

Trouver l'espoir face à la mort

J'ai besoin de dire mes pensées et mes peurs. Je vis tant de bouleversements. Je suis si inquiet au sujet de mon avenir. Parfois, je ne vois que toutes ces choses qui m'attendent et me font si peur. Et chaque jour ma peur déclenche une nouvelle émotion. Parfois, je n'en peux plus et j'ai besoin de croire que tout cela ne m'arrivera pas. Il y a ainsi des jours et des semaines entières où je me sens triste ou en colère.

Plus que toute autre chose, j'ai besoin de votre honnêteté. Nous n'avons plus le temps de nous jouer un jeu ou de nous cacher l'un de l'autre. J'aimerais savoir que je ne suis pas le seul à me sentir vulnérable et à avoir peur.

Maintenant plus que jamais j'ai besoin de vous faire confiance. Lorsque nous avons prévu de nous voir et que vous arrivez en retard ou ne venez pas du tout, vous ne vous rendez pas compte à quel point je me sens abandonné. Le fait de savoir que j'aurai une visite tel jour peut m'aider énormément à supporter ma douleur, tant physique que morale.

J'aimerais vivre plus longtemps mais je ne peux plus lutter. De grâce, ne m'en voulez pas et ne me poussez pas à me battre alors que je n'en ai plus la force. J'ai besoin de votre bénédiction, de savoir que vous m'acceptez, moi et ce qui m'arrive.

Rien qu'à l'idée que les autres devront m'assister dans mes besoins les plus intimes, j'ai honte. A mesure que je me rapproche de la mort, je prends conscience que je serai bientôt totalement dépendant des autres. Je vous en prie, essayez de me comprendre lorsque je refuse un nouveau changement, une nouvelle perte.

J'ai besoin de connaître mon état et de savoir, d'après les estimations des médecins, combien de temps il me reste à vivre. Si vous trouvez le courage de me dire ce qui se passe, je pourrais alors décider du type de soins qui me convient et prendre des décisions concernant ma vie.

J'ai besoin qu'on ait confiance en moi et qu'on soulage ma douleur. Mais n'allez pas jusqu'à me rendre inconscient. Dans les dernières semaines de ma vie je préférerais souffrir un peu mais rester conscient, pour profiter de la vie et de ma famille et pour effectuer ma pratique spirituelle.

Mes proches ont aussi besoin qu'on les réconforte ou qu'on les invite à se reposer de leur tâche de soignants lorsqu'ils sont trop stressés ou submergés par leurs émotions. Aidez-moi à prendre à l'avance les dispositions légales nécessaires, afin de préserver une atmosphère paisible au moment de ma mort.

Que se passera-t-il si je commence à perdre la tête ? Combien de temps continuerez-vous alors à venir me voir ? J'espère que vous ne renoncerez pas à communiquer avec moi lorsque je tiendrai des propos incohérents ou que je ne pourrais plus du tout parler. N'oubliez pas que sous l'apparente confusion – ou l'état comateux – je suis toujours présent, je peux

toujours vous entendre et même ressentir la qualité de notre relation. Il se peut aussi que je me sente seul et effrayé. J'ai sans cesse besoin de votre amour et de votre réconfort. Pour m'aider, j'espère que vous pourrez apprendre à développer une paix intérieure profonde et une réceptivité qui vous permettront de percevoir ce que je ressens et ce dont j'ai besoin, et de savoir y répondre d'une façon appropriée.

Tandis que mon corps et mon esprit se décomposent, souvenez-vous qu'à l'intérieur je suis toujours la personne que j'étais lorsque ma vie était à son apogée, et que je suis toujours aussi digne de bonté et de respect. Même si j'ai l'air complètement ailleurs, soyez certains que votre amour et vos prières m'atteignent vraiment, qu'elles me rassurent profondément. De grâce, ne m'abandonnez pas quand la situation devient difficile. C'est notre dernière chance de guérir notre relation et de nous offrir pour la dernière fois l'amour, le pardon et la sagesse.

A l'hôpital, je me sens privé de toute liberté. J'ai du mal à abandonner les habitudes de mon ancienne vie : le plaisir d'être en compagnie de mes amis, mes activités préférées et même ma façon ma façon de me réveiller et de m'endormir. C'est dur de perdre son intimité ; je me sens si vulnérable ici. Les repas préparés à la maison, les fêtes de famille et mes musiques préférées me manquent. Comme il est difficile dans ce lieu public et réglementé de trouver un espace où partager notre intimité et notre chagrin sans crainte d'être dérangés !

J'ai besoin qu'on m'aide à réfléchir sur ma vie de sorte que je puisse y trouver un sens. Quel sens a-t-elle eu ? Qu'ai-je accompli ? Dans quelle mesure ai-je changé et grandi ? J'ai besoin de savoir que vous n'allez pas me juger afin de pouvoir regarder ma vie en face et me confier à vous en toute franchise. Encouragez-moi à reconnaître mes regrets pour que je puisse me réconcilier avec ceux que j'ai négligés ou blessés et leur demander pardon.

Si j'ai l'air perdu dans ma douleur, aidez-moi à me souvenir que je peux encore faire quelque chose de positif : offrir mon amour et ma compassion aux autres. Dîtes-moi en quoi ma vie a touché la vôtre. Aidez-moi à me relier à la bonté intérieure qui est l'aspect le plus essentiel de mon être.

Ce dont j'ai le plus besoin, c'est de votre bonté, de vos prières sincères, et de savoir que vous me laissez partir en me souhaitant que tout se passe au mieux.

*Extrait du livre "Trouver l'espoir face à la mort"
de Christine Longaker*