



Texte posté le 1<sup>er</sup> août 2022.

## Sur les défis modernes de la vieillesse : quelques idées

Jacqueline Feldman

La vie s'est considérablement allongée dans le monde moderne ; nous sommes de plus en plus nombreux et nombreuses à vivre longtemps. Or si la médecine a fait d'énormes progrès et que les centenaires bon pied bon œil cessent d'être des exceptions, les réalités de la biologie affectent le plus grand nombre d'entre nous, nous apportant déclin et/ou maladies diverses. Que faire, face à ces réalités difficiles ? Voici quelques éléments de réflexion.

### 1. *Le terme de vieillesse est à déconstruire*

Il représente en effet plusieurs réalités qui n'ont pas grand-chose à voir les unes avec les autres. Je distinguerais

- la *première vieillesse*, où l'on ne se sent pas encore vieux ni vieille
- la "*vraie*" *vieillesse* avec le cortège de ses divers maux qui s'installent plus ou moins vite, plus ou moins forts.
- parmi ces maux, le cas des *maladies dégénératives* doit être considéré en soi, car il pose les problèmes les plus difficiles et les plus angoissants.
- l'approche de la *mort*, inéluctable terminaison. C'est aujourd'hui un tabou qui fait peur et est confié aux médecins et aux religions. Il s'agit pourtant d'une étape essentielle de la vie, qui se doit d'être prise en considération dans une société qui entend respecter et penser la personne humaine.

### 2. *Première phase : la vieillesse jeune*

On se retrouve mis.e à la *retraite* par la société qui a décidé qu'on n'était plus en mesure de remplir nos obligations professionnelles correctement - ou qui a besoin de notre départ en retraite pour faire place aux nouveaux arrivants et nouvelles arrivantes, les jeunes vraiment jeunes.

Or, il est bien évident que ces "réalités" dépendent à la fois des personnes, des professions en question, et surtout des niveaux de compétitivité de la société.

On sait que les classes populaires ont des âges de mortalité très inférieurs à ceux des classes supérieures. Ceci justifie amplement les luttes traditionnelles qu'elles ont menées et qu'elles mènent toujours pour le droit à une retraite qui leur laisse la possibilité de pouvoir profiter de la vie après leurs années de dur labeur. Ne pas oublier le trajet familial et professionnel souvent chaotique de nombreuses femmes qui se retrouvent dans le dénuement dans la vieillesse.

On peut imaginer que, dans une société bien organisée, non soumise à la compétition, le départ en retraite pourrait être demandé et acquis par rapport à son état de santé et à la difficulté des travaux : des travaux intellectuels peuvent être conduits à des âges bien plus avancés que des travaux physiques.

En somme, à ce stade de notre vie, il ne s'agit pas d'une vraie vieillesse, mais d'une décision administrative et politique. D'ailleurs, beaucoup de nos dirigeants ont dépassé largement l'âge de la retraite. On sait que les puissants s'attachent à leur pouvoir.

Consultons dans Google le mot "retraite" : les premières pages s'étalent abondamment sur les nombreuses démarches administratives à faire ; une petite évasion affective intervient avec des propositions de cartes illustrées souhaitant une bonne retraite aux collègues "atteint-es par le couperet de l'âge", comme il est parfois dit. Page 4, un article Wikipédia nous conduit tout de même à la notion d'*espérance de vie en bonne santé*, qui se rapproche du thème discuté ici.

Bref, pas grand-chose à se mettre sous la dent du côté des idéologies courantes : il faut tenter de penser par soi-même.

Beaucoup de personnes sont *ravies* de leurs débuts de retraite ; on fait ce qu'on veut, on voyage, c'est le temps de vivre des rêves que l'on n'avait pas eu le temps de vivre avant. On a le temps de s'entretenir physiquement, on marche, on nage, on voyage, on fait du bénévolat.

On a aussi le plus souvent acquis une connaissance de soi-même et des autres qui permet une vie relationnelle plus apaisée, moins passionnée. On a *mûri*, on s'est *bonifié* avec l'âge.

Ce n'est malheureusement pas le cas pour tous et toutes, car certain-es - qui sans doute n'ont pas appris à ou voulu se remettre en question à travers les épreuves de la vie, tendent au contraire à devenir des caricatures d'eux-mêmes. Les *rigidités* qui viennent avec l'âge ne concernent pas seulement notre physique mais aussi notre mental.

Bref, on récolte ce qu'on a semé, dit la sagesse courante.

### 3. Deuxième phase : La vraie vieillesse.

Les différents maux qui nous accablent, plus ou moins par ailleurs, sont des atteintes à notre intégrité, à cette personnalité que nous avons construite peu à peu, plus ou moins consciemment, avec plus ou moins de liberté, au cours de notre vie.

Lenteur, faiblesses, douleurs, besoin de médecins, d'aides de vie. Le *care* tient désormais une très large part dans notre vie. Nous ne sommes plus dans la normalité.

La vieillesse, qui nous diminue, fait de nous des personnes *handicapées*. Cela est dur pour notre orgueil, mais c'est ainsi.

Nos besoins deviennent ceux des personnes handicapées. Appartements équipés, villes aménagées, les besoins sont divers. Il n'y a pas si longtemps que l'on a commencé à prendre en considération les besoins spécifiques des personnes handicapées pour qu'elles puissent vivre en citoyen·nes. Je me souviens de ma surprise et de mon contentement quand j'ai vu pour la première fois des infirmes qui accédaient aux transports en commun - les autobus, du moins - dans leur fauteuil roulant.

*Le Monde* du 7/7/2022 propose justement une publicité à ce sujet p. 7. Elle célèbre l'Anniversaire de la loi du 10 juillet 1987 en faveur du travail des personnes handicapées avec ce titre : "35 ans de progrès social grâce au handicap !"

Des handicaps, il y en a de toutes sortes et les handisports - une autre victoire humaniste en la matière - ont appris composer avec cette diversité. Ceux de nos vieillesse sont également de toutes sortes.

La question qui se pose concernerait les juristes ... et les politiques, bien sûr : dans quelle mesure est-il nécessaire de distinguer handicap et vieillesse ? une première réponse concerne la temporalité : le handicap peut être de naissance, donc stable dans une vie, ou acquis par un accident, donc soudain. La vieillesse, elle, évolue constamment, avec ses à-coups médicaux.

Comment vit-on ses handicaps ? comment les accepte-t-on ? Peut-on les détourner pour en faire un avantage, comme le proclamait une affiche il y a quelque temps ?

Quel type de comparaison avec la vieillesse ? Quel type d'angoisse devant ses impuissances ? ses menaces diverses ?

L'angoisse la plus grande concerne la dégénérescence, notre prochain sujet.

#### **4. La *dégénérescence* et la *démence*.**

Autrement dit : *Ne plus s'appartenir*.

"La démence est un syndrome dans lequel on observe une dégradation de la mémoire, du raisonnement, du comportement et de l'aptitude à réaliser les activités quotidiennes." (OMS)

La démence, maladie neurodégénérative, ne survient pas d'un seul coup. Elle s'annonce, elle menace, on aurait le temps, en principe, de s'y préparer. Cela ne se fait pas actuellement. La grande majorité des personnes s'y laisse piéger. Pourtant, la grande majorité des personnes menacées énonce clairement qu'elles préfèrent mourir que de passer par ce stade... avant d'être piégées à leur tour, devenues incapables de décision personnelle et de faire entendre leur demande dans leur environnement social.

Médecins et religions s'entendent pour imposer leur philosophie de la "vie-coûte-que-coûte".

Dégradation après dégradation, on aboutit aux EPS (Espaces de vie protégées) des Epades, (On est supposé écrire EHPAD, mais c'est plus joli dans cette écriture, moins angoissant, moins administratif). Là, dans un lieu qui fait penser à un des cercles de l'enfer de Dante, de pauvres créatures errent comme elles peuvent selon les possibilités physiques et mentales qui leur restent, derniers petits éclats de vie et de conscience, sous les soins de personnels - des femmes, bien sûr, le plus souvent de couleur, bien sûr, évidemment mal payées - qui les nourrissent, les changent, les lavent, les font manger et boire, les couchent, les lèvent - avec quelques "activités" pour entretenir un peu encore leurs cerveaux et leurs sensibilités.

Adoptons donc ce choix de la *vie-coûte-que coûte*, philosophie dominante actuelle. Il est évident qu'une prise en charge satisfaisante nécessiterait des moyens que seules quelques personnes très riches peuvent se payer ; par exemple, la présence d'une même personne aidante 24 heures sur 24.

On aime à nous montrer des photos de personnes dans cet état témoignant leur bonheur d'être aimées. Leur sourire dans leur visage émacié et ridé est merveilleux. On ressent soi-même fortement le bonheur de cet échange d'amour dans ces conditions si difficiles. Mais ce bonheur n'est-il pas, en définitive, égoïste ? pour nous, une impression de BA, on a bien réussi ce qu'il convenait de faire ; pour notre familier, une petite lueur imprévue dans une vie de malheurs continuels.

Car peut-on vraiment partager les angoisses, les détresses, de cet être que nous disons aimer ?

**On aurait bien besoin de philosophes pour nous aider à penser cet état-là, où, justement, on n'arrive plus à penser.**

Pour l'instant, domine donc la philosophie de "la vie-coûte-que-coûte". C'est celle qui est adoptée par les grandes religions. Or, nous vivons dans des sociétés assez peu religieuses, qui aspirent avant tout au choix individuel, au choix de chacun.

Quand la philosophie est advenue, elle a fait le choix de la rationalité et de la liberté de penser pour chacun. Les religions s'efforçaient, elles, de "lier ensemble" les sociétés, par des rites, des récits, des rassemblements dans des bâtiments grandioses, des prières communautaires, des musiques "célestes". Protégé ainsi par sa communauté, on acceptait d'abandonner son libre arbitre. Car la réflexion personnelle est difficile, et sans aucune garantie de justesse.

**Il est pourtant temps, aujourd'hui, de commencer à penser, chacun-e pour soi mais aussi ensemble, la vie, la mort, la déchéance.**

**5. En-fin, la mort,** événement considérable, crainte et désirée, c'est selon.

Elle peut intervenir à tout moment. Brutale, inattendue ou, au contraire, annoncée. C'est dans ce cas-là que nous avons la possibilité de la penser, afin qu'elle puisse participer de façon qui nous paraîtrait humaine, responsable, à notre vie.

Notre livre a été une façon de l'approcher, d'apprivoiser sa réalité, son existence, pour moi, pour toi, pour nous tous et toutes.

Contrairement à des sociétés moins "(techniquement) avancées" que la nôtre, nous sommes des "sauvages" par rapport à elle. Nous en avons peur, et nous la confions aux médecins, aux prêtres, aux vendeurs de sépultures.

Le temps - ce moment où nous sommes, pour la première fois dans l'existence humaine, autant à devenir si âgé.es - est venu de nous l'approprier ensemble : en faire une *cause sociale* ; en parler, s'interroger, se confronter, imaginer. Bref, la réintégrer dans la vie, la pensée, la culture, comme elle a pu l'être jadis.

Pensons-là enfin ce qu'elle est, une présence.

**Appel est lancé aux penseur-es, philosophes, artistes, poètes, humoristes, conteur-euses pour nous aider à vivre pleinement ce moment.**

