



LE "VIEILLISSAGE"

La vieillesse, que nous accompagnons principalement en maison de retraite, nous donne à voir qu'il y a deux grandes façons d'avancer en âge : plutôt vivre sur le mode "**avoir**" ou plutôt vivre sur le mode "**être**". Ces deux extrêmes pouvant se conjuguer de multiples façons selon la singularité de chacun.

Vivre sur le mode "avoir" lors de notre vieillesse, c'est ressentir un grand nombre de pertes. Toutes ces choses que l'on n'a plus et qu'il faut abandonner : partie de notre santé, de notre beauté, de notre position sociale... Sans parler des choses très matérielles : la maison que l'on doit vendre, tous ces objets familiers qui ne peuvent pas tenir dans la chambre en institution, etc.

Toutes ces pertes font dire aux personnes qu'elles se sentent dépossédées, comme si leur identité n'était plus la même. N'ayant plus rien de ce qu'elles avaient elles se sentent inexistantes. En effet, si je fonde mon identité sur mon avoir, sur tout ce que j'acquiers au cours de ma vie, cet avoir étant fugace notamment au moment du grand âge, je bascule dans le doute existentiel. Selon le psychanalyste Erich Fromm (1) : "*Si je suis ce que j'ai, et si ce que j'ai est perdu, alors qui suis-je ?*". Et ce n'est pas rare d'entendre des personnes âgées nous dire "*je n'ai plus rien, je ne sers plus à rien, la vie n'a plus de sens pour moi.*" Certaines personnes allant jusqu'à nous dire : "*pour mes proches, ce serait mieux si je n'étais plus là*".

Si, en mode "**avoir**", je reste uniquement centré sur mes pertes, je suis assuré d'être en souffrance. De perdre souvent toute joie de vivre.

Vivre sur le mode "être", c'est ressentir qu'il y a une certaine continuité entre ce que j'étais – ma personnalité, mon caractère, mon regard sur le monde, mon passé – et la même personne devenue âgée, certes parfois très "dégradée", mais cependant unique au monde depuis le jour de sa naissance qui reste immuablement gravé dans le marbre quoi qu'il advienne. Et cette vie éphémère, vécue dans la discrétion ou sous les projecteurs, restera néanmoins un fait éternel, même après ma mort.

Vivant sur le mode "**être**", la personne âgée abandonnera plus facilement les multiples pertes liées à l'âge car, toujours en quête de sens, elle restera à la fois plus ouverte et plus dans l'intemporalité. Elle nous dira par exemple : "*Contempler tout ce qui s'est détaché de moi – sans regret pour l'instant - tout ce que je ne pense plus faire. Me sentir plus ouvert et par moment très proche de ma petite enfance, sa simplicité, sa confiance, sa liberté intérieure. François Mauriac ne disait -il pas : Tel que nous fûmes au départ, le même rocher intact que la vague a recouvert et qu'elle découvre.*" (2)

Osons pasticher Erich Fromm : "Si je suis toujours en quête, et si cette quête a du sens pour moi, alors, ce que je suis en a aussi."

En mode "**être**", je peux espérer compenser les pertes par une quête qui me nourrit et me fait vivre, parfois dans la joie.

Ce regard à propos du vieillissement est intéressant. Plutôt que de parler du vieillissement, un ancien danseur (3) employait le mot de "**vieillissage**". C'est un très joli mot qui associe la vieillesse à la sagesse. Lors de ce "**vieillissage**", il disait avoir la sensation de revivre la grâce de l'enfance, sa simplicité, son émerveillement, et il appelait cela non pas revenir, mais "**ascender**" à l'enfance. "**Ascender**" à un état que l'on avait perdu et ressentir, en même temps qu'une vraie fragilité, un universel sentiment de dignité humaine.

Par rapport à leur corps, peut-être que les personnes vivant en mode "**avoir**", diraient : "*Le corps que j'ai*" et celles en mode *être* : "*le corps que je suis*". Les deux redoutant probablement d'entendre associés ces deux verbes, dans l'expression : "**Le corps qu'il a été**".

Jacques Gelé
Bénévole d'accompagnement

(1) Erich Fromm, psychanalyste humaniste américain (1900/1980)

(2) témoignage de Charles Moigneteau, 92 ans, ancien bénévole Jalmalv-Nantes. Extrait du **Lien** N° 70, page 3 : "A la recherche de quelque chose".

(3) Dominique Dupuy, danseur chorégraphe des années 1950, lors d'une émission de France Inter "l'Humeur vagabonde."