

**ACCOMPAGNER DES FRÈRES**



**TOUCHÉS PAR UN DEUIL**



Equipes Notre-Dame  
Vivez votre couple dans la Foi

# **ACCOMPAGNER DES FRÈRES TOUCHÉS PAR UN DEUIL**

**Guide proposé par la Super-Région France-Luxembourg-Suisse**

**Janvier 2021**



## **Parfois la vie familiale est affectée par la mort d'un être cher**

**253.** Nous ne pouvons pas nous lasser d'offrir la lumière de la foi afin d'accompagner les familles qui souffrent en ces moments.

**254.** Je comprends l'angoisse de celui qui a perdu une personne très aimée, un conjoint avec lequel il a partagé beaucoup de choses. Jésus lui-même s'est ému et s'est mis à pleurer lors de la veillée funèbre d'un ami (cf. Jn 11, 33.35). Parfois, on arrive même à en attribuer la faute à Dieu. Combien de personnes — je les comprends — s'en prennent à Dieu.

**256.** Nous sommes consolés de savoir que la destruction complète de ceux qui meurent n'existe pas, et la foi nous assure que le Ressuscité ne nous abandonnera jamais. Ainsi, nous pouvons empêcher la mort de « nous empoisonner la vie, de rendre vains nos liens d'affection, de nous faire tomber dans le vide le plus obscur ».

**P**ape François



# Être auprès au moment même

Souvent nous avons peur de blesser, d'être maladroit, nous ne savons ni que dire, ni que faire...

***Et pourtant, nous pouvons***

**Consoler** par la simple présence.

**Apporter une aide concrète** toute simple mais combien réconfortante :

- ~ soupe préparée,
- ~ un gâteau,
- ~ un journal apporté,
- ~ proposition d'une marche,
- ~ ouvrir sa maison pour loger familles ou amis le jour de la célébration...

**Visiter**, laisser des messages sms, un petit mot sous la porte.

“

*Aidez-nous à nous ancrer dans l'espérance !  
Faites-en sorte que nous gardions confiance !*

”

*Quand on a peur d'en faire trop, on n'en fait pas assez.*

Anne-Dauphine Julliard, Deux petits pas sur le sable mouillé



Apprendre à considérer que la mort fait partie de la vie, pour que nous-mêmes, qui allons vers la personne en deuil, nous ayons moins peur.

**DONNER DE SON TEMPS**

## Dans les semaines suivantes

Penser à **être d'autant plus présent** à la personne blessée par un deuil, que le vide sidéral prend corps. Or c'est justement à ce moment-là que les proches, amis, famille, sont repartis chez eux, la vie reprenant son droit.



“

*Je n'osais pas t'en parler.  
Ce n'est rien à côté  
de ce que tu vis.*

Anne-Dauphine Julliand, ib



*La compassion ouvre les cœurs. Le mien finira rabougri, recroquevillé sur lui-même, s'il ne partage pas les peines de ceux que j'aime. Et leurs joies aussi bien sûr !*

Anne-Dauphine Julliand, ib

Ne pas considérer que, parce que cet équipier(ère), ami, vit quelque chose de très lourd, je ne peux plus rien lui partager, y compris une difficulté ou une souffrance personnelle.



**Il est nécessaire d'être en vérité** pour que le lien reste vivant. Si nous, qui souhaitons soulager, accompagner, nous ne partageons plus rien, alors c'est une double peine pour la personne endeuillée.



# Au long des années...

## Des gestes à maintenir et à inventer

- Longtemps après le deuil se donner les moyens, à distance de continuer à ne pas oublier : calendrier, rappel sur le portable.
- Des amis nous ont témoigné que chaque année, à la date de l'anniversaire du décès de leur fille, un ami peintre leur envoyait une aquarelle...
- Envoyer une photo, quelques clichés de moments passés avec la personne disparue, **en rappelant la joie vécue et partagée.**
- Continuer de fleurir anonymement la tombe du défunt peut être un moyen de dire à la famille que leur parent n'est pas oublié.

- Continuer de marquer le coup avec une attention au jour de son anniversaire et de l'anniversaire de mariage si le défunt ou la défunte était marié(e).
- Accepter que la personne ou les personnes en deuil ait (aient) besoin de dire, de redire maintes fois la souffrance, la séparation, la solitude..., de raconter les faits du jour fatidique.



Finalement, tous ces petits ou grands gestes ont pour objectif de garder présente la personne disparue, de maintenir la mémoire, d'**entretenir l'affection au-delà de la séparation**. En ces gestes, sachons être attentifs, créatifs, délicats, fidèles et sachons oser plutôt que nous abstenir.

## Deux idées fortes



**255.** À un certain moment du deuil, il faut aider à découvrir que nous qui avons perdu un être cher, nous avons encore une mission à accomplir, et que cela ne nous fait pas du bien de vouloir prolonger la souffrance, comme si elle constituait un hommage. La personne aimée n'a pas besoin de notre souffrance et ce n'est pas flatteur pour elle que nous ruinions nos vies. Ce n'est pas non plus la meilleure expression d'amour que de se souvenir d'elle et de la nommer à chaque instant, car c'est s'accrocher à un passé qui n'existe plus, au lieu d'aimer cet être réel qui maintenant est dans l'au-delà. Sa présence physique n'est plus possible, mais si la mort est une chose puissante, « l'amour est fort comme la mort » (Ct 8, 6). L'amour a une intuition qui lui permet d'écouter sans sons et de voir dans l'invisible. Il ne s'agit pas d'imaginer l'être aimé tel qu'il était, sans pouvoir l'accepter transformé, tel qu'il est à présent. Jésus ressuscité, lorsque son amie Marie a voulu l'embrasser de force, lui a demandé de ne pas le toucher (cf. Jn 20, 17), pour la conduire à une rencontre différente.

Le pape François nous invite à prendre conscience des différentes étapes de deuil. Il souhaite insister sur la dynamique de la vie à laquelle, après l'indispensable temps d'expression de la souffrance, il est important de consacrer toutes nos énergies. Comme en témoignait un jeune époux : "même si une moitié de moi est morte avec Caroline, l'autre moitié me pousse à vivre, à aller de l'avant".

**256.** ... La Bible parle d'un Dieu qui nous a créés par amour, et qui nous a faits de telle manière que notre vie ne finit pas avec la mort (cf. Sg 3, 2-3). Saint Paul nous fait part d'une rencontre avec le Christ immédiatement après la mort : « J'ai le désir de m'en aller et d'être avec le Christ » (Ph 1, 23). Avec lui, après la mort, nous attend « ce que Dieu a préparé pour ceux qui l'aiment » (1 Co 2, 9). La préface de la Liturgie des défunts dit merveilleusement : « Si la loi de la mort nous afflige, la promesse de l'immortalité nous apporte la consolation. Car pour ceux qui meurent en toi, Seigneur, la vie n'est pas détruite, elle est transformée ». En effet « nos proches n'ont pas disparu dans l'obscurité du néant : l'espérance nous assure qu'ils sont entre les mains bonnes et fortes de Dieu ».

## Lectionnaire des funérailles

Vous pouvez également trouver des textes de référence dans les Lectures et Evangiles du [lectionnaire](#) derrière ce **QR code** que nous vous invitons à flasher:



# **Le temps de la prière**

*Oh ! Marie,  
notre Mère du Ciel  
nous te confions [prénom du défunt].  
Reçois-le dans tes bras de mère, présente-le à ton fils.  
Qu'Il lui accorde la Vie Éternelle  
jusqu'au jour où nous pourrons, nous aussi,  
le serrer contre notre cœur.*

*Oh ! Marie,  
notre Mère du ciel  
tu vois nos cœurs déchirés,  
mais nous croyons et espérons que [prénom du défunt],  
nourri de l'amour de Dieu,  
est dans la Paix.*

*Oh Marie,  
notre Mère du Ciel  
tu connais notre chagrin.  
Viens sécher nos larmes, sois à nos côtés,  
protège-nous et donne-nous force et courage.*



Equipes Notre-Dame  
**Vivez votre couple dans la Foi**