

# Lili Labelle, la bien nommée

Quand le nombre des années n'atteint pas la valeur...



Sur le quai de la gare, aussitôt que le rythme devient entraînant, Lili ne peut s'empêcher de danser...

Annie Depont

**Lorsqu'on passe un moment à la Gare de Prévost, on a la chance d'y rencontrer des personnages hauts en couleurs, intéressants, attachants. Tout endroit a ses habitués, voici Lili Labelle...**

– Les gens sont gênés de dire leur âge; moi je témoigne qu'il est possible de vivre en santé à 72 ans. Je suis née en 1930. J'ai enseigné le yoga pendant 22 ans; il y a 32 ans que j'en fais, je ne lâcherai jamais. Je pratique tous les jours. Cela commence le matin sous la douche, par des déhanchements et flexions de tout le corps. Faire circuler le sang est important. Je n'ai jamais de grippe, ni de rhume. En ce qui concerne la nourriture, je suis végétarienne. Pas de gras, surtout pas de gras.

– Mon activité professionnelle? J'ai élevé quatre enfants, nous avions un commerce de fournitures en acier. Je vis seule maintenant, mon mari et moi nous sommes séparés à l'amiable, ça aussi c'est possible et important surtout pour les enfants. Ils sont autonomes maintenant et nous avons quatre petits-enfants, que je vais garder à l'occasion avec grand plaisir.

– Je ne fais rien pour la performance, je fais tout pour la santé. Les gens sont très étonnés quand je leur dis mon âge et puis j'aime faire des farces. L'important c'est de rire, l'humour c'est le cousin de l'amour.

– Je m'occupe moi-même de l'entretien de ma maison: peindre le balcon par exemple.

– À part le yoga, je fais de la poésie et je joue aux cartes avec des amis (des gens qui aiment

l'humour bien sûr) – Je porte des vêtements de couleurs comme le rose, le mauve, le violet, c'est bon pour le moral. Tous les jours je remercie l'énergie de la source. Je ne suis pas une fille de religion car j'ai trouvé qu'il y a des jeux de pouvoir là-dedans, mais je crois en l'énergie universelle. J'ai pris aussi beaucoup de cours et dépensé beaucoup d'argent pour essayer de comprendre ce qu'est un être humain. J'ai découvert que dans la vie il n'y a pas d'erreur, mais des expériences pour avancer.

– Lire?... un peu... pas tellement... j'aime mieux bouger mais je prends un jour à la fois.

– La musique? J'aime la guitare, le violon et j'adore danser mais veut-veut pas, en prenant de l'âge les os sont plus fragiles, il faut faire attention.

– Je ne veux pas être toujours seule, cela me dérangerait mentalement. C'est la raison pour laquelle je suis très sociable. Ah! la Gare de Prévost... ça c'est ma deuxième famille! J'écoute les gens: un jour, un monsieur m'a dit qu'il voulait se suicider. Je ne lui ai pas dit qu'il ne fallait pas mais je lui ai posé des questions car il est parfois plus facile de se confier à des étrangers. À la fin, je lui ai dit: «Tu viens de me parler d'affaires terribles, mais il y a bien quelque chose que tu as réussi quelque part...» Il s'est mis à pleurer.

– C'est tout un travail de bien s'entretenir le corps et l'esprit. Ce qui dérange beaucoup, c'est le contrôle sur les autres.

– «Ma jeunesse?... Pour mon père, il fallait être parfaite. Nous étions sept filles et trois garçons. Nous vivions dans une ferme et quand les garçons sont partis, les filles ont dû faire le travail à leur place. Pendant notre enfance,

le père était obéi. Je me souviens d'un poème que j'avais fait pour lui:

«not' père s'appelait Albert,

«l'était sévère en calvaire

«fallait faire, et se taire

«aujourd'hui l'est sous la terre

«ça fait bien son affaire,

«un jour j'vas aller l'voir...»

– Des poèmes, ou des histoires, ça me vient automatiquement. Pour mes enfants, je n'ai pas voulu appliquer le côté sévère de mon père, j'ai choisi le contraire: la douceur. Même quand j'ai eu de gros problèmes avec ma fille.

Quand une personne est sociable, quand elle grandit dans la douceur, cela se voit dans son regard.

– Du vélo, j'en fais tous les jours quand il fait beau; l'hiver c'est le ski de fond. Il y a très longtemps, j'ai été opérée d'un disque lombaire qui s'était déplacé alors que je portais un seau d'eau, mais ça n'a pas pris longtemps avant que je reprenne mes activités. C'est dommage de devoir passer par «le couteau». Je ne juge pas les gens qui le font ni ceux qui prennent beaucoup de médicaments, je dis seulement que c'est dommage.

– Pour mes os, je prends des algues marines et je ne consomme que de l'huile pressée à froid. Je mouds des graines de lin, citrouille, sésame etc... que je mets dans mes céréales. Je



Lili Labelle ne fait rien pour la performance, tout pour la santé...

me fais du pâté végétal avec du tofu, que je mange sur des biscuits bretons. Un vrai délice!

– Je me maquille tous les jours, c'est bien important pour moi et je ne porte de lunettes que pour lire ce qui est écrit en petit. Je pratique aussi la gymnastique des yeux. Je ne fais jamais d'exercice trop fort et je me repose toujours après.

– Je chante souvent des chansons à répondre: dans l'autobus, dans le temps de Noël, quand on fait une fête... J'aime le silence aussi. Beaucoup. C'est très ressourçant. Je pratique également les mantras: mmmmmmm, aaaaaaaooooo. Je crois à l'ange que nous avons pour chacun de nous. Je suis née un 29 septembre, du signe de la balance, donc de l'équilibre.

## Méchoui des Narcotiques Anonymes à la gare



Les membres des Narcotiques Anonymes soupant avec la population.

Samedi le 10 août avait lieu le méchoui annuel des Narcotiques-Anonymes. C'est pour la deuxième année consécutive que le groupe des N.A. invite la population à participer à son méchoui. Ce fût une fête autant pour l'odorat vu les vapeurs de cuisson du porc sur la braise, que pour le palais.

Après le souper, une réunion régulière de partage a eu lieu, suivie d'une soirée dansante qui se termina tard dans la nuit. Selon Michel, le responsable du groupe, ce fut un succès sur toute la ligne et les membres souhaiteront sûrement réitérer la formule à la gare l'an prochain.



L'animal en question