

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.

"A certains moments de notre vie ,  
notre propre lumière s'éteint  
et se rallume par l'étincelle d'une autre personne.  
Chacun de nous a des raisons de penser  
avec une profonde gratitude  
à ceux qui ont rallumé la flamme en nous."

Albert Schweitzer

Proposé par Françoise maman d'Adrienne



**“Dites-leur que je suis vivant”**, un remarquable documentaire sur le silence qui entoure trop souvent les parents qui ont perdu un enfant, diffusé le 5 mai sur France 2, il est disponible en replay. Caroline Conte et Thomas Robin, les réalisateurs, nous racontent comment ils ont brisé le tabou.

Et aujourd’hui, la période de confinement qui restreint considérablement la possibilité d’entourer nos proches en fin de vie, comme celle de leur donner des obsèques dignes de ce nom, nous fait prendre conscience de l’importance des rituels qui accompagnent le deuil. Deux événements très différents l’un de l’autre, qui ont en commun de nous ramener à cette évidence : la mort fait partie de la vie. Les parents qui témoignent dans ce film ne nous disent au fond pas autre chose quand ils expliquent que leurs enfants morts continuent d’être vivants autrement.

### **Comment vous est venue l’envie de tourner ce film ?**

**Caroline Conte.** Quand j’avais 14 ans, mon ami Quentin est décédé dans un accident de voiture. Je suis restée très proche de ses parents que j’ai vus de plus en plus isolés. Les gens ne savaient pas quoi leur dire, alors ils se sont éloignés. Après la mort de leur fils, ils se sont retrouvés seuls. Quand je suis devenue journaliste, j’ai eu envie de faire un documentaire pour donner la parole aux parents endeuillés, tenter de les aider, eux et leur entourage. Je voulais que les parents puissent donner quelques clés sur les manières d’être avec eux. Et puis, il y a trois ans, j’ai raconté mon projet de documentaire à mon ami Thomas, cameraman. Il m’a tout de suite dit qu’il voulait faire ce film avec moi. Je ne le savais pas mais je l’ai appris ce jour-là, Thomas avait un grand frère, Renaud, décédé il y a trente-six ans. Thomas a vu le silence étouffer sa vie et celle de ses parents.

### **Comment les parents qui témoignent ont-ils accueilli ce film lorsqu’ils l’ont vu pour la première fois ?**

**Caroline Conte :** Nous nous sommes tous retrouvés chez Thomas. Claire, Katia et Benoît, Sandrine et Jean-François ne se connaissaient pas. C’était un moment qu’ils attendaient depuis plusieurs mois et nous aussi. Après la projection, il y a eu un long silence et puis chacun a dit un mot, le même à sa manière mais ça voulait dire merci. Le soir, on l’a regardé à nouveau tous ensemble, on avait besoin de ça.

### **Le confinement imposé pour des raisons sanitaires incontestables a beaucoup abîmé l’accompagnement de fin de vie et le rituel des obsèques. En craignez-vous les conséquences pour les personnes qui ont perdu des proches ?**

**Caroline Conte :** On a tous des besoins très différents quand un proche meurt. Pour certains, il est nécessaire de veiller le mort, de le toucher, pour d’autres c’est impossible. Mais d’habitude on a le choix. C’est ça qui compte. Claire, Katia, Sandrine et Jean-François nous ont souvent parlé des derniers moments avec Antonin, Soham et Baptiste. Comme le dit si bien Sandrine, ces derniers jours ensemble sont comme des vivres nécessaires dans le sac à dos pour le reste du chemin...

**À voir,** il est possible de le regarder sur YouTube.

Voici la référence : Dites-leur que je suis vivant Doc 2020

Proposé par Martine maman de Michaël

## Un autre regard

Cette nouvelle relation entre mon fils et moi, cette nouvelle maternité me demande une nouvelle façon d'être au monde, de nouvelles oreilles, un nouveau regard, un regard subtil, aigu qui transperce le visible pour capter l'invisible, qui ignore le clinquant pour apprécier le discret, le secret, le caché. Ce regard demande la confiance, l'espérance, le dépouillement, la solitude, le recueillement. J'essaie de l'apprendre, de l'entretenir doucement au rythme de mes hésitations et de mes doutes, au rythme de mes pleurs qui m'envahissent, me submergent et que j'accueille. Toutes ces découvertes m'emmènent si loin du monde et ont un goût d'ailleurs, de rêve, de poésie. Comment intégrer, mélanger ces dimensions de vie au quotidien ?

Catherine maman de Simon



Je crois qu'on a tous une bonne étoile,  
sauf que des fois elle est bien planquée.  
Certaines même plus que d'autres, il faut  
aller les débusquer.  
Parfois ça prend du temps quand tu fais  
trois fois le tour du ciel.  
Mais si tu cherches, c'est que tu avances.  
À mon avis c'est l'essentiel.  
Je fais partie de ceux qui pensent qu'y'a  
pas de barrières infranchissables.  
Il faut y croire un peu, y'a bien des  
fleurs qui poussent dans le sable.

Grand Corps Malade

Proposé par Françoise maman d'Adrienne



## « Toi qu’embrasse la lumière »

Nous sommes ceux que la lumière côtoie  
et que l’ombre talonne,  
en migration, nous sommes  
les passants d’une histoire qui trébuche.

Et le souffle en visite  
dans les chambres du cœur  
entre par la porte, sort par la fenêtre.

Tu as rejoint l’ouvert.

Il ne reste que le vent et les arbres  
pour passer nos appels,  
le silence tout autour  
où ta voix s’est défaite.

Ce silence est une mer  
où nous nous tenons tous,  
les uns aux autres  
nous tenons.

Les mains devant  
pour la traversée,  
il faudra remonter des brassées de sel,  
chercher en aveugle le fil d’un rivage,  
la branche d’une parole, l’ombre d’un signe,  
un battement un grelot une source,

que la douleur allume un ciel  
et nos constellations gardent trace de toi.

**Soline de Laveleye**

Proposé par Catherine maman de Simon



## *Le coin des livres*

Quand il faut évoquer la mort, nous savons que nous ne savons rien. Quand il faut parler des « morts de notre vie » (ceux qui vivent en nous, habitent en notre cœur), nous savons que les mots nous manquent, nous font défaut tant l'émotion est forte. Une croyance a fini par s'imposer à nous : face à la mort, les certitudes fondent comme neige au soleil. Les livres, les uns après les autres, eux qui devaient nous rassurer, se consomment face à cette lumière aveuglante de noir. Face à cet effroi vital, les idées ne protègent plus beaucoup. Alors que faire ? Se réfugier dans le mutisme ou, au contraire, instaurer une sorte de « solidarité des endeuillés » ? Nous faisons ici le pari qu'il est bon, et même essentiel, pour ne pas dire salutaire, d'en parler, d'échanger, de trouver, entre esseulés, une assurance mutuelle – de celles qui s'instaurent de vivant à vivant.

Extrait de « *Les morts de notre vie*, collectif, Albin Michel.  
(Livre disponible à la bibliothèque de l'association)

Bernadette, maman de Jeroen

### **CHANGER L'EAU DES FLEURS**

*“- Je vais vous faire un verre de lait de soja avec de la poudre d'amande et de la fleur d'oranger. J'aurais préféré un shot de vodka, mais je n'ai pas moufté. Je l'ai regardé verser le lait, la fleur d'oranger et la poudre dans un mixeur et remplir un grand verre de son breuvage dans lequel il a mis une paille multicolore, comme si nous étions à l'anniversaire d'un enfant, et il me l'a tendu. En faisant ce geste, il m'a souri, comme on ne m'avait jamais souri (...). J'ai commencé à boire à la paille, j'ai trouvé ça délicieux – cela m'a rappelé l'enfance que je n'avais pas eue, puis celle de Léonine, ça m'a rappelé quelque chose d'une douceur infinie. J'ai fondu en larmes.”*

Comme le premier roman de l'autrice, “*Les Oubliés du dimanche*”, celui-ci ne peut être ni raconté, ni résumé.

C'est un entrelacs de plusieurs histoires, toutes aussi humaines, bourrées de détails drôles, cruels ou bouleversants, qui les rendent tellement proches de notre vie à nous.

Dans ce roman, la mort est omniprésente.

Si celle de 4 petites filles dans un incendie est un élément-clé bouleversant, il ne constitue, de loin, pas l'essentiel du livre.

Pour moi, l'essentiel de ce livre, c'est la résilience de la narratrice. Sa force de tout traverser, de croire en la vie, envers et contre tout. De croire en elle, aussi. Malgré une enfance et un mariage désastreux, malgré le drame.

De continuer à accueillir l'amitié, la bonté, l'amour, la beauté et la force de la nature, tout ce qui nous porte et nous fait avancer.

*Anne, Maman de Charles*

(livre disponible à la bibliothèque de l'association)

## L'ARBRE DU PAYS TORAJA

de Philippe CLAUDEL, Stock, Paris, 2016

*“Près d'un village du pays Toraja (\*)situé dans une clairière, on m'a fait voir un arbre particulier. (...) C'est une sépulture réservée aux très jeunes enfants venant à mourir au cours des premiers mois. Une cavité est sculptée à même le tronc de l'arbre. On y dépose le petit mort emmailloté d'un linceul. On ferme la tombe ligneuse par un entrelacs de branchages et de tissus. Au fil des ans, lentement, la chair de l'arbre se referme, gardant le corps de l'enfant dans son grand corps à lui, sous son écorce ressoudée. Alors peu à peu commence le voyage qui le fait monter vers les cieux, au rythme patient de la croissance de l'arbre.”*

*(\*)Sur l'île de Sulawesi, à l'est de Bornéo.*

Dans ce très beau roman, passant du sombre au lumineux, du ton grave, désenchanté, à l'humour léger, l'auteur propose à la fois une réflexion sur la maladie, sur la place de la mort dans nos sociétés occidentales, une très belle histoire d'amitié et un hymne à la création artistique.

Anne, Maman de Charles

(livre disponible à la bibliothèque de l'association)





## Texte d'Agnès Ledig.

« En ce 22 avril printanier où tout n'est que bourgeon et vie renouvelée, il y a les yeux de mon fils dans le bleu des myosotis. Et sa délicatesse dans les primevères sauvages. Il y a surtout sa lumière, dans le feuillage de mon cœur de mère.

Cette lumière qui a déserté son corps il y a 14 ans, mais ne cesse de veiller sur notre chemin depuis.

Je pense beaucoup à lui dans cette crise que nous traversons tous, qui nous confronte à la mort, cette mort qui fait peur, qui fauche les plus fragiles, sans que nous n'y puissions rien. Elle est toujours injuste, toujours cruelle avec ceux qu'on aime. On voudrait l'éviter à tout prix, la chasser, l'empêcher, la bannir, l'interdire.

Mais la vie n'existe et n'est puissante que parce que la mort s'y invite.

On me dit souvent que je suis courageuse d'accepter ainsi celle de mon fils. Je ne crois pas. Est-ce du courage de se relever, mue par le profond désir d'être heureux ?

Il est plutôt question de résilience, de cet immense soupir apaisé du cœur qui dit un jour « oui à ce qui est ». Cet acquiescement au destin qui, avec le temps, métamorphose le chagrin en douce mélancolie.

Ce consentement qui incite encore plus à fêter la vie puisqu'elle n'est pas éternelle.

Et cette fête est un choix. Celui de la joie, celui de la lumière. Le soleil entre les feuilles des arbres ne fait pas que les éclairer, il les fait pousser, chaque année un peu plus. Droits ou un peu tortueux. Peu importe. Ils poussent. Sans penser à leur fin. Ou alors ils y pensent mais honorent d'autant plus d'avoir un jour germé et s'être ancrés dans la terre, s'être fait leur place et adienne que pourra. Un bûcheron, un parasite, un éclair dans la nuit. Ils poussent d'être dans la lumière.

Le seul courage qui soit est peut-être seulement celui d'aimer la vie.

Juste aimer la vie.

Aussi courte, fragile, minuscule soit-elle, ou alors à rallonge, bien rangée ou bancale, couleur ou noir et blanc, discrète ou turbulente, droite ou tourbillonnante.

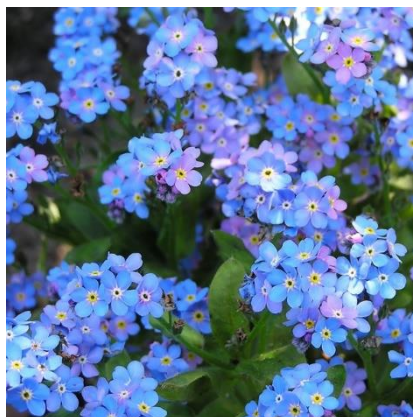
Juste aimer la vie.

Et accepter de n'être puissant que de ce choix-là.

Respirez, soupirez, souriez, vibrez, dansez chaque instant, même si c'est le dernier.

Douces pensées à tous »

Proposé par Dominique maman de Nicolas.





## La crise sanitaire du Corona Virus

a occupé nos esprits ces dernières semaines.

### Comment accueillir et entendre la parole des enfants en deuil ?

Parler de la mort avec un enfant endeuillé constitue une épreuve pour les adultes qui y sont confrontés.

Les enfants manifestent cependant leur besoin de comprendre, et par là, leur besoin d'être rassurés. D'où la nécessité de leur parler en toute franchise, avec des mots adaptés à leur âge mais néanmoins vrais.

**"Quand quelqu'un est mort, son cœur ne bat plus. Il ne respire plus. Il ne bouge plus. Il ne sent plus rien".**

La conception de la mort chez l'enfant dépend de son âge, de la culture familiale et sociale, de son développement. Elle se remanie continuellement tout au long de son développement affectif et de ses expériences vécues.

Il est donc utile de les connaître pour pouvoir communiquer avec lui, et savoir s'ajuster au plus près à son vécu.

Avant 6 mois:

Le bébé ne peut se "représenter" la mort, ni la "comprendre" mais il la "vit".

Le tout petit ne fait pas la différence entre son corps et celui de sa mère, il est en fusion avec sa mère, et ressent les chamboulements émotionnels de son entourage sans les comprendre.

Il subit la séparation dans son corps et celle-ci provoque chez lui une souffrance émotionnelle.

Après 6 mois:

L'enfant reconnaît sa mère comme différente de lui. L'absence d'autonomie le place dans une dépendance totale vis à vis de l'adulte donneur de soins et le rend vulnérable face à l'absence, à l'abandon. Il est capable de ressentir la détresse de son entourage immédiat, il est sensible au ton de la voix, aux mimiques, à la manière dont son entourage communique avec lui.

La mort d'un proche est perçue comme une "absence prolongée"

De 3 à 6 ans :

L'enfant perçoit la mort comme un événement imposé de l'extérieur, comme un long voyage. Il pense la mort provisoire et réversible.

C'est l'âge de la pensée magique, il interprète le monde en fonction de lui-même. Pour lui, ce qu'il pense et ce qu'il dit peut déclencher les événements. De cette vision du monde découle le risque que l'enfant se sente responsable du décès d'un proche.

De 6 à 12 ans:

On peut constater un mouvement de va et vient dans la pensée de l'enfant: la mort est tantôt réversible, tantôt permanente.

Progressivement le "jamais plus" est intégré, cette compréhension est nécessaire au processus de deuil : le défunt ne reviendra pas. C'est à cet âge que l'enfant commence à se poser les questions philosophiques fondamentales, et comprend que la mort est inscrite dans la nature de l'homme : il naît, il vit, il meurt.

Enfin, l'enfant perçoit la mort comme étant universelle, inévitable et irrévocable, comme un état final.

Comme on le voit, il y a une progression des conceptions de la mort en fonction de l'âge et du stade de développement de l'enfant. Les modalités de sa souffrance face au deuil sont bien différentes de celles des adultes. Si l'enfant perçoit l'incapacité de ses proches à l'entendre et à le comprendre, il se pourrait que pour ne pas blesser l'adulte et ne pas le peiner davantage, bien des enfants endeuillés restent seuls face à leur chagrin.

Une parole juste, une parole vraie, une parole qui les reconnaît dans ce qu'ils sont est un relais indispensable pour leur permettre de regagner l'autre rive, celle de la vie et du devenir.

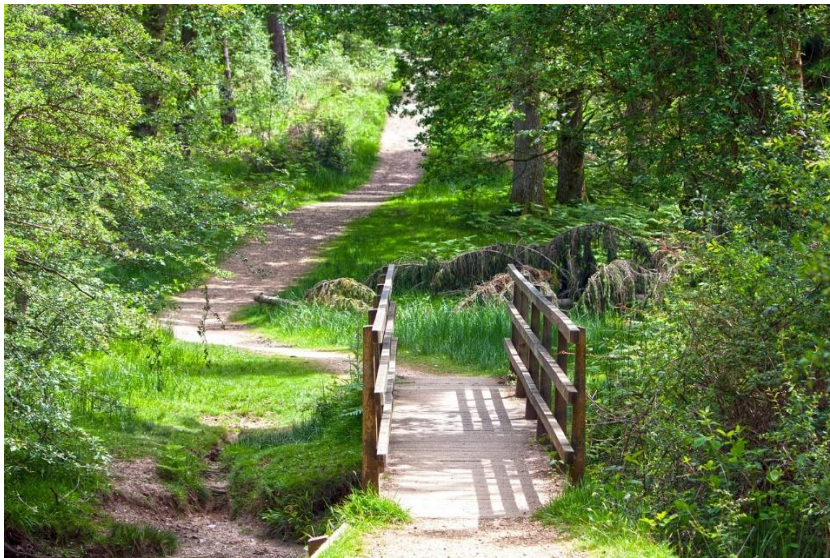
Françoise maman d'Adrienne



Poème d'Emily Dickinson :

Si je peux empêcher un cœur de se briser  
Je ne vivrai pas pour rien  
Si je peux soulager une vie de la souffrance,  
Apaiser une douleur  
Ou aider un rouge-gorge affaibli  
A regagner son nid,  
Je ne vivrai pas pour rien.

Proposé par Françoise maman d'Adrienne



« De tout, il resta trois choses :  
La certitude que tout était en train  
De commencer  
La certitude qu'il fallait continuer,  
La certitude que cela serait interrompu  
Avant que d'être terminé.  
Faire de l'interruption, un nouveau chemin  
Faire de la chute, un pas de danse,  
Faire de la peur, un escalier,  
Du rêve, un pont,  
De la recherche...  
Une rencontre. »

Fernando Pessoa

Proposé par Fanny maman de Senne

« Tout homme blessé est contraint à la métamorphose. »

Boris Cyrulnick

Proposé par Bernadette, maman de Jeroen



« Ta mort fait comme une île noire dans un océan de lumière.  
Pour te rejoindre, aucune barque. Il faudrait pouvoir marcher sur la  
lumière. Cela doit s'apprendre. Cela s'apprend. »

Christian Bobin

Proposé par Bernadette, maman de Jeroen



## *INFOS*

Nous ne savons pas encore si la balade prévue le dimanche 2 août pourra avoir lieu. Nous vous donnerons des nouvelles en fonction des consignes émises par les autorités, ainsi que, pour les futures rencontres.



Merci pour vos envois de texte !

Nous vous souhaitons un été lumineux et le plus doux possible.

Martine, Françoise, Anne, Bernadette, Catherine

