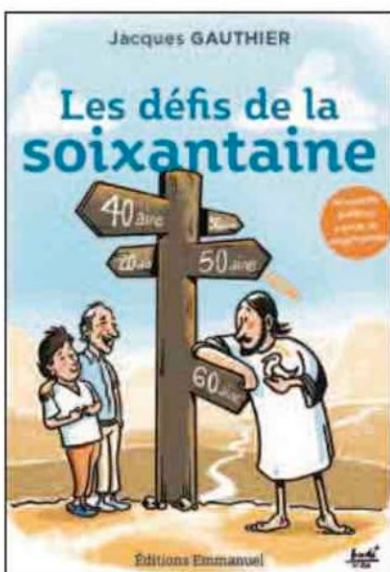


# Les défis de la soixantaine



**Jacques Gauthier**

Novalis, 2021, 244 pages

Après *La crise de la quarantaine*, en 1999, l'auteur très prolifique nous entraîne ici dans les corridors de la soixantaine. On y retrouve ses qualités habituelles : simplicité, accessibilité, style vivant et attrayant. C'est un guide pour vivre avec intelligence, art et passion l'entrée dans l'une des dernières décennies de l'existence. Au passage, Jacques Gauthier repasse aussi rapidement,

en apéritif, l'enfance, l'adolescence et le mitan de la vie ; puis, en digestif, le grand âge et la mort qui vient. Il situe la soixantaine entre 55 et 70 ans, en spécifiant qu'à ses yeux, les divers âges ont plus d'un rapport les uns avec les autres.

La pensée de l'auteur s'expose à travers ces pages ; y alternent vie professionnelle et spiritualité, médecine et poésie, loisirs et alimentation... Son témoignage personnel est bien mis en relief : mari, père et grand-père, expérience de mort imminente lors d'une grave maladie...

Jacques Gauthier sait utiliser les réflexions de médecins, de théologiens, de poètes et de chanteurs. Il aime aussi énoncer des listes de cinq, 10 ou 20 conseils, clefs ou stratégies, pour traverser les années dites de première vieillesse. Il aime rapporter parfois des traits d'humour, comme cette pirouette du cinéaste Woody Allen : « Je n'ai pas peur de la mort, je désire seulement ne pas être là quand elle viendra. » (p.201)

Outre les nombreuses répétitions du livre, j'émettrai une réserve : aux 30 pages du chapitre 6, il aborde la sécheresse spirituelle ou la nuit des mystiques. Il s'agit là d'un phénomène de la vie d'oraison, qui n'est pas propre à la soixantaine. Les personnes plus célèbres affectées par celle-ci étaient d'ailleurs souvent bien loin de cet âge : saint Jean de la Croix, mort à 49 ans, et Thérèse de l'Enfant-Jésus, morte à 24 ans seulement !

**Pierre Larivière**  
Prêtre de Rouyn-Noranda