

# CONNEXION D'IMAGINAIRES

---

une pratique d'art-soignant centrée sur la joie

## LA DÉMARCHE D'UNE NEZTOILE

---

**un art-soignant**

**A**près ma formation d'art-thérapeute à l'INECAT en 2002, j'ai commencé à travailler en tant qu'art-thérapeute à raison d'une à deux fois par semaine.

Cela fait à présent 14 ans que j'accompagne les personnes en fin de vie ou très malades (soins palliatifs, gériatrie, neurologie, oncologie).

J'ai inventé un mouvement qui s'appelle Neztoiles, une pratique d'art-soignant centrée sur la joie.

La devise des Neztoiles : *si on ne peut pas changer la vie, on peut changer le regard qu'on a sur elle*. Depuis quelques années, j'ai réussi à transmettre cette pratique à d'autres professionnels en leur faisant intégrer ces principes d'accompagnement particulier par des exercices de théâtre et des jeux relationnels puis des mises en situation concrètes. Cette formation est soutenue par des concepts opératoires que j'ai développés pendant toutes ces années de terrain.

---

**Sandra Meunier**

art-thérapeute, clown,  
fondatrice de Neztoile  
et enseignante

Je n'ai pas voulu présenter cette pratique aux institutions de santé en terme d'art-thérapie même si c'est mon statut d'origine. Je préfère le mot art-soignant car il s'agit bien de cela. Nous donnons des soins par l'utilisation de la pensée créatrice et par l'utilisation de l'art, au sens large. Je me sens plus libre sous cette forme car sans point de comparaison avec d'autres mouvements et surtout dans la justesse de nos propositions. En revanche, les professionnels de santé me reconnaissent en tant qu'art-thérapeute.

### la joie

Une Neztoile est un personnage issu du clown, passé par les mondes féériques ou merveilleux et formé à la relation d'aide. Le principe est d'accompagner des patients par l'imaginaire en étant soi-même dans un état créatif associé à une joie interne profonde. Avec la démesure du personnage et son audace, nous pouvons proposer des actes de soin qu'aucun autre professionnel de santé ne proposerait. Nous donnons des soins de joie afin de permettre aux patients de vivre autrement la traversée de leur maladie et de les préparer à la mort. Nous tentons de reconnecter les patients à une forme de joie interne, de les aider à s'apaiser et à lâcher tout ce qui les noue. Toutes ces propositions se font par ce personnage à l'apparence de joie, lumineux, plein d'humour et d'audace. L'apparence est légère et le fond profond.

La démarche peut paraître improvisée alors qu'elle est très travaillée en amont : réflexion sur les objectifs, le sens, la manière de proposer les images mentales, la posture, les transferts, le travail du clown, la création du personnage de Neztoile, la respiration, le ton de la voix, la philosophie, notre rapport à la mort et à la vie, la question de la joie, la présence et la dimension spirituelle au sens large.

### un accompagnement par le personnage

Mon personnage s'appelle Anabelle. Je suis une sorte d'elfe, personnage entre terre et ciel.

En me présentant en personnage elfique au nez rouge, je réveille ce que certains appellent l'enfant intérieur. J'ai souvent l'impression qu'en fonction de leur réaction à mon personnage, j'en sais beaucoup plus sur les patients que si j'avais passé du temps à les écouter me parler de leur vie pendant plusieurs heures.

J'ai beaucoup d'informations directes sur leur rapport au monde, aux émotions, sur leur culture, sur leur capacité à s'émerveiller, sur leur rapport à la poésie, à l'humour, à la philosophie et à la spiritualité au sens large.

J'ai donc mis en place tout un dispositif d'accompagnement, nourri de ces années d'exploration personnelle et professionnelle.

En venant en personnage, je propose un espace extra-ordinaire, un lieu de soin différent car je les rencontre alors que je suis en jeu. Mon rôle est affirmé et revendiqué. Nous ne sommes pas dans une relation quotidienne. J'induis la réflexion vivante de ne pas se prendre trop au sérieux et d'enlever la gravité. En même temps, je suis dans une grande écoute et immense respect du patient. La mort et la maladie, ce n'est pas grave, mais c'est important.

C'est ce qu'aimait bien dire John Strauss, psychiatre à Yale, de ma pratique : *C'est beau, ce qu'elle fait, mais est-ce important? Et, si oui, pourquoi? Selon moi, c'est important parce qu'elle réussit à écouter vraiment les expériences des patients. L'art-thérapeute-clown n'essaye ni de changer ces expériences, ni de faire des interprétations. Elle tente juste d'accompagner ces patients, d'une façon non traditionnelle. Elle écoute et elle répond comme si ce que dit le patient était vrai; vrai au moins du point de vue du patient. J'en viens à la conclusion que, paradoxalement, écouter, poser des questions, sans la responsabilité de soigner, libèrent le patient et le thérapeute. Cela ne devrait pas être ainsi, mais c'est un fait. Apprendre à regarder ou à entendre sans être aveuglé par des théories ou des responsabilités est en fait extrêmement difficile. Je pense que ce que Sandra Meunier propose dans son travail est une ouverture à nos approches thérapeutiques. Elle a trouvé une méthode pour regarder, écouter, et prendre un patient au sérieux.*

Cet espace de jeu que je propose est une attitude, un principe d'accompagnement propre à ma fonction. En me présentant en Neztoile, j'induis un espace de jeu, tel un espace de psycho magie. En acceptant de parler au personnage, le patient valide sa puissance de guérison psychique potentielle car il renoue avec son imaginaire nourrissant. Il entre dans un espace symbolique propice à des résolutions de conflit interne. C'est le cœur de mon dispositif.

#### lectures

Je m'appuie sur des réflexions d'enseignants spirituels souvent de tradition bouddhistes ou hindouistes comme Thich Nhat Hanh, Matthieu Ricard, Maharshi, Osho en lien avec la profondeur et la joie, ou des écrits de médecins thérapeutes comme le psychiatre C. André ou le docteur Élisabeth Kübler-Ross ainsi que les derniers textes de Christiane Singer en fin de vie *Derniers fragments d'un long voyage*. Les livres de Marie de Hennezel amènent à réfléchir sur fin de vie et vieillesse avec une préférence pour ses livres co écrits avec Jean-Yves Leloup et Bertrand Vergely. J'ai lu aussi les livres de Jean-Jacques Charbonnier ou Raymond Moody sur la question des NDE et bien entendu les livres sur la joie des philosophes Frédéric Lenoir et Alexandre Jollien. Tous les livres sur la méditation, le calme qui amènent à l'apaisement et à une réflexion

profonde sur la joie intérieure m'ont nourrie pendant 25 ans.

Plus que ces lectures, c'est tout le chemin intérieur authentique d'éveil qui m'anime, qui me permet de faire ce métier avec le cadre et l'harmonie nécessaires.

#### écritures

J'ai pris l'habitude d'écrire mes rencontres avec les patients pour mettre à plat les processus de « bascule intérieure » et pour transmettre des réflexions d'accompagnement.

Ce qui m'a fascinée depuis le début de ce travail c'est la faculté des personnes à changer d'état intérieur au contact d'une Neztoile. Pourquoi ça marche pour certains et pas pour d'autres? Comment faire pour créer un dispositif apaisant et ressourçant par l'art en lien avec la relation d'aide? Est-ce qu'il y a des propositions récurrentes? Pourquoi telle proposition apaise? Pourquoi et comment ce personnage permet aux patients une rencontre plus rapide vers leur centre et vers leur joie? Est-ce par le jeu de miroir? Est-ce par ce que je suis en jeu? Est-ce par ce que je développe en moi? Comment et pourquoi utiliser l'humour? Comment utiliser l'art de la métaphore?

Ces questions d'accompagnement m'ont interpellée depuis toutes ces années.

Comment les faire basculer? Comment faire pour qu'ils se sentent plus grands? Comment faire pour qu'ils ouvrent la porte de l'intérieur? Comment faire

pour qu'ils acceptent de lâcher leur souffrance?

#### l'apaisement

J'en suis arrivée à la conclusion que cette pratique est reproductible mais que c'est le patient qui fait 95 % du travail dans nos rencontres de soin. Si le patient s'apaise c'est par ce qu'il accepte de faire le chemin. À nous d'être très pertinents en face, dans nos propositions. Nous sommes des réveilleurs de graines de joie et des diffuseurs de joie profonde. Avec 5 % de présence créative, une Neztoile peut lui permettre de réveiller les ressources internes qu'il a en lui, pour s'apaiser. C'est ma conviction profonde. C'est une grande responsabilité car souvent le patient ne sait plus les utiliser ou il ignore qu'il a cette possibilité.

Si le patient s'apaise, c'est donc en très grande partie grâce à lui et par ce moment hors norme et décalé que nous lui proposons. À nous de lui permettre de retrouver la clé du calme et des sourires par des questions pertinentes et des propositions audacieuses.

Il s'agit d'un métier avec des compétences précises associées à un vrai travail intérieur au quotidien.

J'ai remarqué que les patients sont sensibles au beau, au grand et à tout ce qui peut les émerveiller. Je travaille donc avec ces 3 notions. Si je me transforme en Neztoile c'est pour faciliter la communication et l'ouverture de leur cœur.

Certains patients parlent volontiers de leur vie intime et profonde à ce personnage de joie. Mais ce n'est pas à n'importe quel personnage. *Le personnage n'est pas une façade, mais l'expression d'un état intérieur.* Quand je suis en Neztoile, je suis à nu et je regarde l'autre les yeux dans les yeux, en étant « toute ouverte ». Ça, c'est le travail du clown qui m'a permis de l'approfondir. Je suis révélée à l'autre en étant autant dans ma grande intimité et vulnérabilité que dans ma puissance de joie.

La joie est un pouvoir, explique le Dalai Lama et je l'expérimente dans ces lieux de souffrance. Elle a le pouvoir d'apaiser, d'emmener le patient dans d'autres espaces intimes et peut se transmettre quand le patient l'autorise. Elle calme car la joie profonde, c'est l'endroit du tranquille, de la paix et de la sérénité. Qui ne désire pas ces espaces à l'approche de la mort ? Par expérience, je vois combien ils en ont besoin mais n'ont pas les outils nécessaires pour accéder à ces états. La proposition poétique et artistique avec du sens va permettre une transformation du moment présent. Et tout ceci avec l'humour du personnage pour alléger ce qui se traverse. Quelle audace il faut...

J'ose déployer des espaces sacrés et secrets que je partage avec celui que je rencontre. En agissant ainsi, la personne rencontrée ose aussi révéler un aspect intime qu'elle ne donne pas à tous. C'est ce que j'ai pu vérifier pendant toutes ces années.

### un soutien institutionnel certain

Par ailleurs, pour arriver à de telles rencontres intimes, c'est le résultat de tout un dispositif. Je travaille au cœur d'un système de soin. Je travaille une fois par semaine dans le même hôpital. Actuellement, je travaille dans l'Unité de Soins Palliatifs de Puteaux. J'ai parfois l'impression que l'attente institutionnelle est tellement forte par rapport à ma démarche que les soignants favorisent la réussite de ma pratique auprès des patients. Je suis totalement soutenue par l'équipe. Les patients bénéficient de cette confiance et reconnaissance indéniable des soignants. L'espace de guérison psychique est clairement mis en place. C'est pour cette raison que j'ai si peu de refus.

Une unité de soins palliatifs n'est pas un endroit comme un autre. On vient dans une unité quand les traitements pour guérir ne marchent plus. Les patients

arrêtent alors le curatif et sont suivis pour les soins de support afin de terminer leur vie en souffrant le moins possible ou pour faire un répit. Les soignants de ces espaces de santé développent une grande qualité d'écoute et sont formés à l'accompagnement de la douleur.

Proposer une démarche d'art-thérapie dans ce genre d'endroit est remettre le patient au cœur de sa créativité et de sa pulsion de vie. C'est pour cette raison que des professionnels de santé apprécient ma pratique et sont très demandeurs car nous cherchons ensemble à permettre aux patients d'être vivants jusqu'au bout.

Portée par l'équipe, je peux créer en toute liberté ma pratique d'accompagnement.

Faire tomber les murs des chambres et proposer d'autres dimensions, voici le métier d'une Neztoile.



## SANS MOTS LES YEUX OUVERT

Comme elle a appelé et a gémi, il y a déjà une présence dans sa chambre.

La psychologue me laisse la place en me glissant à l'oreille que la patiente ne parle plus et a sûrement besoin de présence. Comme j'hésite à y aller, me sentant un peu inutile elle ajoute « Elle ne peut pas parler avec toi mais tu peux sûrement l'émerveiller! »

Parfois il suffit d'entendre à nouveau une phrase chaleureuse d'autorisation pour se lancer...

Quand je la vois sur son lit de fin de vie, je suis aimantée par son regard, immenses yeux dans un corps si maigre.

Elle est très belle. Elle est d'origine africaine, immense.

Agonisante et si présente.

Que peut-on faire face à une personne qui ne dit mot mais qui a toute sa conscience?

Elle entend et par sa pupille qui se dilate fortement par instants, je comprends ses réponses et ce qui la touche.

Elle n'en revient pas de me voir, toute blanchie, pailletée et vêtue de jaune or, dans ma tenue d'été.

Pour preuve, ses yeux qui s'ouvrent plus intensément et un sourire minuscule. Elle me regarde avec force et en détail. Elle ne me lâchera pas des yeux.

Ce qui va se passer entre nous m'interpelle énormément encore, quelques jours plus tard.

Mais que faire face à ses yeux grands ouverts?

J'intensifie ma présence par la conscience de mes pieds, je me tiens à ses côtés, je la regarde moi aussi, grande ouverte, sans aucune peur et confiante. Tout va bien et je suis là. Je respire calmement, profondément, avec la piste de l'émerveillement en moi.

Je lui fais sentir délicatement le parfum de mon poignet en ne la quittant pas des yeux. Elle ouvre un tout petit peu plus son œil. Oui, elle aime les odeurs. Délicieuses effluves

de rose authentique sur mon poignet. Une odeur qui peut bouleverser tant elle est fine et délicate.

« Ressens que tu deviens parfum. »

Une musique douce nous accompagne pour ce moment d'ouverture.

Tu ouvres la porte par les parfums.

Comme j'imagine qu'elle aime les odeurs plus intenses, je l'évite un peu plus tard avec un éventail parfumé à la fleur d'oranger. Un minuscule et infinitésimal sourire et son œil se densifie. Oui, elle aime ça.

Et c'est ainsi que je vais intensifier tous ses sens.

Sa tête s'étonne et me fait comprendre qu'elle est touchée quand elle entend les oiseaux. Oui ils sont là pour toi... Entends-les.

Tu ouvres la porte par les oiseaux.

Puis, en prenant le temps de la sortir de mon sac, ses yeux sont captivés par la grande plume bleue. Oui, je l'ai sortie pour qu'elle voyage dans la couleur. Tu es plume bleue.

Je caresse son visage car la plume magique peut aussi enlever les pensées difficiles...

Tu ouvres la porte par le bleu.

Et je caresse ses bras avec ma main. Ses pieds bizarrement font des mouvements que je prends pour de la satisfaction. Je sens un très grand sourire et une approbation. Les pieds sont avec la tête, la seule chose qu'elle bouge.

Le massage intuitif se fait sans insister mais dans une infinie douceur.

Tu ouvres la porte par la douceur.

Notre rencontre a peut-être duré 25 minutes. Je ne sais plus. C'était hors du temps.

Alors que je me disais que j'allais partir, son visage s'est tourné vers la fenêtre. Elle était déjà ailleurs. C'est vraiment le moment de partir.

Je lui dis au revoir de tout mon être: Elle se retourne alors, avec un regard et une présence comme on en voit très rarement. Je fais de même. Un vrai contact, pur, dense et authentique. Je pars.

Elle va mourir les yeux ouverts, comme dit le médecin de ces personnes qui gardent toute la conscience et fixent droit celui ou celle qui les rencontre.

Tandis qu'on a tendance à ne pas savoir trop quoi faire et quoi dire dans ce délicat moment, emmener en voyage le patient par la présence de cœur et par les sens et lui donner des moments de joie par la seule écoute de mon intuition, sans jugement, me semblent être une piste de qualité. Ce n'est pas intelligent comme proposition mais de l'ordre du sensible.

Par délicatesse de mal faire et par manque de savoir, peu de gens vont prendre le temps de s'arrêter à ses côtés en pensant : « Mais quoi dire et quoi faire? »

Par la présence créative du cœur et de l'intuition nous pouvons tout. Anabelle m'apprend ça.

La créativité avec du sens! L'audace d'être et de faire avec fantaisie et profondeur...

Elle est morte quelques jours plus tard.

Septembre 2016, Unité de Soins Palliatifs

## ANABELLE ET AMABELLA

Elle a une quarantaine d'années. Elle s'appelle Amabella. Cancer du côlon, phase terminale. Ça ne se voit pas du tout, *a priori*.

Elle est allongée. Tellement belle, avec sa longue chevelure d'ébène bouclée.

Elle paraît tant heureuse de me voir.

J'explique que je suis docteur de la joie. Elle sourit et me remercie que je vienne la voir.

Elle a une grande écharpe autour du cou. Son visage est ouvert et très souriant.

« Tu t'appelles comment? »

« Anabella. »

« Oh! Et moi Anabelle! C'est rare... Alors? Toi ici? C'est un voyage? » demande Anabelle toute ouverte à ses yeux.

« Oui... »

« Et comment tu le vis? »

« Merveilleusement bien. » répond-elle en un souffle.

« Ah bon! C'est parce que tu apprends plein de choses? »

« Oui. C'est exactement ça. J'apprends à rentrer en moi, à aller dans des endroits que je ne connaissais pas... ».

Ah oui, d'accord. Je suis impressionnée. À ses mots, je vois son courage et son parcours de sens et de profondeur. Je la fais respirer intensément et profondément le calme, le tranquille, le serein.

Elle le fait les yeux fermés, totalement et me dit ensuite :

« De vous voir, c'est comme si c'était un jardin qui était entré. »

Ah oui, c'est vrai. Je lui ai aussi mis les chants d'oiseaux, pour ouvrir des espaces en elle, autres que son quotidien dans sa chambre.

« Oui! Respire ton jardin : avec de la couleur, des oiseaux, de l'air, du soleil... »

Et je lui fais inspirer le soleil de ma robe jaune paille puis plus tard la lune.

Elle lève les bras en l'air pour mieux le faire et le vivre amplement. Je la fais respirer comme un oiseau.

Puis, je lui propose de ressentir dans tout son corps, l'abandon à la terre, grande, généreuse et aimante, comme si elle était sur de l'herbe bien grasse, à la place du lit.

« La terre peut prendre toute ta douleur. Quand tu expires, ressens-le. »

Elle s'applique à le vivre détendue, le sourire immense aux lèvres.

« Ressens le lâcher-prise total. Tu t'abandonnes à la respiration et à la terre-mère. »

Elle le vit totalement. C'est beau à voir. Elle sait s'abandonner. C'est rare.

Mais elle semble très dérangée par sa déglutition. Elle boit difficilement et me dit qu'elle a l'impression d'avoir un truc dans sa gorge.

« C'est pas ma maladie, ce sont sûrement des angoisses. »

Je rebondis immédiatement, en Amabella joueuse.

« Et si c'était un animal, ce serait quoi qui est dans ta gorge? »

Oh j'aime bien tous les animaux. Je ne vois pas... Ah oui, je sais : un crapaud! »

« Oh! C'est presque un prince charmant! » répond Anabelle pas très sérieuse, en apparence.

« Ah oui. c'est exactement ça, en fait. »

Elle s'étonne de trouver son compagnon là, à cet endroit précis. Mais en même temps, c'est logique. C'est tellement dur pour lui de la voir ici, me dit-elle, désolée pour lui.

Finalement, c'est évident et on en convient, ouvertement, toutes 2. Il lui reste en travers de sa gorge. Elle fait des liens à une vitesse! Jamais, je n'aurais osé proposer de telles associations car je ne veux pas être dans les interprétations rapides. C'est souvent trop limitant.

Mais c'est elle qui fait ce chemin. Moi, je « joue » à l'aider et à l'apaiser, là où elle se trouve.

Si elle fait des liens, c'est qu'elle en a besoin. Le plus important, c'est de continuer à jouer avec son crapaud.

Le processus est donc en route.

« Et si tu lui demandais de partir? Tu pourrais pas le mettre ailleurs? Dans son marais par exemple, ou ailleurs? Je ne sais pas! »

« Ah oui... Sur son nénuphar! » me propose-t-elle, joueuse.

Elle rit à cette idée.

Alors, elle tente de le faire partir.

« Allez! Dehors! dit-elle au crapaud... C'est pas ta place ici. Va dehors! »

Je lui sors pour l'occasion mon lotus de cire qui s'éclaire de lumière. Elle l'adopte immédiatement et le pose sur sa poitrine.

Elle fait des sons rauques pour qu'il sorte comme si elle vomissait. Puis elle souffle : « Va-t'en! Sors de là! »

Elle utilise toutes ses forces restantes pour l'éjecter de sa gorge.

Elle est persuadée qu'il va sortir de la sorte. Je l'accompagne dans ce sens.

Elle boit encore de temps en temps.

Ça va mieux mais ce n'est pas fini. On le sent bien dans sa déglutition. Il reste un tout petit désagrément quand elle avale.

Alors, je poursuis.

« Et que pourrais-tu mettre à la place du crapaud? »

« Oh! Du vent! De l'air! »

Alors, je lui fais mettre plein d'air dans sa gorge, avec le maximum de détails pour densifier sa pratique de libération.

J'en profite ensuite pour la mettre sur un nuage et lui proposer d'être un oiseau qui vole, car elle a besoin d'air, elle inspire beaucoup intuitivement ce nouvel air pur.

Elle est allongée et bat des ailes les yeux fermés. C'est touchant de la voir allongée, voler en battant des bras.

Je la crois soulagée puis je la vois déglutir encore avec un peu de difficulté.

Comme elle est très détendue et totalement ouverte à tout ce que propose Anabelle, je l'invite pour finir, à respirer de tout son être, la musique que je vais lui mettre pour l'occasion et de s'abandonner à elle.

« Quand tu veux, tu peux même crier. Laisse-toi vivre ce qui doit se vivre! »

Je lui mets the Shell de Aubry.

Dès les premières notes, je danse et elle aussi. Elle a les bras en l'air et elle les bouge de gauche à droite. La musique est à fond.

« Ah ça me fait du bien ! » dit-elle avec grande intensité.

« Oui?! Alors vas-y! Crie! Chante.! » Je l'encourage de tout mon personnage.

Elle crie et moi aussi pour l'aider. Ça fait un bruit énorme dans la chambre! Mais tant pis. C'est la vie.

Être en Neztoile me permet aussi de dépasser les limites du convenable. Je crie, je chante dans la chambre avec elle, comme si nous étions en pleine nature.

Alors, elle fait des sons du plus fort qu'elle puisse : « Ahhhhhhhhh!!!! ... Ohhhhhhh!!!!»

Puis elle y va totalement et elle crie : « Ouste!!! Sors de la! Ouste!!!!» J'agite mes bras devant sa gorge pour l'aider à faire sortie ses sons.

J'ai l'impression d'animer un stage de bio-énergie. Mais c'est bien Anabelle qui est là et la patiente, dans son lit qui suit toutes mes indications créatives.

Son corps danse, allongé, et les sons n'en finissent pas de sortir.

Puis, la musique s'arrête.

« Ah merci. » me dit-elle en me prenant la main! « J'en avais tellement besoin. J'avais trop d'énergie en moi. C'est sorti. »

Anabella part les yeux fermés. Elle me dit être oiseau. Pas un prédateur. Un petit oiseau curieux. Je lui propose le colibri. Elle adore.

Je lui mets ensuite Zoralkia pour monter dans les airs. Qu'elle parte, là où elle a besoin d'aller! Telle est la proposition d'Anabelle.

Elle ferme les yeux et je sens qu'elle voyage très loin. On est ensemble dans les airs, les yeux fermés.

Je lui propose pour finir, si elle le souhaite, de demander de l'aide à des êtres ailés, car pourquoi pas se faire aider dans les étoiles? Elle est d'accord et semble ressentir leur présence.

Elle me dira plus tard : « Je suis presque sûre qu'ils sont venus me voir. Je les ai ressentis. »

Quand elle ouvre les yeux, elle ne cesse de me dire merci. Elle se sent parfaitement bien, totalement détendue et n'a plus du tout mal à la gorge.

« Merci Anabelle. Ta visite m'a fait un tel bien. Je vais très très bien. »

Je lui donne une carte d'Anabelle pour qu'elle n'oublie pas de respirer la joie.

Elle sourit tellement.

« Ne fais pas trop d'efforts. Reste sur ton nuage!...Au revoir! »

Elle agite un peu la main et referme les yeux, totalement détendue, pour se reposer complètement sur son oreiller.

Cette femme est rare. C'est là le secret de la réussite de cet accompagnement avec Anabelle...

Elle me dit n'avoir jamais fait ce genre de pratiques. Et pourtant avec quelle aisance, a-t-elle évacué par les sons ce qui la gênait! Il fallait juste lui mettre à disposition un dispositif de libération de tout ce qu'elle voulait expulser.

Le lien thérapeutique avec Anabelle était puissant. La libération dans l'imaginaire était totalement possible car elle l'a permis entièrement. Quelle enseignante pour moi.

Elle est morte une semaine plus tard, calme, tranquille, prête, grâce à toute l'équipe d'accompagnement, après avoir vu une dernière fois, ses 2 enfants en bas âge, la veille.

On a reparlé d'elle, avec les soignants de l'équipe. Elle nous a tous beaucoup impressionnés.

Elle a réussi à passer en premier, dans sa mort. C'est rare pour une maman.

Elle ne m'a même pas parlé de ses enfants quand je l'ai vue, tant elle était concentrée sur tout ce qui se passait en elle.

Se préparer à mourir, ne plus voir trop ses proches à la fin et se centrer, aller au plus profond d'elle-même. Même ses enfants ne l'ont pas empêchée de partir sereine. Elle n'a pas



voulu rester sur terre plus longtemps pour eux, comme tant d'autres mères. Passer en premier pour le bien de soi et des autres finalement, sans égoïsme mais en toute conscience de soi. Tant de personnes font passer la famille avant eux.

Elle s'est juste écoutée, là où elle en était.

Voici une mort qui donne à réfléchir et un accompagnement rare car peu de personnes peuvent utiliser autant leur imaginaire pour s'apaiser.

## LE DOUTE

Aujourd'hui en soins palliatifs, la femme d'un patient s'est mise devant moi et m'a regardée de bas en haut.

« Non mais franchement. Franchement... Les enfants, je comprends... mais vous, ici ! »

Là, il a fallu que je puise mes certitudes dans les rencontres fabuleuses de toutes ces années pour ne pas partir en courant, en m'excusant d'être là, en joie et féerie.

Je lui ai tout de même glissé que je lui souhaitais de tout cœur d'être toujours émerveillée par la neige qui tombe et de toujours observer les détails des choses, regarder les fleurs...

« Oh ça fait bien longtemps que je ne m'émerveille plus. »

« c'est justement pour ça que je suis là... »

« Mouai », me répond-elle en hochant la tête.

Elle sourit un peu pour ne pas être trop désagréable et pour être gentille malgré tout.

« Ah... avec l'âge ! » me dit-elle, quand je la quitte.

« J'ai quand même des centaines d'années. », je lui réponds en faisant sonner les clochettes.

Elle rit mais agite sa tête de « n'importe quoi ».

En moi, c'est la descente. Je sens qu'intérieurement elle a marqué un point, une pointe de fer dans mes croyances et rêves d'art-soignant. Et si je racontais aussi quand ça ne marche pas ? Car ça ne marche pas tout le temps.

Les gens sont tous différents. Il y a ceux qui souffrent trop physiquement pour m'accepter, ceux qui ont trop côtoyé le monde des arts pour se faire illusionner, ceux qui sont trop loin culturellement d'Anabelle, ceux qui n'ont plus la force d'accepter une visite et ceux qui sont trop en colère ou trop loin de la joie. Je sais aussi que l'accompagnement dépend de l'autre, de sa capacité à se saisir de l'imaginaire apaisant. Mais sa remarque m'a un peu déstabilisée.

Intérieurement, bien entendu que je doute de ma pratique, de ma place en Neztoile et de la justesse de mes propositions. Je doute parfois de cette audace de joie et elle a raison.

### une semaine plus tard

La porte de la chambre est ouverte. La dame qui m'avait tellement refusée me regarde avec tristesse et accueil.

Je rentre donc en souriant pour aller voir son mari. Elle le regarde de loin, démunie. Il est assez mal et parle avec difficulté avec le bénévole. En me voyant le mari sourit et semble émerveillé. Le bénévole me laisse la place.

Avec ma musique douce, je le regarde droit dans les yeux et je le fais simplement respirer. « Tu inspires le calme, tu es le calme. Tu inspires la légèreté, tu es légèreté... » Ça le transforme et il me le dit. Puis il me parle de ma beauté.

Il apprécie énormément ce qui est beau et me donne une citation complexe dont j'ai oublié la plupart des mots.

Je ne reste pas longtemps car il est épuisé. Je fais un beau sourire à sa tendre moitié qui m'avait tant rejetée. Je pars rencontrer d'autres personnes.

Elle reste sur le pas de la porte et m'observe. Je reviens vers elle car je sens qu'elle veut vraiment me parler

« C'est bien ce que vous faites. Ça l'a vraiment apaisé... Merci. » « Alors tu comprends pourquoi je suis là? » dis-je en

lui prenant doucement l'épaule. « Oui, oui! C'est-à-dire, que la dernière fois, j'ai été vraiment surprise... Oui, ça fait du bien... »

« Oui la dernière fois, tu souffrais tant... maintenant, tu peux peut-être m'accepter. »

« Oui, oui, c'est-à-dire que j'étais surprise... »

Entend-elle ce que je lui dis? Que son refus était lié à sa souffrance et à son désarroi si grand de perdre celui qu'elle aime? Peu importe. Elle peut recevoir les oiseaux fantaisistes d'Anabelle dans son cœur aujourd'hui.

Je suis tranquille.

## O'HAPPY DAYS

Depuis un mois, je visite un patient en neurologie long séjour qui ne parle plus.

Il souffre d'une maladie rare et dégénérative et ne parle plus depuis des années.

Par le regard, nous avons une grande communication. C'est toujours un plaisir particulier de le rencontrer car nous rions beaucoup par les yeux ou par la bouche.

Ce jour-là, j'arrive dans sa chambre hyper enjouée avec O'Happy Day.

Je sais qu'il adore la musique. C'est la première fois que j'arrive avec un gospel.

J'entre dynamique et immédiatement il claque des doigts et articule des paroles. Bizarrement, en tout cas pour moi, des sons sortent de sa bouche. Sons aux allures de râles, mais sons tout de même. Pour quelqu'un qui ne parle pas du tout, c'est quand même complètement fou ce qui se passe sous mes yeux et sous mes oreilles...

– Wahou! Mais tu chantes?!

Lui sourit et bat la musique. La musique s'arrête.

Je réitère : « Wahou! Mais tu chantes! »

Il répond : « Oui »

– Wahou! Mais tu parles!?

– Oui

– Mais c'est énorme, inattendu, incroyable... Mais quelqu'un d'autre sait que tu parles?

– Non.

– Même pas ta mère? (Elle vient le voir tous les jours depuis des années.)

– Non

– Mais il faut le dire! Le dire à l'orthophoniste.

– Non

Le non est souvent marqué de la tête, plus que murmuré. C'est trop difficile.

Quand un son sort, il est prolongé du claquement de langue.

– Je comprends. Ce sera notre secret.

– Oui

Pour fêter ça, je mets une musique, style salsa. La musique lui plaît, car il me fait un pouce levé.

Soudain, il semble prendre sa respiration et va comme pour tousser.

Seulement, il ne tousse pas.

« Y a pas la voix qui arrive? » Demande-t-il par rapport à la musique. Drôle quand même comme première phrase pour quelqu'un qui justement n'a plus de voix.

C'est une musique au piano et c'est vrai que personne ne chante. Juste une mélodie instrumentale.

– Et toi, tu parles? Mais c'est donc vrai?... C'est magnifique!

Il sourit.

– Ça fait combien de temps que tu ne parles plus?

– 2 ans.

– Wahou! Mais pourquoi ne parlais-tu pas?

Il recommence alors. Il va comme pour tousser, mais à la place d'une quinte de toux, une phrase lancée sort très vite.

– J'avais pas envie.

Puis il tousse beaucoup. Visiblement, ça le fatigue énormément de parler. Ré-entendre ses cordes vocales, ce doit être une expérience intense et assez incroyable pour lui... Pour moi, en tout cas, ça l'est...

Parfois il veut me parler, mais il ne fait que tousser. Sa voix est cassée, déformée, laide à l'oreille, mais si douce au cœur...

Il lance soudain 3 ou 4 pardons à la suite.

– Pardon? Mais pardon de quoi? Ne t'excuse pas de sortir des sons. C'est que du bonheur. Ne sois pas gêné. Pas avec moi, je t'en prie...

Puis nous passons de longs moments à écouter des musiques différentes. C'est un vrai mélomane. Il ferme souvent les yeux pour apprécier davantage.

– Mais pourquoi tu parles maintenant?

Il me montre du doigt.

– Je veux que tu me le dises.

– C'est pour toi.

C'est à ce moment précis qu'Anabelle craque. Je tressaute, pousse des petits cris de joie, propres au clown, et je respire fort, très fort.

Je m'excuse à mon tour : « Pardon. ça fait ça quand je suis en joie... Il faut que ça sorte! » Je lui rappelle ainsi que moi aussi je fais de drôles de sons qui peuvent étonner mon entourage. Nous sommes tous particuliers et bizarre quelque part!

Je recommence à lui demander si on peut le dire à d'autres. Il me dit non avec la langue contre les dents et avec son doigt...

Je n'insisterai plus. « C'est ton chemin, ta route. C'est toi seul qui décides... »

Je reste plus d'une heure et je sens tout l'amour qu'il a pour moi monter d'un cran... Il ne veut pas que je parte. Ce qui est fou, c'est qu'un patient peut tomber amoureux d'un clown... Je le sais.

Je sens la piste dangereuse. C'est aussi une piste de vie...

Soudain ma partenaire clown entre. Je demande au patient si je peux lui raconter l'aventure.

Il accepte.

Je lui explique que s'il reparle c'est parce qu'il a eu envie de chanter et que si on lui avait mis de la musique plus tôt, ça fait longtemps qu'il aurait parlé.

Il acquiesce... mais me montre du doigt.

Il avait avant tout envie de communiquer avec moi. Oui, je le sais bien...

Je reste encore auprès de lui et m'appête à partir.

– « Tu es merveilleux, tu sais... » je lui lance avant de partir.

Mais il me montre du doigt comme pour signifier que c'est moi.