

Lundi 9 octobre 2023

## Quand tout devient dérisoire....

Il arrive dans nos existences que tout devient dérisoire. C'est particulièrement vrai lors du décès d'un proche, lors d'une maladie grave, lors d'évènements importants et perturbants, lors d'une grande déception et tant d'autres choses . On ne voit alors plus les choses de la même façon. Tout devient futile, insignifiant, dérisoire.

Les exemples sont nombreux qui stimulent la mémoire. Réunions de famille, photos regardées des enfants, des petits enfants...Les souvenirs reviennent, surgissent.

J'ouvre un tiroir, je me souviens de la méticulosité, de la capacité de mettre de l'ordre, de ranger...J'entends encore ses murmures, parfois ses reproches, souvent ses exigences. Eh oui, les souvenirs accompagnent le présent.

Qu'est-ce qui n'est pas dérisoire ? Ce qui est maintenant appréciable, bon, important, conséquent, précieux, sérieux ...

A nous de percevoir, de discerner, de laisser de côté le dérisoire pour se consacrer à l'essentiel. Cela n'empêche pas de gamberger, de réfléchir, de douter...

Ne se consacrer qu'au dérisoire est très perturbant , ou on le surmonte ou on se laisse glisser vers l'état dépressif. Il faut alors se restructurer, se faire aider, avoir des amis sincères et aussi faire des rencontres, participer aux activités du milieu associatif et ceci même si l'envie nous manque et qu'il faut alors se faire quelque peu violence.

Vivre son deuil est une étape nécessaire en se disant que l'être humain n'est pas fait pour vivre seul ; la solitude est le second chagrin. Dès lors il faut se créer une nouvelle joie de vivre, ce qui n'est pas très facile ! et peut être arriver à dire ou redire un jour : la vie est belle...

Raymond Massal