Le Lien

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

FÉDÉRATION JALMALV
JUSQU'À LA MORT ACCOMPAGNER LA VIE
Jalmalv Nantes

ÉDITORIAL

La Colère

La colère a toujours été considérée comme un défaut, voire comme un péché.
Se mettre en colère, ou plutôt se laisser emporter par la colère était un signe de laisser-aller, de non maitrise de soi, de faiblesse qu'il convenait de juger, de réfréner, voire de punir.

J'ai, pour ma part, toujours considéré la colère comme un signe de souffrance. J'ai beau y réfléchir, j'en reviens toujours à me dire que la personne, à travers une colère, exprime une insatisfaction profonde, une insupportable frustration.

Il y a un siècle encore, puisant ses origines dans ce que l'on a appelé la «Pédagogie noire» venue d'Allemagne, il convenait de combattre à tout prix les désirs de l'enfant. Or, comme l'assura Françoise Dolto, le petit être est un être de plaisir et le combat pour ces générations fut très dur, voire parfois cruel.

Comment ne pas, alors, aborder la colère sous un angle plus humain, appelant à observer et comprendre ce désespoir qu'elle traduit parfois. Ne pas être entendu, ne pas se sentir exister, être refoulé, rabroué, ne pas exister aux yeux de l'Autre suscite la révolte, donc la colère avec cette impression insupportable de ne pas être libre, compris, entendu et de toujours dépendre de la volonté de l'Autre.

J'ai souvent été confrontée à ces colères et je me suis toujours entendue interroger calmement «que voulez-vous dire ?». Et toujours, en retour, j'ai vu la personne s'apaiser, laisser retomber sa révolte.

La révolte est le reflet d'une souffrance. Et dans leur fin de vie, certaines personnes que nous accompagnons, revivent parfois les moments douloureux de leur existence, de frustrations enfouies qui peuvent se manifester par un moment de colère. Il convient alors de se montrer patient, à l'écoute, de supporter ce moment inattendu et tenter de l'apaiser. À mon avis, il en est de même avec les enfants, aidons-les à dire leur souffrance.

Marie Ireland
Vice Présidente JALMALV

Nous vous présentons nos meilleurs vœux pour que l'année 2026 vous apporte joie, bienveillance et sérénité

Janvier 2026 N°113

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
Site : 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
Site : 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 FRIBAULT
Relecture : Marie IRELAND.
Mise en œuvre : Anaëlle PIN.
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
francoise.adam@live.fr

Pour une bonne tenue du planning de parution, merci de proposer vos articles avant le 01 mars 2026.

Thème du Lien N°114

Le sentiment d'impuissance dans l'accompagnement

Permanences

Les permanences sont assurées par Anaëlle PIN (secrétariat)

Les mardi, mercredi et jeudi de 8h30 à 16h30

COIN DU PHILOSOPHE

La colère du malade est révolte envers toute attitude trop rationnelle, celle de la science, celle des bien-portants, celle des donneurs de leçon. C'est la révolte de la souffrance contre la rationalité de l'organisation médicale, contre la rationalité d'un projet de vie que le malade est censé assumer, qu'il s'en veut de ne plus assumer. Un cri exprimant l'irrationalité de ce qu'il vit.

La colère souffrante n'est pas un choix entre plusieurs attitudes qui seraient à sa disposition : le souffrant ne dispose de rien, il est au contraire dépossédé ; il ne maîtrise pas la situation ; c'est la douleur qui le maîtrise. Il est étranger à lui-même. Et cette colère vise ce qui est à nos yeux nécessaire : les soins, le régime, le lieu d'accueil que son état justifie, aussi bien que les aspects objectivement irritants : son corps, l'insuffisance des calmants, la lumière gênante…

Rien de cohérent dans cet amalgame !

Et pourtant, si nous sommes à l'écoute, nous savons que paradoxalement cette colère est bien la sienne : c'est lui qui réagit ainsi. Il est possédé par la dépossession ; la colère est une tentative de réaffirmation de soi. Il y a, dans la violence de la révolte, l'exigence qu'il y ait autre chose que ce vécu, une exigence qu'autre chose le constitue ; il y a prétention vécue à autre chose. Cette colère est une marque de sa vie à lui, de la vie en lui ; c'est peut-être la seule énergie, la seule affirmation de lui qui lui reste ; parfois même, dans sa colère il se sent exister et prolonge sa colère pour vivre un peu (il y a aussi des souffrances pires, qui annihilent toute possibilité de colère et mènent à la résignation).

Si je n'ai pas souffert de cette façon, à cette extrémité, je peux au moins comprendre ce qui est vécu en me rappelant les jours où j'ai été révolté par une injustice, par une agression, par un mépris : j'étais suffoqué, dépassé par plus fort que moi ; la révolte contre l'injustice, plus forte que moi, me submergeait. En un second temps, quand je ne suis plus submergé par la révolte, par la haine, par la colère, quand le temps passe, je peux entamer un chemin de reprise : reprise de moi, reprise de la situation ; je constate que cette révolte, cette colère me caractérise, me définit : je suis contre l'injustice, le mépris ; et ce qui l'a provoqué, c'est le mal que j'ai à combattre. J'assume alors le sens présent dans cette colère, (tout en discernant ce qui s'y mêle d'injustifiable). La révolte ou la colère qui débouchent sur cette reprise sont alors salutaires.

Celui qui souffre n'est pas la plupart du temps capable de cette reprise, de cette mise à distance de sa colère ; son état ne lui permet pas de s'y reconnaître et moins encore de reprendre la situation ; il ne peut seul tirer bénéfice de cette colère. Mais celui qui, à ses côtés, entend cette colère, peut sans doute, appuyé sur ses propres révoltes, discerner la révolte et la réaffirmation de soi incluses dans la colère. Et cette écoute d'un frère en colère peut manifester silencieusement à celui qui est débordé par sa colère que cette affirmation de soi est entendue, qu'elle est salutaire, indispensable. Être reconnu dans sa colère permet peut-être au souffrant en colère d'en reprendre par soi-même le sens, de lui donner sens, d'y voir une revendication de vie. Voir, dans les yeux d'un autre, qu'un sens est donné à ce cri permet peut-être de s'ouvrir à un sens possible (non pas théorique, ni explicite, mais un sens vécu dans la relation). Et permettre à un autre de redonner sens à ce qu'il vit, c'est lui permettre de retrouver un peu d'autonomie, de retrouver son statut de personne.

Cette reconnaissance du sens de la colère par celui qui écoute est, en tous cas, plus pertinente que la réaction la plus immédiate : la colère répondant à la colère : «Tu ne vois pas tout ce que je fais pour toi ; tu devrais sortir de cette plainte constante qui m'épuise, …». La colère non réfléchie de l'aidant serait la réponse la plus naturelle à celle de l'aidé. Mais l'aidant, notamment celui qui s'est formé à cette fonction, a la capacité de reprendre la situation, de se reprendre, et de donner sens à la plainte de celui qu'il aide (ou il devrait avoir cette capacité, s'il n'est pas épuisé par sa charge), de donner sens aussi à son aide impuissante. S'il y parvient, il reprend sa liberté, il donne à son action une dimension éthique et il peut permettre à l'aidé d'y entrer aussi.

Jean-Michel VIENNE

LE COIN DES POÈTES

Ce matin, j'ai mangé de la colère à la petite cuillère
J'ai mis plein de mauvaise humeur sur ma tartine au beurre
Toute la journée, je l'ai passée à grogner, à donner des coups de pieds
Et à dire : «c'est bien fait !»
Mais maintenant ça suffit, j'ai envie que ce soit fini
Et avant d'aller me coucher, je voudrais vous apporter
Une salade de baisers, bien frais, bien doux, bien sucrés
C'est très facile à préparer. Qui veut la goûter ?

Monique Mûller

Colère et injustice

La colère jaillit quand l'injustice frappe là où elle ne devrait jamais s'inviter : la mort d'un enfant.
Ce décès, survenu après un simple geste médical censé protéger, laisse un goût amer d'incompréhension. On s'indigne devant l'imprudence et les manquements, et l'on cherche un responsable pour apaiser ce tumulte intérieur. Comment accepter qu'une vie si jeune ait été interrompue par un enchaînement d'erreurs et de négligences ?
La colère est légitime, elle traduit l'exigence de justice, le refus de l'indifférence. Laisser la colère exister, c'est reconnaître la profondeur de la douleur.
Pourtant, pour que cette émotion ne dévore pas tout, il est parfois nécessaire de la déposer ailleurs, de la confier à une dimension plus vaste. La spiritualité, quelle que soit la forme qu'elle prend pour chacun, peut offrir un souffle : elle invite à transformer la rage en force intérieure, le désespoir en appel à la lumière.
Ainsi, au cœur du deuil, demeure l'espérance que la vie ne s'arrête pas au visible, et que l'amour, lui, ne disparaît jamais..

Willy
Membre d'un groupe deuil

La colère, mauvaise conseillère ?

Lors d'un accompagnement, une infirmière entre sans frapper.
«J'apporte vos médicaments pour ce soir.»
«Qu'est-ce que c'est ce médicament», interroge le patient surpris par l'un des comprimés ?
«C'est pour que vous soyez en forme demain !» - «C'est quoi ?»
«Un petit comprimé pour passer une bonne journée demain !»
Le patient n'aura pas d'autre explication. L'infirmière sortie, il se tourne vers moi :
«Elle me prend pour qui ? Un gamin de 6 ans ?»

Autre cas : je visite régulièrement une personne gravement handicapée, presque toujours alitée. Elle babille continuellement et tient à haute voix des propos inintelligibles. De SSR, elle est passée en EHPAD et c'est la première fois que je la rencontre dans sa nouvelle chambre. Il est l'heure du repas et, là, je découvre Nadine assise dans son lit, torse presque nu, manipulant de la nourriture qu'elle éparpille sur les draps et sur elle, un peu de purée dans la bouche et autant dans ses mains ou ses cheveux. Peut-on imaginer cas plus flagrant de maltraitance ?

Dans la première situation, c'est le patient qui m'a "calmé" : "Laissez ! C'est à moi de lui parler."

Et j'ai gardé ma colère pour moi.
Dans la deuxième situation, où j'ai vite viré les talons, j'ai dit à mon épouse "Je n'aurais jamais imaginé voir ça..." Et je suis retourné, la semaine suivante, bien décidé à "poser des questions". C'est l'employée de l'EHPAD qui est venue au devant de moi. "Je vous ai raté la semaine dernière ; j'étais occupée à aider une personne à manger car nous prenons chacune plusieurs personnes en charge pour les repas et vous étiez reparti lorsque je suis retournée voir Nadine. En fait, Nadine veut manger toute seule et nous avons décidé de tenter le coup en voyant comment elle se débrouille si on la laisse libre de le faire. Et ça semble fonctionner."

Ce qui s'avérera un succès complet quelques temps plus tard.

Dans le premier cas, sans doute particulièrement sensible aux gestes humiliants, j'ai failli démarrer au quart de tour. Mes mots auraient été agressifs et des conséquences s'en seraient suivies pour l'infirmière, pour le patient et pour moi, alors que le patient était tout à fait en état de gérer.

Dans le second cas, j'ai différé ma réaction, mais emporté émotionnellement par la colère, je suis tombé dans le jugement, me coupant ainsi d'une possibilité de m'interroger ou de chercher à comprendre.

Dominique
Bénévole Jalmalv

LE COIN ASSOCIATIF

PROXILIGUE

La Ligue contre le cancer a créé en Loire-Atlantique un service de soins à domicile gratuit pour les personnes atteintes d'un cancer.
Les soins oncologiques de support proposés à domicile ou à proximité du domicile sont les suivants : l'activité physique adaptée, la diététique, la socio-esthétique, le soutien psychologique (ouvert aux aidants).
Les professionnels qui interviennent sont certifiés et formés à la pathologie cancéreuse.
Contacts : 02 40 14 00 14 – www.liguecancer44.fr

VIE ASSOCIATIVE (AGENDA)

La galette :

Samedi 17 janvier de 9h15 à 15h salle Olga Chalon avec la participation de Rodolphe MOCQUET, directeur de Compas, suivi d'un déjeuner indien et de la galette.

Assemblée Générale :

Lundi 9 mars 2026 de 19 h à 22 h salle Olga Chalon

Formation Continue :

Module 1 de la formation deuil : samedi 31 janvier et dimanche 1er février 2026 organisé par la FD à Paris.
Entretenir sa dynamique de bénévole d'accompagnement par Isabelle Beilvert-Ménard : mardi 17 mars 2026 de 18 h 30 à 21 h dans les locaux de Jalmalv
Module 3 de la formation deuil : les samedi 21 et dimanche 22 mars 2026 dans les locaux de l'HAD à Orvault.
Cette formation décentralisée, accueillera des bénévoles du grand-Ouest.

Derniers secours :

Mardi 27 janvier de 10h à 16h, à la maison de quartier de Doulon, 1 rue de la Basse Chênais, 44300 Nantes
Vendredi 20 mars de 10h à 16h dans les locaux de Compas

LE COIN LITTÉRAIRE

«Hors de moi» - Claire Marin

Ce texte, à la fois essai et récit autobiographique, nous livre une profonde réflexion de la philosophe Claire Marin sur la maladie, la douleur et leurs implications sur l'identité même de la personne touchée.
«Cette maladie me met hors de moi. La colère dit cette insupportable dépossession. C'est de ma propre vie, de mon identité que je suis amputée. Je ne suis plus celle que j'étais.»
Il y a ce corps qu'on ne reconnait plus, avec ses rougeurs et ses bouffissures, ses membres sur lesquels on ne peut plus se fier et ses douleurs qui vrillent au milieu de la nuit.
Il y a les réactions de l'entourage : tous les «ça va aller», alors qu'on sait très bien que rien ne va, mais aussi ceux qui veulent savoir pour se repaitre de la douleur de l'autre et ceux qui en ont assez d'entendre parler de maladie.
Il y a certains soignants, ceux qui vous humilient, qui vous culpabilisent, qui vous assènent des vérités sans précautions, qui ne vous entendent pas ou se moquent de votre petite nature.
Mais il y a aussi des jours miraculeux où la douleur nous a oubliés, des matins où ressurgit l'espoir qui s'amenuisait au fil de la lutte déséquilibrée…
Prix Littéraire de l'Académie de médecine en 2008 ainsi que Prix Jean Bernard, deux raisons supplémentaires pour que patients, bénévoles et soignants s'emparent de ce petit livre à l'écriture fine et percutante.

Notre dernier livre

«Hors de moi» de Claire Marin aux éditions ALLIA

Crédit Mutuel

PFG

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

Hommage à Jacques RICOT

Même si le décès de Jacques RICOT nous a profondément touchés, il nous reste ses écrits, ses pensées et le souvenir de son combat acharné pour une fin de vie apaisée, accompagnée avec humanité et digne de notre société.

Très attaché à notre association Jalmalv-Nantes, Jacques RICOT a animé, au fil des ans, les "Coins Philo" de notre journal Le Lien. Jalmalv faisait également appel à lui pour des conférences ciblées, notamment sur la Loi qui se préparait sur "le Droit à mourir"; sans compter ses nombreuses interventions au cours des soirées "grand public" lors de nos congrès nationaux.

C'est un grand témoin qui nous a quittés...

Professeur honoraire en classes préparatoires scientifiques au lycée Clémenceau de Nantes, chargé de cours de bioéthique au département de philosophie de l'Université de Nantes, membre du bureau de l'association Philosophia, Jacques RICOT, durant de longues années avait suivi Jalmalv-Nantes, association spécialisée dans l'accompagnement des personnes en fin de vie, à laquelle il était très attaché. Les bénévoles Jalmalv purent ainsi profiter de ses interventions sur la fin de vie, notamment au moment où prenaient forme les textes sur le Droit de mourir, l'Aide à mourir, l'euthanasie.

Profondément croyant, Jacques RICOT était opposé à l'euthanasie comme au suicide assisté et ses interventions, ses conférences le portèrent sans relâche sur ce sujet avec une conviction que nous ne vîmes jamais se démentir. Le sujet était et demeure sensible et c'est avec détermination qu'il l'aborda au fil du temps, fort de ses qualités d'enseignant et de pédagogue, convaincu que cette transmission était d'une importance capitale tant sur le plan humain que sociétal. L'un de ses points forts se révéla d'ailleurs dans cette obstination raisonnée, réfléchie, qu'il avait d'amener son public à ouvrir sa réflexion, à la faire évoluer.

Sur ce sujet important et toujours d'actualité, il intervint à plusieurs reprises au Sénat et à l'Assemblée nationale.

Ses nombreux ouvrages portent sur l'humain, la compassion que nous sommes censés lui apporter et le respect qui lui est dû. « Philosophie et fin de vie », « Ethique du soin ultime », « Du bon usage de la compassion », « Penser la fin de vie », sont d'excellents tuteurs pour toute réflexion sur ce sujet important et douloureux qui n'a pas fini d'interroger nos sociétés et chacun d'entre nous.

Jacques RICOT nous laisse le souvenir d'un homme de conviction, profondément humain et attaché à l'éthique autant qu'au respect de la vie et ce, jusqu'à sa fin.

Qu'il repose en paix.

L'équipe de Jalmalv

Ses obsèques se sont déroulées à l'église de Sainte-Luce le vendredi 5 Décembre à 15 heures.