

Le dimanche 6 novembre dernier, des frères et sœurs endeuillés se sont réunis à Saint-Péray, près de Valence. Des locaux situés dans l'enceinte du Château de Beauregard ont été mis à notre disposition lors de cette rencontre organisée par Martine (référente du Rhône) et Chantal (antenne du Doubs et coordinatrice au niveau national). Beaucoup ont répondu favorablement à l'invitation : 6 sœurs et 4 frères venus du Rhône, de l'Isère et de la Drôme, se rencontrant pour la première fois.

Nous avons été accueillis dans la matinée par les organisatrices et les premiers échanges ont commencé autour d'un café. Après que chacun a été invité à se présenter en exprimant seulement ce qu'il souhaitait exprimer, le temps dédié à une autre forme d'expression a débuté. Chantal et Martine ont mis à notre disposition de nombreux magazines et journaux ainsi qu'une grande feuille blanche. Afin de nous guider dans l'élaboration de ce collage ne requérant aucune compétence artistique préalable, l'idée énoncée était, au moyen d'illustrations découpées et/ou de mots, de retranscrire ce que nous ressentions à l'instant présent.

A l'issue de la réalisation de ce collage, nous avons fait un tour de table : les présentations de nos œuvres respectives ont été tellement riches qu'il était déjà plus de 13 heures quand il a été décidé de faire une pause. Cela confirme que le collage est un support qui peut favoriser l'expression des émotions et les échanges qui, ce jour-là, auraient pu se prolonger tant nous avons des choses à nous dire.

Suite au déjeuner durant lequel ont été mis en commun les plats préparés par les participants, nous avons continué à parler jusqu'en fin d'après-midi. Comme lors de chaque rencontre, la prise de parole est libre et volontaire, tout cela dans un cadre respectueux et confidentiel.

Nous avons échangé sur notre deuil et son impact dans nos vies. La plupart des participants ont perdu leur frère ou leur sœur il y a moins de 3 ans, pour les autres, le décès est moins récent. Les témoignages se sont développés autour, entre autres : du deuil et de la composition de la famille (en l'occurrence si nous avons ou non d'autres frères et sœurs), du suicide, de la colère, la manière dont nous envisageons de (re)construire notre vie sans elle ou sans lui, la façon dont nous abordons la mort de notre frère ou de notre sœur sur notre lieu de travail par exemple (en parler ou se taire)...etc...

Parce qu'elles sont inévitablement génératrices de nombreuses émotions, les journées consacrées aux rencontres entre frères et sœurs endeuillés sont plus ou moins éprouvantes. C'est un temps durant lequel il est possible de laisser parler son ressenti ou laisser venir ses larmes, d'évoquer sa tristesse, sa douleur ou sa culpabilité.

Les témoignages ont été forts ce jour-là.

Même si les parcours de vie sont différents, rencontrer des personnes qui connaissent comme nous la perte d'un frère ou d'une sœur permet de partager des ressentis et des expériences qui se ressemblent. Dès lors, communiquer peut s'avérer plus simple et plus fluide, qui plus est dans une ambiance bienveillante. Pour conclure, cette journée a été source d'espoir, de joie et d'apaisement. En d'autres termes : ça fait vraiment du bien ! Merci à chacun pour ces moments de partage.

*Lucile*