



Belgique – België  
P.P. - P.B.  
1300 WAVRE CENTRE  
BC31386



# LE LIEN ...

Périodique trimestriel  
Janvier, février, mars 2010.

Bureau de dépôt: 1300 Wavre

Editeur responsable: Martine DONCK  
Avenue René Gobert, 1180 Bruxelles

Expéditeur: Parents désenfantés  
20, rue des Fontaines, 1300 WAVRE

Le temps entre nos rencontres est parfois long.  
Pour vous accompagner dans des moments de solitude sur ce chemin si difficile, nous avons pensé partager avec vous ces textes, ces poèmes, ces musiques qui nous ont particulièrement touchés.

Un pas à la fois,  
    Une respiration à la fois,  
        Un mot à la fois,  
            Un jour à la fois.

Sois doux avec toi-même.  
    Donne-toi un peu de temps

*Mathilde et Sébastien Forestier*

---

**Plutôt que de se dire: « Qu'est-ce que j'attends de la vie, il vaut mieux se dire que la vie attend toujours quelque chose de nous.**

*Jacques Lecomte (psychologue)  
Jonathan Pierres Vivantes*

---

## *Quand vous viendrez vers moi*

Quand vous viendrez vers moi  
Qui suis sur d'autres rives,  
Apportez-moi des fleurs sauvages  
Ces fleurs qui chantent dans les bois  
Cueillies autour des villages  
Au gré des jours et des mois  
Muguet de mai ou genêts d'or  
Ou gerbe de jacinthes bleues  
Fleuries au bord de la rivière ;  
Moi dont l'humeur fut vagabonde,  
Je tâcherai de vous suivre  
Sur les chemins du monde.  
Pensez que sans doute je suis  
Quelque part au paradis  
Et que je prie ou que je ris ...  
Et qu'infiniment, je vous aime.

*Poème apprécié par Danièle,  
la maman de France.*

## **Je te veux vivante, Maman!**

Je pleure mon enfant qui est mort brutalement...

Mais, en même temps, j'entends sa voix qui me dit avec une légère impatience:

« Maman, ne te tracasse pas pour moi,

Maman, n'en reste pas là.

Oui, mon départ t'a fait très mal!

Oui, tu as toujours mal!

Mais tu sais maintenant que c'était un envol, non un naufrage.

Oui, je sais! Cela est inguérissable ...

Mais que cela ne t'empêche pas de penser aux autres et aussi à toi.

Continue à cueillir, Maman, tous les bonheurs de la vie.

Même les plus petits, même s'ils ont un arrière goût de cendre parfois.

Fais-toi plaisir, chante, écoute de la musique, crée quelque chose avec tes mains, crée quelque chose avec ton cœur, avec ta tête!

Sans cesser de pleurer peut-être, mais crée!

Je te veux vivante, Maman!

Que mon départ devienne pour toi source de vie!

Continue, va!

Je t'en prie, n'abandonne pas!

Tu le sais, je suis avec toi tous les jours.

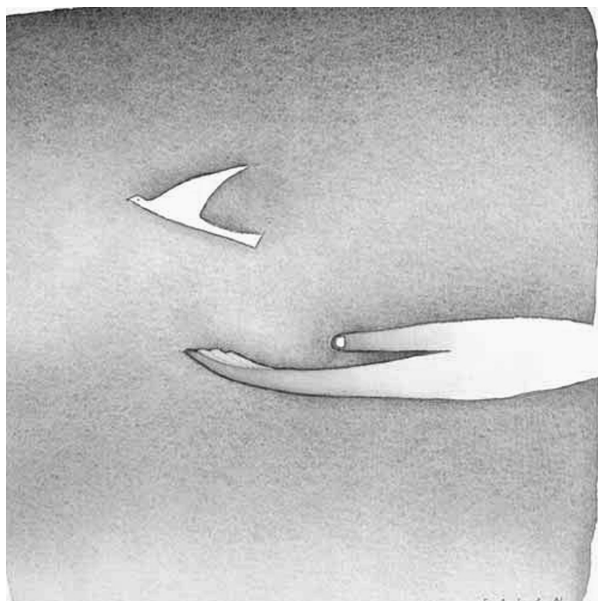
Je te veux vivante, Maman! »

Extrait du n° 116 du « Pierres vivantes »

## A mon fils Pierrot

Ma force à moi, c'est ta présence  
Au plus profond de chacun de mes sens  
Et je sais que le silence de certains  
Peut me faire beaucoup de chagrin.  
Mais nous sommes tous très différents  
De cœurs divers manquant de temps  
Acceptons-le tout simplement  
Et partageons ce bon moment.  
J'ai bien compris que l'amitié  
L'élan de cœur, y a que ça de vrai  
La vie est parfois si fugace  
Profitons bien du temps qui passe.

*Francine, la maman de Pierrot.*



*Dessin envoyé par Claire Lebeau.*

## Les mots qui veulent reconforter peuvent angoisser.

*S'il vous plaît, ne me demandez pas si nous sommes guéris ; nous ne le serons jamais.*

*S'il vous plaît, ne me dites pas qu'elle est dans un monde meilleur ; elle n'est pas là.*

*Ne me dites pas: « Au moins, elle n'a pas souffert » ; je ne vois pas pourquoi il aurait fallu qu'elle souffre.*

*S'il vous plaît, ne me dites pas que vous savez ce que je ressens, à moins que vous n'ayez perdu un enfant.*

*S'il vous plaît, ne me dites pas qu'il faut continuer à vivre. Je suis toujours là au cas où vous ne l'auriez pas remarqué.*

*S'il vous plaît, ne me demandez pas si je me sens mieux. Le deuil n'est pas comme la météo qui s'améliore.*

*S'il vous plaît, ne me dites pas que Dieu sait ce qu'il fait ; aurait-il fait cela exprès?*

*S'il vous plaît, ne me dites pas: « Au moins, vous l'avez eue pendant 28 ans! »... Quel âge est le bon pour que notre fille meure?*

*S'il vous plaît, ne me dites pas que Dieu ne nous envoie que ce que nous pouvons supporter: qui décide quel poids nous pouvons supporter?*

*S'il vous plaît, dites-moi juste que vous êtes désolés.*

*S'il vous plaît, dites-moi juste que vous vous souvenez d'elle.*

*S'il vous plaît, laissez-moi juste parler si j'en ai besoin.*

*S'il vous plaît, laissez-moi pleurer quand le dois.*

*Texte envoyé par Christine,  
maman de Mathilde, de Camille, Charlotte et Julien.*

Dans la vie, il y a des moments où une personne te manque beaucoup et tu voudrais la faire sortir de tes rêves pour la serrer très fort dans tes bras!

*Envoyé par Cécile,  
maman de Marie-France*

Poème de Paul Eluard

## PRESENCE

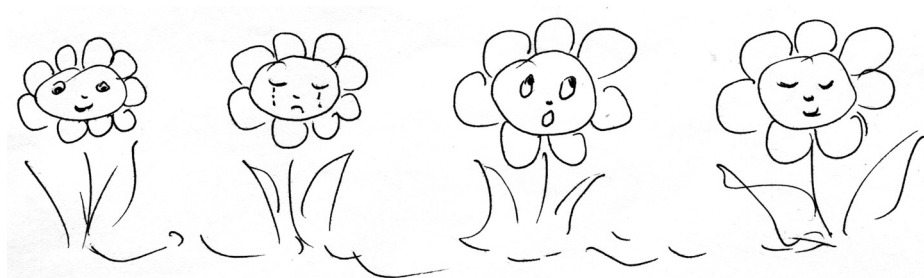
*Lorsque tu es parti à cause d'un accident,  
Ils t'ont tous éloigné du monde des vivants  
Et, avec de la terre, ils t'ont bien recouvert.  
Pour eux, quelle évidence, tu n'étais plus présent.*

*Nul d'entre eux ne se doute que tu es encore là  
Et, qu'à chaque matin, je repars avec toi.  
Même si au long de l'hiver, la trace de tes pas  
Sur le blanc du chemin jamais plus ne se voit.*

*Que m'importe de te voir pour croire en ta présence  
A travers l'ombre noire, je te sais près de moi.  
Mon bonheur d'aujourd'hui reste celui d'antan.  
L'essentiel est pour moi que tu sois toujours là !*

*Texte donné par Claire,  
aussi une maman en deuil.*

« Le lien »



*Donné par Cécile,  
maman de Marie-France.*

## TANT DE BELLES CHOSES

chanson de Françoise HARDY

*Même s'il me faut lâcher ta main  
Sans pouvoir te dire « à demain »  
Rien ne défera jamais nos liens  
Même s'il me faut aller plus loin  
Couper les ponts, changer de train  
L'amour est plus fort que le chagrin  
L'amour qui fait battre nos cœurs  
Va sublimer cette douleur  
Transformer le plomb en or.*

*Tu as tant de belles choses à vivre encore  
Tu verras au bout du tunnel  
Se dessiner un arc-en-ciel  
Et refleurir les lilas.  
Tu as tant de belles choses devant toi  
Même si je veille d'une autre rive  
Quoi que tu fasses, quoi qu'il arrive,  
Je serai avec toi comme autrefois  
Même si tu pars à la dérive  
L'état de grâce, les forces vives  
Reviendront plus vite que tu ne crois  
Dans l'espace qui lie le ciel et la terre  
Se cache le plus grand des mystères.*

*Comme la brume voilant l'aurore  
Il y a tant de belles choses que tu ignores  
La foi qui abat les montagnes  
La source blanche dans ton âme  
Penses-y quand tu t'endors  
L'amour est plus fort que la mort  
Dans le temps qui lie ciel et terre  
Se cache le plus beau des mystères  
Penses-y quand tu t'endors  
L'amour est plus fort que la mort*



« The poem », Eileen Cicoli

## L'ABSENT

*Vous pouvez verser des larmes parce qu'il est parti ou  
Vous pouvez sourire parce qu'il a vécu.*

*Vous pouvez fermer les yeux et prier pour qu'il revienne ou  
Vous pouvez ouvrir les yeux et voir ce qu'il nous a laissé.*

*Votre cœur peut être vide parce que vous ne pouvez le voir ou  
Il peut être plein de l'amour que vous avez partagé.*

*Vous pouvez tourner le dos à demain et vivre hier ou  
Vous pouvez être heureux demain parce qu'il y a eu hier.*

*Vous pouvez vous souvenir de lui et ne penser qu'à son départ ou  
Vous pouvez chérir ce souvenir et le laisser vivre.*

*Vous pouvez pleurer et vous fermer, ignorer et tourner le dos ou  
Vous pouvez faire ce qu'il aurait voulu:  
Sourire, ouvrir les yeux, aimer et continuer.*

## Pas à pas

*Ouvrir son cœur à cette peine immense  
Ouvrir sa vie à ce manque béant  
Ouvrir son âme à ce destin trop court.*

*Retenir dans son cœur sa douce chaleur  
Retenir dans sa vie sa présence constante  
Retenir dans son âme l'espoir d'un revoir.*

*Dany, maman d'Ariane.*

*Le souvenir,  
C'est la présence dans l'absence,  
C'est la parole dans le silence,  
C'est le retour sans fin d'un bonheur passé,  
Auquel le cœur donne l'immortalité.*

Lacordaire

*Texte donné par Martine,  
maman de Michaël.*

## Le Pont



*Puis-je permettre à mon passé  
de voyager avec moi vers autre chose?*

*Donnés par Philippe,  
papa de Pascale.*

## Texte écrit par un papa après la mort de sa jeune fille.

*S'il y a un paradis, une vie après la vie, je vous y attends.*

*Prenez votre temps, je serai patiente!*

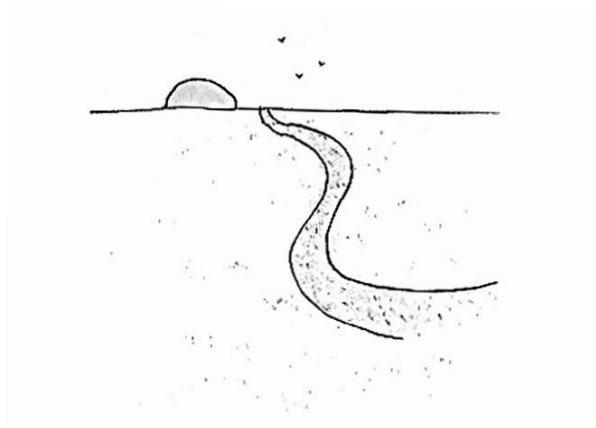
*S'il n'y a rien, que du néant, j'y échapperai en pensant à la force*

*des sentiments qui nous ont unis et, tant pis pour le néant,*

*je vous attendrai quand même!*

*Donné par Michel,  
papa de France.*

Dessin tiré du livre Vivre le deuil, ed.Exley



## **Bruno Pelletier: « Depuis que tu es parti »**

*Depuis que t'es parti, mon monde est à refaire  
J'laisse planer ma vie, je n'sais pas trop quoi en faire.*

*Depuis que t'es parti, j'ai pas osé t'écrire  
C'est comme si l'ennui étouffait mes désirs.*

*Depuis que t'es parti, j'm'étais promis d'être fort  
Je force l'oubli pour ne pas perdre le nord.*

*Toi, toi qui dors dans ma mémoire  
Entre le bien et le mal  
Tu m'interdis le silence*

*Toi qui déchires mes nuits blanches  
De la paix à la démente  
J'ai besoin de ta lumière  
Tout au fond de moi.*

*Malgré la fatigue et le mal  
Mes larmes et la rage  
Ta lumière sera toujours là  
Pour donner un sens à ma voix*

*Toi, toi qui dors dans ma mémoire  
Toi entre le bien et le mal  
J'ai besoin de ta lumière  
J'ai besoin de ta lumière*

*Depuis que t'es parti, je regarde vers le ciel  
Aux bords de mes nuits, c'est comme si tu m'appelles  
Depuis que t'es parti, j'm'étais promis d'être fort  
Tu peux pas savoir comme j'ai besoin de renfort  
Depuis que t'es parti, je parle avec les anges  
Peut-être qu'une nuit, je pourrai même t'entendre.*

*Donné par Jean, papa d'Antoine.*



## A vos agendas:

Nos prochaines rencontres auront lieu:

- À Wavre, le samedi 30 mai 2010 de 14H à 18H30
- À Charleroi, les vendredis 26 février, 26 mars, 30 avril et 25 juin de 19H à 21H30 à  
« La casa Locale » Cité Chapeveyer,  
Bloc 400 à 6200 Châtelet  
Contact: Lucia Desimio: 071 38 93 60.
- À Liège, le samedi 27 février 2010 et le samedi 29 mai de 14H à 18H30 à  
« La Maison du social », rue Beeckman, 26  
Contact: Marie-Anne Hallet: 04 263 25 27

**Les rencontres de deuil après suicide** auront lieu aux mêmes dates et aux mêmes endroits dans un groupe distinct.

**La soirée d'échange** aura lieu le vendredi 23 avril à 19H30 à Wavre avec comme thème « La résilience » la soirée sera animée par Monique Maystadt, analyste Transactionnelle, Thérapeute du deuil, Formatrice et superviseur.

**Notre atelier bijoux « Sur un Fil »** a lieu une fois par mois, le lundi de 10H30 à 15H à Wavre.

Renseignements: 010 22 50 56 chez Anne-Marie Pierard  
02 366 41 11 ou 010 24 59 24 chez Martine Donck

*Nous remercions tous les parents qui nous ont envoyé des textes,  
poèmes ou dessins.*

*Tous ne sont pas dans ce lien mais ils constituent déjà le contenu  
des brochures à venir.*

*N'hésitez donc pas à vous exprimer ou à nous faire part des écrits qui  
vous ont touchés et que vous désirez partager avec d'autres parents.*

*Danièle, Dany, Martine, Marc et Michel*

**Rappel de l'adresse e-mail: [parentsdesenfantes@scarlet.be](mailto:parentsdesenfantes@scarlet.be)**

**Contact à Liège: Marie-Anne Hallet: [ma.phil46@gmail.com](mailto:ma.phil46@gmail.com)  
Tél.: 04 263 25 27**



*Parents désenfantés*

*a.s.b.l*