



Perce-neige, une fleur qui célèbre la vie

Lorsque l'on apprend que notre vie s'achève, comment peut-on vivre pleinement les précieux moments qu'il nous reste?

Certaines personnes diront que la qualité de leur vie s'est améliorée depuis qu'ils savent qu'ils vont mourir bientôt. Il est probable qu'ils aient laissé tomber des choses qui encombraient leur vie pour se concentrer sur l'essentiel. L'important est de se sentir sécurisé par l'entourage de ceux qu'on aime, comme au moment de notre naissance. Mais comment ceux qu'on aime doivent-ils se comporter pour être vraiment aidants dans une telle circonstance?

Pensons aux anges : ils sont silencieux et ont de grandes ailes. Les personnes proches des malades doivent avoir de grandes oreilles. Une bonne partie de l'estime de soi est fondée sur ce que nous avons accompli. Maintenant qu'une personne en fin de vie ne peut plus réaliser de choses socialement valorisantes, elle a besoin de se rappeler qu'elle en a déjà réalisées. Il faut alors compter sur une oreille pour se raconter et réaliser que l'on a encore suffisamment de valeur pour qu'un ange vienne marcher à nos côtés.

Il est aussi utile qu'une personne un peu plus éloignée se joigne aux aidants naturels pour ajouter une oreille et des yeux. Certaines expressions des personnes en fin de vie ne sont pas vues par les gens proches des malades. Une personne plus objective verra mieux certaines réalités que les gens de l'entourage immédiat. Les proches de la personne en fin de vie ont aussi besoin d'exprimer à quelqu'un leur désarroi. Si l'on a pu dire à quelqu'un combien un ami ou un parent est important pour nous, on acceptera mieux son départ.

Une personne en fin de vie est bien vivante. Laissons-la faire ses choix, donnons-lui toute latitude pour qu'elle réalise elle-même tout ce qu'elle peut faire, évitons d'envahir son espace vital, écoutons sa détresse, ses regrets et ses espoirs sans ajouter et sans enlever à ce qui est dit.

En fin de vie, on peut croître beaucoup en orientant son quotidien vers l'essentiel, en savourant des bons petits moments, en se rappelant le bien que l'on a fait aux autres, en pardonnant et en se sachant aimé et respecté comme une personne bien vivante.

La dernière étape de la vie est une période intense, d'une richesse infinie pour la personne malade et son entourage. Toute « la tribu » apprend à se concentrer sur l'essentiel pour mieux vivre. Vivre plus heureux aide à cheminer vers la mort.

Gilles Lévesque, bénévole

Service d'entraide et d'accompagnement Perce-Neige Kamouraska



Vous avez besoin d'aide, d'information ou encore vous souhaitez devenir bénévole? Contactez-nous!