

Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie de Maine-et-Loire

Les ateliers de la prévention

Jeudi 22 novembre 2018, les Jardins de l'Anjou à la Pommeraye

Intervention de Bernard Benattar, Philosophe du travail et psychosociologue,



« Retraité, et alors ? »

Bonjour à tous. Je suis content d'avoir été immergé dans tous ces témoignages. C'est très riche. Tout est là. Finalement, qu'ai-je à dire ? On m'a demandé de vous apporter ma réflexion de philosophe, ou plutôt de philosopant. Mon métier est de faire de la philosophie dans les entreprises et les organisations, de la philosophie du travail, d'accompagner une réflexion sur le sens du travail.

Au nom de quoi pourrais-je parler de la vieillesse ? Surement parce que je suis en train de l'attendre.... Pardon, de l'atteindre. Quel lapsus, sans doute parce que je m'occupe de ma mère, comme nombre d'entre vous. Peut-être également parce que j'ai beaucoup travaillé dans les EHPAD, ces dernières années, pour accompagner la réflexion des personnels sur la philosophie (pratique) de la bientraitance et la mise en place de comités d'éthique. Sans doute aussi parce que je me suis plongé dans des témoignages, des livres, des réflexions de philosophes sur la vieillesse. C'est ainsi que je me suis rendu compte à quel point il y en a plein finalement. Tout un chacun peut réfléchir au sens que peut prendre le fait de vieillir.

Comme sujet de cette conférence nous avons choisi : « Retraité, et alors ? ». Cela peut se dire sur plusieurs tons : celui de l'interrogation sur ce qui arrive ensuite, celui de l'agacement du genre « être retraité, c'est quoi le problème ? »... Il y a une multitude de sens possibles ; j'aimerais m'attarder sur plusieurs d'entre eux et sur quelques mots récurrents qui s'y rattachent.

L'an dernier, on m'avait demandé d'intervenir lors d'un colloque de la FNADEPA sur le thème « Désirs, besoins, plaisirs : et les vieux, dans tout ça ? ». Les organisateurs avaient osé employer le mot vieux en titre, sans doute comme une provocation. Je m'étais alors demandé pourquoi ce mot « vieux » est aujourd'hui si péjoratif. Dans les EHPAD, interdiction est faite aux soignants d'utiliser ce terme. Et vous, parlez-vous de « vieux » ou pas ? ... Non. Depuis quand ce mot est-il devenu tabou pour désigner les personnes âgées ? Dans les pays africains, où je me suis rendu, le mot « vieux » en appelle naturellement au contraire au respect, à la considération, à la prévenance, en fait à une attention particulière de tout un chacun, tant à la sagesse, qu'à la vulnérabilité.

Le fait de dire « vieux » signifie alors qu'il faut faire attention. C'est-à-dire ne pas se précipiter pour faire pour, faire avec, faire contre... Cela interroge la volonté de prévention. Or les intentions peuvent miner les attentions. Pourquoi répétons-nous sans cesse aux soignants de frapper à la porte d'une chambre avant d'y entrer ? Par respect à l'égard de la personne et de son intimité, parce que c'est une façon de lui signifier qu'elle est chez elle et que l'on n'entre pas dans sa chambre comme dans un moulin. Il y a l'espace public, le couloir ou la salle à manger, et l'espace privé, à savoir la chambre de la personne. Nombre de soignants rentrent aussitôt après avoir frappé, sans attendre de réponse. C'est comme s'ils ne faisaient rien, parce que la personne âgée est un peu sourde... En réalité, si l'on réfléchit à la valeur que soutient cette règle de politesse, de courtoisie, de respect, qui consiste à frapper avant d'entrer, cela revient à suspendre son projet pour se rendre disponible à l'autre.

Le mot « vieux » serait-il devenu péjoratif ? Peut-être parce que finalement, nous n'avons pas envie de voir la vieillesse. Une personne âgée interrogée, en parlant des jeunes, évoquait la question de la transmission : peut-on transmettre quelque chose ? « Les jeunes ne veulent pas forcément nous

exclure, mais ils ne veulent pas ce que l'on représente ». Chacun peut être source de valeur. Une personne âgée peut être source de valeur pour ses petits-enfants, qui va les édifier et les faire grandir, mais pas la « vieillesse », pas ce qui est vieux, le monde vieux. Je crois que c'est notre président Macron qui a dit vouloir sortir du « vieux monde ». Là le mot « vieux » est entaché d'une valeur péjorative. Il faut donc sans cesse distinguer la personne de la « vieillesse », parce que la modernité est porteuse d'innovations et de progrès. La vieillesse est parfois porteuse de ce qui n'a plus cours, porteuse du passé révolu.

Ma maman, qui s'inquiétait beaucoup à cause de son opération programmée aujourd'hui, me disait hier : « occupons-nous du présent ». Les « vieux » nous ramènent finalement parfois au présent, à la présence pure sans projets ni contenu. C'est peut-être aussi ça, la grande richesse. Celle-ci n'est pas seulement dans le récit de leur vie, mais dans cette présence au monde, sans projets, parce que l'horizon temporel est parfois limité, au lieu de s'inscrire tout le temps dans des projets. Il peut y avoir une espèce de jouissance de l'existence liée au présent. Le mot « présent » a également le sens de « cadeau ». Pouvoir être au présent est aussi un cadeau en n'étant pas tout le temps soit en projet, soit enfermé dans le passé. S'il y a une source, qui peut nous ramener au présent, c'est peut-être le « vieux ». Je le dis cette fois avec bonheur, et non pas avec un accent péjoratif.

Il y a aussi le mot « senior » beaucoup moins péjoratif. Dans une entreprise, une personne est considérée comme « senior » à partir de 40 ans ou même 35 ans, c'est-à-dire ayant une dizaine d'années d'expérience. Mon associé, qui a 35 ans, réclame à tout prix d'être appelé « senior ». Je lui dis « très bien ! Nous sommes ainsi à égalité ». « Sénior » vient de « sénile », (qui n'est pas très désirable). Or « Les Séniles », sont les sénateurs, c'est-à-dire l'assemblée des Anciens. Le terme « senior » ne renvoie pas seulement à la personne qui a été travaillée par les ans, qui est dans la présence pure. Il réfère aussi à l'idée de personnes qui ont de l'expérience, qui ont quelque chose à transmettre. « Senior » renvoie donc à l'expérience et à la notion de transmission. Les jeunes réclament souvent qu'on leur laisse faire leur propre expérience, c'est à dire faire ses essais, et aussi des erreurs, apprendre par soi-même. Que pouvons-nous alors prêter aux seniors comme responsabilité de transmission ?

Dans les EHPAD, j'entends souvent les résidents se demander à quoi ils servent et à qui, se demander aussi qui peut encore compter sur eux. C'est sans doute un problème lié à notre époque et à notre pays. Quand les parents confient leurs jeunes enfants à leurs parents, ils viennent généralement avec une liste de recommandations (l'heure du coucher, les choses à ne pas donner à manger...). Je reconnais l'avoir fait moi aussi. Cette façon d'agir a dû apparaître avec ma génération. Les générations précédentes demandaient à leurs parents de leur expliquer comment faire. La situation s'est inversée : ce sont les jeunes qui donnent des leçons aux « vieux ». En plus, les « seniors » s'y prêtent. Je vous expose des généralités, bien entendu, car il y a nombre d'exceptions. Je vous parle d'une tendance, d'une philosophie contemporaine de notre rapport à l'âge.

Le mot « aîné » a lui aussi un côté politiquement correct. Pourtant, ce n'est pas si bête. Ce mot nous réinscrit dans une filiation, dans une succession de générations. Penser l'âge en fonction de la génération d'avant et de celle d'après n'est pas si inintéressant. Nous faisons société et même civilisation, parce que nous nous inscrivons dans des générations successives. Faire référence à la génération d'avant peut être édifiant. Les créations *ex nihilo* n'existent pas. D'où est-ce que je viens ? Il est important de savoir d'où nous venons pour savoir où nous allons. Nous pourrions aussi dire « ascendant » au lieu d'« aîné », et pas forcément son propre ascendant.

Dans les EHPAD en région Parisienne, où j'ai eu l'occasion de me rendre, bon nombre de soignantes viennent d'Afrique. Pour ces soignantes – j'utilise le féminin, car ce sont presque toujours des femmes –, leur rapport aux « seniors », aux « aînés », aux « vieux », n'est pas le même que le nôtre. Même si cela a tendance à changer aujourd'hui, la différence est pourtant là. Ces soignantes disent

souvent de ces personnes âgées qu'il s'agit de leur grand-père ou leur grand-mère, mais on leur rappelle que ce n'est pas le cas et qu'elles doivent se méfier de la tentation de familiarité qu'elles auraient avec leurs véritables grands-parents. On leur rappelle qu'elles sont avant tout des professionnelles. Ces soignantes arrêtent donc de le dire, mais elles m'avouent appeler les personnes âgées « ma chérie » quand elles entrent dans leur chambre, avec l'affection que cela comporte. Les soignantes disent que ce contact, ce frottement entre générations leur fait du bien. Il s'agit bien sûr de « générations » au sens général, et non au sens de filiation sanguine comme nous le pensons quand nous parlons de nos grands-parents. C'est presque instinctif, non rationnel ; il n'y a pas là nécessairement d'idée de transmission. Ce frottement entre générations est en quelque sorte une donnée anthropologique. Nous sommes au monde, parce que nous sommes issus d'une autre génération et s'y frotter fait du bien. J'aime bien cette idée de rester au contact de l'autre, dans sa présence, sans projets, sans intentions ni leçons à donner ou à recevoir.

Encore un mot clé, celui de « retraite ». La retraite apporte aux personnes la liberté d'apprendre des choses nouvelles. C'est l'occasion, le prétexte pour faire des choses que ces personnes n'auraient même jamais rêvé de faire. Elles s'étaient promis d'entreprendre des choses une fois à la retraite, c'est-à-dire enfin libres de toute obligation, et sur leur chemin se présentent soudain une puissance nouvelle d'actions à développer, un usage inédit de leurs facultés. La vie professionnelle nous spécialise souvent et nous prive de l'usage d'un certain nombre de facultés. Le fait de rester assis toute la journée devant un ordinateur prive la personne d'un grand nombre de facultés, quelle que soit la richesse de son travail à travers l'ordinateur. Si la personne a passé sa vie à travailler dans les champs sans avoir pris le temps d'ouvrir un livre, par exemple, elle s'est peut-être aussi privée d'autre chose.

La retraite est donc l'occasion d'accéder à une nouvelle puissance d'agir qui va mettre en œuvre d'autres facultés et qui peut nous permettre de nous sentir plus complets, plus pleins et peut-être plus vrais. Dans ces activités nouvelles, les personnes redeviennent des débutants. Est-ce plaisant quand on a 60, 70 ou 80 ans ? Peut-être. Je crois surtout que ce qui est plaisant est d'être au commencement, ce qui n'est pas tout à fait la même chose qu'être un débutant. Lors d'un débat que j'avais animé avec des personnes âgées, je leur avais demandé si elles avaient encore des commencements. La réponse unanime avait été : « Bien sûr ! » Elles étaient très attachées au fait qu'il y a un grand nombre de débuts à tous les âges de la vie. Dans l'une des actions présentées, une dame a ajouté : « Bien vieillir, c'est se débrouiller avec ce qui vous reste. » Cette formule sous-entend une multitude de débuts, de commencements. La perte de l'usage des possibilités du corps oblige à ruser pour un geste aussi simple qu'attraper le sel, par exemple, en passant par un autre objet... d'où le développement d'une intelligence de la mobilité qui doit sans arrêt se faire en parallèle de la réduction des compétences et cela dans un grand nombre de domaines. La personne se trouve donc dans une situation de commencements qui, en même temps, est stimulante dans la mesure où elle s'aperçoit qu'elle est encore capable de commencements.

Être seulement un débutant peut parfois poser problème. Je me suis remis dernièrement à faire du théâtre ; j'en avais beaucoup fait dans ma jeunesse. Je précise que je ne suis pas à la retraite. Notre groupe de théâtre est conduit par une jeune femme sortie depuis peu d'une école de théâtre. Récemment, elle est montée sur la scène et nous a dit : « Je vous aime beaucoup, mais vous ne m'écoutez pas. Vous êtes beaucoup plus vieux que moi ; je ne me sens pas légitime. » Nous sommes pour elle une bande de vieux, dont l'âge va de 45 ans à 65 ans. C'est drôle, non ? En fait, il n'est pas dit que cela le soit vraiment. Ses propos m'ont fait ressentir un léger énervement et je lui ai rétorqué que nous l'écoutions, mais pas tout le temps. Qui pourrait prétendre me faire écouter, à mon âge, tout le temps, à part un despote ou un tyran ? Je ne veux pas me soumettre à une autorité totale sous prétexte que je suis en train d'apprendre quelque chose. En avançant en âge, nous avons envie de goûter à la liberté. C'est un bien infiniment précieux. La liberté est plus qu'un bien, c'est une valeur fondamentale.

C'est la même chose concernant les activités qui sont proposées aux personnes âgées. Pour elles, c'est le fait de retrouver les amis qui est vraiment motivant. Se mettre dans la discipline est intéressant à un certain moment à condition de ne pas devoir se soumettre encore et pris pour un enfant, à condition que l'on ne veuille pas le bien à leur place et à tout prix. Je me souviens du cas de la dame qui disait qu'elle venait chanter et non pas apprendre à chanter. Ce n'est pas un épiphénomène.

Nous apprenons à tout âge, bien entendu, et il peut y avoir un désir d'apprendre très grand, mais il y a aussi le désir de jouir sans être encore dans un projet alors que l'horizon temporel s'est grandement rétréci. Une personne qui entre en EHPAD est dès le premier jour confrontée à l'élaboration de ce qu'on appelle « un projet personnalisé ». Ce mot « projet » me semble parfois bien insolent. Tout le temps des projets alors que la personne a simplement envie d'être là. Le grand âge autorise les personnes à être juste là, à avoir simplement droit à cette présence. Toutes n'y arrivent pas pour toutes sortes de raisons. Les « vieux » ne sont pas tous égaux, c'est le moins que l'on puisse dire. Le jour de ses 100 ans, une femme me montrait ses doigts pleins d'arthrose et ses yeux qui ne voyaient plus grand-chose, elle qui avait été couturière. Elle regrettait la perte de ses facultés, de ses amis, tous disparus, le fait de ne pas pouvoir dire tout ce que l'on veut à sa famille. Mais elle tenait à me dire fièrement qu'il lui restait cette possibilité infinie de se repasser à volonté dans sa tête les meilleurs moments de sa vie.

Quelle est la ressource d'un « vieux » dans son immobilité, son isolement, son enfermement en lui-même : une présence au monde, accueillante, , le fait de juste être là, sans projets ni contenu, et aussi sa propre mémoire. Bien sûr tout le monde n'en n'est pas capable. Mais cette possibilité là interroge le rôle que peuvent jouer les aidants.

J'en reviens à la retraite et à l'expression : « Retraité, et alors ? ». Qu'avons-nous affaire avec cet autre-là ? J'ai parlé tout à l'heure d'avoir de l'attention, de prendre des précautions par rapport à sa vulnérabilité et sa fragilité. J'en viens à la prévention de la perte d'autonomie, appellation contrôlée, institutionnelle, nationale. Arrêtons-nous sur le mot « autonomie ». Qu'est-ce que nous entendons par là ? Dans les EHPAD, les « vieux » sont à la fois autonomes et dépendants. C'est-à-dire qu'ils savent ce qu'ils veulent. Ils voudraient bien que l'on fasse exactement comme ils le veulent. Quand je cuisine chez ma mère, elle me reprend sans cesse sur ce que je fais et me dit ce que je dois faire. Elle veut que je fasse exactement comme sa volonté pourrait le lui dicter, sauf que son corps ne lui obéit pas pour le faire. Le terme « autonome » signifie : qui est à soi-même sa propre loi, sa propre règle.

L'autonomie renvoie au discernement, à l'entendement et finalement, d'un point de vue étymologique, à la capacité à s'orienter dans l'existence parmi les autres et avec les autres. L'autonomie est une question très complexe. Il y a une autonomie naturelle comme celle d'un enfant sortant du ventre de sa mère : à cet instant précis, le nouveau-né devient autonome en respirant tout seul pour la première fois. Il y a aussi l'autonomie morale : savoir ce que l'on veut, ce qui est bien, ce qui est bon. Cela demande du temps à l'enfant, qui acquiert généralement l'autonomie de mouvement bien avant l'autonomie morale... Les « vieux », c'est l'inverse. Ils ont beaucoup d'autonomie morale et cela depuis longtemps. Ils ont acquis des repères et savent ce qu'ils veulent, ce qui est bien et ce qui ne l'est pas, mais ils sont généralement dépendants dans la mesure où leur corps peut ne plus répondre plus comme avant. Cela varie selon l'état physique de chaque personne. Il me semble important de faire cette distinction entre l'autonomie et dépendance, d'où mon interrogation sur la prévention de la perte d'autonomie et cette obsession concernant l'autonomie. Pourrait-on aussi parler de prévention de la perte d'appétit ?

Les personnes âgées, se sentant inutiles ou incapables, n'ont parfois plus envie de sortir ou de bouger, et cela entraîne l'ankylose du corps... La perte d'envie peut donc avoir des conséquences terribles. L'envie revient dès que quelqu'un sonne à la porte et s'intéresse à la personne ou si celle-

ci peut encore s'intéresser à quelqu'un. Un soignant m'a raconté qu'un jour, alors qu'il souffrait terriblement d'une peine de cœur, il est allé voir une résidente dans sa chambre, car il savait que celle-ci l'écouterait. Et il a pleuré dans ses bras en lui racontant sa peine de cœur. Il en était honteux, car il estimait que ce n'était pas professionnel de sa part de s'être comporté ainsi. Je trouve qu'offrir à une résidente sa vie intime est un merveilleux cadeau en plus du fait d'avoir eu assez confiance en elle pour se confier ainsi. Je ne peux pas ne pas penser qu'elle en a éprouvé de l'estime pour elle-même, de la fierté, du plaisir... et qu'elle a ressenti le pouvoir d'être celle qui peut consoler et conseiller. Cette résidente avait toujours son autonomie morale, même si elle avait perdu une partie de son autonomie physique.

Quelle autre sorte d'autonomie pourrait nous intéresser ? L'autonomie pour rêver, par exemple, pour imaginer. Faire de la prévention de la perte d'autonomie signifie que l'on va prévenir les personnes de ce qu'elles risquent si elles ne bougent pas suffisamment. On va chercher à les stimuler ou à les éveiller. C'est trop d'intentions. Chercher à solliciter n'est pas tout à fait pareil que chercher à stimuler. La nature de l'intention est différente. Cela m'intéresse.

Il y avait dans un EHPAD un superbe piano à queue. Or l'une des résidentes était autrefois une grande pianiste. Les soignants ne cessaient de l'inciter à jouer, lui disant que cela lui ferait du bien. La résidente leur répondait toujours de la laisser en paix. Un jour de grand mauvais temps quelqu'un est venu dire à cette résidente que tout le monde semblait particulièrement triste et lui a proposé de jouer quelque chose pour aider à réjouir les autres. Pour une fois, la résidente est allée directement au piano sans un mot. Pourquoi ? Il n'y avait pas eu d'envie de stimuler la personne, mais une sollicitation. On lui a fait comprendre que l'on comptait sur elle et qu'elle pouvait transmettre quelque chose aux autres. C'est un peu comme le soignant qui attendait de l'aide de la résidente à qui il avait confié son chagrin.

La prévention faite pour stimuler l'autre ou apprendre à l'autre n'est pas tout à fait la même chose, qu'en même temps, solliciter l'autre en pensant qu'il est source de valeur et que l'on compte sur lui. Je ne fais pas le procès de la prévention de la perte d'autonomie. L'important est que cela fasse écho chez la personne et qu'elle ait le sentiment d'avoir une place. Cela dépend des âges, bien entendu. Mon propos navigue d'un âge à l'autre. À 60 ans, ce n'est pas pareil.

Pour en revenir à la retraite, ce mot signifie « se retirer » ; non pas être rejeté. Au contraire, la sagesse de l'ancien est de savoir se retirer au bon moment pour laisser la place aux jeunes. C'est ça, la sagesse. Ce n'est pas seulement parce que l'âge de toucher sa pension est arrivé. La retraite, c'est se retirer d'une place. J'ai beaucoup travaillé avec des syndicalistes récemment et je les ai interrogés sur les raisons de leur engagement. Leur réponse était qu'il y avait une place à prendre ou qu'ils étaient le « poulain » d'un vieux dont ils ont pris la suite. « Tant qu'il n'y a pas de place, on n'a pas envie de s'engager » me disaient-ils. Je pense que c'est en effet une raison très réelle dans le syndicalisme. Peut-être est-ce aussi valable dans le monde des élus... Non. Dans le monde des élus, il n'y a pas de place. Il faut la faire ?

Se retirer serait-il le fait d'une sagesse générationnelle, sachant que l'heure de le faire est venue ? Le philosophe Gilles Deleuze, que j'aime beaucoup, disait avoir adoré enseigner, mais que cela lui était passé. Il disait : « c'est formidable parce que le social vous lâche » . La question de la retraite est de savoir ce qui vous lâche et ce que vous lâchez. C'est aussi la question de l'âge qui vient. Vaut-il mieux lâcher avant d'être lâché ? Il y a fort à parier que oui. Quand ça vous lâche... Peut-être que vieillir s'apprend, finalement. Peut-être que ce n'est pas donné à tout le monde. Si ça s'apprend, de qui l'apprendre ? De nos parents, de nos anciens, de l'observation, de la discipline, de la lecture... ? De qui l'apprendre et comment l'apprendre ? Nos activités nous apprennent plutôt à être jeunes, mais pas à vieillir. Le mouvement, la mobilité, la mémoire... sont là pour nous aider à nous maintenir jeunes et nous aider à vieillir le moins vite possible. Cela ne nous apprend pas à accéder à un état nouveau, et encore moins à mourir. On pourrait lancer un appel à projets pour des activités qui

apprendraient à mourir. Est-ce que cela serait financé par la Conférence ? Pas sûr ! Et pourtant, ce n'est pas si stupide que cela en a l'air. J'en parle sans aucune sagesse intérieure, ni expérience. Je ne suis pas sûr d'avoir appris à mourir et je ne sais même pas comment cela pourrait se faire. Notre société, qui ne veut pas beaucoup parler de la vieillesse depuis belle lurette, veut encore moins parler de la mort. Dans les EHPAD, les défunts sont sortis en catimini, c'est rare qu'on les sorte en plein jour. On attend que les résidents soient à table pour sortir les morts, car cela risque d'être anxiogène pour eux. Et pourtant on peut à raison se demander ce qui est le plus anxiogène, taire et cacher la mort ou la montrer, l'honorer, la reconnaître ...

Ne pourrait-il pas y avoir des rituels de passage à la retraite ou à un certain âge ? Ne pourrait-il pas y avoir de nouveaux droits ? Si nous avons le droit d'exercer le métier de professeur seulement à partir de 80 ans pour certains postes, nous l'attendrions avec impatience. Dans la tradition juive, l'accès à la pensée de la Kabbale ne peut se faire qu'à partir de 40 ans. Avant, c'est interdit. Avons-nous des étapes de ce type ? Quel droit pourrions-nous avoir à 62 ans hormis celui de toucher notre pension ? J'ai apporté pour cette conférence un livre de Simone de Beauvoir, *La Vieillesse*. C'est un livre magnifique ! Simone de Beauvoir, qui est une militante, s'en prend avec véhémence à notre époque (celle de 1968) qui néglige ses « vieux ». Elle fait en même temps une étude incroyablement poussée et exigeante sur la vieillesse dans les sociétés anciennes traditionnelles et dans notre société (de son époque). Elle dit que la vieillesse est un fait à la fois culturel et biologique qu'il convient d'étudier sur ces deux aspects.

Nombre de gens qui travaillent trop attendent avec impatience la retraite pour pouvoir se reposer. Tous ceux qui font un travail trop spécialisé espèrent que la retraite leur laissera enfin le temps de faire toutes sortes d'activités dont ils ont rêvé. Certains aspirent à la retraite simplement pour ne plus être obligés d'obéir à quelqu'un (patron, chef...). Il y a aussi le besoin de sortir du stress, de l'urgence. Les grands-parents ou futurs grands-parents se disent qu'ils pourront s'occuper des petits enfants sans être contraints par des principes éducatifs. La retraite est vraiment envisagée comme un espace de liberté et de développement du pouvoir d'agir. Une fois à la retraite, certains s'engagent dans une multitude d'activités et assument de nouvelles responsabilités. Pour d'autres, la retraite est un effondrement. Pour quelle raison ?

Gilles Deleuze disait se trouver heureux que le « social le lâche » ... heureux de se recentrer sur les gens que qu'il aimait et dont il était « vraiment » aimé. Mais tous n'auront pas cette ressource, désorientés par cette liberté nouvelle, ce vide d'obligations, d'utilité sociale et de reconnaissance.

L'écart entre la retraite rêvée et la retraite réelle provoque parfois un grand choc qui justifie un accompagnement. Heureusement qu'il y a des gens comme vous pour essayer de travailler à cet écart trop grand ! Voilà pourquoi je me demande si l'on ne peut pas aussi agir en prévention de la perte d'autonomie des rêves, et pas seulement de la mobilité. La personne ne peut plus rêver, parce que ses rêves ne se réalisent pas. Rêver...

Récemment, dans le cadre d'un comité de bientraitance, il a été décidé, d'essayer de chercher chez chaque résident un rêve afin de l'aider à le réaliser. Un grand rêve ! Ce rêve, pour l'un est de retourner dans son pays de naissance ou dans sa maison, pour l'autre de rencontrer un acteur... L'idée est de se centrer sur un rêve au lieu de se centrer autour de l'autonomie du résident, c'est-à-dire de se centrer sur sa joie et pas seulement sur ses besoins. Le « vieux » a tellement de besoins que l'on est obnubilé par eux. Se centrer sur sa joie et ses plaisirs, sur ce qui le met en mouvement dans l'âme, d'une certaine manière, n'est pas tout à fait pareil. Peut-être même a-t-il moins de besoins ou moins de maux. C'est même sûr. Le fait de détourner l'attention vers de vraies joies permet d'oublier ses maux, à défaut de les guérir.

Avant de vous donner la parole, j'aimerais revenir à cette histoire d'écart entre la retraite projetée et la retraite réelle. Notre vie entière est une histoire d'écarts entre ce que nous rêvons et ce que nous réalisons. Lors d'une manifestation en son honneur, Claude Lévi-Strauss, âgé de 93 ans – il a inventé l'ethnologie – est allé à la tribune s'exprimer sans aucune note. Je vais vous donner lecture de son intervention : « Montaigne dit que la vieillesse nous diminue chaque jour et nous entame de telle sorte que quand la mort survient elle n'emporte plus qu'un quart d'homme ou un demi homme. » Ce n'est pas sympa, mais c'est vrai si l'on veut bien être honnête. Il est sûr que nous perdons, mais qu'y a-t-il dans ce quart ? Que reste-t-il ? Lévi-Strauss a ajouté : « Montaigne est mort à 59 ans et ne pouvait sans doute avoir l'idée de l'extrême vieillesse où je me trouve aujourd'hui. Dans ce grand âge que je ne pensais pas atteindre et qui constitue une des plus curieuses surprises de mon existence, j'ai le sentiment d'être comme un hologramme brisé. Cet hologramme ne possède plus son unité entière, et cependant, comme dans tout hologramme, chaque partie restante conserve une image et une représentation complète du tout. » Même sans avoir d'idée précise de ce qu'est un hologramme, ce qui est mon cas, il est facile de comprendre ce que veut dire Lévi-Strauss. Il nous dit que persiste dans le quart restant une image du tout. C'est très important. Quand on s'adresse à un « vieux » qui a perdu tellement de choses, on s'adresse aussi, dans la partie restante, à un tout et à une image du tout. Je trouve particulièrement intéressante la suite de son discours : « Ainsi y a-t-il aujourd'hui pour moi, un moi réel, qui n'est plus que le quart ou la moitié d'un homme, et un moi virtuel qui conserve encore vive une idée du tout. Le moi virtuel dresse un projet de livre, commence à en organiser les chapitres et dit au moi réel : "C'est à toi de continuer." Le moi réel, qui ne peut plus, dit au moi virtuel : "C'est ton affaire. C'est toi seul qui vois la totalité." » « Ma vie se déroule à présent dans ce dialogue très étrange entre ce moi réel et ce moi virtuel, le moi virtuel qui peut concevoir un livre comme à 30 ans et le moi réel qui dit : je suis fatigué. » Nous avons certainement toute notre vie un dialogue entre notre moi réel et notre moi virtuel. Je pense que c'est un peu l'inverse quand nous sommes jeunes, où le moi virtuel ne conçoit pas toute l'ampleur du moi réel. Cela s'inverse ensuite un peu.

J'espère que vous me pardonneriez d'avoir trop parlé. C'est maintenant à vous, les « acteurs ». Pourquoi ne pas dire « auteurs » ? Un auteur est à l'origine de quelque chose alors qu'un acteur est agissant. Nous sommes évidemment les deux. Si vous me le permettez, je descends pour ne pas rester sur mon piédestal.

Échanges avec la salle

Une participante : Vous avez évoqué tout à l'heure une expérience avec les personnes des EHPAD sur l'idée du rêve. Est-ce que ces personnes sont autorisées à ne pas avoir de rêve ?

Bernard Benattar : Je ne sais pas répondre à cette question, mais j'imagine que oui. Cela ne doit pas être si fréquent que quelqu'un s'intéresse à leurs rêves. En général, on s'intéresse à leurs maux et leurs besoins. Les soignants sont accaparés et inquiets par la vulnérabilité des personnes dont ils s'occupent, raison pour laquelle beaucoup de « vieux » ont été attachés dans leur fauteuil. La chute est tellement préjudiciable ! Jusqu'au jour où les statistiques ont montré qu'il y avait beaucoup plus de chutes chez les personnes attachées que chez celles qui ne l'étaient pas.

Et si on vivait ensemble est un film magnifique sur la vieillesse. On y voit une bande d'acteurs très connus (Bedos, Jane Fonda, Pierre Richard...), jouant leur âge (au moins 70 ans), aux prises avec leurs enfants qui ne veulent que leur sécurité au détriment de leur bien-être. À un moment donné, le chien de Pierre Richard tire un peu trop sur la laisse et le fait tomber. Le lendemain, le fils de Pierre Richard lui a supprimé le chien. Dans ce film, la bande d'amis décide d'aller en cachette chercher celui d'entre eux qui est en maison de retraite. Tous s'installent dans une maison et un jeune a pour mission de s'occuper d'eux. *Et si on vivait ensemble* aurait aussi pu s'intituler : « Enfin

libres de nos enfants ! », eux qui veulent pour nous tant de sécurité. Les enfants sont souvent obsédés par la prévention de la mort. L'objectif est de faire en sorte que le parent en EHPAD ne meurt pas. C'est ça, la sécurité. Qu'il ait ou non des rêves, qu'il soit heureux, ne fait pas partie de leur préoccupation première.

Un participant : J'étais venu pour écouter, pas pour m'exprimer. Il y a tellement de choses qui m'intéressent, en réalité, par mon travail et mon âge. Je me retrouve dans tout ce que vous avez dit. Je crois qu'il y a plusieurs retraites dans la vie, dont la première est la retraite de la vie active. Si des personnes s'ennuient, c'est parce qu'elles n'ont pas préparé en amont, c'est-à-dire pendant qu'elles étaient encore en activité leur première retraite. Je n'aurais pas été là aujourd'hui si cette réunion avait eu lieu au mois de janvier, car j'arrête une activité de président d'organisme régional au 31 décembre. Je suis bien content de prendre cette deuxième retraite, parce que je vais enfin satisfaire mon épouse, qui me suit depuis vingt ans dans cette première retraite, et partir en voyage, ce que nous n'avons jamais eu le temps de faire jusqu'à présent. Si nous conservons encore un peu la santé, nous pourrons enfin sortir. À partir du 1^{er} janvier prochain, je vais prendre une nouvelle activité, à plein temps, au titre de président d'une association nationale. Il s'agit de bénévolat avec des responsabilités. Il n'y a pas dix ou vingt personnes à vouloir ce type de place. J'ai rapidement arrêté la lecture d'un livre sur les responsabilités d'un président, car j'ai compris que je donnerais ma démission si j'allais plus loin. Je n'ai pas vraiment de questions à vous poser, mais j'ai été très heureux de vous écouter. Votre propos ravive certaines choses. Merci.

Une participante : Je voudrais vous faire partager l'une de mes réflexions. Vous avez parlé d'abîme, de chute, pour les personnes qui arrivent à la retraite. Cet abîme ne me semble pas différent d'autres, et je crois que c'est lié à ce qui nous caractérise. Le retraité n'est pas différent du jeune enfant, hormis l'âge, car je pense que la nature de l'être humain ne change pas vraiment. La retraite est vue par beaucoup comme un rêve. Une fois ce rêve atteint, il y a une sorte de désillusion comme les enfants qui attendent Noël. La part d'attente est plus intéressante que le cadeau lui-même. Ceux qui réussissent à transformer cet abîme sont peut-être ceux qui réinventent ce moment de retraite et réinventent d'autres rêves au sein de ce rêve. La finalité n'est pas la retraite, mais les rêves que nous pourrions accomplir quand nous serons à la retraite.

Vous avez évoqué le projet individuel et l'expérimentation sur le rêve des personnes âgées. N'y a-t-il pas un risque d'accomplir ses rêves, le risque de ne plus en avoir ? C'est à partir du moment où nos rêves ont été accomplis que nous cessons d'être humain et que nous nous rendons malheureux. Peut-être faut-il réaliser ses rêves tout en continuant à en réinventer.

Bernard Benattar : C'est beau.

Un participant : Je suis animateur au sein notamment de foyers logements. Tous les vendredis, j'anime un café-philos avec les résidents. Chacun doit parler et donner son avis. À la fin de ce petit débat, chacun apporte sa conclusion. Ce type de discussion est valorisant et bien pour eux, mais nous entrons dans une certaine psychologie qui va au-delà de mon métier malgré ma formation d'animateur. Le fait de leur donner la parole est libérateur, car les personnes prennent de l'importance. Elles sont actrices. Certaines personnes ne parlent pas, mais je m'adresse à elles pour savoir si elles ont un avis à donner. Le fait de m'adresser à elles les rend importantes vis-à-vis du groupe.

Nous avons eu un débat récemment sur le bonheur. Il y avait plein de joie. Je leur ai demandé de donner une définition du bonheur, quitte à prendre le dictionnaire des synonymes. Dans leur réflexion, le bonheur a parfois été associé à leurs malheurs. Je me suis attaché au côté positif, et donc plutôt au bonheur, car je n'avais pas de réponse à leur donner. Le malheur fait aussi partie de leur vie, mais je voulais qu'ils se rattachent au bonheur pour que cela les aide à vivre. Quoi dire tout en étant positif ? Voilà ma question.

Bernard Benattar : Cela fait écho en moi, car j'ai aussi animé un grand nombre de café-philos avec des résidents Alzheimer. La première fois, j'ai eu peur et envie de repartir tout de suite. Ces résidents étaient complètement asociaux les uns avec les autres, demandant que je fasse taire l'un d'eux sous prétexte qu'il disait n'importe quoi et se plaignant du manque d'intérêt de ce café-philos. J'étais assailli par un afflux de stimuli négatifs et d'attitudes d'ennui (avachissement...). Au bout d'un quart d'heure, les personnes présentes se redressaient et entraient dans la créativité de la pensée. Leurs idées me paraissaient étonnamment justes et pertinentes, venant de personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer. C'était très émouvant. La philosophie ne fait pas appel à la mémoire chronologique, c'est donc très intéressant pour les Alzheimer.

Pour répondre à votre question, peut-on dans ces moments-là s'échapper de la psychologie, de la psychologisation ou du retour sur ses malheurs ? C'est peut-être ça, la mission de la philosophie ou de philosopher ensemble. On conçoit que l'autre a des issues de secours, qu'il a une conception même de l'existence qui peut lui être favorable. On peut concevoir que le bonheur a plusieurs facettes, qu'il est polysémique. Je ne l'avais jamais envisagé ainsi. En ne faisant pas de psychologisation, c'est-à-dire, en ne se centrant pas sur la résolution du problème de l'autre, on fait appel à la pensée, non pas à une pensée rationaliste pure, mais à la pensée qui permet d'élaborer d'autres chemins de vie ou en tous cas à de petites variantes, pour être plus modeste.

Cela me donne envie, si vous me le permettez, de vous lire en guise de conclusion un petit texte de Marcel Conche. Il a été l'un de mes professeurs lorsque j'avais 20 ans. Il venait de la campagne, du terroir. Nous nous moquions de lui, parce qu'il avait un accent et disait toujours des choses qui nous semblaient trop simples pour nous, étudiants en philosophie désireux d'entendre des choses complexes. En vieillissant, j'ai trouvé un grand intérêt à relire ou lire Marcel Conche. Je vous conseille la lecture d'*Épicure en Corrèze*, ouvrage dans lequel il raconte sa vie. C'est d'ailleurs ce qui m'énervait lorsque j'étais étudiant. Il racontait sa vie. Je trouvais que nous n'étions pas là pour ça. Mais le récit de sa vie fait sans cesse référence aux concepts. On sent que sa philosophie est incarnée ; ce n'est pas juste de la théorie analytique.

Voici ce qu'il écrit : « *La vieillesse, elle, est épicurienne, parce qu'elle n'a plus que faire d'exister dans la société. C'est alors le moment de goûter la vie, de goûter le fait d'être en vie comme un bien inestimable. Je pense à ce que je n'ai pas encore compris et cela recouvre une immense quantité de domaines. Je ne me suis jamais cru immortel, contrairement à la plupart des jeunes gens, parce que, ma mère étant disparue alors que j'étais enfant, la mort a été ma compagne perpétuelle d'existence. Mais au fur et à mesure que je me rapproche vraiment de la mort, le fait d'être encore de ce monde a un goût plus fort. Je goûte la vie comme jamais je ne l'ai goûtée et j'ai toujours autant de plaisir au travail.* »

J'adore cette chute : « *j'ai toujours autant de plaisir au travail* ». Il ne parle pas de travail salarié ou contractuel, mais du travail qu'il s'est donné lui-même depuis longtemps.