

## Bénévole d'accompagnement : témoignage

**Véronique Comolet** ([www.vivantsensemble.com](http://www.vivantsensemble.com)), accompagnatrice bénévole à la Maison Jeanne Garnier (Paris).

« Bonjour, je m'appelle Véronique, et je fais partie de l'équipe des bénévoles de la maison ». C'est par cette phrase que depuis plus de six ans, je vais à la rencontre des malades de la Maison médicale Jeanne Garnier .

Le bénévolat d'accompagnement en soins palliatifs suscite souvent des commentaires et des interrogations. Reviennent régulièrement : « Comment pouvez-vous faire ça ? », « Ça doit être dur de voir des gens souffrir », « Avez-vous déjà vu quelqu'un mourir ? », « Est-ce que les malades peuvent refuser de vous voir ? ». Et plus d'une fois les personnes terminent par un : « c'est très beau ce que vous faites, moi je ne pourrais pas, je suis trop sensible ».

Parler du bénévolat d'accompagnement est difficile ; le bénévolat ne se décrit pas, se théorise encore moins. Comme toute aventure humaine il est chaque fois différent et singulier ; il se vit au jour le jour, dans l'ici et le maintenant de la rencontre. *Accompagner Ici et Maintenant*, c'est d'ailleurs le nom de notre association, *AIM*, auquel certains bénévoles seraient tentés d'ajouter un *E* final ; E pour ensemble.

Accompagner ici et maintenant, ensemble donc, avec les soignants, les familles et surtout les malades eux-mêmes, tant il est vrai que cet accompagnement ne se fait pas sans eux, sans leur consentement, exprimé ou implicite. Entre le bénévole et le malade, il n'y a pas une personne en bonne santé qui vient donner de son temps à un malade qui n'en a plus, mais deux personnes qui se rencontrent et qui partagent un moment de vie.

En vous parlant du bénévolat d'accompagnement, je voudrais avant tout tenter de vous faire comprendre ce qui peut se vivre de part et d'autre d'un lit, dans l'intimité d'une chambre, le temps d'une rencontre. Ce qui peut aussi se vivre dans les couloirs, avec la famille, les amis. Vous faire toucher du doigt la richesse de ces moments passés au plus près de l'humain, à la frontière de la mort et pleinement dans la vie.

Pour cela, j'ai choisi de vous raconter une de mes journées à la maison médicale; de vous parler de certaines rencontres, certains échanges vécus avec des malades et des familles mais aussi avec des soignants et des autres bénévoles. Je vous lirai également des témoignages écrits depuis plusieurs années au fil des rencontres. Bien sûr, cette journée que je vais vous raconter sera une journée un peu particulière, comme un condensé de vie, mais finalement, dense ou très calme, chaque journée à la maison médicale est pour moi une journée particulière.

Je suis bénévole le vendredi après midi. Mon bénévolat commence à 13H30 par une réunion d'équipe. Là, les bénévoles du matin retrouvent ceux de l'après midi pour un temps convivial autour d'un café. Temps d'informations générales sur la maison et l'association, partage d'expérience de ce que nous avons vécu, confrontation de nos pratiques et de nos ressentis...

Si je vous parle de cette réunion, c'est parce qu'elle est pour nous essentielle ; elle nous rappelle d'abord que l'accompagnement ne s'improvise pas, qu'il a besoin d'un cadre, d'une

formation, d'une structure pour nous épauler, nous écouter, nous accompagner. Elle nous rappelle aussi chaque semaine que l'accompagnement ne se fait pas seul près du lit du malade, et que la présence de chacun est utile au fonctionnement de l'ensemble.

Plusieurs regards portés sur le malade, c'est la possibilité d'en découvrir toutes les facettes, toute la complexité, et de tenter de l'accompagner au plus juste. C'est donner au malade la liberté de choisir celui qui entendra ses paroles, de rire avec l'un, de pleurer avec l'autre, de rejeter certains... C'est lui offrir la possibilité de raconter à chacun une histoire différente, ou au contraire de répéter plusieurs fois la même, parce qu'il a envie de l'entendre ; en un mot, c'est lui permettre de rester sujet et acteur de la rencontre le plus longtemps possible.

Oui, faire de l'accompagnement en fin de vie, c'est d'abord accepter de ne pas maîtriser la rencontre. C'est accepter que les confidences d'un jour ne se renouvellent pas le jour suivant. C'est accepter d'être refusé par un malade là où un autre sera accueilli. Aller à la rencontre des malades et de leurs proches me demande toujours un temps d'adaptation.

Lorsque j'arrive dans le service, après la réunion d'équipe, j'ai besoin de faire le tour de l'étage, pour m'imprégner de l'atmosphère, faire le vide dans ma tête, me dégager d'un quotidien personnel et professionnel, afin de me rendre pleinement disponible à ceux que je vais rencontrer. J'ai besoin de me mettre au temps d'ici. Un temps où je vais essayer d'être sans projet, sans jugement, sans identification ni projection ; un temps pour rencontrer l'autre là où il est, et cheminer avec lui là où il a envie d'aller.

Chaque porte que j'ouvre me demande un ajustement... et aussi un peu d'audace. Quoi de moins naturel que d'entrer dans la chambre d'un inconnu ! Je n'ai pas de blouse de soignant, pas de geste technique à poser, je n'ai pas d'histoire avec le malade, j'entre avec ce que je suis, et certains jours je vous l'avoue, je me sens un peu nue. Car même lorsque je vais à la rencontre d'un malade que je connais déjà, je dois m'adapter à son cheminement. Je ne rencontre jamais la même personne ; d'une semaine sur l'autre, le malade évolue, la maladie aussi. En entrant dans la chambre, je me demande toujours où est le malade, et comment le rejoindre là où il est. Comment être juste dans mes mots, dans mes gestes, comment entendre l'autre même dans son silence, comment comprendre sa confusion ? Comment l'accueillir ?

*Février 2011*

Aujourd'hui je vais rencontrer un nouveau malade. Un homme de soixante-quinze ans vient d'arriver avec sa femme, toute frêle à côté de son mari. Le malade me serre la main avec un sourire. Il est grand, l'air très digne, attaché à garder le contrôle de lui-même, malgré la souffrance, malgré la maladie. Nous échangeons quelques mots sur son installation, puis sa femme demande à visiter la maison.

A peine hors de la chambre, elle s'assoit sur un banc, épuisée. Je l'écoute me raconter le douloureux parcours qui les a amenés ici. Premiers symptômes, radios, rendez-vous chez les médecins, nouveaux examens et verdict final. Aucun protocole ne pourra marcher. La femme me raconte combien son mari se sent humilié de ne rien pouvoir faire, de devenir incontinent, de perdre les mots, et je sais combien c'est important pour elle de nommer tout ce qui lui arrive, de me décrire les symptômes, leurs conséquences sur le corps de son mari, ce corps qui jusque là n'avait jamais flanché ; elle semble vouloir me faire toucher du doigt les ravages de la maladie, les souffrances qu'il endure, et qu'elle doit accompagner.

« Vous croyez qu'il sait ce qui va se passer ? » - Elle n'attend pas une réponse que je n'ai pas. Elle a juste besoin de dire à haute voix cette question qu'elle ne peut lui poser. Pour cette femme, prendre la décision de l'amener ici a été tellement difficile ; c'était accepter qu'il n'y ait plus rien à faire, plus d'espoir de guérison. Le médecin lui a conseillé ce lieu, où l'on accompagne « jusqu'au bout ». Mais maintenant qu'ils sont là, cette femme me parle de ce choix, qu'elle a fait seule, sans dire clairement à son mari où il était, et elle exprime sa culpabilité à l'idée de ne plus y avoir cru, l'impression de l'avoir un peu trahi, et n'a personne à qui le dire. Devant sa fille, elle doit être forte. Avec moi, elle peut enfin pleurer, exprimer ses doutes, ses craintes, la douleur du choix et de la solitude, et ses larmes sont libératrices. Au bout d'une heure, elle serre chaleureusement ma main. Vous m'avez fait un bien fou. Merci pour ce que vous m'avez dit.

Je n'ai presque pas parlé. Et c'est souvent le cas. Parfois, je rencontre des personnes qui s'inquiètent avant d'aller voir un malade... « je ne sais pas quoi lui dire ... » et j'ai souvent envie de répondre « rien ». Ne dites rien. Les questions que posent les malades, quand ils en posent n'attendent pas forcément de réponses ; elles ont pour la plupart d'entre elles surtout besoin d'être formulées. Ne rien dire, est souvent une réponse. Ne rien dire, écouter, et laisser à l'autre un espace pour trouver lui-même sa réponse.

Lui permettre de pleurer sans promettre que ça ira mieux demain, le laisser dire ses peurs sans essayer le faire taire, l'écouter parler de la mort, sans détourner le sujet, accepter son silence, sans vouloir le faire parler, lui permettre d'exprimer sa colère sans tenter de le raisonner.

*Janvier 2009*

Monsieur B. a cinquante huit ans. Seul, très seul, depuis qu'il est arrivé à la Maison médicale. Ses deux fils de vingt-huit et vingt-deux ans ne viennent pas. Leur mère est partie quand ils étaient jeunes ; ils ont appris tôt à se débrouiller seuls ; le plus grand s'occupe du plus jeune. Ils vivent loin de leur père depuis longtemps, bien avant qu'il ne soit malade. Un déjeuner de temps en temps, quelques coups de téléphone de plus en plus espacés, l'apprentissage de l'indépendance.

Je rencontre cet homme en grande colère. Il veut leur écrire une lettre. Puisqu'ils ne viennent pas le voir, il va leur écrire ce qu'il pense d'eux, de leur égoïsme, de leur ingratitude. Il choisit des mots durs, violents, accusateurs, qui laissent deviner l'abandon et la solitude qu'il ressent. Assis droit sur son lit, il me fixe comme s'il dictait sa lettre. Face à lui, je ne dis rien. Il n'attend rien de moi si ce n'est une oreille, du temps et l'occasion de s'exprimer.

Au bout de longues minutes, le ton de sa voix se pose. Il se tait. Sa colère se calme. En entendant ses propres mots, il en a perçu la violence, il a pu imaginer ses enfants en train de les lire. Tout bas il rajoute pour lui-même « je ne peux pas leur écrire ça ». Il ouvre son tiroir et en sort quelques photos, les regarde et me les montre : « Celui-là il joue de la guitare, comme moi ; c'est le plus jeune ; il est bien jeune pour vivre ça ». Je le quitte apaisé. Il n'écrira pas cette lettre. Parce qu'il était entendu, cet homme a pu dire, s'énerver, formuler, se calmer.

Parfois, certains malades ont seulement envie de se sentir *dans* la vie. D'oublier un peu où ils sont et pourquoi ils y sont, d'être ce qu'ils ont toujours été ; intellectuels, mondains, drôles ou séducteurs, épicuriens ou mélancoliques, égoïstes ou attentionnés, ils choisissent de profiter de l'instant. Auprès d'eux, j'apprends à savourer le bon, à m'émerveiller du beau, à retrouver

le plaisir des choses simples : manger, boire, sentir, toucher... C'est comme si pour certains, en fin de vie, chaque instant de plaisir était décuplé.

*Juin 2014*

Dans le jardin, un homme d'une soixantaine d'années est assis sur un banc, penché en avant, une cigarette à la main. Il a les doigts jaunes de celui qui a trop fumé et le teint gris de celui qui le paie. Il me propose de m'asseoir à ses côtés et me demande l'heure. Il attend son fils et son frère qui ne n'arrivent pas. Il me parle de la vie « dehors » quand ils viennent ; quand ils vont au bistrot, prendre un verre, regarder les gens passer, « dans la vraie vie ». Celle où il croise des gens valides, des femmes, des enfants même s'ils sont mal élevés et le dévisagent dans son fauteuil roulant.

« J'espère que tout ce bordel que j'ai là (et il me montre son poumon), me laissera tranquille jusqu'au treize juillet. Après je m'en fous ». Et lorsque je l'interroge sur la signification de cette date, il me regarde étonné et éclate d'un rire sonore : « Le treize juillet ! ... Tu ne sais pas ce que c'est le treize juillet ? C'est la finale de la Coupe du monde de foot ! Quand même, une coupe du monde ! Ça ne se rate pas ! » Et les yeux brillants, un sourire aux lèvres il tire avec gourmandise sur sa cigarette. Son temps est compté... il le sait, mais ce qui importe pour lui, aujourd'hui, c'est de pouvoir regarder la finale.

Dans ces rencontres que je viens d'évoquer, les mots ont un sens, les phrases s'enchaînent dans une logique compréhensible par tous. Mais parfois nous sommes amenés à accompagner la confusion. Accompagner une personne confuse est souvent déstabilisant et parfois inquiétant. Pourtant, il me semble que nous avons tous quelque chose à entendre de cette confusion. La laisser s'exprimer, ne pas tenter d'y entrer mais ne pas vouloir non plus la corriger, peut permettre de créer un espace de rencontre et de relation. Alors oui, les phrases n'auront pas leur sens habituel, parfois nous serons bousculés, hésitants, mais la relation se fera, dans les larmes ou dans les rires, dans l'incompréhension de part et d'autre, à l'aide de mots qui peuvent libérer.

*Juin 2009*

Monsieur F. m'accueille avec un grand sourire et m'interpelle dès l'entrée : « Vous allez pouvoir m'aider; je cherche à mettre feu à mes excréments ». Alors que je l'interroge sur la raison de ce projet, il me répond avec une implacable logique : « pour effacer les traces du méfait ». Heureusement, il abandonne de lui-même cette idée et m'invite à m'asseoir. Il me regarde, semble un instant surpris de me voir là, puis regarde la télévision, peu enclin à l'échange. Quelques demandes d'eau, puis plus rien ; j'ai même l'impression qu'il a oublié ma présence.

Alors que je me lève pour prendre congé, il me regarde à nouveau : « Vous êtes là pour rencontrer des gens non ? Vous avez ici un vieux monsieur qui perd la tête ; vous allez m'abandonner ? »

Je me rassois et écoute cet homme, que les équipes s'accordent à qualifier de très confus, me parler de sa femme qui est malade et ne peut venir le voir, de son fils qui travaille. Beaucoup de mots sans interruption, puis le silence s'installe. L'homme me sourit et me montre le petit carton qui est sur sa table en me tendant son téléphone: « Vous voulez appeler mon fils ? » Il me demande de composer son numéro.

J'assiste à une conversation dont je n'entends qu'une voix. « C'est toi mon fils ; c'est ton vieux père ! Figure-toi que je t'appelle grâce à une charmante dame qui m'a prêté son téléphone... elle m'a ramassé dans la rue...tu sais grâce au carton que tu m'as donné, avec les numéros de téléphone... Et bien j'étais dans la rue... Tu te souviens, je voulais me suicider... Elle m'a ramassé... Oui, dans la rue... On a eu beaucoup de chance ».

J'essaye d'imaginer la tête de l'interlocuteur, j'hésite à intervenir, je m'inquiète pour le fils. Comme s'il le sentait, le père propose à son fils de me remercier de vive voix et me tend le téléphone. Quelques mots suffisent... « Mon père est de plus en plus confus » me dit-il, et il raccroche après m'avoir remerciée d'être là. Comment lui faire comprendre qu'il y a peut-être quelque chose à entendre de cette confusion, au-delà des mots, un besoin de parler, l'expression d'une souffrance; d'une solitude.

En fin de vie, Il y a ceux qui perdent le sens des mots, et ceux qui perdent la mémoire. Là aussi, l'accompagnement demande un ajustement permanent et met souvent les familles en grande difficulté. Comment reconnaître l'être aimé lorsqu'il ne vous reconnaît plus, lorsque vos souvenirs ne sont plus les siens? Que reste-t-il à partager si ce n'est le temps qui passe?

*Juillet 2008*

Cet homme est désemparé. Assis sur le banc en attendant la fin des soins, il me partage ses questionnements. Sa mère est atteinte de la maladie d'Alzheimer et il ne sait pas vraiment où elle en est, ni ce qu'elle comprend. « Quand on n'a ni passé ni futur, vous pensez que ça a du sens de savoir que c'est la fin ? Elle ne peut pas quitter quelque chose, elle a déjà tout perdu. Je ne sais pas ce que je dois lui dire. Si jamais elle ne sait pas, c'est mieux pour elle non ? » Il me questionne sans attendre vraiment de réponse, mais n'a pas l'air très sûr de cette option.

Seul auprès de sa mère depuis déjà trois semaines, il partage avec elle ses fragments de lucidité dans le maintenant de sa mémoire ; plus d'histoire ni de passé à partager ; pas de futur à projeter. Il se sent bien auprès d'elle et pourtant il évoque son tiraillement entre son souhait de laisser sa mère partir le plus sereinement possible, sans angoisse de la mort, et l'impression feutrée de ne pas être au plus juste dans sa relation avec elle. Est-ce le temps et le lieu pour « faire comme si »? Comme si tout allait bien, comme si demain était un autre jour, comme si rien n'était en jeu dans ces moments partagés, comme si il n'y avait pas d'au revoir à dire, pas de fin à leur histoire.

« Peut être qu'elle le sait et qu'elle veut me protéger ? ». Ce n'est jamais très simple de savoir qui accompagne et qui protège... Cet homme tente de trouver une juste place, au plus près de sa mère, dans le respect de leur mode de relation mis en place depuis plus de soixante ans... Et avec la peur de passer à côté d'un espace de paroles en vérité. « Nous avons toujours été très pudiques dans la famille » me confie-t-il.

Accompagner en fin de vie, c'est aussi apprendre à accompagner en silence. Ce silence que nous avons tous si souvent appris à redouter, à combler dès qu'il se présente... Un ange passe... quelle terreur !

Dans ces moments, l'accompagnement demande une disponibilité encore plus intense. Une acuité de tous les sens, pour percevoir ce qui ne se dit pas. Etre en éveil, attentif à chaque signe, chaque mouvement, chaque soupir. Rester près de l'autre, parce qu'il ne peut plus

parler, ou parce qu'il n'en a pas envie mais parce que cette présence va l'apaiser. Rester avec l'autre dans le silence, un moment tellement intime finalement.

*Février 13*

Une infirmière vient me chercher pour rester auprès d'un malade qui vient d'arriver : « Il est très agité, a un regard angoissé, ça m'ennuie de le laisser seul ; on va passer faire les soins mais est-ce que tu peux lui tenir compagnie en attendant ? »

En entrant dans la chambre, je prends le relais de deux soignants qui étaient auprès de lui. Je regarde cet homme que l'on me confie pour quelque temps. Il a un visage lisse mais le front crispé. Je me présente et m'approche de lui. Ses yeux sont entre-ouverts, mais je n'arrive pas à capter son regard. Alors je pose ma main sur son épaule, pour tenter de lui faire prendre conscience de ma présence, et m'assois près de lui. Je lui parle un peu. Juste quelques mots, pour l'assurer de notre attention, lui dire que je vais rester là et que chacun ici va prendre soin de lui. Puis je pose ma main près de la sienne. Il me semble qu'un de ses yeux me regarde, son regard est plus habité. Lentement, je me mets à son rythme, dans son temps. Le temps du silence, le temps de l'attente. Sa respiration, saccadée au début, se calme peu à peu ; sa ride du front disparaît. Je ne sais pas qui, du calmant ou du bénévole, provoque cette détente mais peu importe. Dans tous les cas, être auprès de lui a du sens. Les minutes s'écoulaient sans que j'en ai conscience. Peu à peu j'apprivoise son physique, son environnement ; des journaux sur la table, deux petites filles dans un cadre à photo... Je reviens à lui.

Parfois ses yeux semblent me voir, parfois non. Je cherche sa respiration et par moment je la perds. Pausés respiratoires. Silence. Puis il reprend, dans une longue inspiration. Et retrouve un rythme régulier. Je ne sais pas vraiment où il est sur ce chemin si mystérieux de la fin de la vie, peut-être entre-t-il dans le temps de l'agonie. Tout bas, je me rappelle à lui. Vous n'êtes pas tout seul.

Quelques temps plus tard, une infirmière entre pour faire les soins ; il est temps de laisser ma place. Mais au moment où je prends sa main pour lui dire au revoir, il fait un mouvement brusque et inspire violemment. L'infirmière sourit : « Vous ne voulez pas que V. parte Monsieur ? » « Tu vois il veut que tu restes ». Je le regarde... Je ne sais que penser... Sûrement un réflexe... mais je reste là et garde sa main dans la mienne. Dans le silence, de part et d'autre de ce lit, l'infirmière et moi tenons chacune une main de cet homme. De pause en pause. De silence en silence. De hoquets en hoquets... le temps s'écoule, lentement, un dernier souffle et puis plus rien. Nous restons toutes les deux dans ce silence maintenant total. A le regarder. A tenir sa main. C'est un moment à part, mystérieux.

Je quitte la chambre, après un dernier au revoir à cet homme dont je n'aurai jamais entendu la voix, et un merci à cette infirmière pour avoir été là, pour m'avoir accompagnée moi aussi et avoir partagé ce temps si singulier avec moi. Dans le silence.

A la maison médicale, la mort fait partie de la vie. La mort que nous tentons d'accompagner, avec sa violence, sa part de souffrance, de déchirement, d'injustice et de mystère qui nous échappe. La mort qui peut se dire, dont on peut enfin parler. La mort de celui qui la souhaite et qui demande qu'on l'aide à mourir. Prendre le temps d'écouter et tenter d'en comprendre les raisons profondes (peur de souffrir, peur de l'abandon, peur de ne pas être entendu, ou d'être une charge). Essayer d'apaiser ces peurs, trouver parfois des réponses, peut faire tomber une demande d'euthanasie.

Ecouter cette femme qui dit : « Je n'en peux plus, je veux mourir » et qui rajoute un peu inquiète : « mais vous n'allez quand même pas me tuer ». Ou cette autre, qui me confie gaiement qu'elle sait qu'elle va mourir mais qu'elle aime tellement la vie, qu'elle ne peut pas s'empêcher de vivre comme si elle était immortelle... Prendre le temps d'écouter cet homme qui demande à chacun comment ça va se passer et s'il va souffrir, et qui a besoin d'entendre des soignants le rassurer chaque jour.

Pouvoir mettre des mots sur la mort qu'on redoute, celle de celui qu'on accompagne. Comme ces sœurs qui peuvent enfin s'avouer leur angoisse à l'idée d'être là quand leur père mourra, et leur crainte de ne pas y être et qu'il parte tout seul. Comme cette mère qui tient la main de son enfant et qui crie sa révolte de n'être pas à sa place. Comme cette jeune femme terrifiée, qui me demande de l'accompagner dans la chambre de sa mère parce qu'elle n'a jamais vu un mort.

La mort violente, scandaleuse, qui bouscule à chaque fois. Libératrice, déchirante, sereine, ou intolérable. Mais toujours questionnante. Parce que parler de la mort c'est aussi questionner l'après, et face à ce mystère, croyants, agnostiques ou athées, chacun confronte sa foi, sa raison et ses doutes, ses peurs et son histoire, à la recherche d'une réponse aidante. Vers un néant, ou vers un amour plus grand, nous assistons à ce chemin qui se parcourt, avec ce que nous sommes, furtifs témoins d'une histoire que nous accompagnons parfois jusqu'à un ultime abandon.

A la Maison médicale, accompagner la fin de vie, va jusqu'à accompagner le mort, jusqu'au départ de son corps à visage découvert vers la chambre mortuaire, et entourer les familles. Recueillir leurs larmes, leur tristesse, et parfois leurs mercis.

Accompagner en fin de vie c'est enfin prendre le risque de l'attachement, c'est savoir que l'on peut être touché, ému, fragilisé. Et pour cela apprendre à se connaître et à respecter ses propres limites. Nous avons tous des situations qui nous mettent en difficulté. Pour certains ce seront les corps abimés, pour d'autres les odeurs, pour d'autres encore la violence ou la confusion. Pour moi, c'est la jeunesse; l'accompagnement de jeunes qui ont l'âge de mes enfants. Et celui de leur mère qui pourrait être moi. Avoir la liberté de laisser un autre bénévole à leur côté, c'est prendre soin de moi et préserver cette famille, de ma souffrance ou de mes émotions. Il m'est précieux de savoir que je ne suis pas seule, et qu'un autre que moi saura être là et trouver la juste distance pour mieux accompagner.

J'ai choisi ce bénévolat il y a quelques années, pour aider des malades à exprimer leur tristesse et leurs peurs (et j'espère y arriver), j'ai découvert qu'ils m'offraient aussi leurs joies et leur amour de la vie. J'ai cru important d'aller rompre le silence et l'isolement dans lequel certains malades sont plongés, et j'ai découvert la richesse du silence, et tout ce qui pouvait s'y dire.

Je suis arrivée à la maison médicale en imaginant côtoyer la mort. J'y suis aujourd'hui parce que cette maison me plonge dans un concentré de vie chaque semaine. J'ai pensé vivre chaque rencontre dans la gravité et l'intensité, et je partage aussi de merveilleux moments de rires et de légèreté. J'ai choisi ce bénévolat pour la relation unique et individuelle que je pouvais tisser dans l'intimité d'une chambre, et je m'enrichis chaque jour de la chaleur de l'équipe des bénévoles et de l'accueil des soignants. J'ai voulu donner gratuitement de mon temps auprès de personnes qui n'en avaient plus, ils m'ont donné mille fois plus que je ne l'aurais imaginé.

Comme vous le voyez, les raisons qui m'ont fait choisir d'être bénévole d'accompagnement à la maison médicale, si elles sont toujours aussi vraies, ne sont pas seulement celles qui m'y font rester. Ce bénévolat m'a appris à être pleinement dans le moment présent. Il m'a appris à écouter, sans jugement ni projet, à accepter que le choix de l'autre ne soit pas le mien, à accepter de ne pas tout comprendre, de ne pas savoir. Il m'a appris à me taire, quand les mots n'étaient pas nécessaires, à être créative pour m'adapter sans cesse à de nouvelles situations. Il m'a appris à accepter ma propre vulnérabilité pour mieux accueillir celle de l'autre.

Enfin, cette présence auprès des personnes en fin de vie m'a appris à mieux vivre au quotidien. Et comme le disait Cicely Saunders, une des pionnières des soins palliatifs après Jeanne Garnier : « Tôt ou tard, tous ceux qui assistent les mourants découvrent face à leur endurance et à leur courage et souvent même à leur humour, qu'ils reçoivent plus qu'ils ne donnent. Cela nous devons le leur dire : ils nous apprennent à être de plus en plus humains ».