

Vivere



Chers/ères lecteurs/trices,

Nous voici dans une nouvelle année, mais aussi dans une nouvelle décennie. J'en profite pour vous souhaiter mes meilleurs vœux et que la santé soit au rendez-vous afin de réaliser encore de petits rêves.

Au moment où j'écris ces lignes, le gouvernement poursuit sa consultation pour élargir l'aide médicale à mourir aux personnes atteintes de maladie mentale et d'Alzheimer. Est-ce une bonne chose? Est-ce que la population est prête pour cela? Là est tout le débat présentement. Espérons que le gouvernement entendra les inquiétudes de la population.

Dans ce numéro de février, mois où l'on souligne la Journée mondiale des malades, je vous invite à découvrir ma réflexion sur le thème de cette année « À pleines mains. » Ensuite, Marcelle Brassard témoigne de cette « Présence dans la tourmente » qui l'a aidée à passer à travers un cancer. De son côté, Rose G. Lévesque, 85 ans, vient nous donner sa recette de « L'art de bien vieillir ». Marie Boucher donne le vibrant témoignage que « Chanter la vie » peut être signifiant pour des personnes âgées dans un CHSLD un matin de Noël. Gabrielle Pinon, 12 ans, nous partage un magnifique poème qu'elle a écrit pour rendre hommage à sa mamie. Pour terminer, je vous propose une petite réflexion sur l'onction des malades, qu'on appelait autrefois l'extrême onction.

Bonne lecture!

Chantale Boivin
Pastorale des aînés et des malades

SOMMAIRE

<i>Intro : Présentation du numéro, Chantale Boivin</i>	...1
À pleines mains, Journée mondiale des malades, Chantale Boivin	...3
Une présence dans la tourmente, Marcelle Brassard	...4
L'art de bien vieillir, Rose G. Lévesque	...5
Chanter la vie, Marie Boucher	...6
L'arbre de la vie, Gabrielle Pinon	...7
L'onction des malades, Chantale Boivin	...8

REMERCIEMENTS

- Aux personnes qui ont accepté de collaborer à la rédaction du *Vivere* : Marcelle Brassard, Rose G. Lévesque, Marie Boucher, Gabrielle Pinon.
- Au Fonds de soutien « Coup de pouce » dont la générosité est toujours appréciée pour la publication de *Vivere*.

Vous avez des commentaires sur ce numéro de *Vivere*, des suggestions en fonction de prochains numéros ou encore vous désirez écrire un article, n'hésitez pas à nous contacter :

France Lamontagne
450 679-1100, poste 272
france.lamontagne@dsjl.org

Chantale Boivin
450 679-1100, poste 282
chantale.boivin@dsjl.org

La publication numérique de ce bulletin se trouve sur le site du diocèse de Saint-Jean-Longueuil : <http://dsjl.org/fr/bulletin-vivere>. Toute reproduction en partie ou en totalité de cette publication est permise en indiquant la provenance.



La Journée mondiale des malades, le 11 février, nous rappelle combien il est important de visiter nos frères et nos sœurs dans la maladie! Non seulement lors de cette journée, mais lorsque l'un de nos proches parents ou amis en a besoin.

Il n'est pas toujours nécessaire d'arriver les mains pleines, avec des fleurs, un livre ou un petit cadeau. Parfois, on a le sentiment d'arriver les mains vides, appréhendant un peu la rencontre avec une personne souffrante, parce que nous pensons ne pas avoir les mots qui conviennent.

Quand on est malade, on a l'impression d'être inutile, surtout quand on est en fin de vie! Quand je prends le temps d'aller visiter une personne malade, « je partage **à pleines mains** avec elle ce qui est le plus important. Je fais éclater en elle la lumière quand je lui porte cette marque d'attention qu'est le temps que je prends pour être auprès d'elle.

Au cœur d'une telle rencontre, la personne qui rend visite à une personne souffrante, aussi bien que cette dernière qui la reçoit, se retrouvent avec les mains pleines d'une lumière qui redonne confiance en l'humanité. N'oublions jamais qu'un simple geste ou une parole de réconfort peut faire la différence dans la vie d'un autre. Chacune et chacun de nous en avons besoin. »¹



Puissions-nous prendre le temps de visiter un proche au cours des prochaines semaines



Chantale Boivin

¹ Centre Spiritualité santé de la Capitale-Nationale

UNE PRÉSENCE DANS LA TOURMENTE

En 2014, j'ai reçu un diagnostic de cancer. Ce ne fut pas une surprise, c'est comme si je m'y attendais. J'ai réagi un peu placidement. Pendant 71 ans, j'avais joui d'une excellente santé, la fin de ma vie dans un avenir proche me semblait normale. J'étais à la fois résignée et sereine.

Malgré l'acceptation, il faut dire que j'éprouvais de l'inquiétude pour les personnes que je devais quitter et une certaine crainte du chemin qui s'ouvrait devant moi. Je n'avais aucune idée de la gravité de mon état. L'équipe médicale de Charles-Lemoyne a été d'une grande gentillesse et aussi d'une grande efficacité. L'état de dépendance que l'on vit à ce moment-là est tout à fait inhabituel et très inconfortable.

Je devais entreprendre une traversée du désert. Je n'avais pas le goût de pleurer sur l'épaule de qui que ce soit. Cependant, j'avais besoin de me faire rappeler que je ne serai pas seule dans cette aventure. Au soir de ma vie, je retournerai à la maison du Père et je crois qu'il m'accueillera avec amour. J'ai donc demandé à recevoir le sacrement de l'onction des malades avant mon opération. Ma demande a été reçue avec une grande bonté. Je ne demandais pas qu'on prie pour ma guérison, je voulais seulement qu'on me rappelle que je ne suis pas seule dans cette expédition, que le Seigneur sera toujours avec moi.



Le prêtre qui m'a accordé cette faveur a quand même prié pour ma guérison, ce qui était prévu dans le rituel. À la suite de la célébration de ce sacrement, j'ai ressenti une grande paix. Le prêtre m'a aussi conseillé de lire la prière de l'abandon de Charles de Foucauld. J'en ai laissé une copie bien en évidence dans mon appartement. Je m'y référais souvent.

Au jour de l'opération, je me suis endormie en attendant mon tour. J'étais complètement abandonnée. Finalement, tout s'est bien passé. Cinq ans plus tard, je suis en rémission. Je crois sincèrement que l'onction des malades que j'ai reçue avant mon opération m'a donné la force tranquille qui a sûrement aidé à ma récupération. Le Seigneur est toujours présent dans ma vie et je compte toujours sur lui.

Marcelle Brassard

L'ART DE BIEN VIEILLIR

L'art de bien vieillir pour moi a commencé vers cinquante ans. Je me suis préparée, me suis conditionnée à penser à mon avenir qui dirige sur l'autre versant de la montagne. J'aurai des sauts et des buttes dans mon parcours de descente. Il me faudra avoir beaucoup d'énergie et d'écoute, pour ne pas tomber et aller le plus loin possible.

Ma recette magique : faire attention à ma santé par toutes sortes de moyens. Ne pas fumer, boire modérément, surveiller ma nourriture, c'est-à-dire manger de bons aliments, en portions modérées. Le sommeil aussi est très important. Notre cops est comme celui d'un bébé, il aime la routine dans tout. Si vous l'écoutez attentivement, il vous le dira, vous enverra des signes, des messages. Il est aussi nécessaire de faire des exercices, de la marche ou autres de votre choix.

Pour mon moral, j'ai besoin de ma famille et de mes amies, de sentir la chaleur humaine lorsque je suis avec eux. Je fais tout pour rendre la pareille. Je profite de tous les événements pour les inviter.

D'être entourée de gens qui m'aiment, c'est du pur bonheur. De partager ce bonheur autour de moi, c'est tellement valorisant. De rendre service lorsqu'ils en ont besoin fait partie des petits bonheurs de la vie que je partage avec amour.

Tout ce que je viens d'énumérer c'est de la nourriture pour le moral, normalement le physique aura sa part. Pour vous dire que j'ai 85 ans, mais dans mon cœur et mon corps, j'ai 60 ans. Tellement que parfois j'oublie mon âge réel.



Lorsque je rencontre des gens souvent ils me demandent mon âge et lorsque je leur dis, ils ne me croient pas. Ils me disent : « Vous devriez écrire un livre avec votre recette de jeunesse », je viens de la faire pour vous. Lorsque je sors avec mes deux filles qui ont 60 ans, nous passons pour trois sœurs, ça flatte mon moi!

Rose G. Lévesque

Chanter la vie

En ce début de jour de Noël, j'ai envie de raconter une précieuse anecdote vécue hier au CHSLD Saint-Jean...



Alors que je dirigeais les chanteurs(es) de la chorale itinérante de Noël, mes yeux ont croisé le regard tout souriant d'une résidente qui s'en donnait à cœur joie à chanter avec nous. Elle s'appelle Madame Cyr! Quand la chanson fut terminée, je lui adresse alors un sourire en lui disant : « Je vois bien que vous avez déjà fait ça vous!! » Et je lui ai prêté un cahier pour qu'elle puisse participer encore davantage. Un peu plus tard, je lui demande : « Est-ce qu'il y a une chanson en particulier qui vous ferait plaisir? » Et elle me dit : « Petit papa Noël, car c'est une chanson que je chantais tous les soirs à mes filles quand elles étaient petites ». Mon cœur a fondu, car la veille même, assises devant le sapin, je l'ai chanté moi-même pour la première fois à mes petites-filles. Nous lui avons donc dédié!!! À la fin, au moment du départ, elle me fait part de son appréciation et de son contentement et me dit cette toute petite phrase : « Merci de vous êtes rendue compte que j'aimais chanter! » Dans cette toute petite phrase, j'entends « merci de m'avoir vue, reconnue comme une personne habitée d'une histoire! » C'est comme ça que je l'ai perçue!!



Tout cela pour dire : soyons présents! Parties prenantes de la vie qui se vit devant nos yeux, conscients que chaque présence « présente » allume la vie dans le cœur de quelqu'un. Tout ça pour dire que Madame Cyr a allumé la vie dans la mienne!!

Marie Boucher

L'arbre de vie

Je me suis promené dans la forêt et
j'ai vu un magnifique tremble qui m'a inspiré ce poème en
hommage à mamie!

Tu es partie grand-maman
comme une feuille d'automne
qui tourbillonne
dansant avec le vent.

Tu m'as accueillie
en me berçant
sur tes branches
quand j'étais petite enfant.

J'allais te visiter
pour m'amuser avec toi
aux jeux de société
et cela m'apporta de la joie.

Je te parlais,
on riait,
on lisait
et je t'aimais...

Dans mes pensées,
je me confierai
pour te raconter
mes joies
et mes peines passées.

À chaque fois que je passerai
à côté du tremble
dont les feuilles miroitent au
soleil

À chaque fois que j'entendrai
le chant du geai bleu
émerveillé,
je me souviendrai de toi pour
l'éternité.

Mamie, je te reverrai
à travers toutes ces beautés.

Gabrielle Pinon, petite fille de Rita Pinon
18 octobre 2019

L'ONCTION DES MALADES

Un baume de tendresse et de réconfort dans la maladie

L'onction des malades, est-ce encore demandé aujourd'hui? Oui, mais souvent trop proche de la mort, car autrefois, on appelait ce sacrement « extrême onction » et en générale, on le donnait juste avant mort. Depuis plusieurs années, le vocabulaire a changé pour démontrer une approche plus compatissante pour ceux qui sont malades en l'appelant l'onction des malades. Il s'adresse aux personnes en souffrance physique, psychique ou morale : maladie, vieillesse avancée, épreuve difficile, opération grave, fin de vie... L'onction des malades ne remplace en aucun cas les soins médicaux et n'a rien de magique.

Le sacrement de l'onction des malades a pour but de conférer une grâce et une force à la personne en souffrance. Il est signe de la tendresse de Dieu pour la personne qui souffre. Il a comme effets : le réconfort, la paix et le courage pour supporter les souffrances de la maladie grave ou de la fin de vie!

Alors, pourquoi s'en priver?



Chantale Boivin

LA MISSION DE VIVERE

- ♥ Faire connaître la contribution des personnes âgées à la communauté en présentant des parcelles de leur vie, des expériences de bonheur, des récits d'engagement, des questionnements.
- ♥ Susciter la réflexion personnelle et alimenter les échanges avec d'autres.
- ♥ Soutenir leur quête de sens.

Les lecteurs et lectrices en font la promotion