

S'afficher au bras d'un homme bien plus jeune ne fait plus peur à certaines femmes. Parce que l'amour n'a pas d'âge, ces pionnières nous livrent les clés d'un bonheur qui se joue du temps. SÉGOLENE BARBÉ

# Il a 20 ans de moins que moi et alors?

**E**lle a 65 ans, il en a 40. Une différence d'âge qui a valu au couple présidentiel – en particulier à la première dame – beaucoup de commentaires désobligeants. Vivre avec un homme plus jeune est pourtant moins rare qu'autrefois: aujourd'hui en France, dans 16% des couples, c'est la femme la plus âgée. Dans les années 1960, cela ne concernait qu'un couple sur dix. Malgré cette évolution des chiffres, il faut encore pas mal d'audace et de panache pour oser s'afficher au bras d'un amoureux parfois à peine plus vieux que ses enfants. Comment ces femmes trouvent-elles leur bonheur et font-elles celui de leur compagnon? Peut-on être un couple «comme les autres» malgré la différence d'âge? Témoignages et décryptage pour en finir avec les idées reçues.

## L'assurance tranquille de l'expérience

«À ce dîner, je l'ai remarquée tout de suite. Elle était différente des autres, elle rayonnait, se souvient Benoît, 44 ans, en couple depuis

deux ans avec Brigitte, 59 ans. J'aime sa gaieté, son indépendance aussi. Elle s'assume, elle n'a pas besoin de moi...» Il n'y a pas que l'éclat de la jeunesse pour séduire. Celui de la maturité, reflet d'un certain apaisement, possède également ses charmes, si on en croit ces hommes à peine ou parfois même pas quadragénaires conquis par des femmes qui n'ont plus rien à (se) prouver. Les enfants, le mariage, la carrière: à 60 ans, elles ont déjà coché toutes les cases essentielles de leur existence et veulent maintenant en profiter pleinement, si possible en bonne compagnie.

«Elles sont parfois exigeantes car elles ont confiance en elles et préfèrent être seules que mal accompagnées, mais elles sont moins dans l'attente, moins dans le désir de construction, davantage dans le partage et la sérénité», analyse Émilie Devienne, coach et auteure de





## C'est de l'histoire ancienne

Des « pygmalionnes » comme Madame de Berny, qui a fait éclore le talent du jeune Honoré de Balzac, malgré le quart de siècle qui les séparait; des favorites comme Diane de Poitiers, qui a été pendant deux décennies, au XVI<sup>e</sup> siècle, la maîtresse d'Henri II, de vingt ans son cadet; de grandes amoureuses comme Marguerite Duras ou Colette, « cougars » avant l'heure... Mais aussi bien d'autres comme Simone de Beauvoir, Agatha Christie, Françoise Giroud, Édith Piaf. Dans *Elles ont aimé un homme plus jeune* (éd. Glyphé), Jeanne Teisson revient sur ces amours « hors norme » qui ont jalonné l'Histoire et dresse le portrait de femmes libres qui ont su prendre leur destin en main.

© R. DALY/THE IMAGE BANK/GETTY IMAGES.

*50 Règles d'or pour faire durer son couple* (éd. Les mini Larousse). Parce que si vous avez fait la conquête d'un « jeunot », c'est probablement que vous êtes bien dans votre peau, en paix avec vous-même... et que, d'une manière ou d'une autre, cela se voit.

### Une alchimie des cœurs irrésistible

« Avec Serge, j'ai eu le coup de foudre, se souvient Linda, 58 ans, qui vit depuis quatre ans avec son compagnon de 38 ans. On s'est rencontrés en discothèque, on a dansé un slow. Il m'a dit : « Moi, j'aime pas les jeunes ! », je lui ai répondu : « Ça tombe bien, moi, j'aime pas les vieux ! » Pourtant, jusque-là, j'avais eu une vie très rangée, mariée durant trente-quatre ans avec un homme de mon âge. Serge a été une sorte de révélation, il m'a séduite par son physique, sa vitalité, sa joie de vivre... »

Au-delà de l'éternel cliché qui les accuse de rejouer un rapport mère-fils un peu incestueux, ces couples sont complémentaires, comme tous les autres. Chez ces hommes plus jeunes, certaines trouvent une nouvelle vitalité, un regain d'appétit pour la vie, tandis qu'eux, de leur côté, se sentent rassurés par ces femmes d'expérience qui ne se laissent pas aller pour autant. Plus qu'une question d'âge, c'est aussi une affaire d'alchimie, de tempéraments qui s'accordent et s'équilibrent. « Mon mari n'a que 43 ans mais dans sa tête, il fait plutôt plus âgé : il est très calme, très posé, alors que moi, à 56 ans, je suis plus active, j'ai davantage la pêche. Souvent, je m'ennuie avec les gens de mon âge, d'ailleurs, mes amis sont pour la plupart plus jeunes que moi... », assure Florence, en couple depuis quatorze ans avec le papa de sa fille de 11 ans. ●●●

### Pour le plaisir de plaire

Ces rencontres atypiques surgissent souvent à un moment charnière de la vie. Un moment de transition où l'on se sent peut-être plus disponible pour de nouvelles aventures, prête à changer un peu ses schémas ou, au contraire, à assumer enfin pleinement ses goûts et ses envies. « Ces femmes ne veulent pas d'un mec bedonnant de leur âge, commente Émilie Devienne. Elles assument leur corps et leur désir d'un corps jeune, elles s'entretiennent. Sexuellement, elles sont également plus épanouies, délivrées de la procréation. »

Rien de plus gratifiant que de se sentir désirée par un homme séduisant qui vous renvoie une image flatteuse, à un âge où les années qui passent pourraient vous faire douter de votre sex-appeal. « Coiffeur, esthéticienne, gym... J'ai toujours pris soin de moi et le fait d'être avec quelqu'un de plus jeune m'oblige à faire

encore plus d'efforts pour me maintenir au mieux de ma forme, poursuit Linda. C'est vrai que je ne fais pas mon âge. C'est sans doute une petite vanité de femme mais cela me fait plaisir lorsque mon ami dit de moi que, physiquement, je suis toujours au top. »

### L'urgence de profiter ici et maintenant

Parce qu'elles bousculent nos idées reçues, ces unions sont plus difficiles à assumer, plus menacées que les autres. Il faut affronter le regard de la société, loin d'être tendre, et celui des proches, souvent incrédules voire choqués, qui n'hésitent pas à brandir les mots de « cougar » ou de « gigolo ». « La grande question, c'est aussi l'avenir de la relation, surtout si l'homme n'a pas d'enfants, assure Alice de Lara, conseillère conjugale et thérapeute de couple\*. Je reçois dans mon cabinet beaucoup de couples où

## 5 clés pour s'aimer longtemps

**Attendez pour officialiser votre idylle.** Ne vous précipitez pas pour claironner la nouvelle. Annoncez-la à vos enfants et à votre entourage lorsque vous serez suffisamment sûrs de votre amour, lorsque vous vous sentirez assez solides pour faire face aux objections ou aux moqueries. Pour vous entraîner, commencez par vous confier aux personnes les plus bienveillantes.

**Jouez la carte de l'humour.** Lorsque la vendeuse vous demande si c'est votre fils, quand vous regardez une émission de télé sur Mai 68 et qu'il vous rappelle qu'il n'était pas né : riez à deux de ces moments de décalage !

**Laissez-vous de l'espace.** Plus que dans un autre couple, vous aurez peut-être des loisirs, des aspirations, des goûts différents : des moments de respiration nécessaires.

**Faites-vous confiance.** Si vous passez votre temps à guetter ses regards vers des femmes plus jeunes que vous, vous risquez de vivre un enfer. S'il est avec vous, c'est son choix, pas uniquement le vôtre.

**Profitez de l'instant présent.** Votre histoire durera ce qu'elle durera. Cette absence de pression est parfois la meilleure manière de se laisser surprendre et de permettre à une relation de prendre son envol. Et de s'installer dans la durée...



l'homme est bien plus âgé que la femme. À 60 ans, certains se laissent fléchir et acceptent de pouponner à nouveau lorsque leur compagne de 40 ans souhaite devenir mère. Malheureusement, dans le sens inverse, cela n'est pas possible et certains hommes amoureux d'une femme plus âgée doivent faire le deuil de la paternité, en tout cas biologique. »

Même lorsque la question des enfants ne se pose pas, celle du temps qui passe est plus présente que dans les autres ménages, car il se fait plus féroce pour l'un des deux. « Il regarde beaucoup les autres femmes ; du coup, j'ai du mal à me projeter dans l'avenir, j'ai peur qu'il ne me quitte pour une plus jeune », admet Linda. Plus que dans les autres idylles, l'avenir est sans garantie et le présent doit se savourer d'urgence, ce qui donne à la relation une sorte d'intensité particulière, d'injonction à vivre au jour le jour.

### Un certain goût du risque

Après trente ans d'une vie bien rangée, on peut avoir envie de sortir des clous, d'envoyer valser le qu'en-dira-t-on et la bienséance. « Certaines se disent : c'est la dernière ligne droite et j'en fais ce que je veux, analyse Émilie Devienne. Elles s'inspirent aussi quelquefois de l'exemple donné par leurs enfants, qui divorcent, vivent avec des partenaires d'âges différents. Cela les libère, les déculpabilise. » Ces relations ont de plus l'attrait de la nouveauté. « Avec un homme plus jeune, il y a un côté inédit, très excitant. Parfois, ce sont des femmes qui aiment prendre des risques, franchir la ligne jaune, vivre des choses hors du commun », assure Alice de Lara. Seul contre tous, le couple construit sa propre histoire : ce qui ne le tue pas le rend plus fort. « Vaincre ces obstacles ensemble, c'est aussi une manière pour le couple d'élaborer sa mythologie », assure Émilie Devienne.

### La force de la confiance en soi

« Lorsqu'on est ensemble, on ne sent pas la différence d'âge, c'est le regard des autres qui nous y ramène sans cesse », racontent la plupart de ces amoureux. Même s'ils sont parfois douloureux, les cancan dont vous êtes l'objet ont aussi une utilité : à un âge où vous ne devriez plus avoir de leçons à recevoir de personne, ils vous obligent à réfléchir à la place peut-être disproportionnée que vous leur accordez. Faites-vous confiance ! C'est le moment ou jamais de tracer votre route, à l'image de Marie, 54 ans, fière de ne pas s'être laissé déstabiliser par ses proches. « Il y a dix ans, mon entourage familial et amical a cru que je perdais la tête pour un petit jeune, alors que, de son côté, il était forcément un profiteuse, se souvient-elle. Le temps leur a donné tort. Aujourd'hui, je vois bien les regards d'envie de mes copines, affublées de maris qui ont l'air de papis. » C'est finalement votre propre vision qui déterminera celle que les autres ont de votre couple. Ce « et alors ? », c'est d'abord à vous de réussir à le prononcer. ●



© L. DEBENHAM/STONE SUB/GETTY IMAGES.

\*CONSEILCONJUGAL.COM