



## **La Naissance & la Mort, les 2 grands pas sages de la Vie**

J'accompagne depuis toujours la mort et la naissance depuis une quinzaine d'années.  
Et je peux dire qu'accompagner la mort peut être aussi fort que qu'accompagner une naissance.

C'est vrai qu'on pourrait de prime abord les opposer, l'une étant associée à de la joie, l'autre à de la tristesse. Et pourtant...

Si l'on y regarde de plus près, on voit bien que les 2 se font miroir, comme la pile et face d'une même pièce de monnaie.

Et ne faut-il pas décider à soi-même dans nos quotidiens pour laisser la place au nouveau pour renaître ?

J'ai l'immense chance et suis pleine de gratitude que tant de familles m'aient fait confiance pour les accompagner sur leur projet d'enfantement naturel et physiologique, autant que pour prendre soin de leurs défunts et officier leurs cérémonies.

J'ai pu grâce à eux sentir et ressentir que la mort et la souffrance ne sont pas si loin de la naissance, autant que cette dernière ouvre de nouveaux espaces pour accueillir le vivant dans des derniers instants. Tout n'est pas rose ou noire, mais surtout empreint de nuances, et c'est ce qui fait toute la beauté de la Vie.

Par exemple je sais entendre ce cri d'un enfant qui naît, comme un cri de douleur quand son petit cœur qui se met à battre pleinement poumons ouverts le fait souffrir. Comme je sais écouter et vivre pleinement le rythme respiratoire décliné de quelqu'un pour qui le dernier souffle n'est pas loin. Et qu'il peut être très doux et paisible.

Que quand un enfant naît il lui faut un certain temps avant qu'il arrête d'échanger avec son placenta et que le cordon cesse de battre. Le même temps qu'il faut aux tissus d'un défunt pour que l'empreinte du rythme cardiaque cesse complètement, soit environ 3 à 4h.

Que chez un nouveau-né, déjà in utéro ces 5 sens se développent dans un ordre précis et harmonieux, le même ordre dans lesquels ils déclinent à l'approche de notre départ.

Aujourd'hui j'adore transmettre ces découvertes au cœur des différentes formations que je propose au sein de l'École de Sagesse – Le Souffle des Baleines que j'ai créé. Histoire de réhabiliter des savoirs simples, pour la plupart oubliés et rendre tout un chacun autonome.

C'est vraiment un acte politique, d'éducation populaire pour moi.

Je pense à autre chose.

Que dire d'une maman qui avait pour projet d'enfanter à la maison et qui finalement a atterri à l'hôpital avec une césarienne ? La plupart du temps, elles vivent de la joie, d'accueillir leurs bébés, tout en vivant de la tristesse. C'est un deuil d'un projet avorté, bien plus grand qu'il n'y peut paraître qui est enclenché.

Alors pour moi accompagner les naissances et les départs, ce n'est pas prendre soin seulement des acteurs principaux, de la maman et du bébé dans un cas, et du défunt dans l'autre cas.

C'est prendre soin des familles dans leur ensemble, des vivants comme des morts.

C'est prendre tout un contexte dans son ensemble, c'est savoir écouter, accueillir la Vie là où elle est, autant pour les arrivées que pour les départs.

Pour cela quand j'accompagne des enfantements, je garde toujours mes antennes en éveil. Je n'ai pas peur de la mort, je sais juste la flairer, et c'est alors elle qui me fait prendre toujours les bonnes décisions notamment en cas de transfert.

De la même manière quand j'accompagne des départs, j'écoute toujours la naissance dans ce processus avec ces différentes étapes, pour ne pas en écourter une. Parce que je sais que partir c'est aussi revenir et qu'il faut prendre le temps d'écouter cela.

J'aime aussi quand j'officie des cérémonies funéraires partager un conte, autour d'une rose qui se fane et meurt pour laisser la place à d'autres plus jeunes pousser et grandir. Cette histoire apporte beaucoup de légèreté et de réconfort aux familles.

J'ai pris conscience que la mort et la naissance ne faisaient qu'une, quand j'ai rencontré le regard frappant et profond de ma fille à sa naissance. Ce regard profond abyssal qui vous scrute telle une grande baleine à bosse, comme le regard d'une vieille personne.

Ce même regard je l'ai partagé avec tout autant d'intensité, avec mon grand-père alors que je respirais avec lui son dernier souffle.

Ces deux moments resteront à jamais imprimés en moi, pour me souvenir d'où je viens et où je vais. Cet inconnu vulnérable et pourtant si tangible à la fois.

Naître c'est accepter de mourir à chaque instant.  
Mourir c'est accepter de naître à chaque moment.

Claire Morinière  
[www.clairemoriniere.com](http://www.clairemoriniere.com)