

Journal de l'Atelier  
SVT-Philosophie  
du  
Lycée Henri IV

Année 2011-2012

Le sommeil et les rêves  
Le vieillissement



## Présentation de l'Atelier 2011-2012

L'atelier SVT-Philosophie du lycée Henri IV a poursuivi ses activités, cette fois autour de 2 thèmes choisis par ses participants: « le sommeil et les rêves » d'une part, et « le vieillissement » pour un autre groupe d'élèves. Vous trouverez donc dans ce journal des articles relevant de l'un ou l'autre de ces 2 thèmes.

La base du fonctionnement de l'atelier est restée la même : il accueille les élèves qui le souhaitent, de la seconde aux terminales littéraire et scientifique, voire aux classes préparatoires, pour une à deux heure(s) de réflexion et de discussion autour d'une tasse de thé et d'un double regard philosophique et scientifique autour des thèmes choisis. Nous avons aussi eu l'occasion, grâce à l'INSERM, que nous remercions ici, d'inviter une chercheuse, Isabelle Arnulf, pour une soirée passionnante sur la neurologie des rêves (voir compte-rendu par Ivan Glita dans ce journal).

Au cours de l'année nous avons étudié divers textes, certains proposés par les élèves, d'autres par les professeurs animateurs de l'atelier, Isabelle Patriarche et Agnès Crétual-Meyer : un texte d'Etienne Klein (*Temps et vieillissement*), un extrait de *l'Introduction à la psychanalyse* de S.Freud, un texte des *Essais* de Montaigne sur *l'âge*, puis de Simone de Beauvoir sur le vieillissement, un extrait du *Léviathan* de Hobbes, puis du livre IX de *la République* de Platon. Nous avons aussi étudié de nombreux articles scientifiques depuis ceux du n°406 de *La Recherche* de Mars 2007, *A quoi sert de vieillir ?* aux numéros 327 (Décembre 2011) et 329 (Février 2012) du magazine *Biofutur* sur le vieillissement, en passant par le *Science et Vie Junior* d'Août 2011 sur les rêves lucides et des extraits du *Monde du sommeil* de Peretz Lavie, un chercheur spécialiste du sommeil et des rythmes biologiques; nous avons aussi étudié *Le chien andalou* de Luis Bunuel et Salvador Dali. Vous trouverez dans ce journal divers articles liés à ces activités de l'atelier, et à diverses réflexions de leurs participants.

Ces thèmes ont été passionnants et nous n'avons clairement pas fini d'en faire le tour. Le thème du vieillissement connaît actuellement un regain d'intérêt de la part des scientifiques (d'où les 2 numéros de *Biofutur* sur ce thème en l'espace de 2 mois), et en effet les avancées sont nombreuses dans ce domaine : on découvre par exemple que certaines protéines impliquées dans la sénescence cellulaire (p16INKa et p53 notamment) sont aussi ... des supprimeurs de tumeurs ! Le processus de vieillissement semble donc un mécanisme anticancer, chez l'adulte jeune (voir l'article *Vieillir ou laisser mourir* in *La Recherche* Mars 2007). Comprendre les mécanismes de la sénescence ne peut qu'aider à comprendre les mécanismes de différenciation et dédifférenciation cellulaire, les mécanismes de cancérisation. En Novembre 2011, la revue *Genes & development* publiait les résultats de l'équipe Avenir Inserm de Jean-Marc Lemaître de Montpellier qui a réussi à ramener à un stade « embryonnaire » des cellules sénescents prélevées sur des sujets de 74 à 100 ans, à l'aide d'un cocktail de 6 facteurs génétiques. Peut-être est-on en passe d'élucider les mécanismes de la *progeria* (maladie génétique se manifestant par un vieillissement très précoce).

Il y a là de multiples sources de lecture et d'intérêt, autour des travaux de recherche dont il sera passionnant de suivre l'évolution dans les années à venir, et des réflexions éthiques à prévoir sur ce que la société s'autorisera à faire des découvertes à venir. Sur un mode plus ludique, puisque les vacances s'annoncent, vous pouvez, autour de nos 2 thèmes lire les romans *La nuit sans sommeil* de Thierry Serfaty (des psychiatres hypnologues manipulent le sommeil et les rêves de leurs patients... dans quel but ?), *La maison du sommeil* de Jonathan Coe (où là aussi il est question des recherches d'un savant fou), *Le château des songes* de Michel Jouvét (neurologue qui a surtout écrit de nombreux ouvrages scientifiques sur le sommeil et les rêves)... Cette liste n'est pas exhaustive ! Vous pouvez aussi voir ou revoir certains des films proposés par Zacharie dans son article.

Peut-être profiterez-vous également des vacances pour attraper et noter vos rêves : les « attrapeurs de rêves » des Indiens Cris de la baie James, au Canada, étaient composés d'un cerceau de bois d'environ 10 cm de diamètre recouvert d'un filet disposé en toile d'araignée, cerceau auquel étaient attachées des plumes. Surtout destinés aux bébés, on les accrochait dans les cabanes pour attirer et attraper les rêves, bons ou mauvais. Les mauvais rêves étaient attrapés dans la toile et y étaient retenus jusqu'aux premières lueurs du jour qui les brûlaient. Les bons rêves, connaissant le chemin, passaient par l'ouverture du filet, se glissaient dans les plumes et y restaient jusqu'à une autre nuit pour être rêvés à nouveau.

Agnès Crétual-Meyer, Professeur de SVT

## Compte rendu de la conférence d'Isabelle Arnulf sur la neurologie des rêves



Lundi 19 mars 2012, dans le cadre de nos travaux sur le rêve, nous avons reçu le professeur Isabelle Arnulf, neurologue à l'Unité des pathologies du sommeil de l'hôpital de la Pitié-Salpêtrière (Centre de référence national pour l'étude des narcolepsies, hypersomnies et le syndrome de Kleine-Levin). Après un aperçu historique de l'évolution de l'interprétation du rêve, des temples de l'Antiquité à la découverte des mouvements oculaires rapides (MOR) du sommeil paradoxal, se pose la question d'une étude scientifique et objective du rêve menée en influençant le moins possible le patient rapportant ses rêves.

Pour cela, la méthode privilégiée pour recueillir les récits de rêves reste celle du cahier. Les informations du rêve ainsi récupérées sont ensuite stockées dans des banques en ligne (comme dreambank.net), qui doivent être les plus fournies possibles pour procéder à de véritables études statistiques, se basant sur des critères variés, comme par exemple une échelle de bizarrerie, utilisée dans le but de dénombrer la quantité d'éléments de la vie courante. De même l'échelle de Hall et Van de Castle, basée sur des éléments du rêve, permet d'observer par exemple des normes pour les hommes et les femmes : 58% des femmes rêvent de lieux familiers, contre 45% des hommes. Mais ces études statistiques témoignent moins de différences liées au sexe qu'au contexte culturel : les hommes de tribus australiennes sont 92% à rêver d'agressions alors que seuls 29% des suisses évoquent cette catégorie de rêve. D'autres études se concentrent sur la recherche de rêves typiques, et contredisent l'idée commune de nombreux rêves éloignés de l'ordinaire : 90% des rêves proviennent du quotidien, et une quantité très faible (2% pour les hommes et 0,4% pour les femmes) ont trait à la sexualité. On peut ainsi également mettre en évidence les éléments influençant la nature du rêve, et notamment la prise de médicaments : les  $\beta$ -bloquants par exemple agissent sur le caractère marquant du rêve, ainsi que sur la présence plus importante de cauchemars même si leur mode d'action n'est pas forcément bien connu.

Pour ce qui est de l'incorporation des stimuli, les résultats sont plus variés : en plaçant des objets dans le champ visuel de dormeurs dont les yeux avaient été maintenus ouverts, Rechstchaffen et Foulkes ont montré que ceux-ci n'avaient aucune influence sur les rêves de sommeil paradoxal des sujets. Pour ce qui est des stimuli plus actifs (jet d'eau froide, lampe clignotante...) on observe parfois jusqu'à plus de 40% d'incorporation dans le rêve (respectivement averse, ou étoiles filantes). C'est grâce à ces expériences qu'on a pu découvrir que la temporalité est globalement respectée dans le rêve. Au contraire les stimuli internes (soif, excitation suite au visionnage de films pornographiques) n'ont aucune incidence. En ce qui concerne les éléments de la journée précédente, on en retrouve effectivement des aspects dans le rêve, mais très peu de scènes exactes, alors que l'apprentissage de phrases (volontairement absurdes sémantiquement pour le besoin de l'expérience) avant le sommeil a montré que des éléments de ces dernières se retrouvent dans 86% des rêves qui suivent. Au milieu de ces expériences portant sur l'influence de stimuli sur le rêveur, le rêveur lucide demande une attention particulière : les expériences sur ces sujets visent à établir une communication avec l'extérieur par l'intermédiaire des MOR, dont la réussite renforce encore la théorie proposée précédemment d'une temporalité respectée dans le rêve. On a

également voulu établir les situations de rêves de personnes handicapées, pour observer l'incorporation du handicap à l'intérieur de ceux-ci : on remarque alors que les aveugles qui le sont devenus après l'âge de 4 ans rêvent en images, de même 93% des paraplégiques marchent en rêve. Ce dernier constat s'explique certainement par l'intervention des neurones miroirs\*. Mais des études statistiques ne suffisent pas et il faut donc identifier les zones cérébrales fonctionnant durant le sommeil paradoxal, et pour cela il n'y a d'autre moyen que l'IRM : celle-ci révèle l'activation des aires visuelles secondaires (d'où des images, mais distinctes de ce que pourraient voir les yeux du patient), et des amygdales (à la base de l'encéphale) responsables des émotions. Par contre on n'observe que peu d'activité au niveau des cortex préfrontaux et pariétaux : cela explique l'incapacité à utiliser des fonctions cognitives complexes (lecture, calcul...).

Malgré ces corrélats cérébraux bien définis, de nombreuses maladies du sommeil font intervenir le rêve. La narcolepsie est une maladie touchant principalement les jeunes qui tombent alors brutalement en état de sommeil paradoxal, avec de très nombreux rêves complexes accompagnés dans presque la moitié des cas d'une paralysie musculaire (rappelant le petit démon oppressant du *Cauchemar* de Füssli). Au contraire de cette atonie musculaire en sommeil paradoxal, les somnanbules n'ont que peu de souvenirs de leurs rêves, les vagues témoignages obtenus rapportant surtout des terreurs nocturnes. D'autres patients plus âgés sont sujets à des troubles comportementaux du sommeil paradoxal : les patients s'agitent, faisant exactement les gestes de leurs rêves, beaucoup reproduisant des conduites apprises (leur métier notamment), ou effectuant des cauchemars (agressions par des animaux...).

Grâce à l'ensemble de ces techniques, il est donc possible de décrire de plus en plus précisément les mécanismes impliqués dans la formation du rêve, ainsi que les principales formes que ce dernier prend, en fonction des différentes cultures. De la même façon on a pu identifier les corrélats cérébraux liés à l'activité onirique, ainsi qu'analyser certaines pathologies du sommeil. La question de l'interprétation du rêve, dans un domaine bien éloigné de la vision scientifique, ne peut ainsi plus être discutée, mais celle de son utilité pour l'organisme, qu'on pense notamment liée à l'apprentissage, reste encore en partie mystérieuse.

Ivan Glita, TS2

\* Les neurones miroirs désignent une catégorie de neurones du cerveau qui présentent une activité aussi bien lorsqu'un individu (humain ou animal) exécute une action que lorsqu'il observe un autre individu (en particulier de son espèce) exécuter la même action, ou même lorsqu'il imagine une telle action, d'où le terme miroir. (...)

En neurosciences cognitives, les neurones miroirs joueraient un rôle dans la cognition sociale, notamment dans l'apprentissage par imitation, mais aussi dans les processus affectifs, tels que l'empathie. (...)

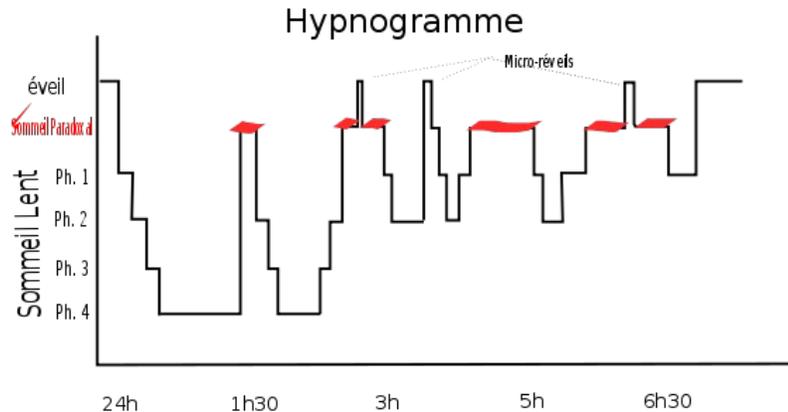
Les neurones miroirs sont considérés comme une découverte majeure en neurosciences. Si, pour certains chercheurs, ils constituent un élément central de la cognition sociale (depuis le langage jusqu'à l'art, en passant par les émotions et la compréhension d'autrui), pour d'autres, ces conclusions restent très hypothétiques quant au rôle de ces neurones dans ces processus psychologiques. (*Wikipedia, article "Neurones-miroirs"*)

## Quelques pistes sur le sommeil et les fonctions du rêve

« Le sommeil est une perte naturelle réversible et plus ou moins complète des rapports sensitivo-moteurs de l'animal avec l'extérieur » : voici une définition du sommeil que propose Jean-Didier Vincent, neurobiologiste, tout en soulignant les limites de cette définition; la perte « naturelle et réversible » différencie le sommeil du coma et de la mort. La perte « plus ou moins complète » signifie que le sommeil a une profondeur variable que l'on mesure par des stades quantitatifs et qualitatifs. La « perte des rapports sensitivo-moteurs avec l'extérieur » veut dire que l'animal ou l'homme se désintéresse de ce qui l'entoure (le réel ?) pour s'intéresser à autre chose (le rêve ?). Dire que le sommeil est le négatif de l'éveil serait négliger l'intense activité cérébrale qui survient pendant le sommeil, par phases, chez le dormeur... notamment pendant les phases de sommeil paradoxal, lié aux rêves. Considérer qu'il s'agit non d'un état homogène mais de la juxtaposition discontinue de 2 états, sommeil lent et paradoxal, ne tient pas compte du caractère progressif et oscillant du passage d'un état à l'autre. Toutes ces réserves ont pour but de faire comprendre que la phénoménologie et la connaissance des mécanismes du sommeil restent incomplètes et ses fonctions seulement partiellement connues... Mais qu'en est-il du rêve et de ses fonctions ?

Nous rêvons pendant les phases de sommeil paradoxal, phases d'une durée de quelques minutes, toutes les 90 minutes (moyenne d'un cycle de sommeil, voir l'hypnogramme ci-dessous). Au cours de ce type de sommeil, l'activité cérébrale est intense, le corps en état de relâchement quasi total (atonie musculaire) et on observe des mouvements oculaires rapides (= MOR ou REM, Rapid Eye Movement). Nos rêves occupent donc une à deux heures de notre sommeil chaque nuit, pourtant au réveil, rares sont ceux qui sont capables de se souvenir de l'intégralité de leurs rêves, voire même de quelques uns d'entre eux (lire le compte-rendu de la conférence d'Isabelle Arnulf).

## Déroulement temporel d'une nuit de sommeil (hypnogramme)



Depuis les années 1960, on comprend un peu mieux *comment* se produisent les rêves, grâce à l'activation de neurones SP-on (SP pour Sommeil Paradoxal) dans diverses zones du cerveau. La question se pose également de savoir *pourquoi* on rêve. Saisir les rôles et l'utilité des rêves nous permettrait peut-être d'envisager une exploitation pratique de nos rêves. Nous passons près d'un tiers de notre vie à dormir: est-il possible d'optimiser ce temps qui nous échappe ?

Certaines recherches actuelles visent donc à déterminer les fonctions du rêve, mais les thèses sont si nombreuses que Dr Michel Jouvet, neurobiologiste inventeur en 1961 du concept de sommeil paradoxal, en vient à écrire: « Il existe sans doute autant de théories concernant les fonctions du rêve qu'il y a de chercheurs dans ce domaine » (*Le sommeil et le rêve*, 1992). Toutefois, on dénombre trois thèses majeures. Tentons de les présenter simplement.

Pour certains, le rêve semblerait être un « gestionnaire » de notre cerveau. En effet, le sommeil paradoxal place notre corps dans une quasi paralysie et notre cerveau s'isole, se coupe des informations sensorielles provenant du milieu environnant ; il devient un système pratiquement clos qui « fait le point » sur la journée écoulée et son lot d'expériences et choisit les informations à mémoriser et celles à oublier. C'est pendant nos rêves que les informations sont véritablement traitées par notre cerveau, qui apparaît ainsi comme « restauré » chaque matin, ce qui semble nécessaire à notre équilibre.

Pour d'autres, le rêve serait une porte ouverte sur l'inconscient : il ne connaît pas de limite, il est l'expression de désirs inconscients, selon Freud (*De l'interprétation des rêves*, publié en 1900). Nous avons étudié au cours d'une des séances de l'atelier le texte d'une interprétation de rêve par Freud, extrait de *L'introduction à la psychanalyse* (1916). Exprimer et interpréter ses rêves révèlent à un individu certains aspects cachés de sa personnalité, ce qui peut lui permettre de mieux se comprendre et de mieux comprendre ses rapports à autrui. Le rêve en lui-même permet aussi de percevoir notre quotidien sous un angle différent, c'est pourquoi certains peuvent y trouver des réponses à des questions apparemment insolubles à l'état de veille ou même produire des œuvres en rêvant. Ainsi, c'est d'abord en rêve que Paul McCartney composa *Yesterday* et que Friedrich Kékulé découvrit la structure de la molécule de benzène. Toutefois, il existe aussi des cauchemars qui sont franchement désagréables pour celui qui les subit.

Ces rêves terrifiants nous amènent donc à la dernière thèse, qui stipule qu'une partie de notre comportement est sous dépendance de notre matériel génétique, et que le rêve peut nous permettre d'améliorer certaines de nos capacités. Chaque individu est unique, de par son matériel génétique et les rêves qu'il produit. Les sciences cognitives ont montré que penser un acte déclenche les mêmes réactions cérébrales et dure le même temps qu'exécuter cet acte. Lorsque l'on fait un cauchemar, notre cerveau nous place en situation de crise fictive et nous prépare à faire face à ces crises dans la vie réelle. Par exemple, je rêve que je suis poursuivie par un tueur fou dans la forêt. Après ce cauchemar, je serai d'abord plus prudente si je m'aventure en forêt et si par malheur un tueur fou vient à me poursuivre, je serai mieux préparée à fuir car j'aurai déjà connu cette expérience, en rêve. Cet instinct de survie met donc en place des réflexes utiles avant même qu'ils soient nécessairement requis. Cette thèse est la plus discutée car elle pose le problème du déterminisme comportemental : en quoi notre comportement dépend-il de nos gènes, de notre ADN ?

En définitive, les rêves ont certainement de multiples fonctions. Certains nous permettent de satisfaire des désirs inconscients, d'autres nous aident à mieux nous comprendre et nous permettent d'une certaine façon d'affronter la vie de tous les jours. Ils sont peut-être ce qui nous permet d'être unique, puisqu'ils évoluent aussi en fonction de nos expériences. Comprendre ses rêves est un objectif dans divers domaines : la psychanalyse s'attache à

leur interprétation, les rêveurs lucides (voir l'article du journal sur ce thème) tentent de les contrôler. Les passionnés tiennent des cahiers dans lesquels ils rapportent et classent leurs rêves (activité à laquelle se livre Michel Jouvét depuis son adolescence). Divers scientifiques et certains médecins spécialistes des troubles du sommeil les étudient (voir le compte-rendu sur la conférence d'Isabelle Arnulf). Ainsi, la recherche dans le domaine onirique semble prometteuse...

Pauline Ham, TS2

**Bibliographie :** *Le Sommeil et le rêve* de Michel Jouvét (Odile Jacob, 1992) ; *Le Cerveau Rêvant* de John Allan Hobson, neuropsychiatre américain (Titre original: *Dreaming Brain* paru en 1989 et traduit en 1992)

## Les rêves lucides

Savez-vous qu'environ 10 % des habitants de notre planète ont déjà réussi, au moins une fois durant leur sommeil, à orienter le scénario de leur rêve ? Ils forment ensemble ceux que l'on appelle souvent les « rêveurs lucides » dans le milieu de la recherche, et qu'une branche des neurosciences, spécialisée dans le rêve, étudie depuis peu. Elle tente ainsi de comprendre clairement ce qu'est un rêve lucide, et comment un individu peut devenir rêveur lucide.

Certaines personnes sont capables, alors qu'elles sont profondément endormies, de réussir soudain à contrôler leur rêve et de modifier à leur guise les événements qui s'y déroulent. Cette définition illustre bien le paradoxe que l'on retrouve dans le nom de ce phénomène, le « rêve lucide ». Ainsi, lorsque nous dormons, il semble impossible de penser que nous pouvons faire preuve d'une volonté consciente, et donc de lucidité, et que nous savons quand et comment modifier nos rêves, tandis que ces derniers, qui se déroulent forcément durant le sommeil, ne paraissent pas alors devoir mériter le qualificatif de « lucides ». Et pourtant il est possible de réorienter totalement les actions en cours dans le rêve ! L'un des tout premiers chercheurs à en avoir parlé et à l'avoir étudié est le scientifique Stephen LaBerge, dans les années 1980. Ce neurophysiologiste affirme ainsi avoir réussi à contrôler ses rêves depuis l'âge de huit ans : il a réalisé durant son sommeil qu'il était en train de rêver, et que tout ce qu'il voyait n'était qu'une histoire inventée par son cerveau. Il pouvait alors décider qu'il était en son pouvoir de voler, de respirer sous l'eau... Plus tard, il tenta de prouver à toute la communauté scientifique que le rêve lucide existe bel et bien, notamment grâce à des enregistrements de personnes endormies, réalisés par EEG (ElectroEncéphaloGramme). Ces derniers montrent qu'il y a en effet un état de la conscience différent du rêve et de l'éveil, pendant lequel de nombreuses aires du cerveau sont relativement inactives, comme pendant le rêve, tandis que certaines zones du cortex préfrontal s'activent autant qu'à l'éveil.

Il est également possible pour n'importe qui d'apprendre à devenir rêveur lucide. Ainsi, on peut pratiquer la méthode de l'autosuggestion en se répétant toute la journée « Je veux être lucide pendant mon sommeil cette nuit... », ou bien encore en notant ses rêves tous les matins, afin de relever progressivement certaines incohérences typiques de l'univers onirique, et qui dépendent de chaque dormeur (revoir une personne décédée, assister à la disparition ou à la modification de la scène qui se déroule devant nous...). L'une des méthodes les plus employées par les chercheurs du rêve est la confection d'un grigri par le potentiel rêveur lucide. Ce dernier doit ainsi penser très fort à son grigri avant de s'endormir, pour augmenter les chances qu'il apparaisse dans ses rêves. Cela permettrait alors d'agir comme un pense-bête, afin de pousser le rêveur à s'interroger sur le caractère onirique de ce qui se déroule devant lui, et le forcer à comprendre qu'il s'agit bien d'un rêve.

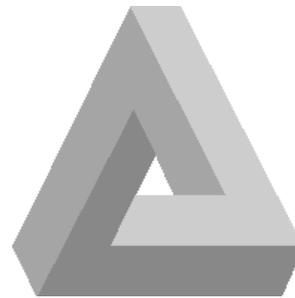
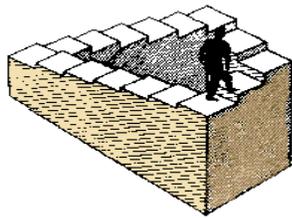
Toutes ces techniques sont étudiées actuellement par des scientifiques spécialistes du sujet, qui cherchent à répondre à plusieurs questions sur le domaine onirique. La principale reste celle portant sur la raison pour laquelle nous rêvons (voir l'article dans le journal sur ce sujet), mais d'autres touchent plus particulièrement le rêve lucide, comme « Peut-on tout faire dans un rêve lucide ? », ou bien « Quelle est l'utilité du rêve lucide ? ». Ainsi, actuellement, les chercheurs estiment que tout est possible dans un rêve, puisque nous n'y sommes limités que par notre propre imagination : nous pouvons aller jusqu'à créer des situations défiant la logique, par exemple un escalier sans fin ou un triangle impossible. Mais la science se heurte toujours au même problème : celui de la mémoire. Les rêveurs lucides travaillant pour des laboratoires ne se souviennent pas à chaque fois de leurs rêves, ou au moins de tous les détails, et les

songes sont d'ailleurs plus souvent « normaux » que « lucides ». Il est donc très difficile de mettre au point certaines expériences, car la situation propice au rêve lucide ne se présente pas souvent. Mais quelques chercheurs souhaitent persévérer, car ils pensent que le rêve lucide présente une véritable utilité. Il pourrait ainsi ouvrir à de nouvelles possibilités de l'esprit humain, comme inventer quelque chose dans ses rêves pour le reproduire ensuite dans la réalité. Le rêve lucide pourrait peut-être même soigner, notamment les personnes souffrant de cauchemars récurrents. Elles seraient dès lors capables de contrôler leurs rêves, et donc de maîtriser leur peur.

Le rêve lucide, bien que semblant un domaine très intéressant, et qui pourra peut-être même trouver des applications dans les nouvelles technologies, comme les jeux vidéo et la création d'une réalité virtuelle, n'en reste pas moins actuellement un domaine difficile d'accès. Il y a en effet une véritable absence de régularité et de précision dans ce type de rêve. En outre, les tentatives de repousser les frontières du réel grâce aux rêves lucides pourraient se solder dans le futur par une instrumentalisation du rêve, voire même une coupure avec le réel lui-même, comme certaines œuvres de science-fiction ont voulu le dénoncer (voir l'article sur ce sujet). Il n'en reste pas moins que l'on peut y trouver de nombreux intérêts et points positifs, comme une possible utilité thérapeutique.

Alice Pernot  
Terminale L/ES

Bibliographie : Dossier « Les rêveurs lucides », *Sciences et Vie Junior*, Août 2011



## Brève histoire du rêve

Le rêve a toujours fasciné l'homme par son inquiétante étrangeté. Ces périples nocturnes ébauchaient déjà leur théorie métaphysique : tandis que le corps épuisé perdait tout contact avec le monde extérieur, l'esprit infatigable voyageait ailleurs. Il fallait donc bien une dualité, entre le corps lié au monde sensible et l'Âme, qui avait accès la nuit aux sphères fantastiques d'un au-delà du visible. Selon J. Lublock, H. Spencer et Malinowski, le rêve était à l'origine de cette théorie encore profondément ancrée dans notre imaginaire, et très importante dans les sociétés dites primitives. En Afrique, le rêve est souvent considéré comme prémonitoire, au point qu'il est entouré de rituels : les rêveurs se rassemblent au matin pour relater leur nuit et, ensemble, ils interprètent les songes pour déterminer, non comme en Occident ce qu'ils veulent dire, mais comment ils invitent à agir. Pour les Amérindiens, le rêve de l'adolescent, à l'occasion de rites et d'épreuves initiatiques, lui permet de découvrir son destin et son identité – l'individu peut ainsi s'affirmer.

Durant l'Antiquité, une très grande attention est portée au rêve qui prend son importance dans la vie de la cité, au point qu'en Égypte, en Grèce et à Rome, l'on bâtit des temples d'incubation où les rêveurs viennent dormir et faire interpréter leurs rêves dans lesquels on cherche l'explication de maladies. Ces pratiques sont ensuite interdites par l'Église, pour laquelle les rêves ont néanmoins une grande importance – dans la Bible, mais aussi les récits de la quête du Graal.

Les autorités catholiques condamnent ensuite l'interprétation des rêves, assimilée à la sorcellerie. Ce qui n'empêche pas les ouvrages d'interprétations, telles les « Clefs des rêves » de se multiplier.

Ce refoulement du rêve ne cesse pas avec les Réformateurs du XVI<sup>e</sup> siècle ni avec la Révolution Française. Sous le Premier Empire, les interdictions religieuses sont maintenues dans le Code Pénal. L'ancien Code Napoléon punit d'amendes et de contraventions toute personne pratiquant l'interprétation des rêves. Le rêve reste donc exclu de toute étude rationnelle.

Malgré ces interdictions, un intérêt scientifique pour le rêve renaît au XIX<sup>e</sup> siècle. L'occultisme et les cercles spirites reviennent à la mode, ou encore l'écriture automatique. Savants, écrivains ou hommes célèbres prennent note de leurs fantaisies nocturnes et en retirent parfois d'étonnantes découvertes : ainsi le chimiste August von Kekule, tentant d'élucider la structure du benzène, rêve d'un serpent se mordant la queue ce qui le conduit à l'idée d'un noyau de carbone cyclique, ou encore Hermann Hilprecht, archéologue, qui découvre en rêve que ce qu'il croyait être deux bagues étaient en réalité deux morceaux d'un cylindre, qui reconstitué présentait des inscriptions en babylonien.

Néanmoins, au début du vingtième siècle, la médecine considère encore le rêve et le sommeil comme un laps de temps perdu, sans aucune utilité, duquel on rêverait de se passer. Ainsi en 1924, le *Larousse Médical Illustré* donne du rêve la définition suivante :

*"Désordre psychique à contenu absurde et sans valeur pratique."*

Il faut attendre les travaux d'un certain Sigmund Freud pour que le rêve soit étudié non plus comme une fantaisie parfois ésotérique, mais comme une porte ouverte sur l'inconscient. Néanmoins, cette étude du rêve concerne les malades mentaux ; elle effraie.

Ce n'est qu'à partir des années 1960, lorsque la physiologie dispose enfin d'instruments adaptés pour étudier le système nerveux central, qu'est découverte une nouvelle fonction neuro-physiologique : le sommeil paradoxal, qu'étudie notamment Michel Jouvet. L'étude du cerveau durant le sommeil met en évidence l'existence de différentes phases : sommeil léger, profond, paradoxal, ce qui bouleverse grandement la conception unitaire du sommeil. Les neurobiologistes tâtonnent encore pour définir la, ou les fonctions du sommeil paradoxal, qui semble absolument nécessaire aux mammifères.

Nous pourrions conclure cette étude non exhaustive de l'histoire du rêve par ce qui est une grande avancée juridique pour les scientifiques comme les psychanalystes : avec la réforme du Code Pénal de 1992, sont dépenalisées l'astrologie, les sciences occultes et l'interprétation des rêves. Après 800 ans d'interdiction, le rêve peut enfin être étudié en toute légalité.

Leïla Bussière, TL1

Bibliographie : Michel Jouvet – *L'histoire naturelle du rêve* ; Dr Jean-Michel Crabbé – site *Faut pas rêver ... !*

## **A partir d'*Un chien andalou***

« Parents, racontez vos rêves à vos enfants ! ». Voilà l'un des slogans des Surréalistes. Il montre à quel point les rêves ont été une source d'inspiration majeure pour les membres de ce mouvement artistique et littéraire. En 1924, André Breton définit la notion de surréalisme dans *Le manifeste du surréalisme* : « Automatisme psychique pur par lequel on se propose d'exprimer, soit verbalement, soit par écrit, soit de toute autre manière, le fonctionnement réel de la pensée. Dictée de la pensée, en l'absence de tout contrôle exercé par la raison, en dehors de toute préoccupation esthétique ou morale. ». Les artistes surréalistes ont appliqué cette définition dans leurs œuvres d'art. Ainsi, ils tentent de se libérer de toute logique ou cohérence : ils privilégient l'inquiétant, l'étrange, le fantastique ou encore le merveilleux. Le rêve est donc un objet de représentation idéal car il est une forme de relâchement : nos représentations dérivent et ne se conforment plus à nos principes logiques, ne se plient pas à notre volonté, contrairement à l'état de veille. Le courant de la psychanalyse a beaucoup influencé ces artistes du rêve.

Durant l'une des séances de l'atelier SVT-philosophie, nous avons regardé le court métrage de Dali et de Buñuel, *Un Chien Andalou*. Sorti en 1929, ce film est le résultat d'une rencontre entre Dali et Buñuel pendant laquelle ils se firent le récit de leurs rêves. Ils décidèrent de réaliser un film d'après ces récits en les complétant grâce au principe du cadavre exquis. Plusieurs procédés y sont utilisés pour recréer un univers onirique. Il y a d'abord une temporalité décousue : « Il était une fois », « huit ans après », « vers trois heures du matin », « seize ans avant », « au printemps ». Il y a également un jeu dans la bande son (ajoutée seulement en 1961) qui mêle une musique enjouée de tango argentin et une mélodie plus

mélancolique tirée de *Tristan et Iseult* de Wagner. Il y a souvent un mélange des registres car des scènes parfois morbides ou dramatiques sont accompagnées d'une musique joyeuse. Les passages d'un lieu à un autre sont abrupts. On passe de scènes d'intérieur à des scènes d'extérieur sans transition autre que le regard du personnage (le personnage est filmé de face dans une chambre, il regarde quelque chose hors champ ; dans le plan suivant, le même personnage marche sur une plage). D'autre part, le film est dépourvu de toute cohérence narrative puisque constitué d'une suite d'images qui n'ont en commun que leur pouvoir de surprendre et choquer le spectateur. Ainsi, dès les premières minutes du film, on voit une femme qui se fait couper l'œil par un rasoir, puis plus tard une main dont sortent des fourmis. Enfin, il y a une récurrence de certains objets (les vêtements blancs de l'homme habillé en femme de ménage, *La dentellière* de Vermeer, la boîte couverte de rayures) et une insistance sur certains détails (la tache en forme de tête de mort sur le dos du papillon de nuit).

Buñuel et Dalí ont donc tenté de reproduire la logique de l'inconscient du rêveur grâce au rapprochement d'éléments disparates et au mélange des registres. En représentant le rêve, les artistes essaient de créer une tension propre à l'espace onirique. Les deux réalisateurs semblent vouloir respecter certaines lois du rêve énoncées par Freud (association, contiguïté, déplacement, condensation). Enfin, le cinéma se rapproche du rêve par son fonctionnement même : une fois la projection terminée, l'image a disparu. De même, il ne nous reste plus rien des images du rêve à l'état de veille (si ce n'est un souvenir de ces images).

Une question se pose cependant : dans quelle mesure une œuvre d'art peut-elle représenter nos rêves d'une façon fidèle? L'œuvre d'art semble toujours être dépourvue d'une certaine intensité, propre à nos rêves. Malgré tous les procédés utilisés, Dalí et Buñuel parviennent-ils réellement à « filmer le rêve » ? Le spectateur du film ne se sent pas assez impliqué pour avoir l'impression d'être dans un rêve. Mais vers la fin du XX<sup>e</sup> siècle, les artistes ont exploré différentes possibilités pour impliquer le spectateur dans l'œuvre d'art. Les installations de l'art moderne rendent plus floues les frontières entre l'œuvre et son environnement, impliquant de ce fait davantage le spectateur. L'œuvre fait entrer le spectateur dans un véritable rêve : la contemplation de l'œuvre exige que le spectateur soit actif et tous ses sens sont sollicités.

On peut également remarquer le paradoxe même qui existe dans cette volonté de représenter le rêve dans l'art. Même si Dalí et Buñuel souhaitent représenter le rêve, c'est-à-dire un état où nos pensées ne sont plus contrôlées par la raison, ils continuent toutefois de faire usage de leur raison pour la mise en scène et le montage du film. Le processus de production de l'œuvre d'art qui se veut en partie conscient et réfléchi s'oppose à cette volonté de représenter l'irréfléchi et l'incohérent. L'univers onirique a une logique qui diffère de celle présente dans l'esprit de l'artiste. Rêve et art sont-ils compatibles ?

Julie Sueur, Terminale L/ES



## Le rêve dans les films

Pour compléter notre étude sur le rêve, il nous a semblé intéressant de faire une filmographie du rêve. Elle consiste à voir de quelles manières le rêve peut être pensé dans les films, quelles que soient la provenance et la nature de ces films. Pour cela, nous verrons d'abord que certains films tentent de reconstituer, grâce à des effets cinématographiques, les images fabriquées pendant les rêves et leur enchaînement. Ensuite, nous verrons comment d'autres films pensent le rêve comme un futur outil, qu'il soit de désinhibition, de communication, ou même d'espionnage, dans un univers de science-fiction.

Le terrifiant film *Shutter Island*, réalisé en 2010 par Martin Scorsese et inspiré par le roman de Dennis Lehane, suggère à travers les longues séquences de cauchemar vécues par le personnage principal, que le rêve fait apparaître au rêveur des indices d'une vérité à explorer. Le personnage, fou, et ne voulant pas accepter les actes criminels qu'il a commis par le passé, alors qu'ils sont constamment évoqués par ses rêves, s'obstine à en déformer le message et se conforte dans son déni. Ce n'est qu'à la fin, lorsqu'on lui fait comprendre qu'il est fou et qu'il a tué sa femme, qu'il comprend le sens de ses rêves passés.

Dans *Shutter Island*, le rêve est présenté comme quelque chose d'extérieur au locuteur, dont il faudrait examiner le contenu pour accéder à une certaine vérité.

Ce film, lorsqu'il représente des séquences de rêve, joue beaucoup sur le retour de perceptions qui pouvaient paraître anodines, et qui en fait ne l'étaient pas. Celles-ci hantent le personnage (elles reviennent en boucle dans ses rêves), et sont accompagnées de phrases énigmatiques dont l'interprétation revient au locuteur.

Dans *la Science des rêves*, réalisé en 1999 par Michel Gondry, nous sommes placés dans la peau d'un jeune homme qui souffre de troubles «d'inversion de la réalité» et d'hallucinations, alors qu'il doit faire face à sa vie et acquérir son autonomie d'adulte. Une grande partie du film nous place dans ses rêves subis, et nous montre leurs effets dans la vie quotidienne. Ce film parle peu du rêve en lui-même, mais incite le spectateur à avoir une attitude plus rêveuse en général, un peu moins centrée sur les nécessités de la vie de tous les jours.

Ces deux films, réalisés récemment, bénéficient d'effets spéciaux, pour mettre au point des séquences d'images proches de celles d'un rêve. Pourtant, la volonté de reproduire des rêves au cinéma ne date pas du XXI<sup>ème</sup> siècle. Au début du XX<sup>ème</sup> siècle, Salvador Dali réalisait avec Louis Buñuel un film qui devait reproduire un rêve étrange, où figurent un oeil entaillé par une lame de rasoir, et des fourmis qui sortent d'une main. Ce film, qui est notamment étudié par une de mes camarades, s'appelle *Un chien andalou*.

Le film *ExistenZ*, réalisé en 1999 par David Cronenberg (également réalisateur de *Cosmopolis*), se place dans un futur de science-fiction. Il imagine que le rêve permet à différents individus de se regrouper dans un même univers, pour jouer ensemble à un jeu proche d'un jeu vidéo, mais saisissant de réalisme. Dans le film, les joueurs se passionnent rapidement pour le jeu, car il leur permet de faire des choses qu'il n'auraient jamais pu expérimenter dans la vie réelle. Le rêve est donc présenté comme un moyen de désinhibition, dont les potentialités pourraient être décuplées par la technologie.

*Inception*, réalisé en 2010 par Christopher Nolan, est un des films les plus cités quand on parle de rêve. Il est basé sur un système fictif, assez voisin de celui d'*ExistenZ*, dans la mesure où tous les rêveurs peuvent se connecter à un même rêve. Pourtant, le rôle du rêve n'est pas de se divertir. Celui-ci est intégré à un système économique très concurrentiel, où il sert à l'espionnage, malgré l'interdiction prononcée par les Etats du monde entier de l'utiliser à cette fin. Le héros du film, incarné par Leonardo Di Caprio, est un professionnel de la technique d'espionnage par le rêve. Il est entouré d'une équipe, dont de grandes firmes multinationales sollicitent les services. Le principe de l'espionnage est simple : il s'agit de connecter à son rêve une personne à qui on veut subtiliser des informations, sans qu'elle le sache. L'hébergeur du rêve et ses protagonistes s'arrangent pour que le contexte, créé de manière tout à fait lucide, permette au détenteur d'informations de livrer celles-ci, sans qu'il se sache surveillé. Cette technique s'appelle l'extraction. Il est parfois nécessaire, si la tâche s'avère compliquée, de faire passer avec soi la personne espionnée dans un niveau supérieur de rêve. Cela consiste à s'endormir à un certain stade de rêve afin d'accéder à un rêve dans le rêve; l'intérêt de cette manoeuvre est qu'elle permet de gagner beaucoup de temps: à chaque fois que l'on passe à un stade supérieur de rêve, le temps s'écoule 20 fois moins vite qu'au stade précédent. Or, alors que les protagonistes sont complètement immergés dans ce qu'ils vivent en rêve, ils ne peuvent sortir d'un stade de rêve qu'en mourant fictivement ou en étant soumis à un choc violent; c'est pourquoi à force de se déplacer dans les différentes strates de rêve, même eux s'y perdent et ne savent plus distinguer la réalité de la fiction qu'au moyen d'une toupie. (Celle-ci ne s'arrête jamais de tourner si et

seulement si elle est lancée dans un rêve). Ainsi, comme *ExistenZ*, *Inception* tente d'anticiper ce que sera l'utilisation du rêve dans un futur éloigné. Si le rêve a dans le film un but surtout utilitaire, le spectateur se voit aussi confronté à l'esthétique du rêve, et est conduit à se demander comment distinguer rêve et réalité. La présence dans cette filmographie de *Matrix* est discutable, puisque ce film ne parle pas vraiment du rêve. Cependant, j'ai pensé qu'il était intéressant de l'évoquer, car c'est un film qui joue beaucoup sur la confusion entre rêve et réalité. Il a une portée philosophique, car il pose clairement la question de savoir où la réalité se situe. Est-ce là où les personnages vivent ? Est-ce dans la matrice ? Il est à relier avec la question que se posaient Pascal et Descartes : comment puis-je être certain que je ne suis pas en train de rêver, que la réalité ne se situe pas autre part que là où je pense être ?

Zacharie Tournant, TS2

## Montaigne et « l'âge »

Au cours de cette année, nous nous sommes intéressés au regard de deux philosophes sur le processus du vieillissement : le chapitre LVIII du livre I des *Essais* de Michel de Montaigne, intitulé « De l'âge » et un extrait de *La vieillesse* de Simone de Beauvoir. Dans le présent article, je vais m'intéresser au texte de Montaigne. Il livre ses considérations sur l'âge et la manière que nous avons de nous représenter les différentes étapes de la vie : jeunesse, âge adulte, vieillesse, etc... Il nous invite à repenser le processus de vieillissement comme une continuité dans l'existence, et ainsi à y voir une chance.

### Nous vieillissons, réjouissons-nous !

Aujourd'hui, dans notre société industrialisée contemporaine, du fait des progrès de la médecine, de l'hygiène et de l'industrie pharmaceutique... nous appelons « mort naturelle » le fait de mourir de vieillesse, c'est à dire de mourir à un âge très avancé, à cause d'une détérioration importante de notre condition physique. Le processus de vieillissement peut alors être considéré comme un processus extrêmement négatif d'amointrissement progressif de l'individu, et qui ne connaît comme aboutissement que la mort. Le long processus du vieillissement, et pas seulement l'état de vieillesse, semble être une fatalité que doit assumer chaque individu et qui marque la fin de la vie heureuse.

Montaigne adopte un point de vue très différent sur le vieillissement ; dans cet essai sur l'âge dont l'objectif est double : livrer ses considérations sur l'âge, mais aussi critiquer ses contemporains, qui qualifient de « naturelle » la mort de vieillesse. A son époque, en effet, mourir de vieillesse est plutôt chose rare, les morts les plus fréquentes étant celles de maladies ou d'accidents, et que « notre condition ordinaire » nous expose à ces dangers. Rappelons que les *Essais* paraissent pour la première fois en 1580. Les villes françaises connaissent un essor important en attirant les populations pauvres des campagnes. Cette croissance démographique urbaine pose de grave problème d'hygiène et de santé, et les maladies sont fréquentes et violentes, elles aboutissent souvent à la mort des individus. Dans les campagnes, la situation sanitaire reste précaire pour de nombreux paysans pauvres. Mourir de vieillesse correspond donc selon Montaigne à un privilège, octroyé à certains individus heureux de pouvoir mener leur vie à un terme très avancé. Certes, notre situation est très différente aujourd'hui, mais le point de vue de Montaigne nous rappelle la chance unique dont nous disposons : celle de profiter d'une médecine suffisamment avancée pour espérer connaître une durée de vie relativement longue. Ainsi, de fait, nous pouvons non pas nous considérer comme des victimes du sort, mais, bien au contraire, comme des privilégiés.

Cependant, le vieillissement demeure toujours associé à la mort qui vient y mettre un terme. Mais, pour Montaigne, il est orgueilleux de songer à penser vivre plus longtemps, car la mort de vieillesse « est la dernière et extrême sorte de mourir : plus elle est éloignée de nous, d'autant est elle moins espérable : c'est bien la borne, au-delà de laquelle nous n'irons pas, et que la loi de nature a prescrit, pour n'être point outrepassée ». En effet, chercher à dépasser la mort, à prolonger le vieillissement, c'est chercher l'infini, l'impossible. C'est vouloir braver l'inévitable finitude de notre existence, en dépassant ses limites temporelles. L'acceptation de la mort répond dès lors non pas à une nécessité psychologique, mais à une cohérence logique.

Ainsi, plutôt que de chercher à vivre le plus longtemps possible, et à sans cesse chercher à écarter la mort, ne pourrions nous pas aborder notre condition d'être vieillissants de manière plus sereine ? C'est

le pari que nous propose Montaigne. « Il est possible qu'à ceux qui emploient bien le temps, la science, et l'expérience croissent avec la vie » . Dès lors, même si « la vivacité, la promptitude, la fermeté, et autres parties bien plus nostres, plus importantes et essentielles, se fanissent et s'allanguissent » lorsque nous vieillissons, il existe une continuité entre le processus du vieillissement et l'existence dans son ensemble. Montaigne pense la continuité des âges, car il n'établit pas de dichotomie entre d'un côté, la jeunesse, où les capacités biologiques de l'individu sont à leurs zénith, et la vieillesse, état de décrépitude de l'être vivant, mais bien au contraire ! L'auteur envisage le vieillissement comme une sommation, une intégration de l'expérience acquise, et c'est bien là où se trouve la profonde positivité du vieillissement. Ce n'est pas simplement un affaiblissement physique, mais aussi un gain d'expérience, de vécu, qui peut permettre d'aller encore de l'avant, sans être en lutte permanente avec son propre affaiblissement. Il est donc possible de repenser ce processus, comme le résultat d'une vie passée, qui se prolonge sous une nouvelle forme biologique, mais qui constitue par conséquent un défi, chaque jour renouvelé, de persévérer dans l'existence, au regard de notre vie passée. L'individu est alors beaucoup plus responsable, car si il envisage son existence comme une continuité, il est conduit à appréhender son vieillissement beaucoup plus tôt, dès sa jeunesse, et ce afin de profiter d'une vie apaisée et d'une vieillesse plus heureuse.

Alexandre Brochard, TS5

### *Montaigne, Essais, I, LVII, De l'aage*

*« Je ne puis recevoir la façon, dequoy nous établissons la durée de nostre vie. Je voy que les sages l'accoursissent bien fort au prix de la commune opinion. Comment, dit le jeune Caton, à ceux qui le vouloyent empescher de se tuer, suis-je à cette heure en aage, ou lon me puisse reprocher d'abandonner trop tost la vie ? Si n'avoit-il que quarante et huict ans. Il estimoit cet aage la bien meur et bien avancé, considérant combien peu d'hommes y arrivent : Et ceux qui s'entretiennent de ce que je ne sçay quel cours qu'ils nomment naturel, promet quelques années au delà, ils le pourroient faire, s'ils avoient privilège qui les exemptast d'un si grand nombre d'accidens, ausquels chacun de nous est en bute par une naturelle subjection, qui peuvent interrompre ce cours qu'ils se promettent. Quelle refverie est-ce de s'attendre de mourir d'une défaillance de forces, que l'extreme vieillesse apporte, et de se proposer ce but à nostre durée : veu que c'est l'espece de mort la plus rare de toutes, et la moins en usage ? Nous l'appellons seule naturelle, comme si c'estoit contre nature, de voir un homme se rompre le col d'une cheute, s'estoufer d'un naufrage, se laisser surprendre à la peste ou à une pleuresie, et comme si nostre condition ordinaire ne nous presentoit à tous ces inconveniens. Ne nous flattons pas de ces beaux mots : on doit à l'aventure appeller plustost naturel, ce qui est general, commun, et universel. Mourir de vieillesse, c'est une mort rare, singuliere et extraordinaire, et d'autant moins naturelle que les autres : c'est la dernière et extreme sorte de mourir : plus elle est esloignée de nous, d'autant est elle moins esperable : c'est bien la borne, au delà de laquelle nous n'irons pas, et que la loy de nature a prescript, pour n'estre point outre-passée : mais c'est un sien rare privilège de nous faire durer jusques là. C'est une exemption qu'elle donne par faveur particuliere, à un seul, en l'espace de deux ou trois siecles, le deschargeant des traverses et difficultez qu'elle a jetté entre deux, en cette longue carriere.*

*Par ainsi mon opinion est, de regarder que l'aage auquel nous sommes arrivez, c'est un aage auquel peu de gens arrivent. Puis que d'un train ordinaire les hommes ne viennent pas jusques là, c'est signe que nous sommes bien avant. Et puis que nous avons passé les limites accoustumez, qui est la vraye mesure de nostre vie, nous ne devons esperer d'aller guere outre : Ayant eschappé tant d'occasions de mourir, où nous voyons tresbucher le monde, nous devons recognoistre qu'une fortune extraordinaire, comme celle-là qui nous maintient, et hors de l'usage commun, ne nous doit guere durer.*

*C'est un vice des loix mesmes, d'avoir cette fauce imagination : elles ne veulent pas qu'un homme soit capable du maniment de ses biens, qu'il n'ait vingt et cinq ans, et à peine conservera-il jusques lors le maniment de sa vie.*

Auguste retrancha cinq ans des anciennes ordonnances Romaines, et déclara qu'il suffisoit à ceux qui prenoient charge de judicature, d'avoir trente ans. Servius Tullius dispensa les chevaliers qui avoient passé quarante sept ans des corvées de la guerre : Auguste les remit à quarante et cinq. De renvoyer les hommes au séjour avant cinquante cinq ou soixante ans, il me semble n'y avoir pas grande apparence. Je serois d'avis qu'on estendist nostre vacation et occupation autant qu'on pourroit, pour la commodité publique : mais je trouve la faute en l'autre costé, de ne nous y embesongner pas assez tost. Cettuy-cy avoit esté juge universel du monde à dixneuf ans, et veut que pour juger de la place d'une goutiere on en ait trente.

Quant à moy j'estime que nos ames sont desnoüées à vingt ans, ce qu'elles doivent estre, et qu'elles promettent tout ce qu'elles pourront. Jamais ame qui n'ait donné en cet aage là, arre bien evidente de sa force, n'en donna depuis la preuve. Les qualitez et vertus naturelles produisent dans ce terme là, ou jamais, ce qu'elles ont de vigoureux et de beau.

Si l'espine nou picque quand naí, A pene que pique jamai, disent-ils en Daulphiné.

De toutes les belles actions humaines, qui sont venues à ma cognoissance, de quelque sorte qu'elles soyent, je penserois en avoir plus grande part, à nombrer celles qui ont esté produites et aux siècles anciens et au nostre, avant l'aage de trente ans, qu'apres. Ouy, en la vie de mesmes hommes souvent. Ne le puis-je pas dire en toute seurete, de celles de Hannibal et de Scipion son grand adversaire ?

La belle moitié de leur vie, ils la vescurent de la gloire acquise en leur jeunesse : grands hommes depuis au prix de tous autres, mais nullement au prix d'eux mesmes. Quant à moy je tien pour certain que depuis cet aage, et mon esprit et mon corps ont plus diminué, qu'augmenté, et plus reculé, qu'avancé. Il est possible qu'à ceux qui employent bien le temps, la science, et l'experience croissent avec la vie : mais la vivacité, la promptitude, la fermete, et autres parties bien plus nostres, plus importantes et essentielles, se fanissent et s'allanguissent.

Ubi jam validis quassatum est viribus ævi Corpus, et obtusis ceciderunt viribus artus, Claudicat ingenium, delirat linguaque mensque.

Tantost c'est le corps qui se rend le premier à la vieillesse : par fois aussi c'est l'ame : et en ay assez veu, qui ont eu la cervelle affoiblie, avant l'estomach et les jambes : Et d'autant que c'est un mal peu sensible à qui le souffre, et d'une obscure montre, d'autant est-il plus dangereux. Pour ce coup, je me plains des loix, non pas dequoy elles nous laissent trop tard à la besongne, mais dequoy elles nous y employent trop tard. Il me semble que considerant la foiblesse de nostre vie, et à combien d'escueils ordinaires et naturels elle est exposée, on n'en devoit pas faire si grande part à la naissance, à l'oisivete et à l'apprentissage. »



## Un vieillissement différentiel des sexes ?

On a longtemps fait une distinction de taille entre homme et femme dans le domaine du vieillissement. Alors qu'à la cinquantaine, un homme passait pour un homme d'âge mur, ou dans la force l'âge, la femme était reléguée dès avant la quarantaine dans le département vieillesse, voire dès trente ans pour Balzac (i) ! L'âge aurait-il un sexe ? La recherche de la sociologue Soumaya Guessous au Maroc montre qu'hommes et femmes ne sont pas logés à la même enseigne (ii).

Age moyen de la vieillesse au Maroc	Chez l'homme	Chez la femme
Selon les hommes	74	27
Selon les femmes	68	38

D'un point de vue biologique hommes et femmes connaissent le même processus de vieillissement, avec cependant une différence majeure : la senescence reproductive. Chez la femme, l'arrêt de la fonction reproductive se produit de façon universelle au moment de la ménopause, vers la cinquantaine. Chez l'homme, l'andropause, diminution du taux de testostérone et de la spermatogénèse, est progressive et très variable - témoin Charlie Chaplin, qui eut son dernier enfant à 73 ans ! Mais le phénomène de ménopause est-il synonyme de vieillesse ?

Dans certaines sociétés, oui. Ce sont les sociétés où l'essentiel de l'identité des femmes réside dans la fonction reproductive. La femme perd alors son rôle au sein du groupe. Simone de Beauvoir analyse ainsi la situation : « Il lui reste à vivre, privée de tout avenir, environ la moitié de sa vie d'adulte. On ne lui a permis d'avoir prise sur le monde que par la médiation de l'homme. Que deviendra-t-elle quand elle n'aura plus de prise sur lui (iii) ? ». Deux cas extrêmes illustrent cette situation. Dans l'Irlande rurale des années 1960, on pense que la ménopause peut rendre folle, et certaines femmes se confinent au lit dès 45 ans. Chez les Gisu d'Afrique de l'Est, la femme qui n'a pas eu d'enfant à la ménopause perd toute valeur sociale et peut se suicider. Plus qu'un phénomène biologique, la ménopause est donc un fait socialement construit. Le cortège de représentations qui l'accompagne – fin de la féminité, fin de la jeunesse – témoigne de la réduction de la féminité à la fonction reproductive.

Cette représentation n'est cependant pas universelle. Dans les sociétés où la femme jouit d'une autre statut, la ménopause n'est pas associée à la vieillesse. Cela est particulièrement visible dans la Société de Cour, où l'identité des femmes réside dans leur expérience et leur connaissance des codes complexes de cette microsociété. Dans ce monde, nous dit Norbert Elias, « la domination de l'homme sur la femme se trouve abolie. La puissance sociale de la femme égale ici à peu près celle de l'homme (iv) ». C'est ainsi que Ninon de Lenclos a, à cinquante et un ans, une liaison avec le fils de Madame de Sévigné, alors âgé de 23 ans. Jusqu'à 80 ans, elle est l'arbitre du goût du tout Paris. Pareillement, Madame de Maintenon, âgée de 50 ans, épouse Louis XIV, alors âgé de 46 ans. La ménopause peut même constituer une seconde jeunesse, comme chez les Indiens Mohaves du Colorado décrits par George Devereux : « Pendant et après la ménopause, la femme Mohave continue à rester dans le courant de la vie, ses mains pleines de travail, sa tête pleine de la sagesse de l'expérience, ses bras souvent plein d'un jeune mari ou d'un amant (v) ».

La perception de la ménopause est donc bien un indice de la condition féminine. Et aujourd'hui, dans notre société, qu'en est-il, plus de 50 ans après la parution du *Deuxième Sexe* ?

Déjà dans les années 1990, 44% des femmes considéraient la ménopause avec indifférence (vi). De nos jours, l'échéance de la retraite a remplacé la ménopause comme le premier pas vers la vieillesse : les femmes rejoignent ainsi le parcours de vie des hommes, preuve que l'inégalité de genre a diminué.

Eléonore Delanoë, TS 5

i Balzac H. (1842) *La femme de trente ans*.

ii Guessous, S. M. (2000) *Printemps et automne sexuels. Puberté, ménopause, andropause au Maroc*. Casablanca: Autres Temps, Eddif.

iii Beauvoir, S. de, *Le deuxième sexe*. Paris. Gallimard 1949 (édition de 1976 p 456-468)

iv Elias N., *La civilisation des mœurs*. Paris, Calmann-Lévy, 1973.

v Devereux G., *The Psychology of Feminine Genital Bleeding. An analysis of Mohave Indian Puberty and Menstrual Rites*. The International Journal of Psycho-Analysis 1950, 31 : 1-21.

vi Delanoë D. *La ménopause comme phénomène culturel*. Champ psychosomatique, 2001/4 no 24, p. 57-67

**Rembrandt,  
*Portrait de vieille femme*, 1606-1669**



### **Obsolescence et vieillissement**

Nous fêterons dans 4 ans le 24<sup>ème</sup> siècle de la naissance d'Aristote, auteur du traité *De la génération et de la corruption* et initiateur après Platon de réflexions systématiques toujours indispensables concernant les processus d'altération. Parmi ces derniers se trouvent classés les processus de déperdition en fonctionnalité, genre commun sous lequel prennent place l'obsolescence et le vieillissement. «Devenir obsolète», «avoir vieilli», autant d'expressions verbales qui signifient une perte de certaines fonctionnalités attachées à un usage ou une action, de sorte qu'on devient progressivement impropre à cet usage ou incapable de cette action.

Toutefois, il faut se demander s'il n'est pas nécessaire de distinguer davantage les deux notions d'obsolescence et de vieillissement. En effet, l'obsolescence se dit des objets ou des choses, alors que le vieillissement se dit des êtres qui ne sont pas des choses ni des objets, mais sont des sujets, chez lesquels le processus de déperdition en fonctionnalité est subi d'une manière ressentie, éprouvée et vécue. Un objet ou une chose est extérieur à sa propre présence et aux aléas qu'il ou elle subit. Un sujet, en revanche, est compris et se comprend dans et par les altérations qui façonnent son identité et son histoire: il n'est pas extérieur aux transformations qui l'affectent. Vieillir a ainsi une résonance et une signification existentielles dans les consciences des sujets humains; le vieillissement comme processus, la vieillesse comme ensemble de conséquences croissantes et visiblement installées du processus d'altération biologique, circonscrivent un aspect de notre finitude et signifient la présence impossible à négliger des limites de notre existence, mais aussi de la valeur et du sens que nous conférons à ces limites.

Si les sujets ne se confondent pas avec les objets et les choses, si les sujets humains ne sont pas réductibles à des objets ni réifiées à l'état de simples choses, rien ne dit donc que nous devons nécessairement concevoir le vieillissement comme une obsolescence ou sur le modèle de l'obsolescence, même si dans notre société de consommation le modèle de l'obsolescence est devenu hégémonique

(comme l'a bien vu le philosophe allemand Günther Anders dans son maître-livre paru en 1956 : *L'obsolescence de l'homme*).

Les conséquences de cette hégémonie sont connues: les objets obsolètes sont délaissés, rejetés, détruits ou jetés en masse par le consommateur. L'attention et le désir de ce dernier ne se portent plus sur eux, ils se portent vers des objets toujours plus neufs, toujours plus significatifs d'innovation et de présence à la pointe vive et intensive de l'actualité, «le vierge, le vivace et le bel aujourd'hui» (Mallarmé). L'obsolescence des objets issus des chaînes de production est même conçue, voulue et programmée pour encourager et renouveler la consommation, c'est à dire aussi pour entretenir la dynamique économique des profits. La gestion des ressources humaines applique ce principe aux acteurs humains du travail encore présents dans les chaînes de production: l'âge d'obsolescence du travailleur est fixé par la loi, il est temps pour lui, passé cet âge légal de retraite, d'être remplacé par un travailleur offrant un meilleur rapport profit/coût. Ce paradigme généralisé dit «de l'obsolescence programmée» va jusqu'à chercher à rendre obsolète le vieillissement lui-même, comme si les innovations successives en matière de santé, diététique, cosmétique, etc., pouvaient faire disparaître le fait qu'il y a des limites à l'existence humaine, voire faire disparaître l'horizon de l'altération ultime à laquelle tout sujet est sujet: la mortalité.

On voit poindre les paradoxes de cette hégémonie: l'objectif de faire durer le renouvellement et pérenniser l'innovation, mais aussi la limitation et le caractère fini des ressources en matières premières, exigent au bout du compte le recyclage ou le réemploi déguisés des produits ou des producteurs de long temps déclarés obsolètes, cela pour en faire ou refaire quelque chose qui ait de la valeur sinon symbolique, du moins économique. L'attention des producteurs et des consommateurs aux objets obsolètes est finalement elle-même requise pour faire baisser les coûts du recyclage, organiser le tri sélectif et remplir à moindres frais l'office de la déchetterie.

Cette paradoxale visée d'élimination du vieillissement et de ses processus, qui ne fait au bout du compte que réaffirmer l'inséparabilité de la création et de la destruction, repose sur un contresens sur ce qu'est le vieillissement, sur une réduction de ce dernier à un accroissement d'impotence, alors que vieillir offre aussi bien des avantages et des pouvoirs inconnus à ce qui ne fait que subir l'obsolescence. En effet, vieillir n'est pas réductible à dysfonctionner et voir s'enfuir et se détruire inexorablement des capacités et des fonctionnalités ; car d'autres apparaissent, justement avec l'exploration - construite et cultivée par le sujet dans la durée - des limites de l'existence : capacités à synthétiser, à simplifier, à totaliser, aller à l'essentiel, englober, faire somme, intégrer, subsumer sous un sens ou plusieurs sens la multiplicité des expériences. N'est-il pas possible de penser le vieillissement comme le processus d'accroissement et d'intégration continue qui précisément permet à des sujets d'échapper au cercle de la destruction créatrice des choses et des objets de consommation, cercle absurde où s'égalisent inexorablement et finissent par s'indifférencier et s'équivaloir platement la production du neuf et la destruction de l'obsolète ? Vieillir, n'est-ce pas plutôt continuer à grandir et mûrir, faire l'expérience fructifiante d'un accroissement d'humanité et de subjectivité ? Cicéron soutient cette idée dans le *De senectute* (*De la vieillesse*). « Le fruit de la vieillesse (...) est le souvenir et l'abondance des choses bien acquises auparavant. » écrit-il.

Reste évidemment à interroger l'acquisition et l'abondance dont parle Cicéron : n'est-ce pas en se délestant de ce dont on ne sait que faire plutôt qu'en l'accumulant qu'on fait vraiment s'accroître et fructifier vraiment le bien que nous visons ?

Isabelle Patriarche, Professeur de philosophie

