

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2015)
Heft: 65

Rubrik: Le regard : ce que la vie m'a appris

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

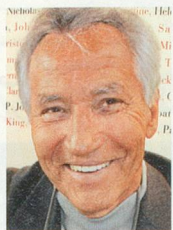
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 11.01.2026

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



LE REGARD
de Jacques Salomé

Ce que la vie **m'a appris**

Ce que la vie m'apprend à chaque instant, ce que la vie m'a appris surtout sur le tard, c'est qu'elle était trop courte et qu'il fallait ne pas passer à côté. Ma vie m'a invité avec patience et ténacité à la vivre «à pleine vie».

C'est l'invitation que je fais à chacun, de vivre sa vie au plein du présent sans s'enfermer ou se paralyser dans la nostalgie. Une des plus belles leçons que la vie m'a fait découvrir c'est que je pouvais non seulement la donner, mais aussi la dynamiser en la nourrissant d'énergie et de messages positifs.

La vie m'a appris qu'elle était faite d'une succession de miracles. Ma fille, qui est biologiste, m'a dit un jour: «Tu sais, le fait que je puisse te parler et que tu puisses m'écouter, cet acte suppose que des milliards de connexions en toi et en moi doivent fonctionner en même temps, car s'il y a une minuscule information biochimique qui manque, rien ne passera, nous devenons deux étrangers! La vie est un miracle permanent.»

La vie m'a appris qu'on doit la respecter, que le propre du vivant, c'est qu'il secrète des déchets et donc

que si une relation est vivante, aussi formidable soit-elle, elle va produire des scories qu'il ne faudra pas laisser dans la relation.

La vie m'a appris qu'on pouvait aussi la magnifier au travers de rencontres magiques comme le sont, par exemple, les rencontres amoureuses ou les partages de tendresse.

La vie m'a appris à être humble, quand j'ai découvert que je n'avais pas de pouvoir sur mes sentiments ni sur ceux de l'autre, que je ne pouvais pas décider de mon désir, pas plus que de celui de l'autre.

La vie m'a aussi fait le cadeau de m'offrir des périodes de santé et des tranches de bien-être, qui m'ont permis de ne pas sombrer dans le désespoir et la déprime.

Ma vie, ardente et fidèle, m'a ainsi accompagné tout au long de ces années et ma reconnaissance à son égard est infinie.

Jacques Salomé est l'auteur de *Je viens de toutes mes enfances*, Editions Albin Michel.

PUB

Problèmes d'audition?

Mes résolutions pour 2015?
Bien entendre avec le nouveau

SIEMENS binax

auditionplus 
vos spécialistes de l'audition



Grand Rue 4 - 1009 **Pully**
Pharmacie Arc-en-Ciel - 1610 **Oron**
Petites Roches 3 - 1040 **Echallens**
021 728 98 01

Agisson
Bvd. James-Fazy 10 - 1201 **Genève**
Grand-Rue 30 - 1196 **Gland**
022 738 38 33

Rue du Concert 6 - 2000 **Neuchâtel**
Pharmacieplus - 2013 **Colombier**
032 724 80 15

BON
pour un
essai gratuit