

info DEUIL

juillet 2016



LA PERTE D'UN CONJOINT : UNE BLESSURE VIVE



1916 - 2016

LE REPOS SAINT-FRANÇOIS D'ASSISE
COLUMBARIUMS - MAUSOLÉES - CRÉMATORIUM - CIMETIÈRE

DERRIÈRE CHAQUE PERTE, IL Y A UNE HISTOIRE DE VIE, UN STYLE D'ATTACHEMENT, UN LIEN QUI S'EST TISSÉ, SOLIDIFIÉ ET CONCRÉTISÉ ENTRE DEUX PERSONNES DONT LE PARCOURS DEMEURE UNIQUE ET REPRÉSENTATIF DE GOÛTS ET DE VALEURS PARTAGÉS. EN ÉVOLUANT ENSEMBLE SOUVENT LE COUPLE SE PERÇOIT COMME UNE ENTITÉ, C'EST-À-DIRE QUE L'ESSENCE DE L'UN DEVIENT L'ESSENTIEL POUR L'AUTRE.

Vivre dix, trente, ou cinquante ans ensemble marque un temps où chacun avance à petits ou à grands pas, apprend sur lui-même en la présence de l'autre, réalise ses talents et déploie sa créativité dans le repaire amoureux, à moins que la vie à deux n'ait été perçue comme un fiasco. La psychanalyste Morel Cinq-Mars rejoint ici ma pensée : « Le survivant est parfois le premier étonné d'être si profondément atteint par un décès, ou à l'inverse, de l'être si peu. »

La véritable union accroît la force individuelle jusqu'au jour où la mort s'empare de l'un et laisse l'autre dans une blessure vive : l'absence, le manque, l'insécurité affective et la perte de sens. Vivre autrement, comme dans un nouveau pays, se sentir dépouillé d'un passé familier, contraint de tolérer un présent insatisfaisant, être préoccupé par un futur dénué de sens, entraîne la perte de motivation et le risque d'un effondrement passager.

Quelles sont les circonstances entourant la perte : Soudaines? Catastrophiques? La mort avait-elle été précédée d'une maladie grave? La personne en deuil a-t-elle perdu « sa douce moitié », « son bras droit », sa source d'inspiration, son grand ami, sa confidente, le père ou la mère de ses enfants? Si la perte est soudaine, le conjoint tentera inlassablement de retracer les mots marquant la dernière conversation, celle qui s'est inscrite dans le vif de la mémoire, celle

qui ne présageait point le départ brutal. Même quand la perte fut anticipée, elle ne laisse pas le proche indemne; la présence du corps inanimé peut infliger un véritable choc.

La perte d'un être cher oblige à de nouvelles responsabilités pour lesquelles nul n'est forcément préparé. Parmi celles-ci certaines s'avèrent prioritaires alors que d'autres s'effectueront avec le temps, au gré des forces et des limites de chacun. Se départir de biens imprégnés de souvenirs précieux, veiller à la succession, payer les dettes encourues par le défunt, trier les vêtements, les papiers, etc., figurent parmi les tâches lourdes à effectuer et ce, avec la peine, la grande fatigue, la difficulté de se concentrer, ou l'absence de motivation. Bien que pareilles tâches s'exécutent la plupart du temps sans le soutien des proches, elles s'accompagnent inévitablement d'une profonde solitude, d'un sentiment d'intrusion en revisitant l'univers intime du disparu. Le deuil se présente à soi comme un phénomène étrange, il crée un schisme entre la vie d'avant et celle qui s'impose à soi, une déchirure dans son cœur aimant. Il est difficile d'accepter le manque à l'appel, pour toujours.

La perte contraint à fournir des efforts presque surhumains qui, au début du processus de deuil, donnent peu de résultats. Persister devient le leitmotiv des endeuillés. Vivre sans l'autre, avancer en honorant sa mémoire, en célébrant sa vie, en prolongeant le meilleur de sa personne, en pardonnant ses erreurs de parcours, en bénissant les moments vécus ensemble, en les hissant au sommet de sa gratitude, tel est le défi de l'endeuillé. Comment retrouver sa sérénité par-delà le tumulte intérieur, la désorganisation sociale et les contrecoups physiques? Comment le parent affligé parviendra-t-il à apaiser ses enfants?

Sur la photo qui en témoigne, le jeune papa reconforte ses petits en les gratifiant d'une étreinte de guérison. Le chagrin partagé diffuse sa lumière au soir du deuil. Cette proximité permet de baliser le chemin partiellement défriché et d'avancer à nouveau dans les traces de celui ou de celle qui n'est plus. José Morel

Cinq-Mars nous pose ici une vraie question : « Qu'est-ce qui est le plus réel, sa mort ou le désir qu'il soit encore là? » Autrement dit, à lui seul, le désir qu'il soit encore là permettrait-il de ressentir en soi la présence agissante du conjoint manquant, de garantir son propre retour à la vie malgré la pérennité de son absence?

Une telle perspective jette un baume sur le deuil en cours et trace la voie à la reconstruction de soi.

Référence

MOREL CINQ-MARS, José. *Le deuil ensauvagé*, Paris, Puf, 2010, pp. 50, 58



**JOHANNE
DE MONTIGNY, M.A.Ps.**
Psychologue, Montréal

Je vous invite à consulter
l'ensemble des chroniques :
www.rsfa.ca

6893, rue Sherbrooke Est
Montréal, Québec H1N 1C7

514 255-6444 info@rsfa.ca
1-844-355-6444 www.rsfa.ca