

# NI DRAP NI BRÛLURE

Histoire d'une vie après la mort

Contrairement à ce que pourrait laisser croire le sens religieux du terme « vie après la mort », il s'agit ici de parler de l'histoire de ceux dont la vie continue non pas après leur mort mais après la perte d'un proche. C'est à cette vie là que je me suis intéressé : celle de ceux qui ont indirectement connu la mort et qui doivent surmonter le deuil. Ceux qui se retrouvent désormais confrontés à l'épreuve la plus naturelle mais la plus terrifiante qui soit. Ceux qui doivent peu à peu se reconstruire face à un monde qui vient brusquement de s'effondrer.

Cette épreuve, c'est celle que chacun est amené à traverser un jour ou l'autre.

Ce deuil, c'est celui d'une société qui a désappris à faire face à la mort.

Cette histoire, c'est celle de tous et de personne en même temps.

PAUL PEINADO

# NI DRAP NI BRÛLURE

*nrf*

GALLITARD

# Ni drap ni brûlure

Histoire d'une vie après la mort

*« Tu viendras longtemps encore marcher dans mes rêves  
Tu viendras toujours du côté où le soleil se lève »*

*À Alex, Marion, Eva et Maël*

## PROLOGUE :

*Soirée du 18 octobre 2020*

Il est 22h36 lorsque le décès d'Anne est prononcé. Ceux qui sont présents à ce moment-là ne gardent qu'un souvenir flou de ces instants : les lueurs des camions de pompier à travers les rideaux, les souffles de ceux qui continuent le massage cardiaque... Les sons sont assourdis ; les images floutées par les larmes. Parmi ceux qu'Anne laisse derrière elle, on compte un mari, des enfants, des parents... Autant de personnes qui sonet encore loin de réaliser ce qui les attend dans un futur proche. Des personnes qui, encore sous le choc, ignorent à quel point leurs vies vont être bouleversées, leurs identités changées, leur rapport au monde transfiguré.

Et pourtant, Anne n'a pas disparu. Trop souvent, notre société athéisée et libéralisée nous laisse face à un monde aseptisé où la mort n'est rien d'autre que la disparition nette et sans transition d'un être proche. Mais Anne est encore là et les pleurs de ses enfants en sont un témoin incontestable. Ce qu'il adviendra de l'âme ou du corps d'Anne n'est pas la question qui se pose ici. En revanche, les souvenirs d'elle sont encore bien présents pour ne pas dire omniprésents. Comment parler de disparition quand sa personnalité, son identité, ses réactions, ses combats, ses opinions restent gravées dans le cœur de ceux qui lui étaient

proches. Comment oser dire qu'elle n'est plus de ce monde alors que son souvenir obnubile à l'instant même un mari dont le monde se réduit justement à la douleur de la perte. Comment expliquer à son fils que sa mère est partie quand l'éducation qu'elle avait entamée influencera chacun de ses choix, chacune de ses valeurs...

Pour la plupart des courants philosophiques, la question de l'existence se rapporte à celle de la vie : vivre implique d'exister et exister implique de vivre. Si aucun des sens de cette équivalence ne paraît évident, le sens réciproque semble particulièrement problématique dans ce contexte. Car si exister implique de vivre alors la logique affirme que ne pas vivre implique de ne pas exister. Cependant, une pierre existe : elle est présente, visible, perceptible. Elle appartient à notre réalité concrète. Et pourtant, quelle que soit la définition de la vie que l'on adopte, elle n'est *a priori* pas vivante : elle n'a ni vie biologique ni volonté de puissance (au sens Nietzscheen du terme) ni capacité de résistance à la mort (puisque'elle ne meurt pas). C'est un exemple de cas où vivre et exister sont des idées bien différentes. Pourquoi alors ne pas penser qu'il en est de même pour les humains ?

Accepter la fin de l'existence avec la fin de la vie, c'est se pencher vers les enfants d'Anne et leur expliquer que pour une conception athée du monde, leur mère a désormais disparu. C'est leur expliquer qu'en s'arrêtant de vivre, elle s'efface, et tout ce qu'elle a été (et est toujours) avec. C'est les convaincre qu'Anne appartient désormais à une réalité que l'esprit humain n'arrive même pas à concevoir : celle du

néant. Car ce qui n'existe pas appartient par définition à l'abîme indicible du néant. Accepter cette conception, c'est finalement inciter ces vies qui commencent à peine à se construire à faire non seulement le deuil de leur mère, mais aussi celui de ses valeurs, de sa personnalité, de ses combats et de tout ce qu'elle a pu laisser derrière elle... C'est leur rajouter à la douleur de la mort, celle de l'effacement ; à la peur de la solitude, celle de l'abandon.

La théorie freudienne du deuil nous incite à confronter ceux qu'Anne laisse derrière elle à la réalité de sa mort, à les protéger de toute forme de déni. Mais l'athéisation progressive de notre société nous laisse nus face à la cruauté de cette réalité, obligés d'affronter de pleine face l'injustice de la disparition. La théorie freudienne du deuil ayant peu à peu été pervertie en une doxa qui crée l'injonction d'accepter la mort en tant que disparition, les enfants se verront dire par le psychologue qu'ils ont l'obligation d'accepter comme un fait indiscutable et inexplicable l'appartenance définitive de leur mère au néant. Mais la théorie de Freud prône bien l'acceptation de la mort et non pas de la disparition et s'il est en effet primordial d'expliquer aux proches du défunt ce qu'implique la mort d'Anne, il est aussi important de préserver ce qu'elle n'implique pas ; de dire que quelque part, au fond d'eux et dans la mémoire collective, Anne existe toujours.

Cela étant dit, il devient important de comprendre quelle est la forme que prend l'existence post-mortem d'Anne, quel sera l'impact du monde sur elle et quel sera son impact sur le

monde. Car mieux appréhender ces points permettra probablement à ceux qu'Anne laisse derrière elle de mieux différencier la mort de la disparition et de ne pas s'engouffrer dans l'abîme que la disparition d'une mère, d'une femme, d'une fille ouvre sous leurs pieds... quand la mort déchire la toile de notre identité, s'accrocher à la question de l'existence post-mortem peut-elle nous aider à accomplir notre deuil ?

## CHAPITRE 1 : Ceux qui restent

*Semaine du 25 novembre 2020*

Quand il s'agit de la mort, aucun remplacement n'est possible. Tel est le constat qui trotte dans la tête du mari d'Anne depuis déjà quelques jours. Cela fait maintenant plus d'un mois que sa femme les a quittés. Et pourtant, la douleur ne diminue pas, le manque est toujours aussi brûlant, cruel, inexpugnable. Bien sûr, ce n'est pas la première épreuve qu'il traverse. Comme beaucoup, il a connu des deuils de relations amoureuses, d'opportunités professionnelles, de proches. Mais cette fois, tout est différent. Cette fois, le souvenir de sa femme ne s'estompe pas, il reste toujours au premier plan, obsédant. Cette fois, la mort a ouvert un gouffre dans sa réalité.

Ce que commence à percevoir le mari d'Anne, c'est qu'aucun travail de deuil ne permettra de refermer ce gouffre. Ce qui suivra alors son constat, c'est que le deuil n'offre ni réparation, ni compensation. Accomplir son deuil, c'est arriver à limiter l'expansion du gouffre, le border pour éviter au vivant de s'y engouffrer. Accomplir son deuil, c'est se raccrocher à la vie quand tout ce qu'on a connu nous pousse à lâcher prise. C'est construire un garde-fou qui nous

empêche définitivement de tomber dans ce gouffre qui s'est ouvert si brusquement et qui ne se refermera jamais.

Pour Freud, faire son deuil c'est accepter que le mort est mort et n'existe plus afin de peu à peu se détacher des liens qui nous unissent au défunt. Et en effet, se détacher du mort est une solution convaincante pour pallier le manque qui s'instaure. Mais se détacher complètement du défunt n'est pas nécessairement la bonne solution. Car si le mort ne vit plus, il existe encore, et ses interactions avec le monde des vivants sont très présentes et très importantes. Après tout, l'amour que nous portions à la personne en vie ne s'arrête pas à la mort. Certes, la relation évolue, mais aurait-on vraiment raison de penser qu'elle prend fin ? Si cela avait été le cas, le deuil serait autrement moins douloureux. Ce constat pourtant simple résume alors ce qui fait à la fois la douleur et la force du deuil.

Sa douleur, parce que c'est justement cette relation trop présente qui nous unit au mort qui nous fait tant souffrir. C'est ce manque indicible qui est la vraie cause tangible et justifiée de la douleur du deuil. Bien sûr, il y a d'autres sources de douleur et de peur : la douleur de l'abandon, la peur d'oublier, la peur de voir la personne disparaître. Mais si on discerne soigneusement la vie de l'existence, la douleur de la perte ne se résume plus qu'à une cause : le manque.

Sa force parce que nous ne serions pas ce que nous sommes sans la douleur du deuil. Nos relations avec les morts sont bien plus importantes que nous voulons le croire dans notre

culture occidentale. Nos morts guident chacune de nos actions, chacun de nos choix au travers de leurs existences. Dans son livre *Au bonheur des Morts* (2015), Vinciane Despret parle des capacités des morts. Nul besoin d'être vivant pour pouvoir agir sur le monde : un diamant a la capacité de rayer le verre, cela fait partie de ses puissances d'agir, de ses capacités. Nos morts, nos fantômes, ont aussi des « puissances d'agir » sur le monde réel. C'est-à-dire qu'ils interagissent avec nous, nous conseillent, nous rappellent qui nous sommes et quelles sont nos valeurs. Ils ont la capacité de changer le monde à travers ce qu'ils font faire aux vivants, à travers ce dont ils rendent les vivants capables. Et même si cet impact est involontaire et incontrôlable, cela ne signifie pas qu'il n'est pas réel. La relation qui nous unit à eux est une relation d'interdépendance : ils ont besoin de nous pour exister au même titre que nous avons besoin d'eux pour vivre.

Pendant des années, pas une heure ne s'écoulera sans qu'Anne ne traverse les pensées de son mari. Les cicatrices laissées par les brûlures de la peine, de la culpabilité et du manque ne s'effaceront jamais vraiment. Mais peu à peu, le temps transformera la douleur du manque en nostalgie. Ce lent processus d'apaisement pourra prendre des mois comme des années. Il y laissera une partie de sa personnalité, de sa volonté et beaucoup de ses projets d'avenir. Cette reconstruction le laissera particulièrement vulnérable, tiraillé entre un avenir incertain et un passé qui s'effondre.

Notre devoir à tous est de l'aider à se protéger de la société. Jusqu'au début du XX<sup>ème</sup> siècle, le deuil était particulièrement codifié : pour les veuves notamment, le deuil était divisé en trois étapes : le grand deuil qui dure six mois, le deuil ordinaire qui en dure trois puis le demi-deuil qui en dure encore au moins trois. Si toutes ces traditions et cérémonies peuvent paraître superficielles et disproportionnées, elles avaient l'avantage d'exposer aux yeux du monde la douleur et la fragilité de l'endeuillée (à travers le code vestimentaire notamment). Avec la première guerre mondiale, notre société a voulu retrouver un deuil plus authentique, moins codifié. Mais l'ultra-libéralisation d'un monde où les impératifs de productivité prennent le pas sur la protection des individus et où l'athéisme ne cesse de progresser menacent fortement de laisser les endeuillés nus face à la cruauté du monde extérieur.

Perdu dans un monde où tout le monde prétend être heureux, cachant pudiquement sa peine sous prétexte que le spleen n'est plus à la mode, le mari d'Anne aura beaucoup de mal à retrouver sa place et à se reconstruire. L'Etat lui offrira 3 jours de congés rémunérés symboliques et s'il a la chance de vivre dans un pays avec une bonne couverture sociale, il pourra ajouter quelques mois d'arrêt de travail pour l'aider à digérer sa peine. Mais après ces quelques mois envisageables, son deuil sera symboliquement terminé aux yeux du reste du monde et il devra à nouveau s'exposer publiquement.

Et pourtant... plus d'un mois après, la plaie reste béante, le gouffre est encore susceptible d'anéantir le concerné. Seul le

souvenir de sa femme, de ses projets et de ses valeurs vient délayer de temps à autre le noir de ses pensées. Aussi mince que puisse paraître cette forme d'existence, elle est désormais le fil qui le raccroche à la société. C'est ce fil qui désormais guidera chacun de ses choix éducatifs et qui dirigera les longs changements sur son être et sur sa vie qui accompagnent une telle perte. C'est cette existence aussi infime et subjective soit-elle qui constituera à la fois les pires crises de douleur et les seuls passages de répit.

Rien d'autre que le temps ne pourra atténuer sa douleur ou alléger son combat. Mais c'est désormais notre rôle de le protéger de l'extérieur et de lui permettre d'exprimer sa souffrance sans s'abîmer dans un monde froid et impersonnel où les émotions sont pudiquement mises à l'écart.

## CHAPITRE 2 : Ceux qui partent

*Vendredi 21 octobre 2020*

En voyant la sœur d'Anne se regarder une dernière fois dans la glace avant d'appeler ses enfants pour leur dire au revoir, nul n'aurait pu deviner la tempête qui l'habitait à cet instant précis. Ses cernes aussi bien masqués qu'ils pouvaient l'être, elle était prête à partir de bonne heure pour aider ses parents à organiser la réception. De toute façon la baby-sitter était déjà arrivée. Elle embrassa tendrement ses enfants qui du haut de leurs 2 et 4 ans avaient encore beaucoup de mal à comprendre ce qui se passait et franchit le pas de la porte, tête baissée. Elle avait beaucoup hésité à emmener ses enfants aux obsèques de sa sœur mais à quoi bon ? Ils étaient encore jeunes, ils auraient encore tout le temps de découvrir la mort et ses conséquences. Et puis ils s'étaient montrés assez effrayés à l'idée de venir. Maintenant, elle s'apprêtait à affronter seule une épreuve qu'elle redoutait depuis déjà plusieurs jours.

Tout s'était enchaîné depuis l'annonce du décès : l'aller-retour à l'hôpital, l'aide qu'elle avait donnée à son beau-frère pour garder ses enfants et mettre les affaires d'Anne en ordre, le coup de main aux parents pour leur faire à manger, ne pas les laisser seuls... En fait, à bien y réfléchir, elle ne

s'était quasiment pas retrouvée seule, exception faite des quelques minutes passées tous les soirs à attendre que les somnifères fassent effet. Mais désormais elle était seule dans sa voiture, le poing serré et la boule au ventre.

En arrivant sur le parking, elle prit cinq minutes pour recentrer son attention. Il allait falloir accueillir les gens, prendre un air grave, parler de son enfance avec sa sœur. Montrer à ses parents et à ses neveux qu'elle était là pour eux.

Elle se regarda une dernière fois dans le miroir de courtoisie et mima d'enlever un point noir qu'elle seule semblait voir. Elle trouva son visage émacié et son regard froid. Elle ne se sentait pas prête à vivre l'absurdité de ces rituels que s'imposent les hommes. Elle avait beau se dire qu'ils permettaient de créer du lien social, de consoler les vivants et donc pour beaucoup de repartir plus léger, à l'instant présent ce n'était pas ce dont elle pensait avoir besoin.

Pourtant, le rôle de ces rituels dépasse de loin les dimensions sociales et émotives. En partie parce que dire adieu à l'incarnation physique du défunt, c'est accepter la réalité de la mort et donc entamer le processus de deuil. Dans cette vision purement fonctionnaliste (qui est celle généralement adoptée), les vivants sont les seuls bénéficiaires des obsèques : le mort n'a alors rien à faire là-dedans ; à se demander même pourquoi il a été invité, après tout il s'agit du chagrin des vivants qu'on essaye de soigner.

Et pourtant... l'existence du mort sera bouleversée par les obsèques. Observées depuis le point de vue de l'existence, elles prennent une signification très différente. En effet, chaque vivant arrive avec sa perception du mort, ses souvenirs, ses expériences. En prenant la parole pour parler du défunt, on le fait exister pleinement et collectivement. On va même jusqu'à modifier son existence en changeant la perception que nous avons de lui : en évoquant nos souvenirs, notre vécu avec le mort, on unifie les différentes facettes de sa personnalité, on rassemble les différents épisodes de sa vie pour former une unité qui sera désormais l'existence du défunt. En redensifiant ainsi la personnalité du défunt, on prépare son existence posthume. Vinciane Despret va même jusqu'à parler de promotion dans l'existence : d'une existence plus complète, plus dense, plus apaisée qu'elle ne l'a jamais été.

Bien sûr, chacun est libre de considérer à quel point ces étapes sont cruciales. En particulier, la plupart des personnes dont le témoignage fonde les travaux de Vinciane Despret croient à l'importance et à l'existence des fantômes et des esprits au sens commun du terme. Mais que l'on y croie ou non il faut admettre que l'utilité des obsèques dépasse alors de loin celle de la vision fonctionnaliste.

Car alors, chacun repartira avec une nouvelle perception du mort, une version avec laquelle il pourra vivre, une version qui sera capable de l'aider à surmonter l'épreuve qui l'attend et à trouver finalement la paix. Sans cela, on ne parviendra pas à trouver une place définie au vivant : il ne parviendra

jamais à border véritablement le gouffre que le deuil a ouvert. Car essayer d'oublier le défunt ne permet jamais vraiment de passer à autre chose. La seule échappatoire pour retrouver un jour la paix est d'arriver à vivre avec le défunt, à accepter son existence et à parvenir à lui définir une place qui ne déborde pas sur la vie mais qui reste accessible lorsque le vivant en a besoin. Au-delà des airs graves de circonstance et des refus de pleurer devant les autres, la sœur d'Anne aurait peut-être dû essayer de profiter de ces moments précieux pour commencer à se soigner elle-même plutôt que de donner son réconfort à ceux qui l'entourent.

Et pourtant... La sœur d'Anne ne versera pas une larme ce jour-là. Pas même lorsque sa mère s'effondrera sur son épaule. Pas non plus pendant l'éloge funèbre de son beau-frère. Ses yeux resteront tout aussi secs lorsqu'elle viendra déposer sur le drap les dessins que ses enfants avaient faits pour le départ de leur tante. Elle finira la cérémonie, droite comme un piquet, le regard froid. Les moins perspicaces iront jusqu'à penser qu'elle ne devait pas être si proche de sa sœur finalement.

La réalité est bien plus triste. Cette absence feinte d'émotion s'avère être la seule solution qu'elle a trouvée pour ne pas se laisser submerger par la souffrance et le manque. La sœur d'Anne n'est pas destinée à se remettre d'une perte qu'elle n'arrive pour l'instant même pas à conceptualiser. Elle n'acceptera jamais vraiment que la douleur est la sienne tout autant que celle des autres et que s'abîmer dans l'altruisme ne permet jamais que de se perdre soi-même.

Alors, elle assistait ainsi à la cérémonie, spectatrice de sa propre vie, incapable de reprendre le contrôle, réagissant plus qu'elle n'agissait et faisant semblant d'être forte pour rassurer et consoler des parents qui avaient plus que quiconque (à part elle-même peut-être) besoin d'une épaule solide sur laquelle pleurer. Et ainsi, elle remonta dans sa voiture sans avoir vraiment conscience de ce qui l'attendait puis finit par franchir le pas de sa porte de ce même pas ferme et résolu, le visage froid et les dents serrées.

## CHAPITRE 3 : Ceux qui changent

Il était 22h36 lorsque l'existence d'Anne cessa d'être une évidence. Parmi le vacarme des pensées en désordre de ses proches, une question ne cesse de revenir : y a-t-il une vie après la mort ? Et si la vraie question, celle que nous devrions nous poser était plutôt avons-nous besoin qu'il y ait une vie après la mort ? Après tout, quelle que soit l'importance que l'on confère aux phénomènes qui nous permettent de rester en contact avec nos morts (esprits, fantômes, paradis, réincarnation...) on ne peut désormais plus nier leur utilité lorsqu'il s'agit d'aider les vivants à survivre au deuil. Chez les personnes avec lesquelles a travaillé Vinciane Despret il s'agit bien de ce type d'existence dont il est question. Mais il est possible d'aller encore plus loin en tenant compte de l'existence telle qu'elle a été présentée dans le prologue.

Pour nous occidentaux pour qui la rationalité n'a pas de prix, la version matérialiste est devenue la norme. Mais cette idée n'est *a priori* pas en complète opposition avec les travaux de Vinciane Despret qui ont pourtant été effectués sur des populations très différentes (à condition d'adapter les hypothèses). Dans ce cas, l'idée même de devoir faire un choix entre les visions matérialiste et spirituelle devient obsolète : pourquoi chercher à quoi correspond la réalité lorsqu'on sait que l'existence suffit à faire perdurer un être.

Pourquoi même parler de réalité lorsque la réalité n'est rien d'autre que ce que nous percevons, si profondément influencé par notre vécu et nos croyances. À chacun sa réalité à partir du moment où on est capable de vivre avec l'esprit apaisé.

C'est d'ailleurs cette remise en question de l'objectivité de la réalité qui pousse de nombreux autres philosophes et psychanalystes à refuser jusqu'au terme même de deuil. Le psychanalyste Jean Allouch en particulier défend son point de vue en commençant par revenir sur la conception classique du deuil. Pour la version freudienne, le principe de réalité s'impose après la mort d'un être. C'est-à-dire qu'on accepte le fait que le défunt a disparu et qu'il n'est plus là. De cette acceptation découle la possibilité pour la libido et les affects, de se porter sur un autre objet. L'acceptation du fait que la personne n'est plus là et se trouve intériorisée sous différentes formes, comme le souvenir. Et alors toute la libido investie sur la personne disparue peut être investie sur un autre être.

Mais pour Jean Allouch, cette définition est loin d'être une évidence. D'abord parce l'expression « principe de réalité » ne précise pas à qui renvoie cette réalité. S'agit-il de la réalité de celui qui prend le pouvoir d'imposer ce qu'il pense être légitimement réel ? Pourquoi aurait-il ce droit ? Ensuite (et c'est là qu'on peut faire un parallèle avec Vinciane Despret) parce que cette conception suppose une conception très particulière, laïque et matérialiste de la mort. Une conception

selon laquelle le disparu aurait disparu à tout jamais, et pour qui la mort entraîne en fait le néant.

Il était 22h36 quand le deuil commença pour les proches d'Anne. Bien sûr, il leur faudra encore du temps pour ne serait-ce qu'imaginer les épreuves qui les attendent. Mais bientôt, on leur recommandera de commencer leur deuil, de ne pas perdre de temps. On leur rappellera les étapes qu'ils doivent suivre : déni, colère, marchandage, dépression et enfin acceptation.

En faisant ceci, on transforme l'injonction à faire son deuil en véritable carcan émotionnel qui enferme les concernés dans une normalisation des sentiments. Car c'est bien à une normalisation des sentiments que correspond ce semblant de guide supposé aider les endeuillés à comprendre ce qui leur arrive. Mais le deuil n'est pas un procédé linéaire. Le deuil ne peut pas plus être ordonné ou commandé car il vient avant tout de la personne concernée. Le deuil n'est pas apprentissage ou lutte mais acceptation et compréhension. Comment demander à un esprit qui n'est pas calme de trouver la paix dans la compréhension de la qualité mortelle de l'homme ? Comment demander à un esprit qui cherche absolument à en découdre d'accepter qu'aussi cruel que cela puisse paraître, c'est la mort qui donne son sens à la vie ?

Mais alors que peut-on faire ? Si le deuil est un processus personnel que chacun doit vivre à sa manière, comment

canaliser la douleur de ceux qui en ont besoin ? Peut-être que le seul conseil à donner reste finalement de vérifier que l'endeuillé saisit la distinction que l'on a faite entre vivre et exister et qu'il comprend que le deuil n'est pas une épreuve à surmonter à tout prix mais plutôt un calme qui doit s'affirmer lorsque le concerné sera prêt.

Enfin, il faut aussi commencer à préparer les mentalités au deuil avant que celui-ci ne survienne. La mort est bien souvent aussi douloureuse car nous avons perdu l'habitude de considérer qu'elle peut survenir à tout moment. Mais on peut se préparer à un deuil en envisageant dès le plus jeune âge que tous les gens qui nous entourent sont amenés à mourir dont beaucoup avant nous (en particulier lorsqu'on est enfant).

Aujourd'hui les sujets comme la mort sont trop souvent considérés comme tabous : refusés et niés. Et pourtant, il est extrêmement important pour la construction de chacun de savoir que de telles épreuves vont survenir, et qu'alors il faudra accepter que le temps à passer avec la personne est écoulé. Cela n'est pas une injustice à réparer. Ce n'est pas non plus une erreur, un acharnement du sort. La mort est un fait, une réalité. Et à défaut de savoir l'expliquer il ne nous reste plus que la possibilité de l'accepter.

Il était 22h36 lorsque leur univers a basculé. Sœur, enfants, mari, parents... pour tous ces protagonistes rien ne sera jamais vraiment pareil : ils porteront désormais les stigmates de ceux qui ont vécu le deuil. Les psychologues, les coaches de

vie n'auront de cesse de leur parler de comment réussir leur deuil, de quoi faire, comment le faire, quand le faire pour enfin surmonter l'épreuve. Est-ce donc si évident que le deuil s'accomplit ? Que l'épreuve a une fin ?

Peut-être que cette expression a été inventée par une société marchande où même le deuil est l'objet du capitalisme. Une société où la pire des épreuves se résume finalement à une réussite ou à un échec, où le mal d'être se terrasse comme on obtient un diplôme ou une carrière : en travaillant efficacement et surtout silencieusement. Une société qui s'entête à imposer un deuil particulier à ceux qui ont déjà perdu un être cher et qui en profite pour leur faire l'injonction d'accomplir leur deuil.

Mais le deuil ne s'accomplit pas. On peut bien sûr passer outre la douleur, outre le manque. Mais alors sans que nous ne nous en rendions compte, le deuil nous aura changé jusqu'à un point que nous n'imaginons pas. Plus forts, plus mûrs, les membres de la famille d'Anne auront désormais le regard de ceux qui ont perdu à jamais une part de leur innocence. Tous seront profondément altérés, transformés en bien comme en mal. Le monde est loin d'être si manichéen, il n'y a pas que ceux qui parviennent à se remettre d'un deuil et ceux qui vivront toujours avec au fond d'eux. Il y a aussi ceux qui changent.

## ÉPILOGUE :

*Lundi 1<sup>er</sup> novembre 2021, 18h30*

Lilian avait attendu que la journée touche à sa fin pour être sûr de se retrouver seul à l'intérieur du cimetière. Il y avait rarement foule dans le petit cimetière de sa commune, mais les jours de Toussaint il y avait souvent du monde jusqu'à tard. Il poussa le grillage rouillé qui produisit au passage un grincement d'outre-tombe et rentra dans le lieu silencieux. C'était la première fois qu'il y retournait depuis le jour des obsèques. Il avait beaucoup envisagé de revenir mais ne s'en était pas senti la force.

Le chemin comme les cyprès lui rappelait le jour où plus d'un an auparavant, ils étaient venus pour les obsèques. Depuis, il avait fui tout ce qui pouvait lui évoquer de près ou de loin ce jour-là. Y compris le cimetière.

Il s'aventura sur le chemin et le crissement des graviers vint briser le silence. Il avait l'impression que le bruit résonnait dans sa tête à n'en plus finir mais il était bien content de ne plus devoir affronter le silence lourd et pesant de son entrée dans le lieu. Il longea les tombes, les mains dans les poches pour les réchauffer et la tête dans ses pensées. L'année qui venait de passer avait été particulièrement difficile pour tous.

Mais à 17 ans seulement, Lilian s'était vu subir des épreuves d'une violence rare et commençait à peine à peu à peu se reconstruire.

En l'observant de l'extérieur, on aurait pu croire que le Lilian de maintenant était une personne complètement différente de celle qu'il avait été. Plus mûr, plus sage, il avait un air d'enfant qui a grandi trop vite. Confronté au déchirement de son milieu familial et à la perte d'un être cher, il s'était forgé sa personnalité dans la douleur silencieuse de la résignation. Mais Lilian savait pertinemment que ce n'est pas ce qu'aurait souhaité sa mère. Il savait au fond de lui qu'elle voulait qu'il accepte et qu'il chérisse les moments de bonheur passés sans que cela l'empêche d'aller de l'avant.

Alors aujourd'hui il avait pris son courage à deux mains et décidé de rendre visite à sa mère.

Sans réfléchir, ses pas l'avaient guidé machinalement vers là où il voulait aller. Lorsqu'il releva la tête, ses yeux se posèrent sur la plaque qu'ils avaient laissée là près d'un an plus tôt. L'épithète indiquait : « Anne, nous ne t'oublierons pas ».

La vision de ces quelques mots si insignifiants, écrits comme on jette une bouteille à la mer, suffirent à faire remonter dans sa tête les pires moments de l'année écoulée. Il s'assit sur les genoux dans la pelouse boueuse et sentit ses yeux s'humidifier. Parfois il ne se sentait plus la force de continuer à lutter. Parfois il avait l'impression que la douleur du manque ne lui laisserait jamais de répit. Mais il avait comme

le sentiment au fond de lui qu'il devait se montrer fort pour le reste de sa famille ; pour son père, ses frères et sœurs...

Alors souvent il ravalait sa douleur et faisait comme si tout allait bien.

Lorsqu'il rouvrit les yeux, tout lui sembla plus calme. Il avait senti la boule au creux de son ventre se résorber peu à peu. Bien sûr, la peine était toujours là et le manque douloureux, mais il ressentait désormais presque une forme d'affection, de compréhension pour ce manque. Après tout, aussi douloureux soit-il, il était aussi la marque de l'amour qu'il portait à sa mère, un souvenir de son existence qui ne le quittait jamais. Il gardait toujours un peu d'elle avec lui.

Il se releva. Le temps était venu pour lui d'entamer le chemin du retour. Sa famille l'attendait probablement à la maison. Mais au fond de lui il savait qu'il reviendrait désormais. Il commençait presque à ne plus détester le lieu. En fait, on aurait presque pu croire qu'il avait fini par s'attacher à son silence et à sa solitude. Après tout, les gens craignent que les morts hantent les cimetières mais lui savait bien maintenant que les défunts ne se trouvaient pas ici. Où étaient-ils ? La question ne l'intéressait pas vraiment. Ce qui lui importait, c'était de savoir que quoi qu'en disent les autres, sa mère n'avait pas disparu. Que son existence se poursuivait par-delà la mort et que ses souvenirs et ses valeurs avaient fait de lui l'homme qu'il était maintenant au même titre que les épreuves qu'il avait traversées.

Il regarda une dernière fois la tombe de sa mère et se retourna.

Il s'en alla sans même jeter un coup d'œil en arrière. Après tout, il savait que si sa mère n'avait pas été brûlée, elle ne se trouvait pas non plus sous un drap.

Bibliographie :

- Vinciane Despret Au bonheur des Morts, 2015
- France Info : article du 16/04.2021, comment faire son deuil en temps de pandémie ?
- Cairn : Jean Allouch, Le deuil aujourd'hui
- Le Monde : 30/10/2012 : Le deuil, un chemin singulier