

Vivere

« Des chemins de vie à découvrir »

Chers/ères lecteurs/trices,

Pour ce numéro d'automne 2019, j'ai emprunté le titre du thème de la *Journée internationale des aînés*! Ce thème reflète bien la mission du *Vivere* qui est de faire découvrir des chemins de vie d'aînés de tous les horizons!

Après le dernier numéro du printemps 2019, Yvonne Demers et Rachel Deslauriers ont terminé leur engagement après deux années au sein du comité porteur du *Vivere*! Grâce à elles, vous avez pu découvrir 22 nouveaux visages d'aîné. Parfois, ce sont aussi des jeunes qui ont pris le crayon pour parler de leurs grands-parents! J'en profite pour les remercier pour cette précieuse collaboration et pour les textes qu'ils ont écrits au fil des numéros!

Cette année, le comité du *Vivere* accueille une nouvelle collaboratrice en la personne d'Esther Milot. Voici une personne impliquée comme bénévole dans sa paroisse! Elle oeuvre à l'église *Saint-François d'Assise* à Sainte-Julie depuis 20 ans. Pour elle un beau grand défi s'est présenté : écrire pour *Vivere*. « Apporter des messages d'espoir aux lecteurs, voilà une belle mission qui me rejoint particulièrement ».

Pour débiter ce numéro, Esther nous présente le thème de la *Journée internationale des aînés* « Des chemins de vie à découvrir »! Claire Du Mesnil assistait à la Journée des aînés de Longueuil, dont Béatrice Picard en était l'invitée. Elle nous en fait un compte-rendu! Par la suite, un beau texte de réflexion de Louise Portal, intitulé « Vieillir c'est... ». Esther a rencontré Louise Bélanger et nous présente son cheminement à travers la méditation! Pour terminer ce numéro, Julianne nous parle de l'amour qu'elle a envers ses grands-parents!

Chantale Boivin

Pastorale des aînés et des malades

SOMMAIRE

<i>Intro : Présentation du numéro, Chantale Boivin</i>	...1
Des chemins de vie à découvrir, Esther Milot	...3
Vieillir, Louise Portal	...4-5
Le cheminement de Louise, Esther Milot	...6
Béatrice Picard à la <i>Journée des aînés</i> , Claire Du Mesnil	...7
Pourquoi j'aime autant Mamie et Papi?, Julianne Pepin	...8

REMERCIEMENTS

- Aux personnes qui ont accepté de collaborer à la rédaction du *Vivere* : Esther Milot, Louise Portal, Claire Du Mesnil et Julianne Pepin.
- Au Fonds de soutien « Coup de pouce » dont la générosité est toujours appréciée pour la publication de *Vivere*.

Vous avez des commentaires sur ce numéro de *Vivere*, des suggestions en fonction de prochains numéros ou encore vous désirez écrire un article, n'hésitez pas à nous contacter :

France Lamontagne
450 679-1100, poste 272
france.lamontagne@dsjl.org

Chantale Boivin
450 679-1100, poste 282
chantale.boivin@dsjl.org

La publication numérique de ce bulletin se trouve sur le site du Diocèse de Saint-Jean-Longueuil : <http://dsjl.org/fr/bulletin-vivere>. Toute reproduction en partie ou en totalité de cette publication est permise en indiquant la provenance.

Des chemins de vie à découvrir

Les témoins de notre Histoire, nos aînés, ont tracé plusieurs chemins qui se retrouvent encore dans nos vies.

Un bel héritage

Ces défricheurs, fondateurs, innovateurs, encore vivants ou présents dans notre mémoire collective, méritent toute notre admiration. En effet, à une certaine époque, ces bâtisseurs avaient peu de moyens à leur disposition; l'effort physique comptait beaucoup pour contribuer aux résultats que l'on constate aujourd'hui. Les bonnes valeurs, qui les ont habités, traversent le temps et transparaissent dans les ouvrages qu'ils nous ont laissés en héritage. L'espérance animait assurément plusieurs d'entre eux afin que leurs descendants connaissent un monde meilleur. Devant un tel développement de notre société, soyons fiers de nos aînés. Notre reconnaissance doit s'exprimer devant ces acteurs de l'évolution.



À l'heure actuelle, il se présente des défis majeurs pour régénérer notre environnement. Nous pouvons nous référer à tous ces projets d'envergure parachevés par ces pionniers qui ont su amener notre monde à autant d'aisance aujourd'hui. La création de multiples systèmes pour développer notre fonctionnement moderne a aidé plusieurs personnes à devenir plus humaines, mieux formées et mieux informées.



Laissons-nous guider par cette force qui a animé nos aînés pour avancer et écrire l'Histoire. Toute cette énergie déployée à construire, planifier, humaniser, développer une société saine, continuera avec les nouvelles générations qui sauront bénéficier de toute cette expérience.

Soyons à l'écoute du discours de nos aînés, pour puiser à la source, s'imprégner de la sagesse de leur propos, croire en leurs prières et leurs chemins de vie.

Esther Milot

VIEILLIR C'EST...

Vieillir... c'est perdre beaucoup. Renoncer à garder le passé dans le creux de ses mains.

Y a des jours où l'on se sent abandonné, même par soi-même. Une sourde envie de démissionner. On éprouve de la fatigue, on se sent las de tout.

Le corps grince et la jeunesse pâlit, puis s'enfuit.

Et il y a des jours prometteurs où tous les possibles surgissent encore dans nos cœurs. On continue de rêver et d'espérer.

Vieillir, certes, et continuer d'aller de l'avant, disposé à accueillir, cueillir et recueillir ce qui se présente dans nos vies.

- **Accueillir** les changements. Ceux du corps et de notre environnement.
- **Cueillir** les leçons de l'expérience et les cadeaux porteurs de sens. Pour nous.
- **Recueillir** la manne des instants de joie. Un jour à la fois. Demain? On ne le connaît pas. On n'en sait rien... alors, vivons maintenant!

Vieillir... c'est adapter son pas, son rythme à ce monde en constante mutation. Cultiver le mieux possible le *savoir-vivre* avec l'autre, nourrir l'écoute, la bienveillance, la communication.

Laisser en héritage le meilleur de soi, dépouillé enfin de l'avoir. Offrir son être dans des parcelles de bonté, d'empathie.

Vieillir, évoluer et s'élever. Partager, avec ceux qui nous suivent, un peu de la force et de la vaillance de ceux qui nous ont précédés.

Vieillir et apprivoiser le monde en moi et autour de moi. Le regarder avec compassion, même si tant de choses insensées me font hurler.

Vieillir et tout réapprendre encore une fois.

Aimer sans attente.

Avancer sans peur.

Écouter en silence.



Taire les rumeurs insolites qui voyagent autour et peuvent me faire trébucher, alors que je marche dans la paix du cœur.

Vieillir... accepter mon corps qui souffre, prier pour un ami qui se meurt, laisser mes mains ouvertes sur l'espérance, pour créer la beauté et l'harmonie dans le monde.

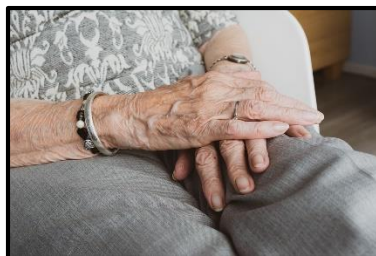
Vieillir et honorer celle que je suis. Poursuivre ma mission de vie dans une présence rayonnante ou discrète.

Vieillir tout en assumant nos imperfections et soigner encore et encore certaines traces des blessures héritées de l'enfance ou de l'amour. De nos parcours professionnels souvent pavés de difficultés.

S'il est difficile de VIVRE, il n'est pas si aisé de VIEILLIR.

Apprivoiser la maladie, la mort.

Vieillir... c'est aussi se coucher un soir en remerciant la vie de tout ce que l'on a vécu jusqu'ici et offrir sa nuit pour le repos de son âme.



Vieillir... c'est faire de son paysage intérieur d'aujourd'hui, l'horizon de cet avenir qui nous fait **toujours** signe.

Finalement, n'est-ce pas un privilège de vieillir? Puisque nous sommes vivants.



Le printemps vient. Mon amie de 95 ans sort dans les jardins pour parler aux fleurs et chanter le vent. Son sourire alors s'éclaire ainsi que son regard sur le monde.

Elle choisit d'aimer. Au lieu de se plaindre.

Elle choisit d'avancer. Au lieu de démissionner.

Elle vieillit seule, sans enfants ni petits-enfants. Tout comme moi.

Elle me précède. Je suis sa trace... sur ce chemin d'amour. Inspirant.

Louise Portal

Comédienne, chanteuse, auteure, femme engagée...
www.avenue.ca

Le cheminement de Louise

Il y a des gens que l'on rencontre et qui nous interpellent par leur attitude, leur lumière intérieure. Louise Bélanger fait partie de ces personnes. Membre de la chorale de notre église, j'ai voulu la rencontrer.

Louise pratique la méditation chrétienne depuis douze ans de façon régulière. Chaque jour, cette forme de prière l'aide à réaliser son plein potentiel. C'est cette façon de prier qui rejoint le plus Louise quotidiennement. Infirmière de profession, maintenant retraitée, elle a côtoyé la souffrance qui l'a amenée à rechercher des solutions pour apaiser la peine que cela lui suscitait.

Au début, selon Louise, il est difficile de demeurer dans ce silence. Les choses mal vécues dans notre journée et même dans notre vie refont surface et graduellement avec la pratique se rangent tout doucement pour cheminer vers le pardon.

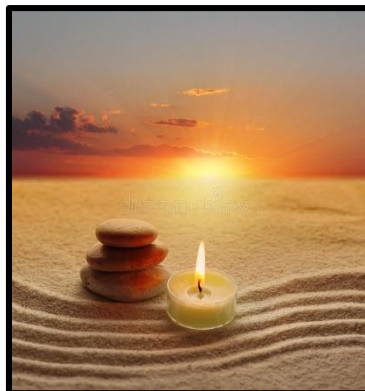
Ce qui l'attire, c'est la grande simplicité de cette façon de prier : demeurer immobile, dans une bonne position et rechercher le silence. Ce qui demande un effort, c'est d'être concentré.

La transformation intérieure s'est opérée lentement, avec le temps, la discipline et la persévérance. Le côté matériel s'est estompé pour laisser la place à une tout autre dimension qui l'amène à aller vers les autres, à faire l'apprentissage de l'écoute de l'autre. Avec son groupe de sept personnes qui se réunissent une fois par deux semaines pour pratiquer la prière contemplative, elle approfondit sa prière.

Pour Louise c'est aussi pour apprivoiser la mort et améliorer sa foi pour être mieux préparée aux prochaines étapes de sa vie. Elle me parle de la pleine conscience, cet état où elle ressent que Dieu est amour et qu'il accompagne et la guide vers son chemin de vie intérieure.

Elle aimerait transmettre, partager cette grâce reçue en répondant à cette volonté d'approfondir sa prière.

Par Esther Milot



Béatrice Picard à la *Journée des aînés*

Qui de mieux que la comédienne bien connue, Béatrice Picard, pour illustrer avec éloquence la joie de vivre malgré l'âge qui avance? Nous le savions, pour l'avoir entendue à diverses reprises dans les médias, mais hier, au *Centre communautaire Le Trait d'union*, nous ne pouvions plus en douter. Devant une centaine de personnes réunies à l'occasion de la *Journée des aînés*, elle nous a toutes et tous enchantés par sa jovialité, sa vivacité et sa générosité. Quelle belle et grande dame inspirante!

L'entrevue en compagnie de Béatrice Picard fut menée avec beaucoup de savoir-faire par l'animatrice Claire Caron. Durant près de 90 minutes, M^{me} Picard a évoqué avec entrain des souvenirs de famille, de sa riche carrière de comédienne au théâtre et à la télévision, nous confiant au passage des bouts de sa sagesse. Son *motto*, inspiré de la chanson de Félix Leclerc : « Ça m'prend un petit bonheur par jour! Il me semble qu'à force de petits bonheurs, il ne peut y avoir de grand malheur! ». Comme elle nous donne le goût d'y croire!

En guise de pause durant l'entretien, elle a eu droit aux magnifiques prestations de l'artiste Patrick Olafson, du groupe Tocadeo, qui a interprété *La Donna È Mobile* de



Rigoletto et la chanson *Le p'tit bonheur* de Félix



Leclerc. Puis, le comédien Sébastien René, avec qui elle a partagé la scène dans la pièce *Harold et Maude*, a récité un extrait de la pièce. Enfin, l'auteur, Sylvain Claude Filion, les a rejointes pour parler de la biographie qu'il a écrite : Béatrice Picard : avec l'âge on peut tout dire. Une

demande qu'il formulait à l'intéressée depuis un bon moment et qui finalement est advenue. Pour lui, le secret de Béatrice c'est l'âge du cœur : « Béatrice n'a pas 90 ans mais 9 ans. C'est une grande petite fille qui s'émerveille de tout. » Et M^{me} Picard d'ajouter : « On peut évoluer à tout âge et j'évoluerai encore à 105 ans! »

Voilà une belle invitation à poursuivre notre chemin de vie avec entrain et joie!
Merci Béatrice!

Claire Du Mesnil

Pourquoi j'aime autant Mamie et Papi?

J'aime beaucoup Mamie et Papichou. J'ai beaucoup de chance de les avoir. Avec eux, on a toujours du plaisir : on se baigne, on joue à des jeux de société, on écoute souvent Mamie chanter parce qu'elle adore ça, on visionne plein d'émissions avec Papi, et plein d'autres choses encore.

Quand je suis chez eux, Ariane, ma sœur de cœur, est toujours là. J'aime quand nous allons au *Céramic Café* toutes les trois, Mamie, Ariane et moi. On peint des pièces de céramique, on déguste un biscuit et un chocolat chaud, et on rit beaucoup.



J'aime aussi quand on est tous ensemble à écouter *Hawaii 5-0*, une de nos émissions préférées. Et que dire de nos soirées, à moi et Ariane, quand on dort chez Mamie et Papi, on s'amuse toujours. Bref, je pourrais encore en dire beaucoup sur eux, par exemple : les dîners de famille que Papi et Mamie organisent, les promenades en vélo tout le long du fleuve à Verdun. En tout cas, je les aime très fort et j'apprécie tout ce qu'ils font pour nous et tout ce qu'ils font pour les autres aussi.



Julianne Pepin, 13 ans

LA MISSION DE VIVRE

- ♥ Faire connaître la contribution des personnes âgées à la communauté en présentant des parcelles de leur vie, des expériences de bonheur, des récits d'engagement, des questionnements.
- ♥ Susciter la réflexion personnelle et alimenter les échanges avec d'autres.
- ♥ Soutenir leur quête de sens.

Les lecteurs et lectrices en font la promotion