magazine
Le Verbe

VIEILLIR N'EST PAS UNE MALADIE

gratuit

printemps 2017

MUSIQUE POUR L'ÂME

Il n'est pas le moindre des artistes de l'étiquette Secret City Records, et ce, même s'il succède aux renommés Patrick Watson, Plants & Animals et Barr Brothers. Produisant un son peaufiné et texturé aux accents de blues, de folk et de rock, **Jesse Mac Cormack** a lancé, l'automne dernier, son troisième EP intitulé *After The Glow.*

Bien qu'il semble introverti et silencieux, le Montréalais ne se gêne pas pour mettre son art au service du bien commun. Il a voulu, avec le vidéoclip du morceau « Addict », « dénoncer les douleurs qu'occasionne la pornographie ». Aussi, le magnifique vidéoclip pour « Death Row » parle de la vieillesse, du chemin vers la mort et des étapes du deuil.

On attend avec impatience l'album de ce musicien talentueux dont la carrière est en pleine éclosion. (**J. L.**)

www.jessemaccormack.com

À L'IMAGE DU CRÉATEUR

Un groupe de jeunes artistes chrétiens fomentent un projet plutôt étonnant ces jours-ci dans la métropole montréalaise. Bruno Olivier (cinéaste) et sa bande sont à l'origine de l'initiative **Art4Dieu**.

Ce collectif indépendant, qui gravite autour de la paroisse Saint-Jean-Baptiste, souhaite « lancer une réflexion sur l'Église d'ici, la place de l'art […] et la mission ». Art4Dieu veut aussi rassembler ceux qui croient que les projets artistiques interdisciplinaires peuvent « enrichir la vie des communautés, donner le gout d'approfondir le mystère et de contempler la grandeur de Dieu, et élever l'âme ».

On peut déjà visionner les deux premiers vidéoclips sur YouTube. D'autres sont à prévoir dans les prochains mois. (**A. M.**)

www.youtube.com/channel/UCr4z--Ggrkodz0hpo22mTGQ

REPAS EXISTENTIEL

Au Canada, au cours des deux dernières années, plus de 120 000 personnes ont participé à une rencontre du **Parcours Alpha**.

Offert dans différents contextes (prisons, universités, églises, maisons, etc.) et aux personnes de tous âges, Alpha est une série de séances qui engagent les gens dans une discussion sur le sens de la vie, sur la foi et sur Jésus. Chaque séance propose un repas, une présentation et un temps d'échange permettant à différentes personnes de se réunir et d'aborder des questions importantes pour vivre.

Alpha est présent dans plus de 150 pays et est offert dans 112 langues différentes. (**J. L.**)

Visitez le site web alphacanada.org/fr pour voir si un parcours débute près de chez vous. Comme pour les vingt-sept millions de personnes qui ont vécu l'expérience, votre vie pourrait changer…

Jesse Mac Cormack (photo tirée de Facebook), Art4Dieu (image tirée de YouTube) et Parcours Alpha (photo tirée de Facebook)

magazine
Le Verbe

Le Verbe propose un lieu d'expression, de diffusion et d'échange d'idées, dans un esprit de communion avec l'Église catholique. Les textes n'engagent que les auteurs.

CONSEIL DE RÉDACTION
Sophie Bouchard, Sarah-Christine Bourihane, Noémie Brassard, Alexandre Dutil, James Langlois, Antoine Malenfant, François Miville-Deschênes, Laurent Penot - prêtre.

CONSEIL D'ADMINISTRATION
Benoît Boily - prêtre, Sophie Bouchard, Laurier Côté, Jean Grégoire, Alexander King, Pascal Proulx.

DIRECTRICE GÉNÉRALE : Sophie Bouchard

RÉDACTEUR EN CHEF : Antoine Malenfant

RÉDACTEUR EN CHEF ADJOINT : James Langlois

RÉVISEUR : Robert Charbonneau

GRAPHISTE : Léa Robitaille

MARKETING ET PUBLICITÉ : publicite@le-verbe.com

SECRÉTAIRE : Suzane Arsenault • info@le-verbe.com

ARCHIVISTE : Frédéric Gauthier

Le Verbe est produit par l'organisme de charité L'Informateur catholique (enregistrement : 13687 8220 RR 0001)

Le Verbe est membre de L'Association des médias catholiques et œcuméniques (AMéCO).

Le Verbe est publié quatre fois par année, est imprimé chez Solisco et est distribué par Diffumag. Port payé à Montréal, imprimé au Canada.

Dépôts légaux :
Bibliothèque et Archives Canada ;
Bibliothèque et Archives nationales du Québec.

ISSN 2371-4670 (imprimé)
ISSN 2371-4689 (en ligne)

Nous reconnaissons l'appui financier du gouvernement du Canada.

LE VERBE
L'Informateur catholique
1073, boul. René-Lévesque Ouest
Québec (Québec) G1S 4R5
Tél. : 418 908-3438
info@le-verbe.com
www.le-verbe.com

PAGE COUVERTURE
PHOTO : Marion Desjardins

Ce magazine utilise la nouvelle orthographe

ÉDITO

UN AMOUR CRUCIFORME

Antoine Malenfant
antoine.malenfant@le-verbe.com

Vous avez surement eu, comme moi, au secondaire, un prof de math un peu étrange, pour qui l'enseignement des théorèmes était plutôt… secondaire.

Dans un cours de 60 minutes, monsieur D. pouvait facilement prendre la moitié de la période à échanger avec nous sur le sens de la vie.

Il y a de ces profs qui font qu'une simple école devient une alma mater.

J'avais 15 ans. Je m'en souviendrai toute ma vie.

AU DIABLE LA GÉOMÉTRIE

Rien à faire de Pythagore, je vous dis.

« Qu'est-ce que l'amour ? »

La question lancée ce matin-là, au début du cours, aurait pu sonner cucul. Mais la gravité de son visage – les traits tirés par les soucis que lui occasionnent les enfants, peut-être que son couple battait de l'aile à ce moment – laissait comprendre à la trentaine d'ados boutonneux que son interrogation n'avait rien d'une mauvaise réplique de théâtre d'été.

Sa face nous témoignait de l'ampleur philosophique de sa demande. Sa tête, partiellement couverte de cheveux hirsutes roux et blancs, nous informait de la couleur existentielle de la question.

Nous nous disions entre nous : enfin un homme qui ne se prend pas au sérieux, mais qui prend la vie au sérieux.

Je me rappelle être rentré à la maison, avoir ouvert la Bible et avoir retranscrit, pour mon prof de math, l'hymne à la charité. Vous irez voir ça (1 Co 13,1-13), c'est un petit bijou de poésie.

« L'amour est patient, est serviable, n'est pas envieux, ne fanfaronne pas, ne cherche pas son propre intérêt. Il croit tout, excuse tout, espère tout, supporte tout. »

SUPPORTE TOUT

L'amour qui nait entre les ados de Lévis et les ainés de la résidence du Précieux-Sang est patient. Cette insoupçonnée charité intergénérationnelle aperçue dans l'article de **Valérie Laflamme** (p. 10) ne fanfaronne pas ni ne cherche son propre intérêt.

Si j'écrivais aujourd'hui à monsieur D., ce serait plutôt pour retranscrire la Passion de Jésus Christ selon saint Jean. Ou le texte de **James Langlois** (p. 4) sur les Girard, des écorchés vifs, dont l'amour a ressuscité grâce au Ressuscité. Ou les deux.

On ne peut réduire l'amour à un cœur qui palpite, à un sentiment de bienêtre, à l'extase d'un moment. L'amour véritable se donne à l'autre, complètement, sans compter. Spécialement quand cet autre est incapable de rendre cet amour.

C'est, à quelques jours de Pâques, cet amour que les chrétiens célèbrent. Un amour en acte, sans conditions.

Un amour en forme de croix. ■

PORTRAIT

LE VERRE À MOITIÉ PLEIN DES GIRARD

L'histoire de Jacques et Yvonne n'est pas exactement ce qu'on pourrait appeler une « belle histoire ». Dans leur récit s'entremêlent les effluves de fond de tonne et d'encens. Les deux septuagénaires célèbreront cette année 57 ans de mariage, et pourtant, peu de choses les prédisposaient à être ensemble.

Jacques et Yvonne se sont rencontrés lors d'une veillée funèbre : présage d'une vie de couple singulière. À quelques pas du défunt commençait une histoire dans laquelle allaient se côtoyer la vie et la mort.

En entrant dans leur silencieuse demeure, on ne peut échapper aux nombreux portraits accrochés aux murs : quatre enfants (dont un décédé en bas âge), sept petits-enfants, cinq arrière-petits-enfants et deux en route.

« Quatre enfants, quatre césariennes. Je voulais qu'on me mette une fermeture éclair ! Chaque fois, je n'en voulais plus, mais ça continuait. Heureusement ! Ce sont nos trésors, aujourd'hui ; ce sont tellement de beaux cadeaux ! »

Yvonne s'est mariée le jour de son vingtième anniversaire, en septembre 1960, soit une semaine avant celui de Jacques : « Je voulais me sauver un cadeau ! » me dit-il en riant, et sa femme d'ajouter : « Mon mari, c'est un homme d'affaires. »

On ne pourrait mieux dire. Il a été nommé directeur de la Banque Provinciale à 29 ans, ce qui faisait de lui, à l'époque, le plus jeune directeur de l'entreprise.

« En 1960, ce n'était pas encore tellement la mode pour les femmes d'aller sur le marché du travail. Jacques avait un très bon salaire, et moi, je n'avais pas beaucoup d'instruction. J'ai donc fait le choix de rester à la maison et je ne le regrette pas du tout : c'était agréable pour eux [son mari et leurs enfants] de revenir à la fin de leurs journées alors qu'un bon repas les attendait. »

Comme bien des femmes, Yvonne avait le désir de se marier afin d'être toute sa vie avec celui qu'elle aimait et d'élever leurs enfants. Toutefois, une once d'imperfection est venue rapidement noyer ce beau portrait de famille.

VICE CACHÉ

Après six mois de fréquentations, lors d'une soirée, Jacques avait accumulé près de lui toutes ses bières vides. « Ce n'est pas ce que je voulais vivre. J'ai mis ça au clair : je lui avais fait savoir que si ça ne changeait pas, j'allais prendre mes distances », affirme Yvonne.

Les parents de Jacques, alcooliques, avaient commencé très tôt à lui acheter de l'alcool et à le faire boire. Ils préféraient qu'il soit dans une certaine sécurité près d'eux que de le savoir ivre à l'hôtel du coin. Lui, qui buvait déjà depuis quelques années, cessera sept mois avant de sceller son alliance avec Yvonne : « Je trouvais que c'était un bel effort de sa part, bien qu'il ait pu me jouer des tours ; on n'était pas dans la même ville après tout, lui à Jonquière, moi à Alma. » Son homme ne dit rien pour sa défense.

Le « naturel » est vite revenu au galop. Dans le cadre de son travail, tout était propice à prendre un verre… ou deux, ou trois. Jacques m'explique: «Pour performer, pour se faire connaitre, il fallait participer aux soirées, aux réunions. C'était le cheminement de tous les directeurs de banques, de caisses. »

Durant leur quatrième année de mariage – déjà deux enfants –, Jacques est muté à Québec. Yvonne se retrouvera loin de toute sa famille, et seule, puisque les diners d'affaires de son mari s'éterniseront souvent jusqu'à 3 h du matin.

Sa femme témoigne que, comme tout alcoolique, « Jacques devait toujours aller jusqu'au fond, et une bouteille n'était pas assez. Il s'achetait de la boisson toutes les fins de semaine. Toutes les occasions étaient bonnes : visites, évènements, etc. »

Incapable de laisser ses dossiers au bureau, le banquier était absorbé par les chiffres jusqu'à la maison.

Un mari ivre et violent ? Pas du tout. Il était tellement sérieux dans la vie quotidienne qu'il devenait même un peu plus agréable quand il prenait un verre ; un peu moins, toutefois, quand il prenait une tasse…

Jacques se rappelle ce qu'il faisait quand son fils ainé est devenu adulte : « Je sortais du bureau le vendredi à 15 h. J'allais acheter une vingt-quatre. Mon gars venait me rejoindre à 16 h, puis on la vidait tous les deux. Lui était un représentant syndical dans son travail, et moi un patron, donc on avait de bonnes discussions ! »

UNE BRUNE OU UNE BLONDE ?

Après dix ans de mariage, Yvonne commence à se révolter, surtout contre Dieu : « J'avais prié pour avoir quelqu'un, pour être bien, mais ce "quelqu'un" buvait ; Seigneur, tu n'as pas entendu mes prières ! »

Elle a eu la même tentation que bien des femmes dans cette situation, c'est-à-dire boire pour avoir du plaisir avec son mari. Elle pensera toutefois à leurs enfants en choisissant de ne pas leur donner un deuxième parent alcoolique.

Puis, sur le plan de l'intimité conjugale, on ne peut pas dire qu'elle trouvait une grande consolation : «Tu as choisi ta brune, lui disait-elle, alors tu me laisses tranquille. »

Yvonne cherche des échappatoires ou des solutions dans les sciences occultes. Après un certain temps, voyant qu'elle n'y trouvait aucun bienfait, elle revient à la foi qu'on lui avait transmise : « Je ne reconnaissais pas ma foi dans ces pratiques. On me disait que j'allais me réincarner ; je trouvais déjà la vie assez difficile de même pour ne pas avoir envie de revenir. J'ai finalement choisi le Seigneur une fois pour toutes. »

Elle commence à fréquenter des groupes de prière qui se forment dans les paroisses environnantes. « Là-bas, je

rencontrais des personnes comme moi qui vivaient des choses difficiles, mais qui étaient capables de louer, de remercier Dieu malgré tout. »

Progressivement, Yvonne apprend à rendre grâce plutôt que de murmurer. Elle voit, pour la première fois, la possibilité d'un changement pour son mari et pour son mariage. Jacques et elle prendront part à différentes retraites ici et là, à la maison du Renouveau à Québec, au Cénacle de Cacouna ou au centre de l'Alliance de Trois-Rivières.

Au départ, son mari « n'embarquait pas dans ces affaires-là », mais Yvonne lui avait posé cette condition, sans quoi elle partait. La vie était trop pénible, elle n'en pouvait plus. « J'avais besoin de me refaire. J'étais rendue à 90 livres, ma glande thyroïde était en train de me lâcher. Tout le monde trouvait que j'avais l'air malade. Je revenais des retraites vraiment refaite en Dieu. »

Jacques, pour sa part, affirme y être allé à reculons, mais lui aussi était au bout du rouleau. Et il avoue que, dès la première fois, il a tout de même été touché. Les retraites lui faisaient un grand bien, mais aussitôt revenu, il reprenait la bouteille là où il l'avait laissée. « J'étais un peu indifférent ; je n'y allais pas pour moi, mais pour elle. »

Yvonne, quant à elle, croyait fermement qu'un jour le Seigneur allait l'avoir pour de bon.

UNE P'TITE *SHOT* DE GRÂCE

À 53 ans, Jacques apprend qu'il est atteint d'un cancer de la prostate. L'annonce de la castration, qui viendra plus tard, sera un choc pour ce couple qui battait déjà de l'aile. « Je m'étais dit que si, à 50 ans, il n'avait pas arrêté de boire, moi, je m'en allais. Même si j'étais croyante, pratiquante, je me disais que ce n'était pas cela, le mariage », affirme Yvonne. Elle appréhendait le moment de la retraite, où elle verrait son mari à la maison toute la journée en train de boire.

Elle avait vu juste.

À 57 ans, après 23 ans de service à la banque, Jacques est congédié en raison de son alcoolisme. La perte de son permis de conduire (à deux reprises) et les accidents de voiture n'ont sans doute pas aidé sa cause.

Il buvait du matin au soir.

Alors que le couple faisait partie de la chorale de la paroisse, tout a basculé. Un homme avec qui ils chantaient a commencé à venir à la maison. Jacques comprend très vite que, « dans un couple, la troisième personne est de trop ». Sans tarder, il déclare à sa femme qu'il ne veut plus le voir dans leur entourage.

Un jour, Jacques doit se rendre à Jonquière, dans sa ville natale, et Yvonne refuse de l'y accompagner. Il insiste et elle le suit. Là-bas, elle laisse son mari un soir pour se rendre à la fête d'anniversaire de sa sœur. Elle n'en reviendra pas. Jacques téléphone à sa belle-sœur et elle lui apprend que sa femme était partie le lendemain matin… pas en autobus, mais avec l'homme en question.

L'espace d'un instant, alors que je discute avec eux, le silence paisible qui habite leur résidence devient très lourd.

Jacques me regarde. « Mon gars, ça faisait un mois qu'on n'était pas ensemble, et moi, qu'est-ce que tu penses que je faisais ? Je pleurais puis je vivais l'enfer. » Il résidait chez l'un de ses fils et passait ses journées à boire. Sa bru se lasse et menace de le mettre à la porte.

Un matin, Jacques part chercher sa caisse de bière quotidienne, revient chez sa bru et lui lance : « Lisette, c'est la dernière fois que je rentre une caisse de bière icitte. J'arrête de boire. » Jacques poursuit : « Je me suis mis à genoux, puis j'ai crié vers le Seigneur en pleurant pour qu'il me délivre, et j'ai été guéri. »

REVENIR À SON PREMIER AMOUR

Yvonne reconnait d'emblée qu'elle aussi a dû demander au Seigneur de la guérir pour son infidélité, comme il avait guéri son mari : « Même en priant, j'ai bifurqué. Je me suis pardonné pour cela, mais aujourd'hui je me dis "heureuse faute", parce qu'il boirait probablement encore. »

L'homme qu'elle fréquentait avait lui aussi une femme alcoolique, donc Yvonne et lui pouvaient bien se comprendre. Malgré le fait que son amant lui a promis mer et monde et qu'il lui propose même de se remarier avec elle, Yvonne refuse. Elle voulait prendre un temps pour faire le point sur sa vie, « parce qu'on ne prend pas des décisions quand on est à l'envers ».

Je pense soudainement à Jacques et à sa vie passée dans les fêtes et je lui demande comment il est arrivé à ne pas être infidèle. « Ah ! mon gars, tu viens de manquer une occasion de passer un sujet sous silence », me répond-il en riant.

Ils enchainent avec quelques anecdotes. Je comprends assez vite que Jacques ne s'est pas privé de courailler durant les soirées arrosées au bureau… et même parfois en présence de son épouse.

Yvonne poursuit : « J'étais comme un oiseau qui était tombé de son nid tellement j'avais souffert. Dans ces moments, le Malin est bien là pour te donner des illusions. J'étais mélangée dans mes sentiments. Je voulais que nos enfants nous voient heureux ensemble un jour. »

Elle s'est retrouvée dans une maison d'hébergement pour femmes chez les sœurs du Bon-Pasteur. Après un certain temps, elle apprend la guérison de Jacques, et ils recommenceront à se courtiser : « Tout le monde pensait que c'était pour me ravoir, mais j'avais la certitude intérieure qu'il ne retoucherait plus à la boisson… »

« Et je n'en ai jamais repris », ajoute Jacques.

Ils se sont retrouvés quelque temps plus tard, au centre de l'Alliance, où ils ont renouvelé leurs promesses de mariage. Au cours de la même retraite, un prêtre entend le témoignage de Jacques. Ayant lui-même suivi toutes les thérapies depuis des années, et n'étant toujours pas débarrassé de son alcoolisme, ce prêtre confirmera la grâce de celui qu'il a entendu.

« Un moment donné, tu ne crois plus qu'un changement est possible. Tu deviens désespéré. Quand tu pries, tu penses ne pas voir le changement, mais il est en train de se faire et tu ne le vois pas. Quand tu pries, l'homme dépasse l'homme », m'explique Jacques.

RÉAPPRENDRE À MARCHER DROIT

Ça fera 16 ans de sobriété pour Jacques le 27 mai.

Réapprendre à vivre à 61 ans n'était pas de tout repos : « Plus de boisson, plus de sexualité, je suis tombé avec rien ! » dit Jacques avec un rictus en coin. Selon certaines personnes, il

serait aussi tombé en dépression. « C'est certain qu'en vieillissant il y a plein de deuils à faire », ajoute Yvonne.

L'homme assis près de moi devient soudainement assez pensif et silencieux, regardant par la porte du balcon.

On l'avait déjà compris, Jacques et Yvonne ont accumulé nombre de blessures dans leur intimité. Yvonne reprend : « On a de la tendresse, c'est tout aussi bon. On peut être heureux autrement. On vit actuellement sans cela et on est très heureux : les moments de tendresse, les petits gestes d'amour, c'est cela qui nous nourrit. Je me dis que le Seigneur fait bien les choses, on avait besoin d'être guéri là-dedans. »

Je remarque une magnifique canne avec un pommeau argenté dans le coin d'une pièce.

Il y a quelques années, les antidépresseurs que Jacques devait prendre étaient trop forts, ils le ralentissaient à tous les points de vue, surtout dans ses pas. Il est tombé à quelques reprises et s'est cassé un bras.

« Ç'a été des années très difficiles encore, me confie Yvonne, mais nous sommes restés ensemble. »

Ils viennent tout récemment de quitter une paroisse de Sainte-Foy qu'ils aimaient beaucoup pour se rapprocher de leur famille sur la Rive-Sud de Québec. « C'est tout un changement de vie», selon Yvonne. « On vit beaucoup dans le silence. On s'est mis à prier beaucoup ensemble ; c'est tellement important, surtout pour nos enfants, parce qu'ils ont eu des séquelles de tout cela. On vieillit ensemble, puis ce sont les plus beaux moments ; pour moi, c'est plus beau qu'avant. »

Elle le reconnait, son mari a beaucoup changé, et pour le mieux. Même s'il est toujours aussi solitaire et peu enclin à déroger à ses habitudes, il est beaucoup plus à l'écoute, plus patient et respectueux. « Je suis presque asocial », s'exclame Jacques. En fait, c'est qu'il a maintenant troqué la bouteille pour son chapelet et ses livres spirituels.

« C'est pas une belle histoire, mais elle finit quand même bien », conclut Yvonne.

Après toutes ces années de vie commune et de combats, le couple Girard est toujours à l'école du pardon mutuel. Comme si vieillir, c'était apprendre à mourir un peu chaque jour à soi-même.

Ils pourraient certainement s'approprier cette parole de Marie de l'Incarnation à la fin de sa vie et dire : « Nous marchons à pas de plomb vers la sainteté. » Ou bien en titubant, parfois comme un ivrogne.

Le corps appuyé sur une canne à pommeau d'argent. Et l'âme appuyée sur la croix de Jésus Christ.

James Langlois
james.langlois@le-verbe.com

Photos : Elias Djemil

Pour aller plus loin : Jacques Girard, *J'ai choisi la vie : comment Dieu m'a rattrapé*, 2009.

ZOOM

ADOPTE UN ADO

Jumelage entre
des élèves du Collège de Lévis
et des ainés de la résidence
du Précieux-Sang

Texte : Valérie Laflamme
valerie.laflamme@le-verbe.com

Photos : Marion Desjardins

Nous arrivons à la résidence à 16 h 20, fidèles à nos habitudes. Les élèves déambulent à la queue leu leu dans le grand corridor. Il y a deux ans, leur uniforme scolaire attirait l'attention.

Aujourd'hui, ils font partie du décor.

À la salle commune de la résidence pour ainés, je dis un mot d'introduction, pour la forme. Marie-Claire, la responsable des loisirs, m'offre un café. Nous nous installons confortablement et contemplons nos protégés, jeunes et vieux : ils sont en grande conversation et n'ont, de toute évidence, pas besoin de nous.

La majorité des participants au projet Jumel'âge en sont à leur deuxième ou à leur troisième année d'implication. Ils sont une vingtaine d'adolescents pour autant d'ainés engagés à se rencontrer une fois par mois. Au fil du temps, des amitiés authentiques ont émergé de ces réunions arrangées.

Raphaël évoque sa première rencontre avec monsieur Gagnon : « Au début, c'était plus difficile de discuter. Comme on avait la volonté de créer un lien, on a appris à se connaitre. »

Son fils unique résidant en Floride, monsieur Gagnon était très isolé. Raphaël était le seul à pousser son fauteuil roulant jusqu'à la terrasse de Lévis, d'où il aimait admirer le fleuve. Son décès, à l'automne dernier, a été un choc pour son « jumeau ».

Afin de rendre hommage à son vieil ami, Raphaël a écrit un poème qu'il a lu devant d'autres résidents : « Ces beaux moments vécus depuis le début ont nourri notre faim jusqu'à la fin. » Malgré le deuil, l'adolescent a accepté un nouveau jumelage : « Je suis capable de passer à travers de ça. Ce n'est pas du temps perdu. »

0
150
250
500 300
150 100 150
200 -250- 200

Je demande à Lauriane ce qu'elle a en commun avec sa jumelle. Elle répond en riant : « Pas grand-chose. » Elle affirme que « sa » personne âgée est « très gentille et ouverte d'esprit, même si elle est très dévouée envers le catholicisme ».

La dame avec qui elle est jumelée a immigré depuis la Lituanie durant la Seconde Guerre mondiale. Elle parle toujours sa langue maternelle, en plus de l'anglais. Elle a un vécu intéressant mais difficile, que Lauriane prend soin d'accueillir à chaque rencontre. Une fois, elle lui a fait découvrir Internet : « Je suis allée sur un moteur de recherche et j'ai trouvé des photos de la Lituanie, qu'elle n'avait jamais revue depuis son départ. Pour elle, la Lituanie, c'était très lointain, très ancien. Ça lui a fait un choc de voir ces grands édifices. Elle était très émue. »

Les jeunes participants au Jumel'âge s'entendent tous pour dire que c'est la régularité qui fait la force de ce projet. Ils pensent que, si de telles rencontres étaient organisées dans chaque résidence, cela améliorerait beaucoup la qualité de vie des ainés.

Kim précise : « Ce n'est pas exigeant en termes de temps, parce que c'est une fois par mois. Par contre, c'est tout un engagement. La personne compte sur toi, elle s'attend à ce que tu viennes. Tu dois persévérer. Par amitié. Et par fidélité aussi. »

La rencontre tire à sa fin. Les participants, qui n'ont pas vu le temps passer, se font la bise. À la sortie de la résidence, un père attend son ado. Il me dit, à voix basse, qu'il a été surpris que son grand garçon poursuive ses visites mensuelles. Je dois bien admettre que moi aussi.

Par leur simple présence, les ainés ont enseigné aux élèves à vivre des rapports gratuits et désintéressés.

Aucun programme pédagogique n'aurait été plus efficace.

Valérie Laflamme est responsable de la pastorale au Collège de Lévis et collabore régulièrement au site Web le-verbe.com.

ENTRETIEN

VIEILLIR N'EST PAS UNE MALADIE

L'EUTHANASIE ET NOTRE RAPPORT À LA VIEILLESSE

Rencontre avec Aubert Martin,
directeur général à Vivre dans la dignité

Propos recueillis par Antoine Malenfant
antoine.malenfant@le-verbe.com

Le Verbe: Peut-on dire qu'il y a une conception péjorative de ce qu'est « être vieux » au Québec au 21e siècle ?

Aubert Martin: D'une manière générale, la mentalité occidentale tend à déprécier la valeur fondamentale de l'être humain que notre civilisation lui avait jusque-là octroyée. Bien que les racines de ce bouleversement soient multiples et complexes, la montée en flèche, au 20e siècle, de la société de consommation a certainement joué un rôle majeur dans le développement d'une vision utilitariste de l'être humain, acceptée plus ou moins consciemment par l'ensemble de la société.

Progressivement, la logique capitaliste a instauré une mentalité qui transforme les citoyens en « clients ». Ainsi, tandis que la notion de rentabilité s'est imposée comme l'enjeu central de la gestion de nos sociétés, l'individualisme s'est quant à lui frayé un chemin dans la conscience des individus, résultat d'un jeu incessant d'offres et de demandes exponentielles. Au fil du temps, la valeur attribuée à chaque personne est devenue égale à la somme de ses satisfactions, principe aujourd'hui communément appelé « la qualité de vie ».

En ajoutant à ces considérations les notions de productivité, d'efficacité, de gestion du temps et de maximisation des ressources, il est facile de comprendre pourquoi la situation des personnes âgées dans nos sociétés modernes s'est considérablement détériorée.

Dans un contexte de vieillissement de la population, ces personnes qui nous précèdent sur le chemin de la vie sont de plus en plus perçues comme « un problème à gérer ». Cette malicieuse notion de fardeau socioéconomique qui s'insinue dans nos mentalités collectives a pour effet que la vieillesse est de plus en plus difficile à accepter et à vivre de nos jours.

L'attitude discriminatoire envers les ainés se manifeste de plusieurs façons dans les interactions sociales, autant par l'exclusion que par la négligence, ou encore par la maltraitance, l'abus et même la violence. Cette attitude s'appelle l'âgisme. Nous pourrions dire que l'âgisme est le racisme ou le sexisme de l'âge.

Photo : Elias Djemil

À travers de nombreux stéréotypes et préjugés qui sont associés à cette étape normale de la vie, les conséquences de l'âgisme sont très lourdes pour les individus qui la vivent. Certaines personnes âgées développent un sentiment d'inutilité, une perte de l'estime de soi ou adoptent des comportements d'évitement, de réclusion ou d'isolement. D'autres personnes âgées – avec l'encouragement de publicités en ce sens – vont jusqu'à nier leur vieillissement en tentant de vivre comme d'éternels jeunes ou en refusant de côtoyer des personnes plus âgées ou en apparence plus âgées.

Comment la légalisation de l'euthanasie modifie-t-elle le rapport qu'entretiennent les individus et la société tout entière à l'égard de la mort et de la vieillesse ?

En légalisant l'euthanasie, notre société a intensifié cette vision négative de la vieillesse, tout en modifiant profondément notre rapport avec la souffrance et la mort.

En intégrant l'euthanasie comme solution acceptable « dans certaines situations », l'État est en quelque sorte venu sceller l'idée que la valeur de la vie humaine dépend de ses caractéristiques externes. En d'autres mots, la vie humaine est maintenant classifiée sur une échelle de satisfaction, au bas de laquelle non seulement il est acceptable de préférer la mort, mais que d'aider une personne à mettre fin à ses jours dans de tels cas relève même de la compassion.

Par ailleurs, nous savons – par l'expérience des pays européens qui ont légalisé l'euthanasie avant nous – que la notion de fin de vie ou de maladie terminale n'est qu'un mirage de départ pour préparer les consciences populaires à une plus grande ouverture.

Dans les faits, la logique de la mort comme solution aux souffrances pousse constamment à élargir les « raisons acceptables » de vouloir mourir.

Pouvoir se suicider avec l'aide d'un médecin est présenté comme un choix personnel respectable. Dès lors, chacun voudra tôt ou tard réclamer son « droit » à mettre fin à ce qu'il qualifie de souffrance intolérable : pour les uns, ce sera l'incapacité physique ; pour d'autres, ce sera la peur d'affronter les traitements ; pour d'autres encore, ce sera un drame personnel, une rupture amoureuse, ou encore une dépendance à l'alcool, comme nous l'avons vu aux Pays-Bas.

Dans un tel paysage, la vieillesse est davantage regardée dans son aspect négatif. Autrement dit, elle est d'abord considérée pour ce qu'elle empêche de faire, alors qu'elle devrait l'être premièrement comme une étape naturelle de notre cheminement humain avec ses raisons d'être. Dans sa perspective négative, la diminution naturelle et progressive de nos capacités est graduellement perçue comme l'échec de nos désirs.

Déjà, aux Pays-Bas, un projet de loi est à l'étude, visant à autoriser l'euthanasie pour les personnes âgées qui ont le sentiment d'avoir « accompli » leur vie, et ce, même si elles ne sont pas malades. Après tout, la vieillesse possède les caractéristiques de la maladie que notre société cherche à tout prix à éviter : la vulnérabilité, la perte du pouvoir personnel.

Au-delà des soins palliatifs accessibles et de qualité, quelles autres mesures sont susceptibles de favoriser une vie et une vieillesse « dans la dignité » ?

Le vieillissement – inévitable et universel à moins d'une mort prématurée – devrait être valorisé au lieu d'être montré du doigt comme un malfaiteur. Pouvoir vieillir dignement devrait faire partie de nos priorités nationales, spécialement dans un contexte de vieillissement de la population. Pour paraphraser un dicton connu, nous devrions juger du degré de civilisation d'une société à la façon dont elle traite ses citoyens les plus fragiles.

La logique de la mort comme solution aux souffrances pousse constamment à élargir les «raisons acceptables» de vouloir mourir.

En premier lieu, il faudrait encourager le développement de l'expertise en matière de vieillissement. Il semble que les personnes qui œuvrent dans le domaine de la santé acquièrent actuellement peu de connaissances sur le processus normal de la vieillesse, tant physique, psychologique que social.

De plus, le travail auprès des personnes âgées n'est malheureusement pas valorisé, d'où une grande difficulté à recruter un personnel qualifié. Selon l'Association des médecins gériatres du Québec, il y a seulement 65 médecins spécialisés en gériatrie au Québec, alors qu'il en faudrait au moins 138 pour répondre aux besoins médicaux des personnes âgées[1].

La connaissance du vieillissement humain est pourtant une spécialité. Sa méconnaissance peut causer des comportements qui nuisent au lieu d'aider, en donnant lieu, par exemple, à des cas de surprotection ou d'infantilisation des personnes âgées.

Un des éléments-clés de l'approche palliative consiste à tenir compte de tous les aspects de la personne humaine dans les soins qu'elle prodigue : physique, intellectuel, psychologique, familial, social et spirituel. Cette approche doit être à la base de tout accompagnement et de toute mesure, non seulement avec la personne dans le besoin, mais également avec les proches aidants qui ont également besoin de soutien.

Comment pourrait-on renverser cette tendance qui considère le vieillissement comme une malédiction ?

Le premier pas est certainement d'apprendre à reconnaitre les comportements qui entretiennent une vision négative du vieillissement afin qu'il ne soit plus considéré comme une malédiction dans nos représentations sociales. Nos sociétés doivent réapprendre à valoriser les personnes âgées – qui n'ont comme « tort » que d'avoir dépassé le stade de la jeunesse – en les impliquant notamment dans les activités communautaires et dans les vies familiale et sociale.

Voir cette étape de la vie seulement comme étant un amalgame de problèmes, c'est rejeter une grande partie de notre humanité en consacrant uniquement le temps fort de nos vies comme étant digne de valeur. Pourtant, la valeur d'une personne ne devrait pas diminuer avec le temps ; son expérience et sa sagesse devraient être une source de respect et d'admiration justement parce qu'elles n'ont pas de prix. Comme le dit un proverbe africain très connu : *Un vieillard qui meurt, c'est comme une bibliothèque qui brule.*

Il existe déjà de nombreuses ressources pour favoriser une vie et une vieillesse dans la dignité. Des portails d'information en ligne[2] ont été créés pour mettre à la disposition des gens du matériel d'information et de sensibilisation sur le vieillissement et le soin des personnes âgées. Aussi, des initiatives comme Project Value, Toujours Vivants ou Vivre dans la dignité travaillent à changer le regard de notre société sur les personnes âgées, malades ou handicapées. Et enfin, de nombreux autres organismes se spécialisent dans l'aide directe pour améliorer les conditions de vie des personnes en perte d'autonomie[3].

Il m'apparait crucial de mettre en place des mesures de soutien aux proches aidants pour encourager et surtout épauler les personnes qui souhaitent prendre soin de leur proche en perte d'autonomie. Il est tout aussi essentiel de développer de bons services sociaux et des options de logement créatives pour permettre aux personnes en perte d'autonomie de demeurer à la maison aussi longtemps que possible.

Finalement, il est tout aussi primordial de s'assurer que tous les professionnels de la santé reçoivent une formation adéquate sur le processus du vieillissement et sur les syndromes gériatriques, parce que cette condition fait partie intégrante de notre réalité humaine.

En cultivant ainsi les réseaux d'entraide sociale et en entretenant des relations intergénérationnelles, c'est un engrenage de solidarité que nous mettrons en mouvement, dans lequel chacun se sentira valorisé, soutenu et désiré. Et ce sera profitable pour la société tout entière.

1. Voir www.amgq.ca/telechargement/Documents/Le_Geriatre_au_Quebec/G_LesGeriatresAuQuebec_Doc2_v6_SansFiligrane.pdf

2. Voir www.iugm.qc.ca/avantage.html et www.creges.ca.

3. Le Mouvement Albatros du Québec, Carpe Diem – Centre de ressources Alzheimer, Les Petits frères, L'Appui, l'Alliance Québécoise des Citoyens Hébergés, etc.

Aubert Martin est directeur général à Vivre dans la dignité, un organisme citoyen québécois, à but non lucratif, areligieux et sans affiliation politique, qui vise à promouvoir la protection de la vie et de la dignité, inhérente et inaliénable, des personnes rendues vulnérables par la maladie, la vieillesse ou le handicap.

PETITE ÉCONOMIE

Économie : du grec *oiko* (foyer, maison) et *nomia* (gestion, administration). Vu comme cela, on réalise que l'on n'est pas très loin de l'écologie. D'après l'encyclique *Laudato si'* du pape François, l'écologie intégrale consiste d'ailleurs à cultiver toutes les dimensions de notre vie (économique, spirituelle, relationnelle, naturelle, etc.). Les textes de « Petite économie » proposent donc quelques trucs en ce sens.

À CROQUER SANS CULPABILITÉ

C'est bientôt Pâques ! Si elle accompagne savoureusement de nombreux évènements, la consommation de chocolat n'est pas sans conséquences sur notre maison commune et sur ses habitants. Découvrez des cacaos dont l'amertume n'atteint pas le cœur.

CACAO BIO ET ÉQUITABLE

Le cacaoyer (Theobroma cacao) est originaire d'Amérique du Sud. Il a été introduit en Afrique au début du 19e siècle, où se trouvent désormais les trois quarts de la production mondiale.

L'engouement généralisé pour le chocolat entraine la déforestation au profit de la plantation de monocultures de cacaoyers. Le cacaoyer est cependant un arbre de sous-bois ; il est tout à fait possible de le cultiver tout en maintenant la forêt. Lorsque la cacaoculture est pratiquée sous couvert forestier, la végétation naturelle continue alors à procurer des habitats pour plusieurs espèces d'animaux, le feuillage fournit de l'engrais aux cacaoyers et le maintien de la biodiversité offre une protection contre les maladies et les ravageurs.

La production de cacao biologique protège également les producteurs et les consommateurs des pesticides.

De son côté, le cacao équitable permet de redistribuer les richesses entre les cultivateurs, les exportateurs et les confiseurs. En production industrielle, les confiseurs font 30 fois plus de profit que les exportateurs et les cultivateurs de cacao, et six multinationales contrôlent 80 % de la chaine de production.

Le commerce équitable garantit aux producteurs des revenus corrects, peu importent les fluctuations en bourse du cours du cacao. De plus, les producteurs sont souvent payés avant la récolte, afin que les conditions de culture difficiles de certaines années n'influencent pas leur rémunération.

Voici quelques grandes marques largement distribuées au Québec. Également, n'hésitez pas à soutenir le chocolatier artisanal de votre quartier et à lui faire part de votre intérêt pour l'équitable et le biologique !

OÙ S'EN PROCURER ?

Theobroma Chocolat
Cette compagnie de Québec produit des chocolats équitables, biologiques, sans OGM, sans gluten et souvent sans lait. [www.theobromachocolat.com]

Concept Chocolat
Chocolaterie établie à La Salle, Concept chocolat propose des chocolats raffinés (pralines, ganaches, etc.) en plus de produire une gamme de tablettes de chocolat biologique et équitable. [http://conceptchocolat.com]

Giddy Yoyo
Cette compagnie ontarienne produit des tablettes de chocolat de l'Équateur équitables, biologiques et crues. Leurs chocolats sont certifiés sans produits laitiers, sans arachides, sans soya et sans gluten. [http://shop.giddyyoyo.com]

Marque Camino de la Coopérative La Siembra
Cette coopérative d'Ottawa produit des chocolats biologiques et équitables depuis 1999, en traitant directement avec des cultivateurs de neuf pays. [www.lasiembra.com]

Divine Chocolate
Le cacao du chocolat équitable Divine est produit par la coopérative Kuapa Kokoo, qui regroupe 85 000 cultivateurs du Ghana. [www.divinechocolate.com]

Ariane Beauféray
ariane.beauferay@le-verbe.com

Photo : Léa Robitaille

PARTOUT.

DANS TA RUE. | **DANS TA BOITE POSTALE.** | **DANS TON ORDI.** | **DANS TES OREILLES.**

Tous les lundis
9 h Radio VM
17 h Radio Galilée

Québec	Beauce	Saguenay–Lac-Saint-Jean	Montréal	Victoriaville	Trois-Rivières	Sherbrooke	Rimouski
90,9	**102,5**	**106,7**	**91,3**	**89,3**	**89,9**	**100,3**	**104,1**

Postes-publications N°40063100