



LE REPOS SAINT-FRANÇOIS D'ASSISE
COLUMBARIUMS - MAUSOLÉES - CRÉMATORIUM - CIMETIÈRE
6893, RUE SHERBROOKE EST, MONTRÉAL QC H1N 1C7
514 255-6444 1 844 355-6444 RSFA.CA

La COVID-19 en parallèle avec son propre deuil

À peine relevée de la perte d'un être cher, la personne en deuil doit présentement composer avec le confinement, avec l'absence de soutien par les moyens habituels (comme les groupes de rencontre sur le deuil), et avec la déstabilisation généralisée, causée par un virus invisible et menaçant, la COVID-19.

Certains parmi vous avez peut-être même perdu un proche à cause de cette pandémie, alors qu'il était interdit de le visiter à l'hôpital ou en résidence, de le saluer une dernière fois dans une présence enveloppante. Cette restriction nécessaire est néanmoins cruelle et à la limite de la tolérance humaine.

Depuis mars 2020, nous tentons de traverser le mieux possible, la soudaineté de cette catastrophe mondiale qui exige de nous de nouvelles façons d'être en lien, de ressentir, même à distance, toute l'affection et l'attachement envers une personne significative par le biais de nos fragilités partagées, de notre vulnérabilité personnelle et de notre espoir collectif.

Étonnamment dans ce genre d'épreuve, l'isolement a pour effet de nous rapprocher les uns des autres par la pensée, d'accroître notre empathie envers ceux et celles qui souffrent davantage de manques essentiels et de relativiser notre propre histoire.

Toutefois, la question se pose : votre deuil personnel dans ce contexte est-il d'autant plus difficile à vivre? Si oui, dans quel sens et pourquoi? Sinon : le deuil collectif permet-il à la société de vibrer et de s'ouvrir davantage à l'expérience des personnes qui souffrent seules de la perte d'un être cher?

En ce 6 avril 2020, grâce au soutien indéfectible du Repos Saint-François d'Assise, nous pouvons nous relier en accédant à une plateforme web pour réfléchir, échanger et tout simplement être ensemble dans un moment qui passera à l'histoire.

Je serai attentive à vos questions ou préoccupations et je tenterai de vous apporter des éléments de réponse et un peu de réconfort.

Johanne de Montigny
Psychologue clinicienne
Auteure des chroniques sur le deuil – rsfa.ca