

# Peut-on bien vieillir ?



- > Nous, les personnes âgées, à quoi servons-nous dans la société ?
- > Comment trouver un sens à notre vieillesse ?

**D**ans nos sociétés développées, nous vivons de plus en plus âgés : l'espérance de vie dépasse les 80 ans ! En France, en 2004, les plus de 65 ans représentaient 21,8 % de la population. Dans un monde où il faut paraître jeune, être âgé n'est pas toujours facile à vivre ! Quelle place pour les personnes âgées dans notre société ?

Il y a autant de manière de vieillir que de personnes âgées ! C'est une phase caractéristique de l'existence du vivant : il naît, grandit, s'épanouit et puis, il s'étiolle et meurt : « *Il y a un temps pour tout sous le ciel : un temps pour enfanter et un temps pour mourir* » (Qo 3,1).

Quand nous vieillissons, nous vivons des passages plus ou moins difficiles : diminution, brutale ou lente, des forces physiques et intellectuelles. « *Je me sens souvent fatiguée et ai beaucoup perdu !* » explique Thérèse. Pierre n'arrive plus à suivre une conversation ni à lire le journal... Le dynamisme vital baisse et ne nous laisse pas sans angoisse ! « *Si je deviens dépendant, pourrais-je rester à la maison ?* » Des épreuves, plus ou moins faciles à supporter, nous font entrer dans la dure réalité de ce temps du détachement : la retraite professionnelle ; l'éloignement des enfants qui nous causent parfois du souci ; le veuvage, la mort d'amis et de gens de notre génération...

La vieillesse semble parfois nous couper de ce monde actif dans lequel nous avons beaucoup donné. Le progrès de plus en plus rapide



des techniques, des moyens d'information et de communication, peut nous donner l'impression qu'on n'est plus dans le coup : il peut y avoir rupture et même conflit avec les jeunes générations. Dans une société où l'efficacité est le maître-mot, nous pouvons vite nous sentir inutiles sans compter le poids de la solitude...

**la vieillesse réussie est la capacité de continuer d'investir ce qui vient de l'autre.**

« Le vieillissement est un processus inéluctable, progressif et naturel. Il va entraîner des modifications psychiques, conscientes et inconscientes, mais toujours en lien avec l'environnement, explique une psychologue en maison de retraite. Cette évolution se produit rarement en ligne droite : il y a des à-coups, des crises, suite à des événements proches. Toute modification physique, le déclin de

la mémoire, sont vécues comme des trahison, des blessures, d'où une insécurité psychique, l'introduction d'un flou entre la réalité et le rêve, entre le monde intérieur et extérieur. Cette crise identitaire va entraîner de l'anxiété, des comportements de défense, parfois de l'agressivité. Dans la présence à une personne âgée, il faut l'aider à maintenir sa structuration psychique, le maintien du « moi » en tant que sujet, le maintien de son identité. La vieillesse réussie est la capacité de continuer d'investir ce qui vient de l'autre : les enfants, les petits enfants, les amis, le voisinage, la vie extérieure ».

## Les richesses du temps de l'âge

À côté de ces aspects négatifs, le temps de la vieillesse comporte d'incontestables richesses. Il permet de faire le point sur notre vie avec un regard plus serein, plus paisible. Même si nous avons le sentiment de ne pas avoir été quelqu'un d'exceptionnel, nous avons quand même construit quelque chose : un bonheur traversé d'épreuves, mais aussi de satisfactions et de joies. Nous pouvons prendre, non sans humour, de la distance vis-à-vis de ce monde qui passe et remercier la Providence pour tous les bons et grands moments de notre vie. N'est-ce pas une joie pour des vieux mariés de fêter leurs cinquante années de mariage avec enfants, petits-enfants et arrière petits-enfants ?

Nous avons du temps disponible. Ce qui est rare aujourd'hui ! Temps durant lequel nous pouvons développer des amitiés et d'autres relations sociales toujours enrichissantes. Alexis et Jeannette se sont inscrits au club du troisième âge et participent régulièrement aux activités proposées. « On découvre des gens de notre ville que nous n'avions pas eu le temps de rencontrer auparavant ! » Temps que nous pouvons mettre aussi au service de nos familles, d'activités bénévoles, ou associatives ou politiques. « Tous les étés, je prends mes petits-enfants pour soulager nos enfants », témoigne Roselyne. Un couple de retraités est allé vivre dans un pays pauvre pour se mettre au service des enfants démunis. Les idées ne manquent pas. Les plus jeunes ont toujours besoin des plus vieux même s'ils ne s'en rendent pas

toujours compte. Ils sauront bien apprécier leur sagesse, leur expérience et l'indulgence de leurs jugements : « Vieillissant, il porte encore du fruit, il garde sa sève et sa verdure » (Psaume 91,15).

## La place de la personne âgée dans la famille et la société

Bien des enfants sont un jour confrontés à cette question : « Qu'allons-nous faire de nos parents vieillissants ? ». Question que reflètent aussi les personnes âgées qui ont souvent le sentiment de déranger. N'avons-nous pas perdu la conscience du rôle que peuvent jouer les anciens dans nos familles ? Comment intégrer les grands-parents dans l'existence familiale, afin qu'ils ne soient ni exclus ni marginalisés ? Question difficile car la personne âgée, surtout si elle est seule, peut devenir égoïste, centrée sur elle-même et ses difficultés, pratiquant parfois le chantage affectif. Dans ces situations, ne faudra-t-il pas user de beaucoup de délicatesses pour l'aider à s'ouvrir aux autres et à mettre en valeur ses potentialités ? Mais la plupart du temps, nous apprécierons sa présence. Bien des grands-mères ont aidé leurs petits-enfants à s'ouvrir à la dimension de la foi et du dialogue avec Dieu. Notre attitude positive sera déterminante : une personne qui n'est pas considérée uniquement comme une charge ne sera pas tentée de se refermer sur soi et de se décourager. Il y a un enrichissement mutuel des générations qui est à découvrir et à exploiter.

## Le problème de la "dépendance"

L'une des plus grande épreuve de la vieillesse est la perte d'autonomie. Il est toujours difficile de consentir à devenir dépendant. La personne n'arrive plus à se suffire à elle-même pour la vie quotidienne : courses, cuisine, toilette, ménage, etc. Il faut se soucier alors de mettre en place un dispositif d'aide : aide ménagère, tierce personne, assistance médicale. Beaucoup de choses ont été faites en ce sens pour maintenir les personnes âgées à leur domicile le plus longtemps possible. « L'expérience a montré qu'il est préférable de ne pas les sortir de leur cadre familial, explique un médecin généraliste, car leurs capacités d'adaptation se réduisent avec l'âge ».

## > Message de Carême 2005 du Pape Jean-Paul II

### Entourer et aimer les personnes âgées

« Dans la vision de la Bible, atteindre l'âge mûr est un signe de la bénédiction aimante du Très-Haut. La longévité apparaît ainsi comme un don particulier (...). La vie de l'homme est un don précieux, qu'il faut aimer et défendre dans chacune de ses étapes. Le commandement « Tu ne tueras pas » demande qu'elle soit respectée et promue, toujours, depuis son début jusqu'à son crépuscule naturel. C'est un commandement qui vaut aussi en présence de la maladie, et lorsque l'affaiblissement de ses forces réduit l'être humain à ne plus être autonome. Si le vieillissement et ses limites inévitables sont accueillis en toute sérénité, à la lumière de la foi, ils peuvent devenir de précieuses occasions pour mieux comprendre le Mystère de la Croix qui donne pleinement son sens à l'existence humaine (...). Il faut s'engager à faire grandir dans l'opinion publique la conscience que les personnes âgées constituent, dans tous les cas, une ressource qui doit être mise en valeur.

En nous aidant de la Parole de Dieu, réfléchissons sur l'importance pour chaque communauté d'accompagner les personnes vieillissantes avec amour et compréhension ».

## Le point de vue de l'Église



Par Monseigneur Jacques Perrier  
Évêque de Tarbes et Lourdes

## “Le temps de la retraite”

*Chaque âge pense que l'autre est privilégié. Les personnes âgées ont l'impression qu'il n'y en a que pour les jeunes, surtout dans l'Église où ils sont peu nombreux. Les jeunes, eux, trouvent qu'on ne leur fait pas de place. C'est peut-être vrai dans l'Église ; c'est encore plus vrai dans le monde politique. Quant à la génération intermédiaire, celle qui travaille, celle qui essaie d'élever ses enfants, elle peut penser qu'on l'oublie, sauf pour les impôts et les cotisations sociales. Avec tout cela, allez faire une société cohérente !*

*Au cours du XX<sup>e</sup> siècle, le problème s'est compliqué par l'allongement de la vie : désormais, ce ne sont plus trois générations qui doivent coexister, mais quatre. Si la 4<sup>e</sup> génération n'existe pas, c'est que les petits-enfants d'aujourd'hui deviennent parents beaucoup plus tard qu'autrefois. Le problème s'est compliqué aussi par l'habitation en ville, dans des appartements qui ne laissent guère la possibilité à plusieurs générations de cohabiter.*

*En sens inverse, la plupart des femmes ayant une activité professionnelle, les ménages ont souvent recours à leurs parents pour les temps libres des enfants. Si le couple se sépare, les parents des deux conjoints ont un rôle encore plus important auprès de leurs petits enfants, notamment en ne prenant pas trop parti pour l'un ou l'autre des conjoints.*

*Cette génération des grands-parents tient une place essentielle dans la société. Retraités, ils ont la disponibilité de leur temps. C'est une grave responsabilité, car le temps est une richesse qui devient rare. Les sexagénaires, encore verts, sont sollicités de tous côtés. À eux d'établir le menu de leurs occupations. Il est normal qu'ils ne se laissent pas absorber par une seule activité comme durant les années de leur vie professionnelle. Mais il faut qu'ils tiennent leurs engagements, au besoin en s'associant à plusieurs pour remplir une tâche. La société française irait encore plus mal sans le tissu associatif et le bénévolat : il est normal que les sexagénaires y soient nombreux. À eux de savoir ne pas prendre toutes les décisions et de répondre aux attentes de la génération suivante, même si celle-ci est moins active sur le terrain.*

*Ce qui vaut pour l'ensemble de la société vaut aussi pour l'Église. Mais il ne faudrait pas considérer les retraités uniquement comme une main-d'œuvre disponible. Beaucoup de personnes, arrivant à l'âge de la retraite, souhaitent aussi approfondir leur foi. Ils ont un peu de temps pour cela mais ce n'est pas le seul motif de leur intérêt : leur expérience de la vie les a amenés à se poser bon nombre de questions. Ils cherchent à s'éclaircir.*

*Tout ce qui est dit jusqu'ici vaut pour le 3<sup>e</sup> âge, celui qui dispose de capacités relationnelles, intellectuelles et même physiques presque intactes. Mais viendra le 4<sup>e</sup> âge, celui qui fait peur. La frontière entre les deux est imprévisible et peut varier d'une quinzaine d'années entre deux personnes. Tel sera encore alerte*

*à 85 ans, alors que tel autre se sentira vieux à 70.*

*Le passage d'un âge à l'autre peut être assez brutal, si une maladie grave ou une épreuve familiale vous frappe tout à coup. Mais, même si le passage se fait plus en douceur, il vient un moment où il n'est plus question d'ironiser sur son grand âge en espérant bien que l'entourage se récriera et vous répondra que vous avez encore une forme de jeune homme.*

*Il vient un moment où les capacités, effectivement, diminuent. Les déplacements deviennent difficiles. L'horizon se restreint au cercle familial et à quelques proches. La mémoire s'effiloche et ne garde que les souvenirs les plus anciens. La vue baisse et l'on ne comprend plus quand deux personnes parlent à la fois.*

*Ce temps n'est plus celui de la sagesse mais celui du dépouillement. Les relations familiales se révèlent alors dans toute leur vérité. Combien de personnes du 4<sup>e</sup> âge, dans leurs maisons de retraite, confortables et bien chauffées, mais vides et froides à l'intérieur, ne voient pratiquement jamais personne ? Les enterrements des personnes très âgées sont parfois tristes parce que personne n'est triste. Quelque lointain neveu est venu, entre deux trains, mais s'est vite consolé d'une peine qu'il n'éprouve : « Que voulez-vous, elle avait l'âge ». Mais ne généralisons pas !*

*Jésus n'a pas connu cette phase de la vie. Mais il fait route avec l'humanité, tout au long de l'Histoire. Il fait route avec chacun. Il aime les enfants et leur faculté de faire confiance. Il aime que les jeunes prennent des risques. Il aime les adultes qui assument leurs responsabilités, transmettent la vie, construisent un monde plus juste et plus beau. Il attend beaucoup de ceux qui allient, dans la soixantaine, l'énergie encore disponible et l'expérience acquise.*

*Mais, pour Jésus, un être humain n'est jamais périmé. Il fait route avec ceux qui, comme lui mais pour d'autres raisons, connaissent une certaine déchéance. Nous craignons de devenir l'ombre de nous-même. Il n'a pas craint, lui, d'être le Serviteur souffrant, qui n'avait plus figure humaine.*

*Longtemps, le pape Jean-Paul II restera un exemple et un réconfort pour ces personnes qui voient leurs forces décliner. Il n'a pas eu honte de se montrer, tel qu'il était, dans son extrême faiblesse et son quasi-silence, lui qui avait étonné le monde par ses facultés extraordinaires. Spirituellement et même en simple qualité humaine, pour lui, la vieillesse n'a pas été un naufrage.*

*Jean-Paul II a beaucoup parlé sur la souffrance et sur le sens qu'elle pouvait prendre pour un chrétien, en union avec la Passion du Christ. Depuis l'attentat de 1981, il parlait d'expérience. Mais il savait que le chemin est long, qui amène, non pas à tolérer la souffrance, mais à l'offrir. ■*



## Peut-on bien vieillir ?



La solution de la maison de retraite peut être bonne, à la condition que la personne donne son accord. Plus elle sera âgée, plus l'adaptation sera difficile. Cependant, les familles ne doivent pas oublier que leur présence régulière reste indispensable : les soins quotidiens et médicaux ne remplacent pas les besoins affectifs. Trop de personnes âgées sont presque abandonnées par leur famille. Placer une personne âgée juste après un accident ou une crise grave (fracture, opération, accident...) sans y réfléchir suffisamment peut avoir des conséquences dramatiques. Alors qu'elle est déjà sous le choc d'un traumatisme, on lui demande d'abandonner les repères de son domicile habituel et d'en reprendre d'autres, brutalement, ailleurs. Et si cela s'avère l'unique possibilité, il sera judicieux de bien l'entourer et de choisir un lieu qui favorise ce douloureux passage.

### Vieillir est une bénédiction

Mais cette période de la vieillesse a du sens aux yeux de Dieu. Un sens bien éloigné des intérêts et des préoccupations de ce monde... Quel que soit notre état physique ou mental, chaque jour qui passe est un cadeau que Dieu nous donne pour avancer sur les chemins de l'amour et de la vie. La fin de notre vie sera probablement marquée par des peines et des souffrances qui seront d'autant plus pénibles à porter qu'elles seront refusées ou vécues dans la révolte. Mais si l'aigreur ou le découragement font place à une humble acceptation de ce temps, notre vie peut acquérir une valeur qui transcende toute souffrance. Unie à celle du Christ, elle peut devenir une offrande qui mystérieusement portera un fruit beaucoup plus grand que tout ce que nous avons pu

entreprendre. Vie offerte à Dieu pour qu'il nous prépare au jour de notre mort ; pour qu'il aide nos enfants et petits-enfants à garder la foi et l'espérance ; pour qu'il suscite une culture de la vie ; pour qu'il aide l'homme contemporain à construire une civilisation de l'amour. Une offrande humble et simple sans perdre le sourire et le sens de l'humour ! Le secret de tout bonheur n'est-il pas de donner sa vie par amour ?

La vieillesse est le temps idéal pour réfléchir sur le sens de notre vie et grandir dans l'intimité avec Dieu. « *Poursuis la justice, la piété, la foi, la charité, la constance, la douceur. Combats le bon combat de la foi, conquiers la vie éternelle* » dit Saint Paul à son disciple Timothée (1 Tim 6,11). C'est aussi un temps que nous pouvons mettre à profit de multiples manières pour que l'amour soit notre seule raison de vivre. (Jean 17,3). La vocation de la personne âgée n'est-elle pas aussi de prier Dieu pour le monde, d'adorer Celui qui est à l'origine de la vie ; de rendre à Dieu la louange qui lui revient ?

Détachée des vanités de ce monde, nous pourrions ainsi grandir en espérance dans le désir de « voir Dieu face à face » (1 Cor 13,12). « La vie éternelle, c'est qu'ils te connaissent, Toi, le seul vrai Dieu et ton envoyé Jésus-Christ ». Jour après jour, nous nous rapprochons de ce moment si important de la vie qu'est la mort : « *Le passage de la mort*, dit l'Abbé Pierre, *c'est la rencontre avec un Ami longtemps attendu* ». Cet Ami qui nous introduira dans un monde nouveau dans lequel toute larme sera essuyée de nos yeux. « *L'amour ne passera jamais. Quand viendra l'achèvement, ce qui est partiel disparaîtra. (...) Nous voyons actuellement une image obscure dans un miroir, ce jour-là, nous verrons face à face* » (1 Corinthiens 13, 8-13). ■

## Qu'attendent les personnes âgées ?

### Des choses simples, mais qui leur manquent souvent cruellement.

Après la canicule dramatique de l'été 2003 une vaste enquête conduite auprès des personnes âgées a révélé la simplicité des activités qui leur plaisent le plus et qu'elles plébiscitent : recevoir une visite (92%), recevoir une lettre (86%), voir ou rencontrer des enfants (83%), recevoir un appel téléphonique (82%). Or, 23% des personnes interrogées ne recevaient pas d'appel téléphonique de leur famille au moins une fois par semaine, 25% n'avaient pas l'occasion de rencontrer un ami au moins une fois par mois et 28% n'avaient pas l'occasion de parler à un enfant au moins une fois par trimestre ! 42% manquaient d'au moins un de ces trois liens. Un appel à davantage de solidarité pour les familles et les voisins.

Enquête "Les personnes âgées et la vie" réalisée par l'Alliance pour les Droits de la Vie - Liberté politique n°25, 2004

## Les personnes âgées dans la Bible

Les auteurs de l'Ancien Testament n'avaient pas une idée claire de la vie au-delà de la mort. Aussi, c'était une bénédiction de Dieu que de mourir « rassasié de jours » (Psaume 90,16). Une vie longue est la récompense d'une attention aimante à ses parents : « *Honore ton père et ta mère, afin d'avoir longue vie sur la terre* » (Deut 5,16). Dans l'Évangile, le vieillard Siméon et la prophétesse Anne passent de longs moments dans le Temple en prière : ils sont remplis de l'Esprit Saint et reconnaissent l'Enfant Jésus comme le Messie d'Israël (Luc 2, 22-38). La foi et l'espérance de Zacharie et d'Élisabeth seront récompensées par la naissance tardive du petit Jean-Baptiste (Luc 1, 37-79). C'est la constance dans la foi et l'espérance qui est magnifiée dans ces grandes figures de la Bible.

### Rayon livres

- J.P. DUBOIS-DUMÉE, "Vieillir sans devenir vieux", Ed. DDB, 2005.
- H. SAMSON, "Chemin spirituel de la vieillesse", Ed. Parole et Silence, 2004.
- CH. HERFRAY, "La vieillesse en analyse", Ed. DDB Psychologie, 2005.
- P. GUERIN, La maturité un défi spirituel, Ed. Bayard.
- D. SNET, L'Art d'être parents et grands parents, Ed. Le livre Ouvert.
- L. PLOTON, Maladie d'Alzheimer, A l'écoute d'un langage, Ed. Chronique Sociale.

### A qui s'adresser

- Espérance et Vie, Mouvement chrétien de femmes pour les premiers temps du veuvage : se renseigner auprès de votre diocèse.
- Frères de la Résurrection : Institut séculier pour les veufs et les veuves  
202 avenue du Maine - 75014 Paris

# En finir avec la vie : l'euthanasie ?

> Suis-je libre d'en finir avec la vie quand la souffrance est trop grande ?

**N**os sociétés se retrouvent face à des défis nouveaux. Les frontières entre la vie et la mort sont devenues plus ténues compte tenu des progrès médicaux. De plus les soins prodigués aux malades en fin de vie coûtent cher à la société. Alors que faire ?

**La mort se passe le plus souvent à l'hôpital et la tentation est grande, parfois, d'abrégier la vie d'un malade (à sa demande ou non). Certains pensent même qu'on devrait avoir le droit de choisir sa mort, ses circonstances, son moment. Donner la mort à un malade incurable, à un cancéreux en phase terminale serait lui manifester de la pitié, voire de l'amour. Que penser de tout cela ?**

Il arrive que le personnel soignant des hôpitaux entende cette parole de la part d'un malade : « *J'en ai assez, je voudrais mourir* » ; ou encore qu'un membre de la famille laisse échapper : « *Cela fait des mois que cela dure, il faut faire quelque chose* ». Ces mots expriment l'angoisse et les peurs du malade comme de son entourage. Il est très éprouvant de venir jour après jour rendre visite à un proche très diminué par la maladie ou en phase terminale.

Mais que signifie, en réalité, la demande de mort formulée par le malade ? Est-elle sa dernière volonté ou plus généralement un appel, un cri, une demande de reconnaissance ? Est-elle l'expression du désir du malade... ou bien de celle de l'entourage ou encore des soignants ?

« *En fait, l'expérience montre que très peu de personnes souhaitent une euthanasie, font remarquer les spécialistes des soins palliatifs : lorsque l'angoisse, le désespoir, l'impression de n'être plus compris, de n'être plus reconnu comme une personne, lorsque l'avenir semble fermé, la demande d'euthanasie est, pour certains malades, l'ultime moyen d'obliger leur entourage à reprendre une vraie relation* ». Le malade, dans cette demande d'euthanasie, ne demande pas qu'on l'aide à mourir, mais demande qu'on l'aide à vivre le temps qu'il lui reste.



Dans une grande majorité de cas, c'est un appel au secours : la personne souffre physiquement et moralement, elle se sent à bout de forces. L'expérience montre qu'il faut d'abord prendre du temps pour écouter le malade et chercher à soulager ses douleurs physiques (sans craindre d'utiliser des analgésiques ou de la morphine ou ses dérivés), et surtout sa souffrance psychique, morale ou spirituelle, la plus dure à supporter ! C'est pourquoi le malade a besoin d'être à la fois entouré de l'affection de ses proches et soutenu, médicalement et parfois psychologiquement, dans ses moments d'angoisse et de dépression, comme le font notamment les services de soins palliatifs.

**Le malade demande qu'on l'aide à vivre le temps qui lui reste.**

### Que veut dire "mourir dans la dignité" ?

Les défenseurs de l'euthanasie revendiquent le droit de mourir dans la dignité, c'est-à-dire de pouvoir choisir de mourir s'ils considèrent que leur vie n'est plus assez digne ou trop dure à supporter. « À qui veut bien réfléchir, la liberté – et donc le droit – de mourir dignement, à son heure, selon son style, apparaîtra évident et en parfait accord avec notre sensibilité moderne » (Michel Landa, Le Monde, 17.11.79). L'homme contemporain aime en effet penser qu'il peut tout maîtriser, même l'heure et les modalités de sa mort.

Mais à quoi correspond cette dignité ? Revendiquer pour soi-même la liberté de mourir, n'est-ce pas banaliser la vie comme un objet sur lequel nous aurions tous les droits ? Cette revendication nous interroge plus profondément sur le sens de la vie humaine : D'où vient l'homme ? Qu'est-ce que la mort ? Qu'est-ce que la liberté ? Y a-t-il un au-delà ? Questions auxquelles répondent la plupart des grandes religions. Les chrétiens reconnaissent le caractère sacré de la vie humaine (CEC n° 2277). Notre vie ne nous appartient pas : nous l'avons reçue, d'abord de nos parents, et plus profondément d'un Dieu créateur, source de toute vie. Accepter de ne pas connaître l'heure de notre mort fait donc partie de notre condition humaine, et pour le croyant, cet acquiescement se double d'un acte de

confiance en Dieu qui tient « toute vie entre ses mains ». La vie ne s'arrête d'ailleurs pas à la mort, mais se poursuit éternellement en Dieu dans l'au-delà.

Notre vie peut certes devenir terriblement souffrante ou affaiblie : perd-elle alors, systématiquement, toute dignité ? Et comment mesurer cette dignité, ou le degré de dignité qui permettrait de poursuivre des soins ou de donner la mort ? Si nous donnons à des autorités médicales le droit d'euthanasier ceux dont la vie ne paraît plus assez digne, n'est-ce pas prendre le risque de mesurer la valeur de la vie humaine selon des critères purement matériels, par exemple en fonction du coût des soins, ou de l'utilité de la personne ? N'est-ce pas prendre le risque de considérer l'homme comme un objet sans valeur ? Les fondements de nos sociétés en seraient ébranlés. Pour le chrétien, toute vie humaine garde sa valeur jusqu'au dernier souffle. La souffrance reste un mystère mais n'y a-t-il pas chez ceux qui la supportent avec courage le témoignage que la vie est digne même dans l'épreuve ?

### Quelle différence entre euthanasie et le refus de « l'acharnement thérapeutique » ?

Quand un malade est manifestement en fin de vie, à cause de son âge, de l'évolution de son état, du blocage de la plupart de ses fonctions vitales, la cessation de procédures médicales (souvent pénibles pour le mourant) peut être légitime : il n'y a pas d'obligation morale à utiliser des moyens disproportionnés dont on sait d'avance qu'ils seront sans résultat et n'auront pour effet que de fatiguer le malade. C'est le refus de l'acharnement thérapeutique. Beaucoup pensent que la suspension de ces traitements constitue un acte d'euthanasie... On consent, ainsi simplement, à ne pas pouvoir l'empêcher, en laissant la nature faire son œuvre. Les décisions doivent être prises par le malade s'il en a la compétence et la capacité, ou sinon par les ayants-droit légaux, en respectant toujours la volonté raisonnable et les intérêts légitimes du malade (CEC n° 2278). Par contre, des soins minima sont toujours exigés : alimentation, hydratation, ventilation. La différence est grande : dans tous les cas, c'est le respect de la vie, même souffrante et affaiblie, qui doit l'emporter. ■

## > La mort, un mystère de rencontre entre deux libertés

« La mort reste toujours un mystère de liberté, de la part de Dieu qui vient vers nous, mais aussi de notre part à nous qui accueillons Dieu. La mort est un rendez-vous entre deux personnes libres. Le jour où on a compris cela, on est libéré de la peur païenne de la mort comme fatalité. On peut garder une peur tout à fait normale des souffrances qui la préparent, la peur de la maladie, de l'accident. Mais quand on a compris que l'heure de notre mort est un rendez-vous, je dirai même un rendez-vous d'amour entre Dieu et nous, on s'ouvre au véritable mystère de la mort : « Je ne meurs pas, j'entre dans la Vie » disait Sainte Thérèse de l'Enfant Jésus, quelques jours avant sa mort. »

(“A l'heure de notre mort”, J.M. Garrigues)

## Le point de vue de l'Église



Par Monseigneur Jacques Perrier  
Évêque de Tarbes et Lourdes

## “La liberté d'en finir avec sa vie...”

Les débats à propos de la mort répondent aux débats autour de la vie. Mais il faut distinguer deux types de cas.

1 • Pour légaliser l'avortement, les législations européennes dénie à l'enfant, avant sa naissance, le statut de personne. De même, pour s'autoriser à interrompre la vie de quelqu'un, on mettra en avant le fait que ce patient ne communique plus avec son entourage et qu'il est réduit à un état végétatif. On emploiera parfois une expression plus vulgaire que je n'ai pas envie de reproduire. Ce patient ne serait plus une personne humaine.

Pour l'Église catholique, un être humain est toujours une personne et doit être respecté comme telle, même si elle semble ne plus communiquer avec l'entourage. Définir la personne humaine par sa capacité à communiquer est une option philosophique particulière et récente : c'est un abus d'en faire la base de décisions aussi lourdes que celles de la vie ou de la mort d'un patient. De plus, cette option est dangereuse car, sur le critère de la communication, beaucoup d'êtres humains risqueraient de disparaître.

À ces arguments de raison, l'Église ajoute une conviction de foi. L'être humain, une fois qu'il existe, ne peut plus disparaître. Créé à l'image et ressemblance de Dieu, il n'a pas toujours existé mais, à partir du moment où il existe, il ne peut plus être anéanti. La personne humaine est indestructible. Elle reste un sujet de droit. Elle a droit aux « soins ordinairement dus à une personne malade », « même si la mort est considérée comme imminente » (Catéchisme de l'Église catholique).

Inversement, le même Catéchisme reconnaît comme pouvant être légitime « la cessation de procédures médicales onéreuses, périlleuses, extraordinaires ou disproportionnées avec les résultats attendus ». De même, « l'usage des analgésiques pour alléger les souffrances du moribond, même au risque d'abrégé ses jours ». Il ne faut pas tirer de cette dernière citation une autorisation de tuer. Il faut vérifier que l'intention est bien, simplement, « d'alléger les souffrances ».

La frontière entre ces différentes conduites peut être difficile à repérer. Il ne faut pourtant pas la nier : ne pas recourir à des moyens extraordinaires et alléger les souffrances d'un malade, c'est une chose ; le tuer, c'est autre chose. Si l'on ne maintient pas cette distinction, toutes les dérives sont possibles.

2 • Le mot euthanasie est employé aussi dans un autre type de situations. Il s'agit, pour un malade incurable, de mettre fin à ses jours parce qu'il souffre trop et qu'il a peur de perdre sa dignité en étant réduit, un jour, à l'état évoqué ci-dessus. Comme il ne peut pas, dans son état de faiblesse, se donner lui-même la mort par quelque moyen violent, il demande l'aide du

corps médical ou de sa famille. Il s'agit d'un suicide assisté, motivé par le refus de la dégradation de soi-même.

Tout le débat sur l'euthanasie tourne autour du mot de dignité. Ceux qui revendiquent une légalisation de l'euthanasie mettent en avant le « droit à mourir dans la dignité ». L'Église, elle aussi, parle de dignité. Mais elle ne la place pas au même niveau. La dignité d'une personne ne dépend pas de son apparence ni de ses capacités physiques ou psychologiques. La dignité d'une personne est inaliénable, quelle que soit sa maladie ou, dans un autre ordre d'idées, sa dégradation morale.

Aucun homme ne devrait avoir peur de perdre sa dignité. Il faudrait que la société, dans ses principes mais aussi dans ses réflexes, reconnaisse la dignité de toute personne, quel que soit son état. Si j'étais sûr de ne jamais être méprisé, je ne me mépriserais pas moi-même.

Cette euthanasie du second type pose un autre problème : celui de l'assistance demandée, soit au corps médical, soit à l'entourage. Qu'un médecin donne la mort, cela est contraire au serment d'Hippocrate qu'il a prêté pour entrer dans la profession. Notez bien qu'il ne s'agit pas d'un texte chrétien mais de ce que nous pourrions appeler la conscience universelle. Les médecins pourraient-ils se décharger sur d'autres membres du personnel de santé ? Ce serait, pour le coup, indigne.

Quant à l'entourage, il est pris au piège si un parent, un ami demande de lui donner la mort ou, au moins, de lui procurer les moyens de se donner la mort. Au nom de son amour pour son fils, une mère peut-elle accéder à sa demande de mort ? La question est inextricable dans une société où le sentiment prime tout. Au nom du même amour, il faut que jamais personne ne mette un proche dans une pareille situation.

Combien de personnes âgées disent-elles qu'elles « se sentent inutiles », qu'elles « sont un poids pour les leurs » ? Devront-elles, par amour de leur famille, demander à être euthanasiées ? Sous l'Empire romain, quand un notable avait cessé de plaire à l'empereur, il se suicidait sans sourciller. Y aura-t-il, un jour, dans notre Occident libéral, un devoir d'euthanasie ? Attention aux mots ! Ils sont dangereux. Ils finissent par infiltrer leur venin ou engourdir la conscience. Qui dit « euthanasie », dit « mort » : il ne faudrait pas l'oublier.

Faire mourir quelqu'un qui ne vous veut pas de mal : toute conscience humaine devrait s'y refuser, absolument. Ouvrons une autre perspective : celle de la proximité malgré tout, de l'accompagnement jusqu'au bout. La communion peut aller plus loin que la communication. ■



## En finir avec la vie : l'euthanasie ?

### Que peut-on faire pour les états végétatifs chroniques ?

« L'état végétatif est relativement bien défini mais le terme pour le désigner, forgé il y a plus de trente ans, peut être mal compris, car il risque d'évoquer une vie qui ne serait plus pleinement humaine. De même, c'est à tort que certains parlent de "malades végétatifs", sans s'appuyer sur un diagnostic précis. Seule une observation attentive et prolongée, menée par des personnes compétentes, peut permettre de dire que certains patients ne montrent plus aucun signe de conscience. Ces patients sont avant tout des personnes qui se trouvent dans une situation limite. Nous leur devons des soins et des traitements adaptés, ainsi que la mise en œuvre de techniques de stimulation adéquates, pour essayer d'obtenir leur éveil. Grâce à une telle prise en charge médicale et relation-

nelle, beaucoup de ces patients finissent par sortir de l'état végétatif, avec des séquelles plus ou moins graves, mais ils retrouvent une capacité de communication. D'autres ne retrouvent une capacité d'expression que de manière fluctuante. Pour d'autres enfin, il faut se rendre à l'évidence au bout d'un certain temps, qu'il n'y a quasiment plus d'espoir d'obtenir un éveil, même si, dans de rares cas, celui-ci survient. On parle alors "d'états végétatifs chroniques".

Ces derniers patients restent des personnes humaines et doivent être accueillis comme telles par la société. En France, nous estimons, à juste titre, qu'ils doivent bénéficier des soins de base : alimentation, hydratation, prévention des escarres, etc.

témoignant qu'on les considère comme des personnes humaines. Leurs familles ont grand besoin d'un soutien dans leur épreuve, et notamment d'un discours médical qui reste cohérent tout au long des différents états traversés. En même temps, il faut tenir compte de la situation dans laquelle se trouvent les personnes en état végétatif chronique.

Concrètement, cela veut dire qu'il ne serait pas sage, par exemple, de lutter par des traitements intensifs contre une grave défaillance cardiaque ou pulmonaire. Car la médecine n'a pas vocation à lutter contre un processus de mort lorsque cette intervention thérapeutique ne peut avoir pour effet que de maintenir la vie dans une situation limite ». (Père Patrick Verspieren - La Croix - 29.03.2005)

### > Les soins palliatifs, pour qui et quand ?

**Comme celui de la naissance, le temps de la fin de vie est une étape à vivre en toute conscience et en toute humilité. Le but des soins palliatifs est de préserver la meilleure qualité de vie possible des malades en phase terminale, jusqu'à la mort, qui n'est ni hâtée, ni retardée.**

**Les soins palliatifs concernent :**

- les personnes dont la maladie grave et évolutive nécessite des soins de confort, consécutifs à une perte d'autonomie importante ou à des douleurs rebelles aux traitements classiques (cancers, accident vasculaire cérébral, cardiomyopathie obstructive, bronchopathie chronique obstructive...) et dont les soins curatifs peuvent toujours être en cours. On préfère alors parler de soins continus.
- les personnes en phase terminale, dont le décès est imminent, lors de cancers, troubles neurologiques dégénératifs (sclérose en plaques, sclérose latérale amyotrophique...), pathologies immunodéficientes (SIDA...), maladies graves entraînant une perte d'autonomie importante (maladie d'Alzheimer...), et lorsque les traitements curatifs deviennent trop agressifs et sans résultat contre la maladie (rechutes, généralisation d'un cancer, épuisement général de la personne...).

L'orientation vers une unité de soins palliatifs est une décision pluridisciplinaire, qui est proposée par l'ensemble des acteurs santé qui soignent la personne malade (médecin traitant, médecins spécialistes, médecin de l'unité de soins palliatifs) en accord avec celle-ci et avec son entourage.

L'accueil du malade se fera avec réalisme et douceur : sans fuir la réalité mais aussi sans lancer brutalement des vérités qui peuvent heurter.

On estime qu'entre 85 et 90 % des personnes en soins palliatifs sont conscientes d'être en fin de vie. Elles souffrent alors, entre autres, de l'absence de discours sur leur mort imminente.

Dans une unité de soins palliatifs, les patients ne sont pas abandonnés avec leur histoire, ils sont accompagnés, de jour comme de nuit, par toute l'équipe des soignants.

#### Rayon livres

- ELISABETH MATTHIEU-RIEDEL, "Ne pleurez pas, la mort n'est pas triste", Ed. Criterion 2001
- NICOLAS AUMONIER, "L'euthanasie, Que sais-je", Ed. Puf, 2002.
- PATRICK VERSPIEREN, MARIE-SYLVIE RICHARD, "La tentation de l'euthanasie", Ed. DDB, 2004.
- ETIENNE MONTERO, "Euthanasie, les enjeux du débat", Presses de la Renaissance, 2005.
- JEAN-PAUL II, "Les états végétatifs chroniques", Discours au Congrès International, 20 mars 2004.
- MGR JEAN-PIERRE RICARD, "Ni euthanasie, ni acharnement thérapeutique", Déclaration du 08.10.2003.
- ALLOCUTIONS DU PAPE PIE XII sur Le soulagement de la souffrance, La Documentation Catholique, du 17.03.1957 et du 28.09.1958.
- Lucien ISRAËL, "Les dangers de l'euthanasie" (Edition des Syrtes)
- Alain MATTHEUERS, "Accompagner la vie dans son dernier moment" (Parole et Silence)
- Jean-Marie GUEUELLETTE, "Reste auprès de moi mon frère" (Cerf)
- X. THEVENOT, Souffrance, bonheur et éthique, Ed. Salvator.

#### A qui s'adresser

**Associations spécialisées dans l'accompagnement de fin de vie**

- Société Française d'Accompagnement et de soins palliatifs  
110 avenue Emile Zola - 75015 PARIS - Tél : 01 45 75 43 86
- Association pour le développement des soins palliatifs  
44 rue Blanche - 75009 PARIS - Tél : 01 45 26 58 58
- Jusqu'à la mort, accompagner la vie (JALMALV)  
132 rue du Fbg St Denis - 75010 PARIS - Tél 01 40 35 17 42  
www.jalmalv.org
- Sos fin de vie, 274 rue Solferino, 59000 Lille.  
www.sosfindevie.fr

#### Vidéo

- "Ces instants précieux"  
Documentaire au cœur des unités de soins palliatifs suivi d'un débat - Réalisation DCX - Coproduction Alliance pour les Droits de la Vie - Commandes à adv-box@adv.org



# Comment accompagner un proche jusqu'à la mort ?

- > Que faire lorsque la fin de vie d'un parent devient difficile ?
- > Qu'est-ce que les soins palliatifs ?
- > Comment faire face aux grandes souffrances ?

**E**n France, 73 % des personnes meurent à l'hôpital. Le personnel soignant fait ce qu'il peut pour les accompagner, sans pour autant être toujours qualifié pour suivre les derniers instants d'un malade. Les proches gardent un rôle fondamental, à côté des équipes médicales, car celui qui approche de sa fin n'est pas uniquement un malade à soulager, mais un homme ou une femme qui achève sa vie sur cette terre et doit s'y préparer sur le plan humain, familial et spirituel.



## La famille garde un rôle central

Après avoir vécu en bonne santé, beaucoup de personnes se retrouvent démunies lorsque la maladie, l'accident ou la vieillesse les maintiennent dans un lit ou un fauteuil. Ces atteintes apparaissent soit progressivement (maladie d'Alzheimer, sclérose en plaques, polyarthrite, cancers, etc.), soit brutalement (AVC, hémiplégie, etc.). Prendre soin de ces personnes exige des compétences diverses et complémentaires, c'est pourquoi beaucoup sont placées en instituts spécialisés ou hospitalisées. Cependant la famille garde un rôle très important, notamment lorsque le malade est très diminué, pour le soutenir, se faire éventuellement l'interprète de ses souhaits, et faire le lien avec l'équipe médicale. « *La vie et la liberté du malade doivent être absolument respectées par les soignants* » dit le Docteur Xavier Mirabel, oncologue.



## « Quel soignant n'a pas rencontré un malade en fin de vie exprimer dans la même discussion, à quelques minutes d'intervalle ou parfois dans la même phrase, la conscience qu'il a de la mort prochaine et le souhait de guérir ? »

Dr Xavier Mirabel, "Euthanasie, les enjeux du débat", p. 20-21

### A quoi servent les "soins palliatifs" ?

Lorsque les solutions médicales sont toutes épuisées, le malade peut être pris en charge par des unités de soins palliatifs qui ont pour objectif, non de prodiguer des traitements curatifs (chirurgie, chimiothérapie, radiothé-

rapie, etc.), puisque la guérison n'est plus possible, mais de soutenir le malade jusqu'au bout. Ils font appel à diverses compétences (médicales, psychologiques, religieuses, etc.). On cherche d'abord à soulager le mieux possible la douleur physique, voire à la supprimer totalement. Ces services attachent aussi une attention particulière au confort matériel du malade (éviter les escarres, ne pas le laisser se déshydrater), sans oublier le soutien psychologique afin de diminuer sa souffrance qui n'est pas seulement physique mais aussi psychologique, morale et spirituelle. La mort est considérée, non comme un échec à repousser à tout prix, mais comme un processus naturel qui a besoin d'être accompagné. Et cet accompagnement se fait toujours en étroite collaboration avec la famille du malade à qui revient la demande de prise en charge. « Ma mère a vécu paisiblement ses derniers jours à l'hôpital de soins palliatifs de Versailles, témoigne une femme, et jusqu'au bout, nuit et jour, les soignants sont restés à ses côtés en lui tenant la main ».

En France, les soins palliatifs ont fait l'objet d'une législation récente, en mars 2002, visant à les développer. On observe qu'ils évitent beaucoup d'excès comme les cas d'euthanasie clandestine ou d'acharnements thérapeutiques. Dans les hôpitaux, il peut exister soit une unité de soins palliatifs, soit des lits disponibles, soit une équipe volante qui se déplace selon les demandes des familles.

### Mourir à l'hôpital ou chez soi

Lorsque le malade est en phase terminale, faut-il le ramener chez lui ? Cela dépend du désir du malade, de son état mais aussi de la capacité de l'entourage familial à assumer cet

accompagnement. La personne qui se trouve en phase finale a besoin d'être entourée : l'ambiance familière et chaleureuse du foyer ne peut qu'être bénéfique pour vivre ce passage qu'est la mort. Les soins obligatoires (alimentation, hydratation, toilette, accompagnement, etc.) à donner peuvent être organisés à domicile et une équipe de soins palliatifs peut parfois intervenir. Mais cela

suppose de la part de la famille un investissement important. Si plusieurs proches sont suffisamment disponibles, cette solution peut permettre

un accompagnement plus heureux du malade sur le plan psychologique et religieux. « La dernière nuit, nous nous sommes relayés autour de papa, et avons pu prier autour de son lit, se souvient Marie. Ses cinq filles étaient là ainsi que la plupart de ses petits-enfants. Cela a été un temps fort, triste mais rempli d'espérance ».

Quand le retour à la maison rencontre trop d'obstacles matériels, mieux vaut y renoncer sans état d'âme et s'organiser pour entourer, de la même façon, le proche à l'hôpital. Rien ne remplace dans ces moments-là ceux que nous aimons...

### Doit-on lui "dire la vérité" sur son état ?

Certains ne le souhaitent pas, préférant se raccrocher, coûte que coûte, à un espoir bien humain. D'autres poseront la question. Il faudra discerner qui est le mieux placé, de la famille ou de l'équipe soignante pour informer la personne avec ménagement et délicatesse.

« Je le sais bien... je suis fichu ! » est une exclamation courante par laquelle le malade va tester la réponse d'un proche. La plus mauvaise manière de répondre est sans doute celle-ci : « Mais pas du tout, que vas-tu imaginer ? ».

### Témoignage

« Comme aumônier d'hôpital, mais aussi de long séjour et de maison de retraite, j'ai souvent l'occasion de parler de l'Onction des malades. Je remarque que s'il y a un climat de confiance avec le malade, et si, bien sûr, il s'agit d'un baptisé catholique, il est assez facile de parler de l'Onction des malades. Il est très rare que je me sois heurté à un refus. Un malade qui sait que sa vie est en danger peut céder à des peurs : peur de la mort, peur de la souffrance, peur d'être abandonné... Il faut bien préparer ce sacrement avec le malade et, si possible, avec sa famille afin que la célébration soit l'occasion d'une prière familiale qui apportera à tous. Je constate que la grâce de ce sacrement est une grâce de réconfort, de paix profonde et de courage pour porter les difficultés propres à l'état de maladie ou à la fragilité de la vieillesse. Cette grâce est un don du Saint Esprit qui renouvelle la confiance et la foi en Jésus-Christ, fortifie contre les tentations de découragement et d'angoisse de la mort. Il n'est pas rare qu'il y ait un mieux physique après ce sacrement. Enfin, le sacrement du pardon qui précède permet une libération de la conscience, une certaine guérison spirituelle et un surcroît de paix intérieure ».

Père Bernard J. - Paris

## Le point de vue de l'Église



Par Monseigneur Jacques Perrier  
Évêque de Tarbes et Lourdes

## “Accompagner un proche”

À défaut de pouvoir accompagner le malade jusqu'au bout, il nous revient de l'accompagner le plus loin possible. Pour chaque personne, il faut trouver la juste mesure entre l'indifférence, la froideur, l'hypocrisie et, à l'inverse, l'omniprésence, la compassion qui ajoute à la peine du malade, la brutalité dans la manière d'asséner la « vérité » médicale.

La tendance actuelle serait plutôt de chercher à cacher au malade son état. Je dis bien « chercher », car parfois le malade est tout-à-fait lucide sur sa maladie mais ne veut pas le montrer parce qu'il ne veut pas attrister son entourage ou parce qu'il craint la façon dont l'entourage se comporterait désormais avec lui.

Même si ce n'est pas son sens originel, la parole de Jésus s'applique ici encore : « La vérité vous rendra libres ». Il faut essayer d'avoir avec le malade une relation vraie et lui permettre de ne pas mentir aux autres et de ne pas se mentir à soi-même. L'être humain possède souvent des ressources insoupçonnées : la proximité de la mort peut révéler ces richesses si le malade et son entourage consentent à ne pas se mentir mutuellement. Ressources de courage, de sagesse, de tendresse. Il est dommage de les laisser perdre.

À la mort d'un proche, nous nous disons toujours que nous n'avons pas su mettre à profit, suffisamment, le temps qu'il nous été donné de vivre avec lui. Cela est particulièrement vrai pour la période durant laquelle nous savons qu'une personne proche ne sera plus avec nous que pendant quelques mois, quelques semaines.

Il serait bien étonnant qu'une relation vraie, dans un moment critique, n'amène pas à évoquer la question religieuse. La personne malade, surtout si elle était assez éloignée de l'Église, sera peut-être heureuse de pouvoir dire sa foi, son peu de foi, voire sa révolte.

Ceux qui sont les plus liés par le sang ou par l'amitié se doivent d'accompagner leurs proches dans la maladie et jusqu'au seuil de la mort. De toute façon, « on mourra seul », dit Pascal. Cela est inévitable. Mais ce n'est pas une raison pour fuir au moment où un proche est confronté à cette épreuve radicale.

Le Christ lui-même avait demandé à ses apôtres d'être près de lui au moment de son agonie. Au jardin de Gethsémani, la veille

de sa Passion, il prit avec lui Pierre, Jacques et Jean. Il leur demanda de veiller et de prier. Toutefois, il s'éloigna quelque peu, car même ses intimes ne pouvaient pas l'accompagner jusqu'au bout de sa souffrance.

Revenant vers eux, il les trouva endormis. Pourtant, quelques heures plus tôt, Pierre avait dit fièrement que, même si tous les autres abandonnaient le Maître, lui ne l'abandonnerait pas. Nous savons ce qu'il en fut, non seulement quand Pierre dormit à Gethsémani mais plus encore quand il renia le Christ dans la cour du grand-prêtre.

De cet exemple exceptionnel, retenons deux choses.

1 • Le Christ a demandé à être accompagné à l'heure de l'angoisse, tout en acceptant de faire seul le plus dur du chemin vers sa mort.

2 • Il convient d'être humbles devant la perspective de la mort des autres. Quelle sera notre réaction ? Ne serons-nous pas tentés par la fuite, sous une forme ou une autre ? Comme devant une personne handicapée, il nous faut reconnaître, devant un malade en fin de vie, nos propres peurs.

Il faut aussi savoir faire place à d'autres qui, mieux que nous, sauront apporter du réconfort à celui qui s'en va vers sa mort, même s'ils sont moins liés à lui. « C'est à moi de... » : peut-être pas. Tout ce qui touche à la mort ne devrait-il pas nous inviter à la dépossession ? Y compris de notre désir de bien faire. ■



## Comment accompagner un proche jusqu'à la mort ?

Il faut au contraire profiter de cette remarque ambivalente pour aider le malade à une prise de conscience progressive mais réaliste sur son état : il est important de ne pas « voler leur mort » à nos proches tout en faisant attention à la manière dont nous allons leur annoncer ces vérités relativement à leur état psychologique. Par crainte d'aborder la question, des familles se mettent dans des situations rapidement intolérables. Il faut reconnaître à nos proches en fin de vie la capacité d'assumer leur vie jusqu'au bout et nous, de prendre nos responsabilités pour que cela se passe au mieux.

### L'aider à se tourner vers Dieu

Une équipe de soins palliatifs peut être d'une aide considérable pour aider une famille à accompagner un proche. Cependant, cet accompagnement n'assume pas la dimension proprement religieuse. À la Maison Jeanne Garnier de Paris, par exemple, une équipe d'aumônerie répond aux demandes spirituelles. Si le malade est baptisé, même non pratiquant, la proximité

de la mort l'incitera à se replacer dans une perspective résolument chrétienne. Il est indispensable de répondre aux besoins qui sont alors les siens : l'aider à relire sa vie, le libérer de sa culpabilité ou de ses remords, le réconcilier avec ses proches, l'aider à se tourner avec espérance vers l'au-delà de la mort...

La réconciliation avec un conjoint, un enfant, un proche, est un facteur important : certains mourants sont capables de s'accrocher à la vie tant que ces réconciliations ne sont pas faites. Alors seulement, il se laissera partir.

### Le sacrement de l'onction des malades

Ce sacrement est un cadeau de Dieu souvent méconnu ! L'Onction des malades n'est pas seulement le sacrement de ceux qui se trouvent à toute extrémité. Aussi le temps opportun pour le recevoir est-il certainement déjà arrivé lorsque la personne « commence à être en danger de mort à cause de la maladie, par suite d'affaiblissement physique ou de vieillesse » (CEC 1499 à 1532).

Il faut savoir expliquer à un proche âgé que ce sacrement ne va pas « le faire mourir », mais lui donner toutes les grâces que Dieu veut lui accorder dans l'état de faiblesse et d'angoisse qui est le sien. Seul un prêtre catholique peut donner ce sacrement précédé du sacrement de réconciliation (1). Les proches ont le devoir de proposer la présence d'un prêtre auprès du mourant sans attendre que celui-ci tombe dans un état d'inconscience. Toute aumônerie à l'hôpital peut répondre à la demande des familles.

N'oublions jamais que la mort est une Pâques, un passage d'une vie à une autre vie. Au bandit crucifié à ses côtés, plus connu sous le nom du bon larron, Jésus lui a dit : « *Aujourd'hui, tu seras avec moi dans le paradis* ».

C'est justement l'une de ces grandes vérités qu'annonce la foi chrétienne : après la mort, nous naissons à une nouvelle vie dans le Christ. Et à la fin des temps, nos corps ressusciteront. C'est pourquoi la foi chrétienne porte à l'espérance : « la vie est plus forte que la mort... » L'Eglise nous encourage à nous préparer pour l'heure de notre mort (CEC 1013-1014). ■

Le Dr E.Kübler-Ross a noté qu'une personne confrontée à un diagnostic grave passe généralement par les états psychologiques suivants :

#### > La sidération

*"Ce n'est pas possible, ils se sont trompés"*

#### > Le déni

*"Je n'ai jamais été malade, c'est invraisemblable que cela m'arrive !"*

#### > La révolte

*"Pourquoi moi ? Qu'est-ce que j'ai fait de mal ?"*

#### > La dépression

*"Je suis fichu, il n'y a plus rien à faire"*

#### > Le marchandage

*"Et si je faisais ceci ou cela ?"*

#### > L'acceptation

*"Je dois regarder la réalité en face, et me battre pour vivre"*

Cependant, ces étapes ne sont pas forcément successives ; le plus souvent le malade est ballotté entre ces divers états tout au long de sa maladie. Le rôle de son entourage sera de l'amener peu à peu à l'acceptation positive de son état.

#### Rayon livres

- JEAN-PAUL II, "Le sens chrétien de la souffrance humaine", 1984.
- JEAN-MIGUEL GARRIGUES, "A l'heure de notre mort", Ed. de l'Emmanuel.
- RANIERO CANTALAMESSA, "Notre sœur, la mort", Ed. Saint Paul.
- STE THERESE DE L'ENFANT JESUS, "J'entre dans la vie", Ed. Pocket, 1999.
- CARDINAL JOSEPH RATZINGER, "La mort et l'au-delà", Ed. Fayard, 1994.
- MARIE-DOMINIQUE GOUTIERRE, "L'homme face à sa mort : l'absurde ou le salut", Ed. Parole et silence, 2000.
- BERNARD PEYROUS, "Prières face à la mort", Ed. de l'Emmanuel.

#### A qui s'adresser

#### Associations spécialisées dans l'accompagnement de fin de vie

- Société Française d'Accompagnement et de soins palliatifs  
110 avenue Emile Zola - 75015 PARIS - Tél : 01 45 75 43 86
- Association pour le développement des soins palliatifs  
44 rue Blanche - 75009 PARIS - Tél : 01 45 26 58 58
- Jusqu'à la mort, accompagner la vie (JALMALV)  
132 rue du Fbg St Denis - 75010 PARIS - Tél 01 40 35 17 42  
[www.jalmalv.org](http://www.jalmalv.org)

#### Unités de soins palliatifs

- Maison médicale Notre Dame du Lac  
1 rue de Gènes - 92500 RUEIL MALMAISON  
Tél 01 41 39 95 85
- Maison médicale Jeanne Garnier  
110 avenue Emile Zola - 75015 PARIS - Tél 01 41 39 95 85
- Sos fin de vie, 274 rue Solferino, 59000 Lille.  
[www.sosfindevie.fr](http://www.sosfindevie.fr)

# Re-vivre après le décès d'un proche ?



- > Pourquoi la mort ?
- > N'est-elle pas fondamentalement injuste ?
- > Si Dieu existe, pourquoi a-t-il permis la mort ?

**L**a mort se présente brutalement à nous quand un de nos proches est victime d'un accident, d'une maladie foudroyante, à n'importe quel moment de la vie.

**Et même quand celui que nous aimons nous quitte après une longue maladie, nous éprouvons cruellement la douleur de la séparation.**

**Comment se remettre d'une telle blessure ?**

Dans le film "La chambre du fils", toute une famille est bouleversée par la mort de l'un de ses enfants. Chacun se trouve soudainement confronté à une souffrance brutale, à une grande solitude et à la difficulté de communiquer avec l'autre : « *Notre vie a-t-elle encore un sens, alors qu'Andréa est parti ?* » C'est toujours une épreuve terrible que de perdre un enfant. La mort d'une jeune mère de famille (ou d'un père) est tout aussi révoltant. L'enfant qui perd sa mère peut manifester une détresse intense : « *Comment continuer à vivre sans maman ?* ».

Perdre un enfant, son conjoint ou ses parents est l'une des épreuves les plus dures de la vie. Elle ébranle nos certitudes et nos repères et parfois même, menace notre équilibre psychique. >

# Re-vivre après le décès d'un proche ?

N'est-ce pas dans ces moments-là qu'on prend conscience de la valeur inestimable de la vie ? Nous serions prêts à tout pour que celui qu'on a perdu retrouve la vie. C'est en face de la mort que l'énigme de la condition humaine atteint son sommet. La mort est bien inéluctable ! Mais, comme l'affirme la foi chrétienne, elle n'est pas le terme de la vie humaine. Elle est un passage vers une autre vie ; un nouveau commencement...

## *J'éprouve une grande paix quand je pense au moment où le Seigneur m'appellera*

*"Je me sens poussé, par un désir spontané, à vous faire part en toute sincérité des sentiments qui m'animent en cette dernière étape de ma vie..."*

*Malgré les limitations qui surviennent avec l'âge, je conserve le goût de la vie. J'en rends grâce au Seigneur. Il est beau de pouvoir se dépenser jusqu'à la fin pour la cause du Royaume de Dieu. En même temps, j'éprouve une grande paix quand je pense au moment où le Seigneur m'appellera : de la vie à la vie! C'est pourquoi monte souvent à mes lèvres, sans aucun sentiment de tristesse, une prière que le prêtre récite après la célébration eucharistique: « A l'heure de la mort, appelle-moi, ordonne-moi de venir à toi ».*

*C'est la prière de l'espérance chrétienne, qui n'ôte rien à la joie de l'heure présente, tandis qu'elle confie le lendemain à la protection de la divine bonté : « Laisse-moi venir à toi... », c'est là le désir le plus profond du cœur humain, même en celui qui n'en a pas conscience. Donne-nous, ô Seigneur de la vie, d'en prendre une conscience lucide et de savourer toutes les saisons de notre vie comme un don riche de promesses futures!*

*Fais-nous accueillir ta volonté avec amour, en nous remettant chaque jour entre tes mains miséricordieuses!*

*Et lorsque viendra le moment du "passage" ultime, accorde-nous de l'affronter avec une âme sereine, sans rien regretter de ce que nous laisserons. Car te rencontrer, après t'avoir cherché longtemps, ce sera retrouver toute valeur authentique expérimentée ici sur la terre, avec tous ceux qui nous ont précédés sous le signe de la foi et de l'espérance.*

*Et toi, Marie, Mère de l'humanité en marche, prie pour nous "maintenant et à l'heure de notre mort"! Tiens-nous toujours étroitement unis à Jésus, ton Fils bien-aimé et notre frère, le Seigneur de la vie et de la gloire! Amen. »*

*"Lettre aux personnes âgées" - Jean-Paul II - 1999*

## Les étapes du deuil

Malgré cette forte espérance, l'épreuve de la rupture est toujours difficile à vivre. Faire le deuil, c'est accepter de perdre celui ou celle que nous aimons, pour que la vie ait le dernier mot. Ce processus douloureux prend du temps et dure parfois plusieurs années. Laisser la peine s'enkystrer dans un repli sur soi peut vite devenir morbide. En général, nous avons besoin de nous faire aider dans cette démarche

pour retrouver la sérénité. Il est habituel d'expérimenter une phase de choc, de sidération et même d'une certaine forme d'anesthésie : la personne est fixée sur l'événement parfois brutal et peut nier son émotion, surtout s'il s'agit d'un deuil très difficile touchant un enfant. Après ce premier choc, une période plus ou moins longue de déni s'ensuit. Celui qui est blessé refuse de comprendre et de reconnaître ce qui lui arrive : « Pourquoi moi, ce n'est pas possible ? » Cette jeune mère de famille, qui avait perdu sa fille d'un accident de voiture, continuait à vivre comme si elle était toujours là. Chaque matin, elle rangeait sa chambre. Ce déni peut être suivi d'une période de révolte et de

*Perdre un enfant, un conjoint, est l'une des épreuves les plus dures de la vie.*

colère. Ces moments peuvent se chevaucher et alterner. Ensuite vient le temps du deuil : le sujet se dégage peu à peu, dans la souffrance, des liens affectifs qui l'unissaient à la personne disparue. Ce travail s'effectue dans une forme de dépression, qui s'avère souvent nécessaire pour garantir l'authenticité de cette étape.

Enfin vient le temps du retour à la vie : on tente de trouver un sens à cette perte, d'intérioriser les souvenirs et les dons de cette relation perdue, et de constituer en quelque sorte un héritage. « Ce travail de deuil atteint son terme quand la personne a retrouvé sa liberté intérieure et sa capacité de conduire sa vie d'une manière positive » fait remarquer Jacques Arène, dans son livre "Le deuil, un apprentissage".

## La souffrance du deuil

Durant cette période du deuil, qui prend en général au minimum une année, la personne est affaiblie et passe des moments difficiles : fatigue, insomnie, difficulté à s'alimenter. Elle peut vivre des états émotifs douloureux, des phases de colère, de culpabilité, de dépression. Tous ces éléments constituent

## > Témoignage

**Après la mort de ma petite Pascale âgée de 2 ans, le mot vie n'avait plus de sens. Plongée brutalement dans une souffrance intolérable, je n'avais plus envie de vivre. Tentation terrible de repliement sur moi comme une bête blessée, et de ne pas vouloir en sortir, de refuser tout ce qui n'était pas ma peine**

**Ceux qui vivaient avec moi cette même épreuve - mari, enfants (2 garçons) - me gênaient car ils m'obligeaient par leur simple présence à assumer le quotidien et à leur donner la tendresse à laquelle ils avaient droit et dont ils avaient grand besoin.**

**Peu à peu, c'est avec leur attention, leur patience, leur amour qui m'ont aidée à reprendre pied, à m'abandonner dans les mains du Seigneur sans chercher à comprendre le pourquoi de cette séparation.**

**Cette cruelle traversée, je n'en suis pas sortie comme avant. La vie avait un autre goût, une autre couleur. Les miens m'étaient encore plus précieux.**

**Depuis, la paix est venue, chaque moment est un cadeau. La vie m'est donnée pour apprendre à aimer, à comprendre, à accueillir, à vivre tout simplement l'aujourd'hui. J'attends paisiblement le moment où je retrouverai celle dont l'absence m'a fait terriblement souffrir, mais aussi entrer et grandir dans le mystère de la vie.**

**Elle m'a accompagnée sur ce chemin. Je la bénis.**

**Monique**



## Le point de vue de l'Église



Par Monseigneur Jacques Perrier  
Évêque de Tarbes et Lourdes

## “Comment vivre après le décès d'un proche ?”

Nombreux sont les couples où le conjoint survivant suit de près dans la mort le conjoint disparu. Cela ne signifie pas que sa famille ou son entourage l'ait abandonné dans sa solitude mais que les mots de l'amour - « je ne peux vivre sans toi » - peuvent être tout-à-fait concrets. Cela ne veut pas dire, inversement, que le veuf ou la veuve qui survit longtemps à son conjoint ne l'aimait pas autant. Mais c'est le signe de la diversité des réactions après la mort d'un être cher.

Les pages qui précèdent montrent que, dans le deuil, il y a un certain nombre d'étapes, comme dans l'annonce d'une maladie grave. Ces processus ne sont pas des mécaniques immuables mais il peut être bon de les connaître. Bon pour soi-même, éventuellement, bien que nous ne soyons pas nos meilleurs conseillers. Mais, surtout, bon pour ceux qui nous entourent pour être respectueux de leur cheminement.

La foi ne dispense pas de faire le chemin. Non seulement, elle ne supprime pas la douleur. Mais, dans un premier mouvement, elle renforce plutôt le scandale éprouvé lors de la mort prématurée ou accidentelle d'un être cher : « Comment Dieu peut-il me faire cela ? Après cette mort, comment croire à sa bonté ? » Ce sont les phrases de Marthe et de sa sœur Marie après le décès de leur frère, Lazare. L'une et l'autre disent à Jésus : « Si tu avais été là, mon frère ne serait pas mort ».

Dans les évangiles, Jésus rend trois morts à la vie terrestre : une fillette, le fils unique d'une veuve et Lazare. Ce n'est pas beaucoup. Il montre seulement, par là, qu'il n'est pas indifférent à notre peine. Il ouvre une perspective : la mort n'aura pas le dernier mot. Mais la résurrection des morts, nous l'attendons encore.

En attendant, qu'est-ce qui peut aider un chrétien à vivre son deuil ? Tout d'abord, nous sommes certains que ce défunt n'est pas tombé dans le néant. Nous pouvons continuer de penser à lui comme à un vivant. Nous savons que Dieu l'a accueilli et qu'il a reconnu en lui un frère ou une sœur de son Fils, Jésus, qui a donné sa vie pour chaque être humain. Le jugement ne pourrait être de condamnation que si la personne s'était totalement fermée à l'amour.

Dans le Credo, nous disons que nous croyons en la communion des saints. Nous croyons effectivement que tous les humains, vivants et morts, forment une même humanité. Ceux qui sont morts à nos yeux, avec qui nous ne pouvons donc pas communiquer, ne sont pas morts dans la pensée de Dieu, leur Créateur. Nous pouvons donc prier pour eux, prier avec eux. Les cimetiè-

res ruraux d'autrefois avaient cet avantage : ils manifestaient la communion entre les fidèles, d'une rive à l'autre de la mort. La tombe où le corps avait été déposée était le signe de la Demeure où le Père avait accueilli le défunt.

Inversement, l'Écriture invite à prendre au sérieux la mort comme séparation. L'Ancien Testament interdit d'invoquer les esprits des morts. Il ne dit pas que c'est impossible, mais il y voit l'intervention du Mauvais. Ce point n'est pas inutile à rappeler aujourd'hui, alors que la magie et la sorcellerie investissent notre Occident qui s'était enfermé dans les limites trop étroites de son matérialisme et de sa raison mathématique.

Enfin, comme chrétiens, nous espérons la résurrection des morts. Le Credo parle de la résurrection de la chair. Nous ne sommes pas puérils au point d'imaginer une Jérusalem céleste encombrée de centaines de milliards de corps semblables aux nôtres. Mais la résurrection de la chair signifie que nous sommes promis à retrouver une intégrité personnelle et une relation immédiate avec les autres dans la lumière de Dieu. Les livres saints sont très réservés sur l'évocation du « ciel ». Ils ne pourraient l'évoquer qu'avec nos mots, nos idées, nos images terrestres. Or, précisément, le « ciel » n'est pas une simple extension de la terre.

Le ciel ne dévalue pas l'engagement terrestre. Bien au contraire. Dans une de ses prières officielles, l'Église s'exprime ainsi : « Dans cette existence de chaque jour, la vie éternelle est déjà commencée ». Le Christ a montré le chemin qui mène vers le ciel ou, pour employer un terme plus évangélique, le « Royaume ». Durant le temps qui nous est donné sur terre, nous pouvons essayer de vivre ce qui fera la vie du Royaume : la paix, la communion, la joie.

Combien d'hommes et de femmes, après la mort d'un conjoint ou d'un enfant, ont donné une toute nouvelle orientation à leur propre vie, par le service désintéressé de leurs frères en humanité ?

Il ne s'agit donc pas de clore le deuil d'un être cher, comme on referme une parenthèse. On ne revient jamais en arrière. Le courage qu'il faut souhaiter à ceux qui sont frappés par le deuil d'un proche, c'est de regarder l'avenir : « Celui que j'ai aimé, qu'aimerait-il que je fasse maintenant qu'il n'est plus là et qu'il sait la valeur de toutes choses ? »

Au-delà de l'avenir terrestre, nous croyons en l'Avenir que Dieu prépare. Saint Paul le dit aux premiers chrétiens : « Ne soyez pas abattus, comme ceux qui n'ont pas d'espérance ». ■

## Re-vivre après le décès d'un proche ?

un chagrin normal. Il faut du temps pour que les souvenirs soient peu à peu intériorisés. Pour ne pas se laisser submerger par la tristesse, il est préférable de se détacher du passé et se tourner vers l'avenir. Mieux vaut éviter par exemple de garder l'aménagement de la maison ou de la chambre du défunt exactement comme de son vivant ; de laisser objets, vêtements à leur place. Ressasser les souvenirs ne peut conduire qu'à la morosité ou à la culpabilité. Nous devons apprendre une nouvelle manière de vivre sans la personne qui nous a quittés : nous tourner vers les autres, bâtir des projets avec eux, nous donner pleinement à notre famille et à notre travail, avoir des initiatives à notre mesure. C'est la vie qui doit triompher dans nos existences et non la mort !

### > Prier pour ceux qui nous ont quittés

Les saints du ciel, en particulier ceux de notre famille, nous connaissent et nous aiment. Ils ont une certaine connaissance de notre vie, de nos joies et de nos peines. Soyons sûrs qu'ils ne nous oublient pas et intercèdent sans cesse pour nous : *« Je passerai mon ciel à faire du bien sur la terre »*, disait sainte Thérèse de l'Enfant Jésus.

Quand nous prions les saints, nous leur demandons d'intercéder pour nous : intercéder, demander en faveur d'un autre, est le propre d'un cœur accordé à la miséricorde de Dieu. L'intercession des saints participe à celle du Christ : *« Car, du fait qu'il a lui-même souffert l'épreuve, il est capable de venir en aide à ceux qui sont éprouvés »* (Héb 2,18). Nous aussi pouvons prier pour eux. Le moindre de nos actes d'amour, de vraie charité, porte du fruit pour tous, dans cette solidarité surnaturelle avec tous les hommes, vivants ou morts. Par contre, tout péché a une conséquence négative sur cette communion. (CEC n° 946-962)

## Dieu n'a pas fait la mort

La mort d'un proche peut être à l'origine d'une révolte violente contre Dieu. Si Dieu existe, pourquoi n'a-t-il pas empêché cela ? Dieu, comme il est écrit dans le livre de la Sagesse (1, 13) *« n'a pas fait la mort, il ne se réjouit pas de la perte des vivants »*.

Pour la foi chrétienne, la mort est la conséquence la plus dramatique de cette rupture « originelle » de l'homme avec Dieu (CEC n°1006-1009). Mais Dieu, par amour, n'a pas abandonné l'homme à la corruption. Il veut que *« l'homme vive... »* Toute l'histoire de la Bible témoigne de sa sollicitude bienveillante à l'égard des hommes. C'est pourquoi, à un moment donné de l'histoire – il y a environ 2000 ans – *« Dieu a envoyé son Fils Jésus non pour juger le monde mais pour le sauver... »* Et pour le sauver du péché (le mal) et de la mort. Jésus,

dont les chrétiens affirment la divinité, va se laisser conduire « comme un agneau à l'abattoir » (cf. Livre d'Isaïe). Crucifié sur le bois de la croix, il met en lumière la violence du péché.

*« Jésus, vrai Dieu et vrai homme, assume la malédiction de la mort pour révéler la logique du péché et la transforme par sa résurrection en bénédiction »* (Rom 5,19-21).

Par sa résurrection, la mort est définitivement vaincue et la vie est victorieuse.

Par le baptême, le chrétien, uni au Christ, reçoit ainsi l'Esprit de Dieu qui donne la vie en surabondance. La mort est pour le chrétien une « pâque », c'est-à-dire le passage du monde de la servitude où l'homme est esclave du mal à celui du bonheur exprimé dans les béatitudes où l'homme sera libéré des affres du péché et de la mort. *« C'est là une parole certaine : si nous mourons avec Lui, avec Lui, nous vivrons »* (2 Tim 2,11). ■

### Rayon livres

- J.M. GARRIGUES, "A l'heure de notre mort", Ed. de l'Emmanuel, 2000.
- JEAN MONBOURQUETTE, "Aimer, perdre, grandir, assumer les pertes et les deuils", Ed. Bayard/ Le Centurion, 1995.
- CROIRE AUJOURD'HUI, "Avec les personnes en deuil", dossier n° 92, 2000.
- JACQUES ARENES, "Dis, un jour moi aussi je mourrai", Ed. Fleurus, 2001.
- Jean-Marie GUEUELLETTE, "Reste auprès de moi mon frère", (Cerf)
- "Le deuil", J'ai lu, n° 7230, 2001.

### A qui s'adresser

#### Deuil et veuvage :

##### Mouvements pour les veufs et les veuves.

- Espérance et Vie, Mouvement Chrétien de femmes pour les premiers temps du veuvage. 20 rue des Tanneries, 75013 Paris. Tél : 01 45 35 78 27. Courriel : [esperance.viel@wanadoo.fr](mailto:esperance.viel@wanadoo.fr)
- Association veufs et Résurrection : entraide spirituelle et morale pour les veufs. 4 bis rue des Frères Blais, 94200 Ivry sur Seine.
- Frères de la Résurrection : Institut séculier pour les veufs et les veuves. 202 avenue du Maine 75014 Paris

##### Aide aux parents d'enfant décédé.

- Fraternité Jonathan-Pierres vivantes 4-6 place de Valois, 75001 Paris. Tél : 01 42 96 36 51. Site internet : <http://www.anjpv.asso.fr>
- Sos fin de vie, 274 rue Solferino, 59000 Lille. [www.sosfindevie.fr](http://www.sosfindevie.fr)

### Témoignage

## La mort de Jacques Fesch

*Jacques, un jeune parisien, est arrêté le 25 février 1954, après avoir tué un changeur et un policier lors d'un hold-up manqué. Il fera un très beau chemin de conversion en prison. Condamné à mort, il apprend qu'il sera exécuté au matin du 1<sup>er</sup> octobre 1957. Dans ses dernières notes, il écrit : « L'exécution aura lieu demain à quatre heures du matin. Que la volonté de Dieu soit faite en tout. Je suis sûr que dans sa bonté, Jésus me donnera une mort de chrétien, afin que jusqu'au bout je puisse rendre témoignage... Jésus est tout près de moi. Il m'attire de plus en plus à lui, et je ne peux que l'adorer en silence, désirant mourir d'amour. Il me donne cette paix qui n'est pas de ce monde... Bon Jésus qui a tant souffert pour moi et qui porte encore toute ma souffrance. Mon Seigneur et mon Dieu que je vais voir face à face... Dans cinq heures, je verrai Jésus ».*