

## > LA VIE AFFECTIVE VIEILLIT-ELLE ?

TOUT AU LONG DE LA VIE, L'ÂGE APPELLE NON À DES RENONCEMENTS, MAIS À DES ADAPTATIONS

Par le **Professeur Roger GIL**, professeur émérite de neurologie à l'université de Poitiers

La question n'est pas de se demander si la **vie affective vieillit**, mais surtout de se demander **comment** elle est vieillit. Car le **vieillessement** est une réalité qui accompagne **l'avancée en âge** qui est le signe même d'une vie continuée, mais dont on sait qu'elle n'existe **qu'ordonnée à la finitude**.



Le **vieillessement** est une **réalité morphologique** qui modifie le **corps**. Il est une **réalité physiologique** qui conduit à adapter l'activité physique aux capacités respiratoires, cardiaques, locomotrices. Le vieillissement est une **réalité intellectuelle**. Il est commun avec l'âge de se plaindre de sa **mémoire** qui peut peiner à retrouver l'information exacte au bon moment comme le nom de cette personne rencontrée à l'improviste, pourtant bien connue, mais dont le nom échappe... jusqu'à ce qu'il revienne spontanément un peu plus tard !

Le **vieillessement** serait-il alors la suite implacable de **renoncements** imposés par des **incapacités croissantes** ? Penser ainsi ferait du vieillissement une **perte progressive de l'estime de soi** qui se refuserait à intégrer les changements inhérents à toute vie et qui inscrivent chaque être humain dans une continuité historique. Tout au long de la vie, l'enfance, l'adolescence, l'âge adulte, l'âge avancé appellent non à des renoncements, mais à des **adaptations**. Car le vieillissement ne peut pas s'inscrire qu'en **termes négatifs** : il appelle à soigner son corps, à remplacer la course par la randonnée, à tirer parti de la lenteur des pas pour mieux goûter la nature et les espaces trop précipitamment traversés pendant la jeunesse.

Avec l'âge croissent **l'expérience acquise** et **l'assistance** qu'elle apporte aux prises de décisions de la vie. C'est sur ce socle de constatations qui refuse de ne voir que les aspects négatifs du vieillissement que peut se déployer un **vieillessement réussi** : il ne peut l'être que si l'individu prend conscience de la **richesse de sa vie affective**. Car le premier facteur de détresse du vieillissement est la **perte de l'estime de soi**, le sentiment de ne devoir gérer que des **abandons, l'angoisse du regard des autres** dans une société consumériste, esclave de la **performance**, rétive à la **reliance intergénérationnelle**<sup>1</sup> qui seule fonde une société solidaire face à un même destin.

La baisse de certaines capacités n'est qu'une apparence qui doit faire prendre conscience de ce que l'économiste et philosophe indien **Amartya Syen** appelait les **capabilités** c'est-à-dire, la possibilité qui demeure de **mobiliser ses ressources** pour faire des **projets**, choisir des **modes de vie**, se refuser à la **résignation**. Car le vieillissement préserve la capacité à ressentir, à s'émouvoir, à partager ses émotions, bref à **vivre** en lien avec l'entourage, la famille, les amis. Et même pour celles et ceux qui sont atteints par la **maladie d'Alzheimer**, les **émotions résistent au-delà des mots**, et ce sont elles alors qui continuent à **donner sens à la vie**. ●

(1) NDLR : la reliance « est l'action visant à créer ou recréer des liens entre des acteurs sociaux que la société tend à séparer ou isoler, les structures permettant de réaliser cet objectif, les liens ainsi créés ou recréés », selon Marcel Bolle De Bal, sociologue et psychosociologue belge.