

La Compassion dans le soin

L'étymologie de la compassion nous dit « souffrir avec » (« passion » vient du latin « patior » souffrir) et l'on en a souvent l'image d'un « sentiment qui porte à plaindre et partager les maux d'autrui ». La compassion est souvent associée à une émotion passive. Or, si la souffrance (duhkha) est bien au centre de la Doctrine bouddhique la compassion (en sanskrit « karunâ ») provoque chez celui qui la cultive la volonté d'agir afin de détruire, pour soi et pour autrui, toute forme de souffrance.

Un soin est l'exploration des espaces intérieurs d'un patient et l'on peut être amené, par le biais de la sensibilité ou de ce qu'on appelle la capacité d'empathie, à voir une grande douleur, une souffrance ou une misère. Il est habituellement recommandé de se protéger, ce qui peut être parfois nécessaire. Mais c'est aussi en étant en contact avec la blessure de l'autre que l'on prend conscience de son trouble et l'émotion donne lieu à une intensification de l'instant présent. Les auras s'ouvrent davantage, on connecte des énergies plus élevées, on surfe sur la vague de l'intensité, porté par l'amour. On est dans la compassion.

Alors un combat s'engage, parfois éprouvant par la force, parfois difficile dans la durée. Car l'enjeu est de ni se laisser absorber, ni se laisser envahir par la charge émotionnelle du patient. Rester dans sa verticalité, rester dans la lumière. Voir la masse d'énergie se dégonfler, se déstructurer et laisser défiler les différentes couches qui sous-tendent la blessure.

La compassion engendre le guerrier d'amour dont l'épée est verticale, canal de lumière.



Poésie mystique

Timidement, je prenais refuge dans l'ombre protectrice, mais maintenant que la houle de la joie a porté mon coeur sur la cime, je me cramponne au roc cruel de la tempête.

Autrefois je me tenais solitaire dans un coin de ma maison, la trouvant trop infime pour un seul visiteur, mais maintenant que sa porte en a été grande ouverte par une joie que je n'ai pas cherchée, je trouve qu'il y a de la place pour toi et le monde entier.

Je marchais avec précaution, plein de soin pour mon corps, le parfumant et le parant- mais à présent qu'un tourbillon de joie m'a renversé dans la poussière, je ris tout haut, et comme un enfant je me roule sur le sol à tes pieds.

R. Tagore

