

**Zeitschrift:** Générations  
**Herausgeber:** Générations, société coopérative, sans but lucratif  
**Band:** - (2019)  
**Heft:** 114

**Artikel:** "Je me suis mis dans la tête de vivre vieux en restant jeune"  
**Autor:** Verdan, Nicolas  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-906144>

#### **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:** 12.01.2026

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



Nostalgique des stars de son époque, ce nonagénaire au caractère affirmé affiche une dégaine à la Clark Gable.

# «Je me suis mis dans la tête de vivre vieux en restant jeune»

A 90 ans, Pierre Gottro n'entend pas passer l'arme à gauche. Avec une grande puissance d'autosuggestion, dont il dévoile les secrets dans un livre\*, il explique comment et pourquoi il aimeraient vivre au moins jusqu'à 120 ans.

«Tout ce que j'ai pu entreprendre dans ma vie n'était qu'un jeu.» Pierre Gottro, né à Paris en plein krach de 1929 de parents suisses, n'a de leçon à donner à personne. Tant qu'à faire, il aime toutefois partager sa conception de l'existence : «Quand vous aurez pris conscience que la joie de vivre est une source intarissable et vitale, la vieillesse ne sera plus la salle d'attente de la mort et la longévité sera votre eldo-

rado, un coin de paradis dans votre vie.»

Une révélation, cet optimiste forcené évoque les circonstances dans son livre disponible chez Amazon (disponible en Livre de poche dès septembre), intitulé *Le vieux qui veut vivre 120 ans*. «Je ne me souviens plus très bien quel âge j'avais quand ce flash m'est arrivé. Trente-cinq... trente-huit ans? Je glandais en Espagne dans un petit village au-dessus de Torremolinos.

J'étais là, en vacances, assis peinard sur un banc, je regardais la mer au loin lorsque, soudainement, je me suis trouvé en plein trip de joie de vivre. Un shoot incroyable. Je n'avais pris aucune drogue, ni fumé de l'herbe, je n'avais pas bu un verre d'alcool de trop(...). Trop fort.»

## COOLITUDE

Assis dans un fauteuil club de l'Hôtel Warwick, un bar chic et relax où

Corinne Cuendet

il a ses habitudes, à deux pas de son studio proche de la gare Cornavin à Genève, Pierre Gottro fait furieusement penser à l'une des stars de son éternelle jeunesse : Dean Martin. Même dégaine, même air affranchi avec un petit sourire au coin des lèvres. Dans son livre, il en dit l'essentiel : « Dean Martin, crooner, acteur de cinéma, playboy américain d'origine italienne, était un « menefrehista ». Un mec qui en n'a rien à foutre. » Un exemple que feraient bien de suivre les « agités » du bocal, s'exclame Pierre Gottro : « Dean Martin vivait relax. Il a brûlé tranquillement la chandelle par les deux bouts. Il est mort à 74 ans, d'une saloperie à la prostate. »

Gottro a lui aussi passé un sale quart d'heure avec sa prostate, quand le doc lui a appris qu'il avait un cancer. A la chirurgie et au traitement médical classique, ce battant a rajouté une cure de gingembre. Il en boit des bouillons quotidiennement et en mastique tout au long de la journée. Depuis, ça va mieux. Et il s'est fait à ce qui aurait pu abattre ce grand séducteur : « Plus l'âge avance, plus nous devons nous modérer et accepter que certains amusements ne sont plus de notre âge. Une fois libéré des exigences de la sexualité et des niaissances du sentimentalisme, on peut enfin vivre relax. »

#### UNE CERTAINE ÉNERGIE VITALE

Pour en arriver à penser ainsi, Gottro a fait un sacré travail mental. Dans un langage cru, à des années-lumière du politiquement correct, Gottro parle en effet du principal moteur de son existence : le sexe. Dans sa bouche, cela signifie la « copulation » joyeuse et libre avec des « femmes toujours consentantes ». Condensé d'enthousiasme forniqueur, son livre est une ode à jouir sans entraves. Un style de vie et une pratique qui n'ont pas été sans risques. « Je suis un miraculé du sida », affirme Gottro qui a beaucoup fait « la bringue ». Et d'évoquer l'Afrique où il s'est établi avec sa très chère amie Marie-Rose, « belle comme une star de Hollywood ». A l'époque, à la fin des années soixante, le bon vivant s'ennuyait ferme du

côté de Paris, où il vendait des marmites à vapeur, l'un des « 36 métiers » accomplis par ce typographe de formation. Sa compagne lui suggère alors de prendre le large. Et de faire un truc qui s'appelle alors « Connaissance du monde ». Interloqué, Gottro lui demande ce qu'elle entend par là. La réponse tombe sous le sens : « C'est comme tes discours pour les marmites, mais, à la place de ton film publicitaire, tu iras filmer un pays en Afrique ou en Asie... N'importe où on veut aller... et, en revenant, tu donneras des conférences en projetant le film de nos voyages. »



**« La joie de vivre est une source intarissable et vitale »**

PIERRE GOTTO, RETRAITÉ OPTIMISTE

L'Afrique marque un tournant existentiel dans la vie de Gottro qui tombe amoureux du continent. Pour « Connaissance du monde, l'Organisation des conférenciers cinéastes de langue française », il réalise le documentaire *Mystérieuse et moderne Côte d'Ivoire*. Il enchaîne avec *Enfants d'Afrique noire* pour l'ONG humanitaire Enfants du Monde. Marie-Rose sort un livre de photos. Dans la préface, Frédéric Dard, le célèbre auteur de la série des *San Antonio*, écrit que cet ouvrage est un vrai bonheur.

#### L'AFRIQUE RÉVÉLATRICE

Bien entendu, l'Afrique c'est aussi un bouleversement dans la vie du couple : « C'est au Cameroun que je suis devenu « noir sous la peau » et que je me suis entiché des belles blacks. De son côté, Marie-Rose n'était pas en manque de black lovers. » Gottro se souvient : « Non marié, notre union indépendante était à l'avant-garde et choquait certains expatriés, des personnes bien pensantes très à cheval sur la morale. »

C'est en Afrique également qu'il rencontre un enfant esseulé : « J'ai appris que son père, musulman, l'avait abandonné. Sa maman refusait de se convertir à l'islam. Je l'ai rebaptisé Ibra comme si j'étais son père. Je l'ai élevé comme s'il était mon fils. Marie-Rose m'a donné un sérieux coup de main pour l'éduquer. Prendre cet enfant par la main, lui donner la joie de vivre, reste pour moi un grand bonheur. »

Dans son ouvrage, Pierre Gottro écume tout ce qui a pu s'écrire sur la longévité. Dans un joyeux mélange, il convoque philosophes, généticiens, sages, théologiens et scientifiques. Une façon, pour l'auteur, d'affirmer ses convictions qu'un poème, écrit par un auteur inconnu, gravé en cunéiforme sur une tablette d'argile en 2300 ans av. J.-C, résume à merveille : « Alors toi, mange à ta faim. Porte de beaux habits. Demeure quotidiennement en gaieté et en fête. Danse, amuse-toi. Donne du plaisir à la femme serrée contre toi. Regarde tendrement le petit qui te tient par la main. Telle est la seule perspective de l'homme. »

Dans cette « époque où tout le monde a raison », Gottro prévient : « Fuyez la politique, les réunions de quartier, les manifs et les cortèges, les grands rassemblements. » Avec, au final, ce mantra : « Tenez-vous à l'écart de la bêtise humaine. »

NICOLAS VERDAN

\*[www.amazon.fr](http://www.amazon.fr) (rechercher Le vieux qui veut vivre 120 ans)

ET VOUS ?

**Peut-être avez-vous profité de votre retraite pour vous lancer un défi ?**

Si vous souhaitez qu'on en parle, contactez-nous par écrit à [defis@generations-plus.ch](mailto:defis@generations-plus.ch), ou générations, rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne.