

Faire face à la mort *et s'ouvrir à la vie*



James W. Roche

Association catholique canadienne de la santé

James W. Roche

Faire face à la mort et s'ouvrir à la vie



ASSOCIATION CATHOLIQUE
CANADIENNE DE LA SANTÉ

CATHOLIC HEALTH
ASSOCIATION OF CANADA

Données de catalogue avant publication (Canada)

Roche, James, 1955-

Faire face à la mort et s'ouvrir à la vie

Publ. aussi en anglais sous le titre: Facing death,
discovering life

Comprend des références bibliographiques.

ISBN 0-920705-38-3

1. Mort--Aspect psychologique. 2. Mort--Aspect
religieux--Église catholique. 3. Malades en phase
terminale--Psychologie. 4. Vie--Philosophie.
5. Souffrance--Aspect religieux--Église catholique.
6. Deuil--Aspect psychologique. 7. Soins aux malades.

I. Association catholique canadienne de la santé.

II. Titre.

BF789.D4R59814 2000 155.9'37 C00-900265-0

Traduction : Louis Chabot

Photos : Gouvernement du Canada : 19; The Crosiers : 41; Kathy Drolet : 10;
Mary Kibblewhite : 59; Renaud Thomas : 35; Bill Wittman : 25, 31;
Providence Centre, Scarborough : 45; Cleo Photography : 49.

© Association catholique canadienne de la santé, 2000

Pour obtenir des exemplaires supplémentaires, s'adresser à :
Association catholique canadienne de la santé
1247, place Kilborn
Ottawa, Ontario
K1H 6K9

Téléphone (613) 731-7148
Télécopieur (613) 731-7797
Internet www.chac.ca

*La vie n'est que pour l'amour
Le temps n'est que pour trouver Dieu*

— Bernard de Clairvaux

La vie n'est que pour l'instant
Le temps n'est que pour trouver Dieu
— Bertrand de La Tour

TABLE DES MATIÈRES

Introduction 1

PREMIÈRE PARTIE : À LA RECHERCHE D'UN SENS

Mourir de nos jours	6
Pourquoi moi?	11
Où est Dieu?	13
La douleur et la souffrance	15
Le deuil	20
L'attente — Un temps de prière et de préparation	23
Le besoin de parler de la mort	26
Le désir de mourir	28

DEUXIÈME PARTIE : L'IMMENSITÉ DE LA VIE

L'acceptation de nos pertes	32
Voir à ses affaires non réglées	36
L'importance du pardon à la fin de sa vie	38
Accepter d'avoir besoin des autres	42
Partager l'histoire de sa vie	44
Dans la diminution, trouver la dignité	46

TROISIÈME PARTIE : LA TRANSFORMATION

La fécondité de la mort	50
La mort et la guérison	53
Lâcher prise	56
Une vie s'achève	60

QUATRIÈME PARTIE : LE SOIN DES MOURANTS

Soigner	63
Notes à l'intention des prestataires de soins	65
La mort ne peut pas être seulement un événement médical	70

Conclusion 75

Renvois 76



Introduction

Lorsque l'Association catholique canadienne de la santé m'a demandé d'écrire cet ouvrage sur la mort, j'ai dû prendre un temps de réflexion et examiner ce qu'avaient laissé en moi mes expériences face à la mort, ainsi que les occasions privilégiées que j'ai eues d'accompagner certaines personnes à leurs derniers moments. Trois expériences m'ont particulièrement marqué.

Je me souviens du temps où, tout jeune garçon, je circulais avec mon père dans le Parc Algonquin. Le chemin de bûcherons que nous suivions épousait le sentier original longeant la rivière Bonnechère. Le long du chemin, mon père me signalait les endroits où des croix marquaient le lieu où les premiers habitants et bûcherons étaient enterrés, majoritairement des hommes qui étaient morts dans des accidents le long de la rivière. Plus avant dans le parc, nous nous arrêtions parfois à la petite agglomération désertée de Basin Depot.

Là aussi se trouve un certain nombre de tombes. Un petit cimetière, entre autres, est situé tout près d'un ruisseau peu profond à l'ombre de grands pins blancs. Certains tombeaux datent de près d'un siècle. Durant plusieurs générations, des personnes ont pris sur elles d'en assurer le maintien et de garder bien blanche la petite clôture qui l'entoure encore.

Depuis nombre d'années, je me retrouve chaque été à cet endroit. Je sais que je mourrai un jour et que je quitterai ceux que j'aime. Ce pèlerinage annuel à Basin Depot me rappelle à cette réalité. Le souvenir de mes voyages avec mon père me rend encore plus conscient du fait que la mort atteindra chaque personne que je connais et m'amène à me questionner toujours plus en profondeur sur le sens de la vie.

Ma deuxième expérience est celle de la mort de ma grand-mère, quand j'avais 23 ans. On lui avait diagnostiqué un cancer au début du printemps, et elle avait appris alors qu'il ne lui restait que quelques mois. Durant les dernières semaines, tous ses enfants et petits-enfants ont eu de nombreuses occasions de passer du temps avec elle. Le dernier matin, ses six filles et le prêtre de la paroisse étaient à son chevet. Quelques instants avant de s'éteindre, elle a ouvert les yeux et a dit à ma mère et à mes tantes : « C'est magnifique. Je veux que vous sachiez qu'il n'y a rien à craindre ».

Ces paroles me sont restées. Paradoxalement, ce fut l'approche de la mort et la diminution graduelle des forces de ma grand-mère qui m'ont le plus fortement éclairé sur le mystère et l'immensité de la vie. La mort est un passage dans le mystère, et ce passage nous montre d'une certaine manière combien la vie est précieuse. Son départ m'a aidé à comprendre que même si la mort apporte son lot de tristesse et de souffrance, elle laisse néanmoins place à la vie, à la joie et à un profond partage avec les autres. Même lorsque quelqu'un arrive à l'étape finale de son impuissance, il peut encore aimer et être aimé. La personne mourante est vivante et continue de donner jusqu'à ses tous derniers instants.

Ma troisième expérience touche plutôt aux transformations qui peuvent se produire à l'approche de la mort. Pendant une période de huit ans, j'ai accompagné un certain nombre de personnes durant les dernières semaines et aux derniers instants de leur vie. J'ai vécu cette expérience au sein d'une petite communauté autochtone du Nord, où la mort et sa préparation demeurent encore des événements vraiment communautaires.

L'impact qu'y a eu une femme âgée sur la vie de la communauté durant ses derniers jours a été particulièrement mémorable. Au moment de sa mort, ses enfants estimaient qu'elle était âgée de plus de cent ans il n'existait aucun document sur sa date de naissance. Durant mes premières années dans le village, je ne l'avais pas vue souvent. Elle était fragile et avait pris l'habitude de rester à l'intérieur. Mais à mesure qu'approchait sa mort, elle semblait retrouver une nouvelle énergie, et elle prit un nouveau rôle dans la communauté.

En tant qu'aînée de tout le village, elle était traitée avec grand respect. Durant ses derniers jours, les membres de sa famille et ses amis sont demeurés auprès d'elle, gardant une vigile de silence durant la nuit. Au cours de ces quelques journées, pratiquement chaque enfant, femme et homme sont passés la visiter dans sa petite maison. Elle avait un mot particulier pour chacun; à certains, c'étaient des paroles d'encouragement; à d'autres, des mots les engageant à remettre les choses en ordre dans leur vie; et aux jeunes chefs de file, elle enjoignait de faire passer le bien du peuple avant leurs propres intérêts. J'ai moi-même été témoin des changements significatifs que ses paroles ont produits dans la vie de certains.

Ces expériences m'ont montré que la mort est souvent une occasion pour certains de manifester des ressources insoupçonnées demeurées cachées jusque-là au plus profond de leur être. Nous n'arrêtons jamais de nous développer et, à l'approche de la mort, des transformations peuvent se produire et, de fait, se produisent souvent. Même à l'approche de la mort, la plupart des gens accomplissent d'importantes tâches et grandissent de diverses manières, importantes pour eux. La mort peut même amener un être humain — comme une occasion unique de réalisation de soi — à devenir ce qu'il était véritablement appelé à être.

Ces trois thèmes — comment la mort nous pousse à nous questionner nous-même sur le sens de la vie, comment elle nous ouvre à la beauté et à l'immensité de la vie, et comment elle nous offre de grandes possibilités de transformation — constituent le cadre de cet ouvrage et de la description que j'ai tenté de faire des peurs, des luttes, des joies et de l'épanouissement que connaissent bien des gens à la fin de leur vie.



Ce texte a été écrit dans une perspective chrétienne. Le document *Gaudium et Spes* du Concile Vatican II a apporté de nouvelles lumières à la doctrine catholique selon laquelle Dieu nous appelle à un partage sans fin de la vie divine au-delà de la mort (n° 18). Dans notre prière d'acclamation

eucharistique, nous proclamons que la mort et la résurrection de Jésus nous ont libérés de la mort : « Nous proclamons ta mort, Seigneur Jésus, nous célébrons ta résurrection, nous attendons ta venue dans la gloire ». Divers textes de l'Écriture et de réflexion théologique m'ont inspiré pour le développement des thèmes de la transformation et de la guérison; cette perspective demeure centrale à cet ouvrage comme à toute la perception chrétienne de la souffrance et de la mort.

À la fin de leur vie, bien des gens puisent de nouveaux sentiments de paix dans le processus du « lâcher prise » et dans l'exploration d'un nouveau royaume spirituel. Souvent, dans leur description de ce passage à une signification plus profonde de la vie et à une appréciation plus poussée du don de la vie, ils disent se sentir plus près de Dieu. Dans mes efforts en vue de cerner ce processus, j'ai tenté de tenir compte des croyances et des pratiques de diverses traditions religieuses et de reconnaître qu'une personne dont la mort approche peut ou non utiliser des termes religieux pour décrire son expérience.

Cet ouvrage tente d'explorer un paradoxe : faire face à la mort et entrer dans l'angoisse et la souffrance qui l'accompagnent peut conduire à une découverte de la vie. La mort — que nous connaissons et subissons tous un jour — n'est pas une rencontre avec le non-sens; elle est l'accomplissement de la vie.

Devant une telle présentation de la mort, certains diront que j'embellis les choses. Ils me rappelleront que la mort n'est sûrement pas belle, et qu'elle peut être douloureuse et même répugnante. Bien que je doive l'admettre, il est également vrai qu'un grand nombre de mourants nous disent que l'approche de la mort est un temps où ils se sentent, comme jamais auparavant, intensément vivants.

Nous avons tendance à ne pas prêter suffisamment attention à ce qui se passe dans nos vies. Nous sommes occupés à penser au lendemain et à nous en inquiéter. La mort vient alors frapper notre attention et nous ramener à la

conscience, et c'est alors que se produit l'expérience du sentiment d'être vivant. Voilà pourquoi peut-être, à la fin de la vie, cette nouvelle perspective de croissance et de guérison intérieures vient s'offrir à nous.

Cet ouvrage s'adresse en premier lieu à ceux qui se préparent à la mort, ainsi qu'à ceux qui font face à la perte d'un être aimé. Mon intention n'est pas d'apporter des réponses à la douleur et même au désespoir qu'ils peuvent ressentir, mais simplement un certain réconfort. La dernière partie s'adresse aux prestataires de soins (membres de la famille, infirmières et infirmiers, aides, médecins, agents de pastorale et toute autre personne travaillant étroitement auprès des mourants). Prendre soin d'une autre personne à la fin de sa vie nous entraîne dans un voyage intime durant lequel se produit une transformation non seulement pour la personne mourante, mais également pour le prestataire de soins. Lui aussi peut alors ressentir les effets d'une guérison.

Par cet ouvrage, j'espère contribuer à la transformation de notre culture et à l'instauration d'une attitude qui surmonte la peur et le refus de la mort, et qui parvient à intégrer la mort à la vie. Faire face à la mort, c'est entreprendre un voyage au cours duquel nous en apprenons bien plus sur la vie que sur la mort.

PREMIÈRE PARTIE : À LA RECHERCHE D'UN SENS

Mourir de nos jours

Les gens ne meurent pas aujourd'hui comme aux siècles passés. Les progrès réalisés pour le traitement des maladies et les changements majeurs dans l'attitude des gens à l'égard de la souffrance ont apporté des changements impressionnants dans la perception de la mort et dans les pratiques du soin des mourants.

Fait étonnant, la mort est devenue un sujet tabou dans nos conversations. Le mot lui-même n'est utilisé qu'avec précaution; il est même autant que possible évité. Notre société dépense des milliards chaque année pour des produits qui repoussent l'affaiblissement graduel du corps et nous encouragent à ignorer le fait que nous sommes engagés dans un processus de mort. Même dans les salons funéraires, tous les efforts sont déployés pour « cosmétiquer » les froides réalités de la mort et ainsi occulter le caractère transitoire de notre nature humaine.

Dans son ouvrage *Denial of the Soul*¹, M. Scott Peck soutient que ce refus est si fort que même si la majorité des gens subissent des morts graduelles, ils continuent de nier le fait qu'ils sont en train de mourir. Le refus de la mort et notre inaptitude à en parler amènent une grande partie de notre société à croire qu'il serait légitime de tuer les mourants. Peck affirme que ce phénomène se produit parce que la société ne sait plus reconnaître la mort comme une réalité de l'âme — elle touche à ces aspects mêmes de l'expérience humaine qui sont sous-jacents à nos vies et qui les animent. Comme société, nous n'arrivons pas facilement à nous charger des questions touchant l'âme ou l'esprit. En conséquence, nous ne savons pas tirer profit des leçons de la mort et n'arrivons pas à la considérer comme une terre où l'expérience humaine peut être unifiée et comprise en profondeur.

Au XIX^e siècle, dans les pays industrialisés, on a commencé à cacher aux patients le fait qu'ils allaient mourir. On considérait qu'en ne leur révélant pas la gravité de leur état, des angoisses jugées inutiles leur étaient évitées.

Ainsi, au cours du siècle passé, les gens ont été de plus en plus exclus de leur propre mort. Durant les premières décennies, les familles s'occupaient de donner les soins aux mourants, mais dans les années 1950, cette responsabilité est passée graduellement aux mains de professionnels de la santé.

Aujourd'hui, plus de 80 p. 100 des personnes rendent leur dernier soupir dans un établissement de santé plutôt que chez eux. Trop souvent, cela signifie qu'elles meurent dans un endroit où la mort est considérée comme un ennemi. Les progrès de la médecine permettent maintenant, en effet, de maintenir les fonctions vitales du corps humain longtemps après que le cours naturel d'une maladie l'a détruit. Au lieu d'être un processus naturel, la mort est passée sous le contrôle d'êtres humains utilisant des machines de haute technicité, mais complètement impersonnelles.

Un autre facteur qui a modifié notre perception de la mort est la perte du sens communautaire. Prenant la parole lors d'un déjeuner national de prière à Washington en 1995, Mère Teresa a fort bien décrit la situation.

Je n'oublierai jamais la visite que j'ai faite dans un foyer de personnes âgées où des fils et des filles étaient venus placer leur vieux père ou leur vieille mère, pour ensuite l'oublier. Dans ce foyer, ces personnes avaient tout ce qu'elles pouvaient souhaiter : de bons repas, des locaux confortables, la télévision, enfin tout. Pourtant, il n'y avait aucun sourire sur leur visage assombri, et pratiquement tous regardaient vers la porte. Et la soeur m'a dit : « Voilà ce qui se passe presque tous les jours. Ils attendent, ils espèrent, que leur fils ou leur fille viendra les visiter. Ils sont blessés parce qu'ils ont été oubliés.²

On cache la mort comme si elle était honteuse et sale. On ne voit en elle qu'horreur, absurdité, souffrance inutile et pénible, scandale insupportable, alors qu'elle est le moment culminant de notre vie, son couronnement, ce qui lui confère sens et valeur.

Marie de Hennezel
— *La mort intime*

Ses mots décrivent bien la solitude et l'absence de communauté dont souffrent un grand nombre de gens au stade final de leur vie. Telle est le genre de souffrance qui a poussée Mère Teresa à fonder son hospice pour les miséreux et les mourants à Calcutta. Là, les religieuses et les bénévoles créent un climat communautaire pour les mourants et leur apportent tous les soins qu'ils peuvent, pendant qu'à l'extérieur les rues regorgent de gens et que l'air vibre des sons, des odeurs et de la chaleur de la ville.

Passer par les portes et les murs épais de l'hospice donnait l'impression d'entrer dans un autre monde, comme dans un temple rafraîchissant et calme, rempli de quiétude et de sérénité. Jamais, dans aucun autre hôpital, n'ai-je ressenti une telle paix. Ce que j'y voyais, c'était des personnes qui avaient été enlevées des trottoirs, des égouts ou des rues de Calcutta, pratiquement mortes... Elles avaient été amenées dans cet hospice afin que, pour une fois avant de mourir, elles soient l'objet d'un amour total et inconditionnel... grâce au coeur, à l'âme, au toucher et aux yeux de ces religieuses et bénévoles qui savaient voir la beauté de leurs âmes, même en dépit de la condition déplorable de leur corps et souvent de leur vie. Gisant sur leur grabat, dans l'atmosphère même de la sérénité, elles y respiraient quelque chose d'ineffable et de réconfortant pour l'âme.³

Bien des gens entretiennent des peurs bien réelles au sujet du moment ainsi que de la façon dont ils mourront un jour. Ils craignent de subir des douleurs intolérables; des interventions médicales inappropriées ou non désirées, et une prolongation non naturelle de leur vie; ils ont peur de devenir inutiles et sans intérêt; et ils ne veulent pas devenir un fardeau pour leur famille.

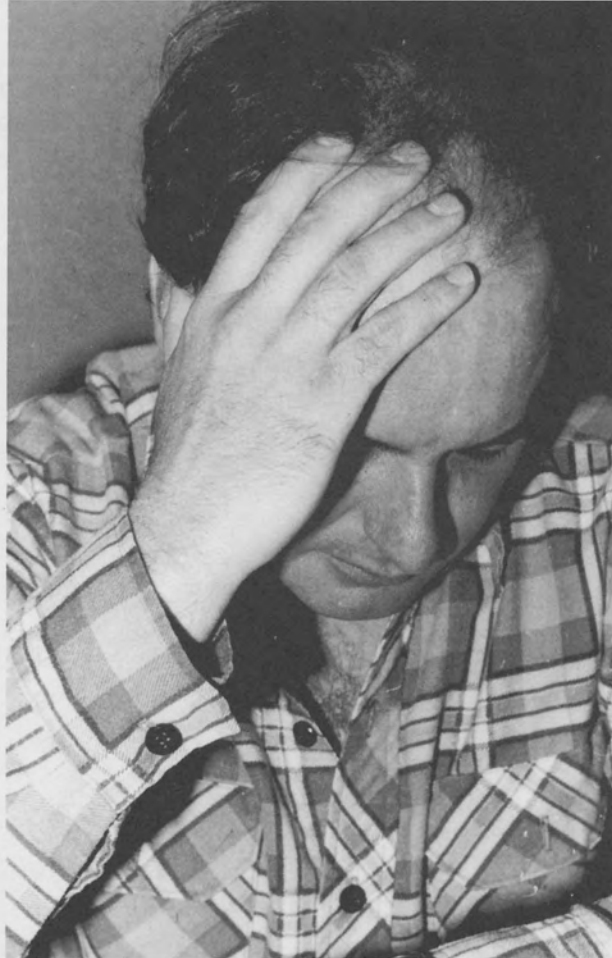
Ces dernières années, certains signes de changement dans les soins de fin de vie se sont produits en Amérique du Nord, des signes qui laissent entrevoir que les craintes des gens ont été reconnues et que des efforts sont faits pour y palier. L'instauration des soins palliatifs, la formulation d'énoncés sur les droits des mourants, ainsi que la promotion des directives préalables sont autant d'initiatives qui montrent que notre société cherche des moyens de

*Nous dérivons vers la
mort comme des canots
percés attirés par une chute,
assumant que la mort ne
peut être qu'une horreur,
et qu'il est impossible de
faire autre chose que de
payer avec frénésie contre
le courant jusqu'au sinistre
dernier moment.*

Tim Brookes
— *Signs of Life*

parler de la mort ainsi que des façons de soigner les mourants qui reconnaissent la valeur et la signification de la vie et améliorent la qualité de vie des personnes qui s'approchent de leur fin.

Mais une chose demeure claire. La cause profonde de bien des misères associées à la mort, de nos jours, est la dénégation de la mort et le fait que notre société n'a aucune vision positive pour ce qui concerne la fin de la vie.



Pourquoi moi?

Lorsque l'heure arrive où il nous faut faire face à notre propre mort, bien des questions sont susceptibles de se poser : Pourquoi moi? Pourquoi maintenant? Qu'ai-je donc fait pour mériter cela? Lorsque nous prenons soin de nos parents ou grands-parents mourants, que nous subissons l'épreuve de la mort d'un enfant, ou que nous faisons face à une mort soudaine ou accidentelle, les mêmes questions se posent : Pourquoi cela m'arrive-t-il? Comment Dieu a-t-il pu laisser cela se produire?

Bien qu'il soit indéniablement vrai que le temps finit par guérir toutes les blessures, la période de noirceur à traverser entre le moment de l'épreuve et sa guérison est un temps bien difficile. Des milliers de personnes meurent chaque jour et pourtant, pour celles qui meurent ou pour ceux qui perdent un être aimé, il peut sembler que cela ne s'est jamais produit pour quiconque auparavant. Il semble que personne d'autre n'a jamais connu ce genre de douleur et d'anxiété.

Le cri *Pourquoi moi?* qui est lancé face à la mort est une réaction qui manifeste notre incapacité de fuir plus longtemps les déceptions, les échecs et la mort qui font partie du tissu même de notre existence. Dans *Le livre tibétain de la vie et de la mort*, Sogyal Rinpoché nous dit que les raisons principales d'une si grande angoisse et difficulté à accepter la mort est que nous repoussons le fait, pourtant manifeste, que rien, mais absolument rien, ne possède un caractère permanent.

La vie peut être pleine de douleur, de souffrance et de difficultés, mais ce sont autant d'occasions qui nous sont données pour nous aider à aller de l'avant dans l'acceptation émotionnelle de la mort. Ce n'est que lorsque nous croyons que les choses sont permanentes que nous nous fermons à la possibilité d'apprendre à même le changement.⁴

Ce n'est que lorsque les circonstances nous laissent tomber et que nous sommes forcés de constater que notre sécurité s'estompée que nous commençons à percevoir la vérité que nous n'avons rien comprise, que nous avons fait confiance aux mauvaises choses, en rattachant notre bonheur à ce que nous possédons plutôt qu'à ce que nous sommes. Lorsque les jeux sont faits et que nous faisons face à l'effondrement de tout ce à quoi nous nous sommes accrochés, nous nous sentons plongés dans la nuit.

— Erich Fromm
To Have or To Be?

*Oh! Si l'on pouvait peser
mon affliction, mettre sur
une balance tous mes maux
ensemble!
Mais c'est plus lourd que le
sable des mers...*

— Job 6,2

La recherche d'un sens à la souffrance humaine est admirablement exprimée dans le récit biblique des épreuves de Job. On voit celui-ci en effet s'engager dans un questionnement sans fin, auprès de ses amis et de Dieu, pour chercher à savoir pourquoi il a été si douloureusement frappé. Plongé dans son deuil, sa souffrance et sa maladie, Job lutte avec Dieu, et c'est dans cet engagement même qu'il s'ouvre au changement. À la fin, il n'obtient aucune réponse à sa question. Il se rend compte plutôt qu'il n'a pas posé la bonne question et admet humblement : « J'ai parlé sans intelligence... ».

À un moment ou l'autre, nous devons arrêter de nous demander *Pourquoi?* Comme Job, nous découvrons qu'il n'y a rien à trouver, rien à comprendre. En l'absence de réponse, il nous faut être patient et revenir sur nos questions. En fait, il nous faut peut-être changer notre question et dire : *Pour quelle raison?* Comme nous le montre les récits de transformation aux derniers chapitres du Livre de Job, cette question pourrait être celle qui mène à la découverte d'un sens, au milieu des souffrances. Pourrais-je transformer ma mort ou ma souffrance en une source de lumière et d'amour?

Où est Dieu?

Pour bon nombre d'entre nous, chrétiens ou autres, faire face à la mort remet en cause l'idée que nous nous faisons de Dieu, et de la relation avec lui que nous avons fournie et protégée, peut-être tout au cours de notre vie. Malgré une connaissance bien claire du caractère inévitable de la mort, être confronté à la réalité de notre propre décès peut nous amener à nous demander comment un Dieu aimant peut permettre que nous y soyons soumis.

Encore une fois, c'est le personnage biblique de Job qui nous donne un exemple de la façon dont un mourant doit s'ouvrir à une nouvelle manière de rencontrer le Dieu vivant et à une vision de foi plus profonde. Job était reconnu comme un homme sérieux et honnête qui aimait Dieu et « combattait le mal ». Comme nous le raconte la Bible, Dieu a fait en sorte que Job, qui avait jusqu'alors joui d'une vie remplie de richesses et de bénédictions, soit frappé par le mauvais sort et la maladie. Au milieu de ses souffrances, Job se lamente de la perte du Dieu qu'il pensait connaître.

Tout comme Job, nous nous faisons souvent une image confortable de Dieu — d'un Dieu qui ne nous en demande pas trop. Mais dans le deuil et les souffrances qui accompagnent la mort, nous pouvons nous aussi nous demander : où est ce Dieu en qui j'ai mis ma confiance et que j'ai servi? Comment Dieu peut-il m'abandonner à cette heure où j'en ai le plus grand besoin?

Il est difficile d'imaginer les angoisses qu'ont dû subir les femmes, les hommes et les enfants qui ont été jetés dans les camps de concentration nazis pour y subir une mort cruelle et violente. Là, ces prisonniers ont été privés de toute identité personnelle, sont devenus de simples numéros et ont été totalement dépouillés de leur dignité humaine. Après avoir été affamés et

*Oh! Si je savais comment
l'atteindre, parvenir jusqu'à
sa demeure...*

*Si je vais vers l'Orient,
il est absent; vers l'Occident,
je ne l'aperçois pas.
Quand je le cherche au Nord,
il n'est pas discernable,
il reste invisible si je me
tourne au Midi.*

— Job 23,3, 8-9

battus, ils ont été menés à la mort dans les chambres à gaz. Certains se sont abandonnés à leur sort, d'autres sont devenus aussi cruels et inhumains que leurs bourreaux, mais il y en eut certains par contre qui ont eu le courage de se sacrifier eux-mêmes afin que d'autres survivent un peu plus longtemps. Il n'est pas difficile d'imaginer que leur immense détresse intérieure en ait amené un grand nombre à se sentir abandonnés par Dieu.

Elie Wiesel, dans son livre *Night*, nous fait le récit personnel de l'angoisse qu'ont connu ces gens. Il nous raconte comment, à Auschwitz, il a lui-même été forcé de regarder un garçon juif subir une mort prolongée sur une potence. Dans ce récit déchirant, il nous révèle comment, face à cette souffrance affreuse, ses yeux se sont ouverts à une nouvelle perception de la présence de Dieu.

Durant plus d'une demi-heure, il est resté là, luttant entre la vie et la mort, souffrant une lente agonie sous nos yeux. Et nous devons le regarder directement en face. Il était toujours vivant lorsque j'ai passé devant lui. Sa langue était encore rouge, et ses yeux n'étaient pas encore vitreux.

Derrière moi, j'entendais le même homme répéter :
 « Où est Dieu maintenant? »
 Et j'entendis alors une voix intérieure me répondre :
 « Où est-il? Le voici — Il est ici attaché à cette potence »⁵.

Les pertes et les diminutions qui font partie du processus de mort peuvent être ressentis comme si Dieu nous abandonnait, mais ce sentiment de vide peut aussi contribuer à nous aménager un espace pour une rencontre nouvelle et plus profonde avec Dieu.

*Il y a une fissure,
 une fissure en toute chose.
 C'est le moyen pour la
 lumière d'entrer.*

— Leonard Cohen
Anthem

La douleur et la souffrance

Il est dur de mourir; la mort est répugnante. Nul ne peut expliquer le sentiment de vide, de finitude et la peine qu'elle entraîne. Le mieux que nous puissions faire est de garder la mort en perspective pendant la vie, en prêtant attention aux souffrances et difficultés plus petites que celle-ci nous réserve et en y puisant des semences de compréhension et d'acceptation pour le moment de la mort.

*Dans nos plaisirs,
Dieu nous murmure,
dans notre conscience,
il nous parle,
mais dans nos douleurs,
il nous crie :
c'est son mégaphone
pour secouer un monde sourd.*

— C.S. Lewis
The Problem of Pain

La douleur et la souffrance vont le plus souvent de pair avec une maladie incurable. En nous penchant sur ces réalités dans la vie d'un mourant et en y réagissant, il est toujours utile de bien faire la distinction entre douleur et souffrance. En effet, la douleur est la détresse physique qui est associée à la maladie et que ressentent les personnes qui luttent contre les malaises, incapacités et affaiblissements inévitables qu'elle entraîne. Il est possible de gérer cette douleur, c'est-à-dire ce mal physique dont souffre les personnes mourantes, et de la rendre tolérable.

Quant à la souffrance, elle a plutôt trait à l'anxiété émotionnelle, spirituelle et psychologique que soulève en nous la perte de toutes ces choses qui donnent un sens et un objectif à notre vie. Avoir des perspectives pour l'avenir, par exemple, est essentiel à notre épanouissement personnel. La venue de la mort engendre une souffrance insupportable justement à cause du fait qu'elle nous coupe toute perspective d'avenir. Le sentiment de perdre une partie aussi importante de soi nous cause nécessairement une profonde souffrance.

Ira Byock, M.D., auteur de *Dying Well*, a consacré vingt années de sa vie au soin des mourants. Dans ses écrits, il fait justement la distinction entre la douleur physique et la souffrance émotionnelle et spirituelle qui survient lorsqu'une personne entrevoit la perte de tout ce qu'elle a été et de tout ce qu'elle a imaginé devenir. Il est d'avis que la souffrance persiste lorsque la douleur physique est ignorée ou jugée incontrôlable, ou lorsque l'angoisse

émotionnelle n'est pas comprise ou niée. « D'après mon expérience, écrit-il, les souffrances personnelles et intérieures peuvent être beaucoup plus intenses et exiger des interventions beaucoup plus poussées »⁶.

Jusqu'à un certain point, la détresse personnelle, ou la souffrance, est une réalité universelle chez les personnes mourantes. Bien que certains fassent ce passage dans la douceur, la plupart des gens, durant les mois et les semaines qui précèdent la mort, lorsqu'ils se voient confrontés à la perte de leurs forces physiques, de leurs aptitudes, de leurs rôles et de leurs relations, sont livrés à une grande lutte intérieure.

*Il y a le moment pour tout,
et un temps pour tout faire
sous le ciel : un temps
pour enfanter, et un temps
pour mourir.*

— Ecclésiaste 3,1-2

*J'ai fait une autre découverte
que je n'oublierai pas...
c'est qu'aux moments de
grande désolation, nous
découvrons que si nous
décidons de nous en servir,
nous possédons en nous-mêmes
des forces de rebondissement
pour toutes choses.*

— Mary Craig
The Last Freedom

Ces périodes de souffrance qui nous désorientent, et qui nous font remettre en question tout ce qui nous a servi d'objectif et a donné un sens à notre activité, sont des ingrédients à la fois naturels et nécessaires de la vie humaine. En effet, toute vie est marquée de périodes de croissance, mais aussi de diminution. Avec le passage des ans, nous apprenons que la plupart des moments de croissance sont précédés d'expériences de souffrance et de sentiments d'impuissance.

L'essence de la souffrance réside dans le fait que l'initiative nous est dérobée. Les chocs violents — par exemple la perte sans avis d'un emploi, un diagnostic de maladie grave, les grandes privations associées à la fin d'une relation intime, ou encore la mort d'un être aimé — nous poussent à nous redemander réellement qui nous sommes.

Bien des gens consacrent toute leur vie à éviter la souffrance. Mais au moment de faire face à la mort, ils s'aperçoivent qu'ils ne peuvent plus le faire; il n'y a pas de lieu où se cacher de la mort. Stephen Levine a oeuvré, durant de longues années, auprès des mourants. Dans ses écrits, il nous montre comment leur douleur et leur souffrance les font souvent grandir. « Pour la plupart, affirme-t-il, les gens commencent à s'ouvrir à leur vie non pas à cause de la joie, mais à cause de la douleur »⁷.

*En vérité, en vérité,
je vous le dis, si le grain de
blé ne tombe en terre et ne
meurt, il reste seul; s'il meurt,
il porte beaucoup de fruit.*

— Jean 12,24

*Pour devenir moi-même,
je dois cesser d'être ce
que j'ai toujours pensé
que je souhaitais être,
et pour pouvoir me trouver
moi-même, je dois sortir
de moi même,
et pour pouvoir vivre,
je dois mourir.*

— Thomas Merton

Pour certains, ce peut être l'approche de leur mort qui les amène, pour la première fois, à entrer en eux-mêmes. L'inattendu et l'indésirable peut nous remettre face à face avec des questions que nous avons mises de côté toute notre vie, et nous forcer à envisager enfin la réalité. La valeur de la souffrance ne réside pas dans l'angoisse qu'elle crée, mais plutôt dans ce que nous en faisons, et dans ce que nous en apprenons. Il semble qu'à un moment ou l'autre de toute vie, certaines vérités ne nous sont enseignées que par la douleur, et que seule la souffrance amène à la connaissance de soi.

Selon la vision chrétienne, la plénitude et la guérison ne s'obtiennent que par le lien qui existe entre la souffrance et l'épanouissement de soi, et cette plénitude ne s'amorce que par le sens de l'émerveillement. Avec ce dernier sentiment, nous nous ouvrons à l'étonnement et agissons avec révérence, en appréciant chaque chose pour elle-même, chaque personne et chaque moment. La personne expérimente ainsi son « interconnectivité » avec elle-même, les autres et Dieu. C'est la vie qui nous ouvre à ce sens de la plénitude et qui nous y entraîne. Mais certains des meilleurs enseignements de la vie nous viennent par la souffrance. Dans la vision chrétienne, le progrès vers la plénitude suppose que l'on « se vide de soi », que l'on se dépossède de tout ce qu'on est. « Qui veut en effet sauver sa vie la perdra, mais celui qui perd sa vie à cause de moi et de l'Évangile la sauvera » (Marc 8,35). C'est en faisant ce vide que la personne peut progresser dans une union intime avec les autres et avec Dieu.

La vie de Jésus est un paradigme de ce processus vers la plénitude, et un exemple du rôle qu'y joue la souffrance. Sa naissance a été accompagnée de proclamations d'une origine et d'une mission divines et son passage à la vie adulte a été marqué par une période dans le désert et la découverte de la présence de Dieu au milieu de la solitude. Dans sa vie, il y a eu place pour le travail, le repos et la célébration, et c'est dans la prière qu'il refaisait son plein d'énergie; il a connu la désillusion, mais jamais le désespoir. C'est par son acceptation de la souffrance qu'il a progressé dans l'amour. Il a été confronté à la peur de la mort, et c'est en l'acceptant qu'il l'a surmontée; cette

mort, il l'a fait sienne et l'a ainsi transformée en une source spirituelle de vie pour les autres.

Pour les chrétiens, savoir faire face à la souffrance et bien mourir signifient vivre et mourir comme lui.



Le deuil

Nous avons tous tendance, chaque fois que nous subissons une perte — grande ou petite — à traverser, avec divers degrés d'intensité, les mêmes stades de deuil. Pour nous libérer de l'anxiété et de la souffrance associées à une perte, nous devons d'abord nous soumettre aux sentiments d'inconfort et de rejet qu'elle soulève en nous.

Divers modèles conceptuels du deuil ont été développés pour aider les personnes mourantes à comprendre ce qu'elles subissent et à en faire une source de croissance. Celui de Elisabeth Kübler Ross qui présente les diverses étapes du processus de deuil (la dénégation, la colère, la négociation, la dépression et enfin l'acceptation) a aidé beaucoup de gens à comprendre et à faire les transitions voulues.

Bien que les divers modèles du deuil varient du point de vue des titres donnés à ces transitions et au nombre de stades, ils prévoient tous des phases semblables dans ce que subissent les mourants.

Pour la plupart, la première phase des victimes d'un deuil est celle du choc et de la dénégation. Le monde semble alors disparaître sous leurs pieds, et les points de repère habituels qui leur ont assuré l'équilibre dans le passé disparaissent. Jean Monbourquette a fait d'importants travaux sur le processus de deuil. En aidant les personnes à trouver du réconfort et un sens à ces heures difficiles, il a remarqué que le corps humain se donne des mécanismes de survie qu'il active aux moments de grande détresse. « Lorsque la souffrance est trop grande, le corps humain produit des hormones tranquillisantes, la transmission nerveuse ne se fait plus, la réalité devient trouble et les émotions stagnent »⁸.

Ainsi, ce premier état de choc s'accompagne souvent d'une perte d'énergie et d'une léthargie débilante. Il peut également causer le refus de la réalité. Ce

Personne ne m'a jamais dit que le deuil ressemblait de si près à la peur. Ce n'est pas que j'aie peur, mais la sensation est semblable. Le même tremblement à l'estomac, la même agitation, la même hébétude. Je continue de ravalier.

— C.S. Lewis
A Grief Observed

refus peut prendre différentes formes, mais il comporte toujours l'inaptitude à accepter la souffrance présente.

Graduellement, l'intensité du choc diminue et laisse place à une prise de conscience croissante de plusieurs émotions. Pour les gens qui n'ont jamais appris à reconnaître et à exprimer leurs émotions, une expérience aussi intense peut être en elle-même éprouvante.

Certains rapportent qu'en essayant de lutter contre une maladie grave, ils ont l'impression déplaisante que le monde continue de fort bien tourner autour d'eux, alors que pour eux-mêmes, tout a basculé. Ce ressentiment peut s'accompagner d'un grand ennui du passé, de la manière dont les choses allaient. Il ne faut pas s'étonner que ces personnes se replient alors sur elles-mêmes et tombent dans une profonde tristesse.

La dépression, la peur, la colère, la tristesse, la culpabilité et le sentiment d'impuissance sont autant d'émotions qui peuvent produire le mouvement de « montagne russe » que subissent les personnes éprouvées. Mais en laissant ces émotions suivre leur cours en leur cœur, et en portant attention à leurs implications, cette expérience peut devenir très éclairante.

Avec cet approfondissement de la conscience de soi, le mourant peut alors se rendre compte qu'il lui reste certaines affaires à terminer et qu'il doit maintenant y voir. Il peut s'agir entre autres d'accorder son pardon, ou de demander pardon, de confier à d'autres des projets en cours, ou de trouver les moyens de faire ses adieux.

Mais la nostalgie du passé — la façon dont les choses *allaient* — pousse aussi à une acceptation du présent, ainsi que de la façon dont les choses se déroulent inévitablement *maintenant*. Cette transition amène à constater et accepter le fait que la situation ne va pas changer. La personne se rend compte que c'est elle-même qui doit changer, ce qui suppose qu'elle accepte d'endosser une identité nouvelle. La disparition de la vie peut susciter une compréhension plus claire de la réalité. Elle nous dégage des idées fausses et

des ambitions qui nous tiennent souvent dans leur étau, et nous révèle la simplicité des besoins réels de la vie humaine.

En parlant des phases ou des stades du deuil, il est important de noter que même si certains modèles peuvent être utiles pour décrire cette expérience humaine, ils ne doivent pas être considérés comme établissant une séquence rigide d'émotions à travers lesquelles tout le monde doit passer. Ce n'est pas tout le monde, en effet, qui traverse ces étapes, et leur ordre n'est pas toujours le même. En outre, il y a des gens qui meurent sans avoir terminé toutes leurs affaires, et sans avoir transformé leur souffrance et leur deuil en une fructueuse expérience spirituelle.

Le deuil est l'une des réalités inévitables à laquelle nous devons tous faire face au moment de mourir. La période qui s'écoule entre le diagnostic d'une maladie mortelle jusqu'à l'apparition de tous les symptômes graves et jusqu'à la mort est un temps durant lequel nous pouvons encore beaucoup apprendre et où le deuil peut être notre maître.

L'attente — Un temps de prière et de préparation

En Occident, nous n'attribuons de valeur à nous-mêmes et aux autres que lorsque nous sommes affairés à réaliser, à mettre au point et à relever de nouveaux défis. Si nous demeurons actifs, c'est en vue de maintenir notre identité d'hommes et de femmes d'action. Ne pas être actif correspond à perdre du temps. Or, l'avènement de la mort est justement le passage de l'actif au passif.

Il y a plusieurs années, un membre de ma famille a dû se soumettre à une série de traitements de chimiothérapie. Je la conduisais à la clinique du cancer et au cabinet du médecin où nous devions passer des heures à attendre : attendre pour les tests, pour rencontrer les médecins, pour les dossiers à trouver, et attendre encore pour les traitements. Il y avait aussi les périodes de trois semaines d'attente entre les séries de traitement qui étaient difficiles pour elle, car alors, même les tâches les plus simples lui étaient ardues. L'attente draine notre énergie; elle est faite de moments où l'on se questionne, où l'on spéculé et où l'on s'attend au pire. Pendant ces périodes, il peut sembler que la vie s'est arrêtée. Autour de nous, le monde continue à tourner; on ne peut que s'en sentir isolé.

Par contre, ces périodes d'attente et d'isolement fournissent des occasions de découvrir ou de renouveler la place de la prière et de la méditation dans notre vie. Au Jardin de Gethsémanie, la nuit même avant sa mort, Jésus nous a donné un modèle de prière. Attendant d'être arrêté, il s'est tourné vers son Père. L'évangéliste Marc nous raconte qu'une grande peur s'est abattue sur lui et l'a jeté dans une profonde détresse. Dans sa solitude, il a confié ses peurs à Dieu et s'est servi de ce temps d'attente pour regrouper ses forces en vue des événements à venir.

Tout au long de sa vie, Jésus a consacré du temps à la solitude, il a développé sa capacité d'attention à la voix de Dieu en lui-même, une voix

qui l'appelait « le Bien-aimé » (Marc 1,11). Sa vie, il l'a menée depuis ce lieu d'amour intérieur. Bien que meurtri par le rejet, par les ressentiments et la haine autour de lui, il est demeuré toujours ancré dans l'amour du Père.

Sans solitude, il est virtuellement impossible de développer une vie de prière. La solitude commence par le choix d'un temps et d'un lieu pour Dieu, et pour Dieu seul. Au début, les distractions peuvent se présenter en grand nombre, et l'immobilité et le silence peuvent nous paraître difficiles à tolérer. Nous pouvons avoir le sentiment de simplement perdre notre temps. Mais une fois que nous sommes nous-même engagés à consacrer du temps à Dieu dans la solitude, nous devenons plus attentif à sa voix dans notre coeur.

Chaque fois que vous écouterez dans la plus grande attention cette voix qui vous appelle bien-aimé, vous sentirez monter en vous le désir d'entendre plus longtemps et plus profondément cette voix. C'est comme faire la découverte d'un puits dans le désert. Une fois que vous avez touché ce sol, vous voulez y creuser plus profondément.⁹

Ainsi, en faisant une place à la solitude dans sa vie, l'attente peut se présenter sous une nouvelle lumière. Henri Nouwen écrit : « Nous commençons même à envisager avec plaisir cette période étrange d'inutilité »¹⁰. Ira Byock, dans son ouvrage *Dying Well*, nous parle de l'impact que la solitude et la prière peuvent avoir dans la vie d'un mourant.

La pratique de la prière contemplative ou de la méditation peut nous créer une place de sécurité et de recul — non pas à l'extérieur, mais à l'intérieur même de l'expérience. La capacité de demeurer centré et « bien à l'intérieur de nous-même » au milieu des distractions, du doute, de l'anxiété et au milieu des malaises corporels, est reconnue par de nombreuses cultures et traditions religieuses comme une préparation cruciale pour le passage de la vie à la mort.¹¹

Attendre n'est pas nécessairement du temps perdu. Ces moments passifs peuvent être transformés en des temps de croissance dans lesquels l'isolement et l'inactivité créent une solitude riche de vie.

Le besoin de parler



Le besoin de parler de la mort

Dans notre société, il est mal vu de se montrer malheureux. On a horreur de la souffrance et de la peur. Voilà pourquoi nous avons honte et sommes incapables de parler de nos besoins, de nos malaises et de nos craintes.

Cette inaptitude que nous démontrons tous à parler de la tristesse et de la mort contribue probablement à la conspiration du silence qui entoure habituellement les mourants. Or, ce silence ne fait qu'accentuer leur souffrance. Combien souvent n'entendons-nous pas les membres de la famille et les amis disputer une personne mourante qui essaie de parler de sa mort en lui disant : Ne parle pas comme ça! Ainsi, cette personne se voit imposer un poids supplémentaire, celui de protéger les autres de leur propre douleur et détresse.

Pour un mourant, le fait de ne pas pouvoir dire aux personnes qu'il aime qu'il va mourir est la pire forme d'isolement. Ceux qui soignent les mourants nous rapportent que le fait de ne pas pouvoir parler de la mort, ou de ne pas pouvoir partager avec d'autres ce qu'elle signifie, suscite fréquemment une angoisse mentale, une sorte de délire ou autre manifestation de douleur.

Le désespoir, la peur de subir des douleurs incontrôlables, et l'inquiétude au sujet de ceux qu'on laisse en arrière, voilà autant de choses qu'il faudrait pouvoir dire, et même crier à certains moments. Dans les hôpitaux, on a souvent tendance à supprimer toute expression d'émotion autour d'un patient à l'article de la mort. Tous les efforts sont faits pour le garder calme et tranquille. Le silence qui en résulte est un mensonge qui protège les vivants contre les cris du mourant et contre la frustration de ne pouvoir changer les choses. C'est une manière de nous protéger nous-même de notre propre peur de la mort.

*Jésus clama en un grand cri :
« Mon Dieu, mon Dieu,
pourquoi m'as-tu
abandonné?... »
Jésus, poussant de nouveau un
grand cri, rendit l'esprit.*

— Matthieu 27,47, 50

Il est important de permettre aux mourants de parler de leur mort et d'échanger sur les questions et les problèmes qui se posent alors à leur esprit.

Celui qui peut dire « Je vais mourir », celui-la ne subit pas sa mort, mais peut la vivre en sujet. Alors il se redresse et révèle une force intérieure que parfois on ne soupçonnait pas. Celui qui peut dire « je vais mourir » peut aussi être acteur de son départ, l'organiser.¹²

*Je m'aperçois que
la noirceur contre
laquelle j'ai lutté
était le but de ma vie.*

— Samuel Beckett

La chose peut paraître ironique, mais les gens qui ont réellement envisagé la perspective de leur propre mort et en ont parlé ouvertement s'en trouvent encouragés plutôt que déprimés. Il se peut en effet que notre peur de mourir et le sentiment de n'y être pas préparé soient reliés à la peur de l'inconnu. Le fait d'en parler démasque cette peur.

Le désir de mourir

« **J**e veux mourir », « J'exige qu'on me donne le droit de mourir ». « Faites quelque chose, je vous en supplie ». Voilà des expressions que les infirmières, médecins et proches entendent parfois en prenant soin d'un mourant. Ces demandes résultent de l'angoisse profonde que soulève la confrontation à l'inévitable. Elles se produisent lorsque la mort apparaît comme le seul soulagement possible à une souffrance insurmontable.

*Car mes jours s'en vont en
funée, mes os comme un
brasier brûlent; battu comme
l'herbe, mon cœur sèche et
j'oublie de manger mon pain;
à force de crier ma plainte,
ma peau s'est collée à mes os.*

*... en chemin, ma force a
fléchi, fais-moi savoir mon peu
de jours.*

— Psaume 102,3-5, 23

La psychologue Marie de Hennezel a travaillé de nombreuses années auprès des malades en phase terminale dans un hôpital de Paris. Son ouvrage *La mort intime* contient plusieurs récits de personnes qui, dès leur arrivée au département, ou durant leurs derniers jours, demandent l'euthanasie.

Elle nous rapporte, entre autres, le cas de Dominique qui, durant les trois semaines après son arrivée à l'hôpital a demandé la mort. Mais après avoir traité ses symptômes, sa douleur et ses malaises sont disparus; ses appels à la mort ont alors cessé. Un jour, son état a empiré et elle ne pouvait plus descendre de son lit. Les tentatives de conversation avec elle se révélaient inutiles. Elle a alors recommencé à dire qu'elle avait mal. Mais les infirmières ont vite remarqué que ses malaises disparaissaient lorsque quelqu'un s'asseyait auprès d'elle ou lorsqu'elle pouvait avoir un long massage. En même temps, ses demandes de mourir revenaient. Les prestataires de soins avaient beau lui réaffirmer qu'ils n'avaient pas le pouvoir de donner la mort, malgré l'existence des moyens techniques à cet effet, ces refus ne faisaient qu'augmenter sa rage et sa frustration.

Rappelant sa rencontre avec Dominique, de Hennezel rappelle que les poings serrés et les cris caractéristiques de personnes éprouvant de tels sentiments de rage peuvent être pris pour des manifestations de douleur. En réalité, ce sont souvent des signes de révolte et de colère.

« Je veux mourir, me dit-elle, regardez ce que je suis devenue. »

Elle me parle de tout le calvaire vécu, des seins amputés, de la perte de son identité de femme. Elle ne voit plus d'intérêt à la vie. Le tableau est très noir, très désespéré. Je l'écoute avec toute l'attention possible. Je suis là pour elle, simplement. Dominique me serre la main dans les moments où l'émotion monte, je réponds, nos mains se parlent. Au bout d'un long moment, elle me dit avec un sourire : « Vous me faites du bien. »

« Êtes-vous sûre, lui dis-je, d'avoir fini de vivre? »

Elle semble surprise par ma question. « Fini de vivre? » Je la sens songeuse, perplexe. « Que voulez-vous dire? » finit-elle par demander.

« Quelque chose, quelqu'un vous rattache-t-il à la vie, pour que vous soyez encore là? »

Je la sens de plus en plus intriguée.

« Plus personne ne me rattache à la vie, non, mais il y a tant de choses non réglées! » dit-elle, avec lassitude.

Voilà, je sens que le poisson a mordu à l'hameçon. Il y a donc de l'inachevé dans l'air. « Voulez-vous m'en parler, cela peut peut-être vous aider? »¹³

Durant l'heure qui a suivi, Dominique a laissé s'écouler l'histoire de sa vie, la rassemblant pièce par pièce et révélant ses souffrances les plus secrètes. Le jour suivant, à la réunion avec l'équipe des soins palliatifs, de Hennezel a expliqué qu'elle avait l'impression que les cris et les plaintes de Dominique étaient une couverture pour sa colère profonde, non seulement contre la vie, mais également contre elle-même. Dominique portait en elle bien des choses qu'il lui aurait fallu régler, et son désir de mettre fin à sa vie était rattaché à cette situation. Mais durant cette même réunion de l'équipe, une des infirmières rapporta que depuis la rencontre de Dominique avec de Hennezel, tout était redevenu paisible et qu'il n'était plus question de vouloir mourir.

*Je veux être délivré de
la terre et redevenir terre
car la mort vaut mieux
pour moi que la vie.
On m'a fait des reproches
sans raison, et j'ai une
immense douleur!*

*Seigneur, j'attends que
ta décision me délivre
de cette épreuve.
Laisse-moi partir au séjour
éternel...*

— Tobie 3,6

Le processus de la mort s'attaque à notre intégrité physique. Cette désintégration corporelle peut transformer la personne en étrangère aux yeux de ses proches, surtout lorsqu'elle est doublée des ravages de la chirurgie et des traitements. De tels tourments soulèvent un questionnement douloureux : « Combien de temps cela va-t-il durer? », « Regardez ce qui m'arrive. Quelqu'un peut-il encore m'aimer? », « Ne vaudrait-il pas mieux que je sois morte? ».

À l'article de la mort, les gens doivent pouvoir exprimer leur désir de la mort. Le fait qu'il y ait quelqu'un avec qui ils peuvent partager cette émotion, et le sentiment que leur désir a été accepté, peuvent être une source de réconfort et de paix. Sur ce sujet, de Hennezel montre clairement que reconnaître ce désir de mourir ne suppose pas qu'on soit d'accord pour le réaliser. Ce dont la personne a besoin, c'est d'énoncer ce qu'elle souhaiterait, et d'être entendue : « être entendu » ne signifie pas « être obéi ».

Notre société a commencé à se tourner vers l'aide au suicide comme solution à la souffrance des malades en phase terminale. L'histoire de Dominique, comme de tant d'autres comme elle qui ont pénétré dans leur monde de souffrance et leur désir de la mort et en sont ressortis dans la paix et la tranquillité, montre que la légalisation sur l'aide au suicide n'est pas la réponse à donner à la souffrance.

La douleur et autres symptômes de détresse peuvent être soulagés, même lorsqu'ils sont graves. Et la souffrance personnelle que suscite la perte du sens de la vie ainsi que le sentiment de la désintégration imminente peut également être gérée. Même si cela n'est pas facile, on peut y parvenir se portant avec amour et grande attention vers chaque personne, une à la fois. Décoder ce que cache leur demande de mourir peut les aider à trouver le chemin qui mène à la source de leur détresse.



DEUXIÈME PARTIE : L'IMMENSITÉ DE LA VIE

L'acceptation de nos pertes

Pour celui qui doit subir une série de traitements de chimiothérapie, la perte complète de ses cheveux peut être une expérience traumatisante. Pour la plupart, nous croyons que notre chevelure est une des expressions de ce que nous sommes. La voir disparaître peut donner l'impression d'être privé d'une partie de notre personnalité.

Les diverses pertes auxquelles nous sommes confrontés durant notre vie ne semblent pas nous préparer adéquatement à la multitude de celles que nous subissons au cours des semaines et des mois précédant la mort. Dans une période relativement courte, en effet, les mourants doivent se départir de toutes les choses et de toutes les personnes qu'ils ont aimées. Passer d'un état de personne capable à celui de personne handicapée, par exemple, constitue une perte extrêmement grave. Dans notre société, c'est notre travail qui nous façonne et nous définit comme personne. La perte de notre aptitude à contribuer et à créer remet en question tous nos objectifs, et même notre sens de la vie. La maladie et la détérioration grandissantes au moment de la mort nous font prendre conscience de notre profonde fragilité et de notre dépendance.

La vie est un passage de la dépendance à la dépendance. Comme enfants, nous dépendons de nos parents, de notre famille et de nos enseignants. Grâce à leur amour et à leurs soins, nous progressons vers une plus grande indépendance. Puis, lorsque nous approchons de la fin de notre vie, ce besoin d'être pris en main par d'autres revient et nous fait devenir, encore une fois, de plus en plus dépendant.

Ce défi que nous impose l'acceptation de notre faiblesse et notre dépendance à l'égard des autres est exprimé avec une grande sensibilité dans la vie et les écrits de Jean Vanier, fondateur de L'Arche, un réseau international de communautés chrétiennes qui implante des foyers où des personnes souffrant ou non d'incapacités choisissent de vivre et de travailler ensemble.

Nous vivons dans un monde où chacun veut paraître de telle ou telle façon : avoir l'air fort, intelligent, puissant, élégant...

Chacun de nous trouve extrêmement difficile de s'accepter tel qu'il est, avec ce mélange extraordinaire de faiblesses et de forces, d'ignorance et de sagesse, de lumière et de ténèbres, d'amour et de haine. En fait, nous voulons fuir quelque chose que j'appellerais notre vulnérabilité, notre immense vulnérabilité.¹⁴

Mourir nous met face à face avec notre vulnérabilité. Nous mourrons tous pauvres. À nos derniers moments, aucune somme d'argent ou de pouvoir ne pourra nous empêcher de mourir. Faire l'expérience d'une telle vulnérabilité signifie que nous devenons comme des enfants. L'enfant n'a pas peur de la dépendance, non plus que du désir d'être aimé et d'aimer. Voilà pourquoi peut être le geste le plus simple — une parole, un sourire, un toucher — peut avoir un effet aussi puissant dans la vie d'une personne à l'article de la mort.

Savoir redevenir un enfant est au coeur du message chrétien. Dieu s'est fait chair et a pris l'état sans défense et vulnérable d'un petit enfant. Ce mystère de Dieu qui devient homme nous invite à laisser tomber toutes nos défenses et barrières.

Alors nous pouvons peut-être découvrir l'extraordinaire sagesse qui nous est transmise par le Verbe devenu chair. Le Verbe qui s'est fait lui-même petit enfant, qui a pris sur lui notre chair humaine, qui a endossé notre faiblesse. Voilà la grande sagesse de Jésus-Christ : « N'aie pas peur de ta faiblesse, n'aie pas peur ! Car c'est au coeur de ta fragilité que tu découvriras la présence de Dieu ». ¹⁵

*Si vous ne retournez
pas à l'état des enfants,
vous ne pourrez entrer
dans le Royaume des Cieux.*

— Matthieu 18,3

*Lui aussi y participa...
afin d'affranchir tous
ceux qui, leur vie entière,
étaient tenus en esclavage
par la crainte de la mort.*

— Hébreux 2,14-15

La présence de Dieu au milieu de la perte et de la mort est précisément l'espérance que les chrétiens trouvent en Jésus-Christ. Au coeur de la foi chrétienne, il y a un homme mourant dans la douleur et l'angoisse, après avoir vu l'oeuvre de sa vie détruite autour de lui dans la déchéance et la honte. À ce moment-là, Jésus a fait connaître à tout le monde cette douloureuse prise de conscience de sa vulnérabilité et de son impuissance. En Jésus et par lui, Dieu a voulu partager non seulement notre vie, mais aussi notre mort.

Pour nous, la mort est d'abord une séparation. Elle est la perte de précieuses relations et de notre moi profond. Or, la foi chrétienne nous enseigne justement que Jésus est mort pour nous de sorte qu'elle ne soit plus une séparation. Sa mort a ouvert la porte à la possibilité pour nos morts de devenir le moyen de nous unir et de communier à toute l'humanité et à Dieu.

Devenir un enfant a été pour Dieu la façon de partager notre vie. La transformation de la mort a été la façon de Dieu de nous faire partager sa vie.

Teilhard de Chardin nous a laissé de magnifiques écrits sur les pertes qui marquent nos vies et sur les forces de la diminution qui nous entraînent de l'activité à la dépendance, de l'action pour d'autres à l'action pour nous-mêmes et, ultimement, de la vie à la mort. C'est le Christ, affirmait-il, qui a transformé ce pouvoir universel de la diminution et de l'extinction en un don de vie.

Dieu doit, en quelque manière, afin de pénétrer définitivement en nous, nous creuser, nous évider, se faire une place... La Mort est chargée de pratiquer, jusqu'au fond de nous-mêmes, l'ouverture désirée.¹⁶



Voir à ses affaires non réglées

*Tant de coeurs que j'ai trouvés,
des coeurs comme le tien et le
mien, déchirés par ce que
nous avons fait et que nous
ne pouvons réparer.*

— Leonard Cohen
The Song of Bernadette

Pour la plupart d'entre nous, il y aura des affaires non réglées dont il nous faudra nous occuper à la fin de notre vie — conflits non résolus, relations brisées non guéries, ou promesses non tenues. Le regret qu'elles nous laissent peut devenir l'un des fardeaux qui nous paraîtra bien lourd à la fin de notre vie.

Dans son travail auprès de personnes ayant connu des pertes majeures dans leur vie, Jean Monbourquette a souvent vu les manifestations de ce regret. Il nous encourage à nous préparer, au moment où nous tomberons dans le deuil, à être assaillis par des sentiments aussi inattendus que la peur, la culpabilité, la honte et la tristesse.

Rappelle-toi que les émotions sont « mouvantes » et passagères. Si tu te permets de les exprimer, elles s'évanouiront et feront place à plus de paix en toi. Il se peut que tu restes « accroché » à une émotion. Tu auras alors à plonger davantage en toi pour découvrir le courant émotionnel plus profond qui ne trouve pas sa voie d'expression. Une colère persistante peut cacher une tristesse qui ne peut s'exprimer. Le contraire est aussi vrai : une tristesse tenace peut se nourrir d'une colère que l'on ne se permet pas de dire. La culpabilité obsessionnelle pourrait puiser son énergie à une rage tournée contre soi.¹⁷

Les sentiments de déception et de culpabilité qui sont associés à la conscience d'avoir encore des choses à régler peuvent amener une personne à s'accrocher à la vie. Henri Nouwen, dans son ouvrage *Beyond the Mirror: Reflections on Death and Life*, nous raconte l'accident très grave qu'il a lui-même subi et qui l'a amené à une nouvelle compréhension de l'effet de ces sentiments. Il nous décrit les événements qui ont suivi l'instant où il a été heurté par un véhicule et l'état d'esprit dans lequel il s'est senti en entrant dans une terre vaporeuse entre la vie et la mort. Il dit qu'il a senti la présence

de Dieu d'une façon très tangible. Cela lui est apparu comme un retour à la maison, où il a été entouré d'amour. Néanmoins, au milieu de ces sentiments chaleureux et aimants, il a senti en lui une résistance à cette invitation d'entrer chez lui.

Ce qui m'a le plus retenu de mourir a été le sentiment d'affaires non réglées, de conflits non résolus avec des personnes avec lesquelles je vivais ou j'avais vécu. La peine d'un pardon retenu, par moi ou pour moi, m'a gardé accroché à mon existence blessée...

Face à la mort, je me suis rendu compte que ce n'était pas l'amour qui me gardait accroché à la vie, mais une colère non résorbée.¹⁸

Mais s'attaquer à de tels conflits non résolus ne veut pas nécessairement dire qu'il faut poser de grands gestes héroïques. Écrire, par exemple, même une courte lettre, à quelqu'un avec qui on s'est brouillé peut être source d'une paix bien nécessaire. Avoir l'occasion de parler de conflits latents ou non résolus avec un autre peut aussi soulager et reconforter. À ce moment-là, la guérison de blessures passées peut nous venir de gestes aussi simples qu'un toucher ou une accolade. Et il y a aussi les rites de guérison et d'adieu qui sont des moyens fort valables de mettre un terme à ce genre de luttes intérieures.

Dans l'Église catholique, la célébration du Sacrement des malades tient compte du fait que les heures de maladie grave sont également des heures de profonde angoisse. En oignant le malade d'huile sainte et en lui imposant les mains, la communauté demande à Dieu de lui donner sa grâce pour traverser cette épreuve. Le rituel donne aussi l'occasion de reconnaître son besoin de réconciliation, et de recevoir le pardon de Dieu.

Une maladie progressive offre de précieuses occasions de mettre ses affaires en ordre et de résoudre ou de compléter toute question touchant les relations avec les autres. Il semble qu'il soit bien important de procéder à ces choses pour avoir une mort paisible.

L'importance du pardon à la fin de sa vie

Dans le chapitre précédent, nous avons parlé des conflits non résolus, et nous avons souligné combien les personnes mourantes ressentent fortement le désir de pardonner et d'être pardonnées. La lutte que livrent les mourants, à leurs derniers moments, n'est généralement pas reliée à la difficulté de quitter les êtres aimés. La véritable lutte s'explique davantage par le fait de laisser en arrière des personnes auxquelles nous n'avons pas pardonné et des personnes qui ne nous ont pas pardonnés.

L'ouvrage *Anatomy of an Illness*, de Norman Cousins, a exercé une profonde influence sur la recherche médicale en matière de relation entre l'esprit et le corps. Au plus profond de son expérience, l'auteur a découvert toute l'importance d'une mobilisation des ressources naturelles du corps et de l'esprit pour combattre la maladie. Dans son livre, il souligne le rôle libérateur et l'impact guérisseur du pardon.

J'ai appris que la vie est une aventure dans le pardon. Rien n'encombre autant l'âme que le remords, le ressentiment et la récrimination. Les sentiments négatifs occupent une quantité d'espace effrayant dans l'esprit, bloquant nos perceptions, nos perspectives, nos plaisirs. Le pardon est un cadeau qu'il nous faut faire non seulement aux autres, mais à nous-même, pour nous libérer de notre tendance à l'auto-punition et nous permettre de jouir d'horizons plus larges qu'il n'est possible de le faire dans des conditions de culpabilité ou de rancune.¹⁹

*Ce que fait le pardon,
c'est de nous libérer
du désir d'un paiement
exact.*

— Lewis Smedes
The Art of Forgiveness

À la fin de la vie, la nécessité du pardon est comme une plaie ouverte attendant d'être soignée. Les gens veulent mourir entiers et libres du poids des jugements qu'ils ont portés, et que nous portons presque tous. Les frères et les soeurs qui ne se sont pas parlé pendant des années peuvent revenir à de bons sentiments lorsque l'un d'eux fait face à la mort. Les gens qui ont

souffert de culpabilité pendant longtemps et en silence, s'ils trouvent le courage de demander pardon, en ressortent libérés et guéris. Le fait de se rendre compte que le temps qui reste est limité, et que le choix nous est laissé de quitter cette vie en demeurant ou non animé de haine et d'esprit de vengeance peut être la source de transformations substantielles.

Nous ne pouvons pas, lorsque nous avons subi les profondes blessures de l'abandon, de la négligence, de la trahison ou de la violence, simplement effacer ces événements de notre histoire ou de notre esprit. Pardoner ne signifie pas oublier l'offense ou prétendre qu'elle n'a jamais eu lieu, mais plutôt choisir de nous libérer nous-même de l'esprit de vengeance et du ressentiment. Pardoner, à la fin de sa vie, c'est refuser d'emporter la rage et la haine contre une autre personne dans la mort.

Dans son livre à succès *Blessings*, Mary Craig nous raconte l'histoire d'une amitié avec un Polonais nommé Stefan qui avait survécu au camp de concentration d'Auschwitz. Après avoir été libéré, il a vécu de longues années, mais graduellement sa santé a déperî. Avant de mourir, il écrivait à Craig :

« Ce dont je me préoccupe le plus, c'est du sort des enfants. Que deviendront-ils? » Après ces mots, il a dû s'arrêter pour penser à ce qu'il venait d'écrire, et après en avoir biffé les derniers mots, il reprenait : « Non, je ne dois pas m'inquiéter à leur sujet. Ils sont dans les mains de Dieu, et il n'y a qu'une seule chose importante pour eux : j'espère qu'ils apprendront à avoir de la compassion pour les autres. »²⁰

Craig nous décrit comment Stefan et sa femme ont cruellement souffert aux mains d'hommes et de femmes qui semblaient ne ressentir aucune compassion. Ils ont emporté les cicatrices et les séquelles physiques de ces cruautés jusque dans leur mort. Et pourtant, à la fin de sa vie, Stefan a montré qu'il n'avait pas laissé le ressentiment ou le désir de vengeance avoir le dernier mot en lui. Il avait appris que c'est la compassion et le pardon qui gardent l'humanité en vie. C'est ce qu'il souhaitait le plus pour ses enfants : qu'ils connaissent toute l'importance de la compassion.

*Alors Pierre, s'avançant lui dit :
« Seigneur, combien de fois
devrai-je pardonner les offenses
que me fera mon frère? Irai-je
jusqu'à sept fois »? Jésus lui
répond : « Je ne dis pas jusqu'à
sept fois, mais jusqu'à soixante-
dix-sept fois ».*

— Matthieu 18,21-22

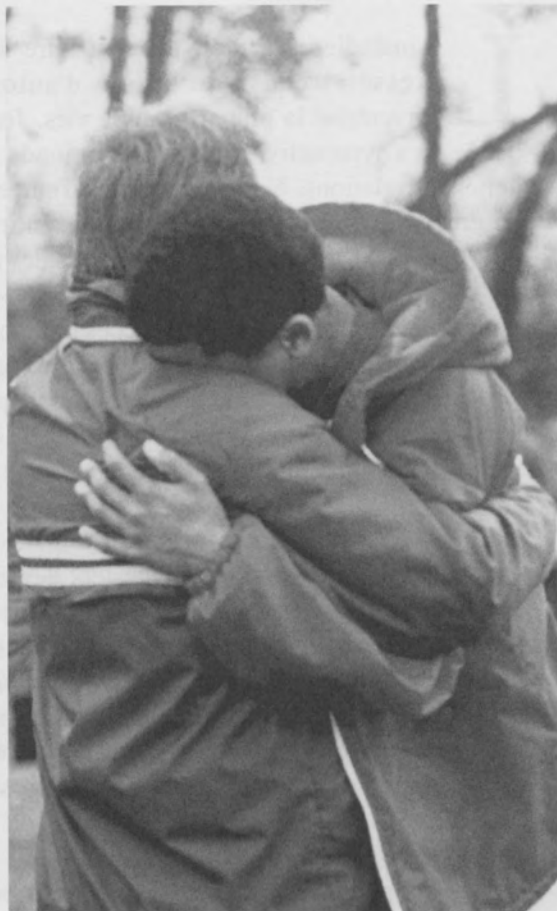
Dans la pensée chrétienne, le repentir et le pardon tiennent une place centrale pour la recherche de la plénitude de l'être (la sainteté) à laquelle nous sommes tous appelés. Cela signifie que tout au long de notre vie, nous devons admettre nos erreurs et repartir à neuf. Dans le christianisme, le péché n'est pas puni. Au contraire, l'Écriture et les paroles de Jésus nous révèlent le désir de Dieu de pardonner, et son pouvoir de pardonner encore et encore. Jésus nous a révélé un Dieu qui attend, sans ressentiment ou désir de vengeance, notre retour vers lui.

Lorsque nous admettons que nous avons des faiblesses et des failles, et que nous avouons nos péchés contre nos frères et nos sœurs, nous commençons à grandir, à jouir d'une plus grande liberté intérieure et d'un amour plus vrai. Nous commençons, dès lors, à accepter les faiblesses et les failles des autres. Une personne pardonnée devient capable de pardonner. Le pardon détruit les obstacles qui nous séparent des autres et nous ouvrent à eux.

À la fin de la vie, il pourrait être impossible de communiquer directement avec la personne à laquelle nous aurons besoin de pardonner, ou dont nous aurons besoin d'obtenir le pardon. Comment pourrions-nous, par exemple, obtenir le pardon d'une personne ou lui pardonner, si elle n'est plus vivante? Comme le remarque Stephen Levine, pardonner signifie se libérer soi-même.

En effet, cette histoire de régler ses vieilles affaires nous rappelle encore une fois que lorsque deux personnes tirent chacune à un bout d'une corde, il suffit qu'une seule d'elles lâche son bout pour que tombe toute la tension entre les deux.²¹

Accepter d'avoir besoin des autres



Accepter d'avoir besoin des autres

La maladie et la mort peuvent faire tomber certains murs qui ont été dressés à cause du besoin d'autonomie et d'indépendance qui caractérise la plupart de nos vies. Jean Vanier soutient qu'une bonne partie de l'hyperactivité dans notre monde s'explique par notre tendance à éviter les relations. Nous avons peur d'entrer en rapport avec des personnes, de créer des liens d'amitié, de nous sentir responsables d'eux et de nous ouvrir au besoin que nous avons les uns des autres.

Pour un mourant, le besoin de succès et de prestige, de même que le souci de ce que pensent les autres, cessent d'être le facteur le plus important. Les pertes et la souffrance associées à la mort peuvent le rendre plus profondément conscient de son besoin des autres et de sa capacité d'aimer. Celui qui reconnaît sa vulnérabilité est souvent étonné de la générosité des autres.

La peur de devenir un fardeau pour ses proches est une des grandes souffrances des mourants. Ils détestent devenir dépendants des prestataires de soins; ils ne veulent pas non plus imposer à d'autres leurs obligations financières, leurs besoins physiques ou leurs corvées domestiques. Le soin d'une personne mourante est exigeant. Les membres d'une famille, en plus de vaquer à leurs propres affaires, doivent lui apporter une attention constante, sans compter le réconfort physique. S'asseoir durant des heures et des jours auprès de la personne mourante pour la rassurer peut aussi être source d'une grande fatigue.

Quant aux prestataires de soins, bien qu'ils puissent à certains moments trouver leur tâche écrasante, bon nombre décrivent ces heures auprès d'un être aimé comme une « responsabilité sacrée »²² et une occasion unique de lui exprimer leur dévouement et leur vénération. De leur côté, en acceptant d'avoir besoin des autres et en accueillant ouvertement leur amour et leurs

soins, les mourants peuvent contribuer à soulager la douleur et le deuil de la famille.

Dans ses réflexions sur la mort, Nouwen déclare que le grand bienfait caché de notre mort est la découverte de notre unité avec tous les autres. Il se dit convaincu que la joie qui vient de la découverte de notre similitude profonde avec les autres et de notre appartenance à une même famille humaine est ce qui nous permet de bien mourir. Au lieu de nous séparer des autres, la mort peut nous unir à eux.

La notion de pèlerinage est familière à bon nombre de catholiques. Elle porte l'image d'un départ de chez-soi, de ce qui nous est familier, et d'un voyage avec d'autres vers un lieu de prière où l'on apporte ses souffrances — physiques, spirituelles ou émotionnelles. Partout dans le monde, des sites sont devenus des lieux traditionnels de pèlerinage, par exemple Lourdes en France, Fatima au Portugal et Sainte-Anne-de-Beaupré au Canada.

Bien que l'espérance d'un miracle soit en partie ce qui attire les gens vers ces lieux, il est probable qu'une autre sorte de guérison s'y produira. Là où les malades et les éclopés forment des foules pour proclamer leur espérance et leur foi, ou simplement pour reconnaître leurs peurs, il devient impossible en effet, pour une personne, de croire qu'elle est seule et que sa souffrance est unique. Les blessés de la vie découvrent alors leur solidarité.

Ce pouvoir guérisseur [l'expérience de la solidarité humaine] nous aide non seulement à bien vivre notre maladie, mais également à bien mourir. En effet, nous pouvons être guéris de notre peur de la mort, non pas par un événement miraculeux qui nous en délivre, mais par l'expérience guérissante de se sentir le frère ou la soeur de tous les humains — passés, présents et futurs — qui partagent avec nous la fragilité de notre existence. Dans cette expérience, il devient possible de goûter à la joie d'avoir part à la nature humaine et de jouir d'un avant-goût de notre communion avec tous les êtres humains.²³

*De même que le corps est un,
tout en ayant plusieurs
membres et que tous les
membres du corps,
en dépit de leur pluralité,
ne forment qu'un seul corps,
ainsi en est-il du Christ.*

*Un membre souffre-t-il?
Tous les membres souffrent
avec lui.*

— 1 Corinthiens 12,12, 26

Partager l'histoire de sa vie

*Nous avons peur de la mort,
nous frissonnons à l'idée
de l'instabilité de la vie,
nous nous attristons de
voir les fleurs se faner les
unes après les autres, et les
feuilles d'arbre tomber et,
dans nos coeurs, nous savons
que nous aussi, nous sommes
transitoires et que nous
disparaîtrons bientôt.
Lorsque les artistes peignent
des tableaux et que les
penseurs recherchent les lois
et formulent leur pensée,
ils répondent au même désir
de sauvegarder quelque chose
de cette grande danse de la
mort, pour créer quelque
chose qui dure plus longtemps
que nous.*

— Herman Hesse
Narcissus and Goldmund

Ceux qui racontent leur vie, à la fin de leurs jours, en retirent un sentiment d'achèvement et de paix. Pour raconter leur histoire, en effet, ils doivent d'abord lui donner une forme, p. ex. pour certains, de lui fixer un début, un milieu et une fin. Pour d'autres, une image particulière peut les aider à exprimer l'essence de la vie qu'ils ont menée. Mais quelle que soit la manière, il semble qu'une fois qu'ils en ont fait le récit, ils deviennent plus facilement capables de lâcher prise et de s'abandonner à la mort.

Ceux qui travaillent auprès des malades en phase terminale nous disent qu'à leurs dernières heures, bien des malades ressentent également le besoin de transmettre des choses qu'elles aiment à des personnes qu'elles aiment. Laisser quelque chose de significatif à d'autres est une façon de dire : « Souviens-toi de moi »!

Pendant que j'écrivais ce livre, ma mère souffrait d'un cancer terminal. Un samedi matin, j'ai passé plusieurs heures avec elle à vider un coffret dans lequel elle avait accumulé des livres, des photos et autres articles tout au cours de sa vie. N'ayant pas l'énergie nécessaire pour m'aider, elle était étendue sur son lit, alors que je retirais un article à la fois et que je le plaçais à ses côtés. En décidant ce qu'il fallait faire de chaque pièce, elle s'arrêtait parfois pour me dire d'où venait l'objet, pourquoi elle l'avait gardé et ce qu'il signifiait pour elle. Ainsi a-t-elle partagé avec moi, en repassant ces choses qui avaient été importantes pour elle et en lâchant prise, des moments-clés de l'histoire de sa vie.

Jésus lui-même, la nuit avant de mourir, a transmis à ses amis ce qui était le plus important pour lui. En rompant le pain et en partageant le vin, il leur a laissé l'essence de ce qu'il était. Ce fut sa façon de dire : « Voilà tout ce qu'a été ma vie. Quand vous faites cela, souvenez-vous de moi ».

Dans la dimension
trouver la dignité



L'acte de la mort est un acte de la vie. C'est pourquoi il est important de vivre avec dignité jusqu'à la fin. La mort n'est pas une fin, mais un passage. Elle est une partie de la vie, et elle doit être acceptée avec sérénité. La mort est un acte de la vie, et elle doit être acceptée avec sérénité. La mort est un acte de la vie, et elle doit être acceptée avec sérénité.

La mort est un acte de la vie, et elle doit être acceptée avec sérénité. La mort est un acte de la vie, et elle doit être acceptée avec sérénité. La mort est un acte de la vie, et elle doit être acceptée avec sérénité. La mort est un acte de la vie, et elle doit être acceptée avec sérénité. La mort est un acte de la vie, et elle doit être acceptée avec sérénité.

Dans la diminution, trouver la dignité

Une des plus grandes causes de souffrance pour les malades en phase terminale est le sentiment d'avoir perdu leur dignité. En effet, la perte de la capacité de travailler et de remplir son rôle comme parent, conjoint ou membre d'une communauté peut éroder le sentiment de sa valeur propre. L'idée de ne plus être capable de répondre à ses besoins premiers, de dépendre des autres pour faire sa toilette ou ses besoins, de devenir peu à peu complètement dépendant ou de souffrir de démence, amène certaines personnes à se demander comment elles pourraient garder leur dignité jusque dans la mort.

Ira Byock nous décrit comment la société renforce cette croyance et fait que la perte des capacités et de l'indépendance normale fait perdre sa dignité à une personne.

Notre société réserve ses plus chaudes accolades à la jeunesse, à la vigueur et au contrôle de soi, et elle leur accorde la dignité, alors que leur absence est considérée comme indigne. Les signes physiques de la maladie et de l'âge avancé sont considérés comme dégradants pour la personne, et la détérioration du corps, au lieu d'être envisagée comme un processus humain inévitable, devient une source de honte.²⁴

L'histoire des personnes qui s'occupent des mourants va dans le sens contraire de cette croyance. Au début, bien des gens deviennent agités et affligés en constatant leur impuissance et leur dépendance. Ils peuvent même croire qu'ils sont devenus hideux ou intouchables, et qu'ils ont déjà « l'odeur de la mort ». Lorsqu'ils sont assistés par des membres de leur famille et des prestataires de soins qui leur manifestent de la patience et de l'amour, ils peuvent parvenir à reconquérir leur dignité. Bon nombre en viennent à accepter leur dépendance et les soins dont ils ont besoin avec grâce et dignité.

« Qu'est-ce que ça veut dire vivant? », lui demanda un jour le Lapin, alors qu'ils étaient étendus côte à côte près du pare-étincelles de la chambre, en attendant que Nana vienne remettre la pièce en ordre...

Généralement, avant que tu sois devenu vivant, on t'a tellement aimé qu'on t'a arraché presque tous les poils, crevé les yeux, cassé les articulations, et tu as l'air minable. Mais ça ne fait rien parce que si tu es vivant, tu ne peux pas être laid, sauf pour les gens qui ne comprennent pas.

— Margery Williams
Le lapin en peluche

J'ai un bon ami (disons qu'il s'appelle Robert) qui est maintenant âgé de 40 ans. Ces vingt dernières années, il a souffert d'une maladie dégénérative qui lui a graduellement enlevé ses capacités physiques et ses moyens de prendre soin de lui-même. Éventuellement, ce mal lui prendra sa vie.

Robert est maintenant presque complètement aveugle. Il n'est plus capable de marcher et, même s'il peut encore s'asseoir dans un fauteuil roulant, il a pratiquement perdu toute capacité de bouger tout membre supérieur ou inférieur de son corps. Ainsi, il dépend complètement des autres pour se nourrir, se laver ou se déplacer. Il y a plusieurs années, il a perdu l'indépendance relative dont il jouissait en vivant auprès de ses parents, lorsqu'il devenu nécessaire pour lui de déménager dans un établissement de soins de longue durée. Là, il partage une petite pièce avec une série d'hommes âgés qui souffrent tous, à divers degrés, de démence et meurent les uns après les autres.

Il y a probablement eu un temps où les pertes personnelles qu'il a subies lui ont donné l'impression de perdre sa dignité. Pourtant, ceux qui le rencontrent aujourd'hui sont toujours étonnés de son sens de l'humour et de son amour de la vie. Un jour, je lui ai demandé comment il pouvait, dans toutes ses épreuves, garder une telle vivacité d'esprit. Sa réponse a été simple : « On n'a qu'à prendre la main que nous tend la vie et en tirer le meilleur ». Et voilà ce qu'il fait. La confiance en sa propre dignité l'a amené à devenir un vibrant défenseur de la dignité des personnes mourantes qui l'entourent.

Parmi les changements culturels dont nous aurons besoin pour intégrer la mort à la vie, il faudra mettre fin à l'idée que la mort déshumanise nécessairement une personne. À mesure que la condition physique d'une personne se détériore, nous avons tendance à croire que cette perte au plan physique est assimilable à une absence de capacité émotionnelle et mentale. Ce faisant, nous traitons les mourants comme des sous-vivants.

En réalité, la mort engendre un processus humanisant qui a le pouvoir de transformer tous ceux qu'elle touche. La dignité des personnes doit être

reconnue et la croissance personnelle qui peut se produire chez les mourants n'est pas un fait rare. Même lorsque la maladie rend les gens impuissants, ils peuvent continuer à se sentir estimés et estimables. La dernière phase de la vie d'une personne devrait être marquée de sentiments de valeur personnelle et d'estime de soi.

Le respect de la dignité des personnes est une valeur essentielle pour le ministère chrétien du soin des malades et des mourants. Dans cette perspective en effet, toute personne est essentiellement digne — l'être humain possède une dignité qu'il ne peut pas perdre ou se faire enlever. L'engagement à soigner une autre personne au moment de sa mort constitue une expression de respect envers sa dignité en tant qu'enfant de Dieu.



TROISIÈME PARTIE : LA TRANSFORMATION

La fécondité de la mort

Entre autres transformations qui se produisent parfois chez un mourant, il y a la découverte de la fécondité de ce qui paraissait au départ comme une réalité sombre et néfaste. On sait que chez les enfants en pleine croissance, les découvertes ou les réalisations personnelles s'accompagnent souvent de sentiments de maîtrise, de fierté et de bien-être, et même parfois d'exubérance (par exemple, conduire une bicyclette pour la première fois). Ira Byock affirme que les personnes dont on peut dire qu'elles ont eu une « bonne mort » expriment souvent des sentiments du même genre.

Souvent, le défi posé à une famille, aux proches et autres prestataires de soins consiste à reconnaître de telles occasions de croissance et de développement, et d'aider les mourants à en tirer avantage.²⁵

Marie de Hennezel nous donne un bon exemple de ce genre de développement dans la description qu'elle nous fait des changements qui se sont produits chez une patiente nommée Marie-France, laquelle montrait depuis son arrivée à l'unité des soins palliatifs une grande crainte de toute personne étrangère qui voulait s'approcher d'elle. La détresse que lui causait sa déchéance physique avait amené Marie-France à s'éloigner de tout le monde. Ainsi isolée, son seul souhait était de mourir.

Mais à mesure que les gens autour d'elle réussirent à lui montrer de l'affection et de la tendresse, sans prêter aucune attention à l'affliction de son corps, Marie-France surmonta graduellement la hantise de sa détérioration physique.

Certains m'ont déclaré qu'ils avaient cherché toute leur vie le professeur ou l'enseignement qui les mènerait à un épanouissement plus profond, et qu'en fin de compte, il se révélait que c'était leur maladie... Pour bien des gens, la maladie est le chemin du retour à la vie.

— Steven Levine
Who Dies?

*Il ne s'agit pas de savoir
ce que nous attendons de
la vie, mais plutôt de
nous demander à nous-même
ce que la vie attend de nous.*

— Victor Frankl

En sortant, je vois que la porte de la chambre de Marie-France est ouverte. Elle est seule, assise dans son fauteuil.

« Je suis heureuse d'être venue ici, avant de mourir. J'ai rencontré de la bonté chez vous tous. Je n'y croyais plus! Mais, vous savez, le plus extraordinaire, continue-t-elle avec ce ton un peu docte avec lequel elle nous parle toujours et qui lui vient sans doute de ce milieu universitaire dans lequel elle a grandi, le plus extraordinaire est qu'à mon tour je me sens l'envie d'être bonne. Voyez-vous, je ne vaud plus rien, j'espère de tout mon cœur mourir le plus tôt possible, et d'étranges idées me traversent. Par exemple, je me dis que je pourrais offrir ma mort, et cette longue et pénible attente, pour le bien d'un autre. »

« Pensez-vous à quelqu'un? » demandai-je.

« Oui, je pense à mon petit cousin autiste. C'est curieux, je ne suis pas croyante, mais je me dis qu'il y a peut-être une solidarité invisible. J'aimerais l'aider, j'aimerais que tout cela serve à quelque chose, que toute cette souffrance ne soit pas perdue ». ²⁶

L'acceptation de la mort apporte souvent une paix que la personne n'a jamais connue auparavant. Le trouble intérieur et l'agitation extérieure qui sont communs au cours du processus de mort laisse alors place à une solitude pleine de vie. Ce sentiment de paix et d'harmonie intérieure peut avoir un effet profond sur les autres, guérir bien des blessures au niveau des relations avec les autres, réunir à nouveau des membres séparés d'une famille, et tisser des liens de famille plus forts. De cette manière, la mort d'une personne peut devenir un riche présent pour qui l'entourent.

Ceux qui se penchent vraiment sur des mourants se rendent compte de tout ce qu'ils reçoivent d'eux. À la toute fin de la vie, lorsque le mourant a perdu toute capacité de communiquer ou d'échanger, qu'il n'est capable que d'un sourire, d'un toucher, ou d'une attitude de dignité en se laissant soigner, il lui est alors donné de transmettre le vrai sens de la simplicité et de l'humanité. Ce sont les mourants qui nous enseignent le mieux ce que c'est que d'être attentif à l'autre et d'être humain. Leur vie continue d'être féconde.

*Nul d'entre nous ne vit
pour soi-même, comme nul
ne meurt pour soi-même.*

Romains 14,7

Avant l'aube

*Avant de mourir, mon père
a ouvert les yeux
et a dit à ma mère :
« ton visage... comme la lune ».*

*En cette nuit profonde,
dans cette chambre
d'hôpital, une lumière fraîche
a lui et j'ai vu pour la première
fois tout ce qu'il y avait
entre eux.*

—Marianne Bluger
Summer Grass

Dans la perspective chrétienne, la vie est une longue voie de préparation — où chacun s'apprête à véritablement mourir pour les autres. Depuis l'enfance jusqu'à la vieillesse, toutes sortes d'occasions nous sont données de vivre, soit pour nous-même, soit pour les autres. Henri Nouwen nous parle de ces choix comme d'un processus continu de mort à soi-même, de manière à nous rendre capables de vivre dans la joie de Dieu et d'offrir complètement nos vies aux autres.

À la fin de sa vie, Jésus a parlé à ses amis plus intimes de sa mort prochaine. Il leur a dit qu'il allait vers celui qui l'avait envoyé, que son départ était pour leur bien, parce qu'il pourrait leur envoyer l'Esprit (Jean 16,4-7). Tout en sachant que sa mort allait causer beaucoup de peine, il continue de l'annoncer comme un événement rempli de bénédictions, comme une source d'espérance. Et en fait, les véritables fruits de sa vie ne sont apparus qu'après sa mort.

Mais notre vie aussi, et pas seulement celle de Jésus, est appelée à porter fruit pour la vie des autres. La manière dont nous mourons touchera bien des personnes. Lorsqu'une personne meurt dans l'amertume et la colère, sa famille et ses amis sont laissés dans l'incompréhension, la culpabilité ou la faiblesse. Mais le fait de se montrer sans défense et vulnérable, et d'accepter l'amour et les soins de la famille et des amis peut constituer pour eux l'héritage le plus précieux. Par cette acceptation, en effet, le mourant contribue à soulager, comme personne d'autre ne peut le faire, la douleur et le deuil de ses proches.

Aussi frêle, infirme ou désorienté que devienne un mourant, il a encore quelque chose à donner. Le malade en phase terminale offre en effet à ceux qui sont en santé une profonde expérience de Dieu. De cette manière, il leur rend un service qui peut être plus estimable que toutes les réalisations et les contributions de sa vie antérieure, alors qu'il était encore actif et vigoureux. La mort de chaque personne est un rappel de la valeur infinie des autres.

La mort et la guérison

Qu'est-ce que la guérison? Peut-on parler de guérison dans le contexte de la mort? Notre époque actuelle nous donne la chance de découvrir une vision plus holistique de la personne et de la santé. Fini le temps, en effet, où la santé n'était considérée que comme l'absence de toute maladie. De nos jours, on considère plus généralement la personne comme un tout intégré, et selon une conception de la santé qui reconnaît l'importance des nombreux facteurs qui la constituent.

Cette vision holistique reconnaît que nous sommes constitués d'énergies biologiques, psychologiques et spirituelles. S'il existe chez une personne un équilibre harmonieux entre ces diverses énergies, elle est jugée comme étant en bonne santé.

Une telle vision intégrée de la personne nous amène aussi à faire l'importante distinction entre guérir et soigner. Quand on parle de soigner, on pense à réduire ou éliminer les symptômes physiques de la maladie. Une insistance exclusive sur le soin de la maladie dénote donc un manque de compréhension de la véritable nature de l'être humain; en ne traitant que la maladie, on risque de négliger la personne qui est malade. Lorsque, par contre, nous parlons de guérison, nous pensons à la plénitude de l'être, ou à l'épanouissement de la personne. La guérison a trait en effet à la restauration de nos liens entre les parties les plus profondes de nous-même, et au rétablissement de l'harmonie en nous-même.

Mais dans les cas où il est impossible de faire disparaître les symptômes de la maladie, p. ex. chez un malade en phase terminale, pouvons-nous malgré tout espérer obtenir la guérison et l'épanouissement? Dans son ouvrage *Healing into Life and Death*, Stephen Levine nous montre que nous avons trop souvent tendance à parler de la guérison comme s'il s'agissait du contraire de la mort, et ce faisant, nous séparons la vie de la mort. Or, la

guérison consiste à laisser entrer la vie. Ce penseur est d'avis que la meilleure préparation à la mort consiste à s'ouvrir de tout coeur à la vie dans toutes ses manifestations, et que ce genre de préparation ouvre à toutes les formes de guérison.

Faire face à la mort nous empêche de nous satisfaire d'une vie superficielle, nous amène à entrer dans le coeur et la profondeur des choses, et à revenir sur les véritables questions de la vie. Voilà pourquoi peut-être certaines personnes se rendent compte que durant leur préparation à la mort, malgré la lente désintégration physique de leur corps et l'évidence de la venue inévitable de la mort, ils vivent des sentiments de plénitude qu'ils n'ont jamais connus auparavant.

Si la guérison correspondait, comme cela semble, à la réharmonisation de ce qui était troublé, au rétablissement de l'équilibre des énergies qui apportent la paix là où il y avait auparavant la guerre, alors la guérison n'est manifestement pas limitée au corps, ni même au visible. Elle peut même offrir la possibilité de refermer les plus profondes et les plus invisibles blessures — ces malaises qui font que la mort paraît une délivrance.²⁷

L'amour est l'état optimal pour la guérison. Chez certains, la période précédant immédiatement la mort permet une profonde guérison précisément parce que leur vulnérabilité et leur dépendance les amènent à se rendre compte qu'ils sont pleinement acceptés et aimés en tant qu'êtres humains. Puisant dans les sentiments de sécurité et de plénitude qui en résultent, ils peuvent alors oser être eux-mêmes, avec toute leur gentillesse et leur amour. Tel est le genre de guérison qui permet aux gens de se laisser aller dans les bras de la mort.

Les notions de santé, de guérison et de plénitude sont au coeur du message chrétien. Par exemple, le mot hébreu *yeshe*, habituellement traduit par « salut », à cause de sa portée holistique plus large, se traduirait plus adéquatement par le terme de « santé ». L'Évangile nous décrit le ministère de guérison de Jésus — un récit qui forme près du cinquième des

*Croire que notre vie
atteint son épanouissement
dans la dépendance exige
un immense acte de foi.*

— Henri Nouwen
Our Greatest Gift

*Oui, j'en ai l'assurance,
ni mort ni vie, ni anges
ni principautés, ni présent
ni avenir, ni puissances,
ni hauteur, ni profondeur,
ni aucune autre créature
ne pourra nous séparer
de l'amour de Dieu manifesté
dans le Christ Jésus
Notre Seigneur.*

— Romains 8,38-39

quatre textes — qui exprime le désir de Dieu de nous donner la plénitude et la guérison.

Guérir dans la mort veut dire se soumettre à une nouvelle dépendance. Voilà le mystère que Dieu a révélé par Jésus. Celui-ci est venu comme un enfant, totalement dépendant des autres, et est mort en victime passive des actions et des décisions d'autres personnes. Sa dépendance de Dieu, qui l'a guidé et soutenu toute sa vie, a transformé sa mort en une nouvelle naissance. Notre mort suppose un mode semblable de dépendance, lequel nous offre la chance de connaître plus en profondeur notre nature d'enfant de Dieu.

À ce sujet, Henri Nouwen a su médaller ce paradoxe de façon admirable : « Dépendre d'autres personnes entraîne souvent à l'esclavage, alors que dépendre de Dieu conduit à la liberté ». Lorsque nous sommes convaincus, au plus profond de nous-même, que nous sommes emportés vers l'avant dans l'amour et que nous mourons dans l'amour, toute forme de mal, de maladie et de mort perd son pouvoir sur nous. La reconnaissance de notre humanité fondamentale est un baume pour nos blessures les plus profondes.

La plus grande source de santé et de guérison réside dans la conviction d'être accueilli et aimé par la Source de tout être. Se sentir chez-soi dans l'univers, avoir le sentiment que sa vie a un sens et une destinée — tout cela apporte et favorise la plénitude de l'esprit, du corps et de l'âme. Voilà, quand on y regarde de plus près, le vrai message au coeur de la Bible.²⁸

Lâcher prise

« **C**ontinuez à lutter. Ne lâchez pas. » Bien des mourants entendent ce genre de phrase d'encouragement de la part de leurs amis et de leur famille. Bien sûr, ces commentaires visent à soutenir et à faire espérer. Et pourtant, à un certain point, elle crée un véritable dilemme pour la personne mourante.

Est-il nécessaire de rappeler que le mourant est toujours une personne vivante. Même lorsque la maladie et la souffrance dominent et que la mort est proche, il y a encore place pour la joie et l'émerveillement. La beauté d'un coucher de soleil, la présence calmante d'un être aimé, la douceur d'un tendre baiser, voilà autant de sources de profondes émotions. Néanmoins, le dilemme demeure : « Combien de temps dois-je lutter encore? Quand devrais-je lâcher prise? »

*Pareillement à l'enfant ébahi
qui, en apprenant à nager,
découvre que l'eau le porte,
l'abandon nous maintient à
flot et nous soutient afin
que s'accomplisse notre
destinée.*

— Auteur inconnu

Il arrive que certaines personnes, se rendant compte qu'elles n'ont plus beaucoup de temps à vivre, se hâtent d'accomplir certaines tâches. Elles peuvent même fixer une date pour laquelle elles veulent les compléter. Il peut aussi s'agir d'attendre la naissance d'un petit enfant, du mariage d'un fils ou d'une fille ou de quelqu'autre célébration. Une fois la tâche terminée ou l'événement passé, ces personnes peuvent s'abandonner doucement à la mort. Elles ont alors lâché prise.

Dans ses écrits sur les mourants, Marie de Hennezel nous parle d'un genre particulier d'inconscience ou de coma éveillé dans lequel tombe la plupart des gens peu avant leur mort. La personne peut continuer de réagir à l'appel de son nom ou à un toucher, mais tout se passe comme si l'énergie qui reste est toute absorbée par un travail qui se produit dans les profondeurs de l'être. C'est là le signal d'un départ imminent.

J'ai remarqué, quant à moi, que ces plongées dans l'inconscience qui caractérisent l'approche de la mort débouchent souvent sur un mieux-être et une transformation. Comme si un travail intérieur se faisait dans les souterrains de l'être.²⁹

La mort peut être longue à venir. Pour les prestataires de soins également, certaines heures, certains jours et certaines nuits n'en finissent plus. Dans le dernier intervalle avant la mort, pendant le temps du coma éveillé, aucune conversation n'est possible. La famille et les amis ne peuvent que regarder tranquillement et patiemment. Le mourant peut sortir de son sommeil profond, il peut sourire, faire un mouvement inattendu, ou dire quelques mots d'adieu — et ensuite, il est parti. L'instant final arrive souvent rapidement et de façon inattendue.

Il n'est pas facile de voir les changements physiques — traits émaciés, rictus qui altèrent la figure d'un être aimé au seuil de la mort. Mais un autre changement peut aussi se produire. En effet, il semble universellement reconnu qu'une expression paisible marque les traits d'une personne qui vient de mourir, comme si la beauté de cette personne lui était restituée. Son visage ne porte plus les marques de sa longue souffrance. On est souvent étonné aussi de l'atmosphère de paix qui enveloppe ceux qui entourent une personne qui vient de mourir. Voilà pourquoi peut-être, dans certaines cultures, on croit que l'âme demeure pour un certain temps auprès du corps.

Le sens de l'abandon — c'est-à-dire lâcher prise, se désister — tient une grande place dans la pensée chrétienne. L'abandon, ou la soumission à la volonté de Dieu, marque en effet le quotidien du bon chrétien. S'abandonner à Dieu dans la mort est un acte de foi par lequel nous affirmons avoir confiance en Dieu, nous lui confions notre destinée, même dans la mort.

Dans sa détresse, au Jardin de Gethsémanie, Jésus a manifesté son désir sincère de continuer à vivre, tout en se soumettant à la volonté de son père : « Cependant, que ce ne soit pas ma volonté qui se fasse, mais la tienne! » (Luc 22,43). Dans les récits évangéliques, Jésus se révèle convaincu que sa

*Je me suis trouvée au chevet
d'un grand nombre de mourants,
et j'ai constaté autant comme
autant qu'en fin de compte,
cette foi — qui signifie
l'acceptation de la volonté de
Dieu — est tout ce qui compte.
Sans elle, la mort est un
cauchemar terrifiant; avec elle,
on devient mystérieusement
armé pour faire face volontiers
— et même avec joie — à nos
derniers moments.*

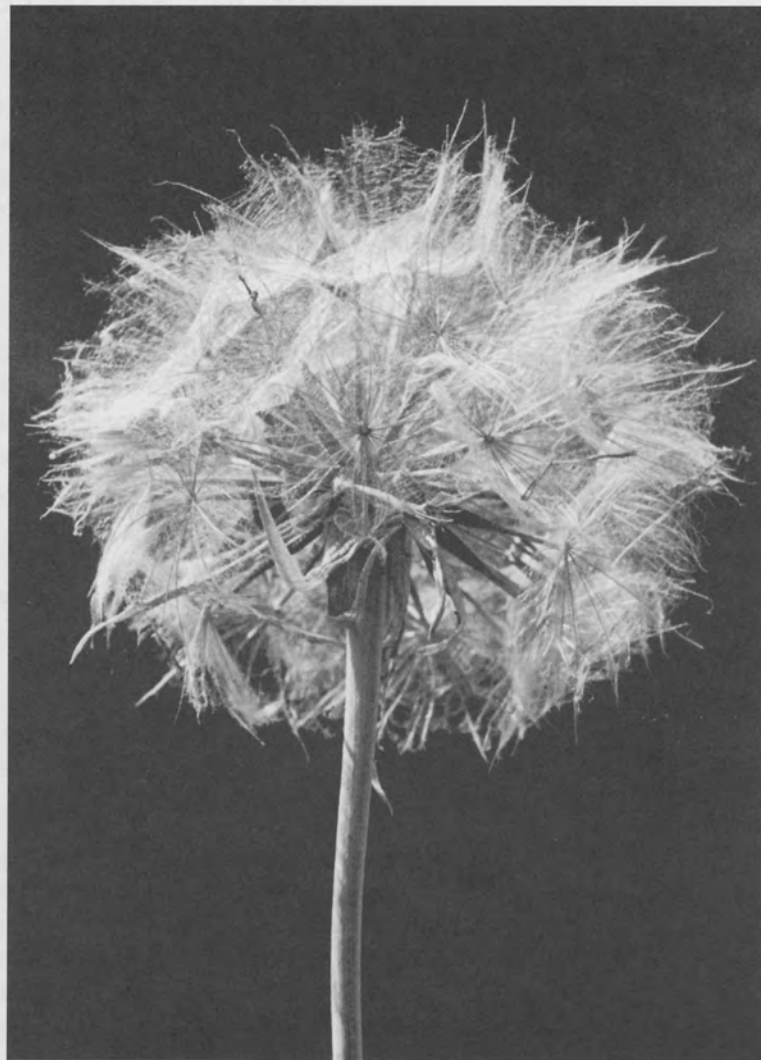
— Johann Christoph Arnold
I Tell You a Mystery

*Le moment de mon départ est
venu... J'ai combattu jusqu'au
bout le bon combat, j'ai achevé
ma course, j'ai gardé la foi.*

— 2^e Timothée 4,7

mort est la manifestation de la volonté de Dieu, et il se montre parfaitement disposé à lui confier sa vie et sa mort.

Un tel esprit d'abandon n'est pas facile. Il suppose le désistement de son désir de planifier l'avenir et de savoir ce qui doit se produire. Il va à l'encontre de nos tendances naturelles, mais avec l'aide de Dieu, nous pouvons apprendre à prier comme Jésus l'a fait : « Père, je remets mon esprit entre tes mains » (Luc 23,46).



Une vie s'achève

Le moment de la mort est souvent un moment de grande quiétude et de paix.

— Stephen Levine
Who Dies?

Ce qui se produit après la mort est si indiciblement glorieux que notre imagination et notre émotivité seraient incapables de s'en faire une idée même approximative.

— Carl Jung

Il est maintenant de pratique courante, dans les soins palliatifs, de laisser le corps des patients dans leur chambre, après la mort, pour une période plus longue que par le passé. Ce geste permet à la famille de se regrouper à cet endroit même où tant de choses ont été vécues, tant de gestes d'affection et d'adieu ont été échangés. C'est un temps de respect et de révérence.

Faire la toilette du corps et l'habiller sont aussi des rites qui donnent la chance de lui payer un dernier tribut. Les efforts des infirmières et des aides pour lui donner la meilleure apparence possible peut diminuer la hantise des proches. Après une période qui a pu être une rude épreuve, ils peuvent être réconfortés en constatant que la figure de celui qui a traversé une telle souffrance a trouvé de nouveau la paix.

Dans *La mort intime*, de Hennezel nous fait une description émouvante de l'atmosphère de tendresse qui enveloppe les proches autour d'un défunt.

Patricia est morte ce matin, après trois jours de coma... Cet après-midi, l'équipe s'est réunie autour du corps de Patricia... La fille de Patricia me demande timidement d'entonner cet *Ave Maria* que j'ai chanté au chevet de Patricia un soir, quelques jours avant sa mort.

C'est donc le souvenir de ce moment émouvant qui me donne la force d'entonner ce chant, maintenant, devant toute l'équipe, la voix nouée cependant. Une infirmière éclate en sanglots, une autre l'entoure de son bras. Il y a une tendresse infinie dans cette chambre. Celle qui s'est échangée jour après jour entre Patricia et celles qui l'ont soignée, entre Patricia et les siens. Une tendresse à vous remuer les entrailles.³⁰

Les rituels entourant la mort sont différents d'une culture à l'autre, mais ils sont tous des témoignages sur la dignité et la valeur des personnes disparues. En même temps, ils transmettent un message aux vivants : ils confirment la

*Après cela, Joseph d'Arimatee
... demanda à Pilate
l'autorisation d'enlever le corps
de Jésus. Pilate le permit. Ils
vinrent donc l'enlever.*

*Ils prirent le corps de Jésus
et l'entourèrent de bandelettes,
avec les aromates, selon la
coutume funéraire juive.*

— Jean 19,38-42

*Mais l'ange prit la parole et
dit aux femmes : « Ne
craignez point; je sais bien
que vous cherchez Jésus, le
Crucifié. Il n'est pas ici, car
il est ressuscité comme il
l'avait dit ».*

— Matthieu 28,5-6

grandeur et l'importance de la vie en face de la mort. Ainsi, chaque mort laisse un message aux vivants.

Le temps qui s'écoule entre le décès et l'enterrement est l'occasion de consoler ceux qui ont perdu un être cher. Une visite à la maison où vit la famille en deuil, ou une rencontre au salon funéraire, n'est pas destinée au mort, mais aux vivants. La sympathie des amis et leur présence physique permettent un contact chaleureux et une sollicitude dont les gens dans le deuil ont grand besoin.

Il me paraît nécessaire de répéter que notre société a tendance à occulter la mort. N'est-il pas vrai qu'une somme impressionnante d'énergie est consacrée à en masquer la réalité. Le maquillage du corps est souvent conçu pour donner un air vivant et, très souvent, tous les moyens paraissent bons pour éloigner et faire disparaître l'image de la mort aussi rapidement que possible.

Une funéraille ou un service funèbre chrétien n'est pas un moment de dénégation de la mort. Il doit donner l'occasion d'une réaffirmation de l'espérance chrétienne et faire état des soifs de l'humanité au milieu de la souffrance. Ce genre de service existe pour affirmer la dignité et le caractère unique de la personne décédée. L'homélie fournit l'occasion de montrer comment Dieu a été présent dans la vie de la personne. Le service funéraire rappelle également le caractère social de l'être humain; il permet à la communauté de croyants d'apporter son appui et son réconfort à leurs frères et soeurs éprouvés.

Grâce aux rites funéraires, la communauté célèbre la victoire pascalle du Christ — sa mort et sa résurrection. Ils rappellent à tous ceux qui sont rassemblés que, dans le baptême, nous devenons un dans le Christ et que nous passerons avec lui de la mort à la vie.



QUATRIÈME PARTIE : LE SOIN DES MOURANTS

Soigner

Soigner une personne, comme je l'entends ici, c'est lui montrer une attention aimante non pas parce qu'elle en a besoin pour demeurer en vie, ou parce qu'elle-même ou son assurance paie pour ces services, ou parce que cela me donne un emploi, ou que la loi interdit de hâter la mort ou que cette personne peut être utilisée aux fins de la recherche médicale, mais parce qu'elle est une fille ou un fils de Dieu, comme vous et moi.

— Henri Nouwen
Our Greatest Gift

Soigner est au coeur de l'humain. Soigner n'est pas une tâche réservée aux professionnels de la santé, non plus qu'à un groupe particulier d'individus. Dans son ouvrage *Caring from the Heart*, Simone Roach, c.s.m., écrit : « Soigner, c'est l'affaire de tout être humain. On peut le faire de diverses manières, mais il s'agit toujours d'un partage avec les autres humains »³¹. C'est ce mouvement attentionné d'une personne blessée vers une autre qui soutient et fait progresser l'humanité. Intégrer la mort à la vie et prendre soin des personnes mourantes sont des actes essentiels à la vie de l'humanité.

Pour bien des personnes, une des plus grandes difficultés que pose le soin des mourants est de savoir réagir à l'expression inévitable de sentiments de vulnérabilité et d'impuissance. Au chevet d'une personne à l'article de la mort, on se sent extrêmement mal à l'aise de ne pouvoir rien faire. Il nous est difficile de croire, en effet, qu'il suffit pour le mourant que nous acceptions cette impuissance avec lui et que nous ne voulions que demeurer là auprès de lui.

Il ne faut donc pas oublier que ce qui compte avant tout, malgré toute l'importance de la technologie et de la pharmacologie à l'approche de la mort, c'est la qualité de l'attention et de la présence que ressent le mourant alors que son corps se dégrade et dépérit. C'est à cette heure où le mourant doit livrer la grande lutte de l'abandon final qu'il a besoin de savoir qu'il n'est pas livré à lui-même.

Il y a bien des façons de rassurer un mourant; il y a les paroles et la prière, les gestes et le toucher affectueux; il y a les actes ordinaires comme de lui faire sa toilette ou de le faire boire; et il y a l'acte tout simple d'être présent.

Henri Nouwen fait remarquer que les mourants se sentent souvent rejetés et abandonnés. Ces sentiments sont dus au fait que nous nous éloignons souvent d'eux et que nous les traitons comme des étrangers inquiétants, habituellement parce qu'ils nous rappellent notre propre mortalité. La crainte d'être rejeté, dit-il, est très profonde chez les mourants.

Dites-leur de ne pas avoir peur des mourants. Cela est très simple. Le mourant a besoin de manifestations de tendresse, rien de plus.

— Mère Teresa

Prendre soin des autres consiste avant tout à les aider à surmonter l'énorme tentation du sentiment de rejet. Que nous soyons riches ou pauvres, célèbres ou inconnus, handicapés ou en possession de tous nos moyens, nous sommes tous menacés par cette peur d'être laissé seul et abandonné, une peur qui demeure cachée au fond de nous malgré les airs que nous nous donnons. Elle s'explique par quelque chose de plus profond que la possibilité de ne pas être estimé ou aimé par certaines personnes. Elle prend racine dans la possibilité de ne pas être aimé du tout, de n'appartenir à rien qui perdure, ou d'être simplement avalé par un néant obscur — en fait, d'être abandonné par Dieu.³²

Prendre soin d'un mourant, c'est poser des gestes qui lui disent clairement :
« Nous sommes ici avec toi, et nous t'accompagnerons jusqu'à la toute fin ».

Notes à l'intention des prestataires de soins

Nous devons éviter d'être seul pour soigner un mourant, car nous risquons d'être vite atteint par son angoisse, et d'être submergé par des sentiments d'impuissance. Autant que possible, il faut se joindre à d'autres. Un des grands bienfaits des soins palliatifs est justement cette force que l'on trouve à travailler au sein d'une équipe pour répondre à tous les besoins des patients en phase terminale.



Les prestataires de soins — membres de la famille et proches aussi bien que professionnels de la santé — manquent souvent de soutien. Les exigences émotionnelles de leur rôle auprès des mourants risquent alors de prendre le dessus. Ce sont ceux qui se soutiennent les uns les autres et partagent le poids du deuil qui sont capables d'apporter les meilleurs soins.



Créer un climat chaleureux et serein autour d'une personne qui souffre d'angoisse est l'une des choses les plus bénéfiques qu'on puisse faire. Instaurer ce genre d'atmosphère peut parfois se révéler plus efficace que les tranquillisants ou les calmants.



De nos jours, les prestataires de soins ont rarement le temps voulu pour chacun de leurs patients. Mais, il peut être utile de se rappeler qu'une parole, un sourire, un toucher, ou le fait de s'asseoir seulement quelques minutes pour permettre au mourant de dire ce qu'il ressent, demeurent des manifestations importantes de générosité.

Certains moments — celui par exemple de donner un bain à un patient ou simplement de le faire boire — sont l'occasion de montrer de l'affection et de la tendresse, et de lui redonner le sentiment de sa dignité personnelle. Il y a une façon de s'occuper du corps d'un mourant qui montre que l'on ne tient pas compte de sa dégradation physique, ce qui se manifeste invariablement si le soignant manifeste de l'attention à toute la personne. La manière de regarder ou de toucher une personne mourante peut lui laisser l'impression qu'elle n'est rien de plus qu'un objet à discarter, ou au contraire, la convaincre encore davantage de la nature indestructible de son âme.



Une personne à l'article de la mort a besoin de parler de la mort. Elle sait ce qui arrive et se montre souvent plus capable que le prestataire de soins d'envisager la réalité. Bien des gens se demandent avec inquiétude s'ils pourront répondre aux questions du mourant. Mais il n'est pas important d'avoir toutes les réponses; il suffit souvent de rassurer la personne et de lui dire qu'elle a le droit de se poser des questions.



Au moment de mourir, bien des personnes s'inquiètent de ceux qu'ils laissent derrière eux : qui prendra soin de mon mari? Comment mes enfants vont-ils faire? Il faut se rappeler que le fait d'exprimer ses inquiétudes et ses peurs apporte déjà un soulagement.



Si une relation de confiance a été établie, le mourant saura demander ce dont il a besoin. En fait le mourant se fait souvent une idée bien claire de ce qu'il lui faut pour trouver la paix et s'abandonner à la mort. Le fait de prêter attention à ces besoins peut faire toute une différence sur la manière dont une personne meurt.

Il n'y a aucune raison d'avoir peur. Lorsque viendra le moment de votre mort, vous recevrez tout ce qu'il faut pour effectuer ce passage d'une manière gracieuse, élégante et confiante.

— John O'Donohue
Anam Cara: A Book of Celtic Wisdom

Généralement, on ne se sent pas prêt à mourir. Il est important de rassurer les mourants et de leur faire comprendre que la mort, de bien des façons, constitue un moment privilégié entre eux et Dieu, et qu'elle leur laissera tout le temps dont ils ont besoin.



La spiritualité de ceux qui s'occupent de mourants doit être marquée de compassion. La personne malade ou frêle n'est pas un simple objet de charité et d'amour, mais elle est aussi appelée à être une source de vie pour les autres. Le soin des mourants exige avant tout que l'on choisisse de se rapprocher d'eux. Jean Vanier écrit : « Si nous choisissons de nous rapprocher d'eux, ils nous ramènent d'une façon mystérieuse à l'essentiel; ils nous invitent à la vérité, à la compétence, à la compassion et au regard intérieur »³³.



Rien ne remplace parfois le toucher de la main, un toucher qui ne manifeste aucun désir ou demande. Ce simple geste peut établir un contact profond. Il exprime la bonté du cœur et peut apporter plus de bien-être qu'une parole seule.



Une des expériences les plus difficiles de celui qui attend la mort est de sentir qu'il est considéré comme au passé, comme quelqu'un qui a *déjà* été important et digne. Le mourant a besoin d'être traité comme un être de qualité.



Prier avec une personne qui se meurt peut être une source de paix et de réconfort, non seulement pour elle mais également pour les membres de la famille et les prestataires de soins.

Il arrive un point où soigner un mourant se réduit à le veiller silencieusement, lorsqu'on ne peut plus rien faire d'autre. Marie de Hennezel décrit une sorte de joie que l'on peut ressentir en étant simplement présent.

J'ai appris auprès des mourants à veiller silencieusement ceux qui dorment, ceux qui sont dans le coma, et j'ai découvert le plaisir qu'il y a à rester là sans rien faire, simplement présente, en éveil, attentive, comme ces mères qui veillent leurs petits endormis... Beaucoup de ceux que j'ai rencontrés au chevet des mourants se sentent inutiles et mal à l'aise dans une telle situation : simplement être là, sans rien faire. Certains soignants de l'unité ont appris que cela aussi fait partie des soins!³⁴



Il y a quelques années, je suis allé avec un ami visiter un jeune homme qui se mourait du SIDA. Les derniers jours de sa vie se sont passés dans un centre de soins palliatifs. Nous connaissions déjà cet homme depuis quelques années. Malheureusement, lorsque nous sommes arrivés, il venait tout juste de mourir. En entrant dans la chambre et en voyant le corps de son ami gisant sur le lit, mon ami a immédiatement éclaté en sanglots. De mon côté, j'ai réussi à contrôler mes émotions. Et me rappelant cette soirée, il m'apparaît maintenant que prendre soin d'un mourant signifie également prendre soin de ceux qui sont laissés dans le deuil. Nous avons besoin de créer un lieu, dans notre société, où les gens puissent vivre leur deuil et pleurer la perte d'un être aimé



Il arrive très souvent que les dernières paroles d'un mourant apportent aux prestataires de soins la force qu'il leur faut pour aller de l'avant après sa mort. Ces paroles qui viennent d'un être au bout de sa route représentent son cadeau final. Plus souvent qu'autrement, elles sont une affirmation de la beauté de la vie et un encouragement à la vivre en plénitude.



La mort ne peut pas être seulement un événement médical

La mort ne semble pas avoir sa place dans les énoncés d'objectifs et dans les approches de notre système médical actuel. Dans l'ensemble, les enseignements donnés dans les facultés de médecine ne portent que sur les traitements, le soulagement de la douleur physique et les cures. Les soins médicaux ne s'intéressent qu'à la maladie et aux blessures. Le but est de guérir, de prolonger la vie, d'assurer la rééducation ainsi que le soulagement de la détresse physique. Comme telle, la formation médicale n'offre pas grand chose aux futurs cliniciens pour les aider à comprendre la dimension personnelle de la mort.

Une étude menée aux États-Unis de 1989 à 1994 (Study to Understand Prognoses and Preferences for Outcomes and Risks of Treatment — SUPPORT) a permis de recueillir des données auprès de milliers de patients gravement malades et hospitalisés. Celle-ci a permis de faire des constatations fort éclairantes, entre autres :

- plus de 50 p. cent des patients répondants enduraient de grandes douleurs;
- la plupart des patients qui sont morts ont passé leurs derniers jours dans une unité de soins intensifs, branchés à un ventilateur, incapables de communiquer avec leur famille et leurs amis;
- les cliniciens ne prêtaient que peu d'attention aux directives préalables des patients;
- les mourants et leur famille paraissaient fréquemment « perdus et confus » au sujet de l'évolution de la maladie et des soins appropriés.³⁵

On reconnaît de plus en plus que les personnes à l'article de la mort sont mal servies par un modèle médical qui se retranche dans la médecine curative et pour lequel les valeurs rattachées au soin de la personne ne tiennent qu'une place secondaire. Mais le processus de la mort, nous rappelle Ira Byock, « ne peut pas être simplement considéré comme un événement médical ».

... la mort ne peut pas être réduite à une série de diagnostics. Pour l'individu et la famille, l'énormité et la profondeur de cette transition finale amenuisent la myriade de problèmes médicaux... L'approche purement médicale sert de lentille par laquelle les médecins analysent ce que subit le patient, mais les rebords de la lentille présente des distorsions et ne permettent pas de voir plus loin. Elle n'est que bidimensionnelle et n'a pas la couleur, le ton ou la texture de la vie. Elle ne laisse aucune place à la vraie nature de l'expérience humaine.³⁶

Lorsque nous adoptons une approche différente et que nous commençons d'abord par nous pencher sur ce que ressentent les personnes atteintes d'une maladie mortelle, que nous nous enquérons de ce dont elles ont besoin, de leurs peurs, et de ce qu'elles attendent des prestataires de soins, alors divers thèmes émergent. Premièrement, la mort est perçue comme un cheminement spirituel. Deuxièmement, elle est la source d'une immense peur : les gens ont peur de mourir dans des douleurs non soulagées ou intolérables. Ils craignent également d'être abandonnés physiquement, d'être séparés de leur famille, et d'être entourés de machines et d'étrangers. Troisièmement, à la fin de leur vie, les gens n'attendent plus grands résultats de la médecine. Ces besoins et ces craintes ne nous donnent-ils pas quelques idées sur les moyens qu'il faudrait prendre pour améliorer le soin des patients en phase terminale?

Nous sommes tous engagés, à des degrés divers dans une quête spirituelle. Il s'agit d'une recherche du sacré et d'un rapport intime avec soi-même, avec les autres humains, ainsi qu'avec l'infini. Chez les personnes à l'article de la mort, cette recherche passe à l'avant-plan. Cette quête de sens, ce besoin de se rappeler, de pardonner, de se réconcilier, de vivre et de guérir sont autant d'éléments de ce cheminement spirituel qui marquent le passage du seuil de la vie. Voilà pourquoi le soutien spirituel est si essentiel au soin des mourants.

Un nombre croissant de facultés de médecine aménagent une place, dans leur programme d'études, à la religion et à la spiritualité. Mais dans le contexte actuel, ce sont toutes les institutions médicales qui sont appelées à se donner une conception plus large de la santé, une vision qui incorpore les facteurs spirituels et porte attention aux souffrances de ceux qui se préparent à mourir.

Pourquoi autant de personnes doivent-elles mourir dans la douleur? Il y a à cela plusieurs raisons : certains prestataires de soins craignent que certains calmants créent une accoutumance; d'autres ne font pas bien la différence entre le soulagement de la douleur et l'euthanasie; certains autres ne prêtent pas suffisamment attention aux plaintes des patients et, finalement, la plupart des cliniciens n'ont pas acquis, au moment de leurs études, des connaissances assez poussées sur la gestion de la douleur.

Byock soutient que les malades continuent de souffrir parce que les médecins n'ont pas la volonté — ils en ont pourtant les moyens — de contrôler énergiquement la douleur. Il est d'avis qu'avec une volonté suffisante du mourant et du médecin, le soulagement de la souffrance physique est « *toujours* » possible.

Dix-huit années d'expérience clinique m'ont montré, pourtant, que les malaises physiques chez les mourants peuvent *toujours* être soulagés. Le mot « toujours », dans ce contexte, peut paraître exagéré, mais je l'utilise délibérément... La douleur n'est « incontrôlable » que jusqu'au moment où elle est contrôlée. La douleur et autres symptômes physiques causés par une maladie avancée se prêtent habituellement à un traitement relativement simple. Le contrôle des symptômes, bien sûr, n'en est pas pour autant une affaire de routine; une thérapie efficace peut exiger les efforts d'un médecin expérimenté en soins palliatifs ainsi que d'une équipe d'infirmières spécialement formées, de pharmaciens consultants, et autres... Il arrive que la douleur soit si sévère et qu'elle résiste tellement aux médicaments et thérapies habituelles que le patient soit forcé, pour trouver du réconfort, d'accepter de prendre des sédatifs.³⁷

Byock poursuit en disant toutefois que sur une période de dix ans, en participant au soin de centaines de patients mourants, il n'a dû se résoudre qu'une seule fois à administrer une sédation complète par infusion de barbituriques.

La douleur est l'une des plus grandes sources de peur des gens qui s'appêtent à mourir, et il est vrai qu'elle atteint profondément la personne aux plans tant physique, que social et spirituel. Les prestataires de soins peuvent apporter un bienfait considérable aux mourants en leur faisant comprendre, ainsi qu'à leur famille, que tous les efforts seront faits pour les en soulager.

Bridget Campion, une éthicienne clinique de Toronto, a écrit que l'un des défis actuels les plus pressants de la médecine de fin de vie consiste à trouver les moyens de permettre aux gens de mourir confortablement dans nos hôpitaux. La pratique du milieu de la santé, en effet, demeure encore orientée vers le sauvetage des vies et les cures. En effet, pour un grand nombre de professionnels de la santé et de familles, la mort est un échec. Mais s'il est vrai que la mort est un échec, quelle image nous faisons-nous des personnes au seuil de la mort?

« Il est essentiel, affirme-t-elle, de reconnaître la valeur d'un patient mourant en appréciant la valeur du cheminement même de la mort. »³⁸ Savoir apprécier les personnes qui traversent ce dernier passage de leur vie représenterait un grand changement de perspective. Les besoins des mourants prendraient une nouvelle dimension et importance. Lorsque nous en serons venus à ce point, la souffrance, la douleur, la joie et la paix qu'engendre le passage de la mort deviendra source de guérison et de transformation, non seulement pour la personne qui passe ce seuil, mais aussi pour ceux qui l'entourent et pour la société en général.



CONCLUSION

Faire face à la mort et s'ouvrir à vie

Nous consacrons tous beaucoup de temps et d'énergie à nous demander ce qu'il adviendra de nous. Mais la vie a ses moyens propres de nous enseigner que ce ne sont pas les choses qui nous arrivent qui sont réellement importantes, mais plutôt notre réaction à ce qui se produit dans notre vie.

L'avènement de la mort ne fait pas exception à cette règle. Nous avons naturellement tendance à nous comporter comme si la mort ne devait jamais advenir. Nous en éloignons la pensée, car elle ne semble nous présenter qu'une vision de néant et de souffrance. Nous nous soutenons les uns les autres dans ce mensonge et, ce faisant, nous nous laissons dérober le cadeau unique et puissant que nous offre la mort de ceux que nous aimons et de notre propre mort.

En faisant face à la mort et en la plaçant au centre de nos vies, il nous est donné de voir qu'aux côtés de la souffrance, et de l'horreur parfois, qui entoure la mort, il y a à découvrir une profondeur d'humanité qui ne peut pas se trouver ailleurs. Dans cette optique, la mort apparaît sous son vrai visage celui de la plénitude de la vie.

Il reste beaucoup à faire, au plan de notre culture, pour transformer notre vision de la mort, et faire du soin des mourants une partie intégrante de la vie de la famille et de la communauté. Nous devons à nos grands-parents, à nos frères et soeurs, ainsi qu'à nos enfants de poursuivre un tel rêve.

Renvois

1. M. Scott Peck, *Denial of the Soul: Spiritual and Medical Perspectives on Euthanasia and Mortality*, New York, Harmony Books, 1997, p. 162.
2. Cité dans Johann Christoph Arnold, *I Tell You a Mystery: Life, Death and Eternity*, Farmington (Pennsylvanie), The Plough Publishing House, 1996, p. 114.
3. Jean Shinoda Bolen, *Close to the Bone: Life Threatening Illness and the Search for Meaning*, New York, Scribner, 1996, p. 73-74.
4. Sogyal Rinpoché, *The Tibetan Book of Living and Dying*, édité par Patrick Gaffney et Andrew Harvey, San Francisco, Harper, 1994, p. 33.
5. Elie Wiesel, *Night*, New York, Hill and Wang, 1960, p. 71.
6. Ira Byock, *Dying Well: The Prospect for Growth at the End of Life*, New York, Riverhead Books, 1997, p. 59.
7. Stephen Levine, *Who Dies? An Investigation of Conscious Living and Conscious Dying*, New York, Anchor Books, 1982, p. 34.
8. Jean-Denis Monbourquette, *Grandir : aimer, perdre et grandir*, Ottawa, Novalis, 1994.
9. Henri Nouwen, *Life of the Beloved: Spiritual Living in a Secular World*, New York, Crossroad, 1993, p. 31.
10. Henri Nouwen, *Making All Things New: An Invitation to the Spiritual Life*, San Francisco, Harper & Row, 1981, p. 74.
11. Ira Byock, *Dying Well*, p. 236.
12. Marie de Hennezel, *La mort intime : Ceux qui vont mourir nous apprennent à vivre*, Paris, Laffont, 1995, p. 45.
13. Marie de Hennezel, *La mort intime*.
14. Jean Vanier, « A Wound Deep in Man's Heart », *Lumen Vitae*, 1981, vol. 36, n° 4, p. 463-464.
15. Jean Vanier, « A Wound Deep in Man's Heart », p. 474.
16. Pierre Teilhard de Chardin, *Le Milieu Divin*, Paris, Seuil, 1957.
17. Jean-Denis Monbourquette, *Grandir*, p. 57.
18. Henri Nouwen, *Beyond the Mirror: Reflections on Death and Life*, New York, Crossroad, 1990, p. 38.
19. Norman Cousins, *Head First: The Biology of Hope*, New York, E.P. Dutton, 1989, p. 111.
20. Mary Craig, *Blessings*, London, Hodder & Stoughton, 1997, p. 105.
21. Stephen Levine, *Who Dies?*, p. 79.
22. Ira Byock, *Dying Well*, p. 159.
23. Henri Nouwen, *Our Greatest Gift: A Meditation on Dying and Caring*, San Francisco, Harper, 1994, p. 32.
24. Ira Byock, *Dying Well*, p. 86.
25. Ira Byock, *Dying Well*, p. 34.
26. Marie de Hennezel, *La mort intime*, p. 73.

27. Stephen Levine, *Healing into Life and Death*, New York, Doubleday, 1987, p. 3.
28. Tom Harpur, *The Uncommon Touch: An Investigation of Spiritual Healing*, Toronto, McLelland & Stewart, 1995, p. 72.
29. Marie de Hennezel, *La mort intime*, p. 166.
30. Marie de Hennezel, *La mort intime*, p. 113-115.
31. M. Simone Roach, c.s.m., *Caring from the Heart: The Convergence of Caring and Spirituality*, New York, Paulist Press, 1997, p. 15.
32. Henri Nouwen, *Our Greatest Gift*, p. 60-61.
33. Sheila Cassidy, *Sharing the Darkness*, Maryknoll, OrbisBooks, 1993, p. xi. Préface de Jean Vanier.
34. Marie de Hennezel, *La mort intime*, p. 60-61.
35. Gordon Burnside, « New Paths in End-of-Life Care », *Health Progress*, 1998, vol. 79, n° 3, p. 18.
36. Ira Byock, *Dying Well*, p. 35-36.
37. Ira Byock, *Dying Well*, p. 215.
38. Bridget Campion, « Taking the Final Steps to a 'Good Death' », *The Globe and Mail*, le 19 novembre 1993, p. A19.



*En vente également au Service des publications
de l'Association catholique canadienne de la santé (ACCS)*

GUIDE D'ÉTHIQUE DE LA SANTÉ Révisé - Automne 2000

Dernière version révisée et mise à jour, le nouveau Guide d'éthique présente un recueil utile des valeurs et principes fondamentaux utilisés dans la prise de décision éthique. Il présente une vision morale reflétant l'enseignement catholique romain sur l'éthique de la santé, appliqué aux questions éthiques complexes qui se posent à la société contemporaine. Il couvre les aspects les plus pertinents des soins assurés par les établissements de santé et les services sociaux, les obligations morales de ceux qui dirigent et administrent ces organismes, et constitue ainsi un outil utile pour les prestataires de soins, le personnel et tous ceux qui sont intéressés à une solide réflexion éthique.
110 pages, y compris un glossaire et une bibliographie ISBN : 0-920705-42-1

LIFT UP YOUR HEART: A Book of Prayers for the Sick and Those Who Care For Them

Maintenant à sa quatrième édition, ce missel de poche contient une collection inspirée de prières à l'intention des malades et de ceux qui les soignent. Il contient des éléments d'aide spirituelle et de réconfort pour les temps de la maladie, de stress aigu et de souffrance. (Publié en anglais seulement.)
104 pages avec illustrations ISBN: 0-920705-05-7

SPIRITUALITÉ ET SANTÉ

Ce qui est bon pour l'âme peut l'être aussi pour le corps. Ce court ouvrage établit les rapports qui existent entre la spiritualité et la santé. Après un exposé sur la spiritualité, il s'arrête à certains éléments de la vie spirituelle qui peuvent avoir un impact particulier sur la santé.
76 pages avec illustrations ISBN: 0-920705-26-X

Pour plus d'information sur ces ouvrages et sur d'autres publications, communiquez avec :
Le Service des publications
Association catholique canadienne de la santé
1247, place Kilborn, Ottawa, Ontario K1H 6K9

ou consultez notre site Web

www.accs.ca

ISBN 0-920705-38-3

