

Selon la philosophe Cynthia Fleury, la vieillesse nécessite de faire le deuil de sa jeunesse. Une étape préalable à l'émergence d'un nouvel être libéré des contraintes. Mûrir devient alors un privilège et un art.

# «VIEILLIR DONNE LE DROIT D'ÊTRE ENFIN SOI»

PROPOS RECUEILLIS PAR JEANNE RAY

**Le Point: Comment les philosophes anciens considèrent-ils la vieillesse ?**

**Cynthia Fleury:** Le texte de Cicéron intitulé « De la vieillesse (Caton l'Ancien) » envisage la vieillesse comme le parachèvement de la vie, une sorte d'apothéose magnifique, un gage de dessaisissement de l'apparence et de la fausseté. C'est aussi la posture de Socrate, chez qui la beauté intérieure relève d'une vérité supérieure. Pendant longtemps, les philosophes vont considérer que la vieillesse facilite l'accès à la vérité, à la déconstruction des faux désirs et des faux plaisirs. Elle est également une garantie d'autorité et d'exemplarité. Avec Sparte, elle incarne un pouvoir, une gérontocratie. Aujourd'hui, la société, très technocratique, valorise davantage la jeunesse que l'expérience des anciens. Il ne faut pas paraître trop âgé au risque d'être stigmatisé, chosifié, exclu. La vision négative du vieillissement l'emporte sur celle de Cicéron. C'est ce qu'analyse Simone de Beauvoir dans son livre « La vieillesse », écrit alors qu'elle avait 62 ans. Chez Cicéron, la vieillesse représente la somme de toute une vie; chez Simone de Beauvoir, elle marque une perte

du statut d'adulte. Une rupture, définie non par les personnes âgées elles-mêmes mais par les autres, qui les catégorisent et les infantilisent. Elle montre, par exemple, que tout ce qui relève de la sexualité est déconsidéré, comme si c'était répugnant, et que les personnes âgées sont désqualifiées.


**Qu'est-ce que vieillir peut apporter de positif ?**

Paradoxalement, vieillir suppose de faire le deuil de soi et de laisser émerger un autre soi. Le corps, la santé, les capacités physiques ne sont plus les mêmes qu'avant. On voit et on entend moins bien, on marche moins vite, etc. A la gravité de ces phénomènes physiologiques peuvent se substituer la légèreté, presque juvénile, et le droit d'être enfin soi, selon Cicéron. Cela peut se traduire, chez Montaigne, par le « vivre à propos », qui évoque le sens de la saison en quelque sorte. Le point essentiel pour ces deux philosophes est que

**« La longévité doit avoir du sens. Elle ne peut pas être qu'un idéal matérialiste. »**

l'art de vieillir est inséparable de l'étude. Selon Platon, ce sont aussi les lettres et la pratique de la vertu qui nous sauvent, encore plus lorsqu'on vieillit. S'il y a vraiment un temps où on ne peut pas ne pas étudier, c'est celui de la vieillesse, nous enseignent-ils. On oublie trop souvent la valeur profondément physique et « capacitaire » [qui nous permet d'être agent de notre vie, NDLR] de cet exercice, en faisant de l'étude une machine à diplômes, mais ce n'est pas ça. Étudier, c'est apprendre et comprendre. Voilà pourquoi il faut préserver ses capacités physiques et mentales pour bien vieillir, mais également rester connecté dans tous les sens du terme, continuer à se former et à découvrir de nouvelles choses. La longévité doit avoir du sens. Elle ne peut pas être qu'un idéal matérialiste, même si certaines personnes restent dans le délire narcissique et illusoire du jeunisme. Les personnes âgées ont tout à nous apprendre. Grâce à leur capacité de distanciation, elles nous permettent de faire un pas de côté afin de nous extraire du grand théâtre dans lequel nous sommes.

**Justement, on entend souvent dire que vieillesse rime avec sagesse, est-ce vrai ?** ■■■



**CYNTHIA FLEURY**

Philosophe et psychanalyste, elle enseigne au Conservatoire national des arts et métiers, où elle est titulaire de la chaire Humanités et Santé. « La vieillesse est-elle un naufrage ? » a été l'un des thèmes de son cours.

■■■ La sagesse ne dépend pas de l'âge, mais d'un travail sur soi et d'une manière d'envisager le monde. Selon Cicéron, le problème n'est pas l'âge mais le caractère. Un esprit difficile et chagrin ne connaît le bonheur à aucun âge. On ne devient pas une sommité de la tempérance à 80 ans. Au contraire, on a tous fait l'expérience d'une aggravation des comportements avec l'âge. L'idée de la mort se rapprochant, des crispations, de petits effondrements psychiques peuvent se produire, la mésestime de soi et le sentiment d'abandon peuvent s'accroître. La manière dont on a vécu influe sur la personne âgée que l'on va devenir et qui sera plus ou moins exigeante, curieuse. Montaigne le dit à sa manière, on ne meurt pas de maladie mais de sa vie. Lorsqu'on connaît mieux son psychisme, il est plus facile de pénétrer de manière un peu tranquille dans la seconde partie de son existence. Cela suppose de ne pas être dans le déni de ses émotions, mais d'avoir essayé de les accueillir, de les comprendre. Il n'y a pas d'âge pour entreprendre un travail sur soi. A partir de la cinquantaine, on est encore très jeune, et cela en vaut la peine. Avec la grande conquête de la génération centenaire, autant se préparer à bien vivre toutes les années à venir. Vieillir, c'est nécessairement mourir, et cela n'a rien de réjouissant. Mais si l'on apprend, avec Cicéron, à soigner sa sortie, alors la vieillesse rebascule du côté de la vie et du style.

**Pour autant, même avec un bon caractère, certains vieillissent plus ou moins bien.** Cicéron, Socrate ou encore Gorgias ont une conception élitiste de la vieillesse. Simone de Beauvoir, qui a une approche plus sociologisante, le leur a reproché. Pour elle, on ne vieillit pas de la même façon si on est un homme ou une femme, si on est riche ou pauvre... Cicéron



**« Les personnes âgées n'oublient pas, elles ont simplement une mémoire sélective. »**

reconnaît d'ailleurs que, dans la misère ou la maladie, la vieillesse est difficile. Il parle des gens en bonne santé et associe le vieillissement à un acte de résistance, une lutte contre la décrépitude. L'horreur, pour lui, est la question de la dépendance, dont l'enjeu est de ne pas devenir l'otage de quelqu'un et de maintenir un sentiment de dignité et d'autonomie dans la vulnérabilité. Pour ce faire, il ne faut pas considérer que la vieillesse nous tombe dessus, mais la tenir à distance en prenant soin de soi. Dans une société vieillissante comme la nôtre, c'est une question clé. Il faut porter un regard plus généreux et bienveillant sur la vieillesse et ne pas la voir qu'à travers le prisme du déficit de capacités. « Quelles actions nous interdit la vieillesse ? » interroge Cicéron, qui pointe la différence entre l'illusion d'hyperpotentialité de la jeunesse et ce qu'elle réalise effectivement. Même discours chez Sénèque, qui insiste sur la dévalorisation de l'expérience, notamment au travail, à laquelle on préfère l'innovation, qui deviendra vite obsolète.

**La vieillesse peut-elle être une libération ?**

Oui, si l'on en croit Cicéron, qui souligne que les personnes âgées n'oublient pas, elles ont simplement une mémoire sélective qui hiérarchise les informations en fonction de leurs valeurs et de leurs choix, des événements qu'elles estiment désormais importants ou pas. La vieillesse peut en outre libérer de l'agitation. Quand on a du temps devant soi, on voit les choses différemment. Cela renvoie à la prudence, à la tempérance, à l'idéal de mesure, des vertus

essentielles dans la philosophie grecque. Avec l'âge, les enjeux ne sont plus les mêmes, on a envie de se libérer des règles et des contraintes et de profiter de l'instant. Le temps défini par soi devient un privilège. Certaines personnes âgées ont même une capacité à s'émerveiller, que la vie active avait mise en veilleuse. Un besoin presque contemplatif d'être dans la joie et de la partager avec des proches. On peut s'intéresser vraiment à ses enfants, à ses petits-enfants, aux autres, succomber aux plaisirs de l'esprit, de la création... ici et maintenant ; pratiquer l'art des banquets comme Socrate. Délivrée du tourbillon de la vie, de la performance, du quantitatif, la personne âgée peut enfin observer le temps que mettent une rose, un fruit... pour naître, d'apprécier cette beauté de l'émergence ■

**FUTURA POLIS**  
santé

Retrouvez Cynthia Fleury le 18 octobre à partir de 15 h 15 à l'Opéra Comédie de Montpellier, où se tiendra le forum du « Point » consacré à l'innovation dans le domaine de la santé. Elle y parlera des implications éthiques touchant une société de plus en plus âgée. Prenez vos billets sur [Futurapolis-sante.com](http://Futurapolis-sante.com), c'est gratuit.

LAURENT CERINO/REA