



## L'art de (bien) vieillir

[Accueil] / [Opinion] / [Chroniques]



Photo: Triocean La courtepointe des générations s'est effilochée avec la cohorte de mes parents.



**Josée Blanchette**

16 avril 2021

CHRONIQUE  
Chroniques



Toute ma vie, j'ai appris des plus vieux que moi, trouvé refuge auprès de leur expérience pour me guider dans bien des domaines. Mon grand-père fut mon premier vieux : « La vie est un combat, ma petite. »

Sa petite phrase m'accompagne toujours. Sa lenteur de paysan aussi. Cette façon de marier l'humour avec la tragédie, les bobos, le gin tonic et le temps qui finit par passer. Même sa mort, il me l'a enseignée. Un legs immense de lâcher-prise.

Je continue à apprendre des vieux. Comme disait l'autre (et Bette Davis aussi) : « *Old age sure ain't for sissies.* » Vieillir, ce n'est pas pour les moumounes. On commence à s'en rendre compte. Avec cette pandémie, on a découvert « les vieux ». Il était temps que notre hypocrisie soit dénoncée, temps de voir que nous étirons la vie (médicalement parlant) de gens âgés pour mieux les écarter de la vie ensuite. Quel paradoxe !

Source :

<https://www.ledevoir.com/opinion/chroniques/598916/l-art-de-bien-vieillir>

**Adoré** [la websérie documentaire](#) *L'industrie de la vieillesse* de Denys Desjardins. Quel beau et douloureux tour d'horizon de 11 épisodes sur des thèmes divers : soins à domicile, vie de château, solitude, proches aidants, robots, préposés. Le réalisateur a pris le pouls de notre société dite « moderne » devant cet défi majeur. L'ex-ministre de la Santé et gériatre Réjean Hébert nous explique comment les soins à domicile ont peu progressé depuis 30 ans. Le Danemark y consacre 73 % de son budget de soins longue durée, comparativement à 14 % chez nous. Il parle aussi de la vieillesse à deux vitesses, celle que les riches pourront se payer en RPA, à la carte, et les autres. Avec la déferlante grise qui va s'abattre sur le Québec, il faudra davantage que des Maisons des aînés pour rattraper le coup, à 120 000 \$ par année par résident, comme en CHSLD. Comme le dit un démographe dans la série, on ne pourra plus continuer à travailler 30 ans et à prendre sa retraite durant 40 ans. Le marché du travail devra s'assouplir pour permettre aux vieux de participer à la vie collective autrement. À voir, pour repenser l'avenir.

**Dégusté** *Un café avec Marie*, de Serge Bouchard. Quel poète de la nature que cet homme à la sensibilité exquise doublée d'un verbe qui résonne. Les 70 textes réunis sous ce titre ne parlent pas de vieillesse, mais suintent l'expérience acquise à force de se faire varloper le cuir de l'âme. « C'est tranquille que l'on s'éternise », dit Bouchard avant d'ajouter plus loin : « Au pays de la solitude, le mélèze est un cache-chagrin et les cocottes suspendues à ses branches sont comme les grains usés d'un interminable rosaire. »

[Merci, Serge, pour ce beau recueil où le deuil n'est que prétexte. Longue vie à Marie, longue vie à l'amour.](#)

Depuis quelques semaines, je suis plongée dans des ouvrages écrits par des têtes grises et blanches. J'aurais pu m'en tenir aux philosophes grecs, mais je rajeunis le répertoire.

Une cohorte d'intellos moins jeunes prend le crachoir pour nous rappeler leur présence et nous éclairer sur ce qui nous attend si l'âgisme ambiant fait des petits.

«» Depuis quand tu es vieux ? Depuis demain.

– **Elias Canetti**

J'ai d'abord fréquenté Laure Adler et *La voyageuse de nuit*, dernières déambulations au pays de la vraie liberté, celle où on n'attend plus rien de vous. « Cela suppose un humour certain, une santé de fer, du courage, une prise de distance. La vieillesse ni comme un destin tragique ni comme un ensommeillement généralisé, mais comme un art de vivre. »

Dans ce livre fragmenté, la célèbre journaliste/autrice et animatrice de *L'heure bleue*, sur France Inter, se confie sur l'âge, elle qui n'est encore qu'une jeune septuagénaire. Elle reprend autrement la phrase de mon grand-père Alban, « Vivre sa vie a toujours été un métier difficile, vivre le rapport au temps qui passe devient un sport de combat. »

Car, note-t-elle plus loin : « Vieillir, est-ce accepter de perdre petit à petit le bénéfice de l'attention des autres ? »

Emmurons-nous vivants ceux qui nous ont précédés en les dépossédant du lien social qui nous fait si cruellement défaut à tous depuis un an ?

### ... mais la vie continue

J'aurais aimé connaître mon père en vieux. Il aurait eu 85 ans le mois prochain. J'ai eu une pensée pour le 18<sup>e</sup> anniversaire de sa terrible disparition cette semaine.

La peine ne devient-elle jamais adulte ? Sommes-nous jamais des vieillards ou simplement un modèle vintage qui rouille un peu en faisant teuf teuf ?

Picasso disait qu'on met très longtemps à être jeune. Je le crois. Je constate depuis toujours un certain détachement chez les vieux, lequel me donne espoir.

Passés 80, ils observent la vie de plus haut, avec un rien de bof. J'ai croisé mon amie Louise Latraverse au théâtre la semaine dernière. Elle m'a glissé : « J'ai apprivoisé le rien », comme si elle avait appris le mandarin en sacrant. J'ai saisi cette réflexion de moine au vol.

Dans son récent roman, *... mais la vie continue*, Bernard Pivot se désole du peu d'égard envers les vieux, mieux traités autrefois. « Peut-être aussi parce qu'ils étaient moins nombreux et qu'ils dégageaient plus tôt.

Enfin, le jeunisme, mot qui n'existait pas, n'était pas encore une valeur souveraine, créant un apartheid de l'âge. »

Pivot se confie aussi sur la sexualité (vendanges tardives) et j'adore ses expressions vieille France et surannées : « On comprend dès lors pourquoi les vieux hommes ont des pudeurs de petites cuillères lorsque la conversation vient à rouler sur la sexualité. » Pour sa part, il constate que sans amour, impossible de le faire.

«» Je suis désormais un vieux lambin

– **Bernard Pivot, «... mais la vie continue»**

Nous avons tout à repenser de ce fossé, tout à remettre en place du fil intergénérationnel qui nous lie. Si nous n'incluons pas à l'avenir ceux qu'on appelle « les vieux », nous sommes condamnés à répéter le passé.

« Vous allez comprendre en vieillissant qu'on a besoin des vieux. Un jour, ils vont en avoir besoin, de nos valeurs. Pour passer à travers la vie », nous prévenait l'archéologue Yolande Simard Perrault dans la formidable série documentaire *L'industrie de la vieillesse*.

La veuve du cinéaste Pierre Perrault est décédée à l'âge de 91 ans, peu après avoir enregistré ces réflexions du grand âge. J'ai eu honte de nous lorsque je l'ai entendu dire : « Je n'ai eu que du plaisir à vivre. Mais vivre ce que je vis là, c'est bien moche. »

### **Viellir avec panache**

On dit qu'on meurt comme on a vécu. « Mourir, cela n'est rien/Mourir, la belle affaire !/Mais vieillir, oh vieillir », chantait Brel.

Que de Gaulle y vit un naufrage, ça donne une idée de la croisière. Jocelyne Robert, la sexologue déjà arrière-grand-mère, y voit plutôt l'occasion d'échanger son droit d'aïnesse contre un plat de jujubes multicolores.

Dans son essai *Viellir avec panache*, elle se réclame du mot « vieille » et n'a rien à cirer des euphémismes. « J'ai l'impression qu'un grand *love-in* à l'égard des personnes âgées fragilisées est en train d'émerger. » Mais elle se méfie aussi des élans soudains et de l'oubli précoce. Que retiendrons-nous de cet épisode covidien ?

«» Et on voit de la flamme aux yeux des jeunes gens,  
mais dans l'œil du vieillard on voit de la lumière

– **Victor Hugo**