

Marie de Hennezel

La chaleur du cœur empêche nos corps de rouiller

Vieillir sans être vieux

Editions Robert Laffont

La culture occidentale scientifique et matérialiste, procède par séparation des domaines de la connaissance en particulier le corps et l'esprit ; nous tentons dans ce journal de remédier à ce clivage par l'idée d'intégration. Mais cette culture dominante procède aussi par déni et exclusion de tout ce qui dérange ses certitudes, en particulier tout ce qui pourrait lui faire peur ou la mettre en échec ; il s'agit, en autres, de la vieillesse et de la mort. Elle réagit un peu comme le père du Boudha, ce monarque, qui pour protéger son fils de toute interférence négative à son éducation, l'enferma dans son palais pour le prémunir de la vision des trois fléaux de la vie humaine : la maladie, la vieillesse et la mort. Jusqu'au jour où celui-ci, réussissant à sortir de son palais, les découvrit et décida alors de partir sur le champ pour s'exposer à la réalité de la vie, afin de trouver la sagesse.

C'est ce que fait Marie de Hennezel, d'une certaine manière. Depuis qu'elle écrit, elle essaie de nous sortir de nos œillères culturelles pour nous aider à mieux voir et rencontrer nos deux principaux dénis : la mort et la vieillesse. D'abord la mort : elle a publié une dizaine d'ouvrages sur le sujet, pour populariser l'accompagnement à la mort et les soins palliatifs dans la lignée d'Elizabeth Kübler Ross (entre autres : *L'Amour ultime : l'accompagnement des mourants* – livre de poche, *La mort intime : ceux qui vont mourir nous apprennent à vivre* – Pocket). Aujourd'hui, elle s'attaque au 2^e grand sujet tabou : la vieillesse. Elle commence par nous dresser un tableau sans concession des conséquences du déni et ses réalités affreuses : l'enfermement de nos vieux dans des maisons de retraite, bien à l'écart, sorte de "mouroirs", où c'est souvent la maltraitance qui prévaut – la sonnette d'alarme a été récemment tirée par les pouvoirs publics. C'est aussi le suicide des personnes âgées, où la France détient, encore une fois, un triste record du monde. Il y a aussi la mala-

die d'Alzheimer avec ses 850 000 personnes atteintes et ses 150 000 cas nouveaux par an. On s'attend à un véritable "tsunami de ces pathologies" dans les années qui viennent. Il y a enfin la vieillesse de ces privilégiés fortunés qui ne veulent pas voir leur corps vieillir et vivent sous prothèses, avec les gènes de la longévité trafiqués, des puces sous la peau pour prévenir de toute anomalie cardiaque, les tissus et les organes reconstitués à coup de cellules d'embryons souches, etc... (ainsi les décrit Joël de Rosnay dans son livre *Une vie en plus*).



Le travail original de Marie de Hennezel est de nous montrer comment, à l'aide d'exemples, on peut vieillir d'une autre manière, c'est-à-dire heureux ; comment des personnes âgées réussissent à bien vieillir, à être des vieillards remarquables, en développant les qualités de la vieillesse qui sont les qualités humaines les plus précieuses : la sagesse et le cœur. Elle nous parle aussi de cet enjeu majeur et nécessaire de la solidarité autour de la vieillesse : solidarité entre les générations et solidarité entre les personnes âgées elles-mêmes. Elle nous décrit de nouveaux lieux de vie qui se mettent en place avec un personnel bien formé, où c'est "l'humanité" qui domine. Marie de Hennezel termine par le souhait qu'il appartient à sa génération, "les baby boomers", née après la guerre et qui va rentrer en masse dans l'âge de la vieillesse, d'inventer justement cette nouvelle manière de vieillir heureux de manière intégrative, c'est-à-dire cette chance de pouvoir intégrer aux progrès de la médecine et de l'hygiène de vie, les qualités essentielles de l'âme humaine (l'amour, l'altruisme, la connaissance spirituelle et la joie inconditionnelle d'être). Un beau livre à méditer ; d'ailleurs, elle prône la méditation comme une activité nécessaire à la maturité du vieillissement.

■ ALAIN GOURHANT

Le rugissement du tigre face au cancer

Jean-Paul Dutrey

Ed F.-X. de Guibert

Ce livre est un témoignage de guérison. L'auteur a conçu cet ouvrage comme un "pont médical et psychologique" entre l'orient et l'occident. Atteint à l'âge de 57 ans d'un cancer du rectum, il nous livre son histoire de santé retrouvée grâce à l'association de la médecine traditionnelle et de la chirurgie moderne. Il nous fait découvrir la Voie du Zen, de l'Arbre et du Qi Gong, art d'être dans la santé.

