



## LE LIEN ...

Périodique trimestriel, N° 55  
Juillet, Août et Septembre 2023.

Bureau de dépôt: 1300 Wavre  
P911155

Editeur responsable: Martine DONCK  
Avenue René Gobert, 1180 Bruxelles

Expéditeur: Parents désenfantés asbl  
NN 0460502847  
15b Rue du Culot, 1341 Céroux-Mousty

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.

« Et j'aime à penser qu'un souffle de vent  
soit la caresse de qui n'est plus à côté de nous. »

S. Takdeer

*Proposé par Bernadette, maman de Jeroen*



Ceux qui vous rendent visite dans le deuil, ou tentent de vous y accompagner, vous disent souvent des bêtises et parfois même des horreurs, en pensant vous apaiser ou vous soulager. Des « les meilleurs partent les premiers » ou des « au moins, il ne souffrira plus », des « vous serez à la hauteur de cette épreuve qui vous est envoyée », en passant par d'autres tentatives de greffer du sens à l'insensé. Les endeuillés doivent s'y préparer.

Parfois, comble du paradoxe, ceux qui leur rendent visite sont si dévastés par le malheur qui ne les a pas eux-mêmes frappés, qu'ils finissent par être consolés par les endeuillés qui se surprennent à chercher les mots qui pourront calmer des étrangers. Et les voilà qui tendent des mouchoirs pour essuyer les larmes de ceux venus les soutenir.

Extrait du livre « Vivre avec ses morts » de Delphine Horvilleur  
*Proposé par Christian, papa d'Olivier et d'Emilie*



## Charline,

Aujourd'hui, tu n'es plus là .

Ta petite vie m'a été volée.

Tu t'es doucement envolée dans un univers où je ne suis pas.

Tous mes rêves, mes espoirs sont partis avec toi.

Cependant, l'amour que j'ai pour toi, nul ne pourra me le reprendre.

Il est vivant comme un soleil et on ne peut éteindre le feu d'un soleil.

Ma petite Charline, tu es et tu resteras toujours vivante, à jamais dans mon cœur.

Je t'aime

*Véronique, maman de Charline*



Tu es là. Mais où es-tu ?

Tu es dans mon cœur, pour toujours.

Tu es dans ma tête, le jour.

Mais la nuit, où es-tu ?

Lorsque le sommeil me livre à moi-même, je te laisse, seule, et je suis si seule.

Et quand la nuit j'oublie, et que, parfois, le jour, je me laisse aller à occuper mes pensées autrement qu'avec ton doux souvenir, que je me laisse aller à sourire et à rire, à sentir la vie, alors quand le passé me réveille, j'ai mal de ressentir cette terrible sensation que tu n'aurais jamais existé tellement je me suis laissée aller, loin de toi.

Et pourtant ! Je me souviens que je t'ai fait une promesse depuis si longtemps déjà, alors que tu venais à peine de naître, alors que je préparais déjà au fond de moi la cérémonie d'adieu que nous t'organiserions. Je fredonnais sans cesse ce bout de refrain « Il y a longtemps que je t'aime, jamais je ne t'oublierai »

Alors, pourquoi me marteler l'esprit de cette lourde charge que tu aies pu ne pas être de ce monde ?

Je voudrais tant un jour pouvoir chanter « j'ai encore rêvé d'elle ». Ce jour-là où tu accompagneras mes nuits, mes jours pendant lesquels je m'offrirai le luxe de vaquer me seront certainement plus légers.

Tu as bien été là et tu le seras à jamais. Il me faut accepter que je ne peux plus te sentir, te toucher.

*Guilaine, maman de Maëlys*

Nous les frères et sœurs, les enfants de parents en deuil, nous trouvons que ce n'est pas facile à vivre. D'un côté, nous n'avons plus envie de nous amuser bêtement, nous ne sommes plus comme avant... nous sommes devenus vieux. Et de l'autre, nous trouvons la maison triste, nous voyons nos parents qui bien souvent ont l'air absent. Bref nous ne savons plus trop où nous en sommes.

La relation unique que j'avais avec toi Olivier, je ne l'ai plus, je suis seule même si je suis entourée.

Perdre un frère ou une soeur, c'est perdre quelqu'un qui nous a aidé à forger notre identité, quelqu'un d'essentiel à notre équilibre.

Et perdre un grand frère, perdre mon frère ce fut comme perdre une partie de moi-même.

Enfin, perdre...je ne sais pas si c'est adéquat, car je ne t'ai pas perdu, je sais où tu es, tu es à mes côtés, plus présent que jamais, et tu me pousses à vivre ma vie, malgré ta mort.

*Emilie sœur d'Olivier*





# Soirée Parents Désenfantés

## « DES RESSOURCES POUR FAIRE FACE »

9 juin 2023

Caroline Fierens, formée notamment en criminologie et en victimologie, accompagne le deuil dans un Service d'Assistance Policière aux Victimes et en cabinet privé. Elle a souhaité que cette soirée se déroule dans un dialogue participatif.

Pour elle, la mort n'a pas de sens et donc c'est dans le chemin de reconstruction personnelle qu'il faut trouver du sens, une direction à sa vie. Pour certains parents, dire d'emblée que la mort de leur enfant n'a pas de sens ferme la porte à une éventuelle possibilité d'y mettre du sens. Cette question est personnelle et en lien avec ses appartenances philosophiques. Une des mamans fondatrices de l'association témoigne du fait que la création de Parents désenfantés a donné du sens non pas à la mort de sa fille mais à sa vie.

A une époque où tout doit aller vite, la pression sociale demande aux endeuillés de très vite reprendre une activité professionnelle, d'« aller bien », .... Or le rythme de chacun est différent. Cette injonction de la société peut être ressentie comme violente...

Chaque personne a au départ des ressources personnelles et des ressources dans son environnement. Ces ressources sont variables selon le contexte et l'histoire de la personne en deuil.

Il y a donc non seulement ses propres ressources mais aussi le partage du vécu d'autres parents endeuillés ; savoir comment d'autres vivent, traversent leur deuil est en soi aussi une ressource.

Certains parents témoignent du fait que les ressources ne se trouvent pas toujours auprès des plus proches (qui sont eux-mêmes impactés par le deuil) ; il faut donc parfois aller au-delà du premier cercle pour trouver de la compassion. Les ressources sont évolutives : en effet, certaines ressources efficaces à un moment donné peuvent ne plus l'être à d'autres moments. Il est donc important de vivre dans le moment présent, d'être à l'écoute de ce qui apporte de l'apaisement.

- Des ressources :
- somatiques (respiration)
  - liées à la nature
  - intellectuelles
  - émotionnelles
  - créatives
  - matérielles
  - spirituelles

Mais aussi des ressources de survie telles que le déni, la fuite, l'évitement, la dissociation (regarder les choses de l'extérieur) : ces dernières ressources ont un intérêt pendant un temps mais doivent être remplacées par des ressources créatives (participer à une association, écrire, peindre, faire du sport, ...) qui développent notre capacité d'intégration de la situation nouvelle.

Développer la créativité c'est aussi adapter les liens tissés à la situation présente, tisser de nouveaux liens avec son enfant.

Développer sa capacité d'écoute de soi, de ses émotions et sensations notamment grâce à la pleine conscience peut être un outil, une ressource utile.

Caroline nous propose de visualiser les ressources dont nous disposons et celles que nous allons chercher comme des coussins qui font tampons entre nous et les stress, douleurs de la perte.

Cette rencontre a permis à chacun de partager et peut-être de convoquer en lui-même ses propres ressources, c'est ce que nous souhaitons poursuivre ensemble notamment au sein de l'association.

*Bernadette, maman de Jeroen*



## L'écriture comme ressource...

J'écris pour rendre plus réel, plus incarné, plus solide ce que je ressens, ce que je vis, ce qui est en moi ; pour donner du poids, de la consistance, de l'espace à ma façon d'être la maman de Simon, la maman de mon enfant chéri passé dans l'Ailleurs avant moi.

J'écris pour m'aider à construire cet apprentissage de ma nouvelle vie, la Vie avec un grand V, la Vie avec la mort.

J'écris comme on avance sur un chemin inconnu sans bien savoir à quoi ressemble la destination, ni s'il y en a une.

J'écris pour arriver peut-être un jour lointain à accueillir la réalité, à intégrer dans chacune de mes cellules que la mort existe, qu'elle fait partie de la vie, de ma vie....

Avant tout, j'écris pour découvrir une nouvelle façon d'être avec toi Simon que j'aime, mon enfant.

*Catherine, maman de Simon*



Aujourd'hui,  
Date Anniversaire.  
La terre colle à mes sandales.  
Des épines enserrant mon coeur.  
Apprivoiser la réalité,  
Encore et encore.

Hier,  
Un anonyme me sourit,  
Le Gingko se balance au vent,  
Le merle chante  
Quelqu'un m'écoute  
Je puis avancer.

Parfois,  
Ta photo sur le meuble,  
Et tout est à sa place.  
Toi là-bas, moi ici,  
Chacun sa tâche.  
Toi, je ne sais pas, moi vivre.

Toujours,  
Toi dans mon coeur  
Mille fois par jour, les liens nous relient  
Parfois le manque, parfois la paix  
Mais toujours l'amour.

Aujourd'hui,  
Date Anniversaire.  
La famille réunie en souvenir de toi.  
Nous allons marcher, respirer, vivre  
Car ensemble nous sommes plus forts,  
Car ensemble tu es avec nous.

*Françoise, maman d'Adrienne*

# **L'été du pardon.**

## **Lettres à mon père.**

**Livre de Marie Camille Carton de Wiart**

Est-il possible de se réconcilier avec ses proches, alors qu'ils sont morts?

C'est ce que propose à notre réflexion Marie Camille Carton de Wiart, psychopédagogue spécialisée dans l'écoute des personnes endeuillées, dans son dernier livre : « L'été du pardon. Lettres à mon père », nous offrant son témoignage personnel.

L'auteur nous introduit dans son histoire, en une série de 12 lettres qu'elle adresse à son père pour lui demander des comptes sur le profond ressentiment qu'elle ressent à son égard.

Retraçant le chemin de leur relation et la vie de ce père décédé d'une embolie 20 ans auparavant, sans un "au revoir", Marie Camille Carton affronte le passé et la blessure enfouie pour tenter de comprendre la racine de son mal-être.

Dans cette courageuse descente en elle-même, l'auteur touche du doigt l'évènement-clé de son enfance qui éclaire les non-dits qu'elle a portés durant tant d'années sans en saisir la signification.

A 12 ans, Marie Camille perd son frère Bernard, plus jeune de deux ans. Le silence sur la gravité de la maladie de ce "frère de jeux" empêche la petite fille de lui dire au revoir et le frère subitement disparu, s'est trouvé gommé des conversations familiales. Il fallut plus de 50 ans à Marie Camille pour exhumer cette blessure profonde.

Dans un interview, l'auteur revient sur l'enfant qu'elle était et nous parle des "offenses par omission" : "quand une vérité est occultée, une part de l'enfant n'est plus vivante".

Au fil des lettres adressées à son père et de ses réflexions personnelles, l'auteur redécouvre ce père qu'elle avait eu tant de mal à comprendre, apaise le conflit non résolu, et se sent de plus en plus vivante.

Libérée par sa démarche de réconciliation, elle se sent en relation avec les membres de sa famille "dans l'au-delà", en relation avec le Christ, présence intérieure. Ce livre où Marie Camille nous livre une part de sa vie personnelle témoigne que d'une blessure peut naître quelque chose de bon, et que le pardon est source de vie.



*Françoise, maman d'Adrienne*

## Un livre que j'ai aimé :

Sur les pentes abruptes du mont Kujira-Yama, au milieu d'un immense jardin, se dresse une cabine téléphonique : le Téléphone du vent. Chaque année, des milliers de personnes décrochent le combiné pour confier au vent des messages à destination de leurs proches disparus. Ce lieu, décrit dans le roman de Laura Imai Messina : « Ce que nous confions au vent », est réel. L'histoire racontée dans ce roman est celle de Yui qui, après la disparition de sa mère et de sa fille, lors du tsunami de 2011, a perdu le sens de sa vie. C'est pour leur exprimer sa peine qu'elle se rend au Kujira-Yama, où elle rencontre Takeshi, qui élève seul sa petite fille. Mais une fois sur place Yui ne trouve plus ses mots...

### *Note de l'autrice :*

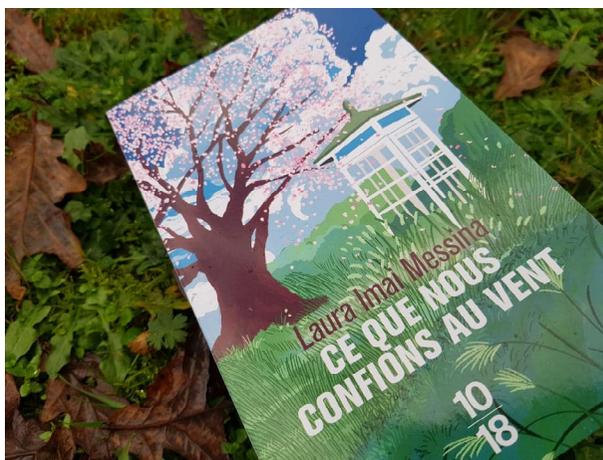
« En écrivant ce livre, j'ai compris à quel point il était important de raconter l'espoir, que le devoir de la littérature est de suggérer de nouvelles façons d'être au monde, de relier l'ici-bas à l'au-delà.

A mes yeux, le téléphone du Vent est essentiellement cela, une métaphore rappelant qu'il est précieux de s'accrocher aussi bien au bonheur qu'à la peine. Que même face aux pertes que la vie nous impose, nous pouvons nous ouvrir à tous les cadeaux qu'elle nous fait.

J'ai choisi de garder le nom réel du jardin afin de rendre hommage à l'engagement indéfectible et au grand cœur des époux Sasaki, qui en prennent soin, et dans l'espoir que Bell Gardia se grave dans les mémoires comme l'un des lieux de résilience les plus intenses au monde.

La spiritualité dont Bell Gardia est empreint, sa magie, il les doit à toutes les personnes qui l'ont visité au cours des années. Son aura est le produit d'une immense communauté d'individus et de familles qui ont fait l'expérience d'un deuil. »

*Catherine, maman de Simon*



Le plus difficile, c'est le ciel bleu, immense et joyeux,  
et même s'il pleut,  
le plus difficile, ce sont les chants des oiseaux de printemps,  
pépiements, roucoulements, et même chassés par le vent,  
le plus difficile, ce sont les rires des enfants, cris, jeux, cavalcades,  
dans les maisons et les appartements,  
et même si on les fait taire,  
le plus difficile c'est la vie qui palpite et poursuit son tumulte,  
quand là-haut, là-bas, ici, juste là, l'Autre qu'on aimait s'en va,  
subitement, alors qu'on ne s'y attendait pas,  
et c'est ça le plus difficile,  
l'Autre qu'on aimait tant,  
emporté par une vague invisible et sournoise,  
et même si soudain, ailleurs, d'Autres s'en vont aussi,  
si partout l'azur se déchire,  
si les pouillots s'envolent,  
si les gamins du monde entier s'arrêtent de jouer,  
chacun versant des larmes,  
le plus difficile,  
c'est de trouver le calme à l'intérieur de son chagrin,  
apprivoiser l'absence en urgence,



le plus difficile, vraiment,  
c'est de jouer en soi la musique des mots qui apaisent  
alors que l'Autre qu'on aimait s'en va,  
et c'est si difficile d'entendre le silence,  
mais quand on tend l'oreille,  
et cela prend du temps,  
il y a comme un chuchotement,  
on ne veut pas y croire,  
et pourtant, on finit bien par reconnaître,  
timide et douloureux,  
le murmure de l'Autre qui s'en va,  
et c'est vrai que c'est difficile,  
mais au bout d'un moment,  
on entend gazouiller les souvenirs,  
petits bonheurs et grandes joies,  
précieux cadeaux de l'Autre qui s'en va.

Béatrice Renard : « Le plus difficile »  
*Proposé par Bernadette, maman de Jeroen*



Tu es là  
le matin dans la lumière blonde  
de la véranda dans la pénombre  
du couloir encore frais  
des ombres de la nuit  
qui fut courte  
qui fut longue aussi

Le bruit des couverts dans le tiroir qui  
coince un peu  
le petit bruit de la tasse  
l'odeur du pain le cliquetis du couteau  
sur le bord de l'assiette à fleurs bleues  
et le silence de ta voix

Tu n'es plus dans l'âpreté de l'hiver  
tu n'es plus dans la splendeur du printemps  
tu n'es plus dans le soleil de l'été  
je marche dans les rousseurs de l'automne  
avec ton rire enfoncé dans ma poche  
comme un animal chaleureux

Francesco Pittau

*Proposé par Bernadette, maman de Jeroen*



*Le samedi 25 novembre 2023  
de 10 à 18h*

*L'atelier « SUR UN FIL »*

*Vous invite à sa vente de bijoux et accessoires*

*Créés par des mamans de l'association*

*Dans la salle du centre d'action laïque*

*rue Lambert Fortune 33  
1300 WAVRE*

*Petite restauration  
tout au long de la journée,  
buffet pâtisseries.*



## **A vos agendas:»**

» Nos prochaines rencontres auront lieu:

- A Céroux-Mousty : Le samedi 11 novembre 2023 de 14h à 18h30'  
Au 15b Rue du Culot à 1341 Céroux-Mousty

**CONTACT :** 0489 44 82 23 - [parents.desenfantes.be@gmail.com](mailto:parents.desenfantes.be@gmail.com)

- A Charleroi : Tous les derniers vendredis du mois de 19h à 22h  
A la cité Chapvepeyer, Bloc 400 à 6200 Châtelet

**CONTACT :** Hélène Battisti : 0471 43 22 62 - [parents.charleroi@gmail.com](mailto:parents.charleroi@gmail.com)

- A Liège : Le samedi 9 décembre 2023 de 9h à 13h  
Espace des Prémontrés 40 à 4000 Liège.

**CONTACT :** Chantal Stassart-Cremer : 0471 43 24 85  
[parents.liege@gmail.com](mailto:parents.liege@gmail.com)

» *Nous remercions toutes les personnes qui nous ont envoyé des textes,  
poèmes ou citations. N'hésitez pas à vous exprimer ou à nous faire part des écrits  
qui vous ont touchés et que vous désirez partager avec d'autres parents.*

*Anne, Bernadette, Françoise, Martine, Catherine*



*Parents désenfantés*

*a.s.b.l*

*Avec le soutien de*



VILLE DE  
**WAVRE**

