

Hop là nous vivons !

La vie est un drôle de cadeau. Au départ, on le surestime : on croit avoir reçu la vie éternelle. Enfin, on se rend compte que ce n'était pas un cadeau, mais juste un prêt. Vivre c'est vieillir, ni plus ni moins. Puisque la vieillesse est un lent naufrage, apprenons donc à bien nager.

« Mourir, cela n'est rien. Mourir, la belle affaire ! Mais vieillir, oh vieillir ! » Jacques Brel

Dans une société qui valorise l'apparence physique et la performance, bien vieillir est pour beaucoup de nos contemporains/e/s des pays riches un must absolu qui génère des profits considérables à ceux qui prodiguent régimes amaigrissants, remise en forme, tatouages, solarium, liftings, botox, implants capillaires, dents blanches comme neige, seins siliconés, chirurgies esthétiques diverses, etc. Mais la fleur de l'âge sent déjà le chrysanthème.

Tout le monde souhaite vieillir en forme et conserver le plus longtemps possible son indépendance. Malheureusement, à un moment ou un autre de notre vie, la perte d'autonomie ou de mobilité peut se manifester. Vieillir est un privilège qui peut devenir un calvaire, et cela ne dépend pas seulement de la personne qui prend de l'âge. La transmission de l'expérience vécue et la prise en compte du savoir et de l'expérience des aîné/e/s contribuent à la cohésion sociale en renforçant les compétences individuelle et collective, de génération en génération. Pourquoi imposer un âge fixe de la retraite alors que bien des jeunes ne songent qu'à leurs vacances et à planifier leur propre retraite ?

Je rêve d'une transformation de nos structures sociales qui générerait une reconnaissance élargie des aîné/e/s non limitée au seul respect de leur droit de vivre et de mourir dans la dignité. À l'instar des communautés autochtones dont nous devrions nous inspirer, les aîné/e/s seraient reconnu/e/s pour leur rôle clé dans la transmission des savoirs et de leur expérience vécue pour l'enrichissement de la société, non seulement pour ce qui concerne les traditions et les coutumes, mais au sein même de nos structures d'enseignement et de travail. Lorsque l'on fait ce qu'on aime, le mot retraite n'a pas de signification. Que faire d'autre de sa retraite à part chercher ses lunettes, ses clefs, sa canne, s'accrocher à la rampe d'escalier pour gravir des marches toujours plus hautes, rapetisser, faire répéter aux gens ce qu'on a mal entendu, enfiler difficilement son pantalon, souffler en lançant ses chaussures, lire alors que les caractères typographiques sont toujours plus petits, les bras toujours plus courts et les yeux vite fatigués. Il est aussi important de soigner le moral que de soigner le physique. Le rire et l'autodérision sont des thérapies efficaces. Ne comptez pas votre âge en nombre d'années mais en nombre d'amis ! Combien de personnes regrettent de ne pas avoir discuté avec leurs aîné/e/s durant le temps où ils/elles pouvaient encore communiquer, et de ne pas avoir échangé sur les choses de la vie des plus banales aux plus existentielles ? La vieillesse, c'est l'art d'accommoder les restes, c'est comme en cuisine. Vivre vieux c'est faire des heures sup !

« Bien sûr, vieillir c'est emmerdant, mais quand on sait vraiment que c'est ça ou la mort ! C'est chiant, parce qu'on ne sait pas quand ça a commencé et l'on sait encore moins quand ça finira. » Bernard Pivot

Jean-François Ducaud