



Lecture-spectacle par le
COLLECTIF
des Maux envolés

Vieillir?

Pas le temps!

Recueil de textes de 5 auteu-trices

Colette Boët, Jean Paul Brohée,
Isabelle De Vriendt, Nathalie Nagel et Pinya

Avec la participation de Romain De Bock

ScriptaLinea

Quelques mots sur ScriptaLinea

Le recueil de textes *Vieillir ? Pas le temps !* a été réalisé par le Collectif des Maux envolés à l'initiative de l'aisbl ScriptaLinea – en français « Collectifs d'écrits ».

ScriptaLinea se veut un réseau, un soutien et un porte-voix pour toutes les initiatives collectives d'écriture à but socioartistique, en Belgique et dans le monde. Ces initiatives peuvent se décliner dans différentes expressions linguistiques : français (Collectifs d'écrits), portugais (Coletivos de escrita), espagnol (Colectivos de escritos), néerlandais (Schrijverscollectieven), roumain (Colectiv de scriere / scriere creativă), anglais (Writing Collectives) ...

Chaque collectif d'écrits rassemble un groupe d'écrivain·e·s (reconnu·e·s ou non) désireux·ses de réfléchir ensemble sur le monde qui les entoure. Ce groupe choisit un thème de société que chacun·e éclaire d'un texte littéraire, pour aboutir à une publication collective, outil de sensibilisation et d'interpellation citoyenne et même politique (au sens large du terme) sur la question traitée par le collectif d'écrits. Une fois l'objectif atteint, le collectif d'écrits peut accueillir de nouveaux et nouvelles participant·e·s et démarrer un nouveau projet d'écriture.

Droits d'utilisation

Vieillir ? Pas le temps ! du Collectif des Maux envolés est produit par ScriptaLinea aisbl et mis à disposition selon les termes de la licence *Creative Commons 2.0* Attribution - Pas d'utilisation commerciale - Pas de modification [texte complet sur: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/fr/>]



ScriptaLinea, 2025

N° d'entreprise

BE 0503.900.845 RPM Bruxelles

Éditrice responsable

Isabelle De Vriendt

Siège social

Chaussée de Wavre, 205

B- 1050 Bruxelles (Belgique)

www.scriptalinea.org

Si vous voulez rejoindre un Collectif d'écrits,
contactez-nous via www.scriptalinea.org

COLLECTIF *des Maux envolés*

Les collectifs d'écrits sont nomades et se réunissent dans des espaces (semi-)publics : centre culturel, association, bibliothèque, etc. Il s'agit en effet pour le collectif d'écrits et ses lecteur·trice·s d'élargir les horizons, de renforcer le tissu socioculturel d'une région ou d'un quartier, et ce, dans une logique non marchande.

Les collectifs d'écrits se veulent accessibles à ceux et à celles qui veulent stimuler et développer leur plume au travers d'un projet collectif et citoyen, dans un esprit de volontariat et d'entraide. Chaque écrivain·e y est reconnu·e comme expert·e, à partir de son écriture et de sa lecture, et s'inscrit dans une relation d'égal·e à égal·e avec les autres membres du collectif d'écrits.

Chaque année en principe, les collectifs d'écrits se rencontrent pour découvrir leurs spécificités et les réflexions des uns et des autres sur notre société. Ils reconnaissent dans les autres parcours d'écriture une approche similaire qui amène chaque collectif d'écrits à coconstruire son propre projet. Cette démarche, développée au niveau local, vise à renforcer les liens entre individus, associations à but social et organismes culturels et artistiques, et ce, dans une perspective citoyenne qui favorise le vivre-ensemble, l'engagement, l'esprit critique et la création littéraire.

Isabelle De Vriendt

Coordinatrice de l'AISBL ScriptaLinea – en français « Collectifs d'écrits »



SCRIPTALINEA



Le Collectif des Maux envolés

Lancé en 2020, le Collectif des Maux envolés a publié son premier recueil de textes, *Vulnérables!*. Dans le sillage de ce voyage, il a entamé un nouveau parcours d'écriture, a hissé la voile des féminités, en a exploré les différents courants et a tenu le cap jusqu'en 2024.

Pour sa troisième escale, emmenant dans sa barque de nouvelles recrues, l'équipage, composé de quatre femmes et d'un homme, s'est aventuré dans une saison nommée Vieillir, que chacun-e porte en soi, avec ses histoires, ses tops et ses flops.

Son port d'attache se situe sur la commune d'Auderghem, à Babel'zin. Le Collectif y a fait le plein de vivre(s) et s'apprête à embarquer en 2026 de nouvelles voyageuses et de nouveaux voyageurs... Peut-être vous?

**Colette Boët, Jean Paul Brohée,
Isabelle De Vriendt, Nathalie Nagel et Pinya**
Membres du Collectif des Maux envolés de 2024 à 2026

Collectifs d'écrits

Du même collectif d'écrits ¹

Vulnérables!, 2022

Féminités, 2024

¹Tous les recueils sont téléchargeables gratuitement sur le site www.scriptalinea.org.

Table des matières

Pour s'y retrouver

10	Éditorial
13	En quelques décennies, <i>Nathalie Nagel</i>
15	Vieillir? La belle affaire!, <i>Colette Boët</i>
19	Anniversaire, <i>Pinya</i>
23	En catimini, <i>Isabelle De Vriendt</i>
25	Lettre d'anniversaire, <i>Romain De Bock</i>
27	À la banque, <i>Jean Paul Brohée</i>
33	J'ai rêvé..., <i>Texte collectif</i>
34	Discussion entre vieilles, <i>Nathalie Nagel</i>
39	Portrait, <i>Pinya</i>
43	Obsolescente, <i>Isabelle De Vriendt</i>
46	Le gâteau de Mamy Germaine, <i>Nathalie Nagel</i>
51	Vieillir dès la naissance, <i>Jean Paul Brohée</i>
57	Méditation, <i>Isabelle De Vriendt</i>

59	Le bouquet, <i>Texte collectif</i>
61	Questionnaire, <i>Pinya</i>
66	C'est l'histoire..., <i>Texte collectif</i>
69	Vers l'adieu, <i>Isabelle De Vriendt</i>
70	Vieillir, ou pas, <i>Colette Boët</i>
73	Dis-moi, c'est quoi, vieillir?, <i>Texte collectif</i>
80	Les auteur·trice·s
82	Les lieux traversés
87	Remerciements

Éditorial

*J'ai été ce que vous êtes.
Vous serez ce que je suis.*

Vieillir... Mot devenu tabou dans un monde d'écrans qui valorise la jeunesse, la santé et dans lequel quelques fous rêvent d'immortalité.

Vieillir... On nous met dans des cases, en fonction de notre âge, de notre apparence, de notre façon de parler...

Vieillir... Nous assistons, impuissant-e-s, au rythme des jours, des semaines, des saisons, des années.

Face au temps qui use nos cellules – muscles, neurones, tissus, peau – nous ne pouvons pourtant qu'accepter notre vulnérabilité et nos limites, jusqu'à la perte de notre autonomie. Et apprécier, dans notre être et autour de nous, toute la vie qui nous anime, quel que soit notre âge ! Une vie enrichie d'expériences qui nous transportent comme un voilier vers l'île de la sagesse. Où l'on accepte aussi qu'un jour on n'y soit plus.

Si vieillir touche toute personne dès la naissance, il est un moment où l'on peut se sentir en décalage. De nouvelles îles émergent, le monde se transforme et il est possible qu'on n'accoste jamais sur ces territoires naissants, par impossibilité ou par volonté.

Alors, la peur peut surgir, face au temps qui galope, à l'horizon qui s'assombrit. La jeunesse que l'on croyait éternelle s'éloigne de jour en jour. Le décalage se creuse entre ce qu'on ressent de l'intérieur et l'image qu'on renvoie. Déjà, comme les symptômes d'une maladie que l'on couve, pointent les premiers signes de l'âge ! La lutte est inégale. À la fin, la vieillesse gagnera.

Vieillir, c'est pourtant, avant tout, découvrir un autre rythme, celui de la sagesse et de l'acceptation. Le temps de l'essentiel à vivre et à oser se dire, le temps de transmettre et d'aimer, de s'aimer aussi dans qui on devient. Une île à apprivoiser, avec humour et tendresse.

Nathalie Nagel

En quelques décennies

À 10 ans, je pensais qu'à 20, on était vieux.

À 20 ans, je pensais qu'à 30, on était vieux.

À 30 ans, je pensais qu'à 40, on était vieux.

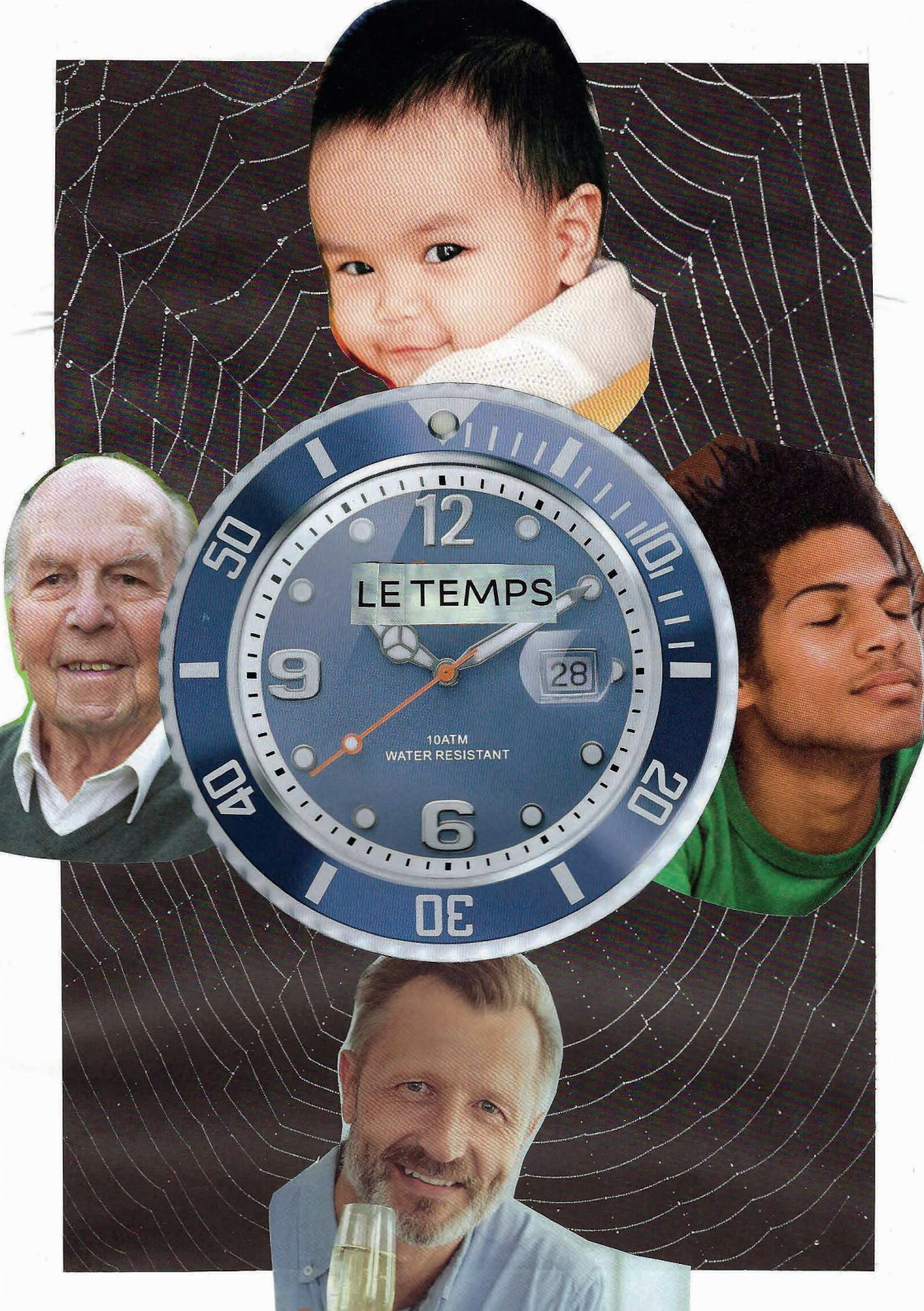
À 40 ans, j'ai arrêté de penser...

Ou plutôt, j'ai compris que ce que je pensais était faux.

Parce qu'à 40 ans, j'ai réalisé qu'à 30, je n'étais encore qu'une gamine.

Et maintenant que j'ai 50 ans, je regarde mes 40 avec nostalgie en me disant que j'étais jeune et dynamique.

Vieillir, c'est juste découvrir en permanence qu'on n'était pas si vieux que... la décennie d'avant !





Colette Boët

Viellir ? La belle affaire !

M'y voilà ! Je suis entrée dans la période décroissante et mon avenir se rétrécit peu à peu. Après m'être rebellée contre cet état de choses, j'ai fini par l'accepter. C'est beaucoup plus confortable...

S'appesantir sur son âge est complètement stérile, aussi ai-je décidé de tout faire pour bien vieillir, dans la mesure du possible. Avec le temps, je suis devenue plus pondérée, plus conciliante, plus sereine.

Je vis à présent en accord avec moi-même, ce qui n'était pas le cas auparavant, loin de là ! Je me concentre plus sur mon moi intérieur.

Il est vrai qu'entrer dans la dernière saison, le début de l'hiver, m'oblige à faire une sorte de bilan de ma vie passée, sans m'appesantir inutilement sur le « avant ».

Je ne perds plus mon temps dans des discussions stériles, je fuis comme la peste les personnes négatives et les donneurs de leçon, j'ai mieux à faire !

Au saut du lit, j'entame ma journée avec bonne humeur, curieuse de ce qu'elle va m'apporter. Il y a bien sûr les jours où l'humeur est plus chagrine, alors j'essaie de me faire plaisir, je m'achète un vêtement, je me laisse tenter par un nouveau livre, une belle plante.

J'ai la chance d'avoir encore mon compagnon, alors nous partons marcher dans la campagne environnante et nous devisons tranquillement, histoire de me changer le mental. Il m'est d'un grand secours quand j'ai le moral en berne.

Pinya

Anniversaire

Coucou moi! Tu as 68 ans aujourd'hui.

Déjà j'y ai pensé cette nuit, car maman m'avait toujours dit que j'étais née un jeudi, vers 4 heures du matin... et ses mots me sont venus à l'esprit.

Comment tu te sens? Différente, égale, contente, embêtée?

Non, non, plus tôt très bien, en forme, sans arrière-pensée et surtout pas vieille!

Je pense aux activités que j'aurai pendant la journée, activités qui me plaisent et qui me rendent très motivée et avec des envies d'avancer... avec un grand «A».

Il y a du soleil. Et avril est un mois délicieux, je trouve.

En plus, mon corps me dit «chocolat». Il faut en acheter pour partager, et du bon quand même. Autant pour fêter mon anniversaire de «jeune fille», que pour le partager avec des gens très agréables.

Je marche d'un très bon pas. Rien dans mes articulations ni dans ma tête ne «me dérange»... Faux!, j'ai eu deux émotions! Une de la part d'un de mes frères, qui m'a envoyé, de Barcelone, de superbes félicitations faites par lui et qui m'ont fait pleurer... L'âge ramollit? Non, non, il n'y a pas d'âge pour les émotions, les ressentis, les remerciements, la joie!

L'autre émotion, c'était l'oubli de deux personnes, très, très proches, de me souhaiter « Bon Annif », quand on s'est parlé. Je leur ai dit que je ne pardonnerai pas!... L'âge nous rend moins cool? Non, non, ici, je suis passée tout de suite à autre chose, car je n'ai pas le temps, l'envie, ni le gout pour la souffrance, aucune envie de m'arrêter dans ma lancée heureuse.

Mais je ressens que je ne pardonne pas, mais que je passe haut la main, à autre chose.

Coucou moi! Bon anniversaire, plein de belles choses, de personnes à découvrir, à aimer. Des nouvelles expériences qui me font penser que j'ai « beaucoup » devant moi.

Soleil, Avril, Anniversaire, Gaieté, Paix, Amitié, Amour,
Chaleur humaine...

Pinya

68 ans le 04 avril 2025

Isabelle De Vriendt

En catimini

J'arrive aux âges où l'on oublie son âge, quand on nous le demande, si l'on ose encore nous le demander. Il faut se mettre à calculer, relier l'année de notre naissance à l'année qu'on traverse, comme en terre inconnue. Ce sont les âges bénis de l'humilité et de la sagesse naissantes, les âges où les cris du moi se taisent enfin.

L'année dernière, j'ai savouré l'expérience de vivre le jour de mon anniversaire en catimini. Un jour comme un autre, un jour en plus qu'hier, certes. Mais aussi un jour où l'on fait honneur à la vie qui nous habite. Personne autour de moi ne savait que ce jour était « le mien », et vivre dans le secret de mon âme cette gratitude d'être vivante était comme une joie qui s'ajoutait à ma joie.

Vivre incognito le jour de son anniversaire... quelle aubaine ! Non que je critique ou rejette les vœux d'anniversaire ni les fêtes ! Pas de jugement, ici. Juste le plaisir de vivre dans le secret, le silence et la paix ce jour si particulier qui revient, d'année en année.

Ce jour-là, j'ai fait honneur à ce corps qui s'est ouvert à notre atmosphère il y a plus d'un demi-siècle ; je me suis offert une longue promenade sensorielle et solitaire dans les contreforts du Jura. Et j'ai savouré le repas du soir plus encore que les autres jours.

Cette année encore, je vivrai cette date incognito, je m'en réjouis déjà. Je ferai honneur non seulement à la naissance de ce corps, à cette âme, sur cette Terre, mais aussi à celle qui m'a mise au monde... et qui, aujourd'hui, n'est plus.





Romain De Bock

Lettre d'anniversaire

4 février

Parrain,

Certains diront que la soixantaine est synonyme d'une fin de jeunesse, que tu entres dans l'automne de ta vie, que les plus belles années de ton existence sont derrière toi, et toutes sortes de conneries comme ça.

Mais ces gens-là n'ont pas conscience d'une tout autre réalité, celle qui existe dans le regard que j'ai quand je te vois, car la personne que je vois n'est pas l'image d'une personne de 60 balais en bout de course, mais celle de trois jeunes hommes de 20 fraîches années pour qui la vie se réinvente sans cesse.

Il n'y a que le présent qui compte vraiment, et ce que l'on en fait, ne l'oublie jamais.

Gros bisous, je pense fort à toi. Et profite pleinement du jour qui t'a vu naître sur cette belle boule bleue.

Romain

Jean Paul Brohée

À la banque

Christophe, du haut de ses soixante-douze printemps, a toujours eu une relation simple et cordiale avec sa banque. Il se souvient avec nostalgie de l'époque où cinq guichets, toujours occupés par des employés qu'il connaissait personnellement, étaient à sa disposition. Ces messieurs et ces dames, toujours souriants et patients, prenaient le temps de discuter avec lui, de s'enquérir de sa santé et de celle de son épouse.

À cet âge, Christophe est toujours en bonne forme physique et s'efforce de rester « à la page » par rapport aux évolutions sociétales. Il préfère fréquenter les « actifs » plutôt que des pensionnés oisifs.

Bien qu'il reconnaisse avoir par moments des réactions de « vieux con » par rapport à la tournure que prend la société en général, il tente de se convaincre que c'est inéluctable et que c'est à lui de s'adapter.

Il admet que la numérisation des services publics et des prestataires en général a fait évoluer la vie des citoyens et des travailleurs dans une mesure encore inimaginable il n'y a pas si longtemps.

La révolution digitale a transformé la société de manière aussi radicale, sinon plus, que jadis l'industrialisation et la machine à vapeur!

Homo digitalis remplacera bientôt l'homo sapiens...

Sapiens, c'est-à-dire sage?

Lorsque l'on considère l'état de la planète, que nous, les « baby-boomers », laissons à nos enfants, le qualificatif de « sapiens » peut sembler fort mal adapté. Mais ne nous égarons pas.



Il y a quand même les banques.

Parlons-en, des banques!

Il subsiste de moins en moins d'agences. Celle qu'il fréquentait, toute proche de son domicile – le personnel, des voisins, quasiment des amis – a fermé ses portes l'année dernière. Maintenant, il doit prendre un bus pour rejoindre l'agence la plus proche.

Plus de guichets ni de chaises pour patienter.

Comme unique point de contact avec l'établissement bancaire : un écran tactile qui vous nargue.

Et aussi, pour accéder aux bureaux, une porte soigneusement close avec, à côté d'elle, un bouton de sonnette et un parlophone.

– Appuyons ! marmonne-t-il.

Après un temps d'attente non négligeable, une voix nasillarde se fait entendre: «Vous avez rendez-vous?»

– Euh ! Christophe Burneau, ici, Madame.

– Vous avez rendez-vous ? C'est uniquement sur rendez-vous, aujourd'hui.

– Euh, je voulais juste en demander un...

– Comment ?

– Je voudrais rencontrer une personne de la banque.

– Oui ! Je comprends. Faut prendre rendez-vous.

– D'accord ! Donnez-moi un rendez-vous.

– Faut aller sur le site.

– Le site ? Le site de la banque ? Mais j'y suis, Madame, à la banque.

– Non, Monsieur. Sur le site internet.

– Justement, c'est entre autres parce que sur mon ordinateur j'ai à chaque fois un message qui dit : «le site rencontre un problème.

Veillez essayer ultérieurement ou contactez votre banque».

C'est ce que je fais : je vous contacte.

– C'est probablement parce que vous n'avez pas la dernière version de Windows. Connectez-vous avec votre smartphone.

– Je n'ai pas de smartphone, Madame.

– Désolée, Monsieur. Voyez avec notre «helpdesk».

«Clac». L'interlocutrice a raccroché.

Christophe décide de ne pas insister et de se contenter de prélever deux cents euros en cash sur son compte.

Il constate alors qu'en dehors de cet écran tactile inutile, les deux machines distributrices d'argent ont disparu ! À leur place, une affiche annonce que «pour mieux servir la clientèle, des guichets distributeurs ont été installés en trois endroits différents de la Commune». Les adresses sont mentionnées.

– Pour mieux servir ? Mieux servir en supprimant les machines ? Et les extraits, alors ? bougonne-t-il.

Et d'ajouter, bien haut :

Mais de qui se moque-t-on ?

– Vous avez bien raison, Monsieur, dit une autre cliente qui vient d'entrer dans l'établissement et découvre, comme Christophe, ce hall complètement vide avec sa porte fermée et le parlophone.

La rage au cœur, Christophe reprend son bus, lequel, il faut le reconnaître, à mi-chemin, l'amène pile à l'endroit des «nouveaux guichets Cash» mis à la disposition pour, comme ils disent, «mieux servir l'aimable clientèle».

Heureusement, il ne pleut pas, car ces guichets sont en plein air. Bonjour aussi pour la sécurité et la discrétion lorsque vous devez prélever de l'argent liquide en pleine rue.

«Veuillez insérer votre carte», intime la machine. Christophe obéit, non sans mal, car ses doigts tremblent quelque peu. «Veuillez entrer votre code PIN», continue la machine. Christophe s'exécute à nouveau, en espérant ne pas se tromper. Le code est le bon, mais la machine décide de bloquer sa carte avec la mention : «une erreur s'est produite, la carte a été inactivée et va être avalée»!

– Au secours ! s'écrie Christophe. Y a-t-il quelqu'un pour m'aider ?
Un jeune homme vêtu au logo du service bancaire «Cash» apparaît comme par miracle.

- Monsieur, il me semble que vous ayez un souci pour utiliser nos services.
- C'est le moins qu'on puisse dire. Vous pouvez m'aider ?
- Mais non, malheureusement. Sans rendez-vous, je ne peux rien faire pour vous..
- Ah ! Ici aussi ! Mais enfin, je veux juste retirer un peu d'argent pour faire mes courses !
- Monsieur, avec votre smartphone, vous pourriez effectuer toutes vos opérations depuis chez vous ou dans les magasins. C'est tellement plus simple et plus rapide.
- Un smartphone ? Mais comment diable fait-on fonctionner cette chose ?

Le jeune homme hausse les épaules.

- C'est très intuitif, Monsieur. Il suffit de télécharger l'app de votre banque et de suivre les instructions.
- L'app ? C'est quoi ça ?
- L'application de la banque pour le smartphone.
- Et c'est intuitif, dites-vous. Intuitif ! Je voudrais bien vous y voir si vous aviez mon âge ! Faudrait d'abord que j'en aie un, de smartphone.
- Désolé, Monsieur.

Texte collectif¹

J'ai rêvé...

J'ai rêvé que, m'étant rendue à la banque, j'ai été accueillie avec le sourire par ma vieille voisine. Elle est si vieille qu'elle a connu la première guerre. D'ailleurs, elle m'en parle à chaque fois que tu viens me voir, je me sens mieux et je voudrais te faire un cadeau amical, de tout cœur.

Quelle générosité, me dit-elle ! C'est pourtant un bijou que ta grand-mère t'avait offert à ta première communion, non ?

Oui, tu as raison. Mais, comme j'étais fauché comme les blés, j'ai dû le voler, j'ai risqué la taule, moi ! J'adore raconter cette histoire. Les gens me regardent différemment, tout de suite. Leur regard devient méfiant.

Je ne me méfie pourtant pas de toi !



¹ Texte résultant d'un jeu d'écriture automatique, comme les surréalistes, dans les années 1920 et au-delà, aimaient en pratiquer : exercice subversif et joyeux pour souligner l'absurde traversé par l'humanité, en temps de crises et de guerres.

Nathalie Nagel

Discussion entre vieilles

Comme à chaque fois qu'il fait beau, Renée et Marguerite se retrouvent sur leur banc. Elles ont expressément demandé au bourgmestre d'en installer un à cet endroit, elles estiment donc que c'est le leur. Idéal cet emplacement : juste en face de la sortie de l'école, qui elle-même est entourée de magasins. Le passage y est constant et nos deux amies apprécient ces mouvements de va-et-vient. Elles peuvent y passer des heures. La faune y est variée, disent-elles. Elles se revendiquent expertes en sciences sociales. Tout ce qu'elles ont appris, c'est grâce à leur banc. Et puis, ça passe le temps.

Elles ont rendez-vous aujourd'hui à 14 h 45. Leur banc est vide comme souvent le mardi à cette heure-là. Tant mieux, elles pourront discuter librement, sans langue de bois.

- Tu veux un petit bout de cake, Renée ?
- Encore un cake que tu as acheté tout fait au supermarché. Non merci !
- Mais pas du tout, celui du magasin, je ne le réserve qu'à mes petits-enfants. Ils n'apprécieraient quand même pas les heures de travail passées à faire une bonne pâtisserie.

Non, je t'assure, tu peux y aller franchement, il est 100 % fait maison.

Renée en prend un morceau après avoir longuement regardé dans le Tupperware. Son amie ne se permettrait quand même pas de lui mentir. Pour faire son intéressante, peut-être. Elle analyse le petit morceau qu'elle tient entre les doigts. Il a l'air frais et moelleux, la couleur et l'odeur lui en donnent l'eau à la bouche. Allez, zou, avalée la tranche de cake. Elle n'allait quand même pas risquer de la faire tomber.

- Alors ? Il n'est pas fait maison mon cake ?
- Possible. La qualité n'est pas trop mauvaise. Ça se laisse manger.
- Rhhhhooo Renée ! Tu es incroyable quand même. Tu n'es jamais contente. C'est toujours pareil avec toi. Un jour, je vais finir par te...
- Attends ! Renée la coupe dans son élan. Regarde, juste en face, Monsieur Bergo.

Marguerite oublie vite ce qu'elle voulait dire et cherche Monsieur Bergo du regard.

- Où ça ?
- Mais là, juste en face de la pharmacie ! Tu n'as pas les yeux en face des trous, dis donc.
- Il a mis son beau costume aujourd'hui. Je l'imagine bien avoir un rendez-vous galant. -- Qu'est-ce qu'il est bien de sa personne.
- Tu parles, il fait son malin, c'est tout. Tu l'imagines, toi, draguer à son âge ?
- Il a toujours de jolies dames à son bras. Oui, il pourrait très bien encore draguer. Et puis, il n'y a pas d'âge pour ça. J'aimerais bien moi qu'on vienne me draguer.
- Ça ne risque pas !
- Et pourquoi ça, je te prie ?
- Tu as déjà vu comment tu t'astiques ?
- Je t'informe que je vais acheter mes vêtements chez Damart. C'est de la bonne qualité.
- Eh bien, justement, tu devrais changer de crèmerie. Damart, c'est pour les vieux.

- Mais on est vieilles !
- Parle pour toi.
- Tu ne te sens pas vieille ?
- Être vieux, c'est dans la tête. Et puis, tant que je peux bouger, parler, venir m'asseoir sur mon banc et manger, je ne serai pas vieille.
- Tu oublies « critiquer ».

Renée tourne la tête violemment et regarde son amie d'un air mauvais.

- Je ne critique pas. Je commente. Ce n'est pas du tout pareil.
- Si tu veux.

Marguerite ne veut surtout pas contredire son amie, elle n'aurait quand même pas le dernier mot. Et puis, ça ne la dérange pas de se faire titiller par Renée. Ça anime les discussions et ça l'amuse.

- Dis Marguerite, tu iras bien voir le spectacle au Centre culturel vendredi ?
- Je ne raterais un spectacle de Gérard pour rien au monde.
- Tu l'appelles par son petit nom maintenant ? Vous êtes intimes ?
- On pourrait dire ça...
- Ah ?
- Nous entretenons un échange épistolaire !
- Gérard Darmon a le temps de t'écrire ? Pour le coup, Marguerite, tu me coupes la chique.
- Oui, oui, il a répondu à la lettre que je lui avais envoyée et il a même ajouté sa photo dédicacée.

- Fais voir !

Marguerite fouille dans son sac et sort une enveloppe.

- Regarde.
- Ah ah ah ! Ma pauvre Marguerite, c'est une lettre type sortie tout droit de l'imprimante de son assistante. Tu ne vois donc pas que ce sont des phrases bateaux ? Il n'y a rien de personnel dans ce courrier.
- Mais la lettre est signée.
- C'est une signature électronique.
- Électrique ? Une signature ?
- C'est un copier-coller.
- Un quoi ? Tu vois bien qu'il n'y a rien de collé sur cette lettre.
- Laisse tomber. Je te dis que ce n'est pas Darmon qui a personnellement signé cette lettre.
- Inutile de briser mon rêve, ça ne marche pas. Tu es jalouse, c'est tout.
- ...
- Tu vois bien, il a écrit mon nom sur la photo, ça prouve bien que c'est personnalisé, non ? – Et je ne pense pas qu'il confierait son courrier confidentiel à une secrétaire.
- Ta naïveté me surprendra toujours.
- Écoute Renée. Arrête de déverser ton fiel à tout va et fais comme moi, profite de la vie. Laisse-moi croire ce que je veux si ça me rend heureuse. Tu veux bien ? Je n'ai plus que quelques années devant moi et j'aimerais qu'elles restent belles et joyeuses. Je veux des cœurs et des étoiles dans les yeux. Je veux continuer à sourire aux gens qui passent. Je veux de la joie, des rêves et pas des cauchemars.

Pinya

Portrait

... Passe le temps, mes cheveux blanchissent à la racine, ils s'abiment, tombent de plus en plus, perdent leur éclat.

Mais avec des produits je les contrôle.

Je me regarde dans le miroir et je remarque de plus en plus de rides, la peau plus sèche, des taches...

Mais je me maquille, je mets des crèmes. Ça va.

Je remarque un peu moins de souplesse, moins de mobilité, un peu moins d'endurance.

Mais je suis très contente, encore, de tout ce que j'arrive à faire à la gym et à la danse.

Parfois, devant l'ordinateur, je me perds, je n'ai pas la facilité d'autrefois à y travailler, chercher, trouver, quand avant je le « dominais ». Ça me coûte !

Mais j'y arrive.

Je ne suis pas comme avant. Je sens que je vieillis tout, tout doucement. Je suis seule depuis des années...

Mais je suis autonome, en forme, jamais malade, très motivée, toujours en mouvement, avec plein de projets !

Je ne souffre pas, encore, de me sentir vieillir. Mais je ne vais pas rajeunir et je ne crains qu'une chose... Le moment où je serai dépendante, où je ne saurai rien faire toute seule, où il faudra demander de l'aide. Moi, si indépendante !



Le moment où j'attendrai quelqu'un qui sera disposé à m'accompagner dans mes démarches, à m'aider dans les soins à ma personne et qui, finalement, ne fera pas exactement ce que je souhaite. Qui prendra des décisions à ma place, un peu ou totalement. Perdrai-je un peu de mon identité ?

Y aura-t-il pour moi une maladie ? Une souffrance physique... en plus d'une souffrance psychologique ? De la douleur, de la solitude ? Tomberai-je dans l'oubli ?

Alors là, vraiment, je me sentirai vieille ! Et c'est là ma peur !!

Devant moi, la peur du Néant, de la Fin. De ne pas savoir ce qu'il y a après !!

Pensées : Peur de l'Autre Côté !

Perte d'Identité !

Rage d'une Dépendance !

Être Oubliée !

Solitude, Maladie, Souffrance !!





Isabelle De Vriendt

Obsoléscente

Faible vibration dans l'air,
ma voix

méconnaissable

Je me tais

Flou dans la tête

Je me perds

dans l'oubli

de ce que tu me dis

Ma peau

devenue parchemin

bleuit

noircit

J'ai froid

Mes membres se crispent

Mes jambes flageolent

Cœur et corps

me lâchent

Je ne suis plus que chute

Je tombe comme Alice

dans l'oubli de moi

Je voudrais partir
et
rester

Des mains
veulent me retenir
me freinent,
me poussent,
me font mal
parfois

Les regards se referment
sur mes failles
malade
vieille
usée
confuse

J'étouffe
m'enfonce dans le silence
dans l'absence

Plus faim de rien

Autour de moi
les mots m'enterrent
ignorent que j'entends
tout
encore

Je m'étire dans le sommeil
pour ne plus me cogner

pour ne pas voir
que je ne vois plus

pour ne plus faire
que rêver

m'échapper

me retirer
déjà
de la vie
sans fâcher
personne

Seule

Alors
sur ma main

une pause

une caresse

une promesse

Je ne suis plus
que cette main
réchauffée

Mémoire de toi
à emporter
dans l'éternité.

Nathalie Nagel

Le gâteau de Mamy Germaine

Mamy Germaine s'installe dans son fauteuil en soupirant, un de ces soupirs qui porte le poids de toutes les années qu'elle a accumulées. Elle attrape son tricot, ses doigts suivent encore naturellement le rythme. Elle se tourne vers son petit-fils, Jules, qui a les yeux vissés sur son écran de téléphone. Il est dans la même position depuis 45 minutes maintenant.

— Ah, Jules, tu sais... Mamy devient vieille, dit-elle en appuyant bien sûr le mot « vieille ».

— Mais non, Mamy ! T'es pas vieille, répond Jules sans lever les yeux de son écran.

— Je suis quoi alors ? Ma peau est toute ridée, on dirait l'écorce d'un arbre.

— T'es... euh... mûre !

— Mûre ? Tu me compares à une pomme, maintenant ?

Jules hausse les épaules.

— Une pomme, une banane, peu importe. Mais t'es pas vieille ! Regarde, tu fais encore des gâteaux au chocolat qui déchirent. Une vieille, ça ferait même plus ça. Ou alors, ses gâteaux ne seraient plus bons. Ou ressembleraient à des trucs bizarres.

Germaine ne peut s'empêcher de sourire, mais elle n'est pas dupe.

— Tu dis ça parce que tu veux que je t'en fasse un, avoue.

Jules lève enfin les yeux de son téléphone et la regarde avec un sourire malicieux.

— Peut-être. Mais sérieux, Mamy, t'es pas vieille. T'as même un smartphone !

Mamy Germaine fronce les sourcils.

— Je ne sais même pas comment utiliser le quart du tiers de ce fichu appareil. C'est ta tante qui me l'a offert en m'assurant que ça allait changer ma vie. À part appeler et envoyer des messages, je ne sais rien faire d'autre.

Jules éclate de rire.

— Ben, c'est pas faux ! Mais maintenant, tu peux voir des photos et des vidéos dans tes messages.

Germaine lève les yeux au ciel.

— Des vidéos ? Ça oui, mais vous n'êtes même pas dessus. Vous m'envoyez des choses qui sont soi-disant marrantes, mais franchement, je ne comprends plus rien à vos gadgets. Laquer quelqu'un, publier une poste, faire des sofies... c'est du chinois pour moi. Je te dis que je suis vieille. Mes genoux grincent, ma mémoire me joue des tours et mes lunettes font partie de mon anatomie. Je suis larguée.

Jules se lève et vient s'asseoir sur l'accoudoir du fauteuil.

— Écoute, Mamy, être vieux, c'est dans la tête. Tu te lèves encore pour râler sur le voisin qui tond trop tôt. Tu marches plus vite que maman au supermarché quand y'a une promo sur le café. Et surtout, tu connais toutes les chansons de Claude François par cœur. Moi, je dis, t'es une Mamy rock'n'roll.

Germaine esquisse un sourire. Elle aime bien ce petit, toujours prêt à lui remonter le moral.

— Tu crois? Peut-être que je suis «rock'n'roll», comme tu dis. Mais ça ne change pas le fait que j'ai des cheveux blancs.

Jules la regarde avec une expression faussement sérieuse.

— Les cheveux blancs, c'est juste parce que tu veux économiser sur les mèches.

Germaine éclate de rire, un vrai rire, celui qui chasse les nuages.

— D'accord, p'tit malin. Tu veux ton gâteau au chocolat, hein?

— Pas bête, Mamy.

La vieillesse, c'est surtout une question d'état d'esprit.



Jean Paul Brohée

Vieillir dès la naissance

Gédéon n'est pas un bébé difficile. Comme tous ses semblables, il n'a pour s'exprimer que deux possibilités : pleurer plus ou moins fort ou sourire. Pleurer lorsque cessent les caresses, lorsqu'on le couche, seul dans des draps froids, pleurer quand il n'est plus nourri, quand, une fois encore il se sent abandonné. Et il sourit quand il sent la chaleur du sein maternel, lorsque le lait s'écoule en lui.

À sa naissance, Gédéon, comme tous les bébés du monde, subit la souffrance inconsciente de l'individuation. Il devient une personne. Tout en lui le pousse à retourner d'où il vient. Là où il faisait si chaud, là où la nourriture venait sans entrave ni limites.

Mais c'est impossible.

Il y a bien quelques compensations. Être cajolé, caressé, nourri, lavé, changé...

Mais il faut les gagner.

Et le faire savoir !

Pleurer ou sourire. Pas d'alternative !

À la naissance, le cerveau de Gédéon est pratiquement vierge. Comme un ordinateur neuf !

Il a bien son « operating system », son « Windows » dirons-nous, grâce auquel il s'est mis à fonctionner déjà dans le ventre maternel. À en croire le psychanalyste Jung, chaque bébé hérite, dès sa naissance, de « valeurs » archaïques issues de l'imprégnation de ses ancêtres et que Jung appelle « l'inconscient collectif ».



Gédéon n'est donc pas dirigé par ses seules pulsions de désir (son « ça » freudien) mais aussi par une ébauche de « surmoi » que Freud définit comme l'héritier des interdits et des normes issus du « surmoi » des parents. C'est la Loi intérieure qui dicte ce qui est bien ou mal.

C'est la confrontation de ce « surmoi » naissant avec ce « ça » dominant qui va engendrer le « moi ».

« Moi » étant l'instance psychique à laquelle se rattache la conscience. C'est lui qui communique avec le monde extérieur. Son rôle est de préserver l'équilibre psychique du sujet en s'adaptant aux contraintes de la réalité extérieure.

En conclusion, laisser pleurer bébé (sans pour autant le traumatiser) peut contribuer à créer des frustrations utiles à l'apprentissage de l'attente, de la patience et au-delà de cela, à l'éducation.

Gédéon vieillit donc dès ses premiers jours. Ce sont les interactions agréables ou désagréables entre lui-même et le monde extérieur qui au fil des jours, forgeront sa personnalité, sa conscience.

Une question se pose.

Gédéon sera-t-il « heureux » ? Aura-t-il les atouts pour « réussir sa vie » ?

Si l'on excepte les nombreux aléas et les menaces qui pèsent sur lui tout au long de sa vie (accident, maladies physiques ou mentales, catastrophes naturelles ou sociétales), on est en droit de penser que l'éducation parentale, familiale, scolaire associée aux événements de la vie, orienteront notre Gédéon vers la voie que souhaite la majorité.

Gédéon, bien élevé, aimé de sa famille, ayant fréquenté de bonnes écoles et disposant des qualités physiques et psychiques nécessaires, a toutes les chances de vivre une belle vie. Et en corollaire, d'être apprécié, aimé et utile à ses proches, voire à la société.

Une bonne éducation suffit-elle à générer des adultes bienveillants, sociables, généreux ?

Des « honnêtes gens » ?

Formulons une hypothèse. On accorde un « score de civilité » à un échantillon représentatif d'individus a priori sains d'esprit. Par exemple, de zéro à dix, les salauds absolus où pourraient se retrouver les criminels de guerre, les tueurs en série ; de dix à vingt, les pervers, les escrocs, les meurtriers ; entre vingt et quatre-vingts, les citoyens « normaux » dont le score se calcule selon leur comportement, des moins égoïstes aux plus généreux ; enfin, de quatre-vingts à cent, les héros, les Justes, les Saints. Et si l'on place ces résultats sur une courbe, il y a fort à parier qu'apparaîtra une courbe gaussienne relativement symétrique.

Avec une large majorité de « braves gens ».

Les vécus successifs vont influencer et construire le « ça », le « surmoi ». Ainsi, le développement du « moi », qui combine les pulsions d'une part et les interdits d'autre part, commence dès les premiers jours et se poursuit tout au long de la vie.

Des théories s'affrontent.

L'approche freudienne qui implique un conflit interne constant entre les pulsions (ça) et les contraintes sociales (surmoi) dès la naissance. Rousseau, au contraire, soutiendrait que ces « interdits » (le surmoi) sont précisément ce qui altère notre bonté naturelle.

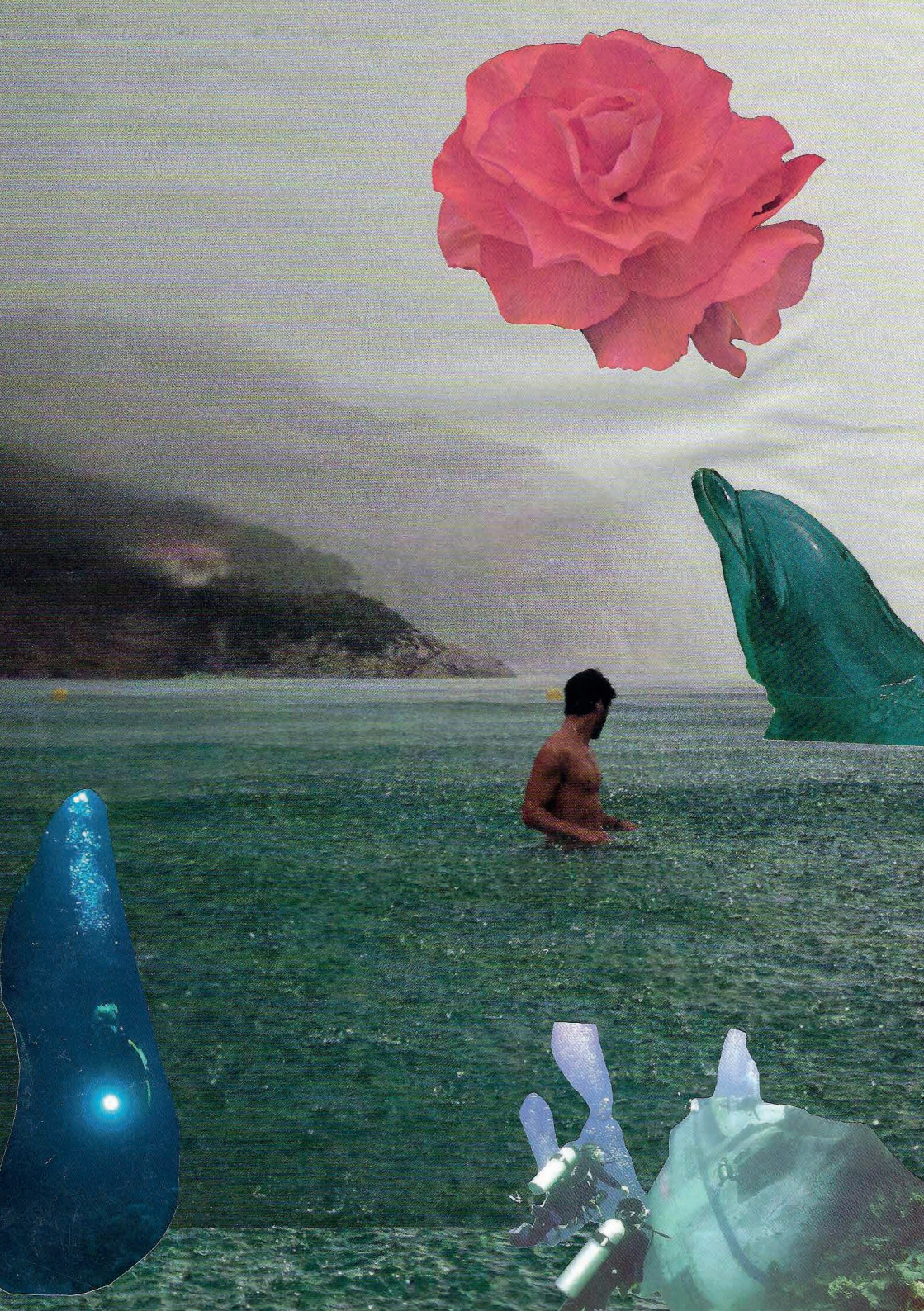
Pour Freud, les expériences successives, surtout au sein de la famille et de la société, sont essentielles pour la formation et le développement du moi et du surmoi. Elles façonnent notre identité. Pour Rousseau, l'Homme naturel est fondamentalement bon et empathique.

Il considère l'influence sociétale comme une force principalement corruptrice.

À méditer.

Et comme le chantait Dutronc :

*Quatre-vingts millions d'Indonésiens
Et moi, et moi, et moi
Avec ma voiture et mon chien
Son Canigou quand il aboie
J'y pense et puis j'oublie
C'est la vie, c'est la vie
Trois ou quatre cents millions de noirs
Et moi, et moi, et moi
Qui vais au brunissoir
Au sauna pour perdre du poids
J'y pense et puis j'oublie
C'est la vie, c'est la vie*



Isabelle De Vriendt

Méditation

Vieillir

Deviner

 dans le visage de l'ancien
 les traits de l'enfant

Inventer

 du bébé assoupi
 un à venir adulte

Écouter

 invisibles
 les douleurs
 la fatigue

Caresser la cadence

Étirer les heures

Y retrouver l'humain

Installer dans les jours

 la saveur de l'amour

Et refuser les poisons

Texte collectif¹

Le bouquet

Le bouquet dans le pot, derrière toi, vieillit tout doucement, perd sa splendeur, moisit, tombe, perd son éclat, s'éteint doucement, dans la pénombre. Devenu invisible dans la nuit tout autour, il avance en silence. Il se cogne aux meubles, renverse la lampe à pétrole et déclenche un début d'incendie. Il a fallu évacuer tout le home et ce ne fut pas une mince affaire. Jeannine et son rolator ont marché sur mes orteils, quelle douleur et un bon plâtre. La prochaine fois, je les évite... tous les deux !

Je rentre chez moi, encore énervée, tremblante de colère, et j'allume la radio. Quelle n'est pas ma surprise quand j'apprends que nous avons enfin un nouveau gouvernement ! Six mois après les élections.

¹ Texte résultant d'un jeu d'écriture automatique, comme les surréalistes, dans les années 1920 et au-delà, aimaient en pratiquer : exercice subversif et joyeux pour souligner l'absurde traversé par l'humanité, en temps de crises et de guerres.





COLLECTIF
des Maux envolés

Pinya

Questionnaire

Cochez la case correspondante

- 1 = pas du tout d'accord
- 2 = moyennement d'accord
- 3 = d'accord
- 4 = plutôt d'accord
- 5 = tout à fait d'accord

« On ne peut pas s'empêcher de vieillir, mais on peut s'empêcher de devenir vieux. »

Henri Matisse

1	2	3	4	5
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

« Cacher son âge, c'est comme supprimer ses souvenirs. »

Arletty

1	2	3	4	5
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

« Vieillir ensemble, ce n'est pas ajouter des années à la vie, mais de la vie aux années. »

Jacques Salomé

1	2	3	4	5
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Selon vous, on devient senior à :

40 ans 45 ans 50 ans 55 ans 60 ans 65 ans 70 ans 75 ans 80 ans Plus de 85 ans

(T) Selon vous, on devient vieux à partir de :

40 ans 45 ans 50 ans 55 ans 60 ans 65 ans 70 ans 75 ans 80 ans Plus de 85 ans

On est vieux quand :

- ▷ On adapte son logement (remplacer sa baignoire par une douche)
- ▷ On souscrit une assurance vie
- ▷ On souscrit un contrat obsèques
- ▷ On emploie une aide-ménagère à domicile
- ▷ On organise sa retraite
- ▷ On quitte son logement pour une maison de retraite
- ▷ On prend ses dispositions pour la transmission de son patrimoine
- ▷ On renonce à un animal de compagnie
- ▷ On connaît des problèmes de santé (baisse de forme, baisse de la vue, baisse de l'audition, ménopause...)
- ▷ On a des difficultés pour marcher et/ou on doit utiliser une canne
- ▷ On ne peut plus conduire en toute sécurité pour soi et pour les autres
- ▷ On a des problèmes de mémoire
- ▷ On a des changements physiques (cheveux gris, rides, taches sur la peau, presbytie...)
- ▷ On a besoin d'aide dans les tâches de la vie quotidienne (courses, ménage, toilette, prise de repas...)
- ▷ On s'achète moins/on ne s'achète plus de nouveaux vêtements
- ▷ On a une baisse de la vie sexuelle

Bien vieillir, c'est :

- ▷ Avoir une alimentation équilibrée et variée
- ▷ Faire de l'exercice physique quotidiennement
- ▷ Poursuivre une activité professionnelle
- ▷ Avoir une vie associative
- ▷ Avoir des loisirs (voyages, activités manuelles ou intellectuelles...)
- ▷ Avoir une vie amoureuse
- ▷ Avoir une vie sociale riche/des relations de qualité.
- ▷ Avoir de la famille/une situation familiale

Demain, grâce aux progrès de la médecine et de la science, notre espérance de vie en bonne santé pourrait être de 150 ans ou plus. C'est possible ?

Oui Non Je ne me prononce pas

C'est souhaitable ?

Oui Non Je ne me prononce pas

Avez-vous une vieillesse plus heureuse que celle qu'ont eue vos parents? Pourquoi?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Questions ouvertes :

Avez-vous du mal à fêter votre anniversaire?

Que signifie pour vous vieillir?

Qu'est-ce qui fait qu'on vieillit?

Quel est le secret pour ne pas vieillir?

Texte collectif

C'est l'histoire...

C'est l'histoire d'une vieille personne qui a acquis beaucoup d'expérience. Elle a pris beaucoup de poids, qu'elle a très difficile à perdre. Ces kilos l'empêchent de se déplacer, de monter les marches, de sortir dans la rue, de prendre le bus. Alors, de plus en plus, elle reste enfermée à la maison. Elle est veuve depuis six mois. Et, comme c'est la tradition en Grèce, elle doit s'habiller de noir. Pourtant, elle n'est pas malheureuse. C'est son tortionnaire qui a disparu. Elle est libre, enfin ! Mais elle s'habille de noir. Et elle s'étonne : elle reperd le poids qu'elle avait pris.

Or, si son mari est parti, son amour de jeunesse est toujours là, avec un espoir de vieillir ensemble.

Vieillir ensemble... C'est ce que j'espère avec lui. Et, en fait, j'ai peur de partir avant lui parce qu'il a peur de rester seul. Et en même temps, je préférerais partir avant lui parce que, sans lui, si ça arrivait, l'inverse, je serais perdue.

Alors, elle lui en parle, et lui, il dit : « Mais enfin, Régine, profitons de chaque moment, cueillons chaque jour que la vie va nous offrir puisque nous pouvons enfin, enfin, vivre notre amour. »

Elle lui a promis de ne pas partir en home, même si elle était une personne à mobilité réduite. Elle va continuer à vivre librement et profiter de son temps libre avec épanouissement.

C'est alors qu'ils décident de partir pour faire un beau voyage, un voyage dans un pays qui les rendrait heureux tous les deux. Ils prendraient un mois, puisqu'ils n'ont plus de contrainte, ni d'un côté ni de l'autre. Un mois juste pour eux, juste pour profiter, juste pour être ensemble. Et enfin, partager tous les moments qu'ils n'ont pas pu partager avant. Ils réfléchissent à la destination et se disent : « Au diable les manques, la solitude, les maladies et les traditions. Nous sommes ensemble jusqu'au bout. La vie est encore là, pour nous. Profitons-en ! »

Et cette sensation de vieillesse, elle est partie comme un oiseau en plein vol, pour passer à une allégresse interne et une joie de vivre.

Isabelle De Vriendt

Vers l'adieu

Visite de famille
Regards en peine
Dégringolade

Pyjama replié
Habits de la veille
Félicitations!

Regard lumineux
Voix assurée
Embellie

Lit médicalisé
Chaise percée
Antichambre

Dernière tendresse
Main dans la main
Pression d'amour

Colette Boët

Vieillir, ou pas

On a l'impression de vieillir alors qu'il faut voir aussi loin que possible, même si notre avenir se rétrécit peu à peu...

Des amis et connaissances, des membres de sa famille disparaissent au fil du temps et nos enfants sont tout à coup devenus de grands adultes, c'est surtout là que nous sentons que nous sommes dans la période du vieillissement! Nous arrivons dans une période décroissante.

Le miroir devient un témoin gênant, c'est un révélateur impitoyable! Qui n'a pas guetté la première ride, le premier cheveu blanc? Plus tard, inconsciemment, on les fuit...

À noter qu'il y a une disparité entre les hommes et les femmes, comme toujours!

C'est un peu comme si on ne pardonnait pas à la femme de vieillir alors que, pour l'homme, c'est acceptable.

C'est ainsi que, pour beaucoup de femmes, on cherche à paraître plus jeune, car on ne renonce pas facilement à la jeunesse. La vague de jeunisme ambiant, à tout crin, nous atteint, alors on cache ses cheveux blancs par de belles teintures, on s'habille plus jeune et la chirurgie esthétique a de beaux jours devant elle...

On peine à dire son âge et les fêtes d'anniversaire perdent leur saveur.

Il ne faut surtout pas s'abandonner au désespoir de vieillir, surtout pas!

Être actif empêche de se voir vieillir, de faire un retour sur soi.

Il est certain que nous sommes freinés dans nos élans et qu'il nous faut plus de temps pour récupérer si nous avons présumé de nos capacités dans l'action.

Nous savons pertinemment que nos capacités diminueront, notre corps subira les outrages du temps. Ainsi viendra le temps où on nous appellera « personnes âgées » ou pire, « vieilles personnes »...

En attendant ce moment fatidique, gardons l'amour de la vie, épanouissons-nous encore, restons curieux de la vie, continuons à apprendre, car nous avons encore de beaux et bons jours à vivre!

ET IL Y A URGENCE À VIVRE !!!

RALENTIR

30
km

COLLECTIF
des Maux envolés

Texte collectif

Dis-moi, c'est quoi vieillir ?

- Quel âge as-tu ?
- 8 ans et demi.
- Que penses-tu de ton âge ?
- J'aimerais bien être plus grande pour tout décider et faire ce que je veux.
- Selon toi, à partir de quel âge est-on « vieux » ?
- C'est quand on arrête de travailler. Si on ne peut plus travailler, c'est qu'on est vieux. Ou... Si on est vieux, on ne peut plus travailler, je ne sais pas.
- Comment te sens-tu à l'idée d'arriver un jour à l'âge de la vieillesse ? Ça te fait quoi ?
- Je n'ai pas trop envie d'y arriver. Quand on ne travaille plus, on n'a plus d'argent pour s'offrir ce qu'on veut. Et moi, j'aimerais bien m'acheter plein de trucs chouettes, voyager...
- Pour toi, quelle image représente le mieux l'idée de vieillir ?
- C'est comme quand les batteries sont plates. D'abord, ça ne fonctionne plus très bien et puis ça ne fonctionne plus du tout.
- Comment tu te représentes une vieille personne ?
- C'est se plaindre tout le temps : les vieilles personnes ont toujours mal quelque part, il n'y a jamais personne qui vient les voir, elles n'ont pas assez d'argent pour faire leurs courses...
- Comment imagines-tu ta vie quand tu seras « vieille » ?
- Je serai une Mamy super cool. J'emmènerai mes petits-enfants en vacances et à la plaine de jeux. Je leur apprendrai à faire des gâteaux et je leur offrirai plein de bonbons.

- Quel âge as-tu ?
- Je viens d'avoir 12 ans.
- Que penses-tu de ton âge ?
- J'aime bien. Mais je me trouvais plus mignon quand j'étais petit.
- Selon toi, à partir de quel âge est-on « vieux » ?
- À partir de 30 ans, car on devient trop sérieux.
- Comment te sens-tu à l'idée d'arriver à cet âge-là ? Ça te fait quoi ?
- Je n'y pense pas encore. Je préfère profiter des bons moments au maximum.
- Pour toi, quelle image représente le mieux l'idée de vieillir ?
- C'est comme quand tu chiffonnes un papier ou un vêtement. Il y a plein de plis qui ne partent plus.
- Que signifie vieillir ?
- C'est grandir, évoluer, être plus mature. On devient beaucoup plus sérieux, aussi.
- Comment imagines-tu ta vie quand tu seras « vieux » ?
- Je voudrais bien encore bouger et m'amuser, mais je crois que ce ne sera plus possible.

Version IA d'un enfant qui n'a pas sa langue dans sa poche

- Quel âge as-tu ?
- J'ai 10 ans.
- Que penses-tu de ton âge ?
- C'est l'âge parfait : je ne suis plus un bébé, mais je peux encore faire quelques bêtises sans me faire gronder.
- Selon toi, à partir de quel âge est-on « vieux » ?

- 40 ans ! Ça ne fera pas plaisir à mes parents. Mais je les entends bien dire qu'ils ont mal au dos quand ils se penchent pour ramasser leurs pantoufles.
- Comment te sens-tu à l'idée d'arriver à cet âge-là ? Ça te fait quoi ?
- Je me dis que c'est encore dans très longtemps. J'ai encore plein de temps pour m'amuser. Mais quand même, je ne voudrais pas être vieux trop vite et passer mon temps à chercher où j'ai mis mes lunettes.
- Pour toi, quelle image représente le mieux l'idée de vieillir ?
- C'est comme un ballon qui se dégonfle. Tout doucement. Et qui se retrouve tout mou et tout flétri à la fin.
- Que signifie vieillir ?
- C'est quand tu as des cheveux blancs, que tu as mal partout, que tu racontes toujours les mêmes histoires et que tu fais des siestes après avoir mangé.
- Comment imagines-tu ta vie quand tu seras « vieux » ?
- Je serai assis dans mon fauteuil avec une couverture, je choisirai les programmes télé que je veux et je mangerai ce que je veux parce qu'à cet âge-là, on s'en fiche de manger des légumes.

Réponses de mon fils R.

- Quel âge as-tu ?
- 14 ans.
- Que penses-tu de ton âge ?
- Ça passe vite. Le temps passe vite.
- Selon toi, à partir de quel âge est-on « vieux » ?
- Ça dépend. Par rapport au foot, on est vieux à 30 ans. Et par rapport à la vie, 45 ou 50 ans.

- Comment te sens-tu à l'idée d'arriver à cet âge-là ? Ça te fait quoi ?
- Je n'y pense même pas. Ça ne me fait rien vu que je n'y suis pas.
- Pour toi, quelle image représente le mieux l'idée de vieillir ?
- Le téléphone fixe. Il n'y a plus personne qui a ça, mis à part les vieux.
- Que signifie vieillir ?
- Ne plus être jeune. Oublier des choses, avoir des rides.
- Comment imagines-tu ta vie quand tu seras « vieux » ?
- Je ne l'imagine pas parce que c'est loin.

Réponses de ma mère, C.

- - Quel âge as-tu ?
- ... 73 ans.
- Est-ce un problème de dire ton âge ?
- Non, pas du tout !
- Que signifie vieillir, pour toi ?
- Vieillir ? Oh, ben, le pire, pour moi, c'est les rides. (rires)
- Les rides ?
- Le reste, non, ça va, je vieillis bien.
- Selon toi, à partir de quel âge est-on « vieux » ?
- Je pense que c'est très variable selon les gens, selon ce qu'ils font, selon leurs activités.
- Et toi, tu te sens vieille ?
- Non.
- Penses-tu que la société reconnaît suffisamment les apports des personnes âgées ?
- Non, pas suffisamment, non. Mais... c'est quoi, les apports ?

- Justement, quels sont les apports ?
- Mais c'est vrai que les personnes âgées nous apportent aussi bien à nous qu'aux enfants des explications sur des choses, sur leur vécu...
- Comment vois-tu l'avenir ?
- Oh, j'analyse pas trop ça, moi, c'est comme le temps arrive, voilà. Non, je ne pense pas à comment je serai quand j'aurai 90 ans, non.
- Quelles qualités ou compétences développe-t-on quand on vieillit ?
- La façon d'analyser les choses, je crois qu'il y a une différence, parce qu'on est plus posé. En même temps, ce n'est peut-être pas le cas de tout le monde, mais c'est comme ça que je le vois.
- Parles-tu de ton passé ?
- Ça arrive, mais ce n'est pas la conversation la plus prioritaire.
- Comment reconnaît-on quelqu'un de vieux ?
- On peut peut-être parler de son physique, mais il y a aussi sa façon d'être, on peut parler de plein de choses.

Les auteur·trices

Mais qui sont-elles? Et qui est-il?

Colette Boët

Colette n'a pas eu une vie facile, loin de là ! Vie parsemée d'embûches, beaucoup de larmes versées. Seule, la plupart du temps, face au monde. Mais aujourd'hui, elle est toujours là. Elle s'est battue comme une lionne et continue à se battre. Maintenant, c'est plus facile. Elle a rencontré le véritable amour et, après avoir mangé son pain noir, elle mange enfin son pain blanc. À l'aube de ses 69 ans, Colette se dit que vieillir, finalement, ce n'est pas si mal. Il suffit d'en faire une bonne recette !

Jean Paul Brohée

Jean Paul, pharmacien retraité, consacre une partie de ses loisirs à l'écriture. Adeptes du naturisme pour ses valeurs de tolérance, de respect d'autrui, de soi-même et de la nature, il est l'auteur, entre autres, de quelques romans « naturistes ». Depuis 2020, membre du Collectif des Maux envolés d'Auderghem, il rédige également des nouvelles sur le thème choisi par le Collectif : « Vulnérabilité » en 2020, « Féminité(s) » en 2023 et « Vieillir » en 2025. Textes qui se retrouvent dans le recueil publié par ScriptaLinea à l'issue de la session.

Isabelle De Vriendt

Isabelle aime semer la joie dans la grisaille du jour, cheminer sans connaître sa destination, prendre le temps et donner, prendre le temps de donner. Écrire, pour elle, c'est se relier à soi et au monde, c'est chercher des rythmes, des sons, des voix qui s'ajustent. Ces écrits prennent naissance, avec tant d'autres, et se glissent dans le réservoir des textes né il y a 5000 ans.

Nathalie Nagel

Nathalie a 50 ans. Il paraît qu'elle ne les fait pas. Peu importe, elle les assume et ne se sent pas vieille du tout... dans la tête en tous cas. Nathalie est une touche à tout. Elle n'a pas fait un métier, mais vingt. Elle a toujours été curieuse de découvrir d'autres univers. Et d'autres gens. C'est comme cela qu'elle a atterri au Collectif des Maux envolés.

Nathalie est mariée, a deux garçons, vit à Auderghem où elle s'implique avec grand plaisir en tant que bénévole.

Pinya

Catalane en Belgique depuis 1990, Pinya a touché le monde des hôpitaux, de la prévention, du théâtre, du sport, de la danse, de la photographie. Et maintenant, tout récemment, de l'écriture.

Les lieux traversés

L'itinéraire des Maux envolés

La plupart des espaces qui ont accueilli le Collectif des Maux envolés se situent à Auderghem, commune bruxelloise dans laquelle le collectif est ancré. Révéler ici ces espaces est une manière de les remercier et de les rendre (encore) plus visibles.

Babel'zin – Auderghem

<https://babelzin.be>

Babel'zin, doux mélange entre babeler (papoter) et zin (envie, idée), est un espace d'accueil informel, d'écoute et de créativité, pour tout·e zinneke en recherche de liens, avec soi et les autres. Leurs animateur·trice·s sont tous différent·e·s, avec des vies, des styles et des parcours divers, mais ils et elles ont tou·te·s en commun leur gentillesse, leur implication et leur charisme. Babel'zin vous propose chaque semaine tout un ensemble d'activités : ateliers créatifs (dessin, peinture, créations en bois...), percussions, création multimédia, ciné-club, atelier informatique...

Le Pavillon – Auderghem

www.leparallele.be/le-pavillon

Le Pavillon est le nom de la maison de quartier d'Auderghem. C'est un lieu ouvert à tous et toutes ! Accueillir, apprendre, se rencontrer, partager sont au cœur du projet du Pavillon, au travers d'activités pour les enfants de 6 à 12 ans et les adultes.

Pour les adultes, l'asbl propose des cours d'alphabétisation, de français langue étrangère, de calcul, de couture, et aussi des ateliers et des sorties culturelles essentiellement pour les apprenant·e·s. Un

accueil et une permanence sociale sont également proposés. Pour les enfants, le Pavillon organise des ateliers récréatifs les mercredis, des stages de vacances, et du soutien scolaire.

Baluchon Alzheimer Belgique – Auderghem

<https://baluchon-alzheimer.be>

Marie Gendron, infirmière québécoise et docteure en gérontologie de l'Université de Liège, a créé le concept de Baluchon Alzheimer Québec en 1999 en vue d'apporter une réponse spécifique aux aidant·e·s proches confronté·e·s quotidiennement à la maladie d'Alzheimer, et souhaitant garder leur proche le plus longtemps possible à domicile. L'asbl *Baluchon Alzheimer Belgique* déploie ce concept en Belgique depuis 2003.

Le Centre Culturel d'Auderghem

<https://ccauderghem.be>

Depuis plus de 50 ans, le *Centre Culturel d'Auderghem (CCA)*, géré par l'Association artistique, propose une politique de programmation très variée. Tout en mettant en exergue sa programmation théâtrale parisienne, il parvient à maintenir un patchwork de manifestations extrêmement diverses.

L'architecture bétonnée et épurée des années '70 du CCA en impose, et le Cube de l'architecte-sculpteur Jacques Moeschal qui trône à l'entrée de l'édifice confirme le côté « avant-gardiste » de l'époque.

La Houlette – Auderghem

cpasauderghem.be

La Houlette accueille les publics en semaine pour y prendre un repas en toute convivialité. C'est également un lieu d'activités sociales et culturelles, par la présence d'initiatives associatives.

Radio Air Libre – Forest

<https://www.radioairlibre.net> – 87.7 MHz en Région de Bruxelles-Capitale

Radio Air Libre est une radio socioculturelle reconnue par la Fédération Wallonie-Bruxelles. Sans sponsor et sans publicité, elle est gérée collectivement par ses membres, animatrices et animateurs. Radio Air Libre existe pour celles et ceux qui trouvent trop souvent porte close dans les médias traditionnels. Pour conserver sa totale liberté d'expression, Radio Air Libre est complètement indépendante de tout groupe politique ou commercial. Depuis sa création en 1980, des centaines de personnes ont assuré l'existence de la radio. Elle est vue comme un dialogue et non comme un rinçage d'oreilles...

Le Collectif des Maux envolés a enregistré trois émissions consacrées au thème de vieillir. À écouter sur le site de Radio Air Libre, dans l'émission hebdomadaire de ScriptaLinea, « Des livres pour dire »¹.

¹ Émission (177): «Vieillir (1) La maladie d'Alzheimer: comment accompagner les personnes qui en sont atteintes» - <https://radioairlibre.net/emissions/des-livres-pour-dire/177-vieillir-1-1/>

Émission (178): «Vieillir (2) Le Collectif des Maux envolés (s')interroge - <https://radioairlibre.net/emissions/des-livres-pour-dire/177-vieillir-1/>

Émission (181): «Vieillir (3) Vieillir? Pas le temps! par le Collectif des Maux envolés» - <https://radioairlibre.net/emissions/des-livres-pour-dire/181-vieillir-3/>



Remerciements

Le Collectif des Maux envolés et ScriptaLinea remercient

Plusieurs personnes, responsables d'associations et d'espaces culturels ont ouvert leurs portes pour héberger le Collectif des Maux envolés. Pour réaliser ce recueil de textes, le collectif a ainsi investi, à Auderghem, Babel'zin, Baluchon Alzheimer, le Centre Culturel d'Auderghem, la salle de la Houlette du CPAS d'Auderghem, et, à Forest, les studios de Radio Air Libre. Merci.

Merci aussi aux personnes et aux structures qui nous ont permis d'explorer et d'approfondir le thème de 'Vieillir'. Radio Air Libre et Sefora Ben Moussa, Salimata Kaboré, Jean-Paul Mathelot et Regina Röhrer, le Centre Atoll, Charline Rack et les mots du Collectif des Mots Passants, Baluchon Alzheimer et Françoise Lenaerts ainsi que Béatrice Papaeians, Myriam Leboutte, et toutes les personnes qui ont répondu à aux enquêtes ébauchées par le Collectif des Maux envolés.

Merci à Max Lebras et Rafaele Dumas, de l'asbl Collectif 1984, pour nous avoir accompagné-es dans la présentation scénique du recueil, et à An Hoang, Leandra, Sophie Lievens et Martin Vanandruel pour avoir rejoint le Collectif des Maux envolés pour la présentation publique. Merci à Aubin Denimal pour le cœur qu'il a mis à dialoguer musicalement avec les textes.

Merci enfin à tous ceux et à toutes celles qui, de près ou de loin, ont contribué à la réalisation de ce recueil. Le Collectif des Maux envolés et l'aisbl ScriptaLinea leur sont très reconnaissants pour leur appui, leur confiance et leur enthousiasme.

L'aisbl ScriptaLinea adresse également ses vifs remerciements à Jean-Paul Mathelot, Bénédicte Roegiers et Véronique Lardo pour la relecture de l'ensemble des textes et de la maquette, ainsi qu'à Didier van Pottelsberghe pour le graphisme du recueil.

Merci enfin, pour leur confiance et leur soutien, à la Fédération Wallonie-Bruxelles, à la Commission communautaire française, à la Commune d'Auderghem, à Madame la Bourgmestre Sophie de Vos, au Service de la Culture et au Service de l'Action sociale du CPAS d'Auderghem, ainsi qu'au Fonds Famille Goethuys-Deheel, géré par la Fondation Roi Baudouin. Que tous et toutes soient remercié-e-s du soutien apporté à l'accessibilité de l'expression culturelle par l'écrire et le dire.

Le recueil a été présenté sur les ondes de Radio Air Libre le 11 décembre 2025¹, au Centre Culturel d'Auderghem (en Région de Bruxelles-Capitale), le 3 décembre 2025, et à la salle de La Houlette le 23 janvier 2026.

¹ Émission (181) : «Vieillir (3) Vieillir? Pas le temps! par le Collectif des Maux envolés» - <https://radioairlibre.net/emissions/des-livres-pour-dire/181-vieillir-3/>



Collectifs d'écrits

ÉCRIRE ENSEMBLE

POUR LE BIEN COMMUN !

Projet réalisé avec le soutien

de la Fédération Wallonie-Bruxelles,

de la Commission communautaire française,

du Fonds Famille Goethuys-Deheel, géré par la Fondation Roi Baudouin,

et de la Commune d'Auderghem



Le graphisme du recueil et le photomontage de la page 24
sont réalisés par Didier van Pottelsberghe

L'illustration de la couverture et les photos du recueil
ont été réalisées par le Collectif des Maux envoyés.

Le présent exemplaire ne peut être vendu.

Pour tout don à l'asbl ScriptaLinea : IBAN BE42 5230 8059 5254 / BIC TRIOBEBB (Triodos)

Téléchargeable sur www.scriptalinea.org

