

# Le Lien

"C'est l'émotion partagée qui crée le lien entre les hommes" C. Bagot

## ÉDITORIAL

### Le sel de la vie

Ne pourrions-nous, dans un premier temps, nous interroger sur la signification, l'importance d'un condiment tel que le sel dans nos vies ? Et la comparaison s'impose immédiatement avec notre alimentation, soutien indéfectible de notre vie (notre santé ?). Serions-nous capables de nous contenter de repas sans sel, sans arômes, sans saveurs, alors que la nourriture représente l'un des soutiens les plus importants de la vie ?

La vie qui, fort heureusement ne se contente pas de nourrir uniquement l'être qui, au fil de son évolution, va se révéler ambitieux, créatif, entreprenant et soucieux de se transformer lui-même, tout en faisant appel à ses intuitions, ses désirs, ses efforts et ses capacités, comme à autant de condiments lui permettant de créer, de construire et d'entretenir une vie de défis, de réussites et de satisfaction. Ambition, réalisation de désirs, de projets, don de soi, dévouement, ou simple recherche de puissance pécuniaire, politique, voire guerrière, sont autant de trajets de vie impulsés par ce que l'on appelle le sel de la vie. Ces vies qu'au fur et à mesure, nous adaptons à nos désirs, nos possibilités, les différents contextes de l'existence, de manière à les rendre plus plaisantes, plus supportables, plus vivables et capables, pour certains de flatter leur narcissisme.

Notre monde, nos sociétés, chaque être humain dispose d'une quantité de sel non négligeable, qu'il lui appartient d'utiliser dans tous les actes de sa vie. Pour lui, pour ceux qu'il aime et pour tous ceux dont le sort malheureux, injuste, souvent insupportable, l'interpelle. Le sel ! Œuvre de vie. Le sel ! Combat de tous les jours, afin que la vie ne se transforme pas en expérience lourde, indigeste, dénuée de tout intérêt. Le sel de la vie qui, utilisé à bon escient, avec humanité et obstination, révélera à chaque être humain la signification même de son existence et la certitude d'avoir été utile sur terre : empathie, dévouement, engagement, assistance ne sont pas de vains mots, ils sont le sel de la vie. Un sel qui apaise et nourrit, un sel qui bien souvent, rend la vie supportable. Le sel de la vie représente le sens même de chaque vie. À nous de savoir l'utiliser...

Marie IRELAND

Vice-présidente JALMALV



Avril 2025 N°110

Association loi 1901

**Siège social de JALMALV NANTES :**

23, rue des renards

**44300 NANTES**

Tél./fax : **02 51 88 91 32**

Email : [jalmalv-nantes@orange.fr](mailto:jalmalv-nantes@orange.fr)

Site : [www.jalmalv-nantes.fr/](http://www.jalmalv-nantes.fr/)

**Siège social de la fédération JALMALV**

(reconnue d'utilité publique)

76, rue des Saints-Pères

**75007 Paris**

Tél. 01 45 49 63 76

Email : [federation.jalmalv@outlook.fr](mailto:federation.jalmalv@outlook.fr)

Site : [www.jalmalv-federation.fr/](http://www.jalmalv-federation.fr/)

dépôt légal à parution

## L'équipe de Rédaction

**Responsable de publication**

Yvonne BELLOCQ

**Rédaction**

Marie-IRELAND et la Commission

Mise en page : Gérard FRIBAUT

Relecture : Marie IRELAND.

Mise en œuvre : Véronique BUSSON.

Autres rédacteurs :

Les responsables de l'association... **et vous les adhérents !**

N'hésitez pas à nous transmettre vos idées et vos textes.

Contactez le : 02 51 88 91 32

[marie.ireland@orange.fr](mailto:marie.ireland@orange.fr)

Pour une bonne tenue du planning de parution, merci de proposer vos articles avant le 02 juin 2025.

**Thème du Lien N°111**

"La joie"

## Permanences

Les permanences sont assurées par Véronique (secrétariat)

**Du lundi au Jeudi** de 9h à 16h  
**le Vendredi** (distanciel) de 9h-13h

« *Savoir rencontrer l'autre, c'est sans conteste le premier pas de toute humanité* » Cohen 2013

Le sel de la vie revient à cueillir ce que nous offre le présent, c'est être dans la qualité de l'instant, en l'occurrence grâce et avec l'autre que nous accompagnons.

C'est aussi accepter de se laisser embrasser par les émotions qui nous entourent lorsque nous entrons dans une chambre, face à quelqu'un qui ne nous connaît pas et que nous ne connaissons pas. C'est être dans un lien vierge de toute attente, proposer une présence sans savoir si l'alchimie va prendre.

Donald Winnicott explique que chaque rencontre entre deux personnes est unique, singulière, puisqu'elle dépend de l'alchimie, du chevauchement qui s'opère entre ces deux personnes et leurs mondes internes particuliers.

Lorsque nous parlons de « mondes internes », nous parlons de ce qui vit et de ce qui vibre à l'intérieur de nous. Il comprend nos mécanismes de défense, nos zones vulnérables, notre vécu, nos besoins affectifs fondamentaux et nos pensées.

La porte d'entrée est bien notre corps et nos sensations. En ce sens nous pouvons dire qu'il s'agit d'abord d'une rencontre sensuelle c'est-à-dire non intellectualisée, non conceptualisée. Fabrice Midal écrit que « la mélodie corporelle est souvent notre seule boussole ».

Pour rejoindre notre monde intérieur, nous pouvons débiter par l'écoute de nos sens, de nos sensations, de notre corps, revenir à notre présence corporelle.

Percevoir le sel de la vie rejoint également notre capa-

cité à s'émerveiller. Cette capacité propre à l'enfant, a tendance à se perdre au fil du développement cognitif. Edouard de Perrot, spécialiste en neurosciences, évoque une piste possible pour retrouver cette force d'émerveillement. Selon lui il faut accepter de ne pas tout comprendre et laisser les choses s'éclairer plutôt que de vouloir les expliquer.

Les épreuves de la vie, les difficultés, l'angoisse peuvent également nous couper de notre capacité d'émerveillement, mais aussi nous y ramener lorsque nous acceptons de traverser les moments de vide. Bertand Vergely, philosophe, dit que l'émerveillement adulte est une expérience au cœur du cœur de l'humanité.

Je pense à cette jeune femme hospitalisée dans le service oncologie, souffrant dans son corps avec sa maladie métastasée et qui me parle de sa gratitude envers la vie, des forces qu'elle convoque en elle pour vivre le présent. Choisir de regarder ce qu'elle a plutôt que ce qu'elle n'a pas. Sa lumière me touche beaucoup, je ressens la grâce de l'instant partagé, suspendu, ma capacité à être dans l'échange sans aucune autre optique que celle de vivre l'instant présent et de m'y laisser glisser. Celui de l'instant, celui de l'autre et celui qui me revient.

Leslie RUEL  
Psychologue

## LE COIN DES POÈTES

Lorsqu'on jette des petits rayons de bonheur dans la vie d'autrui, l'éclat finit toujours par rejaillir sur soi.

Louis Fortin



### Ces petits instants de bonheur qui font le sel de la vie

Quand nous avons choisi de consacrer ce numéro du Lien au « sel de la vie », j'ai tout de suite ressenti une bouffée de bonheur, j'ai vu des étoiles briller dans mes yeux, moi qui ai la chance de savoir savourer chaque instant de la vie. Quel serait ce bonheur si je ne pouvais le partager avec d'autres et plus spécialement encore avec les malades ou les personnes endeuillées que je côtoie régulièrement à Jalmalv ?

L'accompagnement des malades nous permet de leur apporter un peu de gaité, de passer des moments privilégiés auprès d'eux, alors que nous ne sommes ni médecins, ni psychologues. Nous sommes présents pour les écouter, leur permettre d'exprimer ce qu'ils n'osent pas toujours dire, nous sommes parfois des miroirs de l'âme. Je ne mesurais pas à quel point la main sur l'épaule, la caresse sur la joue, le sourire qui illumine le visage, le mot choisi, le silence comme un cadeau, la voix douce, la présence, les attentions, pouvaient apporter un moment de bonheur, voire de vie, à ceux qui souffrent ou sont dans la peine.

C'est ainsi que dernièrement lors d'un de mes accompagnements à l'USP, une femme qui lisait un livre à son mari et à qui j'avais dit « quel beau couple vous formez », m'a raccompagnée en me disant « vos paroles et votre sourire nous font du bien ». J'ai réalisé à quel point notre présence et notre soutien pouvaient

faire une différence. Est-on conscient quand nous sommes avec les malades et leur famille que nous avons le pouvoir de créer ces moments de gratitude, de les partager et de nous permettre de continuer à accompagner les malades avec notre cœur. Un monsieur qui souhaitait mourir car il n'avait plus l'espoir de guérir, a versé quelques larmes « ça fait du bien, merci de me permettre de pleurer ». Quel plus beau cadeau que cette confiance accordée alors que c'était notre première rencontre. Je me souviens aussi de cette femme de 52 ans, avec une récurrence de cancer du sein et du péritoine, qui malgré la douleur trouvait toujours la force de sourire et de voir le bon côté des choses. Elle m'a même montré le magnifique tatouage qu'elle s'était fait graver sur le sein reconstruit – c'était un arbre de vie - Sa résilience était inspirante, elle m'a appris que même dans les moments les plus sombres, il y a toujours de la lumière et de l'espoir. En fin de vie, la résilience est une qualité précieuse qui permet de transformer les épreuves en opportunités de croissance et de découverte. C'est ce que nous, bénévoles, pouvons découvrir en étant présents, en écoutant et en offrant notre soutien.

Béatrice  
Bénévole Jalmalv

### Instants de grâce

Peut-on goûter au sel de la vie en accompagnant ceux qui vivent la dernière phase de leur existence ? En ce qui me concerne, la réponse est positive. Oui, on peut, incontestablement.

Il est rare que je sorte de la maison de retraite où j'accompagne sans en avoir senti toute la saveur. Il est dans l'éclat du sourire de Jean-Paul quand je pousse sa porte, dans les conversations aussi vagabondes qu'enrichissantes que m'offre Yvonne, ou encore dans la forme d'amitié que Lise m'accorde... Je le goûte aussi, autrement mais tout aussi bien, dans le souvenir vivant que je garde de ceux qui sont partis mais demeurent dans ma mémoire : le sourire rayonnant de Gilbert lorsqu'il me voyait arriver, et le plaisir que j'avais à le retrouver ; la parole pudique mais tendre de Robert lorsqu'il entrouvrait son cœur et ma gratitude pour tant de confiance ; l'émerveillement de Mimi lorsqu'elle évoquait pour moi sa passion pour les chevaux et l'insolite joie que cela me procurait... Ils ne sont plus, mais ce qu'ils ont bien voulu partager avec moi demeure, et le souvenir est doux, empreint d'une forme de reconnaissance. Toutes ces choses, souvent

qualifiées de « petites », constituent pourtant, à mon sens, le véritable sel de la vie.

Ainsi, quand j'accompagne, je ne fais pas que donner. Je reçois aussi. Beaucoup. Au point que même lorsque je ne me sens pas, un jour ou un autre, bien vaillante pour ma mission, mais que j'y vais quand même, je constate invariablement, en quittant l'établissement, qu'il m'a suffi de passer la première porte pour laisser derrière elle mes préoccupations et ne plus me soucier que d'être là, bien davantage avec eux que pour eux. Nous partageons, nous apprenons, nous découvrons ensemble. Nous vivons. C'est avec eux que j'ai découvert que l'accompagnement n'était pas un don de soi à l'autre, mais un échange aussi gratifiant qu'enrichissant, et une aventure humaine pleine de sens. Pour moi, c'est loin d'être anodin. C'est même une sorte de symbole de notre humanité commune. Le sel même de la vie...

Véronique JL  
Bénévole Jalmalv

## LE COIN ASSOCIATIF

### France Parkinson-Comité de Loire Atlantique

Le comité départemental de Loire-Atlantique représente l'association France Parkinson sur la Loire Atlantique. Il organise des réunions mensuelles d'accueil, d'écoute, d'échanges et de convivialité pour les patients et accompagnants, des activités et ateliers hebdomadaires (sophrologie, psychomotricité, qi-gong, théâtre, tango) animés par des professionnels, dans tout le département, des réunions d'informations, des conférences ou des débats dans les villes du département en présence d'experts concernés par la maladie de Parkinson, des actions de sensibilisation auprès par exemple d'EHPADS, d'organismes de formations ou de services à domicile.

Tél : 06 60 64 94 15 Email : [comite44@franceparkinson.fr](mailto:comite44@franceparkinson.fr)

## VIE ASSOCIATIVE (AGENDA)

**Réunion de l'Entente Grand Ouest** le 12 mai 2025 à Rennes

« **Derniers secours** » dans les locaux de Compas, 10 chemin du Vigneau 44800 St Herblain le 4 avril de 10h à 16h

« **Derniers secours** » à la Maison de quartier de Doulon, 1 rue de la Basse Chênais 44300 Nantes, le 18 mai de 10h à 16h

**Journée Régionale des soins palliatifs** à l'Espace Mayenne à Laval sur le thème : « un lieu pour mourir, des lieux où mourir, entre idéal et réalité » le 22 mai 2025

**34<sup>ème</sup> Congrès national de la Fédération JALMALV** sur le thème « un peu de joie dans la fin de vie » à St Etienne les 23, 24 et 25 mai 2025

**Sortie annuelle** avec une matinée de travail à SAUTRON le 6 juin 2025

**Congrès de la SFAP** à Lille du 18 au 20 juin 2025

## LE COIN LITTÉRAIRE

### « Le sel de la vie » de Françoise Héritier aux Éditions Odile Jacob

Quand elle reçoit une carte postale de la part de son médecin, Françoise Héritier s'étonne car la carte commence par « Une semaine de vacances volées en Écosse »... !

Mais qui vole quoi ? N'est-ce pas lui qui se laisse déposséder de sa vie par un entourage dévorant, un travail obsédant, des responsabilités multiples et accablantes. N'est-ce pas « ses patients » qui lui volent sa vie ? Alors elle lui répond, en lettres successives s'interrogeant sur ce qui fait et continuera à faire ce qu'elle appelle « le sel de sa vie » : sensations, émotions, petits plaisirs et grandes joies, profondes désillusions parfois, voire même des peines.

En voici un extrait : « Écouter des cris joyeux d'enfants en récréation, se repaître de glaces ou de chocolats, les moments où l'on sait qu'on plait, qu'on vous regarde et qu'on vous écoute, se sentir lesté et ingambe, faire la grasse matinée, monter sur un bateau de pêche, observer un artisan, s'arrêter pour un bonimenteur (tiens ! Cela fait longtemps !), jouir du spectacle de la rue, retrouver des amis qu'on n'a pas vus depuis des lustres, prêter vraiment l'oreille aux autres... J'oublie tellement de choses encore.

Et vous, qu'est-ce qui vous manquerait le plus si tout cela devait disparaître à jamais de votre vie ? »

### Nos derniers livres

« **Le sel de la vie** » de Françoise Héritier aux éditions Odile Jacob

« **Le goûter du lion** » de OGAWA Ito aux éditions Pasquier

Crédit Mutuel



Merci à nos sponsors qui nous permettent d'améliorer la présentation de notre revue