

# Accompagner en fin de vie: une expérience vivifiante

On accompagne toute notre vie avec plus ou moins de conscience. On accompagne les enfants à l'école; on accompagne quelqu'un à l'aéroport; on accompagne des chants au piano, etc. Accompagner signifie «aller avec», c'est donc une action qui nécessite une volonté et qui se vit à plusieurs. On accompagne donc souvent quelqu'un ou quelque chose avec un fond de dévouement. Cependant, il est un accompagnement qu'il vaut mieux pratiquer le plus consciemment possible: celui d'accompagner la vie... dans son dernier virage!

PAR CHRISTINE ORSINGER | PHOTOS: DR

En empruntant cette voie, on s'engage sur un sentier non balisé. Sur ce chemin-là, il va falloir mettre de bonnes chaussures et accepter de découvrir de nouveaux horizons. En étant certain d'une seule chose...: «Je ne sais pas!» Avancer sur ce sentier, c'est prendre un pari sur l'espérance, l'ouverture. C'est oser rencontrer, partager et peut-être ne pas avoir de réponses. C'est accepter de se déposséder de tout ce que l'on croit savoir, de tout ce que l'on sait faire parfois. Il n'est plus que question d'ÊTRE. Juste être ce que je suis pour permettre à celui ou celle qui s'en va de prendre sa place.



Ça ne paraît pas si compliqué au fond... Pourtant, il est certain que ce n'est pas une démarche anodine. Je n'ai pas l'habitude de vraiment «m'autoriser à être moi-même». Être celui ou celle qui se tient debout sur ses pieds, qui est capable de se rester là, même et surtout si ce n'est pas confortable. Et pourtant je m'engage; je choisis de rester; je fais ce pari fou, ce pari du cœur!

Aussi saugrenu que cela paraisse, oui, accompagner la fin d'une vie est une merveilleuse



opportunité de faire un bout de chemin avec l'autre. De l'accompagner alors que beaucoup de choses d'avant n'ont plus aucune importance. Toute l'énergie est orientée sur le moment présent. Et il y a tant à faire et à vivre. Il y a encore matière à rire et à exister jusqu'au bout! Céder à l'invitation au vrai partage, à la véritable attention. Car oui, pour choisir de rester il faut se déles-ter afin d'offrir à l'autre une véritable présence, entière et ouverte.

Cette aventure, je l'ai vécue à de nombreuses reprises et à chaque fois, j'en ressors ébouriffée, parfois épuisée, mais tellement riche, tellement reconnaissante! Avoir pu marcher un petit bout sur le chemin, aux côtés d'une personne, est une expérience qui nous apprend à nous découvrir nous-mêmes. Et parfois découvrir des parties inexplorées de notre être. A mon sens chacun en est capable, chacun à sa façon. Il n'y a pas de bonnes façons d'accompagner. Il n'y a que des accompagnants qui choisissent d'essayer de faire ce qu'ils croient juste et utile...

Pour découvrir l'accompagnement en fin de vie, pour l'approprier ou pour briser le tabou, *Palliative Valais* propose depuis peu une journée intitulée «**Derniers secours**».

A l'instar des «Premiers secours» assez connus et dispensés largement, il s'agit d'offrir une sensibilisation tout public autour des quatre thèmes suivants:

- ① La mort fait partie de la vie
- ② Anticiper et prendre des décisions
- ③ Soulager la souffrance
- ④ Faire ses adieux

Ces journées sont gratuites, mais une contribution volontaire est possible.

Prochaines rencontres: 31 octobre à Martigny ou 11 décembre à Arbaz

Renseignements et inscriptions:

Christine Orsinger – christine.orsinger@bluewin.ch

Rita Bonvin – ritamitsouko@hotmail.com

Site: [www.palliative-vs.ch](http://www.palliative-vs.ch)

