



LETTRE D'INFORMATION N°2

Apprivoiser l'Absence

4 Place de Valois
75001 PARIS
Tél. : 01.60.14.35.73

Site internet : www.apprivoiserlabsence.com

Courriel : contact@apprivoiserlabsence.com

Association sans but lucratif régie par la Loi du 1^{er} juillet 1901

« Je ne peux pas changer les événements de ma vie passée, mais je peux changer ma façon de les vivre. Car, si je ne peux avoir d'influence sur mon passé, je peux en avoir beaucoup sur ce que j'en fais aujourd'hui. »
Jacques Salomé



Editorial



Chers Parents, chers amis,

C'est avec un grand plaisir que nous nous retrouvons à travers cette deuxième lettre d'information.

Celle ci nous permet de confirmer nos liens et de réaffirmer la solidarité que nous avons construite ensemble, par la parole et l'écoute, durant de longs mois, dans nos réunions de groupes de partage.

Comme vous le savez, dans ces temps tourmentés de l'après décès et dans le désarroi qui s'empare de nous, nous avons pu tisser ensemble du lien

social.

Cela est notre bien commun, puisque nous avons ainsi reconstruit notre appartenance, à part entière, avec le reste de l'humanité. Malgré ses drames, nous avons pu retrouver un chemin plus heureux pour que ses beautés nous enchantent de nouveau.

Notre nouveau tandem fil rouge (Marie Odile Blanty et Françoise Sarrazin), dans la prolongation scrupuleuse et éthique de leurs prédécesseurs, a repris le passage de témoin, c'est-à-dire, accueille dans un premier temps la détresse, l'entend, puis oriente vers un groupe d'entraide les parents endeuillés. Elles entretiennent au sein de l'équipe associative des liens d'échanges et de cœur, si je puis dire, et privilégient une bonne relation avec d'autres associations, qui s'engagent aussi à soulager et aider toute personne souffrant dans son corps et dans son âme, au sens large.

Après le groupe d'entraide, il y a d'autres moyens de nous retrouver : le site Internet, la lettre d'informations, la rencontre parents qui devrait se dérouler en 2009. Des conférences sont organisées périodiquement, sur des thèmes qui nous permettent d'échanger entre nous.

A noter donc la conférence donnée par Aliette de Panafieu le 17 décembre.

Dans l'attente de vous rencontrer, je vous souhaite à tous, bon pied, bon œil, sur le chemin de la vie, avec le soutien d' **Apprivoiser l'Absence**.

Gérard Grebert

Vice président d'*Apprivoiser l'Absence*

Perfectionnement des animateurs de groupe

La formation perfectionnement des animateurs de groupe d'entraide a eu lieu les 6 et 7 octobre 2008 au centre de formation **François-Xavier Bagnoud**. Ce travail a été animé par Alain Bercovitz, psycho-sociologue et consultant à la fondation. Il portait sur nos échanges de pratique, sur les problèmes que nous rencontrons lors de l'animation des groupes et sur les valeurs sur lesquelles nous nous appuyons dans notre engagement.

Plus que des recettes, Alain Bercovitz nous a aidé à réfléchir sur les raisons pour lesquelles nous étions entrés à « **Apprivoiser l' Absence** » et comment celles-ci déterminaient notre façon d' animer, d' écouter et d' aider les autres. Par des jeux de rôles, nous avons appréhendé comment nous pouvions écouter et respecter la parole de l' autre tout en restant nous-mêmes fidèle à nos croyances et sans les projeter sur l' autre.

L'animation d'Alain Bercovitz nous a montré comment l' animateur pouvait être un exemple pour le groupe, comment il faisait rebondir la parole, favorisait l' expression et les échanges, laissait pauser les silences, reformulait, essayait de trouver le mot "juste" pour aider à comprendre et faisait travailler sur les associations d'idées.

Cette formation a été une profonde réflexion personnelle pour nous autres participants et une aide pour donner du sens et de la cohérence à notre animation.

Marthe et Claire, Vannes (56)

Forum mondial de l'action humanitaire

Du 6 au 9 mars 2009, se tiendra au Parc des Expositions de la porte de Versailles, le premier « forum mondial de l'action humanitaire » (FMAH). Il réunira environ 300 associations de France, d'Afrique, d'Europe de l'Est et d'ailleurs, ayant tous des buts 'humanitaires' - au sens large du terme - autour de huit thèmes : l'enfant, la femme, précarité et aide au logement, l'éducation, la paix, la santé, les seniors, l'alimentaire. Ce forum est à l'initiative de Marc Lévy, le fondateur de SOS Suicide ; il est sous le patronage de Roselyne Bachelot, ministre de la Santé.

Vous pouvez trouver des informations sur le site Internet : www.actions-aid-agency.com

Nous y serons présents sur un stand autour du deuil, avec des associations partenaires : *Vivre son Deuil, Jonathan Pierres Vivantes, Naître et Vivre...*

Vous, parents qui avez participé à un groupe d'entraide au sein de notre association, nous vous invitons à venir tenir ce stand avec nous et ainsi témoigner de ce que vous avez reçu. Si cela vous intéresse, prenez contact avec : Marie-Odile Blanty (tél : 01 30 71 08 38 mël : mo.blanty2@orange.fr).

Message de Françoise Sarrazin, *fil rouge parents*

C'est avec émotion et un peu d'appréhension que j'ai pris la succession de Véronique, fin janvier. Je savais que je saurais écouter, mais j'avais à cœur que les parents en souffrance qui m'appelleraient ressentent mon empathie et, à travers moi, l'accueil chaleureux de l'association.

Je reçois de nombreux appels, de la région parisienne mais aussi de toute la France. Notre réseau me permet d'orienter vers d'autres associations en province, associations qui ont mis en place soit une permanence d'écoute, soit des rencontres.

A Paris, un groupe d'entraide commencera début novembre, un deuxième en janvier et vraisemblablement un troisième en mars. Je suis consciente que beaucoup de parents désirent commencer les groupes dès leur décision prise, et il n'est pas toujours simple d'expliquer, que les groupes se mettent en place lorsque nous avons réuni environ dix parents et que deux animateurs sont disponibles. Cependant, les choses se passent bien.

Pour ceux qui expriment le désir de se faire aider plus personnellement, je propose des noms de psychologues.

A ceux qui trouvent le temps trop long avant le démarrage d'un groupe, je propose un entretien particulier avec une maman en deuil qui fait partie de notre équipe depuis plusieurs années, qui, à travers les formations, a acquis une expérience dans l'écoute individuelle. Cette « famille » qu'est *Apprivoiser l'Absence*, que j'ai rejointe dans le courant de l'année 2000, me permet d'oser transmettre l'espoir, en entendant la douleur dans son extrême.

Merci de votre confiance

Françoise

Message de Marie-Odile Blanty, *fil rouge animation*

Ce qui fait le cœur de notre association, ce sont ces groupes d'entraide, qui réunissent une dizaine de parents, venus seuls ou en couple pour partager avec d'autres.

Chaque groupe est une nouvelle aventure ! Chaque groupe a sa personnalité propre. Les parents qui y viennent ont perdu un enfant (parfois plusieurs) et les causes de décès sont différentes : mort subite du nourrisson, maladie, accident ou suicide. Les âges des enfants peuvent aussi être très variés, de quelques mois à 30 ans. Tant d'éléments qui, a priori, pourraient être des obstacles à la cohésion d'un groupe. Et pourtant... c'est la même souffrance profonde causée par l'absence de l'enfant, c'est le même désir d'être entendu et compris, qui réunit tous les participants. Dans ces partages où chacun se livre tel qu'il est, l'écoute est souvent exceptionnelle et l'entraide toujours au rendez-vous.

Les animateurs ne sont pas là pour donner des recettes, mais bien plutôt pour aider à l'expression, pour faciliter la circulation de la parole et les résonances. Ils sont souvent les témoins émerveillés de ce qui se passe au cours de ces soirées et reçoivent autant qu'ils donnent.

Vous qui avez bénéficié de la richesse de ces groupes, si vous souhaitez devenir animateur ou animatrice, dites-le nous.

Marie-Odile



Deux conférences organisées par *Apprivoiser l'Absence*

mercredi 17 décembre 2008 à 20h30

4 place de Valois, 75001 Paris (métro : Palais-Royal ou Châtelet)
conférence, suivie d'un échange sur le thème

Deuil, Séparation, Liens

par **Aliette d'Ivernois de Panafieu**, psychothérapeute

La mort d'un enfant, séparation absolue, oblige les parents en deuil à revoir tous leurs liens, lien à l'enfant, lien aux autres, lien à la vie...

A partir de cette épreuve, comment trouver un chemin vers de nouveaux attachements ?

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

vendredi 13 février 2009 à 20h

4, place de Valois, 75001 Paris (métro : Palais-Royal ou Châtelet)
conférence donnée par

Lytta Basset, professeure de théologie à l'université de Neuchâtel (Suisse).

Ecrivain.

Auteure de

"Ce lien qui ne meurt jamais"

"Le chemin de vérité qui mène à une vie plus forte que l'irréparable n'est pas l'apanage des croyants. Le clivage est ailleurs. Il dépend de l'orientation choisie : malgré ou à travers la mort de notre proche, désirons-nous ardemment aller vers ce qui vit ou décidons-nous d'étouffer ce désir en nous?"

Cette conférence est organisée en partenariat avec l'association *Jonathan Pierres Vivantes*.

Témoignage

« Apprivoiser l'Absence », ces mots ne me parlaient guère jusqu'au 10 avril 2005, date à laquelle Antoine, à peine 19 ans, nous a quittés. Cet enfant rayonnant a mis fin à ses jours. Comment continuer ?

Plusieurs mois ont passé avant qu'un article dans la presse locale n'attire notre attention. Nous avons très vite adhéré à ce qui nous était proposé par *Apprivoiser l'Absence* équipe de VANNES (56) : 12 rencontres, pendant une durée déterminée : une année, et avec les mêmes personnes.

Cette démarche était personnelle, mais nous l'avons faite en couple. « Nous avons perdu notre enfant ».

Qui allons nous rencontrer ? Qu'allons-nous y trouver ?

De cette année, je retiens l'essentiel : j'ai parlé et encore parlé de mon enfant. J'ai aussi beaucoup appris des autres parents, par l'écoute, le récit de la perte de leur enfant, qui est une étape très dure, mais indispensable pour la suite.

Leurs réactions et paroles étaient du « copier coller ». Qui mieux qu'un parent endeuillé (animateurs et participants) pouvait comprendre, pouvait dire les choses ?

Tout au long de ces douze mois, nous avons cheminé ensemble, sur des thèmes différents à chaque rencontre, sur lesquels chacun a pu s'exprimer, avec le respect de tous et l'humilité générale.

Paradoxalement, ce groupe était aussi joyeux à ces moments, chaque soirée comprenant un moment de convivialité, avec pot de l'amitié accompagné de gâteaux « confection maison », le tout offert par un participant.

Au retour, je me sentais à la fois très libérée, et en même temps je me posais beaucoup de questions.

Une amie me disait : « à chaque fois que je vous vois après une réunion, vous n'êtes pas bien ».

Mais si, nous étions bien, mais quelques jours durant, imprégnés des réflexions et discussions si importantes pour nous.

Cette année m'a fait admettre que ma vie avait changé « définitivement ». J'ai momentanément eu peur d'oublier mon enfant, de le perdre. Mais non, il fait bien partie de moi, pour toujours.

Puis, l'entraide d'une année arrive très vite à échéance : comment faire après ?

Après : eh bien on a compris qu'il fallait « apprivoiser l'absence », que c'était un travail de chaque jour, et que nous allions « vivre » avec cette absence.

Continuons le chemin, avec au fond du cœur notre enfant disparu, mais sur cette terre, avec les vivants.

Merci à l'équipe de VANNES, pour son soutien, sa main tendue au bon moment.

Anne-Marie, Maman d'Antoine – groupe 2 de VANNES (56)

Je serai toujours

Même si venait à disparaître mon corps,

Moi, je serais encore.

Je serais pareil à la flamme qui brûle dans le brasier ou dans l'étincelle, pareil à l'éclat d'un regard.

Je serais pareil au sentiment, qui traverse le temps et la matière, pareil à l'odeur parfumée qui sort des bois, ou à une voix sortant de la gorge.

Je serais aussi dans le cri ou dans le vent, dans l'appel ou dans le sourire.

Je serais dans la vibration ou dans le battement, dans le chuchotement ou dans la caresse.

Je serais loin et près, comme le soleil et la lune, les étoiles ou le ciel.

Je serais comme une couleur lumineuse ou comme une pensée qui fuit.

Je serais pareil à l'oiseau qui vole, ou à l'étoile filante qui parcourt les années-lumière.

Je serais comme un geste, ou comme un mouvement de la terre, comme le passage de l'aigle ou le sillon laissé par les bateaux.

Même si mon corps devenait poussière, je serais encore en prière,

Comme une flamme qui brûle, dans le feu et le cœur.

Oui, je serais comme dans une poignée de mains, ou dans une étreinte.

Je serais pareil à la fumée après la mort du feu.

Ayadi el'hadî

