

Ma grand-mère fait du haïku

Par Lorraine Rossignol Publié le 10/10/2020.

Grâce à des associations telle Old’up, les seniors se réinventent sur scène, dans l’écrit, le chant... La créativité et l’estime de soi, ça n’a pas d’âge.

Sa grand-mère le lui avait bien dit lorsqu’elle était petite : « *Tu verras, la timidité s’efface en vieillissant. On n’a plus rien à perdre, on ne risque plus grand-chose.* » Nancy a pu le vérifier. Ce soir-là, dans la salle de spectacle d’une petite maison des associations, à Paris, Nancy de la Perrière, 90 ans, elle-même grand-mère et arrière-grand-mère depuis longtemps, a « *jeté son va-tout* », allègrement !

Le rideau s’est levé. Avec ses cheveux blancs coupés court, son allure à la Meryl Streep, Nancy s’est avancée sur scène vêtue de son costume noir de douairière andalouse. C’est elle qui jouait le rôle principal, dans *La Maison de Bernarda Alba*, de Federico García Lorca : celui d’une veuve toute-puissante, qui entreprend de séquestrer ses cinq filles. Deux ans de répétition, avec les autres actrices de la pièce, toutes âgées de plus de 70 ans. Elles faisaient, comme elle, l’expérience de la scène pour la toute première fois. Et les mots de Lorca, que Nancy craignait tant d’oublier, l’ont emportée. « *Changer de peau : c’est cela qui m’amusait. Sortir de moi. Au moins une fois !* » À la fin, tandis que le public applaudissait à tout rompre, Nancy ne s’en cache pas : elle a bu du petit-lait. « *À l’intérieur de moi, tout en saluant, je me disais : “Tu vois ! T’es encore cap ! Tu l’as fait !”* »

C’est justement pour cela qu’Old’up se bat. « *Tant que nous ne sommes pas morts, nous sommes toujours vivants !* » : tel est le mot d’ordre de cette petite association aussi ambitieuse que frondeuse, dont font partie Nancy-Bernarda et ses amies. Créée à Paris en 2008, Old’up, qui aujourd’hui essaime dans tout le pays (à Marseille, Nantes, en Occitanie...), veut changer les représentations liées au troisième âge. Colloques, sondages, publications : il s’agit de faire résonner la voix de ceux qu’on appelle « les vieux ». Et pour cela de faire briller leur créativité que personne ne voit... puisque personne ne la soupçonne.

« *Ce que l’on ignore, tant qu’on ne l’a pas vécu, c’est à quel point le vieillissement est lui-même un processus créatif* », - affirme Philippe Gutton, le président de l’association. Cet ancien médecin de 89 ans est depuis longtemps un grand spécialiste de l’adolescence : en 1985, il fonde l’Unité de recherches sur l’adolescence, à l’université Paris VII-Denis-Diderot. Aujourd’hui, il n’aime rien tant que comparer ces deux périodes si particulières de la vie (1). « *Tant de métamorphoses ont lieu dans le corps, et tant de changements dans le cerveau, lors de la vieillesse comme de l’adolescence ! Dûs, notamment, à un inévitable sentiment de perte. Celle de l’enfance pour l’adolescent. Puis, pour l’individu vieillissant, le sentiment de perdre certaines aptitudes, sa place dans la société, de voir disparaître de nombreux êtres aimés... Tous ces bouleversements engendrent des questionnements existentiels : “À quoi ça sert, la vie ?”. Ils nous poussent à réagir, à nous réinventer. C’est là qu’il faut en appeler à la créativité des uns et des autres. La vieillesse est le moment de faire peau neuve et de tout oser !* »

Après tout, de grands artistes ont montré que cette créativité ne s’essouffait pas forcément avec le temps : Dostoïevski, Victor Hugo, Verdi, Michel-Ange, Picasso ont créé frénétiquement jusqu’au dernier moment. « *Bien sûr, ce potentiel qu’offre le grand âge ne mène pas systématiquement à un grand œuvre*, observe Marion Péruchon, qui, en qualité de psychologue clinicienne (2), a travaillé longtemps dans les services gériatriques de nombreuses institutions de soin. *Mais déjà faut-il le reconnaître, lui donner une chance de s’exprimer. Les découvertes récentes sur la plasticité du cerveau montrent bien à quel point les neurones continuent à se développer jusqu’à l’orée de la mort, pourvu que des activités suscitant plaisir et estime de soi stimulent cette neurogenèse. Pour cela, rien de tel que les pratiques artistiques et culturelles.* »

Lorsqu'il est entré pour la première fois dans un service gériatrique, il y a douze ans, le metteur en scène Rodolphe Corrion dit avoir été si choqué à la vue des corps dégradés, des regards fixes, qu'il s'est effondré : « *J'ai pleuré ce jour-là. Mais plus jamais ensuite.* » Depuis, il s'est rendu chaque semaine au centre de gérontologie Henry-Dunant, à Paris, pour des ateliers d'improvisation théâtrale. « *Parce que ces corps-là sont emplis d'une liberté inimaginable, d'une désinhibition que l'on ne trouve nulle part ailleurs. Ils nous apprennent ce que c'est qu'être vivant.* »

Sentiment de colère face à l'injustice, de grâce au contact de la beauté, réaction d'effroi face à la cruauté... Toutes ces sensations, Rodolphe Corrion est parvenu à les (ré)susciter, en créant avec « ses » résidents de petits sketches articulés - autour d'extraits d'Aristophane, d'Euripide, de Molière ou Baudelaire. Surtout, il est allé jusqu'à concevoir, pour et avec eux, une comédie musicale, *Ma vie d'opéra*. La première partie, en novembre 2018, fit monter sur scène quatre-vingts résidents, face à quelque cinq cents spectateurs, au Centre des congrès de la Villette, à Paris. La seconde partie aurait dû avoir lieu en décembre prochain dans l'amphithéâtre du musée du Quai Branly, s'il n'y avait eu la pandémie.

« *L'activité artistique a été brisée net pendant le confinement, et n'a repris que très difficilement* », constate Dominique Spiess, la fondatrice de Culture & Hôpital. Depuis sa création en 2003, cette association fait entrer dans les institutions gériatriques des créateurs en résidence. Danseurs, plasticiens, musiciens virtuoses, chanteurs lyriques, écrivains... : ils favorisent l'expression de soi et redonnent saveur à la vie des participants, à l'occasion d'ateliers de peinture, de musique ou d'écriture autobiographique. « *Au départ, cela semblait une ineptie. Des artistes dans les services de gériatrie ? Autant dire des ovnis. Mais aujourd'hui, c'est gagné. La bascule s'est opérée. Les empêchements dûs au confinement n'ont fait que le confirmer : on a vu certains mourir, non pas du Covid, mais de tristesse et de solitude, privés de toute cette vie de l'esprit.* »

Grâce aux outils numériques, des centaines d'entre eux, résidant dans des institutions partenaires de Culture & Hôpital, auront quand même eu la chance de pouvoir chanter ensemble, malgré le confinement : des chorales interétablissements ont été mises en place en visio, leur donnant un sentiment d'appartenance jamais éprouvé. « *C'était comme si la France s'était donné rendez-vous pour chanter la vie !*, témoigne Dominique Spiess. *Cette effervescence, ce foisonnement, cette euphorie, on ne les avait encore jamais vus.* » Mais combien d'autres seniors, même parmi ceux qui ont gardé leur domicile, vivent reclus à l'intérieur d'eux-mêmes, sans parvenir à exister ?

« *Rien n'est fait dans notre société pour les y aider. Au contraire : tout les invite à se déprécier* », remarque Marie de Hennezel, auteure de *La Mort intime*, qui fut la psychologue de la première unité de soins palliatifs ouverte en France, en 1987, à l'Institut Montsouris. Depuis des années, elle anime des ateliers de haïkus, ces petits poèmes d'origine japonaise destinés à célébrer l'évanescence de la vie, dans le réseau de résidences pour seniors Domitys. Et elle le constate à chaque fois : « *Le vivier d'images, de souvenirs et d'émotions qu'il y a en chacun, et cette jeunesse qui l'habite encore sont confondants. C'est un trésor ! Il faut à tout prix l'excaver.* » Le trésor de Jacqueline Le Nedic, par exemple : à 83 ans, elle se dit encore à ce point « *dopée par la vie* » qu'outre les haïkus avec Marie de Hennezel, elle participe à des ateliers de clown, apprend le chinois, et envisage de monter la comédie musicale *Starmania* avec ses amis. Ou celui d'Annie Richard, ancienne professeure de lettres et poétesse de 78 ans, qui vit à Paris avec son mari, malade d'alzheimer et, en plus de courir les théâtres et les musées d'avant-garde — « *puisque seuls les artistes se posent des questions sur l'existence qui sont aussi les nôtres* » —, continue d'envoyer régulièrement des manuscrits aux éditeurs. Ou celui de Claude Caillart, 85 ans, brestois d'origine et ancien officier de marine, qui dans le cadre d'Old'up, a créé il y a trois ans un atelier d'écriture à l'attention de gens de son âge, pour apprendre ensemble à « *mettre en couleur les souvenirs* ». Ces pratiques culturelles et artistiques, si modestes soient-elles, « *permettent d'entretenir une image de soi suffisamment bonne, et ainsi de vieillir sereinement* », conclut le sociologue Michel Billé (3). Car vieillir est un art •

(1) *Adolescents et vieux, deux âges de la liberté*, de Philippe Gutton, éd. In Press.

(2) *Création tardive*, de Marion Péruchon, éd. In Press.

(3) *La Tyrannie du bien-vieillir*, de Michel Billé, éd. Érès.

À lire

L'Aventure au coin de la ride,

de Danielle Rapoport, éd. Érès.

Ces rencontres qui éclairent nos vies, de Marie-Françoise Fuchs, éd. In Press.

Par Lorraine Rossignol Photo Olivier Metzger pour Télérama