

## CRÉATIVITÉ ET RELIANCE EN FIN DE VIE

Sandra Meunier

Presses universitaires de Grenoble | « Jusqu'à la mort accompagner la vie »

2019/4 N° 139 | pages 63 à 70

ISSN 0768-6625

ISBN 9782706145667

Article disponible en ligne à l'adresse :

-----  
<https://www.cairn.info/revue-jusqu-a-la-mort-accompagner-la-vie-2019-4-page-63.htm>  
-----

Distribution électronique Cairn.info pour Presses universitaires de Grenoble.

© Presses universitaires de Grenoble. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

## CRÉATIVITÉ ET RELIANCE EN FIN DE VIE

\* SANDRA MEUNIER, ART-THÉRAPEUTE, CRÉATRICE DE JOIE ET CONFÉRENCIÈRE INTERNATIONALE, FONDATRICE DE NEZTOILES<sup>1</sup>

**O**n pourrait tant dire sur la créativité en fin de vie. Qu'être créatif, c'est être vivant, que cette source vitale ne demande qu'à être accompagnée, que l'acte créateur nous permet de nous relever, nous révéler et de nous transcender parfois. Mais faut-il le proposer à ce stade du parcours ? Est-ce que c'est bon pour les patients ? Je n'affirmerai jamais cela. C'est tellement personnel. Et surtout, je n'aime pas du tout les généralités. Ça dépend du parcours de vie de la personne rencontrée et de son besoin du moment. Par ailleurs, comme c'est la source de mon métier, je commencerai par vous raconter un après-midi comme les autres en soins palliatifs. Dans la diversité des échanges et des propositions créatives, je pense que chacun comprendra comment on peut proposer des formes créatives autour de la rencontre. Ensuite, à chacun de ressentir si c'est pertinent et comment faire. Car j'espère bien que chaque accompagnement que l'on fait est créatif. Mais que veut dire créatif ? Alors, pour y répondre, suivez-moi. C'est heureux.

---

1. Fondatrice de Neztoules, « si on ne peut pas changer la vie on peut changer le regard qu'on a sur elle », des soins de joie à l'hôpital ; elle a parallèlement développé le projet éducatif pour enfants « Terre de joie », un jeu autour de pratiques créatives et méditatives centrées sur la joie intérieure ; accompagne des personnes en fin de vie ou très malades depuis 2002. <http://sandrameunier.com/> <https://www.neztoules.com/>



## **JE NE M'ATTENDAIS À RIEN ET C'EST CE QUI VA ME PERMETTRE DE PROPOSER « TOUT »**

Voici un petit bout d'une demi-journée en unité de soins palliatifs à Paris. Je ne m'attendais à rien et c'est ce qui va me permettre de proposer « tout », dans la diversité des besoins et des réponses. D'abord une joie de revoir cette femme de plus de 80 ans qui ne cesse de répéter que je l'ai émerveillée, sincèrement et profondément marquée la semaine précédente. Je lui ai tout simplement permis d'être elle, et ne cesse-t-elle de me dire : « Et c'est le plus important. C'est impressionnant le bien que vous m'avez procuré la semaine dernière. Vous m'avez enchantée, émerveillée. Ça me fait un tel bien votre présence ! Avec vous, je suis moi-même... Vous êtes tellement belle et inattendue. Et toute cette beauté, cette fantaisie ça fait du bien. Et vous êtes d'une finesse ! »

Vous aurez bien compris que c'est elle qui est fine...

Comment recevoir tous ces compliments ? C'est important pour elle que je sache bien les recueillir. C'est un temps d'humanité et de rencontre. Alors j'accueille et je souris. On avait mis dans une enveloppe ses trésors de pensées. Oui, elle s'exprime tellement bien. Elle me redit :

« Vous n'avez cessé de me dire que c'était beau ce que je disais. » Et je le lui redis sincèrement ! Mais elle a du mal avec ce compliment. « Oh... Non pas du tout. Mais le plus important c'est d'être soi. C'est difficile d'être soi-même et de ne pas être jugée. Vous me permettez d'être moi. Ça m'a soulagée. Avec tout ce que je vous ai dit ! » Je reçois et pense. Que peut-il se passer de plus intense dans cette séance ? D'aussi significatif ? Une idée me vient subitement. Alors, je la prends cette idée, car ce n'est pas réfléchi. J'aime quand ça surgit tout à coup, sans savoir pourquoi. J'ai confiance en cet endroit. Je le dis de manière enjouée, innocente, sans conséquence.

« À qui aurais-tu envie de faire une déclaration d'amour ? »

« Ouh là là. Une déclaration ? À ma fille ! » *C'est le cri du cœur.*

« Mais je ne saurai pas du tout le faire. »

« Et si tu savais, tu lui dirais quoi ? » dis-je en riant.

« Que j'aimerais qu'elle m'accepte telle que je suis. C'est important. Je voudrais juste qu'elle me dise : *je te comprends.* »

Allez vite. Je sors un stylo.

« C'est comment le nom de ta fille ? Chère Marie-Claire. Ce n'est pas facile d'être acceptée pour soi-même. J'aimerais tant que tu me dises tout simplement : *je te comprends...* »

Elle est âgée Renée et elle n'entend presque rien. Je choisis donc mes questions que je hurle à son oreille.

« Et tu lui dirais quoi d'autre à ta fille ? »

Et elle parle sans s'arrêter. Quand sa phrase est essentielle, je la note. Ça se ressent une phrase essentielle. Ça l'arrête. Ça la surprend. Entre toutes ces digressions, et il y en a plein car elle a vécu beaucoup de blessures visiblement et différentes problématiques de vie. Je note ses phrases les plus importantes pour créer une lettre resserrée, une lettre qui montre le fond de sa pensée, sans barrière, sans « bla-bla ».

« Et là, maintenant tu lui dirais quoi ? » Je crie. Et vite, je note. C'est un peu drôle de l'extérieur mais c'est tellement fort en même temps. Ça fait peut-être dix minutes que je suis en écoute profonde pour écrire seulement quelques vraies phrases. Puis le paquet sort. Elle me dit :

« Je lui dirai : Tu es une des plus belles choses qui me soit arrivée. Je suis fière de toi. Tu es ma fille. *Je t'aime.* »

Elle me regarde. Stupéfaite. Suspendue. Elle l'a dit d'une traite. Elle n'en revient pas de l'entendre ainsi si simple, si fort. Alors, je lui montre sa petite lettre que j'ai écrite, reprenant ses pensées les plus fortes. Elle la lit à voix haute.

« Oh dis donc. De le lire comme ça, ça me fait encore quelque chose. C'est fort ! C'est peut-être encore plus fort de le lire ! »

Elle la lit jusqu'au bout.

« Ah merci ! Ça, c'est toute ma pensée. C'est parfait. Ah mais je ne pourrai jamais lui dire ! »

« Mais si, puisque c'est fait. Plus qu'à lui donner ! On la met dans une enveloppe ? »

Elle me dit que sa fille la lira le jour de sa mort. On ne pourrait pas écrire plutôt : « A lire le jour J. Et le jour J, c'est quand tu le décides ! » Ah la bonne blague ! Elle me regarde complice. Car elle sent bien les tentatives de ma proposition et elle est d'accord avec ça.

« Oui, oui. Ça me va parfaitement. »

L'enveloppe du jour J est sur l'autre, avec ses trésors de pensées. Elle ne cesse de me remercier.

« Vous m'avez libérée. Merci. Vous m'avez accouchée. » *Je souris.*

« Non, Non. Ne croyez pas que je vous flatte ! Vous êtes vraiment très importante pour moi. Vous êtes un merveilleux souvenir. Je penserai à vous jusque... à la fin. Pour toujours ! »

« Vous devez me trouver bête ! Ah c'est tout de même ridicule avec ma fille. Mais ça doit arriver à plein d'autres ? »

« Oui, oui. » Je la rassure. « Ça arrive à d'autres mamans. »

On se prend les mains. Je reçois tous ses mercis alors que j'en ai tant pour elle. Je la sens libérée mais chamboulée. Je fais donc des blagues de départ pour alléger tout ça. Surtout ne pas être trop triste là maintenant. Ce serait inutile. Pourquoi être désolée ? Tout est dit et ouvert... On se fait des bisous volants.

« À la semaine prochaine ! Merci ! »

Le reste de l'après-midi sera tout à fait surprenant et changeant. Ce seront des voyages.

## DES SOINS DE JOIE

Danser par exemple une danse orientale sur Anouar Brahem avec une femme algérienne dont le mari est en fin de vie. Mettre la musique dans la chambre et lui faire ressentir sa puissance de femme qui accompagne : « Ressens la musique, laisse entrer le soleil, les grands paysages, le souffle... ! » puis danser en face-à-face. Ressentir ses mains, la douceur de son pull et de ses sourires et ne pas la quitter des yeux. « Tu ressens ? Tu ressens ? » « Oh oui. Ça me fait du bien ». Et insister sur le déhanché du bassin. Aimer la sensualité du corps sur cette musique enveloppante. Vivre et sourire. Puis recevoir ses mercis et partir.

Rencontrer dans une autre chambre un Égyptien de 38 ans qui ne parle pas français. Le faire respirer et le faire sourire honnêtement, vraiment. Partir en rire et douceurs rythmées par ces : « vous êtes gentille ! Merci. », les seuls mots qu'il connaît en gros. Passer dans la chambre de ce vieux monsieur qui demande avec grand intérêt si ce rendez-vous est un hasard ? Lui répondre, à la Eluard, qu'il n'y a pas de hasard mais que des rendez-vous et le faire chanter 15 minutes plus tard sur *La Moldau* de Smetana orchestrée joyeusement dans sa chambre.

Puis finir avec cette dame paraissant si âgée, cambodgienne, magnifique sur son lit, le visage entre deux mondes et proposer une chaîne d'amour en se tenant tous les mains avec sa petite famille (fille, beau-fils et petit-fils), soutenus par une belle version du sutra du cœur chanté pour l'apaiser « *om mani padme hum* ».

### **UNE RENCONTRE ŒUVRE D'ART EST TOTALEMENT POSSIBLE**

Alors, est ce que le mot « créatif » est plus compréhensible ? Ce n'est qu'un petit aperçu d'un travail d'artisan de la joie lors d'accompagnements à l'hôpital avec autant de propositions créatives que de personnalités rencontrées. Ça donne peut-être une réflexion sur la place de la créativité dans la rencontre. Selon mon expérience, la créativité permet à la personne malade de s'extraire pour un instant de sa souffrance, ou en tout cas d'en faire quelque chose. C'est la fameuse boue de Baudelaire transformée en or, dans les fleurs du mal. « Tu m'as donné ta boue et j'en ai fait de l'or. »

Créer, c'est s'alléger peut-être en profondeur et connecter pleinement un espace vivant en soi, un espace qui donne de la joie ou de l'espoir. Par ailleurs, j'ai remarqué combien cette créativité dépendait de la disponibilité intérieure des patients. Parfois, nous ne pouvons rien pour celui qui souffre. Il reste fermé, enfermé. Plus rien ne l'intéresse et c'est fini apparemment. Parfois, remettre en marche sa créativité est un vrai défi. C'est pour cette raison que certains patients me demandent alors de danser pour eux, ou que je les fasse rêver par des visualisations



merveilleuses, et que je les emmène dans des histoires. Ils me sollicitent afin que je réveille leur créativité. C'est très touchant d'assister à cette métamorphose de leur vie intérieure, par procuration. Ils sont en demande d'intensité de vie, de moments denses par l'intermédiaire de mon personnage.

Je cite très souvent l'auteure Christiane Singer sur son lit de fin de vie, dans son livre *Derniers fragments d'un long voyage* qui exprime ce qu'elle attend des personnes qui viennent la voir : « Allons-nous partager un moment de vie intense ? La seule chose qui m'intéresse : allons-nous partager du présent ? Du pur, du beau, du vif, du présent ? Voilà, voilà ! La vie comme art ! La rencontre œuvre d'art ! Voilà. »

Je pense que tout est dit. Je n'aurais jamais réussi à résumer aussi bien la puissance de la rencontre aux portes de la mort, entre deux êtres bien présents et vivants. Une rencontre œuvre d'art est totalement possible. Une rencontre nourrie de présence et d'intensité demande souvent d'être créatif pour ne pas tomber dans le quotidien et offrir au contraire l'extraordinaire dans l'ordinaire. J'ai remarqué par ailleurs que je suis très créative quand le patient l'est. Il nourrit dans l'invisible une sorte d'espace psychique où toute une série d'expériences créatives est possible. Je suis le miroir de sa fantaisie. C'est très difficile à expliquer rationnellement mais je l'ai souvent vécu. J'ai aussi vécu le contraire : l'absence de propositions, comme si j'étais vide et pas du tout créative. On pourrait parler de contre-transfert dans la créativité. Je suis comme paralysée, sans imaginaire, en totale résonance avec son impression de néant. Ça m'a beaucoup interpellée au début de mon métier. Maintenant, je l'identifie rapidement et je ne m'en veux pas du tout quand j'ai l'impression que notre rencontre n'a rien produit apparemment de nourrissant. Stoppons avec la culpabilité du sauveur et avec l'idéal d'une rencontre réussie ou d'une fin de vie réussie. C'est la personne rencontrée qui fait tout le travail, qui transforme ou pas sa réalité. Nous ne sommes que des passeurs.

Il est certain que c'est très impliquant d'accueillir l'angoisse des patients. Proposer de vivre une fin de vie plus élargie, pour moins souffrir, demande beaucoup d'écoute. Car comment ouvrir la porte de l'imaginaire apaisant, insolite, transformateur ?

Pour moi, permettre à une personne en fin de vie d'être créative c'est permettre la reliance avec son âme et avec le plus grand que nous, avec ce qu'on peut appeler tout simplement, le sacré. Alors, vient en nous la question confrontante : Est-ce que nous, accompagnant, nous entretenons un lien avec notre âme ou avec notre joie profonde, calme et si puissante ? Où en sommes-nous de notre rapport à la vie, à notre création intime, à toute forme d'expression sensible ?

Voici un espace profond de réponse grâce à la danseuse et philosophe Gabrielle Roth. « Dans de nombreuses traditions chamaniques, lorsque vous alliez voir le chaman pour vous plaindre d'être découragé, abattu ou déprimé, il posait une de ces quatre questions : « Quand avez-vous arrêté de danser ? Quand avez-vous arrêté de chanter ? Quand avez-vous cessé d'être enchanté par les histoires ? Quand avez-vous arrêté de trouver du réconfort dans le doux territoire du silence ? » Car lorsque nous arrêtons de danser, de chanter, d'être enchanté par les histoires et réconfortés par le silence, nous faisons l'expérience de la perte de l'âme. La danse, le chant, les contes et le silence sont les quatre baumes universels de guérison. »

### **PASSER DE L'ÉCOUTE ACTIVE À L'ÉCOUTE CRÉATIVE**

Sommes-nous guéris pour rencontrer les patients en partance ? Le faut-il ? Comment être en lien d'âme à âme et proposer la créativité autour de l'essentiel ? Puis-je permettre à l'autre d'être créatif dans sa vie et jusqu'au bout ? Comment ? Comment être en reliance avec soi, avec le Soi et avec les autres ? C'est toute cette réflexion que je pose.

Nous sommes tous des artistes de notre propre vie et ce jusqu'au bout. J'espère qu'on me rappellera cette grande joie, si un jour je perds cet espace. J'essaye toujours de passer de l'écoute active





à l'écoute créative auprès de ces personnes si malades. J'ose cela car je pense que c'est guérisseur. C'est le défi vital que j'amène, dans l'énergie du merveilleux... Alors osons peut-être rencontrer davantage les personnes en fin de vie dans cette profondeur créative. Et si, dans ce lâcher-prise de fin de vie, pouvait se dégager une œuvre? Ce serait un poème, un tableau, un chant, un assemblage de mots? Une transmission? Un sourire? Un grand voyage coloré avec des oiseaux bleus? C'est sans fin... À nous d'être disponibles pour les accompagner, en légèreté et profondeur. À leur côté, osons davantage danser, comme des étoiles dans le ciel. Poétisons notre vie pour que ce ballet intérieur puisse être contagieux.



Neztoile Anabelle. © Karim Arsad.