



Vieillir et mourir sont des verbes actifs

Ceci peut surprendre tant notre représentation du vieillir et du mourir nous renvoie à de l'immobilité, de l'inactivité, du non faire et de la perte.

Comme s'il n'y avait déjà plus un sujet à part entière et comme s'il n'y avait déjà plus quelque chose à vivre délibérément en toute conscience ou (et) inconscience.

Or il se trouve que vieillir c'est être vivant, et que mourir c'est être encore vivant.

Vieillir et mourir vont solliciter chez le sujet un travail psychique, un travail intérieur qui va l'occuper avec une certaine intensité,

Dans ces dernières étapes de l'existence vont surgir ou resurgir des peurs et des questionnements que nous remettons souvent à plus tard et qui vont se présenter avec un caractère d'urgence.

Il nous est donné parfois d'entrevoir lors d'un accompagnement, au détour d'une remarque, d'une plainte ou d'une confidence, la réalité de ces questionnements à l'œuvre.

La question du sens : " je ne sers plus à rien ", " je suis une charge "

La question de la liberté : " je suis en prison dans cette chambre "

" je ne peux plus faire ce que je veux "

La question de la solitude existentielle , même si l'on est bien entouré : " les nuits sont longues. "

L'angoisse de la mort, cette superbe inconnue, que l'on peut redouter et parfois désirer tant elle est tranchante, sidérante et énigmatique.

Dans ce moment du grand vieillissement qui peut s'étendre dans la durée nous avons à faire face, plus qu'à tout autre période de notre vie, à la perte de l'illusion de notre toute puissance et à la perte de l'illusion de notre immortalité.

Autant dire que sur le plan psychique, la traversée de cette étape tient plus de la marche héroïque que de la sieste en chaise longue.

Ce processus qui se vit parfois en sourdine, parfois en se parlant, n'est pas sans rappeler l'intense travail de la naissance : venir au monde, advenir... puis partir.

" Chacun, seul, devra aborder l'étape existentielle de la vieillesse avancée " (1)

Dans ce moment, où trouver l'espace de liberté qui ne va pas ressembler à "je fais ce que je veux" mais qui sera forcément d'une autre nature ?

Comment dans cette solitude, ressentir le lien avec le monde ?

Comment enfin l'approche de la mort pourrait amener à quitter ce désir d'être des dieux pour en revenir à notre humanité, notre si touchante humanité lorsque se révèle notre vulnérabilité ?

Le fruit de ce travail d'accouchement de Soi, ultime, restera le plus souvent secret et invisible.

C'est cette traversée que nous accompagnons, sans en connaître le déroulement singulier , chez la personne auprès de laquelle nous sommes assis.

Tout cela peut se passer derrière un masque de grande fatigue, de désintérêt, de plainte ou au contraire à travers des récits de souvenirs récurrents lorsqu'il semblait plus facile de trouver du sens à sa vie et mais aussi parfois... dans un calme et un sentiment de gratitude.

Ce qui est requis de notre part c'est une présence ouverte à ce qui se présente tout simplement.

Jocelyne Colson
Psychologue clinicienne
Psychothérapeute

(1) La vieillesse ; Charlotte Herfray. Éditions Desclée de Brouwer