

## **Extrait du guide poétique « Nos étoiles du ciel »**

« Tes ailes étaient prêtes, mais mon cœur ne l'était pas ! »  
(citation de Sandrine Fillassier)

# Le ciel

Depuis la nuit des temps  
Les hommes, il émerveille.

Le vent et le soleil  
Chaque jour s'y réveillent

Les yeux dans les étoiles  
Toute une planète se fige  
Quand Pesquet met les voiles.  
Vers la lune, il se dirige.

La tête dans les étoiles  
Des rêves plein les yeux  
Une merveilleuse toile  
Se dessine dans les cieux

Merveille d'une nuit  
Une aurore boréale  
Apparaît sans un bruit.  
Une étoile filante détale.

Siège de croyances célestes  
Le sommeil éternel  
Quand le cortège funeste  
Vole de ses propres ailes

Papy au paradis  
Ce soir, une étoile brille.  
Il va rejoindre Mamie  
Alors, mon cœur vacille.

## Chapitre 1 : le deuil d'un enfant

Donner la vie est la plus belle chose qui soit, mais parfois, le destin la reprend. Perdre un enfant est la plus terrible des épreuves qu'un parent puisse subir. Cette tragédie, qui est contraire à l'ordre naturel des choses, bouleverse l'existence et laisse indéniablement des séquelles.

Quand la douleur est trop vive et que l'envie de rejoindre son enfant est trop forte, le parent est bien placé pour savoir quelle détresse envahirait ses proches. C'est pour cette raison bien souvent qu'il reste fort. C'est à cela qu'il s'accroche pour rester en vie, jour après jour. Par ailleurs, ce qui lui donne également le courage de résister, c'est de penser que son enfant, s'il existe quelque part, le voudrait sans doute heureux et que sa peine l'attriste très certainement.

Le temps n'efface pas la douleur, mais il peut quelque peu l'atténuer. Le soutien d'amis sincères est essentiel dans ce deuil particulier qui ébranle bien souvent des familles entières. Accepter leur aide, les sorties qu'ils proposent, même si l'envie n'est pas toujours au rendez-vous, permet de reprendre petit à petit goût à la vie, même si plus rien ne sera pareil et que le vide laissé par la perte de l'enfant ne pourra sans doute jamais être comblé.

Il est difficile de se convaincre que la vie continue, malgré tout. Par moments, la douleur est moins forte, puis elle revient comme un coup de poignard sans prévenir. C'est important de le savoir pour anticiper, apprendre à se relever à chaque fois et solliciter de l'aide quand le désespoir refait surface. Chaque date anniversaire et chaque fête sont autant de piqûres de rappel.

Une petite attention à ces moments-là sera grandement appréciée. Le temps pour faire son deuil étant différent d'un individu à l'autre, pour apporter de l'aide, l'entourage doit faire preuve de patience et comprendre que le parent aura sans doute encore besoin de parler de son enfant pendant de nombreuses années après le drame.

# Patrik



Peinture à l'huile sur toile réalisée par Gigi Leblanc pour Marie Chantal Martin

## Les mamans sont des déesses

Après neuf mois de grossesse  
La plus belle des richesses  
Faire naître la jeunesse  
Une superbe prouesse

Tout à la fois tendresse  
Pour te faire des tresses  
Que véritables tigresses  
Quand quelqu'un te blesse

Elles te bottent les fesses  
Quand tu joues trop à la DS,  
Quand au lit tu paresse  
Ou que les lois tu transgresses

Jamais elles ne te rabaisent  
Même quand elles sont en stress.  
Par contre, si elles te pressent  
Passe la deuxième vitesse

Les mamans sont des déesses  
Elles ont parfois leurs faiblesses  
Mais toujours elles se redressent  
Pour leur prince ou leur princesse

## Le trou béant

J'ai perdu un enfant  
J'y pense tout le temps  
Je pleure même en souriant  
Mon cœur saigne abondamment

J'ai perdu un enfant  
Je culpabilise en y pensant  
Je m'en veux terriblement  
Je suis une mauvaise maman

J'ai perdu un enfant  
J'ai peur de tout maintenant  
J'angoisse même en dormant  
J'ai perdu la sérénité d'avant

J'ai perdu un enfant  
Je suis un zombie permanent  
Je ne peux pas aller de l'avant  
Je voudrais dormir éternellement

J'ai perdu un enfant  
J'aimerais bien faire semblant  
Je ne peux pas faire autrement  
Rien ne sera plus comme avant

## Pap'ange

Je ne laisse pas couler mes pleurs  
Je peux les retenir à l'intérieur  
Je garde pour moi la douleur  
Qui fait saigner mon cœur

Pas facile d'être un pap'ange  
En parler, tu vois, ça me dérange  
Au fond, qu'est-ce que ça change ?  
Ça ne ramènera pas mon ange

Je me réfugie dans le travail  
J'ai construit une muraille  
Je mène seul ma bataille  
Je n'ai nul besoin de médaille

Je n'ai de toi que tes cendres  
J'aurais préféré t'entendre  
La vie est faite de méandres  
Vivre, je dois réapprendre

Je me demande souvent  
Quel aurait été ton tempérament  
Si tu parlerais constamment  
Ou si tu jouerais calmement

Les années vont finir par passer  
La douleur certainement diminuer  
Tu me manques tant mon bébé  
J'aurais tellement voulu te protéger

## Dimitri

Mon tout petit Dimitri  
Tu avais trois ans et demi  
Quand tu es à jamais parti  
Emporté par la leucémie

Benjamin, ton grand frère  
T'a donné sa moelle épinière  
Mais le jour de la fête des mères  
En 1995, tu as quitté la Terre

C'était il y a vingt-six ans  
Pour moi, c'était hier pourtant  
Ton rire, ça bien longtemps  
Qu'il est muet, mon grand

Célia, le prénom de ta sœur  
C'est toi qui l'as choisi, mon cœur  
Quatre mois après notre douleur  
Elle est venue apporter du bonheur

Kimi a suivi environ sept ans après  
Il t'aime sans jamais t'avoir rencontré  
Dans ma mémoire, tu es à jamais gravé  
Sur mon épaule, ton prénom tatoué

J'ai construit une muraille  
J'ai gagné bien des batailles  
Je t'aime toujours sans faille  
Et je chéris ta médaille