



## Spiritualité et fin de vie

Roger Ladouceur MD MSc CCMF FCMF, RÉDACTEUR ADJOINT

*L'homme ne peut jamais savoir ce qu'il faut vouloir car il n'a qu'une vie et il ne peut ni la comparer ni la rectifier dans des vies ultérieures ... Il n'existe aucun moyen de vérifier quelle décision est la bonne car il n'existe aucune comparaison. Tout est vécu tout de suite pour la première fois et sans préparation.*

Milan Kundera, *L'insoutenable légèreté de l'être*

Ce mois-ci dans *le Médecin de famille canadien*, Mystakidou et coll. nous présentent les résultats d'une étude réalisée en Grèce auprès de patients souffrant de cancers avancés afin de déterminer si la spiritualité avait une influence sur le désespoir et le désir d'en finir de ces personnes (page 1721). Leurs résultats démontrent que ces sentiments sont très répandus puisque 25% ressentent du désespoir et 15% souhaitent en finir, et corroborent ainsi les résultats d'études antérieures qui révélaient que les patients en fin de vie étaient plus à risque, plus désespérés et souhaitaient davantage mourir que la population générale. En outre, cette étude établit une relation entre ces variables en montrant que la spiritualité est davantage associée à un sentiment de bien-être. Les auteurs pensent que des interventions visant à améliorer le sentiment de bien-être spirituel et à donner un sens et la paix aux personnes en fin de vie pourraient grandement contribuer à leur santé mentale. Et que ces interventions pourraient être bénéfiques même chez ceux qui n'ont pas de profondes convictions religieuses.

### C'est bien plus facile de traiter la douleur

Or, beaucoup de médecins de famille (et moi le premier!) sont mal à l'aise et éprouvent une certaine réticence à parler de spiritualité avec leurs patients. Il est vrai que ce ne sont pas des sujets dont on parle couramment; personne n'aurait l'idée de questionner la spiritualité d'un patient qui consulte pour une infection respiratoire, de l'hypertension artérielle, voire un trouble érectile. Le médecin qui sans raison apparente aborderait ce sujet passerait pour un bel hurluberlu. Mais même quand les circonstances s'y prêtent, comme en soins palliatifs ou auprès de patients gravement malades, les médecins de famille ne sont généralement pas très à l'aise pour parler de spiritualité. La plupart trouvent bien plus facile de traiter la douleur et les symptômes de fin de vie que d'aborder ces questions qui nous semblent tellement personnelles. Après tout,

comme le disait l'un de mes collègues, «Nous sommes des médecins, pas des curés!!!»

Toutefois, la principale méprise que nous entretenons face à la spiritualité est sans doute de l'associer directement et exclusivement aux croyances et convictions religieuses. Or, de par sa définition, la spiritualité se définit comme étant l'ensemble des croyances et des exercices qui s'attachent aux valeurs spirituelles. Et si pour certains, spiritualité rime avec religion, pour d'autres cette notion réfère plutôt au sens de l'existence et aux valeurs morales qui y sont rattachés.

Car, peu importe nos convictions personnelles, nous conviendrons tous que notre existence est fugace et qu'aucun d'entre nous n'est éternel. J'invite ceux qui en doute encore à lire *Lazare*<sup>1</sup>. Et rendus à la fin de nos vies, lorsque la mort pointe à l'horizon, il est tout à fait normal de se poser ces questions existentielles que nous préférons habituellement taire: Pourquoi moi? Pourquoi maintenant? D'où suis-je? Existe-il une autre vie après celle-ci? Mais aussi, comme le souligne Kundera, de poser un regard sur nos vies et se demander si les choix que nous avons faits étaient les bons. Au fond, ce que nous cherchons tous, c'est de donner un sens à notre existence et à notre finalité.

### Il suffit d'être attentif pour aider à calmer le désespoir

Le jour où nous arriverons au couchant de notre existence, si la mort nous laisse le temps de réfléchir et ne vient pas nous cueillir subitement au détour d'un terrible accident ou d'un soudain malaise, espérons que le médecin qui sera présent à notre chevet puisse nous soulager de nos souffrances et nos courroux. Souhaitons aussi que par delà nos maladies, il puisse être attentif à nos vies, sans égard aux voies choisies. Qu'il nous aide à en comprendre le sens. Cette attention consacrée à notre spiritualité devrait nous aider à calmer le désespoir et apaiser le désir d'en finir qui hantent bien des personnes en fin de vie. ❁

#### Intérêts concurrents

Aucun déclaré

#### Référence

1. Albin M. *Lazare*. Paris, Fr: Broché; 1924.



The English translation of this article is available at [www.cfp.ca](http://www.cfp.ca). Go to the full text of this article on-line, then click on CFPlus in the menu at the top right-hand side of the page.