

# Poème pour le temps du deuil

Quand tu perds quelqu'un que tu aimes  
La vie devient étrange,  
Le sol sous tes pieds devient fragile,  
Tes pensées rendent tes yeux incertains  
Et des anciens échos entraînent ta voix  
Dans des lieux où les mots ont perdu leur confiance.

Ton cœur est lourd de cette perte  
Et bien que cette perte ait touché d'autres personnes avant toi,  
Personne ne sait ce qui t'a été pris  
Quand le silence de l'absence s'approfondit.

Des lueurs de culpabilité enflamment des regrets  
Pour tout ce qui n'a pas été dit et fait.

Il y a des jours où tu te réveilles heureux  
De nouveau dans la plénitude de la vie  
Jusqu'à ce que ce moment s'achève  
Et que tu sois projeté à nouveau  
Dans les marées noires de la perte.

Les jours où ton cœur est bien là,  
tu es capable de fonctionner normalement,  
Jusqu'au moment où en plein rendez-vous ou au travail  
Soudain, sans prévenir,  
Le chagrin te submerge.  
Et tu trouves difficile de te faire confiance à nouveau.

Tout ce à quoi tu peux faire confiance à présent  
Est que la douleur restera fidèle à elle-même :  
Plus que toi-même, elle connaît le chemin  
Et elle trouvera le bon moment  
Pour tirer la corde du chagrin  
Jusqu'à ce que cette colline remplie de larmes  
Disparaisse jusqu'à la dernière goutte.  
Petit à petit, tu feras connaissance avec la forme invisible  
De celui qui est parti.  
Et quand le travail de deuil sera fait,  
Les blessures de la perte guériront,  
Tu auras appris à amener ton regard au-delà du vide  
Et à le laisser entrer dans le foyer de ton âme,  
Là où celui que tu aimes attend ton retour,  
Depuis le début.

**John O'Donohue**