

« L'ÂGE GRAND »

De la négation à l'évolution

L'image et le vieillissement

L'idée de déchéance physique associée au vieillissement montre que notre «civilisation», malgré son succès relatif à vaincre de plus en plus de maladies, échoue à nous donner une vision positive et créatrice de l'âge avancé. Les médias présentent trop souvent les personnes plus âgées comme des perdants ou encore les ignorent carrément. Difficile pour les personnes âgées de ne pas se déconsidérer, de ne pas se sentir exclues dans un environnement où il faut rester jeune tout au long de son existence.

Dans un monde qui a pour idéal la beauté juvénile, le refus et la peur de vieillir sont généralement plus marqués chez les femmes que chez leurs compagnons. Malgré l'évolution sociale et le féminisme, la loi de la beauté nous «enseigne» qu'il vaut mieux nous conformer aux modèles omniprésents pour être attirantes et désirables. Le moment où une femme se perçoit «vieille» sera souvent la prise de conscience qu'elle a cessé d'être un «objet érotique». La disparition du désir dans le regard des gens croisés au hasard des rencontres marque souvent ce passage. Cette étape vient fixer une limite vécue comme irréversible et souligner la nécessité d'un deuil difficile à faire. En effet, comment ne pas désespérer de soi et de la vie si on se définit par son corps quand il perd ses attraits et nous trahit ?



À moins que l'on ne s'attelle à la tâche de « rester jeune » au nom de la norme sociale ambiante... Servie par un lucratif marché de la jeunesse à vendre, l'incitation à recourir à toute cette cohorte de pilules, de séances de pesées collectives, de transformations chirurgicales pour gommer ceci ou remonter cela, témoigne abondamment que de vouloir « paraître » jeune, c'est assurément ne plus l'être. Vient donc un moment où il faut passer

de la négation à l'évolution, car il faut bien en convenir : devenir vieux et vieille est le seul moyen qu'on a trouvé pour vivre longtemps.

Le corps et la personne

« Le pire avec la vieillesse, c'est qu'on est toujours jeune en dedans ». Beaucoup d'aînées déclarent en effet ne pas se sentir âgées malgré que leur corps en montre et en ressent bien l'évidence. Même si notre corps et le regard des autres nous disent le contraire, nous sentons que nous sommes la même personne qu'avant. Notre personnalité ne vieillit pas. Peut-être y a-t-il en chaque être humain un sentiment de permanence de l'être, un pressentiment de notre éternité ? Si nous sommes dans le brouillard face à cette grande question, une assurance demeure : le grand âge ou « l'âge grand » peut être une période où malgré le déclin du corps, la personne demeure pleine de vigueur. Si tel est le cas, quelle occasion unique d'engager un nouveau rapport à notre corps, à notre identité et à notre environnement ?

En effet, amorcer un certain détachement face à l'image que nous avons été incitées à construire, c'est choisir d'être au plus près de la vie réelle, de notre vie réelle. Car nous sommes toujours vivantes. Ce corps vieillissant peut encore être source de joie et de plaisir; c'est lui qui nous fait unique et nous permet la rencontre des autres. Grâce à lui, nous continuons de comprendre et d'habiter le monde. C'est un allègement salutaire d'échanger la préoccupation de l'image, pour la vérité du ressenti et du contact humain à cette autre étape de la vie. Vieillir, c'est vivre différemment mais pas moins. La vieillesse bien portante refuse la sclérose, la fermeture, la mise à l'écart sociale. Libérées des contingences reliées à la famille, la profession et autres obligations, nombre de femmes disent avoir abordé leur vie libre et active après 60 ans.

Il n'y a pas d'âge limite pour trouver ou retrouver nos vraies raisons de vivre. Celles qui donnent du goût, de l'intérêt à notre existence, celles qui apportent la force d'affronter certaines incapacités ou difficultés. Celles qui sont sources d'une estime de soi enracinée au cœur de nos possibilités créatrices, de notre identité réelle et non en fonction du regard d'autrui. Comment attendre, de la part des autres, considération, respect et affection, si nous n'en avons pas pour nous-mêmes telles que nous sommes ? Il n'y a pas d'âge limite pour développer les qualités morales qui rendent le vieillissement serein et riche. Riche de toutes ces occasions de fraterniser ou de s'inspirer, de participer, de se développer et d'exister comme sujet agissant sur sa réalité. Il n'y a pas d'âge limite pour utiliser cet espace élargi de temps et de liberté pour chercher une qualité de vie accrue pour soi et pour les autres.

Utiles à soi et aux autres

Si l'on écarte les images stéréotypées et réductrices que nous renvoie la société, on réalise que vieillir se passe mieux qu'on nous le montre en général. De plus en plus nombreuses et jouissant d'une vitalité améliorée, les personnes âgées sont pourtant perçues comme nécessitant surtout assistance et prise en charge, sans tenir compte de leurs intérêts et besoins spécifiques. Il devient impératif de rejeter cette mise à l'écart de nos capacités sociales. La tâche nous incombe de mettre en lumière l'importance de tous les groupes d'âges dans la pyramide sociale, y compris la tranche des personnes plus âgées. L'expérience, la sagesse acquise, la justesse des opinions et la tolérance qui se construisent tout au long d'une vie sont des apports précieux à toute la société. C'est sur cette conscience de notre valeur personnelle et de la validité de nos contributions à la collectivité que nous devons miser pour influencer la mise en place de mesures sociales propres à améliorer notre sort et celui de l'ensemble des personnes âgées.

Fortes d'une vision de nous-mêmes plus réaliste, parce que dégagées du souci d'être approuvées par quiconque, nous devenons des âgées « agissantes » qui s'assument, s'estiment et s'activent. Des personnes capables de se mobiliser pour influencer celles et ceux qui décident des grandes politiques nous concernant. Joindre nos actions à celles d'autres groupes de femmes (jeunes, immigrantes, travailleuses) pour atteindre plus de sécurité économique, mais surtout pour œuvrer à la construction d'une collectivité plus humaine, prouve que le renouveau de demain peut venir aussi de nous les plus âgées. Par cette capacité à influencer notre vie jusqu'à sa fin, nous témoignons que chaque être humain est plus beau que son « apparence » et beaucoup plus vivant que sa santé déclinante.

Diane Lesage

Enseignante à la retraite

Auteure de "Osez être ronde. Bien vivre avec son poids"

Les Éditeurs réunis. LÉR 2008.