

# LA LETTRE N°6

Apprivoiser l'Absence  
avril 2010



*« Chacun est provisoire, certes, mais le fait que nous ayons existé est définitif. »*

*Vladimir Jankélévitch*



21 rue des Malmaisons 75013 PARIS tél : 01.60.14.35.73

Courriel : [contact@apprivoiserlabsence.com](mailto:contact@apprivoiserlabsence.com)

## Témoignage d'une maman

Quelques mois après la mort de ma fille Anne, j'ai pris contact avec l'association *Apprivoiser l'Absence* de Vannes et tout de suite j'ai été rassurée par l'accueil de Claire.

Pendant cette année de rencontres, j'ai parlé de ma fille Anne, de ma souffrance et ainsi j'ai pu comprendre que j'étais « normale » dans ma douleur. Ce groupe a été pour moi une béquille, tant par la qualité de partage avec les autres parents que par l'écoute des animatrices, Claire et Marthe.

Je suis « observatrice » depuis janvier 2010. Cette écoute silencieuse me permet d'être totalement disponible à ce que vivent les participants du groupe. Le vécu des parents dont l'enfant est décédé de cancer me ramène à mon propre vécu, lors de la maladie de ma fille. La souffrance des enfants dans la maladie fait écho en moi et la souffrance des parents fait résonnance avec ma propre douleur. Comme lorsque je quittais les réunions de mon propre groupe d'entraide, tout ce qui est dit continue de m'habiter. Mais tout cet amour et cette tendresse me procurent un grand réconfort sur mon long chemin de deuil.

Je vais ainsi cheminer une année avec les parents, connaître leurs enfants et réfléchir sur mon désir d'être animatrice.

Marie-Thérèse



**Rites, rituels...**

Ce que la religion apporte, lorsqu'on a perdu un être cher, ce n'est pas seulement une consolation possible ; c'est aussi un rituel nécessaire, un cérémonial, même sans faste, comme une politesse ultime, face à la mort de l'autre, qui aiderait à l'affronter, à l'intégrer (aussi bien psychologiquement, que socialement), en fin à l'accepter, puisqu'il faut bien en venir là, ou en tout cas à la vivre. Une veillée funèbre, une oraison, des chants, des prières, des symboles, des attitudes, des rites, des sacrements... C'est une façon d'appriivoiser l'horreur, de l'humaniser, de la civiliser, et sans doute il le faut. On n'enterre pas un homme comme une bête. On ne le brûle pas comme une bûche. Le rituel marque cette différence, il la souligne, il la confirme, et c'est ce qui le rend presque indispensable.

Il arrive, certes, que les obsèques soient purement civiles : un enterrement ou une crémation n'ont pas besoin, en tant que tels, de religion. Le recueillement pourrait suffire. Le silence et les larmes pourraient suffire. Force est pourtant de reconnaître que c'est rarement le cas : nos funérailles laïques ont presque toujours quelque chose de pauvre, de plat, de factice, comme une copie qui ne saurait faire oublier l'original. C'est peut-être une question de temps. On ne remplace pas en un tournemain 2000 ans d'émotion et d'imaginaire. Mais il y a sans doute davantage. La force de la religion, dans ces moments-là, n'est pas autre chose que notre propre faiblesse face au néant. C'est ce qui la rend nécessaire, pour beaucoup. Ils se passeraient à la rigueur d'espérance, pour eux-mêmes. Mais point de consolations, ni de rites, lorsqu'un deuil trop atroce les frappe. Les Eglises sont là pour eux. Elles ne sont pas près de disparaître, « Je crois en Dieu me dit un jour une lectrice, parce qu'autrement ce serait trop triste. » Cela, qui n'est certes pas un argument (« il se pourrait que la vérité fût triste », disait Renan), doit pourtant être pris en considération.

André Comte-Sponville, *l'Esprit de l'athéisme, introduction à une spiritualité sans Dieu*, Albin Michel, le Livre de poche 2006 p 19-20

## Conférences

### A Vannes

**vendredi 24 septembre, à 20 heures**  
au Palais des Arts de Vannes (salle Ropartz)

**« la mort d'un frère ou d'une sœur »**  
**autour du court-métrage « Enez Eusa » et du livre « Vivre sans toi »**

avec la participation de Marthe Sébille, réalisatrice et de Danielle Colas-Idelman, formatrice et psychothérapeute qui a préfacé les chapitres du livre.

### A Paris

**samedi 8 mai, à 20h15**  
21 rue des Malmaisons, 75013 PARIS (métro Maison Blanche)

Conférence avec **Gilles Deslauriers**, psychothérapeute québécois, spécialisé dans l'accompagnement du deuil et consultant en « perte, changement et transition », sur le thème :

**« Rituels pour notre temps »**

Les rituels, très présents autrefois dans notre société, ont tendance à disparaître dans un contexte social devenu plus laïc. Et pourtant, ils restent importants à chacune des grandes étapes de notre vie : naissance, passage à l'adolescence, mariage, mort. A travers différents exemples concrets, Gilles Deslauriers nous montrera ce que permettent les rituels et comment inventer de nouvelles manières de faire adaptées à notre temps.

A l'issue de cette rencontre, un verre de l'amitié permettra à ceux qui le souhaitent de se retrouver ou de faire connaissance.

*Soirée est ouverte à tous. Libre participation aux frais.*  
*Renseignements: 01 60 14 35 73*



**jeudi 10 juin, à 20h15**

14 rue Marie-Rose, 75014 Paris  
(métro Alésia ou Porte d'Orléans)

Conférence-débat avec **Geneviève Jurgensen** sur le thème :

**« Comment trouver la force de vivre après la mort de son enfant ? »**

Geneviève Jurgensen est journaliste et écrivain ; fondatrice de la Ligue contre la violence routière. Elle a écrit un livre-témoignage 14 ans après la mort de ses deux filles : « La disparition ».

Elle sera interviewée par **Laure Adler**, journaliste, écrivain, auteur du livre « A ce soir », écrit 17 ans après la mort de son fils.

Cette rencontre sera précédée à 19h30, de l'assemblée générale de l'association.

A l'issue de la soirée, un verre de l'amitié permettra à ceux qui le souhaitent de se retrouver ou de faire connaissance.

*Soirée ouverte à tous. Libre participation aux frais.*  
*Renseignements : 01 60 14 35 73*

## Vivre sans toi...

### Témoigner après la mort d'un frère ou d'une sœur

Le deuil d'un frère ou d'une sœur est différent de celui d'un parent ou d'un autre membre de la famille. Il est peu reconnu, souvent minimisé ou ignoré et vécu dans l'isolement et le silence. Mais ce décès, qui n'est pas dans l'ordre des choses, bouleverse tout l'équilibre de la famille. Rien ne sera plus jamais comme avant.

Des jours, des mois, des années, des décennies après le décès ou la disparition de leurs frères et sœurs, 91 personnes, de tous âges, offrent dans ce recueil leurs textes et leurs poèmes.

Leurs témoignages sont présentés à l'état brut, sans commentaires. Ils sont rassemblés par thème, et chaque thème s'ouvre par l'introduction de Danielle Colas-Idelman, psychothérapeute. Cet ensemble inédit donne des repères et des ressources pour traverser cette épreuve.

Destinés en tout premier lieu aux frères et sœurs endeuillés, ces témoignages peuvent aider aussi les parents à mieux comprendre ce que vivent leurs enfants.

*« Témoigner et comprendre que l'on n'est pas seul...  
Avancer tous ensemble au travers de nos histoires...  
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 »*

Extrait d'un témoignage du livre :

**« Vivre sans toi...témoigner après la mort d'un frère ou d'une sœur »,  
coordonné par Angela Triponel et Nathalie Hamza  
éd. Chronique sociale, 384 p 18,00 euros**

## Vie de l'association

**L'assemblée générale** de notre association aura lieu le jeudi 10 juin à 19h30, avant la conférence de Geneviève Jurgensen, 14 rue Marie-Rose, 75014 Paris.

**Les groupes d'entraide** : tandis que deux groupes se terminaient en ce début d'année 2010, trois nouveaux groupes ont commencé leur chemin, l'un à Vannes et les deux autres à Paris.

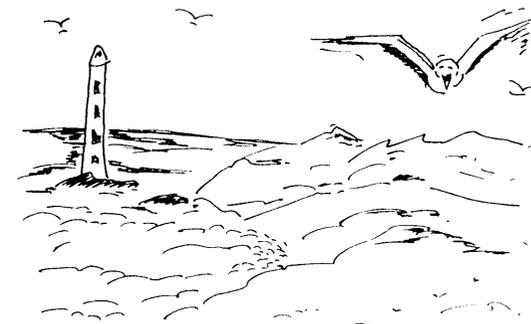
**La journée des parents** : tous les parents des groupes qui ont existé depuis 1993 (excepté les groupes actuellement en cours) seront invités à une journée de rencontre le dimanche 19 septembre.

**Notre site Internet** : vous pouvez aller consulter sur notre site : [www.apprivoiserlabsence.com](http://www.apprivoiserlabsence.com) dans la rubrique « actualités » des extraits de la conférence donnée par Lama Puntso sur « la souffrance dans la pensée ».

N'oubliez pas d'aller visiter le site : [www.traverserledeuil.com](http://www.traverserledeuil.com), et en particulier les rubriques « aider un proche en deuil » et « comprendre, le processus de deuil »

Florent

Les flots sont rances aujourd'hui  
Là-bas au large de la Somalie  
Rances de cette barbarie  
Les flots ne seront plus jamais les mêmes  
pour les tiens et ceux qui t'aiment  
Nos coeurs pleurent ton absence  
Pleurent la violence  
L'ineptie de ce monde  
Ton projet en bateau était beau  
Il s'arrête trop tôt  
Mais de là-haut dis nous,  
crie aux tiens  
à ceux qui t'aiment  
que ton âme est sereine  
Peut-être pas si tôt, mais bientôt  
on l'espère  
Pour qu'ici bas  
ici sur terre  
dans ce coin de petite mer,  
les tiens et ceux qui t'aiment  
puissent continuer à vivre,  
chasser la haine  
Les flots dansent Florent  
La mer n'a pas de frontières  
tu n'es pas loin  
mais là tout près  
Veille sur eux  
Sur lui, sur elle  
Ils ont besoin de toi  
Rêve de là-haut  
un monde meilleur  
Que danse les flots  
au son de ta belle âme  
toujours sans s'arrêter  
au rythme des marées



Natalie