

VIEILLIR DANS LE BIEN-ÊTRE...EST-CE POSSIBLE ?

Tentative pour expliquer, sinon justifier, un bilan de quatre vingt ans de bonheur partagé

Vieillir commence très tôt, dès le plus jeune âge. Mais, pendant une certaine période, celle de l'enfance et de la jeunesse (la vraie), on ne s'en aperçoit pas.

Au moment où la question se pose, nous sommes déjà installés dans le processus du vieillissement. Ce n'est pas grave puisque je m'en rends compte.

Mais alors, que faire ?

Première interrogation: Faut-il attendre la prise de conscience de la vieillesse pour commencer à s'organiser ? Alors que depuis longtemps quelques signaux s'allument, nous faisons semblant de les ignorer, jusqu'au moment où la réalité nous rattrape.

Seconde interrogation : le vieillissement suit-il une évolution linéaire et inexorablement continue ou fait-il apparaître la présence d'étapes ?

Troisième interrogation : gérer son vieillissement ne consiste-t-il pas à repérer clairement le présent de chaque âge et à tenter de l'exploiter afin d'en « profiter » ?

D'où, un nouveau questionnement : qu'est-ce-que profiter ? Faut-il choisir ?

Ce petit essai va tenter de donner un éclairage personnel à un phénomène inéluctable qui ne demande qu'à s'épanouir à toutes sortes de lumières. Les éléments de réflexions proposés se veulent un résumé d'un questionnement qui m'habite depuis longtemps.

D'abord, essayons de discerner quelques constantes de l'itinéraire humain : (sans hiérarchie dans la présentation)

Apprendre -S'émouvoir -Transmettre-Jouir-Accepter-Aimer

Pour l'instant, tenons- nous en à ces six termes artificiellement classés.

Apprendre :

Commençons par oser définir une palette théorique des savoirs :

Intellectuels-Physiques-Techniques-Esthétiques

Sociaux....

Pourquoi apprendre, quoi apprendre, que retenir?

Pourquoi apprendre ?

Quel que soit le domaine envisagé, signalons que certaines tendances semblent continuellement être présentes, comme un fil rouge qui accompagne nos apprentissages.

On peut remarquer des constantes comme la curiosité, l'intérêt, le désir, la pugnacité, la volonté de poursuivre pour aboutir, la recherche et la conscience des progrès, la notion impalpable de la nécessité d'apprendre... Ces éléments participent à l'émergence de la nécessité d'apprentissage. Grossièrement, on apprend pour augmenter ses savoirs et ses compétences, pour mieux appréhender l'environnement, pour se situer dans une sphère d'échanges possibles. Finalement, on apprend pour comprendre et partager.

Chaque âge, par son histoire et son itinéraire peut prétendre à des savoirs. Ils seront différents mais pas isolés. Ils serviront de base à une intégration sociale ; ils seront évolutifs. C'est pourquoi, je pense qu'il n'est jamais très bon de détruire les acquis antérieurs de peur de tout recommencer, parfois en pire, ou de construire sur du sable. Gardons nos références et analysons-les.

Quoi apprendre ?

J'aurais tendance à répondre : tout. Mais l'humilité et la lucidité freinent mon enthousiasme. Il est peut-être préférable de considérer que la tentative d'apprentissage est déjà une démarche suffisante. Cette tentative devrait nous permettre de cerner le faisable en rapport avec nos besoins ou nos désirs eux-mêmes confrontés au niveau de nos compétences du moment. Ce qui n'exclut pas le progrès. De quoi suis-je capable ? Y-a-t'il un risque à apprendre ? Mesurons-le et engageons nous.

Que retenir ?

Doit-on se suffire de l'opposition utile/inutile ? Abordons cette image avec beaucoup de circonspection, car elle peut présenter de fortes variations selon l'âge, la culture, les projets... Acceptons plutôt de retenir ce qui, à un moment donné, conforte mes désirs ou mes aspirations.

L'océan des savoirs est si vaste et si profond qu'on pourrait s'y noyer. Ma préoccupation sera donc de tenter de surnager en tenant compte des étapes identifiées de mon développement personnel. L'encyclopédisme n'est plus de mise pour la majorité des personnes, mais l'éclectisme est sans doute plus envisageable.

S'émouvoir :

Notion moins palpable, donc plus difficile à aborder.

Chacun de nous peut s'émouvoir de situations très différentes (sensibilité à l'art, à des formes d'esthétique, à l'environnement, aux hommes...). Ces différentes approches du « sensible » sont-elles issues d'un milieu (acquisition) où le rôle de l'éducation, des habitudes, de l'âge, des relations que nous entretenons avec les autres types d'acquis ont une importance capitale, ou/et peuvent être témoin d'une tendance innée ? Encore une interrogation car ceci reste à comprendre, sinon à prouver.

Il reste cependant que l'émotion reste une dimension fondamentale de nos comportements. Elle se situe à la fois dans l'interne comme dans l'externe.

Interne quant à la représentation que je peux me faire, à priori, d'une situation (vécu, souvenir, rêve) ; externe par le message ancien ou nouveau que peut transmettre la situation

C'est la synthèse de l'interne (la représentation).

Bernard