

« Le corps vieux est vivant : du Soleil Vert à l'EPHAD capacitaire »

Le *Soleil Vert*, film de 1974 signé Richard Fleisher montrait le héros (Charlton Heston) découvrant que les personnes âgées étaient euthanasiées face à une nature virtuelle et que leur corps était ensuite recyclé en nourriture. Les interrogations qu'il suscite est à l'origine de toutes les recherches dont il est question dans cet exposé. Ces études défendent deux thèses : l'idée que la personne malade est toujours une personne vivanteⁱ et par conséquent l'importance de proposer à ce « corps capacitaire » des activités visant à solliciter les ressources internes.

Le corps âgé est toujours un corps vivant et il est de notre responsabilité de proposer des activités pour le « **bien-vieillir** ». Jane Fonda dans les années 1970, à travers des exercices à faire chez-soi, avait mis en valeur cette idée « **d'auto-santé** », d'accompagnement du corps à travers les ans. C'est de notre responsabilité de proposer ces micro-solutions. Actuellement, le *slow-sport* qui comprend notamment la marche nordique et le long-côte sont considérés comme des activités contribuant au « bien-vieillir ». Les notions de performance et de compétitivité en sont absentes, le pratiquant adaptant son rythme à ses possibilités. Certains EPHAD ont déjà introduit ces activités car elles permettent d'entretenir le cœur et travaille l'équilibre de la personne âgée. Mentionnons aussi que certains pays, tel que le Brésil, sont très en avance dans le développement de toutes ces activités, car leur culte du corps y est poussé à l'extrême.

Au-delà de ces exercices d'entretien du corps, il faut s'intéresser au vécu de la personne âgée et particulièrement à la façon dont elle perçoit son corps, dont elle le vitⁱⁱ. En effet, dans une maladie dégénérative, le patient est confronté à l'évolution par dégénérescence physique (sclérose en plaque), ou intellectuelle et perceptive (Alzheimer). William Utermohlen en peinture et Michel Malherbeⁱⁱⁱ en littérature ont exprimé, en tant que malades, cette évolution de la perception du corps. Il faut donner paroles au corps à travers différents types d'expression : dessin, expression orale ou écrite, danse, musique... N'oublions pas que la référence actuelle est le corps jeune et beau. L'invisibilité sociale des personnes « différentes » est la conséquence de cette standardisation.

Laissons-nous interpeller par la différence entre le corps vivant et le corps vécu pour aborder la notion de « **corps capacitaire** ». Il existe une potentialité non actualisée que l'on pourrait stimuler afin de « capaciter » la personne. Cependant le corps capacitaire est lié à sa situation, car il peut exister une incapacité de situation qui est différente de l'incapacité ontologique. Pour faciliter cette stimulation des ressources du corps de la personne âgée, le gouvernement a mis en place la Stratégie Nationale Sport Santé 2019-2022 qui vise à créer 400 maisons sport-santé d'ici la fin de la mandature.

Que peut-on donc solliciter chez les personnes âgées ? Tout repose sur la conscience que le sujet a de son corps vécu. Cela pose en premier la question de la **désincarnation**. Suite à des lésions, le sujet peut ne plus avoir de contact avec son corps vivant. Cela se retrouve chez les jeunes de 15 à 25 ans qui ont du mal à se définir et préfèrent une identité virtuelle. Il convient donc, pour proposer les activités adaptées, d'évaluer cette conscience du corps vivant à travers la stimulation des émotions, de la mémoire, l'observation des mouvements involontaires et la sollicitation de l'imaginaire.

Dans un second temps, pour les patients ayant eu un AVC notamment, cela interroge sur le concept d'**impropriété** : la difficulté d'avoir conscience de son propre corps. Il y a une différence entre la psychomotricité du malade et la conscience de ce qu'il est capable de faire. On fait appel alors à l'**émersiologie**, la science qui étudie la langue du corps, chaque être humain ayant un langage propre. F. Zorn dans *Mars*, a une vision psychosomatique de sa maladie, vision qui conduit à la résilience. Alors que J.D. Bauby, dans *Le scaphandre et le papillon* témoigne de la dépossession, de la perte de la maîtrise de soi et aussi de l'apparition d'un mouvement invasif. D'autres malades s'approprient la médecine, ou se situent dans une problématique de reconnaissance, de compassion, de solidarité. On pourrait établir une échelle, un malade pouvant gravir tous les échelons. Mais ce qui est important, c'est de provoquer et de situer le discours du malade.

Pour conclure, parlons de l'**incapacitaire** et de l'**invivable**. Pour voir si le vivant ne peut plus être capacitaire, il faut se placer dans le milieu, dans la situation. Il s'agit d'une analyse au cas par cas pour établir une cartographie complexe de la personne et bien appréhender la différence entre capacitaire et **capacitisme**. L'acharnement d'autonomie, l'acharnement thérapeutique sont à avoir à l'esprit car nous sommes à une époque de grands progrès techniques (pile cardiaque, prothèse, exosquelette) qui augmentent certaines capacités. Alors, la santé posée en normativité ? Canguilhem^{iv} écrit « Aucun milieu n'est normal, il est ce qu'il peut être ». Il explique aussi que si être malade c'est ne pas supporter de le devenir, devenir malade c'est faire « un effort pour instaurer un nouvel ordre dans son débat avec le milieu ».

Remarque issue du débat final. Il conviendrait de mener une réflexion sur « apprendre de son corps ». Il y a actuellement une perte de contact du vivant à travers la perte du toucher et de l'intériorité. Les élèves du cirque sont à l'écoute de leur corps afin d'en tirer le meilleur parti et Saint Augustin, Montaigne, Rabelais donnaient une grande importance à l'observation de l'intériorité durant la phase d'apprentissage avec notamment la tenue d'un journal quotidien. Il conviendrait de suivre leurs exemples pour mieux se connaître.

ⁱ Paul Ricoeur- *Vivant jusqu'à la mort*

ⁱⁱ Pierre Ancet- *Le corps vécu*

ⁱⁱⁱ Michel Malherbe- *La vie, la mort, la reconnaissance*

^{iv} Canguilhem- tome 4 *Résistance, philosophie biologique et histoire des sciences 1940-1965* des *Œuvres complètes* chez Vrin en 2015