Introduction

L'amour à la « belle saison »

Il était difficile d'imaginer que, longtemps après avoir revêtu nos élégantes tenues de mariage et échangé nos alliances, nous parlerions un jour des quarante années de vie conjugale derrière nous et que nous échangerions des propos d'une grande banalité, comme : « Sais-tu qu'il n'y a pas d'impôts sur le revenu en Floride ? », ou que nous nous vanterions d'avoir (ou d'espérer) des petits-enfants. Difficile d'imaginer que nous ne bondirions pas hors du lit chaque matin, avec le sentiment de défier le monde. Certains jours, nous avons l'impression que c'est le monde qui s'attaque à nous et qui a remporté un round décisif.

Et nous y voilà !

La seconde moitié de la vie conjugale est-elle la « meilleure moitié » ? Certaines études l'affirment. Des enquêtes montrent que les gens deviennent plus heureux avec l'âge. Mais derrière les études, que peut-on réellement *ressentir* en étant un boomer

marié qui connaît parfois des changements de vie déchirants ? Écoutez l'une de nos bonnes amies :

> J'étais vraiment frappé par l'idée de vieillir ensemble, alors que mon mari et moi étions assis dans la salle d'attente de la clinique ophtalmologique locale, un établissement de renommée mondiale. Des gens venaient de partout pour s'y faire soigner. Tous avaient l'air plus âgés que nous, ce qui était réconfortant. Certains avaient des déambulateurs. D'autres portaient des lunettes sombres. Tandis qu'un couple discutait de façon animée, un autre était rivé sur sa tablette comme un adolescent. D'autres conjoints se soutenaient mutuellement. Le simple fait d'être assise dans la salle d'attente me suggéra une question : « Agirons-nous ainsi dans quelques années ? À quoi ressemblera notre avenir, en vieillissant avec mon mari ? »

Que signifie réussir son mariage dans la cinquantaine, dans la soixantaine et même au-delà ? C'est vrai, les années de maturité peuvent souvent être plus heureuses que les premières, car nous nous connaissons mieux et nous avons acquis une certaine paix intérieure. Lorsque le nid familial est vide, la vie conjugale peut être un temps de tendre amitié et de contentement. Certes, nous ne pouvons pas ignorer les limitations réelles que nous imposent les problèmes de santé, les soucis d'argent et les préoccupations concernant l'avenir de nos enfants adultes. Nous sommes davantage seuls après le départ de nos amis. Certains d'entre nous voient leurs parents sombrer dans la démence sénile. D'autres ont encore le souci d'adolescents qui poursuivent des études supérieures ; quelques-uns se demandent quelle sera la prochaine étape de leur vie professionnelle. La sagesse de l'âge, c'est prendre conscience de tout ce qu'on *ne sait pas*.

Que dire de cette tranche de vie à deux ?

Nous connaissons les conditions à satisfaire pour bâtir une relation conjugale solide et durable : communiquer, cultiver le respect mutuel, s'accorder du temps l'un à l'autre et adopter une saine gestion des conflits. Moi, Gary, j'ai eu le privilège pendant de longues années de m'adresser à des couples et de leur parler de ces questions. Mais les couples âgés ont aussi accumulé un trésor de sagesse et d'expériences dans ces domaines. C'est pourquoi, en plus de conseils pratiques que nous donnons pour bien « naviguer » dans cette seconde moitié de la vie conjugale, nous racontons les histoires de maris et d'épouses qui luttent avec les réalités de cet âge.

Dans nos entretiens avec ces couples, nous nous sommes constamment trouvés devant ce paradoxe : le bonheur est tempéré par une prise de conscience mesurée des réalités incontournables de la vie. Certaines personnes étaient optimistes et nous ont contaminés par leurs rires. Pourtant, certaines conversations étaient tout sauf gaies. Des couples nous ont mis en garde contre le danger de minimiser, voire de dissimuler les réalités, car la perte de la santé et de l'énergie de la jeunesse n'est pas une mince affaire.

D'accord ! Nous étions personnellement loin d'être naïfs à propos des défis qu'il faut relever dans les dernières années de vie. Après tout, nous étions, nous aussi, dans la seconde moitié de notre vie. Et nos épouses ont connu de sérieux accros de santé. C'est vrai, mais il n'en demeure pas moins que la vie conjugale à un âge avancé réserve beaucoup de bonnes choses : apprécier les petites choses, avoir une connaissance plus profonde et plus solide de son conjoint (et de soi-même), le soulagement de ne pas devoir faire aussi bien que les voisins.

Mais pour un nombre croissant de couples dans la seconde moitié de leur vie conjugale, tout cela ne suffit pas. Les générations montantes divorcent de plus en plus. Beaucoup de personnes âgées se sentent prises au piège et malheureuses. La durée ne suffit pas pour être heureux. Que se passe-t-il ? Pourquoi un tel contraste entre des couples qui sont misérables, ou stoïquement accrochés à leur mariage, et d'autres qui, comme nous le rappelait récemment un ami, sont unis et inséparables « comme les doigts de la main » ?

De toute évidence, les réponses sont légion. Les gens viennent dans le mariage avec leurs problèmes ; des mariages malheureux usent lentement mais inexorablement les conjoints, creusant des sillons de souffrance et d'irritation ; il arrive que la maladie ou d'autres événements graves soient trop lourds à porter. Alors surgit la question : *Est-ce tout ce que je pouvais espérer ?*

Parmi ceux qui nous ont confié leurs histoires, certains venaient de milieux très défavorisés. À ce stade de la vie, peu avaient été épargnés par les épreuves normales de la vie. On peut alors se poser la question : Qu'est-ce qui différencie les mariages qui restent épanouis de ceux qui s'étiolent ? Nous avons relevé trois caractéristiques d'un mariage heureux dans la durée :

- **Le rire et l'acceptation.** Les conjoints heureux voient leurs imperfections mutuelles et même leurs habitudes exaspérantes, mais après tant d'années de vie partagée, ils sont enfin en mesure d'en rire. Ils s'acceptent tels qu'ils sont et acceptent l'autre tel qu'il est avec tous ses défauts. Voici ce que dit une femme : « Je n'ai pas besoin de corriger tout ce qui ne va pas chez lui et de le rendre parfait. Il pense qu'il m'aide en prenant son assiette sale et en la posant à côté de l'évier. »

- **La résilience**. En écoutant des histoires de revers et de chagrin, nous avons senti la force intérieure de ces hommes et de ces femmes. Leur résilience s'ancrait dans leur engagement à protéger leur mariage. Ils le considéraient comme une alliance qui permet aux conjoints de rester unis l'un à l'autre malgré les hauts et les bas, les flux et les reflux de la vie.
- **La foi**. La foi est l'ancre de leur attachement mutuel. Elle les maintenait unis malgré les heurts dus à leur personnalité, aux blessures et aux crises. La foi rend possible des moments de joie.

Nous sommes reconnaissants à ces hommes et ces femmes qui nous ont ouvert leurs cœurs. (Certains noms et détails ont été changés.) Nous avons aussi écouté avec plaisir des vétérans comme Jerry et Dianna Jenkins, Joni et Ken Tada, et John et Cindy Trent. Ils ont laissé des traces écrites honnêtes de leurs mariages, mais surtout, ils ont accepté de « joindre le geste à la parole ». Ils nous ont fait la grâce de partager avec nous la sagesse acquise au cours de leur vie. Nous apprécions grandement leurs contributions.

Et comme les couples de tous âges ont besoin d'idées pratiques, j'ai ajouté quelques « tuyaux » qui, je (Gary) l'espère, amélioreront votre relation de couple.

Le livre de l'Ecclésiaste affirme qu'il y a « un temps pour toute chose sous les cieux, un temps pour chercher et un temps pour perdre… et que Dieu a fait toute chose belle en son temps. »

Ce temps splendide est un don et constitue aussi un défi. Puissions-nous y entrer avec enthousiasme et espoir.

Gary Chapman et Harold Myra