



LA BANQUE ROYALE DU CANADA

BULLETIN MENSUEL

VOL. 53, No 3

SIÈGE SOCIAL: MONTRÉAL, MARS 1972

La retraite: et après?

C'EST AVANT le jour de la retraite qu'il importe de répondre à la question "*Et après?*". Même si on ne la prend qu'à soixante ou soixante-cinq ans, il convient dès quarante ans de se renseigner sur la retraite, de se préparer à y faire face et de réunir les choses nécessaires pour la rendre agréable.

Quand un enfant atteint l'âge de la scolarité, quand un adolescent entre à l'école secondaire ou à l'université, quand un homme ou une femme commence à travailler ou décide de se marier, personne n'y voit des atteintes de l'âge, mais des événements courants de la vie, des changements d'état. De même, il faut considérer la retraite comme l'aube d'un nouveau mode d'existence.

Toute personne qui prend sa retraite est un cas particulier et doit par conséquent faire une étude spéciale de sa situation. Il n'existe pas de règle générale, mais chacun peut profiter de l'expérience des autres en l'adaptant à ses besoins. Il est triste de voir ceux qui abordent la retraite aux prises avec des difficultés qu'ils auraient pu éviter par leur prévoyance et leur réflexion.

Des vues jeunes

C'est s'exposer à des déceptions que de compter sur sa réputation ou ses souvenirs du passé pour se reconforter dans le présent. Il n'est pas nécessaire d'imiter les mœurs des adolescents ni de jouer les évaporés pour avoir des vues jeunes. Si la gravité de la vieillesse peut tempérer l'ardeur de la jeunesse, l'entrain de la jeunesse peut aussi vivifier la circonspection de la vieillesse.

Ceux qui profitent le plus des bienfaits et des joies de la retraite, ce sont les sages qui commencent à s'organiser tôt dans la vie, afin que la transition de leur première à leur seconde carrière s'effectue sans inquiétude. Même si nous sommes actuellement encore très éloignés de la vieillesse, nous avons lieu de prévoir — voire d'espérer — que nous vivrons assez longtemps pour atteindre cet âge.

L'homme qui aborde la retraite sans autre programme en tête que de faire un peu de pêche ou un voyage d'un mois en automobile se prive de beaucoup de satisfaction et d'agrément. Il est insensé de croire que

le hasard fera surgir une occupation intéressante. Comme une société commerciale se fixe des objectifs de production et de bénéfices pour les années à venir, ainsi il convient d'établir les objectifs de la retraite que l'on désire et de les revoir périodiquement.

Grâce à l'expérience acquise, l'organisation de ce second mode d'existence sera plus intelligente que celle du premier. Ce qui est judicieux c'est de dresser une liste des choses que l'on aimerait faire en quittant son emploi, puis de s'y essayer dans ses loisirs. Il ne suffit pas de penser que vous vous plairiez à travailler avec des outils: procurez-vous-en et faites des essais. Ne rêvez pas seulement d'avoir un jardin maraîcher; passez deux semaines de vacances dans une entreprise de ce genre et faites du bêcheage, de l'arrosage, du binage et de la cueillette.

C'est en traçant un plan noir sur blanc, en faisant l'inventaire de son potentiel d'aptitudes, de talents, d'intérêts et de biens matériels qu'un homme peut vraiment évaluer dans quelle mesure ses projets lui permettront d'établir un équilibre approprié entre ses besoins et ses désirs et de bien remplir sa vie.

Occuper son temps

Ne vous disposez pas à prendre votre retraite avec l'idée que vous allez pratiquer des jeux auxquels vous n'êtes pas habitué ou que vous n'aimez guère afin de passer le temps et de tromper votre ennui. Au terme d'une vie de travail ardu ou pénible, certaines personnes éprouvent le désir légitime de se reposer, et c'est probablement ce qu'elles ont de mieux à faire, à condition de se trouver quelque distraction paisible pour conserver leur vitalité d'esprit.

Durant ses années d'activité, un homme consacre chaque jour une grande partie de son temps à réfléchir à son travail, à l'accomplir avec application et à se réjouir à bien l'exécuter. Cela devient une habitude du corps et de l'esprit. Et ce n'est pas avec des loisirs improductifs que l'on va remplacer cette habitude. Une cuillère vide n'assouvit pas la faim d'un homme qui a besoin de nourriture substantielle. Il lui faut quelque chose qui satisfasse son appétit.

Mais qui dit travail satisfaisant ne dit pas nécessairement salaire. Il peut s'agir, par exemple, de réaliser ses aspirations culturelles. Certains retraités s'adonnent à des activités artistiques, littéraires ou intellectuelles qui valorisent les loisirs dont ils disposent. Peut-être y a-t-il un livre que vous voudriez écrire: un roman, une autobiographie, des fragments d'étude sur la nature, un manuel sur votre métier ou votre profession, une anthologie des paroles de sagesse ou des mots d'esprit que vous avez relevés dans vos lectures. Contraint de se retirer de la politique, Machiavel trouva le temps de rédiger les œuvres qui lui ont valu l'immortalité.

Être utile à la société

En quittant le champ de notre vie active de salarié, nous ressentons un vif désir de faire profiter les autres de nos connaissances, de notre expérience et de notre sagesse. Nous avons l'impression, comme l'écrit Tennyson, qu'un certain travail de noble caractère, qui ne messied pas aux hommes, peut encore être accompli.

La réalisation de ce désir procure une profonde satisfaction personnelle et fait naître le sentiment que la vie méritait d'être vécue. Elle assure à l'homme non seulement une occupation, mais aussi la consolation d'employer son talent à faire quelque chose pour la société une fois sa vie de travail normale terminée. Tout retraité a acquis des connaissances et des capacités qui peuvent largement contribuer au bien-être de la collectivité. L'occasion s'offre maintenant à lui d'enrichir de quelque façon la culture de son milieu, afin que les autres générations puissent recevoir, parce qu'il a vécu, un plus bel héritage.

"C'est la grande consolation de ceux qui ne sont plus jeunes, dit Bertrand Russell, que de constater qu'ils peuvent encore être utiles." Si sa situation matérielle le permet, une personne retraitée aura peut-être la satisfaction, pour la première fois de sa vie, de consacrer librement de longues heures à aider les autres, ce qui a souvent beaucoup plus de valeur que les dons d'argent.

Le retraité trouvera partout des occasions — dans les petits villages comme dans les grandes villes du Canada — de travailler de façon constructive au progrès de la collectivité: par exemple au rajeunissement de la vie communautaire, afin d'en faire un milieu favorable pour les personnes de tout âge. C'est là une tâche particulièrement passionnante et agréable.

Une preuve remarquable de la satisfaction que l'on éprouve à venir en aide aux autres nous est fournie par le Service administratif canadien outre-mer (SACO). Celui-ci est un organisme sans but lucratif que dirige depuis 1967 un groupe de chefs d'entreprise avec l'appui que lui prête le gouvernement canadien par l'entremise de son Agence de développement international.

Habituellement, l'aide extérieure est un service de gouvernement à gouvernement; le SACO, au con-

traire, accorde une assistance directe aux industries particulières qui ont des problèmes et qui ont besoin du savoir-faire et des talents de personnes compétentes.

Les demandes d'aide technique et gestionnelle que reçoit le SACO proviennent d'organismes du secteur privé et du secteur public des pays en voie de développement. Les Canadiens en retraite, versés dans la technique, une spécialité ou la direction, peuvent profiter de cette occasion pour apporter un concours bénévole et utile au bien-être de leurs semblables. Le travail à l'étranger n'est pas rémunéré. Le SACO paie le billet d'avion du mari et de sa femme à destination du pays en cause, et l'organisme demandeur se charge des frais de subsistance normaux des époux pendant leur séjour. La durée maximale d'une mission est de six mois.

Les personnes désireuses d'offrir leurs services sont priées d'écrire au SACO, suite 420, 1010 ouest, rue Sainte-Catherine, Montréal 110.

Talents, passe-temps, travaux divers

Chacun a des qualités et des aptitudes qu'il lui est possible de faire valoir après la retraite. Ainsi, le don de la direction mis jusque-là au service d'une entreprise sera dorénavant employé avec utilité et agrément au profit de la collectivité; la facilité pour les chiffres qui servaient à résoudre des problèmes financiers peut déboucher sur l'étude des mathématiques et de l'astronomie, ou encore être mise à contribution pour tenir les livres d'une église, d'une association, d'un petit établissement; les connaissances en mécanique acquises dans un garage ou une usine s'avéreront précieuses pour qui ouvrirait dans son sous-sol un atelier de réparation ou de fabrication de petits appareils.

Les violons d'Ingres choisis à soixante ans en prévision d'une retraite prochaine ont peu de chances d'être satisfaisants ou absorbants. Chercher quelque chose à faire le lendemain de la retraite, puis se cravacher pour le faire, c'est aller à l'encontre du but même de la chose. Un violon d'Ingres est par définition quelque chose d'agréable. Le passe-temps qui plaisait pendant quelques heures par semaine sera peut-être ennuyeux si l'on s'y livre à plein temps.

Certains divisent les violons d'Ingres en trois catégories: les activités, les travaux d'artisanat et les collections. Les activités comprennent le jardinage, les travaux de peinture, la réparation des petits appareils en panne, la pratique de la radio amateur, l'observation des oiseaux et la photographie des scènes de la nature. Les travaux d'artisanat sont nombreux: tissage, tricot, confection de couvre-pieds, construction de modèles, peinture, sculpture, musique, photographie, travail du cuir, des métaux, du bois, de l'argile, etc. Les collections portent notamment sur les timbres, les pièces de monnaie, les médailles, les pochettes d'allumettes et les fleurs desséchées.

Une occupation secondaire doit être un stimulant pour l'esprit et non pas une espèce de découpage de poupées de papier. Un retraité a imaginé un moyen de

rendre la philatélie vraiment fascinante: au lieu de se contenter de collectionner des timbres et de les coller dans un album, il les dispose tout autour des pages et réserve le centre pour écrire leur histoire. Les recherches qu'il doit entreprendre à cette fin sont pour lui une chasse aux renseignements des plus passionnantes.

Des milliers de personnes se complaisent dans la pratique d'un art ou d'un travail manuel en tant que passe-temps ou occupation à temps complet ou incomplet. Il y a en chacun de nous un besoin fondamental de créer quelque chose de nos mains. Fabriquer quelque chose, découvrir quelque chose, concourir à quelque chose, c'est donner libre cours à notre esprit créateur.

Voyager uniquement pour voyager laisse bien des gens sur leur appétit. Certains apprennent à s'intéresser à diverses choses — un art, la musique, les cultures nationales — et voyagent pour les admirer et mieux se renseigner à leur sujet.

Il est bien de profiter de ses voyages pour visiter des lieux où il y a des choses instructives à voir et se tenir ainsi l'esprit en éveil. Pour les amis de la nature, il existe, dans toutes les provinces, des associations et des groupes qui organisent des réunions, des projections de films, des excursions et des camps de vacances. Pour l'amateur d'art, il y a presque toujours dans les environs un musée offrant ses collections de peintures et de sculptures et même des conférences et des cours.

Avoir une attitude positive

La retraite ne nous oblige pas à abandonner en bloc nos activités et nos goûts, mais simplement à modifier l'ordre d'importance et à réapprécier la valeur des diverses tâches de notre vie quotidienne.

Envisagez la retraite de manière positive. Elle n'est ni une abdication ni un temps de flânerie, mais une nouvelle forme de participation à la vie. Elle nous permet d'être notre propre maître, de travailler pour notre satisfaction personnelle et non plus pour une enveloppe de paye, de faire des choses que nous n'avons jamais eu le temps d'entreprendre. La retraite, c'est l'occasion de s'instruire, de découvrir, de vivre une existence nouvelle. Ce peut être une aventure passionnante de vie féconde et de participation active.

Un homme a besoin d'une activité utile et constructive. La retraite lui offre une occasion et une incitation dont il doit profiter pour explorer de nouveaux horizons, pour rechercher et trouver de nouvelles possibilités d'épanouissement, pour penser à l'avenir.

À mesure que la retraite approche, vérifiez vos plans: essayez-les pour voir. Tous vos choix doivent se fonder sur des échantillons prélevés dans les meilleures et les pires conditions. Le village qui vous a emballé l'été où vous l'avez visité sera peut-être bien différent en hiver et quand vous n'aurez plus le statut privilégié de touriste.

De quelques problèmes

Il existe des moyens de s'épargner des soucis qui sont utiles toute la vie, mais dont on a surtout besoin à l'âge de la retraite: par exemple, une liste indiquant où se trouvent nos documents importants. Certaines personnes font un résumé de leurs baux, polices d'assurance, testaments, contrats, engagements, etc. qu'elles gardent à la maison tandis qu'elles protègent les originaux en les déposant dans un coffre de sûreté à la banque.

Une autre façon de s'éviter des ennuis est de consulter des spécialistes compétents. La décision de vendre sa maison ou une autre propriété, d'acheter du matériel coûteux, de signer un bail ou un contrat comportant des obligations pour l'une et l'autre des parties en cause, voilà autant de questions qui peuvent susciter des embarras et qu'il convient de soumettre à un avocat.

La retraite n'est pas tissée de rêves. Il y a des réalités à affronter, parmi lesquelles figurent en première place la question financière.

Un régime de retraite, qu'il s'agisse de l'État ou de l'entreprise privée, n'a pas pour but de nous assurer une vie de luxe, mais de nous procurer un sentiment de sécurité. Même ceux qui bénéficient d'une généreuse pension doivent réfléchir aux aspects financiers de la retraite.

La plupart des gens se proposent de réduire leurs dépenses. Les frais de transport, de stationnement, d'essence, de déjeuners, de réception seront moindres. Hommes et femmes peuvent économiser sur les vêtements. Ils peuvent épargner en faisant eux-mêmes ce qu'ils n'avaient pas le temps de faire quand ils travaillaient, comme les petites réparations et les travaux d'amélioration courants.

L'analyse méthodique du programme financier de l'après-retraite doit se faire longtemps d'avance. Les principaux points à examiner sont les suivants: Quel revenu vous faudra-t-il pour vivre dans une aisance relative? Que vous apportera votre régime de retraite de l'État ou du secteur privé? Disposez-vous d'une rente viagère, c'est-à-dire d'un revenu que vous constituez en ce moment par voie de versements et qui vous sera payable périodiquement après la retraite? Avez-vous des assurances qui arrivent à l'échéance? Quels dividendes rapporteront vos placements? Si tout cela n'apparaît pas suffisant pour subvenir à vos besoins, que pouvez-vous faire pour combler la différence?

Le choix du lieu de résidence vient ordinairement en deuxième place sur la liste des choses à prévoir. Certains époux entrevoient une seconde lune de miel dans une maison remise à neuf; d'autres décident d'aller s'installer à la campagne; d'autres encore prennent un appartement, afin de se délester de la corvée d'entretenir une maison.

Au moment de choisir votre endroit d'habitation, ne vous fondez pas sur des hypothèses: établissez les faits. Notez les points qui ont de l'importance pour vous: le climat, les amis, les activités commerciales,

les moyens de transport, l'église, les associations et les clubs.

Une bonne façon de s'assurer contre les déceptions en matière de déménagement est de prendre des vacances prolongées dans la localité qui vous intéresse: renseignez-vous par vous-même sur les conditions climatiques, le coût de la vie, les possibilités de se faire des amis, l'église et les associations paroissiales et autres, les œuvres bénévoles ou rémunérées, etc.

Le troisième élément sur la liste des choses à prévoir est la santé. Même si votre pèlerinage terrestre a été marqué jusqu'ici par une parfaite et imprudente insouciance de votre état physique, la retraite est un tournant où il convient d'essayer de faire le bilan.

Il serait insensé de croire que l'on sera épargné par les infirmités qui accompagnent le troisième âge, et c'est folie d'en nier l'existence. Les cheveux grisonnent ou disparaissent; la démarche se modifie; le dos a tendance à se courber; il faut surveiller son alimentation et prendre suffisamment d'exercice.

La famille et les amis

Il importe que la famille s'intéresse assez tôt au programme de retraite de celui qui en est le chef, non seulement par affection, mais aussi parce que ses projets en touchent tous les membres. Le succès de ses efforts est loin de leur être indifférent.

Le mari et la femme feront bien de s'entendre sur ce qu'ils espèrent des années de retraite et ce qu'ils ont l'intention de faire pour s'y préparer. Les concessions et les adaptations mutuelles seront alors aussi nécessaires que pendant les mois de la lune de miel.

Les amitiés devront subsister. L'homme et la femme ne sont pas faits pour vivre seuls. Ils ont besoin de contacts avec les autres, d'avoir le sentiment de compter, d'aimer et d'être aimés.

La pierre de touche de l'amitié est la similitude d'intérêts. Les personnes âgées peuvent entretenir avec les jeunes des amitiés profitables pour les uns comme pour les autres, s'ils s'intéressent vraiment aux jeunes, à leurs espoirs, à leurs craintes et à leurs activités.

Mais le retraité doit conserver sa personnalité. Il ne tient pas à devenir une donnée statistique, un membre anonyme de la catégorie dite "des personnes âgées". Son succès professionnel et sa réussite sociale lui ont permis de tenir le coup pendant les années actives de sa vie adulte, mais il est maintenant privé de ces états. A quoi bon lui dire, en lui présentant la montre en or, qu'il a accompli sa quote-part de travail et qu'il doit se reposer. Il veut encore être utile et se croire important; le sentiment de sa valeur personnelle lui demeure nécessaire.

Ces désirs il espère les satisfaire dans son milieu social, mais tous les milieux sont loin d'offrir les mêmes possibilités et les mêmes services. Le public est de plus en plus favorable, non pas au genre de services que l'on dispense dans les maternelles — ce que ne souhaitent pas les retraités — mais à une insertion accueillante dans la vie de la communauté et à la création de centre de réunion et d'activités.

Les églises, les synagogues et les autres institutions religieuses sont, en raison de leurs croyances, de leur autorité et des bonnes volontés sur lesquelles elles peuvent compter dans une situation idéale pour collaborer à cette œuvre humanitaire. Une église, une société de jeunes gens, une association de bienfaisance ou de loisirs pourra, par exemple, fournir certaines installations, établir des programmes, proposer certaines initiatives, assurer des moyens de transport, encourager les travaux manuels, etc.

Là où il n'existe pas de centre d'activité pour les retraités, il y a souvent moyen d'en organiser un grâce au concours de l'église paroissiale, du conseil scolaire, d'une association de bienfaisance, ou encore en y intéressant le rédacteur du journal de la localité.

Ne pas se laisser aller

Le point capital pour l'homme qui prend sa retraite est de ne pas se laisser aller. La vie est mouvement. Dans un monde qui se meut aussi vite que le nôtre, personne ne peut garder l'équilibre s'il demeure immobile ou inactif. L'existence de chacun doit avoir une orientation et un but.

L'activité, besoin fondamental de l'homme, est aussi essentielle au retraité qu'à l'adolescent qui termine ses études secondaires. Sans elle ni l'un ni l'autre ne sauraient éprouver le moindre sentiment de capacité, de réalisation personnelle et d'utilité.

La retraite est le moment de choisir des occupations nouvelles et utiles, adaptées à nos possibilités. Une vie de relâchement est le contre-pied de la vie active, et elle ne satisfait en rien notre besoin permanent de dignité.

Quand sonne l'heure de la retraite, un homme a déjà affronté une foule d'autres situations exigeant une certaine adaptation: début et fin des années de scolarité; premier emploi; mariage; naissance et éducation des enfants; départ des enfants, etc. La retraite n'est qu'une circonstance de plus qui nous oblige à nous adapter à notre nouvelle place dans l'ordre social. Chaque époque de la vie a ses avantages et ses inconvénients. Chacune comporte des impératifs et des conditions auxquels il faut satisfaire et se plier.

La seule façon de répondre avec assurance à la question "Et après?", c'est de commencer tout de suite à être attentif aux choses de la retraite et à rechercher la solution des problèmes avant qu'ils commencent à nous harceler.

Rien n'oblige qui que ce soit à s'apitoyer avec crainte sur son sort au moment où il débouche sur son second bel âge. Il est peu probable en effet qu'il lui arrive alors des choses capables de rivaliser avec les maux du corps et de l'esprit qu'il a pourtant réussi à surmonter dans ses jeunes années.

Maintenant que sa faculté de juger s'est développée et affranchie de la passion qui afflige souvent la jeunesse, le retraité a l'occasion de déployer le dynamisme de sa maturité, de continuer à se rendre utile et de s'engager dans une vie qui pourra le combler de satisfaction.