

S'ACCOMPLIR

QUI PERD GAGNE

Moins d'années devant soi mais plus de joie, d'envies, d'audace, de patience, de lâcher-prise... Pour nos trois témoins, vieillir est un plaisir. Ils nous racontent.

Propos recueillis par **Valérie Péronnet**
Photos **Geoffroy de Boismenu**

Et si vieillir était un cadeau ? Pendant que l'Occident et son industrie n'en finissent pas de courir après le temps en escomptant prendre la main sur lui, l'Afrique se réjouit que l'espérance de vie de ses habitants soit passée de 50 à 60 ans depuis 2000, d'après les chiffres de l'OMS. Chez nous qui vivons en moyenne jusqu'à 80 ans, il semble admis que la vieillesse est une perte désolante de tout ce qu'on n'aura plus ; un lent glissement vers le pire. Mais dans d'autres contrées moins clémentes et plus nombreuses, vieillir reste une bénédiction, voire un miracle : ça veut dire que l'on n'est pas mort ! C'est aussi l'opinion de certains dissidents de par chez nous, pas si faciles à trouver – comme s'il était inconvenant d'aimer vieillir – qui sont heureux du chemin parcouru et se régalaient à l'idée de poursuivre le voyage, jusqu'au bout et le plus loin possible. Et s'ils avaient raison ?

Philippe, 64 ans

“Je suis de plus en plus libre”

« Je pense que je n'ai jamais été aussi heureux. J'ai été beaucoup emporté par mes passions et empêtré dans les pièges de la vie. Il m'a fallu du temps pour faire les bons choix, mais, au fur et à mesure, j'ai laissé tomber les choses qui m'encombraient, ou elles sont tombées d'elles-mêmes : la naïveté, les erreurs, la fureur, les plaisirs faciles, les addictions, le mal-être... Depuis que j'ai compris que la paix vient de moi, je suis de plus en plus libre. Avec les arts martiaux, que je pratique depuis longtemps, j'ai pris mon corps en main et quelque chose a poussé en moi, comme un arbre qui me rend fort. La crainte de perdre mon boulot m'a angoissé pendant des années ; aujourd'hui, j'ai confiance en moi, et aussi en la boîte qui m'emploie depuis si longtemps. Ma peur de la retraite a disparu, j'ai lâché la liste de ce que je pensais devoir absolument posséder pour me sentir en sécurité. Et puis je ne suis plus triste ni en colère : j'ai arrêté d'être contre tout avec véhémence, et d'en vouloir aux gens et à la société de n'être pas comme je voudrais qu'ils soient. J'ai appris à accepter, même de mauvaise grâce, de faire avec ce que j'ai, là où je suis. Je faisais n'importe quoi pour acquérir de la valeur, aux yeux des autres et à mes propres yeux, et deux fois dans ma vie, j'ai échappé au pire. Maintenant, je m'en fous de ma valeur, je ne mesure plus. L'existence a été sympa avec moi. Mes enfants vont bien, je suis heureux avec ma femme, j'ai rencontré de bonnes personnes, et beaucoup appris d'elles. J'ai pas mal voyagé, surtout en Asie. Il n'y a que chez nous que vieillir est une maladie ! Moi, j'aimerais mourir en bonne santé. Mon avenir, je n'y pense plus, c'est pour ça que je suis heureux. »

Joséphine, un peu plus de 70 ans **“Je refuse de changer”**

« J’ai arrêté de dire mon âge le jour de mes 70 ans. Je sais bien comment on parle des gens de ma génération, et ça me déprime. C’est un sujet qui ne m’intéresse pas. Dans ma tête j’ai 20 ans, je suis remplie de vie, je marche, je nage, je lis, je vais au spectacle, je fais de la trottinette, et surtout je chante, dans trois chorales, dont une chorale rock senior¹, mais j’aime bien aussi les deux autres, intergénérationnelles, où on est tous bien mélangés. Je profite de tout ce qui s’offre à moi. Je refuse d’avoir l’âge où on est censés ne plus faire tout ça. Je suis en forme physiquement – de toute façon, ma santé ne regarde que moi –, j’ai une mémoire d’enfer, une vie bien remplie, et avant que ça finisse, il me reste encore plein de choses à faire. Il y a deux ans, Christian, mon grand et unique amour, est mort. Nous vivions ensemble depuis cinquante ans. J’ai cru que tout s’arrêterait pour moi aussi. Je me trompais. Je garde au fond du cœur la grande tristesse de son absence, mais ma vie n’est pas finie. Même sans lui. Je refuse de changer : j’ai toujours été joyeuse, vivante, gourmande, et tant que je peux, je le resterai. Et puis j’adore être grand-mère, c’est une aventure merveilleuse. Je m’efforce d’être heureuse, d’être là pour mes enfants et mes petits-enfants. Et aussi pour les autres. J’ai eu beaucoup de chance, dans la vie, j’ai été aimée, et plus qu’aimée même, on a pris grand soin de

moi, depuis toujours et encore aujourd’hui, alors je prends grand soin des autres. Il y a tant de gens que personne n’écoute... Moi je le fais, de mieux en mieux : j’ai le temps, la patience et l’expérience. Et surtout, je suis vivante ! »

1. Les Salt and Pepper, qui ont enregistré un disque chez Mercury Record et font l’objet d’un livre, *Chœur de rockers* (Les Arènes).





Emmanuelle, 56 ans “**Tout est apaisé**”

« Je suis quelqu'un de lent. J'ai mis beaucoup de temps à émerger. J'ai passé les premières années de ma vie à observer dans le silence, la timidité, la réserve. J'admirais ceux qui semblaient savoir faire, dire, agir, en me disant que moi, je n'étais pas comme ça. C'est très progressivement que j'ai appris à choisir, à savoir ce que je voulais, et finalement à m'ouvrir. Mon travail d'artiste tourne autour de ça : je peins des dedans-dehors, des choses qui s'entrouvrent et sortent de terre. J'ai avancé par paliers. À 30 ans, je voulais “avoir eu” des enfants et “avoir réussi” une exposition importante. Plus tard, j'ai trouvé ce bel espace dans lequel j'ai joyeusement élevé ma famille, peint, et accueilli des artistes. Aujourd'hui, presque tous mes enfants sont grands et je sais mieux qui je suis, où j'ai envie d'aller, ce que je veux continuer. Dans quelques semaines, j'attaque le prochain palier : un nouveau lieu de vie, avec un atelier moins ouvert où je pourrai me

recentrer sur mon propre travail. Mettre plus en avant mes désirs et mes envies. Un espace que je vais occuper entièrement, moi, un peu comme mon corps que j'ai mis toutes ces années à guérir et à apprivoiser, et dont j'ai l'impression qu'il me ressemble enfin. Il m'a fallu tout ce temps, et du courage, pour quitter la souffrance et m'accorder ces libertés. J'ai appris, et compris, que les choses ne changent pas toutes seules, que la vie se construit. J'ai la chance d'en être là. J'aurais préféré que ça me prenne dix ans de moins, mais je n'ai aucun regret. Tout est en place, sans que j'aie raté quoi que ce soit ni forcé ma nature, et c'est très réjouissant ! Je suis toujours dans le doute, mais tout est apaisé : ma relation aux autres, à mes enfants, à ma famille et à moi-même. Je suis qui je suis et j'ai vraiment hâte de découvrir cette nouvelle partie de vie qui s'ouvre à moi. »

1. Pour découvrir les tableaux d'Emmanuelle, rendez-vous sur le site emmanuelle-gutierrezrequenne.com.