrik:** Le regard : si le bonheur

#### **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**

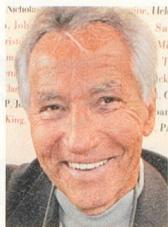
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 24.02.2026

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



## LE REGARD de Jacques Salomé

# Si le bonheur

**S**i le bonheur est cette unique goutte de rosée qui s'accroche chaque matin à sa feuille, avant de se diluer dans le ventre du monde pour le nourrir et le féconder.

Si le bonheur est le sourire d'un enfant à travers les larmes de ses chagrins fugaces ou durables.

Si le bonheur est la promesse du soleil à l'horizon d'une journée sans nuages.

Si le bonheur est l'orgueil du travail bien fait, la caresse d'un compliment, le sourire d'un encouragement, le chemin d'une ascension bien méritée.

Si le bonheur est de pouvoir demander et offrir, recevoir ou refuser en accord ses propres ressentis, de partager et d'agrandir avec le meilleur de soi.

Si le bonheur est d'avoir le goût de contempler, le temps d'admirer, le plaisir de féliciter, mais aussi celui d'agir, de créer, d'inventer, de s'investir.

Si le bonheur est dans la nature, dans toutes choses immuables, dans l'éternelle beauté des fleurs, mais aussi dans les fragrances subtiles et variées des saisons, dans nos volontés de changer, d'améliorer, de parfaire, de sauvegarder le monde qui nous entoure.

Si le bonheur est au-dedans, mais aussi dans l'infinité et la diversité de nos paysages intérieurs, pour peu que nous prenions la peine de les visiter, d'en explorer chaque zone, d'en creuser quelques-uns des mystères.

Si le bonheur est cette sensation légère de bien-être et d'accord qui peut se dissoudre au moindre courant d'air, alors, ne sors pas par grand vent, ne t'éparpille pas, et garde bien au chaud tous ces trésors.

Alors je suis partie prenante.

Sachant tout comme vous, que je peux cueillir au passage une petite tranche de chacun de ces possibles et la partager avec ceux que j'aime. Que je peux agrandir encore et encore ces quelques miettes de joie simple qui ont pour nom rencontre, amitié, amour, gaîté, découverte, émerveillement, engagement, partage, complacé, fidélité à ce que je suis, à ce que vous êtes, à ce que nous sommes chacun, dans notre émouvante faiblesse et notre constante perfectibilité.

**Jacques Salomé est l'auteur de  
Pourquoi est-il si difficile d'être heureux? aux  
Editions Albin Michel**

**Magic Bad®**



**TÜV  
AUSTRI  
CERTIF**

## Accès aisément et sécurisé pour douche et bain



**Protégez-vous  
des chutes  
avec MagicBad®**

**FLEXIDOOR®  
Porte pour  
baignoire  
EXISTANTE  
&  
VARIODOOR®  
Baignoire  
à porte  
SUR MESURE**

Garantie 5 ans \* Brevetée \* Certifiée TUV \* 100% étan

- ✓ Solutions de qualités à prix avantageux
- ✓ Des milliers de clients satisfaits depuis 2005
- ✓ Devis gratuit et sans engagement

*Appelez dès maintenant le :*

**0800 725 725** APPEL GRATUIT

*ou renvoyez ce coupon réponse*



*Recevoir une documentation*

*Me contacter pour des renseignements*

Nom-Prénom \_\_\_\_\_

Rue-n° \_\_\_\_\_

NPA-Localité \_\_\_\_\_

Tél. \_\_\_\_\_

**www.magic-bad.ch**

MagicBad (Suisse) - Chatanerie 10, Z.I. Sorge Nord - 1023 Crissier  
Tél. 021 633 71 71 - info@magic-bad.ch