introduction

La vallée de larmes

Aimer Dieu malgré la perte d'un enfant

Certaines pertes sont inconcevables et, quand elles se produisent, elles sont plus douloureuses que l'on aurait pu les imaginer. Dans le cas de Luke et de Jodi Veldt, l'impensable a eu lieu en plein jour, et ils ont perdu l'irremplaçable. En vivant le pire cauchemar de tout parent, Luke Veldt en est venu à découvrir ce que tant d'autres ont constaté avant lui : « Tous

parlent d'un combat, d'une remise en question de toutes leurs croyances, de l'insatisfaction qu'apportent les réponses toutes faites. Tous parlent d'une réinvention de leur identité, de vies transformées soudain et en permanence. Tous disent avoir tiré des leçons de la situation, mais à un coût exorbitant. »

Malgré cela, Luke s'est senti poussé à raconter la perte inimaginable de sa famille. Il s'est comparé à un « explorateur du pôle Nord » qui, après avoir entrepris une expédition périlleuse, « touche au but et s'aperçoit que l'endroit a été découvert des milliers de fois auparavant. Pourtant, son périple n'est pas moins important parce que d'autres l'ont effectué maintes fois avant lui ».

Si vous avez vécu la perte d'un enfant, vous verrez que Luke comprend votre supplice et qu'il parle le même langage que vous. Nous prions pour que le récit de sa perte tragique et les découvertes qu'il a faites durant son deuil vous aident à verbaliser votre douleur et à retrouver votre chemin. Nous espérons de même que les sections de suivi rédigées par le conseiller Jeff Olson sauront vous encourager et vous réconforter.

Ministères Notre Pain Quotidien

sommaire

1
Le pire cauchemar de tout parent...*5*

2
Des réflexions sur le deuil.....*17*

3
Une invitation à l'espoir.....*29*

Éditeur en chef : J. R. Hudberg
Éditeur : Judy Markham
Image couverture : Shutterstock / Stokkete
Design couverture : Jeremy Culp
Design intérieur : Steve Gier
Équipe francophone : Marika Cancelier, Marie-Andrée Gagnon, Marjolaine C. Gaudreau, Monia Génier et Cynthia Martineau

Images intérieures : (p. 1) Shutterstock / Stokkete ; (p. 5) Nick Cowie via Freelmages.com ; (p. 17) John Nyberg via Freelmages.com ; (p. 29) Evgeny Kulakov via Freelmages.com

Le premier chapitre de ce livret est adapté de *Written in Tears*, de Luke Veldt. Droit d'auteur © 2010 par Gary Inrig. Utilisé avec l'aimable autorisation de Discovery House Publishers. Tous droits réservés

Sauf indications contraires, les citations sont issues de la Bible *Nouvelle Édition de Genève* 1979. Utilisée avec permission.

Tous droits réservés
© 2018 Ministères Notre Pain Quotidien, Grand Rapids, Michigan
Imprimé aux États-Unis

1

Le pire cauchemar de tout parent

Dimanche 27 août 2006. Un soleil ardent, mais non accablant, brille sur Pamplona, en Espagne. C'est un dimanche tranquille, de ceux qui incitent à la sieste.

La circulation, c'est-à-dire la voiture qui passe à l'occasion, s'effectue au ralenti, *à une seule exception près.* Un fourgon couleur argent descend une avenue à toute vitesse et freine à peine au feu tourné au rouge avant de le griller.

À l'arrière, une jeune fille est étendue sur la banquette ; sa mère lui tient la tête. « Allison, tu dois respirer ! » lui dit cette dernière. « Continue de respirer ! » Allison respire, mais elle est déjà tombée dans le coma duquel elle ne se réveillera plus.

Le soleil darde ses rayons sur une Pamplona paisible tandis que les parents de la jeune fille se dirigent à fond de train vers un avenir sinistre, dans lequel la vie telle qu'ils la connaissent prendra fin.

La jeune fille à l'arrière du fourgon était notre enfant, Allison. Ce jour-là, elle a eu une hémorragie intracrânienne résultant d'un problème de santé dont elle souffrait depuis la naissance et que nous ignorions. Un chirurgien nous a plus tard expliqué qu'une malformation cérébrale comme celle que présentait Allison provoque invariablement une hémorragie qui est souvent fatale. Il arrive qu'un coup à la tête ou que de l'exercice physique en soit l'élément déclencheur ; il arrive aussi, comme dans le cas d'Alli, qu'il n'y en ait aucun.

Nous ne nous sommes jamais doutés de rien. Selon nous, Allison, 13 ans, était normale, active, heureuse et en santé. Ce matin-là, elle avait aidé à enseigner une leçon portant sur le ciel à l'école du dimanche. De retour à la maison, nous sommes tous allés à l'étage pour changer de vêtements, tandis qu'Allison demeurait au rez-de-chaussée pour donner une collation à sa petite sœur. Peu de temps après, elle a appelé au secours. Quand nous sommes entrés dans la cuisine, elle était affalée sur la table ; elle avait de la difficulté à parler, ses jambes étaient engourdies et elle ne pouvait plus lever la tête. Avait-elle mal ? Non. Avait-elle mangé quelque chose ? Non. Peut-être qu'une serviette froide sur son front la ranimerait ? C'est alors qu'elle a perdu connaissance.

Nous l'avons transportée à l'hôpital en moins de 15 minutes. Se sont ensuivis un tourbillon d'activités, une attente angoissée dans le corridor, un entretien avec l'infirmière qui nous a annoncé que les pupilles d'Allison étaient déjà complètement dilatées à son arrivée à

l'hôpital — un très mauvais signe. L'équipe médicale amenait maintenant notre fille à l'hôpital d'en face pour l'y opérer d'urgence. Comme un tunnel reliait ces deux hôpitaux, nous avons accompagné l'équipe.

Le chirurgien nous a appris que la situation n'aurait pu être pire. Il ne croyait pas qu'une intervention chirurgicale aide notre fille, mais il la tentait quand même parce que le corps des jeunes personnes se rétablit parfois d'une manière surprenante. Il voulait donc mettre toutes les chances de son côté.

Puis nous avons attendu. Après l'opération, on a maintenu les fonctions vitales d'Allison ; il n'était pas inconcevable qu'elle se remette, mais c'était peu probable. Ses frère et sœur plus âgés, Nate et Amber, sont venus la voir en fin d'après-midi pour lui dire adieu. Un médecin a demandé à s'entretenir avec nous pour aborder, avec délicatesse, le sujet du don d'organes. Puis nous avons de nouveau attendu.

Des gens de notre Église sont venus à l'hôpital pour attendre avec nous. Des voisins et des amis ont gardé nos autres enfants. Nos amis et nos proches partout dans le monde ont prié. À l'église que mes parents fréquentent, aux États-Unis, on a annulé le culte pour se consacrer à la prière.

Un ami de la Roumanie nous a téléphoné ce soir-là. Je lui ai annoncé qu'Allison n'était plus.

Les jours suivants ont été très chargés : parler avec les médecins, planifier le service funèbre, aller chercher des proches à l'aéroport. Nous avons pleuré, prié et évoqué des souvenirs. Nous avons tenté de dormir et de consoler nos enfants. Nous nous sommes demandé s'il restait une seule chose sensée dans ce bas monde.

Jodi et moi sommes des chrétiens issus de familles chrétiennes. Très jeunes, nous avons eu pour but d'en

apprendre plus sur Jésus-Christ, de refléter sa présence par notre vie et de témoigner de lui. Nous avions alors vécu plus de 40 ans ainsi, à fréquenter l'église, à écouter des prédications, à étudier la Bible. Avant de déménager en Espagne, nous avions été missionnaires en Roumanie pendant dix ans. Nous avions vu Dieu s'occuper de nous dans toutes sortes de circonstances difficiles.

Pourtant, une nuit, peu de temps après le décès d'Allison, alors que Jodi et moi étions seuls dans notre chambre à coucher, elle m'a demandé en pleurant : « Est-ce que tout ça est vrai ? Dieu existe-t-il ? Alli est-elle avec lui ? J'ai tellement besoin de savoir que c'est vrai. »

Je n'avais rien à lui répondre, car j'avais entretenu les mêmes pensées qu'elle. Nous avions cru durant quarante ans et, en cet instant, toute notre expérience se résumait à quelques questions : Est-ce que tout ça est vrai ? Dieu existe-t-il ? Ou bien Dieu et la foi chrétienne avaient-ils vu le jour pour combler un besoin désespéré chez des gens qui souffraient atrocement ?

Mes doutes m'ont surpris. Jésus-Christ n'a jamais promis à ses disciples une vie libre de souffrances ; au contraire, la Bible affirme que les chrétiens peuvent s'attendre à souffrir. La mort, même d'enfants, m'était familière. J'avais versé des larmes avec des parents endeuillés et je les avais réconfortés, et ma foi avait été affermie en constatant à quel point Dieu était présent dans leur vie. Si effroyable que soit le décès d'un enfant, d'un point de vue objectif, il n'aurait pas dû ébranler ma foi.

Il n'y avait cependant rien d'objectif à ce décès, car il s'agissait de notre Allison. Cela changeait toute la donne.

Comment poursuivre ?

Allison était la quatrième de six enfants, dont chacun est unique et sans prix. Pourquoi semble-t-elle donc maintenant se démarquer des autres ? Elle n'était pas parfaite, mais nous éprouvons désormais de la difficulté à la voir autrement. Sa vie ressemble à un joyau bien taillé, dont chaque facette est exquise. Notre mémoire pourrait nous jouer des tours, mais ce n'est pas ainsi que nous le prenons. Nous avons plutôt l'impression d'avoir enfin ouvert les yeux sur la simple vérité. Comme si sa mort avait remis les choses en perspective et que nous la voyions pour la première fois sous son vrai jour.

Plus qu'aucune autre personne de ma connaissance, Allison savait goûter le moment présent. Elle aimait se faire de nouveaux amis, masser le dos et les pieds de ses proches, dépenser, créer divers objets au moyen de corde, de perles et de colle, et aller à la pêche avec son père. Je pense qu'elle a généralement vécu chaque jour sans regret.

Il me semble maintenant qu'elle était toujours entourée de ses personnes préférées. Elle avait le sourire facile et donnait des câlins à couper le souffle. Elle adorait aider. Quand nous regardions la télé en famille et que je demandais aux enfants si quelqu'un voulait bien apporter une boisson fraîche à son vieux père, les autres avaient à peine le temps d'y penser qu'Alli était déjà debout, prête à y aller.

Allison savait d'instinct ce qui importe vraiment. Elle aimait participer à toutes sortes de jeux, mais elle ne comptait jamais les points. Elle ne voulait pas être la plus maligne ; en fait, elle s'en fichait. Si elle avait le choix de faire des tâches durant quinze minutes ou de prendre soin, pendant une heure, de sa sœur cadette, Andrea, elle optait invariablement pour Andrea.

Allison était d'ailleurs la meilleure amie d'Andrea, atteinte du syndrome de Down. À l'occasion, ma femme Jodi s'est demandé qui prendrait soin d'Andrea après son propre décès. Chaque fois, Allison lui a répondu : « T'inquiète pas, maman ! Quand je serai grande, Andrea pourra vivre chez moi ! »

Allison était également la meilleure amie de son petit frère Nick ; elle passait plus de temps avec lui et Andrea qu'avec ses frère et sœurs plus âgés, même si elle était plus proche d'eux en âge. (Nick avait quatre ans de moins qu'Alli ; Nate, Amber et Anna avaient respectivement deux, trois et cinq ans de plus qu'elle.) Elle était aussi la meilleure amie d'Amber, dont elle recevait les confidences. Entre elles, pas de rivalité.

Sa cousine Kendra et son amie Breanna l'aimaient tendrement. D'ailleurs, Breanna et elle avaient déjà prévu, dans le menu détail, de passer le reste de leur vie ensemble. Dans un devoir d'école, une de ses amies vivant aux États-Unis avait écrit au sujet d'Allison (avant d'apprendre son décès) qu'elle était l'une des personnes ayant le plus influencé sa vie. Nous sommes nombreux à abonder dans ce sens.

Allison était très proche de deux filles de sa classe, à Pamplona. Comme ça avait été le cas de chacun de nos enfants, Alli avait éprouvé des difficultés à s'adapter à une nouvelle école tout en se familiarisant avec une nouvelle langue. Cependant, en peu de temps, toutes les filles de sa classe étaient devenues ses amies, et elle avait l'intention de les inviter toutes pour célébrer son anniversaire, en février. À ce moment-là, les filles les plus populaires de la classe lui avaient dit, en montrant du doigt deux élèves : « Ça va être super amusant ! Mais invite pas *ces filles-là*. Personne les aime. » « Bien sûr que je vais les inviter ! » leur avait

répondu Allison. « Elles sont mes amies comme toutes les autres. J'invite tout le monde à ma fête. » « Alors, nous, on n'ira pas », lui avaient-elles rétorqué.

C'est ainsi qu'Allison a souligné son 13e anniversaire en compagnie de deux amies, bien qu'on ait eu assez de nourriture pour servir 15 personnes. C'est également ainsi que, jusqu'à la fin de l'année, il y a eu trois filles peu populaires dans cette classe au lieu de seulement deux.

Après la fête, Jodi a demandé à Alli si elle regrettait d'avoir invité ces deux amies en raison de la tournure des événements. « Absolument pas ! Nous nous sommes tellement amusées ! » C'était une réponse typique d'Allison.

La perte de ses amies l'a cependant chagrinée, et Jodi et moi avons souffert avec elle des frustrations qu'elle a connues à l'école au fil des mois suivants. Nous sommes néanmoins très reconnaissants qu'elle ait fait la bonne chose. Nous sommes si fiers d'elle.

Elle nous manque affreusement. Nous avons de la peine à nous imaginer comment nous pourrons continuer de vivre sans elle.

« Il m'arrive de penser que je ne serai plus jamais ***heureux****. Je regarde des photos, et la première pensée qui me vient est la suivante : c'était à l'époque où nous étions encore heureux. Comme j'arrive toujours à rire, je ne peux affirmer que je ne suis plus jamais heureux. Il est possible que cela signifie que mon quotidien n'est plus tissé à même la trame du bonheur. La tristesse n'est plus qu'une île, c'est l'océan sur lequel je vogue. »*

Nicholas Wolterstorff, *Lament for a Son*

Quelques jours à peine après le décès d'Allison, nous étions épuisés ; en outre, la lassitude s'est vite transformée en mode de vie. La motivation nous manquait pour nous lever,

mais nous étions incapables de dormir. L'énergie nous faisait défaut pour accomplir les tâches quotidiennes toutes simples et la volonté, pour entreprendre de grands projets.

Certaines personnes ayant perdu des proches disent qu'il leur semble avoir reçu un coup de poing dans le ventre ou un coup à la tête. Nous avons tous entendu ces expressions tant de fois qu'elles sont devenues des clichés éculés. Et pourtant, notre état émotionnel dès le réveil, chaque matin, pourrait le mieux se décrire ainsi : nous perdions le souffle en repensant au fait que nous n'avions pas rêvé et qu'Alli était bel et bien partie. C'était comme si quelqu'un nous avait asséné un bon coup à la tête ; nous avions perdu notre équilibre et le désir de poursuivre.

Nous ne souhaitions pas mourir, mais il nous importait peu de continuer à vivre.

La compassion du Père

Malgré mes doutes, j'ai cherché en premier lieu du réconfort et des réponses à mes questions dans la Bible. Cela a du sens si l'on croit que son origine est surnaturelle. En période d'épreuve et de doutes, vers quoi se tourner, sinon vers la Parole de Dieu ?

Par contre, si vous croyez que la Bible n'est que l'invention de personnes qui cherchaient Dieu ou qui ont souhaité se créer un dieu selon leur image, vous ne comprendrez pas que je l'aie consultée, surtout si je remettais son authenticité en question. Souvenez-vous toutefois que, pour moi, la Bible était l'endroit où je cherchais naturellement une réponse à mes questions. Je ne voulais ni la rejeter ni l'accepter sans examen.

En fait, je ne désirais pas la rejeter du tout, mais les réponses toutes faites ne me satisfaisaient pas. Allison n'était plus. Que

disait réellement la Bible à ce sujet ? Ses réponses étaient-elles vraies et dignes de confiance ? Je savais qu'un homme qui se noie s'accroche à tout ce qui peut faire office de bouée ; je voulais m'assurer de m'agripper à la vérité. J'ai donc lu la Bible avec encore plus de sérieux qu'auparavant.

Comme mes doutes m'avaient pris par surprise, de même, ce que j'ai découvert dans la Bible m'a souvent étonné.

Comme mes doutes m'avaient pris par surprise, de même, ce que j'ai découvert dans la Bible m'a souvent étonné. J'ai été renversé de constater à combien de reprises les auteurs de la Bible avaient ressenti la même chose que moi. Ces hommes ne parlaient pas avec le détachement d'un philosophe ou d'un théologien ; ils étaient de vraies personnes aux prises avec des blessures et des doutes véritables, qui ressemblaient d'ailleurs aux miens. J'ai découvert en eux une fraternité d'hommes souffrants. J'étais stupéfait de ne jamais l'avoir remarqué auparavant.

J'en apprenais plus sur Dieu en période de détresse que lorsque j'avais été heureux, et cela aussi m'a interloqué. A. W. Tozer avait raison de dire que, comme la Bible a été écrite par des gens qui pleuraient, elle livre ces trésors à ceux qui pleurent.

Par ailleurs, j'ai dû me défaire de maintes fausses hypothèses au sujet de Dieu. Le Psaume 103, rédigé par le roi David, a compté parmi les premiers passages à me surprendre, après le décès d'Alli. David connaissait bien le creux de la vague. Il avait non seulement perdu trois enfants,

mais il était conscient d'être en partie responsable de leur mort. Au milieu du psaume, David décrit l'amour de Dieu :

> *Mais autant les cieux sont élevés au-dessus de la terre, autant sa bonté est grande pour ceux qui le craignent ; autant l'orient est éloigné de l'occident, autant il éloigne de nous nos transgressions. Comme un père a compassion de ses enfants, l'Éternel a compassion de ceux qui le craignent. Car il sait de quoi nous sommes formés, il se souvient que nous sommes poussière* (v. 11-14).

Lorsque j'avais lu ce psaume dans le passé, j'y avais toujours vu deux illustrations de la nature infinie de l'amour divin : la distance entre les cieux et la terre, ainsi que l'écart entre l'est et l'ouest. J'ai toutefois compris que le verset suivant (« Comme un père a compassion de ses enfants ») n'annonce pas une nouvelle idée, mais qu'il complète une série de trois images. Puisqu'il est le dernier élément de la liste, il en est le plus important, la conclusion qui se dégage des deux autres. Il est le mieux connu et aussi celui qui exprime le mieux l'amour sans limites de Dieu.

« Comme un père a compassion de ses enfants. » En lisant ce verset, j'ai compris que Dieu ressent mon chagrin. Mes pensées au sujet d'Allison sont aussi les siennes. Il l'aime également, et même plus que moi. C'est lui qui l'a dotée de sa personnalité attachante ; lui ayant donné la vie, il est endeuillé par sa mort.

Dieu m'accompagne dans mon épreuve. Il ne se tient pas loin, il n'est pas détaché de la situation, il ne manipule pas les circonstances de loin, sans jamais ressentir les conséquences de ses décisions. Il ne nous commande pas de souffrir sans jamais poser de questions. Notre douleur

le touche personnellement. « Elle a du prix aux yeux de l'Éternel, la mort de ceux qui l'aiment » nous apprend un autre psaume (116.15).

Dieu connaît mes sentiments à l'heure actuelle. En tant que père, il sait ce que signifie voir son enfant mourir. Sur la croix, Jésus a crié : « Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ? » Son Père l'a entendu, sans pourtant rien faire. J'ai entendu maintes prédications porter sur ce que la croix a coûté à Jésus ; Dieu s'est alors détourné de lui et l'a abandonné. Je ne me rappelle pas avoir entendu un sermon traiter de ce qu'il en a coûté au Père de se détourner de son Fils.

Comment y est-il parvenu ? Comment a-t-il pu entendre son enfant crier à l'aide sans intervenir ? J'ai appris Jean 3.16 par cœur quand j'avais trois ans ; or, ce verset a acquis une nouvelle signification pour moi. « Car Dieu a tant aimé le monde qu'il a donné son Fils unique […] » Jamais auparavant, je n'avais aussi bien saisi ce que l'amour de Dieu pour le monde lui avait coûté. « L'amour de Dieu a été manifesté envers nous en ce que Dieu a envoyé son Fils unique dans le monde, afin que nous vivions par lui. Et cet amour consiste, non point en ce que nous avons aimé Dieu, mais en ce qu'il nous a aimés et a envoyé son Fils comme victime expiatoire pour nos péchés » (1 Jean 4.9,10).

Autant les cieux sont élevés au-dessus de la terre ; autant l'orient est éloigné de l'occident ; comme un père a compassion de ses enfants… J'ai dû perdre ma fille pour commencer à comprendre l'amour de Dieu.

Mon nouveau savoir ne m'a pas fourni de réponses à mes questions, mais il m'a réconforté. En y repensant, il me semble que la consolation qu'il m'a apporté a valu beaucoup plus pour moi que tout éclaircissement, car à

cette étape de notre deuil, nous ne désirions pas vraiment obtenir de réponses. Tout ce que nous voulions, c'était ravoir Allison. Même si nous avions reçu des réponses à notre questionnement, elles n'auraient pas adouci notre chagrin ; les réponses ne remplacent pas un enfant.

Ce qui nous manquait n'était pas une explication, mais une personne. Or, on ne peut remplacer une personne par une doctrine. Par conséquent, la présence de Dieu à nos côtés, même si ce n'était pas celle de la personne décédée, correspondait à notre besoin. Elle s'apparentait davantage à un câlin qu'à une parole sage. Comme c'est le cas de tous les endeuillés, nous avions par-dessus tout besoin d'un câlin.

Chaque jour, je cherchais à découvrir comment vivre dans un monde duquel Allison était absente. Dans ma lutte, j'ai commencé à lire le Psaume 103 tous les jours et, presque au quotidien, j'y ai remarqué un détail qui ne m'avait jamais frappé auparavant. Rien de tout ce que j'ai appris ne m'a prouvé l'existence de Dieu ou ne m'a expliqué pourquoi les gens souffrent. Rien de tout cela ne m'a rendu moins triste. Je n'ai pas appris à surmonter ma perte ou à recommencer à mener une vie normale. La tristesse est désormais tissée à même la trame de ma vie. On ne se remet jamais de la perte d'un enfant ; non pas que je le souhaiterais. Ma peine me rappelle à quel point Allison était importante pour nous et combien elle est irremplaçable.

Au fil de ma lecture et de ma réflexion, j'en ai appris davantage sur Dieu et la vie, non pas malgré ma perte, mais en raison d'elle. Avec le temps, les choses que j'ai apprises m'ont aidé à survivre d'une journée à l'autre.

2

Des réflexions sur le deuil

Le décès d'un être cher constitue l'une des expériences les plus déchirantes à traverser. Cependant, la perte d'un enfant représente l'épreuve la plus pénible à frapper un parent. D'ailleurs, comme Luke Veldt l'a affirmé, quand il s'agit de *notre* enfant, cela change la donne ! Le monde continue de tourner, mais il est si vide en l'absence de notre fils ou de notre fille, et tellement rempli de douleur et de questions lancinantes que nous en perdons nos repères.

Tout change.

Les parents dont l'enfant meurt, peu importe son âge ou les circonstances de son décès, sont complètement perdus et

fragilisés. Rien n'a de sens. En outre, la guérison est longue. Les réflexions suivantes ont pour but d'aider les parents endeuillés à s'y retrouver dans le désert du deuil.

Usez de patience envers vous-même

On ne met pas un terme à son deuil dès que les funérailles sont terminées. La mort d'un être cher déclenche un processus lent et pénible. Dans un monde au rythme effréné, le parent pourrait sentir qu'on le presse (ou se presser lui-même) d'en finir, de cesser de pleurer et de recommencer à sourire. Cependant, le décès d'un enfant éveille maintes pensées envahissantes et des sentiments intenses qu'il est impossible d'ignorer ou de gérer rapidement. En fait, on ne devrait même pas s'y essayer.

La foi en Jésus-Christ et en sa victoire sur la mort (1 Corinthiens 15.54) ne nous protège pas de la douleur du deuil. Bien sûr, les parents qui espèrent revoir leur enfant un jour puisent dans ce fait le courage nécessaire pour envisager l'horreur de leur perte, mais leur espérance ne diminue pas la douleur qu'ils ressentent aujourd'hui en l'absence de leur chéri.

Vous n'êtes pas en train de devenir fou

La perte d'un être cher peut nous faire croire que nous perdons la raison. Le deuil est un processus fragmenté et ardu. Au cours des premiers mois et des premières années, nous sommes très fragiles sur le plan émotionnel. Nous pourrions nous sentir stables et équilibrés, au point de sourire ou même de jouir d'un bon café. Puis un détail insignifiant — une chose que nous voyons, sentons ou entendons, ou même rien du tout — déclenche un torrent de larmes et nous donne

l'impression que nous n'en sortirons jamais.

Notre esprit et nos émotions sont instables et il arrive que, pendant bien des heures ou des jours, nous vivions entre deux mondes et soyons sujets à des sautes d'humeur. Rassurez-vous : vous ne perdez *pas* la tête ; vous êtes en deuil.

Le deuil et ses nombreux aspects

Le *choc* et *l'incrédulité*. Voilà qui résume l'expérience de bien des gens au cours des semaines et des mois suivant leur perte. Une fois le choc initial passé, vous pourriez croire que quelqu'un s'est trompé ou qu'il ne s'agit que d'un cauchemar.

À la longue, la lucidité remplace l'incrédulité ; nous comprenons alors la finalité de la mort. Quand la réalité s'impose, une *douleur* lancinante imprègne chaque fibre de notre être. La *tristesse* déferle sur nous par vagues, sans avertissement et à des moments inopportuns. Tout ce qu'un parent endeuillé fait, voit, entend ou touche peut lui rappeler l'absence de son enfant et déclencher une autre crise, qui le laisse à plat. La désolation de la journée fait place à l'insomnie de la nuit, durant laquelle nous nous rappelons notre enfant et il nous manque. Nous ne nous demandons plus si nous vivons un cauchemar, mais comment nous lui survivrons.

*« C'est l'aspect **jamais** qui est le plus pénible. Notre fils ne sera jamais plus avec nous. Il ne s'assoira plus jamais à table avec nous, il ne voyagera plus jamais avec nous, il ne rira plus jamais avec nous, il ne pleurera plus jamais avec nous, il ne nous donnera jamais plus de câlins avant de partir pour l'école, il ne verra jamais ses frères ni sa sœur se marier. Nous devrons vivre le reste de notre vie sans lui. »*

Nicholas Wolterstorff, *Lament for a Son*

Il n'est pas rare que des parents traversent des périodes de grande *culpabilité* ou qu'ils se rongent de *regrets*, en raison d'une chose qu'ils ont faite ou omis de faire. Ils passent des heures et des jours à se remettre en question ou à se reprocher leurs actes. « Si seulement j'avais agi différemment la journée de l'accident ! » « Si seulement j'avais insisté pour que les médecins administrent un autre traitement ! » Les moments où ils ont été impatients ou préoccupés les font souffrir. Ils se sentent coupables de n'avoir pas saisi certaines occasions d'être avec leur enfant ; leur âme est otage de ces sentiments qui la hantent, nuit et jour.

Certains parents endeuillés deviennent *angoissés* et cherchent à protéger leurs autres enfants. Ils pourraient se transformer en parents hyper-protecteurs ou insister pour savoir où se trouvent leurs enfants en tout temps.

Certains jours, ils céderont à la *dépression*. Ce sont des périodes très sombres où l'on a l'impression que l'on ne sourira ni ne rira plus jamais, et que l'on ne reprendra jamais une vie normale. Dans les mots de Luke Veldt : « Nous ne souhaitions pas mourir, mais il nous importait peu de continuer à vivre. »

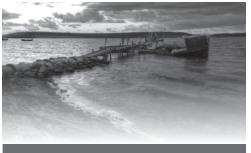
Ils devront aussi s'attendre à vivre des moments de grande *colère*, où ils ne voudront que tempêter et se déchaîner. Ils ne devraient pas s'étonner d'en vouloir aux médecins ou de reprocher au personnel médical de ne pas en avoir fait assez. Ils pourraient mépriser la maladie, la personne ou la guerre qui leur a arraché leur fils ou leur fille. Ils pourraient également s'irriter contre leurs proches et leurs amis qui semblent être indifférents à leur calvaire. Ils pourraient en vouloir aux parents qui ont encore leurs enfants ou même à

leur enfant de les avoir « quittés ».

Les parents endeuillés pourraient aussi se poser de *sérieuses questions au sujet de Dieu.* Ils ont possiblement supplié Dieu de sauver leur enfant. Pourquoi ne l'a-t-il pas fait ? Se soucie-t-il même d'eux ? Un parent chrétien s'est exprimé ainsi : « Dieu a ressuscité son Fils d'entre les morts ; pourquoi refuse-t-il de faire de même pour le mien ? » Comme Luke et Jodi Veldt, ils pourraient se demander si Dieu existe vraiment.

Le deuil ne suit pas de règles

Le deuil n'est pas un processus bien ordonné. Il ne suit ni règles ni sentier bien défini. Ses diverses facettes s'enchevêtrent et sont imprévisibles. Par ailleurs, on ne peut déterminer à l'avance combien de fois il faudra repasser par la même étape.



Le deuil n'est pas un processus bien ordonné. Il ne suit ni règles ni sentier bien défini.

Ce n'est pas parce que l'on s'est débattu avec un aspect du deuil une seule fois qu'on ne devra *jamais* plus l'affronter. La plupart des gens ressentent souvent certains sentiments et se posent les mêmes questions à plusieurs reprises, comme s'il s'agissait toujours de la première fois. Ne vous en inquiétez donc pas. Le deuil de C. S. Lewis lui a fait découvrir « que rien n'est jamais statique dans le deuil. On traverse une étape, mais c'est pour y retourner. Tout se répète sans fin » (*Apprendre la mort* ; traduction libre).

Il est normal de faire son deuil

Certains croyants pourraient se refuser la permission de vivre un deuil profond si on leur a dit que la foi et la tristesse ne vont pas de pair. Si l'on vous a laissé croire que les larmes révèlent un manque de foi, écoutez les paroles suivantes tirées de l'Ancien Testament : « Il y a un temps pour tout […] un temps pour pleurer […] un temps pour se lamenter » (Ecclésiaste 3.1,4).

***Salomon**, l'auteur de l'Ecclésiaste, a peut-être appris qu'il y avait un temps pour pleurer en observant son père vivre le deuil de son fils. **David a connu la douleur du deui**l après avoir su qu'Absalom, son fils, était décédé : « Le roi s'était couvert le visage, et il criait à haute voix : Mon fils Absalom ! Absalom, mon fils ! mon fils ! » (2 Samuel 19.4.)*

Dans le Nouveau Testament, Jésus a associé la foi aux larmes quand il a affirmé : « Heureux ceux qui pleurent, car ils seront consolés ! » (Matthieu 5.4, *Colombe*.) Par son exemple, il a démontré que les deux sont compatibles ; il a pleuré au tombeau de Lazare, son ami (Jean 11.35).

Des années plus tard, l'apôtre Paul a déclaré que, bien que nous ne vivions pas le deuil de la même façon que les personnes qui n'ont pas d'espoir de revoir leurs êtres chers quand Jésus reviendra (1 Thessaloniciens 4.13-17), nous pleurons quand même leur départ.

Il est normal de pleurer et de regretter son enfant d'innombrables façons. Les parents éplorés rejouent couramment dans leur esprit les dernières heures et les derniers moments de leurs chéris. De même, il est normal de se sentir consumé par des questions sans réponse et d'avoir

l'impression que l'on se noie dans une mer de sentiments, que personne n'entend nos prières et que la vie ne reprendra jamais son cours. Vous ne faites *rien* de mal. Vous ne manquez *pas* de spiritualité. Le coup que vous avez reçu vous étourdit, et vous tentez désespérément de découvrir comment continuer de vivre en l'absence de votre fils ou de votre fille.

Ressentir la tristesse et en parler

Peu importe l'émotion qui l'emporte en vous pour l'instant, vous devez vous accorder la permission de l'éprouver. Ne la banalisez pas en lui trouvant une réponse toute faite et ne laissez personne (y compris vous-même) vous faire croire que vous ne devriez pas la ressentir. Acceptez vos pensées et vos sentiments tels qu'ils sont et essayez de les exprimer. Un parent a affirmé : « Lorsque je refoulais ces pensées, elles demeuraient au fond de mon âme et en émergeaient sous une forme différente : la dépression, l'amertume, l'épuisement » (Gregory Floyd, *Grief Unveiled*).

Si une personne se soucie sincèrement de vous, ne gardez pas votre deuil pour vous-même. Vous pleurerez souvent seul, mais vous devrez également vous ouvrir et parler de votre douleur à des gens qui vous écouteront.

Parlez avec des parents qui ont vécu la perte d'un enfant. Cherchez-les. Lisez leurs livres, interagissez avec eux sur leurs blogues. Vous trouverez probablement le plus de compréhension et de réconfort auprès de ceux qui, ayant perdu un enfant, en ont eu le cœur déchiré.

***Rédiger un journal** constitue l'un des moyens d'exprimer son deuil. Un parent, qui avait profité de cet exercice, a dit : « J'ai appris que j'avais besoin d'un endroit sécuritaire où consigner mes idées morbides : les malédictions, les questions, les doutes, la colère, la douleur. »*

Faire part de ses besoins

Jésus a déclaré que ceux qui pleurent seront consolés (MATTHIEU 5.4). Faire part de vos besoins à d'autres leur permet de répondre à votre deuil en vous prodiguant consolation et soins.

Le Seigneur a communiqué ses besoins aux siens, la nuit avant sa mort. Après s'être épanché auprès de son Père, il a dit à ses disciples à quel point il était consterné : « Mon âme est triste jusqu'à la mort. » Puis il leur a révélé ses besoins : « Restez ici, et veillez avec moi » (MATTHIEU 26.38). Jésus savait ce qui devait se produire. Une foule, à la tête de laquelle se tenait l'un de ses proches collaborateurs, s'était mise en route pour se saisir de lui, l'arrêter, le torturer et le tuer. En cette nuit sombre, Jésus avait *besoin* de la présence de ses amis. Il comptait sur leur présence et leur vigilance afin d'adoucir l'amertume de ce qu'il devait vivre par la suite.

Les parents endeuillés peuvent imiter le Maître, se demander quels sont leurs besoins et les faire connaître à des gens avec qui ils sont à l'aise. Qu'il s'agisse d'inviter quelqu'un à tout simplement vous tenir compagnie, à vous écouter râler, à vous donner un câlin ou à faire des courses, accordez aux autres la chance de personnaliser l'aide qu'ils vous apportent.

Personne ne peut vous enlever votre douleur. Cependant, en vous ouvrant aux autres et en leur permettant (même à

ceux qui font sans le savoir des commentaires blessants) de vous aimer selon *vos* besoins, vous découvrirez que ce que l'on peut partager devient moins lourd à porter.

Le deuil est personnel

Le deuil suit naturellement la perte, mais il n'existe pas de façon standard de procéder, car il est très personnel. Chaque parent pleure le décès de son enfant à sa manière et à sa vitesse.

Certains ressentent plus de colère ou de culpabilité que d'autres. Certains s'ouvrent immédiatement au sujet de leur enfant décédé ou du calvaire qu'ils vivent. D'autres, plus renfermés, prennent plus de temps à ouvrir leur cœur. Certains gardent une foi robuste en Dieu ; d'autres la remettent en question. Certains aiment se rendre au cimetière ; d'autres trouvent cette visite insupportable. Certains ont de la peine à dormir ; d'autres n'éprouvent de réconfort que dans le sommeil. Certains perdent l'appétit ; d'autres continuent de manger comme à l'accoutumée. Certains croient que la première année est la plus difficile ; d'autres sont d'avis que c'est la deuxième.

Chaque parent pleure le décès de son enfant à sa manière et à sa vitesse.

Alors que les deux conjoints ont le plus besoin l'un de l'autre, leur méthode respective de vivre leur deuil peut les éloigner l'un de l'autre. L'un peut penser, à tort, que l'autre est insensible et qu'il ne ressent pas la perte. Voilà pourquoi il importe

de communiquer et d'accepter la façon dont l'autre gère son deuil. Les parents qui n'arrivent pas à verbaliser leur douleur ou à communiquer avec leur conjoint pourraient devoir faire appel à un conseiller ou à un autre couple ayant été ainsi éprouvé par le passé.

*Le décès d'un enfant peut être à l'origine de **problèmes matrimoniaux** ou envenimer ceux qui existent déjà. Si vos difficultés s'aggravent, si vous ne communiquez plus et que vous et votre conjoint vous éloignez l'un de l'autre, consultez un conseiller matrimonial. Vous pouvez traverser cette tempête en vous rapprochant l'un de l'autre.*

L'aspect du deuil change au fil du temps

La plupart des parents découvrent que le genre de douleur qu'ils ressentent durant la première année n'est pas le même que celui qu'ils vont connaître pour le reste de leurs jours. Les premiers temps, l'affliction est aigüe et intense. Certains ont l'impression d'avoir été happés par un bus. Les émotions débordent souvent et spontanément. On ne trouve pas de réponse aux grandes questions existentielles.

Au départ, le deuil nous fait croire que l'on nous a directement frappés au visage. Par la suite, nous pensons plutôt avoir reçu un coup oblique. Tous les deuils déchirent le cœur, mais avec le temps, ils deviennent toutefois plus doux. Au début, les souvenirs nous attristent et nous arrachent des larmes. À la longue, nous sourions et nous rions davantage en nous rappelant le disparu. Une mère éplorée s'est exprimée ainsi : « Je n'exagère pas en disant que, la première année, nous nous sommes débattus et presque noyés. La deuxième année, nous avons repris pied, mais il nous a fallu six ans avant

de pouvoir rire en nous rappelant les bons souvenirs que Lee [notre fille] nous avait laissés » (Elizabeth Brown, *Surviving the Loss of a Child*).

Le deuil change d'aspect au fil du temps, mais il ne disparaît jamais entièrement. Les parents ne se « remettent » pas de la perte de leur enfant. Ils ne cessent de penser à lui et de parler de lui (ou même de lui parler). De certaines manières, leur enfant leur manquera toujours, mais plus comme aux premiers temps. Les larmes et les questions demeureront, mais leur intensité et leur fréquence diminueront.

Le deuil peut élargir le cœur

Nous ne nous remettons jamais du décès d'un être cher. Nous regrettons toujours son départ. Celui-ci crée une blessure dans notre cœur avec laquelle nous apprenons lentement à vivre, même si elle est douloureuse. Avec le temps, le deuil peut toutefois se transformer en « compagnon » permanent et, comme l'a découvert un parent endeuillé, il peut *élargir* le cœur (Jerry Sittser, *A Grace Disguised*).

Cette expérience nous rend plus sensibles aux souffrances d'autrui. Cela ne se fait pas du jour au lendemain, mais notre vécu nous permet de devenir plus compatissants et mieux capables de servir les autres d'un amour altruiste et doux, comme celui de Jésus.

La mort de ***la fille de Dave Brannon*** *l'a inspiré à écrire* Au-delà de la vallée *et à parler ouvertement de sa perte et de son deuil. « Ce n'est pas le ministère que j'aurais choisi, mais c'est celui qui m'a été confié », affirme-t-il.*

Le deuil nous fait voir plus clairement que notre Père ressent aussi du chagrin. Nicholas Wolterstorff, dont le fils a perdu la vie dans un accident d'alpinisme, en a conclu que, « plutôt que de nous expliquer pourquoi nous sommes éprouvés, Dieu partage notre chagrin ». Comme Luke Veldt l'a découvert, notre Père a connu la mort de son Fils. Par amour pour l'humanité et dans le but de la sauver, il a fait l'impensable et il s'est détourné de son Fils, quand celui-ci s'est écrié sur la croix : « Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ? » (MATTHIEU 27.46.)

À l'ombre de la croix, nous constatons que nous ne sommes jamais seuls avec notre douleur. Notre perte est également celle de Dieu. Nous pouvons, en tout temps, lui faire part de tout ce qui passe en nous — le bien et le mal, la beauté et la laideur —, et lui demander de nous réconforter.

Parfois, le silence répondra à vos pleurs et vous ne percevrez aucune réponse. En d'autres occasions, vous recevrez un doux message de Dieu, vous rappelant qu'il est « le Père des miséricordes et le Dieu de toute consolation » (2 CORINTHIENS 1.3), qu'il vous a toujours accompagné et qu'il sera toujours de votre côté, même dans l'épreuve.

3

Une invitation à l'espoir

Quand la mort s'empare de ceux qui nous sont chers, nous croyons que nous ne pourrons plus jamais être joyeux. Le temps qui s'écoule nous montre toutefois qu'il est possible d'être heureux de nouveau. La tristesse prendra quelquefois le dessus, mais la joie et la tristesse les plus profondes peuvent coexister dans le cœur.

Il en est de même de l'espoir !

Quelques années après avoir perdu son fils de cinq ans, un père a observé que « la douleur de la perte est bien réelle et parfois insupportable. Cependant, l'espoir est tout

aussi réel, et même plus » (Gregory Floyd, *Grief Unveiled*). L'espérance dont ce père parlait est celle de revoir le disparu à l'aube d'un nouveau jour. C'est anticiper cette rencontre et la plus belle des fins, qui est en réalité un nouveau début.

Bien que nous versions des larmes, maintenant et durant notre vie, la Bible nous assure qu'il n'en sera pas toujours ainsi. Le Nouveau Testament nous apprend que, lors du retour de Jésus, tous ceux qui sont morts et qui lui appartiennent seront ressuscités (1 Corinthiens 15.20-23). Le retour de Jésus marquera un nouveau départ. La nouvelle Jérusalem descendra du ciel vers la terre ; il y aura un nouveau ciel et une nouvelle terre (Apocalypse 21.1,2). Dieu « essuiera toute larme » des yeux de son peuple ; « il n'y aura plus ni deuil, ni cri, ni douleur, car les premières choses ont disparu » (Apocalypse 21.4).

Le temps qui s'écoule nous montre toutefois qu'il est possible d'être heureux de nouveau. La joie et la tristesse les plus profondes peuvent coexister dans le cœur.

Des siècles avant la venue de Jésus sur terre, le prophète Ézéchiel a reçu une vision. L'Éternel lui a fait visiter la nouvelle Jérusalem, ainsi que le temple, que le prophète a décrit en ces termes :

> Il me ramena vers la porte de la maison. Et voici, de l'eau sortait sous le seuil de la maison, à l'orient [...] Il me dit : As-tu vu, fils de l'homme ? Et il me ramena

> au bord du torrent. Quand il m'eut ramené, voici, il y avait sur le bord du torrent beaucoup d'arbres de chaque côté. Il me dit : Cette eau coulera vers le district oriental, descendra dans la plaine, et entrera dans la mer ; lorsqu'elle se sera jetée dans la mer, les eaux de la mer deviendront saines. Tout être vivant qui se meut vivra partout où le torrent coulera, et il y a aura une grande quantité de poissons ; car là où cette eau arrivera, les eaux deviendront saines, et tout vivra partout où parviendra le torrent. Des pêcheurs se tiendront sur ses bords ; depuis En-Guédi jusqu'à En-Eglaïm, on étendra les filets ; il y aura des poissons de diverses espèces, comme les poissons de la grande mer, et ils seront très nombreux (ÉZÉCHIEL 47.1,6-10).

En renvoyant à la vision d'Ézéchiel, selon laquelle même les eaux les plus mortes deviendront saines, Luke Veldt termine son livre, *Written in Tears*, sur une invitation :

> Vous pourrez m'y voir en train de pêcher avec Allison. Nous serons entourés d'une foule d'amis et de proches, et nous serons tous dans la présence de notre Père, notre guide. Joignez-vous à nous ! Il y aura beaucoup de place et une grande quantité de poissons, et le temps sera illimité. Nous serions tellement heureux de vous y voir !