

Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 23 (1993)
Heft: 11

Artikel: Témoignage : la vieillesse, le plus bel âge de la vie
Autor: Zermatten, Maurice
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-829118>

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: 23.02.2026

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

LA VIEILLESSE, LE PLUS BEL ÂGE DE LA VIE

Maurice Zermatten

Ce sage, qui était mon ami, m'a dit un jour, d'une voix très assurée: «Ne crains pas de vieillir: la vieillesse est le plus bel âge de la vie.»

Il était dans sa huitième décennie. J'avais toujours admiré sa sagesse. Elle s'enveloppait souvent d'ironie. J'ai cru qu'il plaisantait, s'amusant de la disgrâce qui faisait de lui un vieillard. Comme il n'est pas décent de pleurer, j'ai cru qu'il se moquait doucement de son état. Et je cherchai sur ses lèvres un sourire.

Il ne souriait pas plus qu'il ne s'apitoyait. «Je vois bien, me dit-il, que ma sérénité te surprend... Tu la mets au compte d'une cécité qui aide à vivre. Dans un malheur qui n'a pas de remède, autant nier le malheur. Ce serait là de la sagesse.» Son sourire, je le devinais, maintenant, sur ses lèvres. Il s'assit.

«Je m'assieds parce que j'ai, maintenant, le temps de m'asseoir. Le temps, et c'est une merveilleuse découverte, m'appartient alors que j'ai passé la plupart de mes jours à courir sur ses traces. Il se dérobait. Il m'échappait sans cesse. Je tendais la main pour le retenir par les cheveux ou les épaules: ma main ne trouvait que son absence. Je portais, dans la poche intérieure de ma veste, un petit calendrier à couverture de cuir: j'y notais mes rendez-vous et l'échéance de mes engagements. De semaine en semaine, de mois en mois et d'une saison à l'autre, je distribuais mes heures, mes minutes, comme on jette une poignée de graines aux pigeons des places publiques. Ils picoraien, jamais repus. Et moi, levé à l'aube, je consultais mon petit calendrier à couverture de cuir et je courais à mes rendez-vous, prenant du retard sur l'un et le reportant sur le suivant qui... Je te laisse le soin de compléter ma phrase.

Ce qui fait que mon temps n'étais jamais à moi mais à ces pigeons qui le dévoraient jusqu'à la dernière miette.

Privé du moindre loisir, je ne pouvais ni lire ni me promener, mes *vacances* étant

elles-mêmes absorbées par les travaux que j'avais dû «remettre à plus tard...» Ce *plus tard* débordait sur les nouvelles échéances. Ce qui, mon cher ami, me transforma, jusqu'à l'âge de la *retraite*, en un robot sourd et aveugle, en une machine à broyer le temps.

Un jour, hélas, il était trop tard! Je me suis éveillé en me disant: «Aujourd'hui, la journée t'appartient!» Je crois que ce fut le plus beau jour de ma vie. Il en alla de même le lendemain, et le surlendemain, et tous les jours qui vinrent ensuite. Dieu, le bel apprentissage que celui de la liberté! Tu vas où le désir te porte et tu choisis la cadence de ton pas. On ne dit plus de toi que tu as l'air de courir pour éteindre un incendie. Tu t'arrêtes pour admirer un arbre, une fleur, un oiseau, et quand tu rentres chez toi, léger, l'esprit non-préoccupé, tu vas ouvrir l'un de ces livres que tu n'as pas trouvé le temps de lire, autrefois.

Quels merveilleux voyages tu entreprends dans ton fauteuil! Qu'il est riche en surprises le monde que tu habites! La géographie est aussi séduisante que l'histoire et tu t'aperçois qu'il existe des romans qui t'en apprennent sur la vie dix fois plus que tes «séances» d'affaires du temps où rien ne t'appartenait.

Et voici que tu te retrouves des amis d'enfance depuis quand oubliés? En avez-vous des souvenirs communs! Vous vous asseyez dans le parc, sous les grands arbres, et le passé se déploie, au-dessus de vous, comme un grand tilleul parfumé. Tu ne fuis plus tes amis. Tu apprends la douceur de l'amitié. Vous avez le temps... Et si vous entrepreniez ensemble un voyage qui vous conduirait jusqu'aux rives des lacs et de la mer? Que le monde est grand, que le monde est beau quand on a le temps de l'admirer et d'essayer de le comprendre!.. Oui, mon ami, la vieillesse est le plus bel âge de la vie! Il trie, choisit, mesure. Il est sage.