



LE LIEN ...

Périodique trimestriel, N° 51
Avril, Mai et Juin 2022.

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.

J'ai perdu des êtres chers qui étaient pour moi,
sources de soleil.
Ce soleil a été mis en terre.
Apparemment mis en terre.
Moi je continue à en recevoir les rayons.

Christian Bobin

Proposé par Bernadette, maman de Jeroen



Le départ de Martine.

Mon Histoire à Parents Désenfantés.

Je suis la maman de trois enfants, notre fils Michaël à 23 ans s'est donné la mort sans laisser un mot, ses raisons à lui je ne les connaîtrai jamais, le sol s'est dérobé sous mes pieds quand nous l'avons trouvé, son Papa et moi.

Le regard des autres me renvoyait à tout ce que je me reprochais, moi sa Maman qui n'avais pas pu l'aider à s'attacher à la vie.

On m'a parlé de l'association Parents Désenfantés, il fallait que j'essaie de comprendre. Entendre d'autres parents ayant vécu ce drame m'a aidé.

A ma grande surprise, je n'ai pas senti le moindre jugement parmi tous ceux qui écoutaient mon histoire.

Même si chaque histoire est personnelle le fil rouge du partage était bien tracé.

Je me suis engagée dans l'équipe peu de temps après, cela fera bientôt 25 ans. Les formations et les supervisions m'ont beaucoup aidées, je voulais être prête à tout pouvoir entendre dans les groupes et être au plus juste dans l'écoute de chacun, avec le plus d'humanité possible et avec humilité.

J'ai trouvé un sens à mon engagement grâce à l'amour que je porte à mon fils, cela m'a soutenu pendant toutes ces années.

Les échanges que nous avons entre les membres de l'équipe sont aussi d'une richesse énorme.

Cet été, j'ai décidé de quitter l'équipe et de transmettre cette responsabilité à Jean qui sera accompagné par une équipe présente et soutenante à ses côtés, je connais Jean depuis de nombreuses années et je mets toute ma confiance en lui et l'équipe pour que Parents Désenfantés puisse encore accompagner les familles en deuil pendant longtemps.

Vous me verrez certainement encore dans des activités organisées par l'association, je vous dis donc, à tout bientôt et merci pour votre confiance.

Martine



Le vendredi 29 avril dernier, Parents Désenfantés organisait sa soirée d'échange annuelle à Clerlande

Comment ne pas rester dans l'amertume après la mort de mon enfant ?

Encore merci à Claudine Pauwels pour sa bienveillance et son souci du partage... Claudine Pauwels, thérapeute dans l'accompagnement du deuil nous a permis de cheminer avec elle pour aborder ce sujet. Nous avons tous et toutes été touché.e.s par sa profonde délicatesse tout au long de sa réflexion. Elle nous a permis d'avoir le sentiment de faire Un dans les échanges, les dialogues intérieurs et les silences. Nous n'avons donc pas souhaité faire un résumé de cette rencontre mais plutôt vous en transmettre de larges extraits.

« Je ne souhaite en aucun cas vous donner des conseils ni rien vous expliquer au sujet du deuil car vous savez trop bien ce que c'est. Je ne souhaite pas non plus vous consoler car la douleur de perdre un enfant est inconsolable.

Je vous parle d'un lieu d'humanité profonde, d'humilité aussi, et de ce qui fait de nous des êtres humains dont le parcours est semé d'heurs et de malheurs.

Et chacun.e est seul.e avec sa douleur. Car nous le savons bien, chacun éprouve le deuil de l'enfant de façon toute personnelle. C'en est parfois même désarçonnant d'observer combien chacun est différent à ces moments là. Chaque membre de la famille, la grand-mère, le grand-père, les tantes, les oncles, chaque enfant, les amis, les proches, les collègues... réagit à sa façon, qu'il est parfois difficile de comprendre ou même d'accepter.

Mais d'abord qu'est-ce que l'amertume ?

Au dictionnaire amertume signifie saveur amère, ou ressentiment causé par le regret ou la déception. Et le ressentiment comprend le fait de se souvenir avec amertume de quelque chose ou même du désir de se venger d'un tort, d'une injustice.

L'amertume peut aussi être ce quelque chose qui se rumine, « *qui se mâche et se remâche, avec cette amertume caractéristique d'un aliment fatigué par la mastication* » (Cynthia Fleury)

Perdre un enfant est injuste car ce qui est juste, ajusté à la vie, dans l'ordre de la vie, c'eût été que l'enfant nous survive. Et par rapport au déroulement naturel de la vie, le désordre, le chaos, l'impensable, s'est produit...

Il y a l'avant ... il y a l'après. Entre les deux, nous savons d'expérience que la mort fait partie de la vie. Et le moment présent est tout habité par ce sentiment de perte, de tristesse et de désolation.

Tout est bouleversé. Ce bouleversement peut nous amener à porter un regard « autre » ...

La mort de l'enfant est un traumatisme, une blessure qui ouvre une brèche en nous et qui touche soi, les autres, la vie.

Un regard autre sur Soi

C'est loin d'être la première brèche. Car tous, autant que nous sommes, avons déjà connu une première séparation qui remonte à notre naissance. Bien sûr nous ne nous en souvenons plus mais le corps se souvient qu'il était un temps où nous ne faisons qu'un avec notre maman, notre papa, l'univers... dans une union très étroite, intime.

Pour grandir, il nous a fallu nous séparer de cette union initiale...et en connaître des séparations pour devenir chacun qui nous sommes. Et de rencontres en séparations, nous sommes devenus des adultes qui portons, tous, en nous la nostalgie d'un monde harmonieux. Un goût amer !

Il y a des réparations impossibles. La blessure d'avoir perdu un enfant ne se répare pas. Je veux parler de la réparation qui consisterait à retrouver la vie d'avant comme elle était. Et comme ce type de réparation n'est pas possible, la reviviscence de l'événement si douloureux peut parfois tourner en boucle, telle une obsession qui ne laisse que peu de place pour autre chose.

*« C'est seul qu'on fait son deuil,
car on est seul quand on ressent
On apprivoise la douleur
Et la présence de nos absents » Grand Corps Malade*

Grand Corps Malade parle d'apprivoiser la douleur...Pas de l'enlever.

Apprivoiser l'amertume comme un goût qui désormais fait partie de la vie ?
L'important devient « comment vais-je faire avec ? »





Il était une fois ... Des aborigènes qui marchaient en forêt. Au cours de leur marche, ils s'arrêtent un moment. Ils ne s'arrêtent ni pour manger, ni pour regarder quelque chose, ni pour s'asseoir et se reposer... Simplement, ils s'arrêtent. A l'ethnologue qui les accompagne et qui leur en demande la raison, ils répondent tout simplement : « nous attendons nos âmes ». Jean-Claude Carrière – Contes philosophiques du monde entier.

Attendre notre âme... le temps est un facteur important lorsqu'il permet de prendre et reprendre le fil de son histoire et d'honorer le chemin parcouru. Je ne parle pas de ce temps passif mais bien de ce temps actif, qui ne se voit pas mais qui est tellement nécessaire pour relier les trois dimensions de notre histoire, le passé, le présent et l'avenir. « *Ce temps pour aller récupérer au fond de l'âme et du cœur ce reste d'énergie psychique pour le remettre en mouvement* ». Cynthia Fleury

Qu'est-ce que l'âme ? J'emprunte à François Cheng une « *quasi- définition possible : l'âme est la marque indélébile de l'unicité de chaque personne humaine* »

Aussi prendre du temps pour nous est du temps qui nous permet de retrouver notre unicité. Et désormais, s'il arrive que nous ne sachions plus vraiment ce que nous voulons, nous savons beaucoup mieux ce que nous ne voulons pas ou plus !!!

Un regard autre sur nous et les autres

Notre amertume peut aussi gagner le regard que je porte sur les autres...les amis, l'entourage, les voisins : ou ils disparaissent ou ont des visages défaits quand ils nous voient ou ils ne sont pas assez présents. Certains pourraient croire que nous sommes contagieux. Alors ils nous fuient. Ou alors ils ont pitié, ils expriment une sympathie qui nous fait mal... « *Moi à ta place...* » Ou ils ne sont pas assez présents ou ils le sont trop et nous étouffent.

Il y en a même qui croient que nous avons perdu toutes nos capacités...

Que dire aussi de notre partenaire ? Il ou elle vit les choses différemment de nous. Il y a des couples qui ne survivent pas tant sont vives les différences et les blessures antérieures et présentes de chacun.

Les enfants aussi, chacun réagit à sa façon que nous ne comprenons pas et qui nous dérange parfois.

C'est que chacun fait ce qu'il peut avec cette absence douloureuse ...

Nous sommes rarement compris et cela renforce notre solitude.

Comment envisager une relation qui soit vraie, nourrissante, confiante avec les autres dans ce nouveau monde étrange où tout est perturbé ? C'est souvent dans les groupes de paroles que nous pouvons vivre le mode de relation tel que nous le recherchons.

Il semblerait qu'il faille exercer des capacités parfois toutes nouvelles :

Je pense à la capacité de demander ce dont nous avons besoin, de refuser ce que nous ne voulons pas,

D'accepter ce que chacun peut faire pour nous,

La capacité de choisir les personnes pour ce qu'elles peuvent donner à ce moment-ci de notre existence,

La capacité d'offrir nos silences et nos paroles à qui peut les entendre et les accompagner car nos silences et nos paroles sont de précieux cadeaux à ne pas mettre entre toutes les mains.

J'ajoute qu'il faut fuir les personnes qui sont une vexation pour l'esprit... Renforcés par notre amertume, nous apprenons à les démasquer...



Un regard autre sur la Vie

Amertume aussi sur ce qu'est devenue la vie. Nous cherchons des signes. Nous en avons tant besoin. Parfois rien ne nous fait signe.

Cependant, nous avons la capacité de créer des moments qui font signe, des moments qui célèbrent la vie au nom de notre enfant. La vie est devenue encore plus précieuse !

Une bougie allumée, des photos, des récits auprès de qui veut bien nous entendre raconter notre histoire avec notre enfant, une chanson... autant de manières de pouvoir célébrer la vie.

« On ne répare pas ce qui a été blessé, cassé, humilié... mais on répare ailleurs et autrement » Ce qui va être réparé n'existe pas encore » Cynthia Fleury

Et peu à peu, nous sommes amenés à cultiver l'art du regard c'est-à-dire à aiguiser notre regard...il devient ainsi sensiblement Autre. C'est de l'ordre de la création.

Si nous ressentons de l'amertume, c'est un goût, un état d'être qui fait partie intégrante de notre chemin dans le souvenir de notre enfant. Il est difficile de résister aux à-coups de la tristesse mais nous le faisons déjà chaque jour depuis que notre enfant n'est plus à nos côtés. Bien sûr, parfois nous devons nous obliger à avancer avec un regard « autre »...

Ce sentiment d'être devenu différent, sans doute plus clairvoyant, peut-être plus personnel, peut nous ouvrir à une autre façon de voir la vie.

Car l'expérience du VIVRE AVEC ce que nous avons vécu, nous donne une intelligence nouvelle, pour comprendre, discerner ce qui a du sens et ce qui n'en a pas...

Aussi combien sommes-nous à avoir découvert les bienfaits de marcher, d'aller dans la nature, de se faire masser, d'écouter de la musique, de lire des récits et témoignages, de découvrir des ressources inédites en s'enracinant, se renouvelant...Et aussi le bienfait de créer des solidarités, d'attacher davantage d'importance à ce qui en a...

Nous avons acquis ou acquérons l'art du regard « autre » et peut-être l'art de voir plus large.

Prendre soin de notre vie nécessite beaucoup de patience et d'attention et aussi beaucoup de créativité car ce qui se répare n'existe pas encore, c'est à créer « ailleurs » et « autrement ». Je crois que c'est ce que nous faisons en étant ici ce soir.

Proposé par Bernadette, maman de Jeroen

« Tu n'es pas là.
J'en ai une conscience permanente et lancinante.
Tu n'es pas là et tu es toujours présent
et ta présence est une effroyable absence.
Tu es absent et ton absence est toujours présente.
Je sais qu'il suffirait d'un rien pour que je chérisse la douleur
de ton absence parce qu'elle serait encore toi.
Et malgré tout, il me reste la volonté de vivre et ce désir même
est une déchirure car il m'éloigne de toi. »

Extrait de : L'inconsolée de Christine Pedotti

Proposé par Catherine, maman de Simon



Extraits du livre :

« MAEVA, UNE BELLE ÉTOILE FILANTE »

de Maria Isabel Villalobos

Préface et commentaires de Bruno Humbeeck

L'histoire d'une jeune fille de 13 ans harcelée à l'école et du combat de sa maman pour connaître la vérité qui a conduit sa fille au suicide.

« Il y a maintenant deux ans que Maeva, cette étoile filante, a disparu du ciel des malvoyants... »

« Un cœur qui crie « VENGEANCE » ... Une raison qui demande « JUSTICE »

« La vengeance est une réponse impulsive donnée par l'homme à sa colère pour tenter de retrouver individuellement un semblant de paix. La justice est une proposition policée faite par la société pour essayer de retrouver collectivement une forme d'harmonie. La vengeance est une tentation à laquelle il est évidemment tentant de céder quand ce qui nous est arraché, c'est la prunelle de nos yeux. La justice est une réflexion dans laquelle il est difficile de se plonger quand on a le sentiment que le monde, en se comportant comme il l'a fait, n'a de leçon à donner à personne.

Croire à la justice, c'est se remettre à croire qu'un monde qui, à un moment, a visiblement complètement perdu la tête est capable de retrouver ses esprits si on lui offre un peu de sérénité. Ne s'en remettre qu'à la vengeance, c'est admettre que ce monde ne retrouvera jamais sa raison et qu'il demeurera pour toujours stupidement cruel, épouvantablement absurde et totalement à la merci des forces obscures qui le gouvernent.

C'est pour cela sans doute que l'on crie vengeance alors qu'on se contente en réalité de demander que justice soit faite. Un cri, un cri que l'on peut comprendre, que l'on doit accepter parce qu'il répond à une douleur insoutenable, à une tristesse inexprimable, à un dégoût incommensurable. Un cri qui repose sur le salmigondis d'émotions mélangées. Un cri qui rêve de mettre le monde en charpie en se révélant déchirant tant on se sent soi-même déchiré. Un cri qui mourrait d'être

étouffé, un cri qui s'étoufferait d'être contenu, retenu, ravalé ou maîtrisé. Un cri qui hurle le désir d'une revanche sans limites, un cri qui ne réparerait rien, on le sait, mais un cri qui ne peut s'empêcher... »

« Quand on écoute Maria Isabel, quand on la regarde au fond des yeux, on ne peut pas simplement se dire : « c'est triste », « quelle misère », se borner à faire un constat de malheur et puis passer à autre chose...

Non, quand on s'est rempli le coeur du regard de Maria et du sourire de Maeva, on ne peut pas s'émouvoir temporairement et puis, en homme oublieux de ce qu'il doit être quand il se veut humain, passer à autre chose. Il faut emporter son témoignage avec soi et ne pas s'en remettre.

C'est à cette intranquillité permanente que doivent nous conduire de tels mots quand ils n'ont pas seulement été entendus mais qu'ils ont été écoutés véritablement... »





Maman

**Ne t'inquiète pas pour moi
Ici, au ciel, je n'ai pas froid
Je n'ai pas faim, crois-moi
Je n'ai pas peur, rassure-toi**

**Ne culpabilise surtout pas
Et ne laisse vraiment pas
La colère guider tes pas
Prends soin de toi et de Papa**

**Maman, je compte sur toi
J'ai pleine confiance en toi
Tu m'aimes et à chaque fois
Que tu le dis, je suis fou de joie**

**Une éternité je peux t'attendre
Je t'envoie des pensées tendres
Pour que tu puisses le comprendre
Puisque tu ne peux pas m'entendre**

**Chante, danse et souris à la vie
Sais-tu que quand tu ris, je ris aussi ?
Ne te fais plus jamais de souci
Je vais bien et je suis très bien ici**

**Ici, moi je suis heureux
Regarde ce beau ciel bleu
N'est-il pas merveilleux ?
Ne t'incite-t-il pas à aller mieux ?**

Mélodie Ducoeur

Proposé par Michèle, maman de Tommy

« Tu marches dans mon âme et tes pas sont ma joie,
Et c'est toi que j'entends lorsque je ne dis rien,
Et c'est toi que je vois lorsque je me souviens.
Et les portes du ciel devant moi se déploient. »

Louise Servais

Proposé par Françoise , maman d'Adrienne



Parfois les absents sont là
Plus intensément là
Mêlant au dire humain
Au rire humain
Ce fond de gravité
Que seuls
Ils sauront conserver
Que seuls
Ils sauront dissiper
Trop intensément là
Ils gardent silence encore.

François Cheng

Proposé par Françoise maman d'Adrienne



BALADE – RENCONTRE

Le dimanche 7 août 2022 à 14 heures

**RENDEZ-VOUS : à Parents Désenfantés :
Rue du Culot 15b - 1341 Céroux-Mousty**

**Après un temps dans la nature, nous nous retrouverons
pour un goûter à Parents Désenfantés
autour des « douceurs » que vous aurez apportées**

Un petit réconfort

TARTE AUX GROSEILLES ET FRAMBOISES

- Ingrédients :**
- 1 fond de pâte brisée
 - 1 barquette de framboises
 - 1 barquette de groseilles rouges
 - 4 cuillers à soupe de sucre en poudre
 - 1 sachet de sucre vanillé
 - 3 œufs
 - 50g de poudre d'amandes
 - Facultatif : 1 verre à liqueur de porto

Préparation :

Précuire le fond de tarte non garni pendant 10 minutes (à 180°)

Passer les fruits sous l'eau froide pour les laver

Réserver à part quelques framboises et groseilles pour la garniture

Egrener les groseilles à la fourchette, les écraser dans le sucre avec les framboises

Ajouter la liqueur, puis les oeufs battus avec le sucre vanillé et la poudre d'amandes

Verser ce mélange sur le fond de tarte et faire cuire 30 minutes à four chaud (200°)

Démouler la tarte, la laisser refroidir sur une grille et la garnir avec les fruits réservés.

Bon appétit !

Anne, maman de Charles

*La période estivale invite à la détente, au bien-être, à la joie.
L'ambiance de bonheur qui nous entoure au moment des vacances peut nous entraîner
dans le sillon de cette joie collective, mais peut aussi, et en même temps,
nous faire ressentir plus cruellement le vide, l'absence de notre enfant.
Comment, donner droit à nos ressentis parfois si éloignés de l'ambiance générale ?
Comment vivre ce décalage ?*

*Inutile de se comparer aux autres.
La mort de notre enfant nous rend démunis, il faut désormais réinventer.
Équilibrer tristesse de leur absence et célébration de leur vie, ne va pas sans peine. Des
jours nouveaux reviendront en des temps apaisés, en attendant donnons-nous le droit de
vivre cette période à notre façon, sans oublier que la nostalgie poignante des jours d'été
heureux peut cohabiter avec la célébration de la vie pleine et joyeuse de notre enfant.*

Françoise, maman d'Adrienne



A vos agendas:>

➤ Nos prochaines rencontres auront lieu:

- A Céroux-Mousty : Le samedi 24 septembre 2022 de 14h à 18h30'
Au 15b Rue du Culot à 1341 Céroux-Mousty
CONTACT : 0489 44 82 23 - 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 - essor.hb@gmail.com
- A Liège : Le samedi 17 septembre 2022 de 9h à 13h
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 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

