VIEILLIR EST UN ART

Vieillir, c'est un art... et une épreuve.

Par Alejandro Jodorowsky

Jason Lapointe | L'Éveilleur

Il faut saluer avec tendresse celui qu'on est devenu...
Et faire la paix avec celui qu'on n'est plus.
Il faut apprendre à marcher plus lentement,
à se dépouiller des attentes,
et à chérir ceux qui restent... sans crainte de perdre encore.

Vieillir, ce n'est pas seulement compter les années.
C'est apprendre à dire adieu sans s'éteindre.
C'est garder vivants, dans les plis du cœur,
ceux qui sont déjà partis.

Et parfois, pleurer jusqu'à ce que le silence devienne semence...
pour faire naître d'autres rêves, d'autres sourires.

Vieillir, ce n'est pas faiblir.
C'est oser continuer.