

"Ça ne doit pas être si difficile que ça de mourir, parce que finalement tout le monde y arrive !

André Gide

La période de la **Toussaint** se plaît à mettre nos morts en avant, à se souvenir d'eux, à les célébrer, à les respecter, à les honorer !

Les tombes fleurissent !
 Les messes sont dites !
 La famille se réunit pour parler de celui qui n'est plus ;
 Les larmes reviennent ;
 Le **déni** de la disparition de certains est toujours présent ou enfin se fissure !
 La **colère** du départ peut être encore là !
 La **tristesse** des moments perdus encore présente.
 La **fatigue** d'une activité effrénée, passée à continuer à vivre malgré tout se fait ressentir.
 Tous ces symptômes sont bien souvent remis en avant lors des semaines ou des jours qui entourent le 1^{er} novembre.

Il n'y a pas de deuil plus ou moins facile à faire.

Ils sont tous différents car nous sommes tous différents face à cette étape de la vie, à ce passage incontournable pour nous même et plus encore pour ceux que l'on aime.
 Chacun d'entre nous porte un regard particulier sur ce moment de vie.
 Nous avons des **croyanances différentes**.
 Nous recevons et vivons ces circonstances de vie à notre façon
 Un deuil ne fait pas l'autre.

Elisabeth Kübler-Ross parle de 5 étapes du deuil -le déni, la colère, le marchandage, la dépression et

l'acceptation- Ces différentes étapes sont plus ou moins longues et peuvent s'interchanger les unes par rapport aux autres (elles ne se vivent pas de façon linéaire).

Jean Monbourquette évoque à sa façon la disparition de ce qui nous sont chers mais aussi la capacité que nous avons à nous relever et à voir ce qu'il y a de bon dans notre apprentissage à vivre seul ou autrement.



Notre société va de plus en plus vite et si nous nous laissons porter par l'achalandage des vitrines – Noël avant la Toussaint, vacances d'automne et non plus vacances de Toussaint – nous manquons une étape essentielle et un **repère important dans le temps**.

Vivre chaque étape du deuil, **chaque rituel est structurant** pour l'élaboration et l'intégration de l'évènement en tant que tel à savoir : la disparition de la personne. Ce temps spécifique permet à la personne de se situer dans sa famille, dans la société, dans ses différentes activités.

Ne plus avoir de rituel nous déshumanise ! Nous pourrions ne plus avoir la possibilité de vivre ces journées avec l'intention qui est propre à chacun de nous. Alors qu'en serait-il des liens qui nous unissent ?

Se rappeler que les morts sont morts et les honorer, c'est mettre les vivants dans le monde des vivants.