

La vie après

Sylvie Camus



Sylvie Camus

La Vie après

© Sylvie Camus, 2025

ISBN numérique : 979-10-405-7421-7

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Photo de couverture : Yanni Andréou

(Jean-Baptiste sur une plage Irlandaise)

Conception de couverture : Fédora Reby

À mon fils Jean-Baptiste

Le lien mère-enfant ne meurt jamais.

Introduction

Perdre un enfant, perdre son enfant.

Quoi de pire ?

L'idée à elle seule est tellement insoutenable que chaque mère la refoule aux tréfonds de son inconscient.

Lorsque la mort d'un enfant touche des parents de notre entourage, l'abomination sort de sa tanière. On se protège comme on peut, ça ne peut pas, ça ne va pas nous arriver. On pense passer entre les gouttes, on évacue l'idée rapidement.

Il m'est arrivé dans ma vie d'avant, d'assister à des obsèques de jeunes, à chaque fois, je me faisais la même remarque. Je regardais les parents debout à côté du cercueil de leur enfant, quel que soit son âge, et je me demandais comment ces parents faisaient pour être là, debout. J'étais certaine qu'à leur place, j'en serais incapable, complètement effondrée. C'est horrible pour l'enfant, horrible pour les parents et tellement injuste.

Personne ne devrait avoir à vivre une épreuve pareille.

Et bien voilà, ça n'arrive pas qu'aux autres, j'ai perdu mon fils. Jean-Baptiste s'est suicidé, il avait 31 ans. Cette peur viscérale de perdre un de mes enfants s'est muée en réalité.

Était-ce une peur prémonitoire ? Je ne sais pas.

Pourquoi écrire ces lignes ?

Mon intention n'est pas d'écrire un mode d'emploi sur la gestion du deuil, ce serait présomptueux et absurde de ma part. Aucun deuil ne ressemble à un autre.

Mon but est de témoigner. Témoigner de la vie de mon fils et donner de l'espoir à toutes les mères : il est possible de continuer à vivre. Certes la vie ne

sera plus jamais la même. Il y a la vie avant et la vie après.

Témoigner aussi sur le deuil après le suicide de son enfant.

Ce deuil est très particulier pour de multiples raisons. Le suicide de son enfant suscitera des émotions et des questions qui ne se posent pas lorsque le décès est dû à d'autres causes.

Le suicide est un acte d'une violence inouïe, souvent imprévisible, la famille ne s'y attend pas, elle n'est pas préparée au décès. C'est un couperet qui s'abat sans crier gare. Ce n'était pas l'heure de sa mort : l'enfant a « choisi » de mettre fin à ses jours.

Je ne pense pas que l'on « choisisse » d'en finir avec la vie. C'est plutôt la seule option que la personne a trouvée pour mettre fin à ses souffrances à un instant T. Sans avoir le discernement nécessaire à ce moment-là pour comprendre que tout problème finit par trouver une solution. Tous sauf un : la mort. Elle est définitive et irrémédiable.

À l'heure, où j'écris ces lignes, cela fait quatre ans que Jean-Baptiste a quitté cette terre.

En perdant mon fils, j'ai perdu une partie de moi-même. Ma vie s'est arrêtée le 9 juin 2020, une autre a commencé faite de désespoirs et de moments de répit. Il m'arrive par moment, de chercher du sens à ce que je vis, d'être envahie par la tristesse, mais ces moments de désespérance sont un peu moins fréquents et aujourd'hui j'arrive à mieux les gérer car je sais que je « remonterai la pente ». J'ai appris à accueillir ces vagues d'émotions, après le flux vient le reflux.

Quant au manque et à l'absence, je les ressentirai pour le restant de mes jours. Il y a quelques temps, j'ai pensé que cela fait quatre ans que je n'ai pas vu Jean-Baptiste, la réalité m'a très vite rattrapée : cette absence sera présente à jamais dans ma vie. Une absence présente, cette l'oxymore définit exactement ce que vit une mère lorsqu'elle perd un enfant.

Je peux cependant témoigner qu'il est possible de moins souffrir, de vivre des moments de répit, des petites parenthèses bienfaitantes. J'ai essayé avec plus ou moins de succès, d'éviter les écueils dans lesquels nous plongent la

désespérance. Je n'ai rien d'une « sur femme » je suis une personne tout à fait ordinaire, ni plus forte, ni plus faible qu'une autre.

Je ne parlerai ici que de mon parcours de deuil, celui d'une mère, non pas que je veuille occulter la peine, le désespoir des pères, bien au contraire, mais je ne peux témoigner que de ce que je vis : je suis une mère qui a perdu son fils.

Il me semble important d'aborder très succinctement la relation de couple. Elle aussi sera bouleversée et peut-être difficile après la mort d'un enfant. Il arrive que le couple ne résiste pas à cette épreuve et se sépare. La façon de vivre et de gérer le deuil de son enfant est un chemin personnel. Chacun le vit avec les ressources dont il dispose. Il est impossible, même dans un couple, de vivre les mêmes émotions au même moment et surtout de les gérer de la même façon. Lorsque l'un des deux parents est dans une phase de dépression, l'autre sera peut-être dans une phase de « mieux », ce qui va générer des incompréhensions de part et d'autre. Le parent au plus mal prendra pour de l'indifférence l'attitude du parent qui se sent « moins mal », qui lui-même se sentira tiré vers le fond et sera incapable d'aider l'autre.

Il convient d'accepter l'idée que l'autre parent souffre autant que nous et du fait de sa souffrance n'a pas la capacité de nous aider. La façon dont l'autre parent gère et exprime sa souffrance, si elle est différente de la nôtre, n'en n'est pas moins réelle. Le chemin de deuil est un chemin personnel. La façon dont l'autre parent vit le deuil mérite d'être respectée.

D'autre part, pour moi, un conjoint n'est ni un parent ni un « psy ».

1re partie

La perte

1

L'annonce

Mon fils était officier de police judiciaire. Pour son premier poste en tant qu'O.P.J, il avait postulé au service de répression du banditisme et après entretien avait été accepté. Je me souviens de sa joie à l'idée d'intégrer ce service.

Ses supérieurs hiérarchiques l'ont déplacé à la dernière minute et l'ont nommé au service de la crime, contre son gré. Jean-Baptiste les avait avertis qu'il ne se sentait pas capable en débutant, de travailler dans ce service d'élite, il s'est vu répondre qu'on avait besoin de « gars comme lui ». Il a pris son poste contraint par ses supérieurs. Cette mutation l'a plongé dans un profond désarroi, il était furieux.

Lors de notre dernière conversation téléphonique, qui a eu lieu six mois après sa prise de poste et quatre jours avant son geste désespéré, Jean-Baptiste était stressé au plus haut point. Il était déstabilisé par le nombre et la complexité des affaires qu'il devait traiter toute la journée. Il n'avait plus de vie, vivait dans la peur de commettre une erreur, il ne dormait plus, rapportait du travail chez lui. Le sentant aussi mal, j'ai argumenté puis proposé de venir avec son père passer le week-end avec lui. Il a refusé, il travaillait, il était de garde sur cette fin de semaine. Nous avons convenu de passer le week-end suivant ensemble.

Je ressens encore aujourd'hui la culpabilité de n'avoir pas su trouver les mots qu'il fallait. Mes arguments étaient rationnels, logiques. Jean-Baptiste était trop mal pour les entendre. Ce n'était pas ce qu'il lui fallait à ce moment-là. J'aurais dû être plus dans l'écoute, lui faire exprimer ses émotions.

Je culpabilise de ne pas être aller passer le week-end auprès de lui, passant outre son avis. Ce qui aurait peut-être évité le pire. Mais, mon fils avait 31 ans, peut-on s'imposer chez son enfant lorsqu'il est adulte ? Je ne sais pas.

Le pire peut-il être évité ? Avons-nous un destin qui tôt ou tard finit par s'accomplir ? Questions qui, comme tant d'autres, resteront sans réponse.