

## **Conférence au Gabon : le deuil / 1<sup>ère</sup> journée**

*Septembre 2017*

D'abord un peu de théorie : qu'est-ce que le deuil ? C'est un chemin de vie qui nécessite un travail psychique pour parvenir à se rétablir après une perte. Cela demande à la fois un cheminement pour traverser différentes émotions, mais aussi, beaucoup de temps. Ce chemin est décrit par la Dre Elisabeth Kubler Ross en différentes étapes bien codifiées afin de pouvoir se situer. En effet, les personnes ne se présentent pas de la même manière au cours de leur souffrance occasionnée par un deuil : certaines refusent qu'on leur parle de la mort, de la perte, d'autres manifestent leur douleur par des cris, d'autres sont désespérées et tristes, d'autres sont désemparées ou ont peur.

Quelle sorte de perte peut-on avoir ? Est-ce que c'est seulement la perte d'un être cher ? Ce type de perte est le plus grave. Mais il peut y avoir toutes sortes de deuils, plus ou moins graves. En fait, toute la vie, nous perdons différentes choses. Toute la vie nous avons des deuils à faire.

Quand nous passons de l'enfance à l'âge adulte, nous devons faire le deuil de l'enfance dont nous perdons les bénéfices (être choyé et materné ...) mais nous gagnons les bénéfices d'être adulte (prendre soi-même des décisions, ne plus être commandé), tout en devant faire face aussi aux devoirs de responsabilité de l'adulte !

Un deuil, c'est aussi quand nous perdons une situation professionnelle ou sociale, un travail, ou lors d'un déménagement qui nous change de lieu, de repères.

A l'hôpital, nous sommes le plus souvent confrontés à des personnes qui perdent la santé, ou même une partie de la santé. Quelqu'un qui perd la vue, qui ne voit plus comme avant, est contraint de faire le deuil d'une certaine manière de vivre, et il doit se réadapter. Pour cela, il va passer par différentes étapes.

De même, quelqu'un qui a eu un accident, un traumatisme, une jambe cassée, va devoir faire le deuil de ne pouvoir marcher pendant un certain temps. S'il est opéré par les orthopédistes, qu'il a un plâtre et qu'il guérit, ce sera un deuil temporaire. Il va retrouver la vie comme avant.

Cependant le deuil peut représenter une perte telle que ce n'est plus jamais comme avant ! La vie « après » est différente.

Ex : Jaïrus, même quand il a retrouvé sa fille vivante, ce n'était plus la même chose ! Vous imaginez ! Tant d'évènements incroyables s'étaient passés ! D'abord il avait rencontré Jésus, il avait placé toute son espérance en lui, il avait découvert le prophète Jésus, le Messie ! Et puis, il avait expérimenté durant un moment, après l'annonce de son serviteur, ce que pourrait être sa douleur si sa petite fille mourrait ! Il s'était découvert lui-même au travers de ce chemin de souffrance, d'espoir et de résurrection.

Ainsi, le deuil est un chemin qui nous révèle à nous-même, aux autres, et qui nous permet d'apprendre des choses importantes pour la vie.

Les étapes du deuil ont été classifiées en étapes différentes. Ces étapes peuvent être vécues dans n'importe quel ordre mais restent des passages obligés. Durant la même journée je peux être triste, puis en colère, ou alors je vais me dire « bon, c'est comme ça, j'accepte... » et puis

le lendemain je serai en révolte. Nommer ces étapes est utile pour savoir où on en est. Ce sont des repères pour les soignants afin de pouvoir réagir le plus adéquatement possible face aux patients endeuillés.

Nous allons les expliciter l'une après l'autre avec des exemples de personnages bibliques pour les illustrer.

la 1<sup>ère</sup> étape est l'état de choc, qu'on appelle aussi la sidération. C'est le moment où la mauvaise nouvelle nous laisse sans voix, on ne sait plus quoi dire, cette nouvelle apparaît invraisemblable. C'est tellement incroyable qu'on ne veut pas le croire, c'est ce qu'on appelle le déni. On répond alors à la personne qui nous fait cette annonce : « ce n'est pas possible, ce n'est pas vrai, tu te trompes... Ce n'est pas cette maladie-là que j'ai, mais non, il y a erreur, les médecins se sont trompés dans le diagnostic, ce n'est pas vrai » !

Dans ce moment de sidération, la peur envahit tout et donne la panique, on est très stressé, on manque de paroles.

On peut bien imaginer que Jaïrus était dans cet état-là. Plein d'espérance au départ, mais en même temps complètement paniqué, puisque Jésus a été obligé de lui dire « ne crains pas, crois seulement ». Pourquoi Jésus a dit cela : parce qu'il connaissait le cœur de Jaïrus et qu'il se rendait bien compte qu'il avait devant lui un homme qui était complètement défait, abattu, désespéré. Et lorsque Jaïrus, avec Jésus, est arrivé à la maison, qu'il y avait tous les gens qui pleuraient, il a été confronté à la réalité. L'enfant était morte. C'était le moment, l'étape où on pleure, où on crie. Certainement que Jaïrus avait aussi envie de pleurer et de crier. Il ne savait plus ce qu'il devait faire. Jésus à ce moment-là a dit : « ne pleurez pas, l'enfant n'est pas morte, mais elle dort ». Jaïrus avait besoin de ces paroles qui l'encourageaient. Je pense donc que Jaïrus avait très peur et en même temps, ne voulait pas croire que sa fille était morte. Il voulait espérer et croire ce que Jésus lui avait dit.

Jaïrus était donc dans cette étape, ce moment où on ne veut pas croire. Mais tant mieux pour Jaïrus, il avait Jésus à côté ! Effectivement, il est vite passé à l'étape suivante où il a pu de nouveau embrasser sa fille, et n'a pas eu à affronter les autres étapes du deuil.

Mais parfois cela ne va pas si vite, les étapes sont plus longues.

Justement, cela est arrivé à un roi de Juda. Vous savez, dans la Bible on nous parle beaucoup du peuple d'Israël, on nous raconte les histoires de sa vie, des Rois, des personnages. C'est la description d'une vie qui nous ressemble, ils ont les mêmes problèmes, les mêmes tentations. Et voilà qu'il y a un roi qui a été élevé par sa mère qui s'appelait Abi.

On a mis le nom de sa mère parce que sa mère a dû avoir une grande influence sur lui. On dit que ce roi a fait des choses de manière intègre devant l'Eternel comme son père, le roi David. C'était un jeune roi qui est arrivé au trône à l'âge de 25 ans. Il a régné pendant plus de 25 ans. Il faisait vraiment tout ce qu'il fallait. Il a enlevé les statues, il a voulu suivre les règles de l'Eternel, il a été droit aux yeux de l'Eternel. Ce Roi, alors qu'il était encore jeune, voilà qu'il tombe malade. La Bible nous dit : « il tomba malade à la mort ». Ce qui veut dire que c'était une maladie grave. Et non seulement ça, mais voilà que le prophète avec qui il était en bon lien, puisqu'il allait souvent au temple, qu'il faisait tous les rites exigés, qu'il faisait tous les sacrifices demandés, voilà que ce prophète avec qui il avait pu gagner les guerres, qui lui avait annoncé des bonnes nouvelles, qui l'avait aidé dans ses combats, voilà que le prophète,

Esaïe, arrive et lui dit : « prépare-toi, range tes affaires, donne tes ordres à ta famille, car l'Eternel te dit que tu vas mourir ! »

Quelle nouvelle terrible !! Est-ce que vous vous souvenez du nom du roi ? Il s'agit d'Ezéchias. Il est écrit qu'Ezéchias a refusé d'être consolé, il a tourné sa tête contre le mur, il s'est mis à pleurer.

Une autre étape est le marchandage. C'est l'attitude de quelqu'un qui essaie de trouver des compromis. Par exemple, on dit au docteur ou au soignant « je ferai tout ce que vous voudrez, faites-moi vivre encore quelques années de plus, je ferai même les traitements les plus difficiles, je vous donnerai tout l'argent qu'il faut ». C'est l'idée qu'on va peut-être arriver à négocier, on espère pouvoir faire quelque chose pour arriver à changer le cours des événements, on espère avoir encore la maîtrise et le contrôle de la situation.

C'est ainsi qu'Ezéchias a réagi : il a prié, et parce que l'Eternel répondait à ses prières d'habitude, il a dit : « souviens-toi Eternel que j'ai marché devant ta face avec fidélité, intégrité de cœur et que j'ai fait ce qui est bien à tes yeux »

Cela voulait dire : « tu ne peux pas me faire ça, Seigneur ! Avec tout ce que j'ai fait pour toi !... ».

C'est aussi ce que nous pouvons penser parfois... ! Comme si Dieu nous devait quelque chose !

C'est cela le marchandage. C'est croire qu'on a le pouvoir de faire changer les choses. Et pourtant : Dieu a entendu la prière d'Ezéchias ! Parce que Dieu est amour. Avant même que le prophète Esaïe soit sorti du grand palais du roi, l'Eternel parle à Esaïe et lui dit : « Retourne ! Et dis à Ezéchias que j'ai entendu sa prière, et que je vais le guérir ». Et Esaïe donne le traitement. Mais Ezéchias était tellement choqué, il ne savait plus quoi croire. Il n'a pas cru la parole d'Esaïe. Il a dit : « j'ai besoin d'un signe. A quoi vais-je effectivement reconnaître que l'Eternel va me guérir ? » Peut-être qu'il se disait : « je suis le roi ! Il faut que je sache si réellement je vais guérir ou pas, parce que si je ne guéris pas, il me faudra prendre des décisions pour préparer la suite ». Ezéchias a demandé un signe, et Dieu lui en a donné un extraordinaire : il a changé les heures indiqués par le soleil sur le cadran solaire ! Il a fait comme si Ezéchias avait pris l'avion et avait vécu un décalage horaire... ! Un signe incroyable, un vrai miracle. Et Ezéchias a bien vécu.

Je voulais vous parler de lui pour vous expliquer ce qu'était le marchandage. C'est cette manière d'essayer de négocier, de ne pas accepter, d'être dans un sentiment d'injustice. Toutes ces étapes sont normales. On est tous pareils, tous humains. Ce sont des moments où les pensées, les émotions, nous font nous comporter tous de la même manière. C'est ainsi que nous avons pu répertorier des étapes.

Dans les étapes suivantes on va retrouver l'amertume, la colère, l'agitation, et bien sûr aussi la tristesse, la dépression, le désespoir, la déception.

Durant l'étape de la colère, on dit « ce n'est pas possible, ce n'est pas juste, pourquoi moi, pourquoi pas un autre ? »

Imaginez Jaïrus, il était intègre, il était le chef de la synagogue, il faisait tout très bien, pourquoi c'est arrivé à lui ? Pourquoi sa petite fille à lui ? Ce n'est pas juste !

Dans l'étape de la dépression on pense : « je suis triste, je vais mourir et alors... Pourquoi s'occuper d'autre chose ? » Plus rien n'a d'intérêt, plus rien n'a de valeur, tout ce qui se passe autour n'a pas d'importance. Pourquoi se préoccuper de quoi que ce soit ?

La dernière étape, c'est l'acceptation. Mais est-ce qu'on peut accepter la mort, est-ce qu'on peut accepter les situations très ou trop difficiles, insoutenables ? L'idée n'est pas d'accepter le mal, ni d'accepter la maladie, ce n'est pas non plus de baisser les bras sans rien faire. On y reviendra quand on parlera de cette étape.

L'acceptation n'est pas une résignation.

C'est arriver à un stade de sérénité qui nous permet de vivre ce que l'on a à vivre, de continuer à traverser ce qu'on a à traverser.

L'acceptation : c'est pouvoir dire « maintenant je suis prêt, j'attends mon dernier souffle avec sérénité ». Nous verrons que c'est ce que peuvent dire parfois les mourants.

Mais lorsqu'on annonce à quelqu'un un diagnostic de maladie psychique telle que la schizophrénie par exemple, c'est très difficile d'accepter ce diagnostic, notamment à cause de la stigmatisation qui y est rattachée dans la société. Tout un chemin est nécessaire pour arriver à se rétablir, et donc arriver à vivre avec la maladie. Et arriver, malgré le diagnostic difficile, malgré les soins, malgré le traitement, malgré le suivi, arriver à avoir une vie pleine, épanouie, qui ne soit pas une vie au rabais. L'acceptation, c'est aussi toute une voie de rétablissement quand on a une maladie chronique. Tous ces chemins, nous allons les détailler jour après jour, parce que ce sont des chemins où Jésus nous accompagne. Jésus veut nous aider à être serein, Il veut nous apporter sa Paix, Jésus veut que nous nous rétablissions. J'aimerais vous donner un message d'espérance : il existe une issue, il existe un chemin possible. Même à travers la mort il existe un chemin. Même à travers une maladie il existe un chemin, et un chemin qui peut être un chemin de vie. Peut-être pas immédiat, peut-être pas comme on l'imaginait.

Pour Jaïrus, c'est extraordinaire, on voudrait tous ça. On pose une question à Jésus, Ezéchias aussi, il prie, et hop, dans la même journée, dans les heures qui suivent on a la réponse. Une réponse magnifique, miraculeuse ! C'est extraordinaire ! Cela peut être ainsi, mais ce n'est pas toujours le cas.

Autre ex. : on a une crise d'appendicite, on va voir le chirurgien, il nous opère, il nous guérit, et après tout va bien. Ce sont des choses que Dieu permet. Il y a des solutions, quand on a le chirurgien près de soi.

Mais il existe des situations où cela ne se passe pas aussi bien. Il peut arriver que l'on soit déçu, découragé, dans l'abattement, ce sont les autres étapes.

Au cours des étapes vues ci-dessus (le déni, état de choc, sidération) : Que peut-on faire en tant que soignant ? Quelle est la bonne attitude quand on est face à quelqu'un qui est dans cet état-là ?

Prenons un exemple de situation : vous êtes soignant, vous annoncez qu'il y a besoin d'une opération à quelqu'un qui a peur, qui ne veut pas : faut-il insister ? Dire que les choses sont comme ça et pas autrement ? Que va-t-il se passer alors ? Le patient va avoir encore plus

peur ! Il va dire : non, non, non, je reviens demain, je vais réfléchir ! L'annonce de quelque chose à laquelle on ne s'attend pas, la nécessité d'une intervention, d'un traitement lourd, ou d'une mort, ça crée cet état de choc. Comment devons-nous être face à ces personnes en état de choc, sidérées, qui ne veulent pas nous croire, parce que souvent, c'est trop difficile à imaginer pour eux.

L'attitude adéquate du soignant nécessite beaucoup de patience, de compréhension, et aussi la nécessité d'évaluer le degré d'urgence.

Par ex., si vous êtes face à un enfant qui a tellement peur, qui est paniqué, sidéré, qu'il n'arrive plus à bouger, et que vous voyez le camion qui arrive et qui risque de l'écraser, que faire alors ? Vous allez courir prendre l'enfant dans vos bras pour qu'il ne soit pas écrasé. En tant que soignant, c'est important d'évaluer le degré d'urgence.

Si c'est quelque chose qui peut attendre, il faut prendre le temps, avoir la patience. Il faut accepter que la personne en face dise : « mais non, tu te trompes, je veux refaire des examens plus tard, on verra, je ne te crois pas, ce n'est pas possible ». Il faut accepter, laisser au temps la possibilité de faire son travail dans ce chemin psychologique que la personne doit faire. Par contre, s'il y a un degré d'urgence, alors il faudra aussi avoir les paroles qui rassurent. Comme le Christ les a eues avec Jaïrus. Il faudra sensibiliser, avoir de la douceur, essayer d'expliquer, de convaincre, mais avec douceur et patience. Et bien sûr voir aussi avec les proches, voir ce que comprend la personne, discuter avec la personne et prendre le temps soi-même pour que le soin puisse être effectué dans les meilleures conditions. Si la personne n'est pas consentante, si elle ne comprend pas ce qui se passe, si elle a l'impression qu'on lui fait violence, la guérison ne sera pas dans de bonnes conditions. Il faut que le patient soit participant, qu'il soit d'accord, qu'il adhère, qu'il fasse alliance avec le thérapeute, qu'il soit collaborant à sa guérison. Donc c'est très important de prendre le temps d'expliquer les gestes qu'on fait, et de communiquer avec le patient.

Ensuite il y a le stade où le patient marchand. Il dit : oui... non... je prends la moitié du traitement...pour te faire plaisir je fais ça mais pas ça...je reviendrai après le mariage de ma fille...etc... ou la demande qu'on fasse encore plus que ce qu'on pourrait.

C'est donc très important pour le soignant d'être à la juste place, c'est-à-dire d'assurer que nous ferons tout notre possible, de rassurer, d'être clair. Mais on ne peut pas non plus promettre des choses qu'on ne maîtrise pas. C'est Dieu qui a la guérison. Un soin que l'on fait à la personne, même si on fait le même soin identique à une autre personne, le résultat peut être différent car les personnes ne vont pas réagir pareil. Parce que chacun est différent, chacun a son histoire, et chacun réagit en fonction de son terrain immunologique, de ses antécédents, etc. Vous savez tous que même si, dans 60% à 80% des cas la solution est ce qu'on attend, parfois le traitement est le bon, mais le résultat n'est pas celui qu'on avait escompté. D'où l'importance d'expliquer la situation, d'expliquer les probabilités de guérison et d'échec. C'est très important de replacer les choses à leur juste place, c'est-à-dire que le patient a lui aussi la nécessité de s'engager dans le traitement, et que le soignant fait tout ce qu'il peut, du mieux qu'il peut, mais c'est Dieu qui guérit. Ce n'est pas nous qui pouvons dire : je te promets que...

Ainsi, n'oubliez ni Jaïrus et sa fille, ni Ezéchias, toutes ces personnes intègres, avec des responsabilités, et qui ont eu de grands malheurs, de grandes épreuves, mais pour qui Dieu a répondu. Cela n'a pas empêché qu'ils passent par ces étapes de choc, de sidération, ils ne voulaient pas croire ce qui leur arrivait. Ils sont restés dans l'espérance, ils ont cru et le Seigneur a répondu. Ils ont connu la guérison, le miracle, et en tant que soignant on peut être confronté à ces situations, et on doit savoir communiquer à ces patients, on doit savoir écouter le patient, se rendre compte s'il est maintenant dans un état de choc, et lui expliquer ce qu'on veut faire sans promettre soi-même la guérison. C'est Dieu qui guérit.

Pour terminer, la fin de l'histoire d'Ezéchias. On a vu des cas où Dieu a répondu très vite et la guérison est arrivée. Mais, à vrai dire, ce n'est pas toujours le mieux. Savez-vous la suite de la vie d'Ezéchias ? Il avait tellement de richesses, il a été tellement béni par le Seigneur, qu'il a invité les rois étrangers, il leur a montré toutes ces richesses. Et alors, ils sont venus, et ils lui ont tout pris !!

Donc, quand Dieu nous fait grâce, quand Dieu guérit, c'est aussi une grande responsabilité : qu'est-ce qu'on va en faire ?

En fait, si Dieu ne répond pas comme on l'attend, c'est aussi parce qu'il y a peut-être des choses autres, ou meilleures qui peuvent arriver. Que ce qui nous paraît le mieux sur le moment, ce n'est pas forcément le mieux pour après ! Le temps de Dieu n'est pas notre temps. Restons attentifs et confiants comme Jaïrus l'a été.

Dr Joëlle Gaillard W.