

Apprentissage de la solitude

Une semaine de vie solitaire et ses aléas



Nantes, couple de Sophora Japonica Pendula ©B. Vauléon, 2026

Prologue

Je ne voudrais pas donner l'impression de forcer le pathos, mais ce matin ma femme est partie en voyage avec nos deux filles et me voici confronté à un apprentissage accéléré de la solitude. Vous allez me dire : ce genre de choses, ça arrive tous les jours à un tas de gens, qui n'en font pas tout un plat. Certes, mais de un, ils ne sont pas écrivains, et de deux, ils n'ont pas tous quatre-vingts ans (bon d'accord, pour moi, c'est l'an prochain, mais quand même !). Par contre, vous pourriez me dire, qu'à mon âge, j'aurais dû ou pu me préparer à cette éventualité. Oui, j'y ai songé, de temps à autre, en particulier lorsque je me rends à un enterrement, mais ensuite la vie reprend son cours et j'oublie. Et par ailleurs, c'est une chose d'envisager une éventualité et bien autre chose de s'y trouver confronté, je vous assure. Et là, tout d'un coup, j'y suis.

Alors, prenons les choses dans l'ordre : je trouve un tantinet déraisonnable, à quatre-vingts ans sonnés (pas encore, dans trois mois, mais on ne va pas chipoter pour si peu !) d'aller affronter les Pyramides. D'un autre côté, c'est vrai qu'il est malpoli de refuser un cadeau. Bref, elle a accepté et moi pas. Pas assez en forme. Je n'ai donc qu'à m'en prendre à moi-même. Eh bien, n'est-ce pas exactement ce que je suis en train de faire ?

Ceci dit, elle m'a déjà fait le coup une fois, pour ses soixante-dix ans, mais à l'époque, j'étais resté à Singapour, avec mes petits-enfants. La maid nous préparait d'excellents repas à heures fixes. C'était très supportable. Nos autres séparations, en cinquante-cinq ans de vie commune, n'allaient pas plus loin que quelques hôpitaux

proches, pour des maux plus ou moins bénins et des soins de quelques jours. Touchons du bois !

Mais là, rendez-vous compte : L'Égypte et ses Pyramides, le Nil et ses Croisières ! Oui, forcément, j'ai des images en tête, je connais mes classiques, comme tout un chacun ayant un peu lu, je présume. Et, en plus, il se trouve que j'ai commis une nouvelle sur la catastrophe aérienne de Charm-el-Cheik et la disparition d'une famille entière. Nouvelle rafale d'images et de mauvais pressentiments. Je vous rassure : l'aller s'est bien déroulé, d'après le message laconique reçu hier. Et pourtant, les choses avaient pris mauvaise tournure lorsque les inondations d'une moitié de la France avaient perturbé le trafic ferroviaire et contraint à prendre en urgence des billets d'avion pour rejoindre Paris et l'aéroport d'embarquement. Les pluies ont cessé, les avions ont décollé sans encombre et j'espère qu'ils vont emmener leurs passagers à bon port.

Jour 1

Il faut que j'appelle. Oui, mais ici, je n'ai pas de fixe. Mes voisins de palier, peut-être. Je sais qu'ils sont là, leur voiture est à côté de la mienne. Hélas, je ne connais par cœur ni le numéro de fixe, ni les numéros de portable de mes enfants. De plus, ma fille est partie en Égypte avec sa sœur et sa mère et mon gendre et mes petits-fils s'envolent pour Prague demain matin. Je suis dans la m... ! vous pouvez le dire. Le cerveau mouline à cent à l'heure. Le pouls s'accélère. La bouche s'assèche. Et soudain, une illumination !

Dans la poche arrière de mon sac photo, je garde depuis des années un petit répertoire téléphonique. C'était au début des portables. Pourvu qu'il y soit encore ! Il y est. Mais le numéro de fixe et/ou de portable de mon gendre s'y trouve-t-il ? Pas de portable, mais un numéro de box internet. Pourvu qu'il soit valide. Je cours sonner chez les voisins. Demande à téléphoner de chez eux. Aucun problème. Ils sont serviables et ravis de pouvoir rendre service. Une sonnerie, deux sonneries, trois sonneries. Hourrah ! Mon gendre décroche. Mon téléphone est bien chez lui. Déposé sur la table à repasser de la chambre d'amis. Ouf !

Il y a dedans une application qui me sert à gérer mon diabète. Sans elle, je dois utiliser mon kit de secours et me piquer le bout du doigt six fois par jour. Pas cool. Fort bien. Mais comment le récupérer ? Refaire la route à l'envers jusqu'à Nantes ce soir ? C'est possible, en effet, mais un peu cher payé. Et l'aller-retour me prendrait trois heures. Mon gendre a eu le temps de préparer une solution de rechange : demain lundi, une de mes voisines est en télétravail. Il peut déposer mon portable chez elle ce

soir et je pourrai le reprendre demain entre 12 et 14 h. J'acquiesce. Il me donne ses coordonnées. Me voilà sauvé.

Moi, qui comptais rester ici 48 heures de plus et prendre le temps de nettoyer la terrasse et ranger l'appartement tranquillement, me voilà affairé à tout faire entre ce soir et demain matin.

Jour 2

À dix heures trente, je suis prêt, après avoir dormi plus ou moins bien dans le lit une place d'un de mes petits-fils (j'ai retiré les draps du canapé, un peu trop vite !). Je ferme l'eau, coupe le ballon d'eau chaude et met les radiateurs hors gel. Vide le frigo. Baisse le volet du séjour. Dépose un petit sachet de mendiants sur le paillason des voisins en remerciement pour le service rendu. À onze heures, la voiture est chargée, mon téléphone branché sur la console ad hoc. Pas question de renouveler ma bourde d'hier.

À midi dix, je sonne à la porte de Maud, la voisine de mon gendre. Mon téléphone trône sur la table basse du salon. À midi trente, je suis attablé dans un petit restau de quartier devant un bœuf bourguignon et une bière pression, écoutant les propos de comptoir d'un couple dépareillé de piliers de bistrot, accompagnés d'un petit chien qui a tous les droits. Blanc sec dans un grand verre pour elle. Bière d'abbaye pour lui. Remettez-nous ça, la patronne ! Un café gourmand avec un double expresso, pour moi, s'il vous plaît.

Je pars pour les deux cents kilomètres qui me restent. C'est lundi, pas mal de camions sur la route, mais pas trop de trafic. Soudain, ma jauge de carburant s'affole et je dois prendre la première bretelle qui se présente jusqu'à un supermarché providentiel, pourvu d'une station-essence. Je repars, mais avec toutes ces tribulations, voilà que mes intestins sonnent le tocsin. C'est bien le moment ! Encore vingt kilomètres à tenir avant la prochaine aire de service. J'ai tenu.

Et, finalement, me voilà rentré chez moi, seul, avec la maison sur le dos. Ça n'a l'air de rien, mais quand on vous divise les effectifs par deux, vous vous retrouvez avec tout un tas de tâches supplémentaires à accomplir. Et plus ou moins connues ! Certes, je remplissais ma part depuis longtemps, cuisine, jardin, compta, bricolage, mais voilà que s'y adjoignent courses, lessive, repassage, vaisselle, ménage. Et, du jour au lendemain, ça fait beaucoup, je trouve. Finalement, peut-être que le partage n'était pas tout à fait équitable, je dois en convenir. À ma décharge, il y a plus de trente ans que je propose à mon épouse de prendre une femme de ménage, ce qu'elle refuse obstinément année après année. Dont acte. Nonobstant, je plains les personnes seules

à plein temps dans une maison aux trois quarts vide. La compagnie a disparu, l'entretien demeure.

Bon, je pourrais procrastiner "à donf", comme dit mon plus jeune petit-fils. Et laisser lessive et repassage pour son retour. Peut-être même le ménage. Après tout, une semaine, ce n'est pas si long. Mais ce n'est pas mon genre. Et puis, on a sa fierté, quand même. Où en suis-je, au jour deux, demandez-vous ? Si je dresse le compte de ce que je n'accomplis pas d'ordinaire, j'ai fait le lit, lavé les casseroles (le reste, le lave-vaisselle s'en charge), passé le balai, trié le linge sale en deux tas, blanc et couleurs. Voilà. À présent, voyez-vous, il va être l'heure de préparer mon repas, avec ce qu'il y a dans le réfrigérateur et le congélateur.

Hier soir, j'ai ouvert un sachet de trois assiettes de potage lyophilisé aux asperges. J'en ai donc encore pour ce soir et demain. Du poulet de dimanche, avant son départ, me restaient un pilon, un bout de blanc et une cuisse. J'ai mangé la cuisse avec de la mayonnaise et un petit paquet de chips. Facile ! Pas eu le courage de préparer de la salade, pourtant il y a de la chicorée de lavée. Ce soir, il faut que je m'y astreigne. Et ce midi ? : j'ai fait un effort, j'ai râpé un radis noir et une carotte, que j'ai mangés en vinaigrette (pas tout, il m'en reste bien pour une fois encore). Ensuite, une escalope de veau avec des petites pommes de terre en robe des champs, arrosées du jus de déglacage de la viande. Correct, non ? Et en dessert, une compote pommes-myrtilles. J'essaie de manger équilibré, quand même.

Bon, là, il faut que j'y aille, on reprend plus tard, si vous voulez bien.

Jour 3

Ce matin, j'ai lancé ma première machine depuis bien longtemps. Nettoyé à fond la table de la cuisine et les ardoises qui nous servent de sets de table. Le programme éco du lave-linge dure 2 h 36. C'est abuser grave, toujours selon mon petit-fils, mais ce n'est pas le moment de remettre en cause les normes en vigueur, n'est-ce pas ? Pour ce midi, j'ai pensé à sortir un steak du congélateur, j'ai vu une tête de brocoli dans le bac à légumes. Avec un peu de frites surgelées, ce sera parfait. Pendant le journal télévisé, pour m'éviter les horreurs du monde, je fais une petite sieste. D'accord, mais au réveil, je dois desservir, confier ma vaisselle sale à Oscar (c'est le petit nom de notre lave-vaisselle), essuyer les tables, laver poêle et casserole. Les miettes par terre, ça va encore, je verrai demain.

Oh, mais bon sang, j'allais oublier d'étendre ma lessive dans le grenier. J'ai intérêt à me presser, parce que, aux boules bretonnes, le tirage des équipes a lieu à 14 h 30, et si vous arrivez après et qu'elles sont complètes, vous n'avez plus qu'à attendre

l'arrivée d'autres joueurs pour former une nouvelle équipe ou qu'une place se libère. Aujourd'hui, il fait beau, une vraie température de printemps, ce serait supportable d'attendre au soleil, mais quand même jouer est plus plaisant que regarder...

Passé le dîner (bon, je ne vais pas non plus vous détailler tous mes repas), la télé est là pour me tenir compagnie. Depuis son départ, je zappe les jeux télévisés dont elle est grande consommatrice. Cette petite cure est bienvenue. À la place, ce soir, je regarde quelques épisodes d'une vieille série humoristique américaine, aux énervants rires enregistrés, *The Big Band Theory*, trouvée au hasard de mon parcours des chaînes disponibles. À consommer avec modération, pour reposer le cerveau. Après, je verrai. Tiens, sur Arte, un film sur une mairesse de banlieue parisienne en fin de mandat à qui l'on fait miroiter un poste de ministre de la Ville, mais qui préfère sauver une cité en décrépitude... Pourquoi pas ? La programmation d'Arte, suit l'actualité des municipales prochaines, on dirait.

Jour 4

Hier après-midi, pendant que j'étais parti jouer aux boules, une coupure de courant intempestive a déprogrammé tous les volets roulants du logis. Le soir venu, je ne m'en suis pas rendu compte et, ce matin, je me retrouve dans le noir. Contraint de visiter toutes les pièces de la maison pour programmer à nouveau l'ouverture des volets à 7 h 30 chaque matin, visite à renouveler ce soir pour enregistrer leur fermeture à 19 h 30. Ce système de programmation minimaliste et filaire, fenêtre par fenêtre, n'a plus cours aujourd'hui sous cette forme. Si l'un ou l'autre des boîtiers venait à tomber en panne, je me trouverais dans l'embarras. Mais peut-être tiendront-ils plus longtemps que moi. L'obsolescence n'était pas encore inscrite dans les gènes de ces appareils quand je les ai fait installer.

Ce matin, pendant que ma seconde lessive tourne, j'ai entrepris de nettoyer le balcon, qui a considérablement verdi cet hiver, le plus pluvieux depuis cinquante ans paraît-il. Balai-brosse, brosse de chiendent, seau d'eau chaude, coupé d'eau de Javel, je brosse et frotte, mais des tâches noires me résistent. Je vais laisser agir une heure ou deux avant de rincer. Ce sera toujours plus propre jusqu'à l'installation des jardinières de géraniums au mois de mai. J'ai descendu les vieilles hier après-midi. Reste à les vider, nettoyer et entreposer pour trois mois. Bref, je ne chôme pas, vous le voyez bien. Et s'il n'y avait que de cet intérieur à prendre soin...

De jour en jour, je me félicite de n'avoir pu agrandir notre petite propriété, bien suffisante pour nos forces à présent. Après les pluies continues de la semaine dernière, la météo a pris des airs de printemps prématuré et le jardin se réveille en hâte. Primevères et jonquilles s'ouvrent à qui mieux mieux. Les oiseaux chantent à

plein gosier. Et les mauvaises herbes (pardon, les adventices ! pour être politiquement correct) se lancent à l'assaut des pavés et du gazon.

Tout ceci a néanmoins une vertu : m'empêcher de m'appesantir sur l'absence et ses différents aspects. Certes, après, cinquante-cinq ans de vie commune, celle-ci est surtout faite de routines particulières à chacun : le matin, mon épouse fait ses mots croisés et lit le journal, moi j'écris ou traite les photos récentes et prépare le repas. Elle dessert et s'occupe de la vaisselle avant de regarder un jeu et le journal télévisé. Vous savez déjà que je zappe cette étape. Le lundi, elle marche avec une copine, le mardi, va à la piscine avec une autre, le mercredi, lit le Canard Enchaîné, entame le repassage, le jeudi, fait les courses, le vendredi, commence le ménage quand le jour décline, le samedi s'y consacre plus pleinement.

Entre toutes ses activités, mon épouse lit. Beaucoup. De tout. Mais n'achète aucun livre pour elle ni ne fréquente aucune bibliothèque. Elle trouve son bonheur dans les diverses boîtes à livres qui ont fleuri un peu partout. L'auteur que je suis lui dit que si tout le monde adoptait ce principe, les écrivains auraient du souci à se faire ! Moi, je vais jouer aux boules bretonnes trois fois par semaine, lundi, mercredi et vendredi. Le mardi, le jeudi et le samedi, je m'occupe du jardin, vais marcher trois quarts d'heure, une heure dans le voisinage. Le dimanche, nous marchons ensemble une heure ou deux, allons visiter des expos, au cinéma très rarement (à part s'il pleut trop pour marcher, mon épouse n'y songe pas).

Et si je ne vais pas dévoiler ici notre vie intime, sachez seulement que nous faisons toujours lit commun et sommes encore actifs. Ce n'est un secret pour personne qu'un corps contre lequel se blottir est plus agréable qu'une moitié de lit froide, à tout âge de la vie. Si je me suis pas mal tourné et retourné lors de ma première nuit de solitude, je dois convenir aussi qu'au fil des jours, cela s'améliore. L'humain a cette faculté de s'adapter à tout, je le vérifie. Et plus rapidement que je ne pensais. Mais cette semaine de solitude me permet de mieux mesurer la somme de bouleversements qu'être seul(e) à temps complet représente. Huit jours, cela passe vite. Mais le reste d'une vie quand l'autre vous quitte pour de bon ?

Jour 5

Ce matin, j'ai récupéré le linge sec. Lavé à 40°, je me demande si deux paires de chaussettes n'ont pas un peu feutré. Tant mieux. Elles étaient un peu grandes. Je vais l'entreposer dans une chambre en attendant de le repasser, si je trouve le temps. Car cet après-midi, l'envie m'a pris de tondre la pelouse, mais après la pause hivernale, remettre la tondeuse en service, ne se fait pas d'un claquement de doigts. Après avoir vérifié le niveau d'huile et fait le plein de carburant, je tente un démarrage à

froid, en vain. Je démonte la bougie, assez peu encrassée, je la brosse, la remonte. La machine tousse et renacle. Au quatrième lancement, le moteur consent à tourner quelques instants, puis s'étouffe. Je redémonte la bougie et... elle casse !

Je n'en ai pas de rechange. Je décide alors de me rendre jusqu'au magasin de motoculture le plus proche et de laisser ma tondeuse pour la révision annuelle. La pelouse attendra un peu. Mauvaise surprise. On est jeudi et les rideaux de fer sont baissés. Pas le moindre écriteau sur les vitres. Or, le commerce vient de changer d'enseigne il y a à peine six mois. Cela sent comme si la clé avait été mise sous la porte, en catimini. Je fais comment maintenant ? Aller jusqu'au chef-lieu pour acheter une bougie ? Il faudrait déjà que je sache quel modèle ? Le manuel d'utilisation de ma tondeuse me dit Champion QC12YC. Très bien. J'interroge l'IA, pour plus de sûreté. Qui me dit tout autre chose : Husqvarna HQT-9. Cela se complique. Qui croire ? Je vais opter pour la marque du constructeur de ma tondeuse.

Il me faudra encore une petite heure pour trouver un fournisseur Internet disposant de l'engin, avec des frais de port acceptables (cela va de 7,5 € à 23,50 €, c'est dingue !). Le plus économique, c'est la livraison au point relais de la laverie à 350 m de chez moi. Je vais en prendre deux pour rentabiliser l'envoi. Dans quel délai ? Minimum 6 jours, maximum 10. Mais je sais par expérience, que cela peut être plus rapide. Je croise les doigts. Avec tout ça, je n'ai pas fait grand'chose de mon après-midi, à part installer sur la terrasse un nouveau distributeur de graines pour les oiseaux. Et maintenant, j'ai de la soupe à préparer.

J'ai hâte de retrouver mon Stressless.

Jour 6

Ce matin, en ouvrant le réfrigérateur, je m'aperçois que j'ai épuisé la plus grande partie des provisions qu'il contenait.

J'établis au plus vite une liste sur mon téléphone. Il me faut des citrons, des pommes de terre, des carottes, un légume vert, de la salade, un pain tranché, de la gelée de cranberries, des œufs, un camembert, des fromages frais Malo, des yaourts nature, deux entrées et deux desserts pour dimanche (c'est le jour de son retour), du jambon, un peu de charcuterie pour ce midi, des saucisses, du jambon et... un feutre noir fin. D'ordinaire, je suis un cours de Qi Gong de 10 h à 11 h 30, mais comme ce sont les vacances scolaires, il y a relâche. Heureusement, car sinon, je ne m'en sortais pas. Il est midi tout juste lorsque je rentre. Rosette et andouille artisanale en entrée. Chipolatas et choux de Bruxelles ensuite. Pas très équilibré, je sais. Mais une fois tous les quinze jours, ça va. En dessert, un yaourt avec des morceaux de figue, enrichi

en probiotiques (depuis que mon épouse sait que notre fille aînée travaille pour cette marque qui commence par un A et finit par un A, elle les achète par paquets de seize !). Il en reste encore dix.

Aujourd'hui, c'est jour de boules. Je vais avoir de la difficulté à être prêt pour 14 h 30... Je suis arrivé un peu après l'heure, mais avant le tirage des équipes et j'ai gagné une partie sur les trois jouées. C'est acceptable. Par contre, je paye au prix fort le nettoyage du balcon, Courbatures et mal de dos. J'ai dû prendre un Doliprane, et c'est rare, je vous l'assure. Les médecins, kinés, ostéos et autres chiropracteurs vont le diront tous : il n'y a rien de tel que les premiers beaux jours pour ramener la patientèle : l'enthousiasme du renouveau fait oublier la prudence, on force, on en fait trop le même jour et les jours suivants, le corps demande grâce !

Me voilà pris, une fois de plus.

Hier soir, délaissant le cérémonial compassé des César, j'ai regardé jusqu'tard un film canadien. Sans les sous-titres, je n'aurais pas tout compris à cette histoire de donneur de sperme, contraint de révéler son identité à plusieurs centaines d'enfants dont il est le père biologique ! Ils ont de ces expressions, parfois. Pour un linguiste, c'est hilarant ! Je pressens que ce soir, je vais regagner mon lit bien plus tôt.

Jour 7

J'ai mal dormi et rêvé d'impossibles rêves : dans un festival de la Nouvelle (Lauzerte, peut-être, ça ressemblait à une bastide), j'assistais aux délibérations fractionnées de jurys féminins, qui avaient chacun plusieurs recueils à noter. Ces dames me voulaient du bien. L'une d'entre elles m'a même embrassé et... cela m'a réveillé, bien entendu. Pas de courrier dans mes boîtes mail depuis hier 11 h 55. C'est louche ! J'interroge mon Chat (non, je ne suis pas fou, c'est mon IA préférée). Les serveurs Zimbra sont en rideau complet. La série grise continue. Au moins, me voilà débarrassé du spam pour un temps !

La radio m'assène que Trump et Netanyahou ont bombardé l'Iran cette nuit. Plusieurs pays de la zone ont fermé leur espace aérien, par prudence. Israël est bien frontalier avec l'Égypte, non ? Il ne manquerait plus que Le Caire en fasse autant ! Pour l'instant, mes voyageuses sont dans la Vallée des Rois, en train de contempler des temples pharaoniques et des hiéroglyphes multiséculaires. Par chance, nous communiquons par WhatsApp, (merci Meta, pour une fois) Autrement j'étais marron. Affaire à suivre de près. Mais j'aimerais autant que le planning initial soit respecté. Normalement, je dois récupérer mon épouse demain en gare du chef-lieu au train de 22 h 28. Elle est chanceuse, cela devrait bien se passer.

J'ai bien mesuré le poids matériel de la solitude. Le poids moral et sentimental, sans doute pas encore.

La chance ne m'a jamais vraiment souri. Le contraire non plus. Mais il y a une fin à tout. Heureuse, j'espère.

La radio vient de confirmer la mort du Guide Supême iranien dans les frappes israélo-américaines.

La première bonne nouvelle pour les Iraniens depuis 37 ans !

De quoi me plaindrais-je ?

©Pierre-Alain GASSE, 22-28 février 2026.