

Conférence faite le 12 juin 2010 à la Maison de la Chimie à Paris dans le cadre du Colloque
« La Cause des Aînés – Pour vieillir autrement... et mieux »

***Shangri-la ou la vieillesse,
Invitation à l'intériorité et nouvelle ouverture à la vie***

Par

Alain Amselek

*« Nord, Ouest et Sud volent en éclats,
Les trônes se brisent, les empires tremblent :
Sauve-toi ; va dans le pur Orient
Respirer l'air des patriarches !...*

*... Tant que tu n'as pas compris
Ce : meurs et deviens !
Tu n'es qu'un hôte obscur
Sur la terre ténébreuse. »*

J.W. Goethe, *Le Divan occidental-oriental*

Bonjour à tous et à toutes... Je voudrais d'abord vous rapporter cette parole de Woody Allen qui m'est venue brusquement à l'idée en me demandant d'où j'allais partir pour vous parler : *« Je ne me regarde plus dans la glace, je préfère demeurer à l'intérieur de moi où je suis resté jeune... A l'extérieur, vieillir ne m'obsède pas du tout, j'y pense seulement 50 à 60 fois par jour »...*

Mesdames, messieurs, je suis psychanalyste et j'ai 76 ans... Voilà deux affirmations bien étranges... Ces affirmations, qui flirtent avec l'impossible de l'être et de l'avoir, sont d'autant plus étranges qu'elles sont posées ensemble, certains diront même qu'elles sont miscibles comme l'eau et l'huile. D'autres soupçonneront simplement qu'elles viennent en début d'exposé me draper de quelque autorité pour vous asséner un prétendu savoir sur la vie des hommes âgés, c'est-à-dire sur ce qu'on appelle la vieillesse. Je préfère vous dire tout de suite qu'il n'en est rien. C'est à partir d'un véritable non-savoir que je vais essayer de vous transmettre quelque chose, qui ne vous apprendra sans doute rien, mais peut-être..., peut-être vous bougera quelque part. N'est-ce pas d'ailleurs le lot de la position de psychanalyste et une part de son mystère, même pour les analystes ?...

Pourquoi je ne crois pas une seconde que l'âge, aussi grand soit-il, permette en lui-même d'avoir la moindre compétence sur ce sujet de la vieillesse ? Parce que d'abord vieillir n'est pas le propre des vieux, mais de tout un chacun depuis sa naissance au monde. Et surtout sans doute à cause d'un souvenir. Analyste débutant j'ai vu avec un certain effroi un homme de plus de soixante ans débarquer dans mon cabinet et me faire une demande d'analyse. Transi d'insécurité, je me questionnais : Comment cet homme qui avait bien plus d'expérience de vie que moi pouvait accepter de se confier à un jeune freluquet ? Que savais-je des hommes de cet âge ? La théorie analytique ne dit pratiquement rien de la vieillesse, les analystes s'intéressent peu ou pratiquement pas au vieillissement. Même aujourd'hui d'ailleurs... Ceux qui vont s'adresser à vous dans ce Colloque sont encore des pionniers. Même les analystes, qui ont dépassé un certain âge, en parlent très peu. Il y a là un tabou, qui cache une horreur de la vieillesse et conduit au même déni de la vieillesse chez les analystes que dans toute notre société occidentale moderne. Freud, qui dans une lettre de 1935 à Lou-Andréas Salomé avoue lui-même son horreur de la

vieillesse, tempérée, il est vrai, par l'humour, avait déjà écrit en 1904¹ : « *Un âge approchant de la cinquième décennie crée des conditions peu favorables à la psychanalyse. La masse du matériel psychique ne peut plus être maîtrisée, le temps requis pour le traitement devient trop long et la capacité à défaire les processus psychiques commence à se paralyser* ». Tout cela ne pouvait qu'augmenter mon embarras, même si je savais que Jung avait quant à lui déclaré : « *Tous les êtres humains continuent à grandir à tous égards de leur naissance jusqu'à leur mort, sauf dans la mesure où ils restent prisonniers de leurs refus et de leurs résistances* ».

Tandis que je songeais à envoyer ce patient à un autre analyste plus assuré que moi, j'entendis cet homme affirmer qu'il n'en était absolument pas question : il voulait un analyste sans expérience et sans savoir, qui pourrait l'écouter avec une ouïe toute nue, avec des oreilles encore fraîches. J'étais interloqué. Dans un défi je fis taire toutes mes réticences et je me laissai embarquer dans cette aventure. Je me disais qu'après tout il finirait bien par s'apercevoir que cela ne pouvait pas marcher et s'en irait. Il n'en fut pourtant rien. Il resta plus de cinq ans à trois séances par semaine et apparemment en tira profit. Son analyse fut-elle différente de celle de mes autres patients plus jeunes ? Absolument pas. Mes analyses aujourd'hui avec des patients âgés marquent-elles une différence avec celle-ci ? Non plus, ou seulement, parce que j'ai plus de capacité d'écoute, de centration sur ce qui se passe dans ma chair, donc plus de capacité de contact, de sentir et de communication à des niveaux infra-verbaux, mais je n'ai toujours pas acquis de savoir sur ce qu'est vraiment un être âgé. Mes « 76 ans » ne me servent pas là.

C'était à prévoir. Il suffit de se demander : qu'est-ce que cela veut dire "j'ai 76 ans"... ? Certains vont me répondre : avoir 76 ans, c'est avoir vécu depuis votre naissance pendant 76 années du calendrier grégorien qui rythme le temps des hommes modernes. Certes. Mais ce rythme grégorien du temps correspond-t-il à celui de la durée intérieure propre à chacun ? Mon père à 80 ans, quand on lui demandait son âge, répondait toujours qu'il avait 4 fois vingt ans, et il disait par ailleurs cette chose encore curieuse qu'il se sentait beaucoup plus jeune et en possession de ses moyens à 80 qu'à 45 ans. Et c'est vrai qu'à 80 ans il dansait, je l'ai vu : il ne dansait pas à 45 ans, tout juste sorti alors des années de guerre et trop préoccupé à panser ses traumatismes et à reconstruire sa vie et celle de sa famille.

Pour vous dire encore la relativité de l'âge et son total mystère, il m'arrive moi-même parfois d'avoir quatre ans, oui quatre ans... exactement... notamment quand je joue avec des petits-enfants..., d'autres fois j'en ai 16... Ah ! Ces 16 ans de mon adolescence, c'est pour moi un âge central, ils reviennent si souvent avec leur impétuosité, leur folie, tout cet enthousiasme et cette explosion de vie... D'autres fois je vis encore le sérieux de mes quarante ans, et il peut même m'arriver d'être soudain très, très vieux et de sentir des millénaires d'humanité sur mes épaules.

*« Je ne peux pas vous dire mon âge,
Car il change sans cesse »
Oscar Wilde*

Pour vous dire vrai et je ne plaisante pas, cela doit être la même chose pour vous, j'ai tous les âges à la fois. J'ai tous les âges à la fois... et en même temps à un certain niveau, ce qui complique encore les choses, je suis sans âge du tout, comme si l'âge devenait indéfini à l'intérieur de ma "vie propre", même si le miroir du "monde" me renvoyait de ci de là différents âges qui ne correspondaient pas toujours, mais quelquefois quand même, à celui de ma carte d'identité. Freud

¹ "La méthode psychanalytique de Freud", contribution au livre de Léopold Lowenfeld, Les phénomènes de contrainte psychique, publié par les éditions J.F. Bergmann à Wiesbaden, repris dans les Œuvres complètes, tome VI, éditions PUF. Quand il écrit ce texte, Freud a quarante-huit ans et exprime simplement les préjugés d'un homme de son âge, pessimiste et défensif, et surtout d'un homme du XIX^{ème} siècle, il ne sait pas qu'il vivra jusqu'à 83 ans et que malgré d'énormes souffrances physiques et psychiques, il développera jusqu'au bout la vigueur et la plasticité de son esprit et une énorme créativité.

disait que l'inconscient ne connaît pas le temps, qu'il est atemporel. C'est quelque chose comme cela que j'éprouve quand je vis à l'intérieur de moi. Woody Allen l'avait bien saisi.

Ce phénomène, je le rencontre souvent chez mes analysands, bien que certains, surtout au départ de l'analyse, semblent fixés à leur insu à un certain âge bien antérieur à celui de leur état-civil, un âge qui influe sur eux inconsciemment et leur crée bien des conflits dans leur présent. Avec les progrès d'une analyse conduite avec le dispositif freudien et sa règle fondamentale d'écoute pour l'analyste comme pour l'analysand, le complexe identitaire et caractériel qu'on appelle le moi vacille et la personne commence à régresser. Régresser ne veut pas dire, comme le pensent certains, renverser le mouvement du temps et retourner dans le passé, cela est impossible, il n'y a pas de retour en arrière. Régresser en analyse, c'est simplement actualiser ce qui, s'originant dans le passé, reste dans le présent à l'état virtuel et demande encore à être intégré. Ce n'est pas nous qui, avec une baguette magique, partons voyager dans le passé, c'est le passé qui toujours là dans notre présent s'actualise, comme un être invisible mais actif et influent qui deviendrait soudainement visible. La régression fait apparaître ainsi justement les fixations infantiles de façon parfois très spectaculaire (mais le plus souvent à bas bruit), si l'analyste accepte de laisser faire. Car beaucoup, comme Lacan et ses suiveurs, sont hostiles à la régression et la considèrent comme nuisible aux processus analytiques, sans doute nuisible à leur propre confort... Ils la stoppent net !...

Géraldine était une patiente qui s'était présentée comme une femme de soixante-dix ans, d'un milieu très bourgeois et très guindé. Après trois ans de discours sur le divan qui tournaient essentiellement autour de réflexions très rationnelles et raisonnables sur son âge et son éventuel avenir sur lequel elle s'interrogeait fort calmement, je sentis tout doucement qu'elle commençait à perdre sa belle maîtrise : quelques lapsus, des actes manqués, un ton de voix moins assuré, plus tremblant, naviguant parfois de façon presque imperceptible entre sanglot étouffé et rage contenue. Et puis un jour brutalement la bourgeoise polie, affable, toute en raideur mesurée, a tombé le masque et s'est déchaînée en cris stridents et coups de pied et coups de poing sur le divan. Un analyste plus orthodoxe serait, je vous l'ai dit, certainement intervenu, ne serait-ce que pour demander ce qui se passait ou... pour protéger son divan. Je m'en suis bien gardé, voulant voir où cela allait l'amener. Au bout d'un bon quart d'heure et à ma stupéfaction, je la vis se relever, se mettre debout en babillant et marcher dans la pièce de cette démarche hésitante et saccadée qu'ont les petits-enfants qui viennent juste d'acquérir les premiers rudiments d'apprentissage de la marche. J'avais vu entrer une femme de 70 ans bien raide, j'avais l'impression d'être devant une sorte de monstre désarticulé qui aurait deux ans ou moins peut-être. Il lui fallut un long temps pour retrouver les potentialités de son âge civil et sortir de la séance bien debout sur ses pieds. Inutile de vous dire l'importance qu'eurent ces retrouvailles conscientes avec un âge de sa vie qui avait été, nous le découvrîmes ensuite, particulièrement traumatique pour elle ; ce furent le début de nouvelles perspectives dans son analyse et d'une ouverture à la vie et à son devenir dans une plus grande sécurité d'être. Elle put laisser remonter des âges antérieurs où elle n'était pas encore traumatisée, et cela l'aida à acquérir plus de souplesse psychique, plus d'espace de jeu et petit à petit une réappropriation de presque tous les âges de sa vie, ce qui amenait une grande circulation d'énergie et d'appétit de vivre. Je l'ai vue se remettre en mouvement et modifier sa vie, la rendre plus créative, plus ouverte à de l'autre et au plaisir d'être.

Tout cela me fait dire qu'il n'y a pas psychiquement de vieilles personnes, l'esprit n'a pas d'âge, il y a seulement des personnes qui souffrent à tous les âges de certains maux physiques et psychiques.

Tout le long de ce Colloque, nous allons parler des grands maux de la vieillesse. Je n'ai dans ma patientèle, je dois le reconnaître, que des analysands qui, même quand ils sont très âgés, ne présentent pas de graves maladies comme la maladie de Parkinson ou celle d'Alzheimer, par exemple. D'autres collègues confrontés à ces sujets vont venir au cours de ces deux jours vous faire un tableau plus complet, mais sombre, en tout cas moins optimiste que le mien. Puisqu'on

m'a placé au début de ces journées, je voudrais en profiter pour justement insister, ce qu'on ne fait pas assez à mon goût, sur la considération que tous ceux qu'on n'ose plus désigner de ce nom magnifique de "vieillards" n'entrent pas dans un cadre sinistre. Dire, par exemple, que les personnes de plus de 70 ans sont toutes, toutes des personnes fragiles ne me semble pas correspondre à la réalité. On confond là souvent fragilité et vulnérabilité. Être plus vulnérable, c'est avoir plus de sensibilité, plus de réceptivité, ce n'est pas une faiblesse, mais une force.

Il y a des vieillards qui ne sont pas malades, il y a des vieillards qui n'ont pas de dégénérescence quelconque, qui se portent relativement bien. Ils peuvent avoir des problèmes comme tout le monde, mais ils restent tournés vers la vie et non vers la décrépitude et la mort. Par rapport à la mort, ils peuvent certainement envisager, comme le grand psychanalyste Donald Winnicott en avait émis le vœu, d'« *entrer vivant dans la mort* ».

*« Le temps s'en va, le temps s'en va, Madame.
Las ! Le temps, non, mais nous, nous en allons »*
Ronsard

José Polard, psychanalyste ici présent, pose d'ailleurs avec pertinence la question : « *Est-ce la vie qui nous quitte ou nous qui la laissons ?* » Cela me fait penser à mon grand' père qui était rabbin. Je me souviens, j'avais dix ans, il m'intriguait beaucoup et je le questionnais sans cesse. Deux jours avant sa mort, il m'avait expliqué qu'il y avait trois types de vieillards qui se donnaient pour sages, mais selon lui un seul des trois l'était, « *ne l'oublie pas* » avait-il ajouté : les premiers vivaient comme s'ils étaient immortels, les seconds comme s'ils étaient déjà morts, les autres ne lâchaient jamais la dégustation de la vie, même dans les souffrances, même dans l'angoisse de la mort...

*« Vis comme si tu devais mourir demain
Et travaille comme si tu devais vivre éternellement »*
Graf Durkheim

La vieillesse n'est pas une maladie, elle n'est pas non plus nécessairement un naufrage, comme l'a affirmé dans ce terrible manuscrit « *Amour et vieillesse* » un Chateaubriand, vieil amant qui avait si peur de n'être plus aimé, mais aussi un Général De Gaulle, obnubilé par la déchéance sénile de son ancien mentor, le Maréchal Pétain, et qui craignait tant de perdre ses facultés mentales avec l'âge alors qu'il est finalement mort en pleine possession de tous ses moyens et, un comble, en faisant une « réussite » ! La vieillesse n'est pas nécessairement un naufrage. C'est même tout le contraire pour une majorité d'êtres humains.

Dans ma famille, aussi bien du côté de ma mère que du côté de mon père, on vit depuis des générations jusqu'à 100 ans ou presque. Mon grand' père paternel dont je viens de vous parler est mort à 99 ans, il y a 66 ans : c'était en 1944. Vous voyez qu'on n'a pas attendu 2010 pour vivre très vieux et être en forme jusqu'à la mort. Simplement, aujourd'hui, cette espérance de vie longue n'appartient plus à une minorité de privilégiés dans le monde, mais est en train de devenir celle du plus grand nombre, tout au moins dans les pays occidentaux développés, car Ailleurs on en est encore loin.

Si de tout temps sont apparus, ici ou là, des lieux où les hommes vivaient vieux et sains, qu'est-ce qui permettait à ces vieillards de rester en forme ? La bible hébraïque, qui date d'un certain nombre de millénaires et nous parle de vieillards somptueux de puissance et de rayonnement malgré leurs ans innombrables, relie ce fait à leur "esprit" et sa "justesse". L'un des exemples les plus frappants est celui d'Abraham. On peut penser qu'il s'agit là simplement d'histoires imaginaires, de rêves qui selon Freud n'expriment qu'un désir, mais lui-même a dû finalement reconnaître que cette explication n'était pas suffisante. Il n'y a pas de signifiant sans quelque répondant, ou comme dit encore le proverbe pas de fumée sans feu, le désir ne peut se fonder que sur une certaine réalité, un « *créé-trouvé* » selon la formule géniale de Winnicott.

La langue hébraïque, qui n'est pas une langue intellectuelle et conceptuelle comme la langue grecque, mais une langue sensitive, sensuelle et poétique, qui nous met dans une proximité plus

immédiate avec le réel, utilise la même racine verbale pour signifier “vieux” et “ivre de joie”. Quelle étonnante chose, qui nous oblige à ouvrir notre entendement au mystère !

« Car le jeune homme est beau, mais le vieillard est grand.
Le vieillard qui revient vers la source première,
Entre aux jours éternels et sort des jours changeants ;
Et l'on voit de la flamme aux yeux des jeunes gens,
Mais dans l'œil du vieillard on voit de la lumière. »
Victor Hugo, *Booꝝ endormi*.

Ce n'est donc pas un hasard si on retrouve aussi dans les Ecritures tibétaines un lieu où les hommes et les animaux vivent en parfaite harmonie entre eux et avec la Nature ; un lieu dont l'apanage est la longévité et qui est appelé Shangri-La ou parfois shambhalla.

A Shangri-La, les hommes atteignent des âges inconcevables pour nous et vivent jusqu'au bout dans une plénitude d'être. Des lamas plusieurs fois centenaires mais toujours jeunes d'aspect résident dans un immense monastère perdu du Tibet, blotti sous la montagne de la Lune bleue dans la vallée de Shangri-La, presque inaccessible d'accès et bénéficiant d'un climat exceptionnel et protégé. Ils conservent intacts, en en profitant, tous les trésors de la civilisation, qu'ils ont réussi à introduire là et qui est mise en péril dans le reste du monde pollué par les illusions du paraître et de l'extériorité factice, la course à l'avoir, à la puissance et à la rentabilité dans le toujours plus vite, les rivalités, les guerres et les maladies psychosomatiques.

Shangri-La, ce lieu garant du génie humain, pourra-t-il, se demande le scribe, survivre pour transmettre aux autres hommes son art de vieillir, qui n'est qu'une facette d'un art de vivre ?

Qu'est-ce qui maintient ces grands vieillards bien-portants ? Qu'est-ce qui leur donne cette verdeur ? Quel est leur secret ? Sûrement pas les cures de jouvence ou de rajeunissement prêchés aujourd'hui par les promoteurs illusionnistes et agressifs de “l'anti-âge”, du “jeunisme” et du « faire comme si », les complices du déni de vieillesse. A l'opposé de ce combat vain pour un temps qui reviendrait en arrière, il s'agit dans l'Histoire ou la Légende ou l'Utopie (?) de Shangri-La d'accepter et de vivre totalement le temps qui reste, le temps qui dure et va de l'avant. Loin de penser avec Romain Gary « *Au-delà de cette limite, votre ticket n'est plus valable* », il s'agit de considérer avec Emile Ajar (l'autre face de Romain Gary) qu'on a encore... « *La vie devant soi* »...

On tombe dans un paradoxe : plus on se rapproche de la mort, plus on affronte la mort en face sans la dénier, plus on a de chance d'être encore plus proche de la vie ! La mort est source de vie, de renaissance et de renouvellement. En tant que telle, elle est inséparable de la sexualité. Les adolescents connaissent bien cela, qui jouent souvent à défier la mort, et que de gens frôlant la mort dans la maladie ou des accidents en ressortent en rebondissant davantage dans la vie. Tant que pulsion de mort et pulsion de vie restent dans une intrication, la mort réactive la vie, la stimule et la sert : que serait une vie sans finitude ? La mort n'est pas, comme le disent certains, un signifiant vide de sens. Tout le monde sait ce que signifie l'annonce : « Un tel est mort ». C'est l'au-delà qui est peut-être un signifiant vide, un trou dans le langage, encore que ce n'est pas sûr à voir le flot de discours qu'il a produit, mais la mort en tout cas, c'est bien tout simplement la fin (l'extinction) d'une vie commencée à la naissance, c'est donc *ce qui signe son accomplissement*, même quand elle semble inachevée (N'est-elle pas d'ailleurs toujours inachevée ?...).

Libéré des contraintes de l'adulte qui a à construire et consolider son existence professionnelle, familiale et sociale, le vieillard, riche d'un temps à venir et à déguster, est disponible pour aborder cette dernière partie de sa vie comme le début d'une “autre” vie, où il peut davantage se consacrer à lui-même, aux autres, à la nature, dans une oisiveté responsable et féconde² en donnant toujours plus de temps au temps, selon la formulation de Cervantès dans Don Quichotte, et en revenant au besoin sur des choses laissées de côté.

² Dans un clin d'œil au célèbre vers d'Aragon « La femme est l'avenir de l'homme », on pourrait dire ainsi que « la flemme est l'avenir de l'homme âgé ».

*« Venus de très loin, de l'aube de l'existence,
Nombre de souvenirs soudain affluent,
Comme une ondée d'argent sur l'océan immense
Ils font frémir les airs... »*

Hermann Hesse, *A l'écoute*.

C'est encore là une occasion pour se réapproprier sa vie, dénouer des conflits psychiques non encore résolus et consentir aux renoncements, aux pertes, aux deuils, à tous les rétrécissements sur le chemin qu'exige l'épreuve du temps. Il y a crise quand ce qui devait disparaître n'arrive pas à mourir et ce qui était censé naître ne parvient pas à éclore. La sénescence (« C'est naissance », comme dit Danièle Rapoport) est le moment opportun (le Kairos) de l'avancée en âge qui permet, grâce au détricotage fréquent du moi et au déclin de son narcissisme, de laisser plus de place au « soi immanent », qui était toujours là, mais masqué plus ou moins et qui peut ainsi devenir « soi émergeant ». Or, n'est-ce pas quand le moi est destitué au profit de l'épreuve du soi et du jeu relationnel du soi avec les « Toi autrui », que le vrai bonheur peut avoir lieu ?

« Je prouverai aux humains combien ils se trompent en pensant qu'ils cessent d'être amoureux en vieillissant sans savoir qu'ils vieillissent quand ils cessent d'être amoureux » Gabriel Garcia Marquez

Il y a deux naissances : la naissance au monde et la naissance à la vie, la naissance à la vie précède la naissance au monde, mais alors que la naissance au monde se produit une seule fois, la naissance à la vie est une suite de re-naissances (c'est-à-dire en somme de passages ou de « passes » du moi au soi) à tous les âges de la vie, la dernière parce que proche de *l'accomplissement* étant la plus intense, la plus importante, *si elle n'est pas occultée*.

*« Et la parfaite joie arrive avec le soir,
Pour qui sut avec fruit employer la journée »*

Corneille

Les habitants de Shangri-La suivent en tout un principe de mesure et de modération, leur devise étant « *modérément modéré* ». La pratique assidue du Yoga développe leur attention pour éviter que la vigueur de leur concentration soit affaiblie par le grand âge, provoquant alors secondairement le trouble de leurs différentes mémoires, dont le chemin pour y accéder devient plus tortueux (comme on le voit dans la maladie d'Alzheimer) ; le Tai-chi leur apprend la lenteur et ses effets d'intégration corporelle et de dégustation intense de la mouvance temporelle ; leur manière lente et attentive de respirer, de boire ou de manger vise à en extraire la plus grande énergie et le plus grand plaisir possible selon la leçon d'un Sage chinois du 5^{ème} siècle, qui expliquait : « *Je m'introduis graduellement dans la région des délices, celle de la substantifique moelle des choses* »...

Ils n'ont ni miroir, qui leur renvoie leur image, ni horloge ou montre, qui leur donne le souci du temps, ils ne sont pas dans une culture du passé et de la représentation, mais dans celle de la présence à soi, à l'autre et à l'environnement, de la présence à soi en tant que soi relationnel et mondain, mais aussi et surtout en tant que soi propre, c'est-à-dire solitude intérieure, entisme¹, contemplation et « durée » (ce temps advenir-devenir qui passe, tout en restant éternel dans sa continuité d'être-devenir).

« On éprouve la vérité du temps, disait mon analyste Elie Humbert, en maintenant dans la perception du présent l'autre perception, celle du temps qui passe... Dans leur opposition, le sujet a un sentiment de réel. Il se vit centré en soi-même et non plus entraîné par un moi imaginaire. Le présent n'est pas un passage fugace entre le passé et le futur. Il est la seule existence. Le temps qui s'écoule n'est pas une succession inexorable où il faut à tout prix inscrire des réalisations, il n'est pas une juxtaposition, mais une croissance par le dedans, il s'incarne dans une « durée », celle-ci est le présent qui se développe, le présent qui tâtonne, cherche son chemin, se reprend, invente... ».

Ici, le précepte du poète grec Pindare, repris et popularisé par Nietzsche, « *Deviens qui tu es* » s'accompagne toujours en même temps d'un « *et sois qui tu deviens* ». Une béance se retrouve ainsi

chez le sujet entre être et devenir ou « autrement qu'être », béance, qui empêche le sujet de se prendre pour le tout de l'être et de se refermer sur une identité, où il perdrait le reste de son être et de son histoire à venir, mais aussi de sa liberté et de sa créativité, béance donc sans laquelle il ne pourrait y avoir d'inventivité qui implique le surgissement d'un "radicalement nouveau" et non le "dévoilement d'un "caché" qui se trouverait là depuis l'origine. Nous rejoignons ainsi la tradition hébraïque du Temps-Créateur (YHVH) et ses deux injonctions paradoxales :

- « *Souviens-toi de l'à-venir* », qui pose l'à-venir comme temps principal et originel, qui oriente la "durée" et transforme sans cesse le passé. Le verbe être n'existe pas au présent dans la langue hébraïque qui ne connaît pour être que le futur et le passé, ce qui implique pour les hébreux (comme pour les bergsoniens !) que le temps des horloges et des mathématiciens est une création *spatiale* artificielle de l'intellect : il n'y a pour le sujet dans sa "vie propre" que l'éternité mouvante de la "durée", où le futur vient sans cesse à passer, laissant tomber parfois des "instants" d'affectivité intense et magique, rencontres-soleils avec la nudité du réel, et dont nous voudrions souvent comme le poète suspendre l'envol...

- « *Il est interdit d'être vieux* », c'est-à-dire, non pas de vivre pleinement sa vieillesse, mais d'être vieillot et périmé, de vivre, ce qui peut arriver même à des jeunes, dans un temps figé, sans altérité, sans nouveauté, de vivre dans le même, le passéisme et la répétition, ou englué dans le moi (moi-si) d'une société délétère... La clinique des vieux bute souvent sur le ressassement des regrets, mais on ne doit pas oublier que *desiderum*, la traduction latine de regret, est aussi étymologiquement ce qui a donné naissance en français à "désiderata" et surtout au mot "désir". Analyser les regrets pour en tirer la conscience du désir encore à l'œuvre change la perspective et crée une nouvelle donne *au présent*. L'être humain, absorbant son passé et ouvert à son à-venir, doit à tout instant mourir à l'ancien, au connu, se renouveler en redevenant neuf, en redevenant un "nouveau-né" face au monde et à ce qui ad-vient, ou en se percevant et se vivant comme toujours encore en train de naître (*n'être... entre n'être pas et être*).

Cette dynamique de perpétuelle mort-re-naissance, quand elle n'est pas bloquée, fait de nous non seulement des mortels, des « *êtres-pour-la-mort* » (Heidegger), mais plus encore selon le mot d'Hanna Arendt, des « *sujets naissanciels* » (Essai sur la Révolution, Tel, Gallimard, 1963). Ne pourrait-on pas dire d'ailleurs qu'il n'y a de véritable sujet que naissant, naissant à la vie et au désir ?

Cela conduit à faire éclater sans cesse "*le définitif*" pour s'ouvrir à "*l'infinif*" de la vie et de l'inconscient... et recommencer à chaque fois "*de nouveau*". Ne plus s'attarder. Le souvenir là ne sert plus à se fixer, mais devient lui-même un processus de germination de la futurition, la source d'un élan, la promesse du sur-venir in-connu... Les mémoires ne sont là qu'une aide au projet et à l'arrivée de l'à-venir.

« *La seule chose qu'on ne peut pas prévoir,
C'est l'avenir* »
Woody Allen

Refus du clos, de l'identique, de la permanence, récusation des essences³ ou de la "nature" figée des choses, rejet des illusions narcissiques de "s'y croire" ou d'"y être", éthique de l'ouvrance, de l'impermanence, de l'altérité, de la mobilité, éthique de la liberté comme toujours possible commencement et re-commencement...

« *Exister consiste à changer, changer à mûrir,
Mûrir à se créer indéfiniment soi-même* »
Bergson, *La pensée et le mouvant*.

³ Il me semble nécessaire de distinguer l'essence, figée, statique, à jamais donnée, de l'essance, qui est essence en mouvement, en devenir, c'est-à-dire vie, essence vivante. S'il faut récuser l'essence, c'est tout le contraire pour l'essance, qui est l'être originaire en mouvement, ce qui est en-train-d'être, de devenir et n'a jamais été, mais aussi ce toujours autre, toujours inaccessible, toujours à venir.

En 1933, James Hilton a repris le thème de Shangri-La pour en faire un best-seller mondial « Les Horizons perdus », roman qui donna lieu à plusieurs versions au cinéma, dont la plus fameuse est la première, celle de Frank Capra. Le président Roosevelt, fin politique, en pleine crise mondiale et promotion de son “new deal”, donna le nom de Shangri-La à la villégiature présidentielle du Maryland pour montrer l’importance qu’il donnait à ce mythe et aux enseignements qu’il comptait en tirer. Mais depuis Eisenhower qui était un militaire fermé à ce type de symboles, cela fut rebaptisé en « Camp David » ! Camp David, quelle volte-face pour le gouvernement américain ! Quelle leçon pour nos politiques !

Pour terminer sans conclure, Shangri-La ?... Un environnement écologique, une hygiène, des activités corporelles, une discipline de vie certes, mais surtout un approfondissement de l’intériorité et de l’altérité, grâce à la méditation et à la créativité, aux arts multiples et aux rencontres diverses. Il y a là, comme dirait Catherine Bergeret-Amselek, “le pari du sujet”, d’un sujet énigmatique et vide, qui a lâché en grande partie ses identifications imaginaires et ses illusions, qui a perdu nombre des écrans qui le tenaient à distance du réel, mais qui reste encore et toujours pulsé par la vie et son “souffle ” ou “esprit”, dont la respiration nourrit *le sens de la vie*.

Le sens de la vie ? Que de personnes souffrantes, j’ai vu venir me dire : « *Ma vie ne sert plus à rien ni à personne, je ne sers à rien, quel sens a tout cela ?* ». Chercher ainsi le sens de sa vie sous la forme d’une utilité, c’est en fait trouver un objet qui nous débarrasse de nous-même en nous permettant de nous traiter comme ustensile par rapport à lui. Cette interrogation rejoint en arrière-plan celles « *D’où venons-nous ?, Où allons-nous ?* ». Ce qu’on veut trouver dans tout cela, c’est une espèce d’idée, une idée intelligible de la vie, qui permettrait de mobiliser des forces et soutiendrait notre vie. Certes on peut donner à sa vie un sens fictif, qui nous aide à vivre selon des valeurs, même imaginaires. C’est ce que font les idéalistes, les militants de grandes causes, mais ça risque de ne pas tenir très longtemps, s’il n’y a rien d’autre. Rien à voir avec ce qui ressort dans Shangri-La comme “sens de la vie”, car cela n’a rien d’une idée et n’apporte aucune réponse à toutes ces questions, cela ne peut ni expliquer ni justifier rationnellement notre existence. Par contre, ce “sens de la vie”, ce respir de la vie, qui ne peut cesser qu’avec la mort, quand le mourant rend son âme dans un souffle, ce respir-sentir qui surplombe l’espace psychique entre sensation et sentiment, peut souvent être en lien avec un goût de la vie, un plaisir des sens et de l’âme, qui fait que même si on considère que la vie n’a pas de sens, c’est-à-dire pas de signification, pas de finalité, on peut malgré cela l’aimer passionnément et la vivre avec bonheur : Le philosophe même de l’absurde, Albert Camus l’Algérois, nous en a donné un magnifique exemple à travers sa propre existence et ses écrits comme *Noces à Tipasa, le vent à Djemila ou l’été à Alger* entre autres.

*« Ce qui compte seulement, tu vois, c’est la volonté du bonheur,
Une sorte d’énorme conscience toujours présente...*

*Lécher sa vie comme un sucre d’orge, la former, l’aiguiser,
L’aimer enfin. »*

Albert Camus, *La mort heureuse*

C’est bien parce que la psychanalyse peut nourrir une authentique clinique gérontologique qu’on observe un phénomène nouveau : Les gérontologues eux-mêmes viennent de plus en plus occuper sur les divans la place que les psychiatres ont majoritairement laissée (scientisme et politique économique de la santé aidant, les psychiatres ne sont plus intéressés par la psychanalyse, qu’ils dénigrent souvent, et sont devenus des neurobiologistes et des cognitivistes !).

*« Laisse pénétrer la racine au centre de ton âme
Aspire la sève de la source infinie de ton inconscient
Et garde ta verdure »*

Donald Woods Winnicott

De nos jours, la psychanalyse, une certaine psychanalyse du moins, où l'écoute de leur intériorité pratiquée par les deux protagonistes devient l'équivalent moderne de la méditation, la psychanalyse peut être cette propédeutique au vieillissement et au grand âge en ouvrant "l'analysand", quel que soit son âge, à sa "vie propre", en creusant toujours davantage son intériorité, cette "*Source de vie*"..., en élargissant sa conscience *au-delà de l'utile* et en créant un véritable "espace de jeu, de repos et d'humour ou d'amitié". C'est en ce sens, il me semble, que la psychanalyse peut jouer un grand rôle, et dès la maturité, pour développer la vie spirituelle et charnelle, maintenir l'*eros* en activité intense (et donc la libido à un niveau satisfaisant). C'est là la voie royale pour rester en forme en vieillissant, tout en assumant pleinement les mystères de son âge et ses nécessités.

J'ai commencé avec Goethe et Woody Allen, je terminerai avec ce toujours admirable Montaigne : « *Il faut que l'esprit fleurisse sur la vieillesse comme le gui sur le chêne déclinant* » et aussi avec ce maître de l'humour à la française Paul Léautaud qui déclarait dans son grand âge : « *Je m'amuse à vieillir, c'est une occupation de tous les instants* ».

¹ Il m'a semblé nécessaire de créer ce néologisme d'entisme, qui correspond au fait de se situer « en soi », hors du monde, hors de toute image, de toute représentation.

« Il faut garder une arrière-boutique toute nôtre » (Montaigne)

L'être sensible précède le sujet parlant ; sa capacité imageante en soi (hors la vision, hors la visibilité) opère d'abord pour mettre son sentir *informe* originaire dans une "forme primaire floue" (un "pictogramme", production copiant les schémas sensori-moteurs du corps ?...) ; le pouvoir séparateur et différenciateur de sa chair, de son corps en action et plus particulièrement de ses mains pousse plus loin ces opérations imagières qui vont provoquer la naissance du regard et ensuite, à travers les contacts avec les autres, les échanges de regards et le jeu de la langue, transformer justement l'"être sentant" en sujet parlant. L'être sentant ne disparaît pas pour autant et ce qui constitue *le sujet dans le réel*, ce n'est pas pour moi le langage, ni la pensée représentationnelle, ce n'est pas l'imaginaire ni le symbolique, mais la **conscience-soi** (à ne pas confondre avec la conscience *de* soi, conscience secondaire objectivante faite là d'une "image de soi") : la conscience-soi est une conscience irréprésentable faite de l'éprouvance de la vie et du temps, le pur sentir d'une entièreté d'être, qui n'est pas la totalisation de l'être et ne supprime pas sa division, ni ses parties non-intégrées ou absentes, ni sa mouvance ou sa béance, mais se concrétise dans le fait fondamental de "se sentir vivant", de "se sentir sentir", de "se sentir dans une auto-affection". C'est un feu d'éprouvance et d'être, feu d'*Eros*, qui est à chaque minute quelque chose qui ne se formule pas, ne se définit pas, mais qui est comme une base, un roc secret sur lequel on repose, hors de toute représentation, de toute image. Bien sûr, certains ne sont pas en contact avec ce fondement et cultivent plutôt un sentiment de vide abyssal..., comme s'ils étaient nés au monde, mais pas à la vie et pas venus en eux-mêmes (dans cet en-soi) ; chez d'autres leur moi et son narcissisme, bien que construits sur l'entisme, l'occultent. Dans ma pratique analytique, mon premier souci est de favoriser la possibilité d'émergence de ce sentir-soi ou conscience-soi, qui fournit cette "sécurité charnelle de base" et cette source de vie, en même temps que se fait parallèlement un travail de dénarcissisation ou désidentificatuion au moi imaginaire nécessairement édifié au contact du "monde" et dans le commerce des autres. L'émergence de ce "soi propre et mouvant" ne peut être que le résultat d'un énorme travail de dégagement jamais terminé, toujours à recommencer, vers quoi nous pousse la vie. L'"entisme", auto-investissement affectif jamais définitif et toujours partiel de notre "être-en-devenir", dans le sens d'une entièreté d'être en mouvance, n'empêche pas le soi originaire, intériorité absolue, de s'avérer d'emblée aussi soi relationnel. Mais l'un se produit dans la vie (la vie propre), l'autre dans le monde.

« Cette tâche humaine interminable qui consiste à maintenir,

A la fois séparées et reliées l'une à l'autre,

Réalité intérieure et réalité extérieure »

Winnicott, *Jeu et réalité*.

De la qualité de son entisme dépend la capacité du sujet, même à un âge très avancé, de se ressourcer dans son centre originel, de s'aimer (ce qui n'a rien à voir avec l'amour de son image, le narcissisme qu'il soit primaire-se mérer- ou secondaire-se mirer), d'appivoiser sa "peur de vivre", d'habiter sa faiblesse...

Par le désêtre et parfois le désastre (= la chute d'un astre), qu'entraîne la vieillesse, le vieillard, s'il ne se referme pas dans une armure caractérielle, certes toute de surface à cette période de la vie, ou ne se fourvoie pas en empruntant d'autres sentiers plus mortifères pour fuir l'angoisse et la détresse (la fameuse *Hilflosigkeit*, difficilement traduisible, dont Freud parlait pour les bébés et tout-petits enfants), le vieillard a la possibilité, dans ce centre mis à découvert, de s'éprouver et de développer un vrai "sens" de la vie et l'aptitude à tirer continuellement de lui-même plus qu'il ne contient. N'ayant plus à conjurer le réel, il peut vivre avec la perte plutôt que vivre dans la perte.