



## Conseil économique et social

Distr. générale  
juillet 2021

Original : français

---

### Session de 2021

13 juillet 2021 – 16 juillet 2021

Point 5 de l'ordre du jour

**Débat de haut niveau**

### **Déclaration présentée par la Fondation Ostad Elahi : éthique et solidarité humaine, organisation non gouvernementale dotée du statut consultatif auprès du Conseil économique et social**

Le Secrétaire général a reçu la déclaration ci-après, dont le texte est distribué conformément aux paragraphes 30 et 31 de la résolution 1996/31 du Conseil économique et social.

## Déclaration

Les temps de pandémie virale que nous vivons ont particulièrement mis en évidence un accroissement de la fragilité des personnes âgées, de leur perte d'estime de soi, du sentiment de contrôle sur leur vie, et de leur mal-être général, liés à plusieurs phases de confinement et/ou isolement, notamment au sein des Établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (Ehpad). En France, près d'un tiers des décès liés à la pandémie ont lieu en Ehpad.

C'est pourquoi la Fondation Ostad Elahi - éthique et solidarité humaine, reconnue d'utilité publique, souhaite répondre à l'objectif 3 de l'agenda 2030 du développement durable qui vise à "assurer la santé, notamment la santé mentale, et le bien-être de tous". Sachant que la longévité s'accroît chaque année d'environ un trimestre, les propositions qui suivent ont une utilité qui va au-delà de la crise liée à la pandémie.

D'après Olivier de Ladoucette, président-fondateur de la Fondation pour la recherche sur la maladie d'Alzheimer, les études médicales montrent que la bonne santé des personnes âgées s'inscrit dans une approche bio-psycho-sociale qui tient à quelques facteurs principaux : l'exercice physique et l'évitement des maladies, une alimentation vertueuse, le maintien autant que possible d'une activité cognitive élevée, de relations sociales fortes et enfin l'engagement "avec soi-même", c'est-à-dire la spiritualité. C'est sur ce dernier aspect, sans doute le moins développé et valorisé parmi ces facteurs, que la Fondation Ostad Elahi propose quelques préconisations.

Réussir sa vieillesse, c'est s'adapter en permanence à des changements d'ordre physique, social, psychologique, qu'une démarche spirituelle personnelle appropriée favorise grandement. Celle-ci peut inclure :

- un travail d'épuration des trois R - remords, rancune, regrets. Très fréquents avec la vieillesse, ce sont de véritables fardeaux empêchant l'advenue d'un mieux-être. Cette épuration passe entre autres par le développement de sa capacité à pardonner à la fois les autres et ses propres erreurs.
- l'acceptation de sa propre finitude. Dans les sociétés modernes et mécanistes, il existe "une approche névrotique du vieillissement", qui se traduit entre autres par des taux élevés de suicide des personnes âgées. En encourageant une pratique spirituelle propre à chacun - sous forme de prières, de méditation, de lecture de textes sacrés, d'un sentiment de connexion avec une transcendance, etc., la spiritualité permet d'affronter la maladie, la douleur et l'idée de la mort avec plus de sérénité.

L'ensemble de ce travail sera favorisé par de l'aide personnalisée et la mise en place dans des structures adaptées, d'ateliers, conférences, débats animés par des psychologues, philosophes ou religieux sur l'importance de la spiritualité pour le bien-être en âge avancé.

Enfin, la perspective spirituelle que la vie ne s'arrête pas à la mort du corps biologique - qui fait l'objet de plus en plus de recherches scientifiques - et donc la foi en la survie de l'âme, a des effets positifs notoires sur l'ensemble des facteurs favorisant la santé des personnes âgées. Il s'agit donc d'encourager ces recherches qui, si elles confirmaient l'hypothèse, auraient un retentissement profond sur le sens que l'homme donne à sa vie et sur les moyens permettant la construction d'une vie meilleure.