Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 6 (1976)

Heft: 10

Rubrik: Libres propos : peur de mourir ou peur de vivre?

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: 09.07.2025

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

Libres propos :

Peur de mourir ou peur de vivre?

A première vue, il semble que la peur de vivre s'oppose à la peur de mourir !

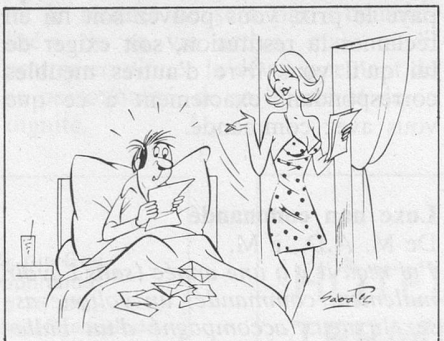
Pourtant, quand on y réfléchit bien, on s'aperçoit que la peur de vivre n'est qu'une des formes — la pire, sans doute — de la peur de mourir.

Lorsqu'on est jeune, on songe rarement à la mort en général, et encore moins à sa propre mort. Et, paradoxalement, c'est la jeunesse qui fait le plus spontanément le sacrifice de sa vie pour quelque cause généreuse. Peut-être cela vient-il en partie de ce qu'elle ne mesure pas tout le prix de l'existence, ou qu'elle n'en sent pas encore la réalité. Un sage n'a-t-il pas dit que « l'homme est immortel » ? C'est exact, en ce sens que l'homme sait qu'il doit mourir, mais qu'il ne le croit pas... Il peut, intellectuellement, imaginer sa mort : c'est déjà rare. Mais, sauf l'intellect, tout son être refuse cette mort : elle est tout à la fois réelle et impossible.

Quand on arrive à l'âge de la retraite, conventionnellement appelé le troisième âge, il devient évident qu'une époque de la vie prend fin, tandis qu'une autre phase va commencer. D'aucuns accueillent ce temps avec joie, comme une libération. D'autres, ceux qui aimèrent passionnément leur profession, éprouvent un serrement de cœur devant l'inexorable mise à l'écart. Mais, pour les uns comme pour les autres, la pensée de la mort se présente plus fréquemment à l'esprit parce que la nouvelle étape les en rapproche. Involontairement, on s'attarde, en lisant son journal quotidien, à la page des avis mortuaires, et l'on s'inquiète de l'âge des défunts.

Repli sur soi-même

Ainsi s'installe, chez certains, la peur de mourir, qui engendre, étrangement, la peur de vivre. Tenir le plus longtemps possible, c'est « se ménager ». Et se ménager, c'est, peu à peu, se replier sur soi-même. C'est, insidieusement, s'écarter de la vie avec l'illusion de la mieux conserver. C'est s'occuper sans cesse de soi-même et devenir le centre de ses préoccupations. C'est prendre au tragique le moindre bobo, vivre au ralenti au milieu des écharpes et des tisanes. C'est guetter la mise en vente de produits pharmaceutiques qui prétendent vous régénérer et les acheter pour s'en gaver. C'est éviter le moindre effort, ou la plus petite émotion, par crainte du fameux infarctus. C'est écouter distraitement un interlocuteur malchanceux, en attendant impatiemment le moment de lui couper la parole et de lui exposer ses propres misères — qui n'en a pas ? — qu'on estime primordiales, et hors de toute comparaison avec celles d'autrui. C'est renoncer aux mille petites joies de l'existence avec l'espoir de la prolonger. Marcher longtemps en pleine nature risque de fatiguer... Tant pis pour les aubes d'argent et l'or des couchers de soleil ! Des amis vous convient à une petite fête nocturne, charmante et imprévue... Hélas ! un horaire de vie sévère ne peut se bousculer ainsi sans éprouver la santé ! Adieu à l'amitié et à la gaieté ! Les pays lointains excitent la curiosité, le besoin d'exotisme : le monde renferme tant et tant de merveilles... Non : se lancer à la quête de l'inconnu offre trop de dangers : accidents d'avions, climats inhabituels, nourritures étrangères et étranges et Dieu seul sait quoi encore ! Mieux vaut se terrer dans le banal quotidien. Il faut prévenir anxieusement toute anxiété ! Tandis qu'on rétrécit sa vie comme la « peau de chagrin », on s'y accroche de toutes ses forces.



— Ce sont des lettres de tes créanciers qui te souhaitent un bon rétablissement. (Dessin de Sabatès.)

Confortable coquille

La peur de vivre va bien plus loin. Elle rend l'esprit imperméable à tout ce qui risquerait de le déranger, et le cœur sourd à tout ce qui pourrait le solliciter. En effet, s'intéresser à la vie de son entourage, aux problèmes de sa ville, à la situation de son pays, aux événements du monde, cela porte à la réflexion, aux préoccupations, à l'inquiétude, à l'angoisse parfois. Donc, fermons les yeux et les oreilles, laissons aller les choses. De toute façon, il est impossible d'y rien changer : alors pourquoi sortir de sa confortable coquille et diminuer par de vains soucis ses propres chances de longévité ? Voici qu'on fait appel à votre aide, à votre dévouement, au don de vous-même ; en un mot : à votre cœur ! Oh ! on n'en manque pas de cœur, n'est-ce pas ? On le prouve en s'attendrissant, à la rigueur, sur les malheurs d'autrui. On y va de sa petite larme : cela ne coûte pas cher. La sensiblerie vient au secours de l'égoïsme, au refus de compatir (au sens étymologique du mot : souffrir avec). On s'apitoie, on pleurniche, pour mieux déplorer, en définitive, de ne rien faire. « Vous comprenez, avec ma pauvre santé... », ou « Bien sûr, je le ferais très volontiers, mais à mon âge... » Avec cent formules de regret, on s'abstient, on se réfugie dans son douillet cocon. « On ne peut pas, tout de même, compromettre une vie à son déclin ! » Et puis : « Il y a assez de jeunes qui pourraient... » Et puis : « Ces gens n'avaient qu'à... » Et puis : « Moi, à leur place j'aurais... » Et ainsi de suite. Car, malgré tout, il y a un petit coin de la conscience qui démange et qu'il s'agit d'endormir, pour se bien porter.

Et l'on continue, jour après jour, à sauvegarder une existence lamentablement morne, à protéger une vie qui n'est plus qu'une « survie ».

Ce qui fait le sel de la vie, c'est de l'aborder de front ; d'en ressentir toutes les joies et toutes les douleurs : celles d'autrui comme les siennes ; c'est d'admirer la lumière irisée d'un arc-en-ciel, le cristal d'une goutte de pluie sur un pétale de rose, l'adorable confiance d'un clair regard d'enfant ; c'est de « voir » intensément les gens, les animaux, les choses ; c'est de s'intéresser à tout ce qui se passe dans le monde et, d'abord, autour de soi ; c'est de travailler au bien-être, sinon au bonheur d'autrui ; c'est d'aider l'un, de consoler l'autre ; c'est d'accepter un nouveau fardeau, malgré le poids de la fatigue ; c'est de s'enthousiasmer... ou de s'indigner ; c'est de défendre la vérité et le droit, de lutter contre l'injustice, l'abus de pouvoir, la malveillance, la cruauté ; c'est de plonger hardiment dans les difficultés et de s'en sortir le mieux possible ; c'est, quelquefois, de comprendre l'incompréhensible ; c'est de vivre sainement, sans s'écouter respirer...

Vivre, c'est savoir qu'il faudra mourir un jour, et que c'est la seule chose au monde qui soit absolument certaine, et certaine pour tous.

Bien vivre : se préparer à bien mourir ! N'ayons pas peur de vivre, afin de n'avoir pas peur de mourir...

Georgette Dislaire-Golay