

Colloque du groupe Implique Action

Panel sur la retraite et le vieillissement

Mercredi le 22 avril 2015

Présentation de Claire Blanchard de Ravinel

1) Mise en contexte

Ce monde dans lequel nous vieillissons :

Il est reconnu et documenté par de nombreux chercheurs et penseurs que notre époque est le théâtre de profondes mutations. L'écrivain et journaliste français Jean-Claude Guillebaud l'affirme : nous sommes en train de changer d'ère et les changements actuels sont les plus importants que l'humanité ait vécus depuis le néolithique.

Bien sûr, d'ici quelques décennies, les historiens nommeront cette ère qui se termine et l'humanité sera alors définitivement entrée dans cette nouvelle époque dont nous connaissons déjà les contours alors que nous sommes au cœur de cette transition.

Quoiqu'il en soit, la fin de cette ère et le début de la nouvelle c'est nous qui la vivons, qui sommes à la jonction et il importe d'en être conscients, ne serait-ce que pour bien prendre la mesure de ce que nous vivons au quotidien, du chambardement des valeurs qui en découle et de l'adaptation qu'il nous est demandé de vivre.

Ces cinq grandes mutations ou révolutions telles que définies par Guillebaud, je les nommerai sans toutefois trop m'étendre sur leurs définitions. Vous les avez sûrement identifiées puisque nous nous tenons constamment informés sur les grandes mutations planétaires;

- 1) La mutation géopolitique, i.e. le décentrement du monde et l'émergence de nouvelles puissances. L'Occident n'est plus le centre du monde et les diverses cultures humaines se rencontrent de plus en plus.
- 2) La mutation économique : la mondialisation et/ou la globalisation. Ce qui produit de la richesse mais aussi de plus en plus d'injustices et de pauvreté, le mot d'ordre étant le profit et la rentabilité à tout prix. Avec les graves dérives que nous connaissons, dont la richesse concentrée entre une poignée de magnats. Et

cela au détriment des plus pauvres qui, nous le savons, s'appauvrissent de plus en plus.

- 3) La mutation génétique et « le pouvoir d'agir directement sur les mécanismes de la vie avec les aspects positifs (PMA) et aussi les menaces qui en découlent dont, entre autres, l'eugénisme et le clonage.
- 4) La révolution numérique ou informatique qui crée un sixième continent, le continent virtuel avec tous les réseaux sociaux, les connaissances à la portée de notre doigt, ce web qui « abrite le meilleur et le pire, tout le savoir du monde et toute la saloperie humaine. »
- 5) La révolution écologique ou plutôt la prise de conscience du réchauffement climatique, du saccage que nous imposons à la planète et la difficulté à unir nos efforts pour ralentir le processus. Pourquoi? Entre autres, à cause de cette recherche insatiable de profits de certains dirigeants ou entreprises nullement préoccupés du sort des générations futures.

Monsieur Guillebaud nous dit que « nous passons le cap Horn de l'aventure humaine », ce qui est effrayant par certains côtés mais peut aussi représenter une chance extraordinaire pour l'humanité en relevant cet immense défi.

Nous les aînés, vivons en accéléré toutes ces transformations et cela, depuis plusieurs années. Si l'on jette un regard sur les 20 ou 30 dernières années, nous constatons combien tout a changé et en peu de temps. Nous avons su nous adapter au jour le jour à ces changements. Nos valeurs et croyances ont été bousculées, remises en question. Nous sommes déstabilisés, inquiets ayant perdu beaucoup de nos points de repère. Nos enfants et petits-enfants empruntent des chemins tellement différents des nôtres, faisant heureusement confiance, jusqu'à un certain point, à l'avenir. Nous ouvrons la voie devant eux et il me semble important qu'ils puissent compter sur nous, sur nos expériences et compétences et je dirais sur notre sagesse pour avancer sur tant de sentiers encore peu défrichés.

Cette retraite que nous vivons aujourd'hui est donc fort différente de celle vécue par nos parents et, à plus forte raison par nos grands-parents. Notre espérance de vie est plus longue. Nous sommes généralement plus en forme qu'ils l'étaient au même âge parce que davantage conscients de la nécessité d'une bonne alimentation et de l'exercice. Nous avons eu moins d'enfants, avons travaillé, sommes plus scolarisés, avons voyagé et le monde est au bout des doigts grâce à tous les moyens de communications que sont les nôtres.

Aujourd'hui, témoins et acteurs, actrices de ce monde en pagaille, nous nous sentons souvent impatients. Néanmoins, nous persistons à défendre des valeurs

auxquelles nous adhérons, avançant avec lucidité, capables de questionner, de revoir nos positions, d'adopter de nouveaux points de vue, désireux de continuer à être utiles et toujours parties prenantes de tous ces enjeux inédits. Tout autant que jadis, nous nous émerveillons devant les pousses vertes printanières ou un tout-petit qui pose un regard neuf sur le monde. Nous sommes retraités, mais ne sommes pas pour autant pas en retrait de ce monde.

2) Quelques-uns des défis de la retraite

Chaque âge de la vie a ses défis. Et les nôtres sont nombreux, stimulants pour peu que nous souhaitons vivre cette étape pleinement présents au monde et actifs le plus longtemps possible. Je crois que selon notre âge, nos conditions de vie personnelle, notre état de santé, etc.. nous avons chacun, chacune nos défis propres. J'aimerais tout de même mettre en lumière certains de ces défis car ceux-ci me semblent communs à ce temps libéré que nous offre un temps de vie prenant de plus en plus d'importance et que l'on appelle JUBILACION en espagnol. N'est-ce pas là un mot plein de vitalité et d'espérance!

- 1) Le premier de ces défis est de nous adapter à tous ces bouleversements dont je viens de faire brièvement mention, et à tous ceux inhérents à cette étape de vie. Ces défis nous les relevons peut-être sans trop nous en rendre compte mais ils n'en sont pas moins réels. Nous n'avons pas le choix de faire les remises en question qui forcément en découlent, d'assurer une présence auprès de l'un ou l'autre de nos enfants s'il vit, par exemple, une période de chômage ou une séparation, d'accepter l'approche de la vieillesse en reconnaissant le privilège d'y être rendus, de vivre des deuils dont celui d'amis qui nous quittent, de nos forces qui diminuent, d'affronter la maladie (ça n'arrive pas qu'aux autres...) etc..
- 2) Un second défi c'est la gestion de notre temps. Ce temps qui nous a si souvent manqué lorsque nous étions plus jeunes et qui, au moment de la retraite, nous appartient complètement, la présence des enfants, (si nous en avons eus) et le travail n'étant plus au centre de nos vies, (bien qu'il puisse arriver que certaines situations demeurent exigeantes en terme de temps si

nous devons prendre soin de parents âgés et/ou d'un enfant non autonome). Or, avoir beaucoup de temps c'est comme avoir beaucoup d'argent. Plus on en a, plus on l'utilise...Mais il peut être dangereux d'aller au-delà de notre capital-temps. La nature ayant horreur du vide, bien des retraités se retrouvent rapidement avec des horaires surchargés. Tant de causes, de projets, de demandes d'aide nous interpellent. Car, on le sait, les retraités sont beaucoup sollicités. Par ailleurs, il y a nos propres désirs d'aller vers de nouveaux apprentissages, de voyager, de participer à un club de lecture, etc... Où et comment mettre nos limites ? Comment tenir compte de nos besoins et aussi de ceux des autres, voilà des questionnements dont les réponses ne sont pas toujours évidentes. Nos choix sont souvent à refaire, nos idéaux à revisiter et, compte tenu des années qui passent, cet équilibre dans nos vies de retraités représente un défi constant.

- 3) La participation citoyenne, tel est le troisième défi. Nous pouvons donc être tiraillés entre le désir de nous occuper de nous et celui de nous engager là où nous le croyons utile et nécessaire. Certains choisissent un modèle de retraite à teneur hautement récréative. C'est la louange de ce modèle qui m'avait amenée à proposer à Hubert d'écrire ce livre sur la retraite parce que, pour nous, la retraite ne pouvait pas être qu'uniquement un temps de grandes vacances. Si vous êtes ici aujourd'hui ce n'est sûrement pas le modèle que vous privilégiez. Sans mettre de côté le plaisir de s'offrir des escapades, d'aller au cinéma à 2 heures de l'après-midi, d'oublier l'hiver en allant chercher le soleil là où il est... il m'apparaît fondamental de demeurer actifs dans notre communauté, d'être partie prenante des enjeux de notre époque, de nous impliquer dans des projets ou des causes auxquels nous croyons, de mettre à profit nos expertises, d'être disponibles et de répondre aux sollicitations du PPP (plus proche prochain).
- 4) Le quatrième défi : garder vivants nos réseaux d'appartenance afin de ne pas nous isoler. À la retraite, comme dans les périodes de vie précédentes, il est tout aussi essentiel de développer ou maintenir des centres d'intérêt, de vivifier les liens avec les personnes aimées, les amis, les âmes sœurs rencontrées en cours de route afin que cette étape de nos existences ne soit pas un désert social mais un temps fort de la vie, où nous nous sentons reliés les uns aux autres par des intérêts, des goûts et des objectifs communs, par des partages humains vivifiants.

Bon il y a tant d'autres défis présents dans nos vies et je vous laisse continuer la liste, sachant bien que ce sont aussi ces défis qui rendent notre vie intéressante et nous donnent envie de nous lever le matin pour œuvrer à la tâche du monde.

3) L'urgence d'agir

Ayant pris ma retraite de façon tout à fait inattendue, en 1997, je n'avais pas eu le temps nécessaire à l'élaboration précise de projets de retraite. Je savais que je voulais faire du bénévolat mais lequel? On m'a vite interpellée mais je voulais d'abord retomber sur mes deux pattes pour me rendre assez vite compte que je tenais à un bénévolat que j'aimerais et dont les structures ne seraient pas trop rigides, sortant d'un cadre de travail exigeant. J'étais alors en super forme et tant de possibles s'offraient à moi. Je n'avais que 55 ans et, même si pour moi l'image de la retraite était d'abord celle de longs après-midis de lecture sans être interrompue, je voulais davantage, et surtout je n'avais pas du tout envie de me retirer de la course.

Au cours des années, plusieurs projets et réalisations jusque là insoupçonnés ont pu prendre forme ce qui m'a amenée à constater ceci :

a) À la retraite, on ne peut plus se permettre de faire l'école buissonnière. Oui, l'avenir est toujours devant nous mais l'avenir c'est aujourd'hui qu'il faut le saisir car l'horizon est tout de même plus restreint et il ne faut plus remettre à plus tard. J'ai souvent entendu des retraités me dire qu'ils avaient des regrets de ne pas avoir réalisé au bon moment un projet auquel il rêvait, leur santé les ayant empêchés plus tard d'y donner suite. Nos projets doivent devenir des moteurs d'action qui nous poussent vers l'avant.

b) Il faut rester très vigilants et être attentifs à ce qui bouge autour de nous, aux questions et aux enjeux de l'heure et voir quel est ou quels sont les lieux d'action où je peux agir et mettre à profit mon temps, mes compétences et expériences. Et souvent, une fois que l'on a mis le pied dans l'engrenage, d'autres défis ou projets stimulants apparaissent et on s'y investit parce qu'ils correspondent à nos valeurs et à nos soucis d'équité et de justice.

c) La curiosité, l'audace et la créativité sont donc des atouts essentiels qui favorisent un vécu de retraite plus satisfaisant. Cette implication citoyenne il y a bien des façons de la vivre. Souvent elle se fait de façon toute discrète car les coups de main

à donner autour de soi ne manquent jamais. Elle se vit aussi au sein de notre propre communauté où les causes à défendre, que ce soit le sort des démunis, les enjeux environnementaux, les popotes roulantes, l'implication politique, la vie culturelle (je pense aux guides des musées), l'engagement dans des organismes venant en aide aux handicapés ou les collectes de fonds pour telle ou telle maladie ou projet. Il y a également des causes lointaines qui nous mobilisent et bon nombre d'ainés apportent de l'aide dans des pays où pauvreté et misère sont le lot quotidien.

Il y a une dizaine d'années, Hubert et moi avons fait le si fameux chemin de Compostelle. C'est sur ce chemin millénaire que j'y ai rencontré une responsable d'une association travaillant en Afrique. Plus jeune, j'avais été sur le point de partir au Pérou pour deux ans. J'ai connu Hubert quelques semaines avant de départ et je ne suis pas partie... Ce rêve avait continué de sommeiller en moi pendant de nombreuses années. Quand Annick m'a parlé de ces missions avec les populations les plus pauvres du désert, j'ai à nouveau ressenti l'appel de jadis. Et je lui ai aussitôt dit que je voulais me joindre à son équipe, ce qui a pu se faire un an plus tard. J'ai donc pu travailler, lors de deux missions en Mauritanie, auprès de populations sédentaires vivant dans le désert du Sahara et cela, dans le dénuement le plus complet. Un vécu qui, bien sûr, m'a profondément marquée et m'a beaucoup apporté. Ces expériences m'ont amenée à demander, par le biais d'une revue, des tricots pour vêtir les enfants du désert. J'ai reçu des centaines et des centaines de chandails, tuques et couvertures de partout au Québec. Et souvent le message qui accompagnait ces magnifiques tricots c'était : merci de m'avoir permis de me sentir utiles.

Car c'est bien de cela dont il s'agit. Je ne crois pas que la plupart des retraitées souhaitent vivre en dehors de la course. Une vie centrée uniquement sur les loisirs ne comble pas. Par ailleurs, le sentiment d'être utiles autour de soi donne tout son sens à cette dernière étape de la vie qui peut être aussi belle et pleine que les précédentes, jusqu'à la fin ou presque.

Et je termine par cette belle phrase du philosophe Comte-Sponville :
« Le bonheur n'est pas dans le repos; c'est un effort qui réussit ou un échec qui se surmonte. C'est dire qu'il n'y pas de bonheur sans courage. Le bonheur n'est ni dans l'être, ni dans l'avoir. Il est dans l'action, le plaisir et l'Amour. »

Claire Blanchard de Ravinel