

L'accompagnement : un acte en soi spirituel

La plupart des préceptes communément évoqués en matière d'accompagnement sont justes et précieux. Mais ils valent globalement pour toute souffrance d'ordre psychique. Or la souffrance spirituelle, nous l'avons dit, sollicite plus qu'une simple relation d'aide, plus qu'une prestation de services fût-elle compétente et bien ajustée. Elle appelle une relation d'une autre densité à travers la mise en présence mutuelle et sincère d'un soi et d'un autre : elle appelle une rencontre. Il en résulte que, dans le domaine spirituel, il est attendu de l'accompagnant bien plus qu'une compétence : une aptitude à se rendre pleinement présent-

Emmanuel Levinas distinguait le dire et le dit, l'acte et son contenu. « J'ai toujours distingué en effet dans le discours le dire et le dit. [...] Le dire, c'est le fait que devant le visage, je ne reste pas simplement là à le contempler, je lui réponds. Le dire est une manière de saluer autrui, mais saluer autrui, c'est déjà répondre de lui. Il est difficile de se taire devant quelqu'un ; cette difficulté a son fondement ultime dans cette signification propre du dire quel que soit le dit_ 11 faut parler de quelque chose, de la pluie et du beau temps, peu importe, mais parler, répondre à lui est déjà répondre de lui» Parler, c'est déjà se soucier de l'autre, lui signifier qu'on tente de prendre soin de lui.

S'aventurant plus loin et paraphrasant Levinas, le philosophe Bertrand Vergely s'amusait un jour dans une conférence à distinguer le dire et la manière de dire : « Il y a deux manières de dire "passe-moi le sel" : la manière brute (et abrupte), et la manière "extraordinaire", qui conduit celui auquel on s'est adressé à se dire, émerveillé : "On ne m'a jamais dit 'passe-moi le sel' comme ça"118. » Il en déduisait que le spirituel, puisque c'était l'objet de son propos, serait plus dans la manière de dire que dans le dire lui-même, dans la manière d'être qui vient véritablement signaler le fait d'être.

Je me souviens de ce malade qui, après m'avoir invité à m'asseoir, ferma les yeux et ne dit plus un mot. Régulièrement, toutes les dix minutes environ, il ouvrait un œil comme pour vérifier que j'étais encore là. Puis il retournait à lui-même. « Qu'attendez-vous de moi ? » lui demandai-je au bout d'un long moment. « J'attends que vous teniez bon » fut sa seule réponse avant de retourner à sa mystérieuse odyssée. Je compris alors qu'il se servait de moi comme d'une ancre, comme d'un fil d'Ariane qui le liait encore au réel et lui permettait cependant d'explorer, en sécurité, ses contrées incertaines. Après un temps, il me dit simplement « Vous pouvez y aller. Je vous remercie. » En l'occurrence, il avait suffi d'être là. Mais pas n'importe comment. Il y a bien une manière d'être dans l'accompagnement.

Accompagner, c'est manifester qu'on est vraiment là soit par les mots, soit dans le silence. C'est une présence enracinée qui ne se laisse pas emporter dans les labyrinthes du malade, de petit de s'égarer avec lui. Accompagner, ce n'est pas être avec au risque de se perdre avec. C'est au contraire s'efforcer d'être un ancrage dans la réalité pour le malade, un havre où il peut de temps en temps venir se reposer.

Car le malade se hisse et s'effondre, se hisse et s'effondre... Sa souffrance l'attelle à l'instant. La maladie se vit au présent, s'endure au présent. L'accompagnement ne peut donc se vivre qu'au présent, débarrassé des réflexes, des savoirs et des projections. C'est pourquoi je préfère le terme « accompagnant » à celui d'« accompagnateur ». « Accompagnant » est un participe présent qui signe, avec justesse, l'engagement de participer, autant qu'il est possible, au présent de l'autre. Ainsi, même vis-à-vis de quelqu'un qu'il connaît déjà, l'accompagnant est toujours quelque part en situation de première fois, en situation d'inauguration. C'est son devoir, son éthique : oser rejoindre, pour un temps, le malade là où il se tient, ici et maintenant.

Il n'est alors pas exagéré de dire que l'accompagnement est un art du présent, et même un triple art du présent : art d'être présent (à l'autre), art d'être au présent (ici et maintenant), mais aussi art d'être un présent (au sens de cadeau, don de soi). Pour sa part, l'inestimable cadeau que peut faire le patient à l'accompagnant est de lui donner accès à son intimité. Ce cadeau doit pouvoir être repris à tout moment. C'est en se rendant présent, à soi, à l'autre, à la vie qui est là, qu'on accompagne vraiment.

En tant que triple art du présent, l'accompagnement échappe donc au projet et à la projection. Celui qui projette l'accompagnement, qui cherche à provoquer la rencontre sera inévitablement déçu. Il restera seul car la rencontre qu'on s'efforce de mettre en place est une relation d'intérêt. Or la rencontre se dérobe devant le calcul. Il ne suffit pas d'en avoir envie pour qu'elle s'opère. Elle ne se décrète pas, elle prend le plus souvent par surprise.

Si la rencontre échappe à la projection de soi, elle ne peut cependant s'opérer sans une certaine exposition de soi. Ne serait-ce que pour ne pas se dérober à l'autre qui cherche un visage (au sens où l'entendait Levinas), et à travers ce visage une présence, parfois une réponse. Mais pas n'importe quelle réponse. La rencontre n'est pas une relation thérapeutique qui vise un objectif et prévoit la mise en retrait du thérapeute, au prétexte de ne pas troubler la parole du malade. Elle ne peut jaillir quand l'un des deux s'en absente, s'efforçant de rester neutre, distancié, quand il cherche à protéger la relation ou à se protéger de la relation. La rencontre est un feu, un risque, un partage, une reconnaissance de personne à personne. Mais, garde, l'exposition de soi n'est pas exhibition de soi et il n'est pas toujours aisé de situer la frontière. L'autre n'est pas un faire-valoir, il n'est pas le public docile du spectacle de nos vantardises ou de nos névroses, ni le lieu de nos déversements intempestifs, ou alors il cesse d'être un autre pour ne devenir qu'un simple spectateur, ou pire un simple objet.

Accompagner, c'est parfois juste oser dire avec toute sa conscience : « Je suis là. » Sans rien ajouter, sans même vouloir soulager. Accompagner, serait-ce seulement savoir vraiment exprimer que je suis là ? N'est-ce pas un peu court ? Ou, à l'inverse, n'est-ce pas très présomptueux ? Certes, il est facile de dire : « Je suis là (matériellement là), dans ta chambre, assis à côté de toi. » C'est autre chose de savoir dire : « Je suis là (spirituellement là), avec toi. » Comment faire pour ne pas être le corps ici, mais le cœur et l'esprit ailleurs ?

Accompagner, c'est donc, au bout du compte, tenter d'être avec. S'agirait-il de se mettre devant pour guider, ou de se mettre derrière pour suivre, ou encore de se mettre à côté pour indiquer qu'on serait proche, cédant là encore aux intentions et aux projections ? Ni fusion ni confusion, être avec, c'est parvenir même un instant à se rejoindre sans préséance ni faux-semblant au cœur de notre condition malgré la différence de nos situations. Cela repose sur une manière d'être qui ne saurait être l'apanage exclusif d'aucun type d'intervenant et devrait pourtant être le souci de tous. « Je suis là », cette simple phrase, tellement dépouillée, tellement élémentaire, cette vraie présence en quelques mots, plonge au cœur de la souffrance spirituelle pour dire : « Non ! Tu n'es pas seul. Je suis là, impuissant, mais je suis là, avec toi. » Elle constitue, dans les moments critiques, un des baumes les plus bienfaisants qui soient. Que peut-on d'ailleurs répondre d'autre à un enfant qui s'éveille haletant et effrayé d'un cauchemar ? C'est une des plus hautes et pleines expressions de l'être humain, ce « Je suis là » qui se tient au plus près d'un « Je suis », dans une présence réconfortante, sans tension ni intention, qui laisse à l'autre l'espace pour se déposer ou, s'il le veut et s'il le peut encore, pour se déployer.

L'accompagnement est pleinement soin en ce qu'il est une des plus hautes manières de prendre soin. Il s'enracine dans des gestes et prend forme par eux : gestes soignants, gestes psychologiques, gestes rituels et symboliques, jusque dans la manière de tendre une main, de s'asseoir, d'écouter, de rester calme. L'art du présent n'est pas un art sublimé ; au contraire, il s'incarne dans le corps. À travers ce qu'il a à « faire », chacun, qu'il soit médecin,

infirmière, aide-soignant, psychologue, kinésithérapeute, ostéopathe, assistante sociale, bénévole, mais aussi manucure, coiffeur, maquilleuse, garde-malade, lecteur..., partagera ou non ce qu'il « est ». En cela, l'accompagnement est plus que le care, ce concept anglo-saxon du « prendre soin » qui tend à se professionnaliser et à se spécialiser'. Il n'est plus seulement une activité, il devient un plus de l'activité, une manière d'être dans ce que l'on a à faire, un « faire en étant » ou un « être en faisant » au choix. L'art d'accompagner est alors une manière d'être dans une manière de faire même si ce faire prend parfois l'apparence de l'immobilité. Le soin est littéralement tentative de reconstruction, de reconsolidation intérieure et extérieure. Il cherche à rétablir le sain, vise à la fin de la maladie — en latin male habitus, littéralement le fait d'avoir de mauvaises habitudes qu'on peut aussi lire comme le fait d'être « mal habité ». Le geste ne devient pleinement soin que dans la manière dont il est habité. Le soin repose donc sur ces gestes habités qui constituent la clé d'un possible partage de présence. Il ne devient total que dans ses effets de relation et de réunification, sa dimension spirituelle (religare) ; ou alors il n'est que matière du soin, fragment du soin. Même l'acte bien attentionné peut se révéler insuffisamment soignant s'il n'est pas suffisamment habité. Ce qui fait dire au pionnier des soins palliatifs, le Dr Maurice Abiven : « Les soins palliatifs, ici plus que partout ailleurs, font la démonstration qu'ils ne sont pleinement efficaces que dans un contexte d'amour du prochain (Cicely Saunders l'a bien montré dès le premier jour). La question que je me pose est alors celle-ci : comment cela peut-il être enseigné à la Faculté' ? »

Il y a dans l'accompagnement une très grande exigence de justesse — ni trop ni trop peu — qui en fait précisément une relation de haute voltige, exigeant une attention permanente, à soi et à l'autre, pour ne pas tomber. Et quand bien même on tomberait — car on tombe toujours —, remonter sur le fil et faire en sorte de ne pas retomber. Et avoir pour ses erreurs — car on ne cesse d'en faire — beaucoup de tolérance, voire de la tendresse. J'ai retenu la mise en garde de Patrice Van Eersel « Il ne faut pas prétendre pouvoir accompagner''' ». L'accompagnement est une vigilance permanente et une éthique au sens plein du mot'''. Mais c'est d'abord un art du vivant, et donc un art très imparfait qui, de temps en temps pourtant, s'entrouvre fugitivement sur quelque chose de presque parfait.

Extraits du livre
« Vivants jusqu'à la mort, accompagner la souffrance spirituelle en fin de vie »
de Tanguy Châtel