



Belgique – België

P.P. - P.B.

1300 WAVRE CENTRE

BC31386



LE LIEN ...

Périodique trimestriel, N° 14
Janvier, février et mars 2013.

Bureau de dépôt: 1300 Wavre
P911155

Editeur responsable: Martine DONCK
Avenue René Gobert, 1180 Bruxelles

Expéditeur: Parents désenfantés
4, rue Charles Sambon, 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.



« N'oublie pas de briller sur nous,
quand notre cœur sera chagrin. »

Proposé par Danièle, maman de France

Sans elle.

Printemps 2008.

Nous venons de vivre toute une année sans elle ! Une année de béance, d'errance suspendue à un signe, une odeur, un souvenir...

Pour les autres, la vie a repris son cours ; pour eux, rien n'a changé.

On nous invite gentiment aux fêtes d'anniversaires, aux repas de Noël, à des soupers entre amis...il y a peu, elle était là, elle aussi. Alors pourquoi ne plus parler d'elle ? J'aimerais tant qu'on la fasse revivre encore un peu ! Et je fais quelque tentative : « Ariane aimait beaucoup ce dessert » ou « Ariane aurait aimé la couleur de ta nappe ». Mais personne n'enchaîne ou n'écoute. Je me tais donc pour ne pas gâcher l'ambiance ou par crainte d'indisposer mes hôtes.

Et mon trop-plein d'elle déborde en sanglots, le soir, à la maison.

J'étouffe de murmurer son prénom, pas trop haut, pour ne plus perturber.

Je gonfle de pleurs retenus, pour ne plus attrister. J'exècre les : « ça va ? » auxquels il faut bien sûr répondre oui.

Pour survivre, il est urgent de décharger un peu de cette tristesse trop souvent contenue. Nous devons encore vivre un peu avec elle, par elle. Ainsi, décidons-nous de rejoindre le groupe de Parents Désenfantés à Wavre.

Et là, en toute confiance, dans un grand partage d'amitié et de compassion, nous pouvons déposer la lourdeur de notre chagrin. Nous parlons de nos enfants, de notre vie avec eux. Parfois même, il nous arrive de rire de leurs caractères, de leurs caprices, de leurs facéties. Nous nous renforçons à l'écoute des accompagnateurs et à l'amitié d'autres parents désunis de leur enfant eux aussi.

Extrait du livre : « ARIANE AU FIL DES JOURS »

De Dany Sacotte, maman de notre association

Livre disponible dans la bibliothèque de l'association

Entraide

Esquisser un pas vers une main tendue

Pour briser la solitude

Pour qu'enfin sa peine soit entendue

Malgré le temps qui passe, les habitudes.

Nier la réalité et laisser couler les larmes

Crier et dire sa douleur

Déposer sa peine comme on dépose les armes

Livrer encore et encore les raisons de son malheur.

Témoigner et comprendre que l'on n'est pas seul

A pleurer l'absence d'un être cher

Lever le voile posé comme un linceul

Sur ce que fut la vie de notre sœur, de notre frère.

Recevoir des paroles de réconfort

Les accueillir comme un baume pour notre cœur

Se soutenir et se sentir plus fort

En partageant notre douleur.

Avancer tous ensemble au travers de nos histoires

S'écouter et ne pas juger

Retrouver parfois, malgré notre désespoir,

Une part de bonheur et la partager.

Imaginer comment survivre à l'absence

Avec au fond du cœur ce vide, ce gouffre

Sans cette personne à qui sans cesse l'on pense

Avec ce deuil dont on souffre.

Dire notre crainte du temps qui s'enfuit

Et emporte avec lui le visage et la voix

Redouter que se perdent dans la nuit

Les souvenirs d'autrefois.

Espérer en des jours meilleurs

Où la douleur fera place à l'apaisement

Tout en gardant au fond de son cœur

Pour celui qui est parti, notre amour éternellement.

Texte écrit par Chantal, sœur de Christian

Proposé par Catherine, maman de Simon



Lors des deux dernières rencontres, nous avons accueilli des frères et sœurs dans un groupe spécifique.

Nous avons à cœur d'offrir un lieu de parole et d'écoute à ceux qui souvent, sont oubliés.

*Extrait du livre : « VIVRE SANS TOI »
Témoigner après la mort d'un frère ou d'une sœur.
Livre disponible à la bibliothèque de l'association*

OLIVIER

Tu ne parles plus, mais tu es vivant,
Je ne te vois plus, mais tu es vivant
Tu ne souris plus, mais en arrière de tes yeux,
Tu me regardes
De très loin.
Peut-être de très près,
Je ne sais rien de ces distances, je ne sais plus rien de toi,
Mais tu sais d'avantage de choses sur moi,
Car tu veilles sur moi et m'accompagnes sur mon chemin
Tu as quitté cette vie, pour entrer dans une autre sorte de vie,
Et désormais, tu es sans cesse à mes côtés,
plus attentif à moi que jamais.
Pour que tu sois heureux, je te laisse partir,
Je te laisse vivre ta vie, hors vie,
Même si cette vie se déroule hors de moi.
Ainsi aide-moi à vivre sans ta voix, sans tes yeux, sans ton sourire.
Et maintenant que tu me vois vivre et m'attends,
Sache que je ne te décevrai jamais.

Emilie, sœur d'Olivier





« Perdre un enfant, c'est un tsunami »

Sous le regard de leur fils Grégory disparu voici cinq ans, le combat contre la mucoviscidose continue pour ses parents Laurence et Pierre Lemarchal.

Grégory vous a quittés voici cinq ans. Vous attendiez-vous encore à une telle ferveur autour de lui ?

Laurence : Je suis émue que les gens ne l'oublient pas. Cet album nous tenait à cœur. C'était la première fois qu'on pouvait mettre en plus les images à la disposition du public.

Y-a-t-il une chanson de lui que vous préférez et qui vous fait du bien ?

Laurence : Ca me fait du mal. Je ne mets jamais de CD de Grégory à la maison. Par contre quand il passe à la radio, je l'écoute. Je prends cela comme un signe. La chanson qui m'a le plus marquée, c'est « Et maintenant » de Gilbert Bécaud, lors de la finale. Il faut le regarder dans les yeux quand il la chante !

Votre fille chante aussi ?

Pierre : Elle chante bien. Elle était très proche de son frère.

Laurence : Ils étaient fusionnels. Greg était très fier d'elle. C'est vrai qu'on pense toujours aux parents, mais il avait une sœur qu'il adorait. Perdre un enfant, c'est un tsunami.

*Extraits d'un article paru dans le Télépro
Proposé par Martine, maman de Cédric.*

A chaque matin du monde
Une vague profonde emporte loin des rivages
La piste de nos pas
Mais sur cette plage intime
Tenue secrète des marées et du vent
L'empreinte de ton passage pourtant si fragile
Résiste immuable au silence du temps.

Dany, maman d'Ariane



L'homme qui marche :

Je ne peux vraisemblablement
Comprendre que ce qui est
A l'intérieur du temps.
Les gens,
Par exemple, ou les pensées,
Ou le chagrin,
La joie, les chevaux, les chiens,
Les mots, l'amour.
Des choses
Qui vieillissent, qui se renouvellent,
Qui changent.
Le manque de toi
Est lui aussi enfermé dans le temps.
Le deuil
Se fait de plus en plus ancien
Avec les années,
Et il y a des jours où il est neuf,
Frais.
Il en va de même pour la fureur
Au sujet de ce qui
T'a été
Volé. Mais tu
N'es plus.
Ton propre être n'est plus.
Tu es
En dehors du temps.

Comment
T'expliquer,
Puisque l'explication aussi
Est comprimée dans le temps.
Quelqu'un
Qui habitait un pays lointain
M'a raconté
Un jour que dans sa langue
On dit de celui qui est mort
A la guerre qu'il est « tombé ».
Ainsi de toi : tu es tombé
Hors du temps, le temps
Dans lequel je demeure
Passe
Devant toi :
Une silhouette seule
Sur un débarcadère
Par une nuit
Dont le noir
S'est échappé
Jusqu'à la dernière goutte
Je te vois
Mais je ne te touche pas.
Je ne te sens pas
Avec mes
Capteurs de temps.

*Proposé par Anne-Françoise, maman de Maxime
Extrait de « TOMBÉ HORS DU TEMPS » de David Grossman
Livre disponible à la bibliothèque de l'association*

La mort des âmes n'existe pas

A toi qui as perdu un être qui t'était cher,
Retiens les souvenirs qui t'ont tant fait frémir,
Tu déplores la tristesse, tu maudis l'éphémère,
Tu rêves de sa main pour pouvoir la tenir.

Il entame une autre ère comme on joue un prélude,
Regarde autour de toi-même si tu ne le vois pas,
Offre-lui quelques mots malgré les habitudes,
Ressens donc sa présence car son âme est vers toi.

Les ailes lui ont poussé, il est devenu ange,
Bien heureux et posé il guidera tes pas
Il veut se sentir bien, que surtout rien ne change,
La mort des âmes n'est pas écoute le tout bas.

Il viendra te trouver sous forme déguisée,
Et malgré son absence, il va te soutenir,
Il te lance un message, celui de continuer,
Sur le chemin de la vie il veut te voir sourire.

*Texte d'Alexandra Julien
Proposé par Dany, maman d'Ariane*

« Le temps, l'absence n'ont rien changé à notre relation, je t'aime toujours avec la même force, chaque jour.

Nous voyagerons maintenant sur des chemins parallèles, nos mains ne peuvent plus s'atteindre, mais nos cœurs sont réunis.

Ta mort m'a enseigné la vie. Tu m'as fait voyager au plus profond de moi-même. Grâce à toi, j'ai une tout autre perception des valeurs. J'ai appris à savourer l'instant présent car je sais qu'en quelques secondes tout peut basculer. »

Proposé par Danièle, maman de France.

Extrait du livre « PETIT OGRE » de Pascale Bauwens.

Livre disponible à la bibliothèque de l'association



Une fleur sur le bord du chemin de la souffrance de votre chagrin,
Une goutte d'eau, perle de rosée qui vous permet de voir le scintillement du rayon de soleil,
Une éclaircie, ce rayon de soleil dans un ciel sombre,
Un sourire entre les pleurs,
Une brise légère dans la douceur de l'été attendu,
Une main tendue pour accueillir, et ouverte pour partager.
Voici le bonheur si petit soit-il,
Que je vous souhaite
Au jour le jour...

Marie-Jeanne, maman de Julien



La mort tombe dans la vie comme une pierre dans un étang : d'abord, éclaboussures, affolements dans les buissons, battements d'ailes et fuites en tout sens. Ensuite, grands cercles sur l'eau, de plus en plus larges. Enfin le calme à nouveau, mais pas du tout le même silence qu'auparavant, un silence, comment dire : assourdissant.

Texte de Christian Bobin proposé par Dany, maman d'Ariane

« Après la mort de Michaël, je me souviens avoir été effrayée de voir tous ces gens autour de moi qui étaient si désespérés et voulaient sans doute me consoler en disant que « c'est terrible, jamais on aurait cru cela de ce garçon qui avait l'air si « bien dans sa peau », me plaindre, cela je ne le supportais pas.

Ce fut pour moi le moment d'une grande décision, celle de survivre mais autrement.

J'ai cherché à comprendre ce qui s'est passé, pourquoi Michaël en était arrivé à cela, qu'avons-nous fait ou pas ? Pourquoi ? J'allais de livre en livre découvrir un autre monde, celui de la souffrance que Michaël a dû vivre pour en arriver à ce geste ultime. La souffrance que je vivais m'aidait à le comprendre et à aider ma famille et ses amis. J'ai fort entouré mes filles et ses amis, de peur qu'il ne leur arrive quelque chose. Au fond de moi, c'est l'amour que je porte à mon fils qui m'a aidé et m'aide encore.

Grâce à notre chien, je partais des heures dans la forêt, je me ressourçais auprès des arbres, de l'eau des ruisseaux ou des étangs, des chants d'oiseaux, dans le vent, la pluie c'est aussi la vie de la nature qui m'a guidée pour m'accrocher dans la vie. Travailler la terre dans mon jardin me rattachait aussi à l'essentiel de mon choix, celui « d'aller vers l'autre ».

Témoignage de Martine, maman de Michaël

Lu à la rencontre du 2 février

« Je voulais simplement te dire
Que ton visage et ton sourire
Resteront près de moi sur mon chemin.
Te dire que c'était pour de vrai
Tout ce qu'on s'est dit, tout ce qu'on a fait
Que c'était pas pour de faux, que c'était bien.
Faut surtout jamais regretter
Même si ça fait mal, c'est gagné
Tous ces moments, tous ces mêmes matins
Je vais pas te dire que faut pas pleurer
y'a vraiment pas de quoi s'en priver
Et tout ce qu'on a pas loupé, le valait bien
Peut-être on se retrouvera
Peut-être que peut-être pas
Mais sache qu'ici bas, je suis là
Tu resteras comme une lumière
Qui me tiendra chaud dans mes hivers
Un petit feu de toi qui ne s'éteint pas.

*Confidentiel de Jean-Jacques Goldman
Proposé par Mireille, maman d'Eric et Christophe*



Vous dites :
C'est fatigant de fréquenter les enfants.
Vous avez raison.
Vous ajoutez :
Parce qu'il faut se mettre à leur niveau,
Se baisser, s'incliner, se courber, se faire tout petit.
Là, vous avez tort.
Ce n'est pas cela qui fatigue le plus.
C'est plutôt le fait d'être obligé de s'élever
Jusqu'à la hauteur de leurs sentiments.
De s'étirer, de s'allonger, de se hisser
Sur la pointe des pieds.
Pour ne pas les blesser. »

Janusz Korczak

Proposé par Martine, maman de Michaël

Activités avec les enfants lors des ateliers pour Tournesol



VENDREDI 26 AVRIL
à 19h30
SOIREE D'ECHANGE

« *Le deuil : des hauts et des bas !
Quand j'en parle autour
de moi... »*

Avec

Bernard Rimé
Dr. en Psychologie
Professeur émérite et professeur invité à l'U.C.L.

&

Laetitia Schul
Psychologue Membre de l'Association « Parents Désenfantés »

A la salle des Templiers
à l'hôtel de ville de Wavre

L'assemblée générale de Parents Désenfantés

aura lieu à Wavre

le mardi 25 juin à 19h.

Nous proposons à tous les parents d'y assister
en tant qu'invités et de devenir éventuellement membre
de notre assemblée générale.

Merci de signaler votre présence par mail :

parentsdesenfantes@scarlet.be

ou par tél. 010 24 59 24



A vos agendas:

➤ Nos prochaines rencontres auront lieu:


- **A Wavre:** le samedi 8 juin 2013 de 14h à 18h30'
Au rue Charles Sambon, 4 à 1300 Wavre
parentsdesenfantes@scarlet.be
- **A Charleroi:** le vendredi 24 mai 2013 de 19h à 21h30'
A « La casa Locale »
Cité Chapeveyer, Bloc 400 à 6200 Châtelet
Contact: Lucia Desimio: 071 38 93 60
- **A Liège:** le samedi 22 juin 2013
A la « Maison du social »
rue Beeckman, 26 à Liège
Contact: Marie-Anne Hallet: 04 263 25 27
parents.liege@gmail.com

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

SOIREE D'ECHANGE LE VENDREDI 26 AVRIL 2013

- **BALADES:** 4 août dans la région de Wavre
15 juin dans la région de Charleroi





*Déjà, les perce-neige, de leur humble blancheur,
Nous parlent du départ d'un hiver trop long.
Déjà, les nuages percés d'une lueur nouvelle,
Nous content la chaleur d'un soleil tout proche.
Que ce printemps, enfin là,
Colore nos cœurs d'un peu de douceur.*

*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.*

Dany, Danièle, Martine, Catherine

RAPPEL: Adresse e-mail: parentsdesenfantes@scarlet.be • Tél. 010 24 59 24
Contact à Liège: Marie-Anne Hallet • tél. 04 263 25 27 • parents.liege@gmail.com



Parents désenfantés

a.s.b.l