

# Célébration de la vie :

Nous préparer au dernier voyage



**L'Arche Ottawa**

**Le samedi 9 septembre 2006  
St. Bonaventure**



## Table des matières

Le but de ce livret .....	1
Henri Nouwen, <i>Beyond the Mirror</i>	
Le pardon .....	3
Présence et mutualité.....	4
En toute gratitude : Histoires d'accompagnement de membres de coeur mourants .....	6
Le partage d'histoires .....	7
Document personnel : Si ma vie était ; une chanson, une lecture biblique, un symbole.....	8
Directives personnelles .....	10
Directives spéciales pour les funérailles .....	11
Sites Web et liens utiles .....	12
Méditation pour conclure.....	14

**La communauté de l'Arche Ottawa désire remercier les membres de St. Bonaventure pour lui avoir permis de partager son histoire avec eux.**

## Le but de ce livret

La mort n'est pas un sujet dont on parle souvent et ouvertement, pourtant chacun de nous va mourir. Nous, à l'Arche Ottawa, croyons que bien préparer sa mort est un geste d'amour. Une bonne préparation peut également aider les personnes qui restent à célébrer votre vie. Il existe plusieurs sources d'informations juridiques ou administratives concernant la mort. Nous avons voulu préparer un guide « pastoral » ou spirituel pour vous aider dans votre préparation ; ce livret vous aidera donc à réfléchir sur ce qui arrivera un jour : la mort. Vous y trouverez plusieurs petits détails pratiques que vous voudrez peut-être prendre en note. Vos notes pourraient aider ceux qui restent après votre mort dans la préparation des funérailles, de la liturgie et des obsèques.

« Ne crains rien, car  
je te rachète, je  
t'appelle par ton  
nom, tu es à moi »  
Isaïe 43



## Henri Nouwen

On remarque un thème constant dans tous les livres de Henri Nouwen : la révélation que chacun de nous sommes le bien-aimé de Dieu et que nous sommes en relation profonde et intime avec lui. Henri représente notre voyage sur la terre comme l'éveil progressif de cette réalité. Cette perception devient de plus en plus évidente en vieillissant.

Quelques années précédant sa mort, Henri a eu un accident tôt un matin en se rendant à une des maisons de l'Arche. On l'a conduit à l'hôpital en pensant qu'il ne s'agissait que de blessures mineures. Sur son lit d'hôpital, il apprit que son état était beaucoup plus sérieux qu'on croyait : il souffrait d'une rupture de la rate et l'hémorragie exigeait une chirurgie difficile. Cette proximité

avec la mort a inspiré Henri dans l'écriture du livre *Beyond the Mirror* (de l'autre côté du miroir), dans lequel il affirme :

*« En affrontant la mort, j'ai réalisé que ce n'était pas l'amour qui me permettait de m'accrocher à la vie, mais la colère non résolue. L'amour, le vrai amour provenant de moi ou venant à moi, me libère pour mourir... »*

Non, la vraie bataille n'était pas de quitter les êtres chers. La vraie bataille était de laisser derrière moi les personnes que je n'avais pas pardonnées ou qui ne m'avaient pas pardonné.

En pensant à elles, j'ai réalisé qu'elles représentaient une multitude d'opinions, de jugements et même de condamnations qui m'enchaînaient à ce monde.

En sentant ma vie s'affaiblir, j'ai ressenti le désir profond de pardonner et d'être pardonné, de laisser tomber toutes les opinions et les évaluations, et ainsi me libérer du fardeau qu'entraînent les jugements.

Ce qui me tracassait le plus durant ces heures, était de penser que ma mort pourrait causer de la culpabilité, de la honte, ou pourrait laisser la spiritualité en suspens. ... Je savais que ma mort pourrait être bonne pour certaines personnes ou mauvaise pour d'autres, selon les choix que j'avais faits. »



Henri songe à toutes les personnes qu'il veut pardonner et toutes celles à qui il voudrait demander pardon. Où peut-on apprendre à propos du pardon ? Dans *Le retour de l'enfant prodigue*, Henri réfléchit sur le pardon de Dieu, donné gratuitement et sans condition. « Cela m'a empêché de

*« C'est toi qui as formé mes reins, et qui m'as tissé dans le sein de ma mère. Je te loue d'avoir fait de moi une créature si merveilleuse; tes œuvres sont admirables, et mon âme se plaît à le reconnaître. » Psaume 139*

me heurter constamment sur mes arguments qui me disaient que le pardon est irréfléchi, malsain et peu pratique. Cela m'a poussé à aller au-delà de tous mes besoins de gratitude et d'éloges. Pour terminer, il m'a fallu outrepasser cette partie de mon cœur qui se sent blessée et trompée et qui désire rester en contrôle, et imposer quelques conditions entre moi et la personne dont j'ai besoin de pardonner. »

### **LE PARDON : MON PLAN PERSONNEL**

Qu'est-ce qui peut m'aider dans mon cheminement vers le pardon ? Qui dois-je pardonner ? Qu'est-ce que j'ai l'intention de faire ?

---

---

---

Qu'est-ce qui peut m'aider dans mon cheminement lorsque je demande pardon ? À qui dois-je demander pardon ? Qu'est-ce que j'ai l'intention de faire ?

---

---

---

Quelles ont été mes expériences passées lorsque j'ai demandé pardon ? Qu'est-ce que j'ai appris de ces expériences ? Qu'est-ce que j'avais espéré ?

---

---

---

Quelles ont été mes expériences passées lorsque j'ai pardonné ?  
Qu'est-ce que j'ai appris de ces expériences ? Qu'est-ce que  
j'avais espéré ?

---

---

À qui puis-je demander de l'aide lors de mon cheminement vers  
le pardon ?

---

---

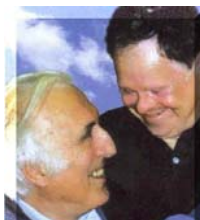
## PRÉSENCE ET MUTUALITÉ



« La vraie présence est plus que l'attention d'un spectateur. C'est se donner soi-même en tant que participant dans une relation. C'est une présence issue de la disponibilité et de l'esprit de quiétude. Cela exige de recevoir une présence et aussi d'offrir la sienne. » Marsden, 1990

*« C'est toi qui as formé mes reins, et qui m'as tissé dans le sein de ma mère. Je te loue d'avoir fait de moi une créature si merveilleuse; tes œuvres sont admirables, et mon âme se plaît à le reconnaître. » Psaume 139*

Décrivez quelques-unes de vos expériences où vous vous êtes vraiment senti présent pour quelqu'un :



---

---

Pensez à un moment dans votre vie où vous avez ressenti que quelqu'un était vraiment présent pour vous... Décrivez la présence de « l'autre ». Comment saviez-vous que « l'autre » était présent ?

---

---

Qu'est-ce qui m'aide à passer à la phase de la mutualité dans une relation d'entraide ? (éléments internes et externes).

---

---

Quel type de réconfort pouvez-vous offrir à une personne mourante ?

---

---

## EN GRATITUDE POUR LA VIE DE :

Dans cette section du livret, nous aimerions partager quelques expériences vécues en accompagnant nos membres de cœur (les personnes ayant un handicap de développement qui vivent à l'Arche) dans la mort. Chacun d'eux nous a enseigné l'importance des différents aspects du processus de la mort.



### **FOI ET PARDON**

**Cécile...** une femme qui représentait la foi et le pardon. Elle savait exprimer ses sentiments de façon claire et directe. Elle maintenait des liens avec ses amis et elle priait continuellement pour eux. Elle parlait directement à Dieu dans ses prières. Son désir le plus profond était de voir Jésus, un désir qui l'a nourri durant son cheminement des derniers jours.



### **PRENDRE SOINS DE CEUX QUI RESTENT**

**Paul...** était un homme avec beaucoup de **patience**, « lent à se fâcher, et riche en compassion », comme il est mentionné dans les écritures. Il avait un **amour** profond pour sa famille et ses amis et il a su vivre en entier ces relations au quotidien. Sa foi profonde se voyait dans la manière de vivre chaque jour à son maximum, toujours de l'avant, jamais en arrière.



### **RASSEMBLER LES AMIS ET LA FAMILLE**

**Monique...** une femme **pleine de vie, d'humour, de détermination et d'amitié**. Elle était une femme indépendante, mais elle a également apprécié l'aide qu'on lui a donné. Une femme d'une grande dignité. Elle aimait être en communauté, elle s'y sentait chez-elle. Elle était toujours de bonne humeur pour accueillir les visiteurs et les amis.



### **LA DIGNITÉ DE CHOISIR**

**Mike...** un homme plein de douceur, de rires et d'amitié. Il aimait écouter de la musique, jouer aux quilles avec ses amis, et bien sûr, flirter avec les belles femmes. Mike adorait regarder la lutte et partageait volontiers ce plaisir avec tous ceux qui voulaient bien l'accompagner. Sa façon unique de vous regarder lorsqu'il vous serrait la main capturerait l'attention de tous. Par sa simplicité, il a touché le cœur de plusieurs personnes et tous ceux qui l'ont connu s'en souviendront avec émotion.

*« C'est toi qui as formé mes reins, et qui m'as tissé dans le sein de ma mère. Je te loue d'avoir fait de moi une créature si merveilleuse; tes œuvres sont admirables, et mon âme se plaît à le reconnaître. » Psaume 139*

Prenez le temps d'écrire certaines expériences que vous avez vécues en accompagnant des personnes dans leur mort.

---

---

---



Qu'avez-vous appris de ces expériences ?

---

---

En vous basant sur ces expériences, et en pensant à votre propre mort, quels sont vos souhaits, espoirs, désirs ?

---

---

---

Dans cette section du livret, nous avons préparé une liste de réflexions et de questions personnelles auxquelles vous pourrez répondre. Gardez ces réponses comme références (il serait bon que vous informiez vos proches de leur existence) pour aider les personnes qui restent à célébrer votre vie.

Comme vous le savez, vous ne serez pas là pour vérifier si vos désirs sont respectés, il en reviendra aux personnes laissées derrière à prendre des décisions. Cependant, cette information personnelle servira de guide dans les décisions importantes concernant le processus de votre mort, des funérailles et de la cérémonie.

Si ma  
vie  
était :



Si ma vie était une chanson, elle serait :

---

Faites une liste de vos chansons préférées.

---

Quelles chansons aimeriez-vous que l'on choisisse pour vos funérailles, votre cérémonie ou votre enterrement ?

---

*« C'est toi qui as formé mes reins, et qui m'as tissé dans le sein de ma mère. Je te loue d'avoir fait de moi une créature si merveilleuse; tes œuvres sont admirables, et mon âme se plaît à le reconnaître. » Psaume 139*

Choisissez un texte de la bible qui reflète bien votre vie.



---

---

Faites une liste de quelques-uns de vos textes bibliques préférés :

---

---

---

Quels textes de la bible voudriez-vous qu'on lise à vos services funéraires, cérémonie du souvenir ou inhumation ?

---

---

Lorsque vous pensez à votre vie, quelles images vous viennent en tête ?

---

---

**DIRECTIVES PERSONNELLES :**

Est-ce qu'il y a des directives ou des réflexions que vous aimeriez noter pour les membres de votre famille lorsqu'ils se réuniront après votre mort ?

---

---

---

Quels souvenirs personnels, photos, souhaitez-vous qu'on inclue à votre cérémonie funèbre, cérémonie du souvenir et à votre inhumation ?

---

---

Y a-t-il d'autres directives que vous aimeriez inscrire concernant votre cérémonie funèbre, cérémonie du souvenir et votre inhumation ?

---

---

---

*« C'est toi qui as formé mes reins, et qui m'as tissé dans le sein de ma mère. Je te loue d'avoir fait de moi une créature si merveilleuse; tes œuvres sont admirables, et mon âme se plaît à le reconnaître. » Psaume 139*

Pour terminer, nous vous offrons d'autres informations utiles et des sites Web qui pourraient vous aider à préparer et à inscrire vos désirs.

**Directives spéciales pour les funérailles :**

Je préfère :

- Un service funèbre (messe) suivi d'un enterrement
- Un service funèbre suivi d'une incinération
- Un enterrement suivi d'un service commémoratif
- Une incinération suivi d'un service commémoratif
- Porteurs aux funérailles : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Lecteurs : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

À la place de fleurs, vous pouvez envoyer des dons à : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

En consultant les sites Web ci-dessous, vous trouverez des informations qui vous aideront à vous préparer dans l'éventualité d'une maladie terminale. Ces sites vous proposent des formulaires à remplir qui accentueront les directives que vous désirez laisser :

[www.dementiatoronto.org/otherDN/Eastern%20Counties/Final%20french%20resource.pdf](http://www.dementiatoronto.org/otherDN/Eastern%20Counties/Final%20french%20resource.pdf)

[www.sbggh.mb.ca/.../PatientInfo/files/ADVANCE%20CARE%20PLANNING%20A%20GUIDE%20FOR%20YOU%207102-6899-4.pdf](http://www.sbggh.mb.ca/.../PatientInfo/files/ADVANCE%20CARE%20PLANNING%20A%20GUIDE%20FOR%20YOU%207102-6899-4.pdf)

[www.pub.gov.mb.ca/pdf/notice/gen\\_info\\_funerals.fr.pdf](http://www.pub.gov.mb.ca/pdf/notice/gen_info_funerals.fr.pdf)

<http://www.virtualhospice.ca/Articles/ViewArticle.asp?lngArticleID=222&TopicIDs=99>

<http://www.seniorsinfo.ca/fr/categories/668>

<http://www.citizenship.gov.on.ca/seniors/french/advancecare.htm>

*« C'est toi qui as formé mes reins, et qui m'as tissé dans le sein de ma mère. Je te loue d'avoir fait de moi une créature si merveilleuse; tes œuvres sont admirables, et mon âme se plaît à le reconnaître. » Psaume 139*



Henri Nowen a dit : « Par la résurrection, Dieu a dit à Jésus : *“Tu es en vérité, mon Fils bien-aimé, et mon amour est infini”*, et Dieu nous dit : *“Vous êtes en vérité, mes enfants bien-aimés, et mon amour est infini”*. La résurrection est la façon par laquelle Dieu nous révèle que tout ce qui appartient à Dieu ne sera jamais perdu, pas même nos corps humains. La résurrection ne répond pas à notre curiosité à propos de la vie après la mort, comme par exemple qu'est-ce qui va se passer, qu'est-ce qu'il y a après... Mais elle nous révèle que, en vérité, l'amour est plus fort que la mort. Suite à cette révélation, nous devons demeurer silencieux et laisser derrière les pourquoi, où, comment et quand, et simplement avoir confiance. »



Ce livret a été préparé par l'Arche Ottawa et il est gratuit. La reproduction est possible en obtenant la permission de l'Arche Ottawa.

Faites parvenir vos dons à :

L'Arche Ottawa

11, avenue Rossland

Ottawa, Ontario K2G 2K2

613-228-7136 [office@larcheottawa.org](mailto:office@larcheottawa.org)

*« C'est toi qui as formé mes reins, et qui m'as tissé dans le sein de ma mère. Je te loue d'avoir fait de moi une créature si merveilleuse; tes œuvres sont admirables, et mon âme se plaît à le reconnaître. » Psaume 139*

