



LE LIEN ...

Périodique trimestriel, N° 61

Automne 2025

Editeur responsable : Anne-Françoise Jans

Rue du Culot 15b, 1341 Cérroux-Mousty

<https://www.parentsdesenfants.org/>

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, ces images qui nous ont particulièrement touchés.

La perte d'un être aimé n'est pas simple soustraction. Une personne de chair disparaît, mais elle revient sous d'autres espèces, elle s'installe en nous et nous pousse à avancer, à chercher des réponses, elle nous laisse intranquilles, en alerte, en demande. L'ordre des choses est fracturé, et par la faille nous entrevoyons des territoires insoupçonnés.

Texte de Jean-Marie Laclavetine extrait de « La vie des morts »
Proposé par Bernadette, maman de Jeroen



Donnez-moi du temps ...

Je ne sais pas quand, mais je sais qu'un jour, je redeviendrai moi-même.
Je ne sais ni comment ni par quel chemin j'y parviendrai.
Je ne sais pas encore quelle version de moi émergera, ni comment je
regarderai le monde, ni même de quoi seront faites mes journées.
Mais ce dont je suis certaine, c'est que je retrouverai mon essence.
Pas la même qu'avant, non... mais ce sera bien moi.

Donnez-moi du temps...

J'en ai besoin.

Il me faut d'abord me relever, reprendre mon souffle,
puis, doucement, pas à pas, recommencer à avancer.
Il me faut me retrouver, rassembler les morceaux éparpillés,
assembler les fragments et accepter l'absence de cette pièce manquante.

J'ai besoin de paix...

De calme...

Moins de peurs, moins de chaos, moins de pensées qui tourbillonnent
dans ma tête.

J'ai besoin de guérir...

De faire taire le bruit du monde, de décrocher, de déposer ce sac à dos
trop lourd,
car parfois, il pèse bien plus que je ne peux le porter.

Je sais aussi qu'il me faudra pleurer un peu moins,
laisser entrer un peu plus de lumière,
apprendre à sourire à nouveau,
et, peut-être, ressentir à nouveau la douceur de la vie.

J'ai besoin d'être à nouveau moi...

Et je le serai.

Oui, je le sais.

Un jour, je me retrouverai.

Mais d'ici là...

Donnez-moi du temps.



Texte de Frida Kahlo
Proposé par Isabelle, maman de Nicolas

La soirée d'échange du vendredi 25 avril 2025

« **Le cheminement d'une maman en deuil** » par Anne Denis

Cette soirée d'échange proposée par Parents désenfantés avait pour invitée Anne Denis qui vit à Louvain-La-Neuve et est une passionnée notamment du livre, de l'écriture.

Elle a écrit trois ouvrages :

- « Le combat des chefs » relate l'enfance, la maladie et la fin de vie de son fils Renaud, mort en 2018.
- « Le journal de l'après – Survivre à la mort de son enfant » dans lequel elle partage son quotidien de maman endeuillée
- « Le deuil entre signes et sens » qui fait part de ses recherches tout au long de son chemin de deuil.

Jean présente Anne et souligne que cette soirée illustre combien le cheminement du deuil est personnel. Il nous invite à un partage dans le respect mutuel et le non-jugement.

Anne nous dit combien elle est émue de se retrouver entourée de personnes qui ont perdu un enfant.

Elle propose de partager son cheminement à travers 3 étapes qui correspondent à l'écriture de ses trois livres.

Lorsque son fils était en troisième année d'études à l'université, il fait une chute et a des maux de tête. Suite à cela, il fait différents examens médicaux et le verdict tombe : les médecins lui découvrent une masse tumorale au cerveau ...

Sa maladie, son combat, vont durer 4 ans. Lorsqu'en décembre 2017, les médecins annoncent « qu'on ne peut plus rien faire pour lui » Renaud et sa compagne souhaitent vivre ensemble, dans un certain repli, cette dernière étape. Anne a souhaité respecter cette demande et a voulu être auprès de son fils par une chaîne d'amour, par l'écriture.

L'écriture du livre « Le combat des chefs » raconte la vie et la fin de vie de Renaud. C'est un livre à sa mémoire. Pour Anne, l'écriture est un moyen de voyager en soi, de toucher d'autres personnes et cela lui permet aussi de rester en contact avec son fils.

« Le journal de l'après », débuté trois mois après le décès de Renaud est un dialogue avec son enfant. Anne y décrit toutes les premières fois sans lui,

toutes les confrontations à ce que la société exige de nous, parents en deuil. Apprivoiser l'absence, perpétuer le souvenir par les mots.

« Que puis-je faire pour que tu survives ?, ma réponse a été l'écriture, ma parole, le reste de ma vie pour témoigner. « Qu'as-tu fait pour qu'on se souvienne de moi ?, je réponds : tu as été mon pilier, ma référence, ma lumière. Tu fus mon bonheur, mon angoisse, ma peur, ma vérité. Tu as été mon fils, ma vie, mon sang, mon statut. Tu es ma peine, ma détresse, mes regrets, mes lamentations, mon cri, ma désespérance. Tu fus mon petit, mon grand, mes tripes, mes colères, ma patience, mes joies, mes rêves, mes espoirs. Tu es mon manque, le vide, une béance, ma révolte, mon silence, the sound of silence » (« le journal de l'après » p.96)

Un évènement marquant pour Anne a été lorsqu'une amie lui a offert le livre de Vinciane Despret « Au bonheur des morts ». Elle y découvre une femme extraordinaire qui parle de la mort et des morts. Vinciane Despret y dit ce que les personnes en deuil veulent entendre à savoir « où vont les morts ? » Cela lui ouvre un univers auquel elle n'avait jamais pensé. Elle ressort de cette lecture en se disant qu'il est possible d'évoquer la mort autrement que comme un trou noir. Elle décide de penser autrement et essaye de rendre possible l'accès à des choses qui font sens pour elle, des signes. Dans son livre « Le deuil entre signes et sens » Anne raconte ses recherches sur des questions telles que la conscience, les synchronicités, le sens des rêves avec son fils ... Comment donner sens à l'insensé ? Est-il possible de trouver une consolation dans les mots, les gestes ?

« Poursuivre les vivants et les morts me semble la raison essentielle de ce parcours de deuil. Entre signes et sens, j'ai un chemin à arpenter, une voie à suivre. Ce n'est sans doute pas terminé. Je ferme les yeux, j'écoute, j'entends, j'accepte la bienveillance du monde, mais aussi son intolérable cruauté.

En attendant, le soleil brille, l'envie de respirer, fort, toujours tentante, une humeur d'oiseau m'y invite. Pourquoi partir vers l'ailleurs quand l'ailleurs est ici, une saison qui se dessine, parce que marcher, rire, jouer, vivre, aimer, manger, boire, dormir, causer, partir promener Largo ... et penser à toi, même si tu n'es plus là, mon fils, même si tu es encore là. »

La soirée se poursuit au travers d'échanges dans une atmosphère respectueuse du vécu du deuil de chacun.

Texte rédigé par Bernadette, maman de Jeroen

MON ENFANT

Il fut un temps où parc, ruelle, plage et tout spectacle familial de cette terre m'apparaissaient comme baignés d'une lumière céleste, de la fraîcheur d'un rêve à portée de main.

Aujourd'hui n'est plus comme autrefois. Où que portent mes yeux, de jour comme de nuit je ne retrouve plus ce que jadis j'y voyais. Mes regards sont teintés d'une obscurité larmoyante.

La naissance de ma fille n'est pas oubli, mais une âme qui s'éveille à travers moi, semblable à une étoile venue d'ailleurs. Ce n'est ni un plongeon dans l'oubli, ni un silence total, mais un voyage sous les nuages de gloire qui rappellent que nous naissons de Dieu, lui qui est notre demeure.

Grâce aux cœurs des humains qui renferment la vie, grâce à la tendresse, aux joies et aux douleurs, j'erre et je la cherche inlassablement à travers l'horizon infini, dans son monde de pureté éternelle.

Oh, combien inaccessible ...

Ma fille, dans la fleur de ses vingt-sept ans, au sourire rayonnant m'inspire encore de sa plume, et je l'effleure dans mes rêves les plus intimes.

Ô toi, cruel instant qui ne dure point ...

Eloïse est la plus humble des fleurs explosant dans le vent

Texte de Meena, maman d'Éloïse





Le deuil rend tout si lointain.

Vous pouvez être là, au milieu d'une conversation, mais votre esprit est ailleurs, happé par ce cri intérieur.
Un cri silencieux, invisible aux autres.

A quoi ressemblerait ce cri si quelqu'un pouvait l'entendre ?
Ce n'est peut-être pas un cri, mais une douleur brute, une souffrance si intense qu'elle dépasse les mots.
Alors elle devient un son, un bruit sourd, une vibration qui fait rage dans tout votre corps.

C'est le cri du deuil.

Un cri qu'on porte seul, un cri qu'on apprend à apprivoiser, mais qui ne s'efface jamais vraiment.

Auteur anonyme

Proposé par Françoise, maman d'Adrienne

On ne perd pas quelqu'un une seule fois

On le perd chaque soir, quand les paupières se ferment.
Et chaque matin, quand les yeux s'ouvrent sur l'absence.

On le perd au fil des heures.
Dans une tasse à café qui reste intacte.
Une chaise vide.
Une paire de bottes qu'on ne bouge plus.

On le perd quand le soleil décline
Et que l'ombre s'installe doucement.
On le perd en cherchant le pourquoi,
Les yeux perdus dans un ciel constellé de silence.

On le perd les grands jours :
Les anniversaires, les fêtes, les diplômes, les mariages.
Mais aussi les jours ordinaires.

On le perd dans les gestes simples :
Un formulaire à remplir,
Une tâche ménagère,
Une habitude autrefois banale.

On le perd dans l'intime, le familier :
Une chanson fredonnée jadis,
Un parfum qui flotte encore,
Une part de tarte qu'ils aimaient tant.

On le perd dans les conversations qu'on ne tiendra jamais.
Et dans les mots qu'on n'a pas su dire.

On le perd dans tous les lieux qu'ils ont aimés.
Et ceux qu'ils rêvaient encore de découvrir.

On le perd dans ce qui aurait pu être.
Et dans les rêves partagés.

On le perd en ramassant les morceaux épars.
Et en réapprenant à vivre.

On le perd quand on comprend, enfin :
C'est ça, désormais, notre réalité.

Ils ne reviendront pas.
Peu importe à quel point
On les pleure,

On les réclame,
On les prie.
Ils sont partis.
Et nous devons continuer.
Seul.



On les perd encore, quand les saisons passent.
Quand la neige tombe,
Quand les fleurs éclosent,
Quand l'herbe pousse,
Quand les feuilles tombent.
On les perd sans fin.

Jour après jour,
Mois après mois,
Année après année.



Le temps avance, et les emporte un peu plus loin.
On les perd quand nos cheveux blanchissent,
Quand notre corps ploie,
Quand notre mémoire s'efface
Et que les contours deviennent flous.

Leur visage nous regarde,
Depuis une photo fanée.
Quelqu'un qu'on a aimé.
Autrefois.

C'était avant.
Quand on était entier.
On ne perd pas quelqu'un une seule fois.
On le perd chaque jour.
Encore et encore.
Jusqu'à la fin de notre vie.



Auteur inconnu
Proposé par Isabelle, maman de Nicolas

Le deuil, ce n'est pas juste une absence.

C'est une présence qui nous hante.

Une voix qu'on n'entend plus,
mais qu'on continue d'écouter
dans notre tête.

C'est un prénom qui fait mal,
un souvenir qui brûle, un rire qu'on
entend parfois... au creux du silence.

On ne "fait pas le deuil",
on apprend à vivre avec une fracture invisible. Une blessure qui ne se
referme jamais, qui cicatrise un peu...
puis s'ouvre de nouveau au détour
d'un lieu, d'une odeur, d'un mot.

Le deuil, c'est aimer sans pouvoir le dire.

C'est continuer à avancer, alors que tout en soi a envie de s'écrouler.
C'est sourire parfois, en culpabilisant d'être encore capable de le faire.
C'est survivre dans un monde
où la personne qu'on aimait n'est plus.

Alors non, le temps ne guérit pas tout.

Il nous apprend juste à marcher
avec ce vide.

Il ne remplace rien,
mais il nous pousse doucement
à transformer la douleur...
en force.

En mémoire.

En amour.

À toi qui vis un deuil :

Tu n'es pas seul.

Ton chagrin est légitime.

Et ton amour... il continue de vivre.  

Texte de Géraldine Lenoir-Fauvelle

Proposé par Nadège et Jean-Louis, parents de Lucie

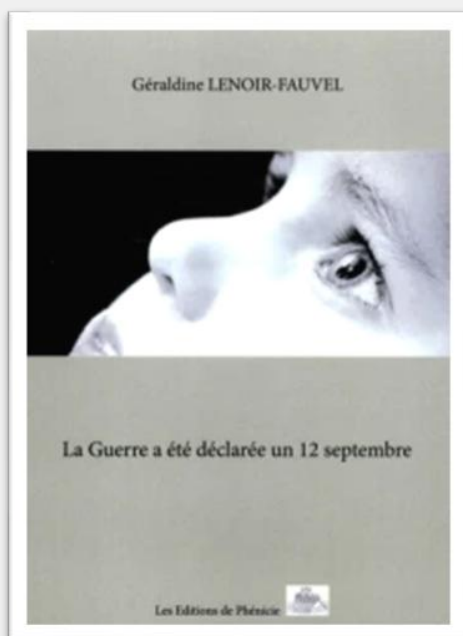
Quelques informations sur l'autrice :

Géraldine Lenoir-Fauvelle est maman de quatre enfants. Son plus jeune fils, Tom, atteint d'une maladie neuromusculaire rare, a illuminé sa vie pendant treize ans avant de s'envoler en mars 2025. Depuis, écrire est devenu une nécessité vitale.

À travers ses mots, Géraldine tente de mettre un peu de lumière sur l'indicible, de donner une voix à la douleur silencieuse, de poser des mots sur les maux. Elle écrit pour survivre à l'inaacceptable, pour garder le lien, pour dire ce que le cœur ne peut plus contenir.

Son premier livre, « Ma vie pour sa vie », est un cri d'amour d'une mère prête à tout pour son enfant. Le second, « La guerre a été déclarée un 12 septembre », plonge le lecteur au cœur du combat quotidien face à la maladie.

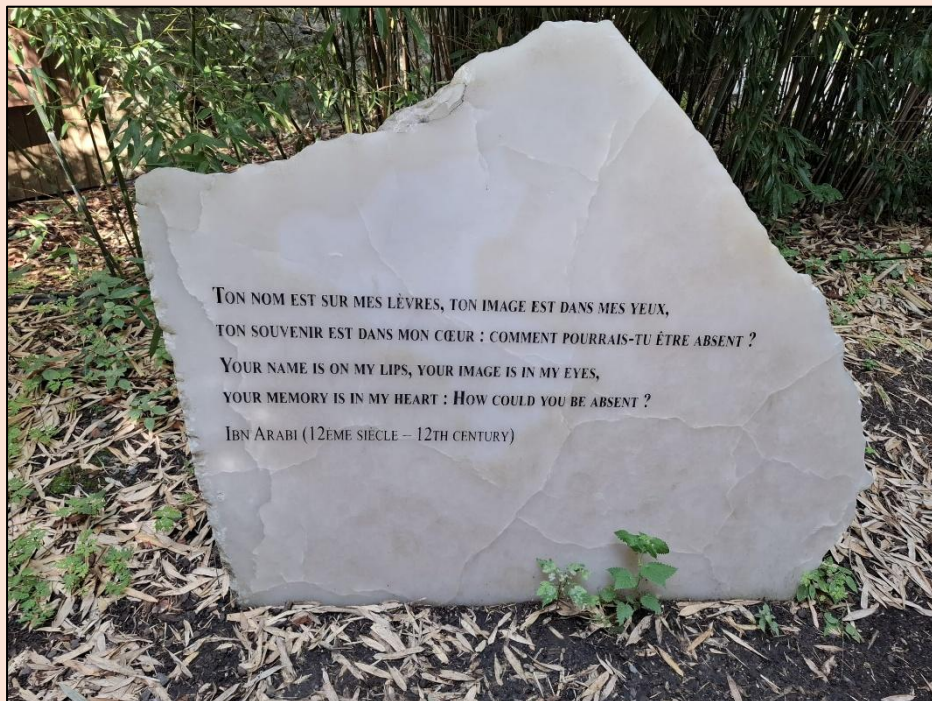
Aujourd'hui, Géraldine poursuit son chemin d'écriture avec des récits empreints d'émotion, d'espoir et de vérité, dans lesquels chaque page devient un hommage, une trace.



Le 1^{er} août dernier, nous étions 65 participants à **une journée de balade au parc PAIRI DAIZA**. En collaboration avec Thierry et Sophie, Parents désenfantés a pu organiser ce moment de rencontre et de détente qui s'est clôturé par un délicieux goûter offert par le parc.

Faire un bout de chemin ensemble parmi les animaux et découvrir le Jardin des Cœurs, un endroit de recueillement dédié aux personnes vivant dans nos cœurs, fut source de douceur et de sérénité.

Merci à toutes et tous pour cette belle organisation.



Le deuil d'une mort violente

Perdre quelqu'un est toujours douloureux. Mais perdre quelqu'un d'une mort violente, c'est une déchirure à part. C'est un deuil dont on parle peu, un deuil qui fait peur aux autres.

Ce n'est pas seulement l'absence qu'on pleure, c'est le choc, la brutalité, l'injustice.

On ne dit pas au revoir.

On apprend parfois les faits dans un appel sec, un titre de journal, un silence glacial.

Le cœur ne suit pas, l'esprit se fige. Le corps tremble.

Ce n'est pas une mort qui s'explique naturellement. Ce n'est pas le temps qui a fait son œuvre. C'est l'arrachage.

Ce deuil-là s'accompagne de colère, de questions sans fin, d'images qu'on n'a pas vues mais qu'on imagine ou d'images vues dont on ne se remettra jamais. C'est un chemin rongé de culpabilité.

On cherche le sens, on cherche le pourquoi.

On vit avec un avant et un après.

Et souvent, on le vit seul. Parce que ceux qui n'ont pas connu ça ne savent pas quoi dire.

Et parce que la violence dérange. L'ignorance devient jugement.

Mais ce deuil mérite qu'on en parle.

Parce qu'il existe, parce qu'il est réel, parce qu'il brûle longtemps.

Parce qu'il demande un courage immense pour simplement continuer à vivre.

Si tu vis ce deuil-là, sache que ta douleur est légitime.

Tu n'es pas faible d'avoir mal.

Tu n'es pas fou d'être en colère.

Tu n'es pas seul, même si le silence autour de toi peut donner cette impression.

Ce n'est pas un deuil comme les autres.

C'est un chemin difficile, tortueux, parfois invisible aux yeux du monde et dont tu n'as pas à avoir honte.

Mais pas moins digne. Pas moins vrai. Pas moins sacré.

Texte de Charlotte Cellier

Proposé par Isabelle, maman de Nicolas

Catherine Bossaert, dont le fils de 18 ans est décédé d'une crise d'épilepsie en 2024, nous a transmis son travail de fin de master « Ce que la perte de l'enfant fait au corps, au cœur et à l'esprit de sa mère ». Une version imprimée de ce travail sera mise à disposition à la bibliothèque de l'association.

Vous trouverez [ici](#) une [version électronique du document](#).

L'auteure se dit très honorée si son travail est partagé avec d'autres parents endeuillés. N'hésitez donc pas à la retrouver sur Facebook et à la contacter pour échanger avec elle.

Et aussi ...

La diffusion du « Lien » se fait maintenant de manière de plus en plus « électronique ». Ceci permet de partager des liens vers des sites internet, des musiques, des podcasts ... N'hésitez donc pas à nous en envoyer, en plus de textes, photos, dessins ou images.

Nous nous sommes fait la réflexion que les ressentis et vécus de personnes en deuil, confrontées à la maladie ou au handicap présentent des similitudes frappantes et qu'il pourrait être opportun de créer des liens entre elles.

Voici quelques pistes que nous voudrions partager :

- 🌸 Le [Silex](#) est un centre d'éducation permanente, de créativité et de loisirs permettant à des personnes en situation de handicap (déficience intellectuelle) ou non de se rencontrer.
- 🌸 Des [vidéos](#) du Dr Christophe Fauré, auteur de « Vivre le deuil au jour le jour ».
- 🌸 La [Gentiane](#) : site québécois d'entraide pour personnes endeuillées.
- 🌸 Les [avions de Sébastien](#) : aide aux recherches sur la leucémie de l'enfant.
- 🌸 [Cancer, je gère](#) : les coups durs et les rebonds de la maladie vus autrement.

Et, pour terminer en musique, « [Tears in heaven](#) », hommage du guitariste et chanteur Éric Clapton à son fils Connor, décédé accidentellement à l'âge de 4 ans.

Bonne lecture et bonne écoute

La parole nous transforme parce qu'elle nous force à préciser nos idées, mais l'écoute est encore plus puissante, car elle nous ouvre à d'autres univers que le nôtre.

Texte de Christophe André
Proposé par Bernadette, maman de Jeroen

Nos prochaines rencontres auront lieu :

- **A Cérroux-Mousty :** Le samedi 8 novembre 2025 de 13h30 à 18h00
Rue du Culot 15b à 1341 Cérroux-Mousty
- **Contact :** 0489 44 82 23 - parents.desenfantes.be@gmail.com
- **A Charleroi :** Tous les premiers ou derniers vendredis du mois de 19h à 22h
Cité Chavepeyer, Bloc 400 à 6200 Châtelet
- **Contact :** Hélène Battisti - 0471 43 22 62 - parents.charleroi@gmail.com
- **A Liège :** Le samedi 13 décembre 2025 à 9h30
Espace des Prémontrés 40 à 4000 Liège
- **Contact :** Chantal Stassart-Cremer - 0471 43 24 85 - parents.liege@gmail.com

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

Merci aussi à Isabelle et à Jean-Louis pour les photos originales qui illustrent ce numéro du Lien.

Bernadette, Françoise, Martine, Nadège, Jean-Louis, Jean Marc





Parents désenfantés
a.s.b.l.



<https://www.parentsdesenfantes.org/>

Avec le soutien de



Ottignies-Louvain-la-Neuve