Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2015)
Heft: 67

Artikel: Ras-le-bol de la tyrannie du bien-vieillir
Autor: Cjâtel, Véronique
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-831041

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: 15.07.2025

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

Ras-le-bol de la tyrannie du bien-vieillir

Alimentation, hygiène de vie, loisirs, lieu de vie... Ne pas vouloir changer de mode de vie au prétexte qu'on vieillit passe pour de la rébellion. Et si c'était plutôt une saine résistance? Témoignages.

Vue de l'extérieur, la condition des retraités au sens large paraît enviable. Dégagés des contraintes professionnelles et souvent familiales, ils mèneraient enfin la vie correspondant à leurs aspirations personnelles. Par ici les plaisirs, les loisirs, les voyages, la liberté. Liberté? «Je ne me suis jamais sentie aussi peu libre qu'aujourd'hui», raconte Josiane, 71 ans, ancienne institutrice. J'ai l'impression de devoir rendre des comptes à tout le monde. A mon médecin qui me demande si je fais assez de sport, à mes enfants qui me demandent pourquoi je pars encore en vacances au lieu de m'occuper de leurs enfants, à mon assureur qui me demande de réfléchir à ma fin de vie et de prendre les bonnes décisions pour l'organisation de mes obsèques. Zut! Je me suis démenée toute ma vie pour être indépendante et ne rien demander à personne, ça n'est pas maintenant qu'on va m'infantiliser.»

Alors Josiane dit non. Elle ne fait pas de sport et elle se porte très bien comme ça. «On ne le dit jamais, mais certains sports accélèrent l'usure des articulations!» Non, Josiane ne joue pas les grands-mères dévouées sur commande. Et non, elle n'a pas envie de penser à sa fin au prétexte qu'elle n'aurait plus que 13,8 ans à vivre selon les dernières statistiques sur l'espérance de vie en Suisse (source: OFS). «Je revendique le droit de profiter du moment présent comme un être libre.»

«Finir mon cigare tranquille»

De plus en plus de «considérés comme vieux» ne supportent plus qu'on veuille les faire vivre sous cloche... pour leur bien! «C'est pour mon bien, que ma fille voudrait que j'arrête de fumer le cigare, mon plaisir du soir après le souper», raconte Jean-Marc, 78 ans. «Elle invoque toutes sortes de maux qui risquent de m'arriver si je continue. Voir son fils de 17 ans fumer un demi-paquet de cigarettes par jour la laisse relativement indifférente, parce qu'il est jeune, n'est-ce pas? Mais moi qui suis vieux, je devrais être prudent, raisonnable. Récemment, il a fallu que je la mette à la porte de chez moi pour pouvoir finir mon cigare»!

La longévité qui nous est accordée, grâce notamment aux progrès de la médecine, pourrait nous rendre encore plus jouisseurs de la vie. Pourtant, c'est tout le contraire qui se passe. Plus on a du temps devant soi et plus on est sommé de bien vieillir. Comprendre en bonne santé, avec bonne humeur, sociabilité, serviabilité même. Le bénévolat sous toutes ses formes, qu'il s'exerce dans la famille, le voisinage ou au sein d'une association, est en train de devenir une norme sociale de «bon» retraité. Au point que celui qui ne s'y adonne pas passe pour un fieffé égoïste. Bien vieillir sous-entend aussi se comporter comme une personne responsable, préoccupée de peser le moins possible sur les jeunes générations. A 55 ans, Ina et Damien envisagent déjà l'habitat de leurs vieux jours. «Nous ne voulons pas être un poids pour nos enfants, alors nous envisageons de vendre la maison familiale et d'investir dans une copropriété avec des amis pour vieillir ensemble, solidaires les uns des autres.» C'est pour les mêmes raisons que Dominique, 53 ans, a souscrit à une assurance perte d'autonomie. «Bien vieillir, c'est anticiper», scande-t-elle à chaque fois qu'elle renonce à croquer dans un chocolat, mauvais pour sa santé.

Une faute, presque un délit

Ainsi que le remarque le philosophe Didier Martz, coauteur de *La Tyrannie du bien-vieillir*, l'idéologie du bien-vieillir est partout: dans les publications sur la vieillesse émanant des assurances ou instances de santé publique, dans les recommandations médicales et nutritionnelles, dans les médias. «Cette injonction s'est insinuée progressivement dans nos mentalités au point de donner forme à notre rapport individuel et collectif à la vieillesse. Bien vieillir est devenu un projet non seulement personnel, mais aussi politique auquel nul ne saurait déroger.» Résultat, vieillir mal – en étant affecté d'une maladie, en n'adoptant pas une hygiène de vie estampillée bonne pour la santé, en choisissant de ne pas s'ouvrir aux autres – est devenu une erreur, une faute, presque un délit vis-à-vis de soi-même et vis-à-vis de ceux qui auraient à en assumer les consé-

MAIS ENFIN PAPA, C'EST QUOI CE CIGARE ?! ET PUIS, TU VAS OÙ LÀ ? TU ES CENSÉ T'OCCUPER DES ENFANTS JE TE SIGNALE !!
KORMANN 2015

quences. D'où l'impression qu'une véritable tyrannie s'exerce aujourd'hui sur les individus.

Résister et ouvrir le débat

«Etre un septuagénaire en surpoids vous expose à des remarques cinglantes», raconte Thierry, 73 ans. «J'ai toujours été corpulent. A 40 ans, cela passait pour le signe d'une inclinaison épicurienne. Aujourd'hui, c'est le signe d'un laisser-aller, voire d'une conduite autodestructive. Les gens posent sur mes dix kilos de trop selon les normes de l'IMC (indice de masse corporelle) un jugement de valeur. C'est très pénible.» L'injonction concerne même la fin de vie. Un bon vieux serait celui qui sait devancer l'appel de la mort pour ne pas faire subir à ses proches l'outrage de sa déchéance. «Ne pleure pas, tu devrais plutôt être fière: ton père est un homme responsable», fait partie des dialogues du téléfilm *Des roses en hiver*, qui campe l'histoire d'un homme (Jean-Pierre Marielle) atteint d'un cancer, qui a décidé de partir en Suisse pour mourir dignement. Dans une société qui fait si grand cas de la liberté individuelle, il est troublant de constater que celle des aînés est attaquée sans que cela fasse débat. Alors... si on l'ouvrait? **Véronique Châtel**

«J'ai des désirs aussi forts **que lorsque j'avais trente ans»**

Yvette Théraulaz, chanteuse et comédienne, 68 ans.

«La plupart des femmes qui font mon métier essaient de rester jeunes. C'est un combat perdu d'avance, car on ne peut pas faire illusion longtemps. La peau s'amollit, c'est une réalité qu'il faut accepter. J'ai joué très tôt des rôles de femmes âgées, alors je me suis habituée à me voir vieillir. J'apprends à contempler mon corps qui change et je me dis qu'il n'est pas laid. Le matin, je me dis "bonjour ma chérie" dans le miroir, je continue à m'acheter de beaux habits, à me maquiller, à me plaire, quoi! On est tellement dans le jeunisme qu'on rejette les corps vieux. On pourrait très bien décider de trouver beau et désirable un corps vieux. Mais on n'y est pas! La tyrannie qui pèse sur les femmes pour qu'elles restent belles, est toujours aussi lourde. Un homme qui vieillit, il mûrit. Ce qui est un gage de séduction y compris auprès des jeunes femmes. Une femme mûre n'est plus désirable. Ou alors c'est une couguar. Une prédatrice de jeunes hommes. Le tabou autour de la sexualité des gens âgés me révolte. Pourquoi la sexualité serait-elle interdite aux gens âgés? Parce qu'ils ont la peau froissée? Moi, j'ai des désirs aussi forts aujourd'hui que lorsque j'avais trente ans. Et certains le remarquent! Je prétends que le charme ne vieillit pas. Je pense même qu'il croît avec les années. Evidemment, il y a des hommes qui ne sont pas sensibles à cette séduction-là. Pour y arriver, ils ont besoin de mettre une femme plus jeune dans leur lit. La jeunesse les rassure. Elle éloigne leur propre peur de vieillir. Les pauvres! Un jour, ils seront rattrapés par la réalité. Surtout, ils ne savent pas ce qu'ils perdent!»

www.yvettetheraulaz.ch

Carole Parodi

«Je continue à m'indigner!»

François Gross, 84 ans, journaliste, éditorialiste, ancien rédacteur en chef de *La Liberté*.

«Au seuil de mon bureau, un modeste panneau avertit: "Râleur professionnel". Je râle, en effet, souvent et pour des broutilles. Le temps qui passe n'émousse pas mon envie de réagir, de porter la voix et de clamer que je suis abasourdi par ce qui se passe dans le monde actuellement. Tout ce à quoi j'ai cru au sortir de la Seconde Guerre mondiale, la construction d'une Europe unie, la quête d'une justice sociale, la conquête de la paix, est en train de vaciller sous mes yeux et cela me bouleverse. Je m'indigne aussi. La matière ne manque pas. Je pense aux évènements de janvier à Paris, à ce qui se passe au Proche-Orient ou à la manière dont la télévision romande traite l'actualité! Je m'indigne du fait qu'il n'y ait plus de hiérarchie dans les sujets: on accorde autant d'importance à une apparition de Roger Federer qu'à une votation suisse qui traduit une préoccupation populaire forte. Je m'indigne quand je vois qu'on veut attirer le chaland avec de l'émotionnel. Actuellement, c'est surtout ma femme qui m'entend réagir à l'actualité que je découvre dans les journaux – *La Liberté, Le Temps, 24 heures, L'Hebdo, Le Monde...*— , à la télévision, à la radio, sur des sites internet. Mais je suis en train d'envisager d'accepter une proposition de collaboration à un blog. Je pense qu'une vieille barbe comme moi a encore des choses à dire.»

Marc Wetli

«Je ne veux pas **devenir prudente»**

Amélie Plume, 70 ans, écrivain.

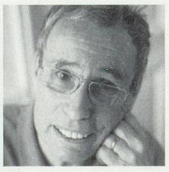
«Le titre de mon dernier roman, *Tu n'es plus dans le coup*, ne traduit pas ce que je ressens. Bien que septuagénaire depuis décembre dernier, je ne me sens pas une vieille dame. Je laisse cela à la décennie prochaine! Mais je suis frappée par la manière dont on dévalorise les plus âgés. A partir d'un certain moment, on vous réduit à l'âge que vous avez. Si vous avez la gueule de bois à quarante ans, on rigole et on vous félicite pour votre capacité à faire la fête. A 70 ans, on vous gronde. Idem si on vous voit en train de fumer. Si vous aimez le vin, vous devriez, à en croire votre médecin, vous contenter d'un demi-verre le soir. Cela peut aller très loin: il y a des enfants qui voudraient que leurs parents arrêtent de conduire. Pourquoi demander aux gens qui vieillissent de devenir prudents, de se préserver de tout? Au nom de quoi? Pourquoi les rend-on davantage responsables de leur santé que les plus jeunes? On pourrait penser qu'il s'agit là d'un excès de sollicitude: mais quand on entend au travers des commentaires que les bons vieux sont ceux qui font appel à Exit pour ne pas peser sur leurs proches, on comprend que cela n'est pas cela! Je revendique qu'on laisse aux gens le droit de gérer leur vie comme ils l'entendent, quel que soit leur âge. D'occuper leur temps libre comme ils le souhaitent. Le nombre de grands-parents, surtout de grands-mères, qui sont tenus de s'occuper de leurs petits-enfants! Comme si c'était un dû à leurs enfants. Moi par exemple, j'adore mes petits-enfants, mais je n'aurais pas supporté que mes filles attendent de moi que je les prenne en charge avec elles. A la retraite, j'ai enfin eu accès à ce qui m'avait manqué durant toute ma vie, le temps. J'ai dû attendre d'avoir quarante ans pour écrire mon premier livre. Et encore à l'arrache, en volant du temps de-ci de-là. Aujourd'hui que je suis débarrassée des mille et une contraintes de la vie professionnelle et familiale, j'ai l'impression de goûter enfin à la liberté et de jouir de ce qu'elle procure: la possibilité d'explorer qui je suis vraiment, de me glisser dans un projet personnel.»

DR

Tu n'es plus dans le coup, Editions Zoé.

«Inventer un nouvel **art de vivre»**

Le philosophe François Galichet affirme que l'expérience du vieillissement est l'occasion de penser mieux et différemment.



DR

On parle mal de la vieillesse écriviez-vous, pourquoi?

Les discours tenus sur les vieux par ceux qui ne le sont pas sont soit dans une posture de reconnaissance maximale — donner aux anciens une place dans la société —, soit au contraire dans une posture de minimisation — restez en forme à tout âge, les seniors aussi ont une sexualité, etc. Ceux qui voient la vieillesse du dehors la traitent comme une réalité à observer, à analyser, à caractériser par rapport aux autres âges de la vie. Celui qui vit la vieillesse l'appréhende d'une tout autre manière. Il ne se résigne pas à en faire une réalité.

Pourquoi vieillir en philosophe?

Philosopher en vieillissant, c'est s'efforcer de penser constamment à ce qui arrive, de rechercher des ressources pour inventer un nouvel art de vivre, à la manière de l'alpiniste qui, collé à la paroi, recherche toujours de nouvelles prises.

En quoi la vieillesse est-elle intéressante?

J'aime bien cette phrase d'Oscar Wilde: «Ce qu'il y a de terrible dans la vieillesse n'est pas de vieillir, mais de rester jeune.» Vieillir c'est accepter de bricoler avec ce qui constitue notre identité et ce que l'âge modifie. Les misères physiques, la baisse de certaines capacités nous obligent à rectifier la conscience que l'on a de soi. C'est perturbant, mais cela peut rendre plus inventif. Victor Hugo dit, lui, qu'être vieux, c'est avoir tous les âges! Ce serait une sorte de récapitulatif de toute sa vie antérieure.

Vieillir en philosophe, Editions Odile Jacob

→SUR LE SITE

Vous aussi vous sentez-vous victime de la tyrannie du bien-vieillir? Participez à notre débat sur generations-plus.ch