



Association pour l'Alternative en Médecine

« Pour une information sur les médecines alternatives et complémentaires en faveur de leur reconnaissance et leur intégration dans les secteurs de la médecine libérale et hospitalière »

Numéro 32 - Novembre 2012

ÉDITORIAL

Le thème du prochain Forum de l'APAM est défini. C'est :

« *Vieillir Aujourd'hui : Place des médecines alternatives et complémentaires.* »

Ce Forum, tradition et fleuron de notre association, aura lieu le samedi 16 février 2013 à Yerres (91330) de 15 heures à 18 heures à l'Orangerie de la Grange aux Bois, lieu extrêmement sympathique et confortable où nous avons déjà été invités il y a quelques années par Monsieur le maire de la ville, Nicolas Dupont-Aignan. Qu'il en soit remercié chaleureusement. Afin de nous préparer et de nous mettre en position d'appréhender l'ensemble des problématiques liées à ce thème (perte d'autonomie, douleur, éloignement, isolement, précarité, déclin cognitif...) qui nous concerne tous, le bulletin n°32 propose, sans aucune prétention d'exhaustivité, quelques approches synergiques : médicale, littéraire, philosophique...

Gageons qu'à la fin du Forum nous soyons tous transformés par les apports de chacun.

Appréhender le « vieillir » ne sera plus, alors, le vivre comme la condition inéluctable d'une fin prochaine, mais comme le processus nécessaire aux prises de conscience successives que nous fait traverser notre voyage à travers les âges de la vie, allant vers plus d'ouverture à soi-même et aux autres.

Pierre POPOWSKI
Président de l'APAM

SOMMAIRE

- ② **À PROPOS DU GUIDE DES MÉDICAMENTS** – Docteur Udo GIAVARINI
- ④ **VIEILLIR DANS LA LITTÉRATURE** « *Le contraire de vieillir n'est pas rajeunir. Le contraire de vieillir, c'est aimer.* » Victor Pierpé - Docteur Pierre POPOWSKI
- ⑥ **VIEILLIR EN PHILOSOPHE** - Antoine POPOWSKI, Philosophe
- ⑧ **J'AI LU POUR VOUS** – Ghislaine POPOWSKI

À PROPOS DU GUIDE DES MÉDICAMENTS

Docteur Udo GIAVARINI

Cet automne, il était difficile de passer à côté de la parution du livre des Professeurs Bernard DEBRE et Philippe EVEN : « Guide des 4000 médicaments utiles, inutiles ou dangereux », tellement elle a soulevé de tempêtes.

Tempête publique, puisque après l'affaire du MEDIATOR, l'engouement suscité par les lecteurs a été tel qu'au bout de quelques semaines de parution, il a fallu remettre l'ouvrage sous presse pour satisfaire à la demande de ce qui est rapidement devenu un best seller ! Tempête médiatique, qui s'est emparée de ce sujet à sensation pour en faire ses choux gras. Tempête d'une partie du monde médical, en contre offensive à cette bombe explosée dans une période de doutes et de défiance.

A la mi-septembre, le *Nouvel Observateur* publie un dossier spécial consacré à ce livre, pendant que *Le Parisien* annonce à la une qu'« un médicament sur deux est inutile, selon deux spécialistes ».

Le professeur Bernard Debré assure, quant à lui, un excellent service après-vente en clamant ses conclusions sur toutes les ondes.

Il n'en fallut pas moins pour soulever une vive polémique de la part de plusieurs grandes voix de la médecine. Ainsi, le professeur Brucker (chef du service d'endocrinologie à la Pitié-Salpêtrière) dénonce des approximations « que l'on accepterait mal d'un étudiant en médecine », ainsi qu'il jugeait terriblement faux le message concernant le cholestérol et les maladies cardio-vasculaires. Le professeur Bergmann, vice-président de la commission d'autorisation de mise sur le marché à l'Agence Nationale de Sécurité du Médicament et chef du service de médecine interne à Lariboisière déclare : « c'est vrai qu'il y a trop de médicaments redondants, que la politique du

générique n'est pas claire, et que le prix de certains médicaments est disproportionné par rapport à leur efficacité. Mais les auteurs font aussi des erreurs, je considère l'AVASTIN (anticancéreux) comme un produit important, de même que BRYETTA (antidiabétique) ». Le professeur Montastruc (pharmacologue médical à Toulouse) affirme : « il ne faut pas diaboliser les médicaments, qui soignent quand même beaucoup de maladies. Un médicament s'inscrit toujours dans un contexte : il est donné à un patient avec une pathologie, un âge, des antécédents, qui permettront au médecin d'en estimer les bénéfices au regard des risques. Car n'oublions pas qu'un médicament n'est jamais inoffensif. Sinon cela voudrait dire qu'il est sans effet » (sic). Il s'accorde à dire, avec le professeur Bergmann, qu'il faut que les autorités sanitaires doivent mettre à disposition des médecins une information indépendante sur les médicaments, quasi inexistante en France, où les praticiens de ville sont essentiellement informés par les visiteurs médicaux payés par les laboratoires.

Le professeur Even défend la qualité du travail accompli en évoquant « un travail de bénédictin » : les médicaments ont été étudiés un par un, 20 000 références internationales sur les médicaments ont été travaillées, et ce à raison de 12 à 15 heures par jour pendant un an !

Conclusion :

La France, un des pays les plus consommateurs de médicaments, voit mettre sur le marché trop de molécules sans intérêt, voire nocifs, qui sont remboursés par l'Assurance Maladie, notamment pour protéger l'industrie pharmaceutique hexagonale. Ainsi 50% des médicaments sont jugés inutiles, 20% mal tolérés et 5% sont estimés potentiellement très dangereux. Une liste de 56 médicaments à suspendre immédiatement en ressort ! Tout cela entraînerait un déficit de 10 à 15 milliards d'euros par an (dépenses de 1,3 à 2 fois supérieures à tous les autres grands pays européens), argent qui manque cruellement dans d'autres secteurs de la santé !

Le directeur de la revue indépendante « Prescrire », Bruno Toussaint, affirme : « dans le système actuel, les pouvoirs publics demandent aux firmes pharmaceutiques, pour autoriser la vente de leur médicament, de présenter un dossier montrant une balance bénéfice/risque acceptable mais n'exigent pas de progrès. Alors les firmes jouent le jeu : parfois le médicament apporte un progrès, mais même si ce n'est pas le cas, le médicament est tout de même autorisé ». Cela témoigne bien de la panne d'innovations dont souffrent les groupes pharmaceutiques actuellement.

Un groupe médicamenteux spécialement mis à l'index est celui des statines. Cet exemple mérite quelques développements, d'autant qu'il y a fort à parier qu'il en sera question dans les mois à venir.

Rappelons d'abord que depuis les années 1970, le cholestérol a été reconnu comme le principal responsable des maladies cardio-vasculaires. Il s'agissait donc de trouver des médicaments pour faire baisser ce cholestérol, et les molécules les plus efficaces pour y parvenir étaient les statines, mises au point depuis les années 80. Elles stimulent le foie à produire moins de cholestérol. Une étude internationale (4S) montrait très nettement une diminution de la mortalité chez les patients ayant été victimes d'un infarctus lorsqu'ils étaient traités par des statines.

Au bout de quelques années, certains médecins commencent à douter du bienfondé de ces prescriptions au vu de l'ampleur mondiale qu'elles ont pu prendre.

La fameuse étude 4S n'a jamais été répliquée, et l'immense majorité des autres études se sont montrées teintées de conflits d'intérêts.

En fait, l'efficacité des statines au long cours n'a jamais été prouvée scientifiquement. Les études dites « positives » sont sujettes à caution, à la fois pour la manière dont elles ont été conduites, que pour les conclusions qui en résultent. Les effets secondaires sont largement sous-estimés. Leur durée n'a jamais excédé 5 ans, alors que les candidats à ces traitements doivent envisager un suivi à vie.

Il faut savoir que lorsqu'on mène une telle étude auprès des cobayes, on procède quasiment toujours à une période d'essai. Les cobayes qui réagissent d'emblée en produisant des effets secondaires notables sont écartés du processus.

Il semble par ailleurs que ces statines favorisent le diabète, et entraînent probablement des troubles cognitifs à long terme (n'oublions pas que le cholestérol est à la base de la synthèse de la majorité des hormones, et qu'il joue un rôle fondamental au niveau du système nerveux central. Tout cela nécessiterait donc de produire des études à long terme pour déterminer les véritables effets secondaires.

Toujours est-il que la population a acquis un véritable sentiment de défiance, voire de panique vis à vis du cholestérol. D'autant plus que les normes indiquées sur les résultats des analyses sanguines sont très restrictives. Respectées à la lettre, elles entraîneraient, à partir d'un certain âge, une quasi généralisation de la prescription des statines. Quelle aubaine pour les laboratoires ! On semble confondre risque et maladie.

Un autre excès induit par les statines est qu'il permet de ne pas remettre en question son mode de vie, puisque le médicament y pourvoit. Tout médecin sérieux évitera cet écueil, mais on ne pourra pas contrôler les conduites aberrantes des individus. L'information juste, pour le public et le corps médical est primordiale.

Quelqu'un qui mange correctement, se donne du mouvement régulièrement, cesse de fumer et devient responsable de son propre corps, pour celui-là, le cholestérol n'a plus de valeur prédictive péjorative.

Il s'agit donc de redonner à ce problème sa juste place, et les médecines de terrain semblent bien placées pour limiter les prescriptions hasardeuses et abusives. D'abord calmer le climat de panique instauré autour du cholestérol.

Mais la pression des lobbies pharmaceutiques suit d'autres intérêts, et exerce sa puissance vers tous les continents. En même temps, force est de constater que les bouleversements de ce monde

réservent parfois de bonnes surprises. Le livre dont il est question ici en est certainement une. Les deux auteurs, nantis d'une totale liberté vis à vis des conflits d'intérêt, touchent un public dans le doute, et ébranlent une institution médicale remise en question.

Osons espérer que tout cela aille dans un bon sens, pour le bien de tous !

VIEILLIR DANS LA LITTÉRATURE

« *Le contraire de vieillir n'est pas rajeunir.*

Le contraire de vieillir, c'est aimer. » Victor Pierpé
Docteur Pierre POPOWSKI

Afin de dégager les thèmes principaux issus de la problématique du « vieillir » et ce, dans la perspective du prochain Forum de l'APAM en 2013, il nous a semblé pertinent d'essayer d'entrevoir quelle en était la perception des grands auteurs classiques¹. Car le « vieillir » a toujours préoccupé les écrivains, non seulement lorsqu'ils arrivent dans un grand âge, mais également parfois dès leur jeunesse. Balzac n'est pas vieux quand il écrit *Le Centenaire* et *La Peau de Chagrin*. Quant à Flaubert, il se voit vieux dès l'âge de seize ans.

Je vous propose une courte incursion dans ce monde réservé habituellement aux érudits : celui de la littérature française. La porte d'accès à la culture étant rarement fermée à double tour, osons la pousser pour nous y aventurer. De nombreux vieillards traversent les Belles Lettres françaises : il suffit de penser à ceux de Balzac (le père Goriot), Flaubert (Bouvard et Pécuchet), Proust, Anatole France (Sylvestre Bonnard)...

Le vieillir humain, c'est d'abord pour eux une question liée au temps. Dès que la vie commence, des horloges biologiques se mettent en marche qui conduisent inexorablement l'être vivant à la mort, suivant l'image du berceau comme premier cercueil (« *mon berceau a de*

ma tombe, ma tombe a de mon berceau », Chateaubriand, *Mémoires d'Outre-tombe*). Le sentiment du vieillir est donc d'abord lié à la conscience et donc à la conscience du temps qui s'écoule pour laquelle, paraphrasant le « *Partir, c'est mourir un peu* » du *Rondel de l'adieu* d'Edmond Haraucourt² : « *vieillir, c'est mourir un peu* ».

C'est le romantisme qui a accentué, avec une intensité nouvelle, le sentiment du passage du temps, de la fuite des choses, de la fragilité des êtres humains comme de celle des civilisations (« *Nous autres, civilisations, nous savons maintenant que nous sommes mortelles* » et « *Nous sentons qu'une civilisation a la même fragilité qu'une vie* »³).

A la suite des romantiques, nombreux sont les écrivains qui voient le phénomène du vieillir par le petit bout de la lorgnette catastrophiste, qu'il s'agisse d'un Balzac dans *La Peau de Chagrin* par exemple, ou d'auteurs contemporains qui mettent l'accent sur le délitement de la personnalité, comme Gide, Franz Hellens, Marcel Jouhandeau, Annie Ernaux, Pierrette Fleutiaux⁴ ou encore Samuel Beckett, qui ne cesse d'y revenir de manière lancinante avec ses héros qui racontent de manière complaisante leur propre dégradation.

À côté de ces tentations d'un regard voué à la décrépitude, le vieillir humain, s'il est dans l'ordre des choses, peut être malgré tout vécu comme une **fascination pour la permanence d'une beauté et d'une sagesse immortelles**, immobilité en filigrane derrière l'illusion du changement. Pour Giraudoux, par exemple, le temps humain est d'abord une flèche irréversible qui change les choses et les êtres. « *Un corps vivant d'homme... change à chaque seconde... incessamment il vieillit* » dit Mercure à Jupiter dans *Amphitryon* 38⁵. L'expérience ne cesse de modifier la perception des choses : vieillir c'est apprendre à regarder autrement.

¹ *Études sur le vieillir dans la littérature française : Flaubert, Balzac, Sand, Colette et quelques autres.* Claude Benoît, Liana Nissim, Préface d'Alain Montandon

² *Seul.* 1890

³ Paul Valéry *La Crise de l'esprit* 1919

⁴ Prix Femina 1990, pour *Nous sommes éternels*

⁵ Jean Giraudoux. *Amphitryon* 38, acte I, scène 5, p. 134.

Mais par-delà cette prime à l'éphémère, le « bien vieillir » participe de cette harmonie universelle du cosmos, de cette harmonie du monde et de ses rythmes dont l'écrivain ne cesse de rappeler les battements temporels. **La perception des harmonies secrètes**, des correspondances mystérieuses qui lient les êtres et les choses fonde un art poétique de l'émotion. **L'acceptation de cet ordre**, propre au vieillir, est le début de la sagesse et du bonheur. C'est pour cela que les vieux seuls sont toujours à l'heure : « *Leurs mains tremblotent, car ils ont pris la valeur du temps, et le battent comme des pendules* »⁶. Il s'agit donc pour l'écrivain de relier « *l'innocence de l'aube à l'innocence du couchant* »⁷ comme il est écrit dans *Sodome et Gomorrhe*. Aimer le temps qui passe et les rides qu'il dessine sur le visage des hommes, voilà la leçon de cette **vieillesse initiatrice**. L'expérience de la prise de conscience de la temporalité et de la finitude est un véritable travail de deuil, travail de deuil narcissique et travail qui ne peut se faire sans le secours de l'autre, donc sans amour.

C'est le couple idyllique de Philémon et Baucis, chanté par Ovide, qui reste le grand modelé du « vieillir amoureux » pour la littérature occidentale. Philémon et Baucis continuent de s'aimer par-delà les ans et sont les parangons de cette fidélité sur laquelle le temps n'a pas de prise. L'amour dans la vieillesse, le goût des choses simples, la bonté (« *c'est le cœur qui fait tout* »), autant de vertus qui amènent pour le sage le soir d'un beau jour (« *Rien ne trouble sa fin, c'est le soir d'un beau jour* » dit La Fontaine⁸). Image idyllique d'une vieillesse heureuse car toute entière consacrée à l'autre.

La vieillesse est aussi **un moment important et nouveau dans la découverte du corps**. Le déclin physiologique est mis en scène par le scripteur désabusé lorsqu'il esquisse son autoportrait au pupitre usé : « *Maintenant me voici, las, déclinant, vieillissant, avec un pupitre usé pour toute compagnie et un cœur plein de*

rêves en deuil pour toute richesse. [...] Je suis un peu comme te gardien mélancolique d'un cimetière, ou comme ce bon vieillard qui raconte l'histoire de Paul et Virginie »⁹. Pour un Amiel, c'est l'illusion d'une unité de la personne qui disparaît avec la décrépitude de l'âge (« *les organes qui se relâchent : on devient multitude* »). Mais cette vision idyllique se révèle pour certains auteurs comme par trop utopique. Simone de Beauvoir, en dénonçant cet optimisme idéaliste, a légitimement mis l'accent sur les conditions sociales qui président à « **ce tourbillon vers le bas** » **qu'est trop souvent le déclin de l'âge des défavorisés**. Simone de Beauvoir a dénoncé les fadaïses spiritualistes indécentes des « *moralistes qui, pour des raisons politiques ou idéologiques, ont fait l'apologie de la vieillesse en prétendant qu'elle libère l'individu de son corps. Par une sorte de jeu de balance, ce que perd le corps, l'esprit te gagnerait : "Les yeux de l'esprit ne commencent à être perçants que quand ceux du corps commencent à baisser" avait dit Platon* »¹⁰. Cicéron dit sensiblement la même chose que Platon dans son *De Senectute*, mais il ajoute cependant que la première des sagesse pour une vieillesse acceptable est de suivre la nature et d'en accepter ses lois. Il ajoute également une chose importante, à savoir que « *Les armes qui conviennent vraiment le mieux à la vieillesse sont les lettres et la pratique des vertus* » et il développe l'idée suivant laquelle il y a à « *apprendre chaque jour quelque chose en vieillissant* ».

C'est dire que vieillir n'est pas finir, mais continuer à être et à s'enrichir tout en posant un avenir qui ne réduit pas l'existence au seul présent. Un certain nombre de personnes âgées trouve un grand plaisir au jardinage, non seulement parce que c'est là une occupation utile et saine, mais aussi parce qu'elle suit le rythme du temps. Cicéron le notait déjà, l'activité agricole est attentive à la génération suivante : « *Il va planter un arbre au profit d'un autre âge* ». Voilà une belle conclusion...

⁶ Jean Giraudoux, *Provinciales*, in Œuvres romanesques complètes, t I, p, 26.

⁷ Jean Giraudoux. *Sodome et Gomorrhe*, in Théâtre complet, acte 1, Prélude, p. 856.

⁸ La Fontaine, *Fables, contes et nouvelles*, Paris, Gallimard. « Bibliothèque de la Pléiade », 1932, p. 322.

⁹ Amiel, *Journal*, 26 août 1868.

¹⁰ Simone de Beauvoir, *La Vieillesse*, Paris, Gallimard, 1970, p. 335.

VIEILLIR EN PHILOSOPHE

Antoine POPOWSKI, Philosophe

Le mot est lancé, un simple mot, à peine un concept philosophique si l'on en croit les principaux dictionnaires en la matière, où il se fait assez discret. Un mot et nous dirions même plus, un verbe. Du troisième âge ? Non, du deuxième groupe, comme *grandir* ou *mûrir*. D'ailleurs, curieusement, c'est plutôt sur les bancs de l'école qu'il nous reconduit, devant cet enfant – vous, moi – soutenant à l'instituteur que *vieillesse* prend deux *i*, comme les deux béquilles d'une personne âgée... Enfant, on apprend également qu'un verbe a un temps mais aussi un aspect, c'est-à-dire un déroulement interne, une façon bien à lui de s'accomplir. Un verbe duratif, par exemple, indique une action qui dure, comme *attendre* ou *se mourir*. Un verbe itératif, quant à lui, exprime la répétition, comme *radoter* et *sautiller* (deux actions communes aux vieillards, comme chacun sait).

Mais *vieillir* alors ? Où le ranger ? La question est d'importance, qui dépasse largement le cadre strict de la grammaire. C'est là, nous allons le voir, une véritable question philosophique.

Écoutons d'abord la réponse des grammairiens, et voyons où elle nous mène. *Vieillir* serait en réalité un verbe inchoatif, c'est-à-dire un verbe marquant le passage dans un état : ainsi *rougir* est inchoatif car il signifie « devenir rouge ». *Vieillir* le serait également car il exprimerait le fait de « devenir vieux », tout comme le verbe *s'endormir*, qui manifeste le passage de l'état de veille à celui de sommeil. *Vieillir*, donc, c'est *devenir vieux*. Cette définition, qui a tout l'air d'une tautologie, est pourtant à l'origine des deux principales approches philosophiques du *vieillir*, selon que l'accent est mis sur le verbe « devenir », c'est-à-dire sur le processus-vieillesse, ou sur l'adjectif « vieux », autrement dit sur l'état-vieillesse considéré comme un résultat.

Commençons par évoquer le courant dominant, celui des partisans du « devenir **vieux** », centrés sur l'adjectif « vieux ». Pour eux, vieillir signifie

passer d'un état A à un état B, c'est-à-dire d'un état où l'on n'était pas encore vieux à un état désormais teinté de sénescence. La vie humaine, selon cette conception, comporterait des balises bien définies, des étapes à franchir qu'on appelle les « âges de la vie ». Vieillir consisterait alors simplement à passer d'un âge à un autre, plus précisément de l'« âge adulte » au « dernier âge » (le troisième ? le quatrième ?), sans que notre identité personnelle ne soit jamais inquiétée. Le résultat (*je suis vieux*) se met soudain à compter plus que le processus lui-même (*je deviens autre*), signe incontestable de ce qu'on peut appeler une conception *téléologique* du vieillir (du grec *telos*, la fin, le résultat). Que l'on fasse alors de la vieillesse une récompense, le couronnement de l'identité individuelle (Cicéron : vieillir, c'est récolter ce qu'on a semé dans les âges précédents¹¹) ou à l'inverse une période de déclin, de déchéance sociale (Simone de Beauvoir : « la condition des vieilles gens est aujourd'hui scandaleuse »¹²), c'est toujours sur une scansion rythmée des âges de la vie héritée d'Aristote¹³ que repose l'analyse. Dans une telle téléologie du temps, le devenir universel de l'homme finit inmanquablement par s'effacer devant la division sociale des âges, de ces âges dans lesquels on est finalement bien obligés de se reconnaître – qui refuserait la carte senior proposée par la SNCF ? Car c'est la société qui veut les âges, les crée, les classe, les nomme, les divise, les oppose, jusqu'à en faire une condition *sine qua non* de son bon fonctionnement. Devant une telle contrainte, « pas de plus grande subversion que de vivre ou de penser contre la division des âges, écrit magnifiquement Roland Barthes, de permuter librement les rôles humains, de retrouver l'adolescent dans le vieillard, l'enfant dans le mâle adulte »¹⁴.

¹¹ Cicéron, *De la vieillesse*, Les Belles Lettres, Paris, 2008 : « Mais, dans tous mes propos, n'oubliez pas que l'éloge de la vieillesse vise seulement celle qui repose sur les fondements de l'adolescence. » p. 73.

¹² Simone de Beauvoir, *La vieillesse*, Gallimard, Paris, 1970, p. 230.

¹³ Aristote, *La Rhétorique*, livre II, chapitre XII à XIV, où sont décrits les caractères propres aux trois âges de la vie (jeunesse, maturité, vieillesse), que l'orateur se doit de connaître s'il veut réussir à convaincre son auditeur.

¹⁴ Roland Barthes, « Puer senilis, senex puerilis », figure inédite des *Fragments d'un discours amoureux*, publiés in

Inversion des codes, subversion de l'ordre établi, carnaval des âges : un vieillir en habit d'Arlequin en somme... Il est peut-être temps d'ailleurs que les grammairiens laissent la parole à l'empereur de la lune.

Contre cette conception téléologique du vieillir, érigée au rang d'idéologie dominante, les tenants du « **devenir** vieux », centrés sur le verbe « devenir », défendent quant à eux une « philosophie du vieillir silencieux et de son discret érodage »¹⁵. Leur but : faire ressortir l'aspect duratif du verbe en mettant en lumière les transformations invisibles, les transitions imperceptibles à l'œuvre dans le processus du vieillissement. Vieillir n'a plus alors ni début ni fin (« à quel âge devient-on vieux ? », question dénuée de sens), vieillir a toujours déjà commencé et ne tend vers rien, vieillir n'est plus que le léger bruissement, l'infime vibration que fait la vie en passant. Aussi, lorsque retentissent les trompettes ministérielles du « bien vieillir »¹⁶ (activité physique régulière, alimentation équilibrée, vie sociale animée, etc.), sans doute est-il important de rappeler la valeur de l'attention silencieuse portée à soi-même, du regard tourné vers ses devenirs intérieurs, de cette vigilance de tous les instants que les Grecs appelaient « *epimeleia heautou* » (souci de soi)¹⁷, et que l'on traduit aussi par *philosophie*.

Complaisance égocentrique, diront certains ; perte de temps inutile, prétendront d'autres. Jusqu'à ce jour sinistre où, devant une vieille photographie d'eux-mêmes ou devant un miroir, surgit la prise de conscience : « Que s'est-il donc passé ? La vie, et je suis vieux »¹⁸. Que d'auteurs ont vécu amèrement cette épreuve du miroir, combien ont connu le vertige de cette privation d'être, de cette perte d'identité, jusqu'à ce Montaigne vieillissant qui nous en fait partager l'expérience dans ses *Essais* : « J'ai des portraits de ma forme de vingt-cinq et de trente-cinq ans ; je les compare à celui d'astéure [de maintenant], combien de fois ce n'est plus moi ! »¹⁹ Et si philosopher, ce n'était pas tant « apprendre à mourir »²⁰ qu'apprendre à vieillir ?

Miroir, gentil miroir, mirage sans mémoire, territoire sans âge, dis-moi si je suis vieux. Et le miroir de répondre : vieillir est un travail, travail irrésistible du temps sur le corps, mais aussi travail de sagesse de l'éveillé sur lui-même. Savoir vieillir implique donc un labeur, un apprivoisement du devenir que Deleuze et Guattari célèbrent dans un passage de *Mille plateaux* consacré à ce qu'ils nomment précisément le « devenir-imperceptible » : « savoir vieillir n'est pas rester jeune, c'est extraire de son âge les particules, les vitesses et les lenteurs, les flux qui constituent la jeunesse de cet âge »²¹. Être attentif à l'infinitésimal jusqu'à en perdre le sentiment de l'âge, c'est peut-être cela qu'on appelle la patience... ou l'amour ?²²

Le discours amoureux, séminaire à l'École pratique des hautes études, 1974-1976, suivi de Fragments d'un discours amoureux : inédits, Seuil, Paris, 2007, p. 614.

¹⁵ François Jullien, *Les transformations silencieuses, Chantiers, I*, Grasset, Paris, 2009, p. 74.

¹⁶ Plan National « Bien vieillir » (PNBV) 2007-2009, Ministère de la Santé et des Solidarités, Ministère délégué à la Sécurité Sociale, aux Personnes âgées, aux Personnes handicapées et à la Famille, Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative.

¹⁷ Voir à ce propos Michel Foucault, *Histoire de la sexualité III, Le souci de soi*, chapitre II « La culture de soi ».

¹⁸ Louis Aragon, « Le vieil homme », publié in *Le Roman inachevé*.

¹⁹ Montaigne, *Essais III*, chapitre XIII « De l'expérience », Gallimard, Paris, 1965, p. 399.

²⁰ Montaigne, *Essais I*, chapitre XX « Que philosopher c'est apprendre à mourir », Gallimard, Paris, 1965, p. 141.

²¹ Gilles Deleuze, Félix Guattari, *Mille Plateaux*, Les Éditions de Minuit, Paris, 1980, p. 340.

²² Roland Barthes, *ibid.* p. 616 : « Cet âge enlevé, c'est est comme un don d'absence, un vêtement invisible prêté à l'amoureux par quelque déité ».

J'AI LU POUR VOUS

Ghislaine POPOWSKI

Coups de cœur pour deux romans de **Khaled Hosseini**, médecin et écrivain américain d'origine Afghane :

Les cerfs-volants de Kaboul

et

Mille soleils splendides.

Trente années d'histoire d'un pays trop méconnu en Occident : l'Afghanistan. L'occupation russe, luttes tribales, la prise de pouvoir des talibans... Hosseini jette un regard à la fois attendri et critique sur son pays d'origine en nous narrant ces tranches de vie au travers de Amir, Baba, Hassan, Sohrab, Mariam, Laila : enfants de Kaboul.

Pour tout renseignement :

Association Pour l'Alternative en Médecine
75, boulevard du Général de Gaulle
91210 Draveil

e mail : apam.essonne@gmail.com

site : <http://www.apam-essonne.fr>

Association loi 1901 déclarée en sous-préfecture d'Evry
le 8 juin 2000 sous le n° W912000908
Déclarée à la CNIL n°870146

Document imprimé par nos soins