

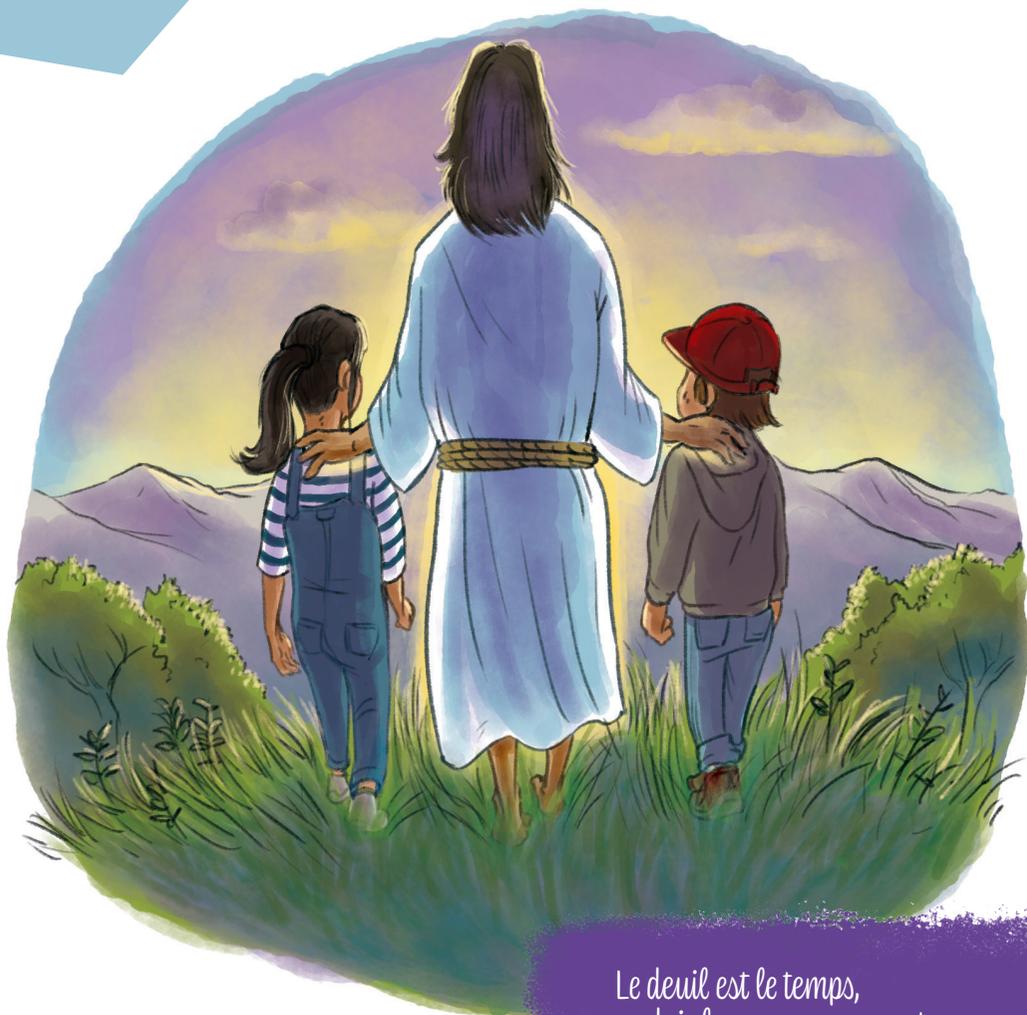
Mon carnet pour dire À-Dieu

À UNE PERSONNE QUE J'AIME



Pastorale des familles - Église catholique en Suisse romande

le deuil



Le deuil est le temps,
parfois long, que prennent
nos émotions pour s'apaiser,
après la mort d'une
personne que l'on aime.

Salut,

Quelqu'un que tu aimes vient de mourir, nous sommes désolés pour toi. Peut-être que tu t'y attendais ou pas du tout, mais ce qui est certain c'est que tu vas vivre des moments un peu inhabituels ces prochains temps.

Perdre un être cher est une expérience souvent douloureuse, mais pas toujours. On peut être très triste, ou pas. Comme nous sommes tous uniques, chacun ressent des émotions différentes. Et c'est très bien ainsi ! Tu as le droit de te sentir comme tu es maintenant (même si c'est tout bizarre à l'intérieur de toi, que tu as de la peine à expliquer ou juste pas très envie d'en parler). C'est ce qu'on appelle le temps du deuil.

Par ailleurs, ta famille sera peut-être très occupée par toutes les choses qu'il faut faire lorsque quelqu'un meurt et elle va aussi devoir préparer une célébration pour dire « à-Dieu » à cette personne.

Nous qui croyons en Dieu, nous avons la chance de savoir qu'il nous aime et qu'il nous accompagne dans ces moments qui peuvent être difficiles.

Avec ce petit carnet nous voudrions t'aider, toi aussi, à préparer ce dernier au revoir. Nous te proposons des petites activités. Tu es libre de les faire ou non, dans l'ordre que tu souhaites. Parfois, certains enfants ont envie de les faire tout de suite, d'autres ont envie d'attendre. À toi de savoir ce qui est le mieux pour toi.

Que ton chemin de deuil se passe dans la paix !

le deuil

LA FIN D'UNE VIE

La mort est la fin de la vie sur la terre.

Tout ce qui vit mourra un jour : les plantes, les animaux et les humains. Et une personne que tu connais vient de mourir.

Comment s'appelle-t-il ou elle ? Qui est pour toi cette personne ?

Tu peux la décrire avec quelques phrases, faire un dessin ou coller une photo.

la
célébration



Les symboles et les gestes

Dans quelques jours, ta famille et les amis de la personne décédée, vous vous retrouverez dans une église, une chapelle ou une salle pour un moment de prière, de réconfort et de souvenirs. On appelle ce moment de différentes manières : les obsèques, l'enterrement, les funérailles ou encore la célébration d'adieu. Dans tous les cas, beaucoup de signes et de rites seront utilisés à ce moment-là.

Un rite est un ensemble de signes et de pratiques qui fixent le déroulement d'une célébration.

Pour t'aider à mieux comprendre ces signes, tu peux lire dans les pages qui suivent la signification qu'ils ont pour les catholiques.

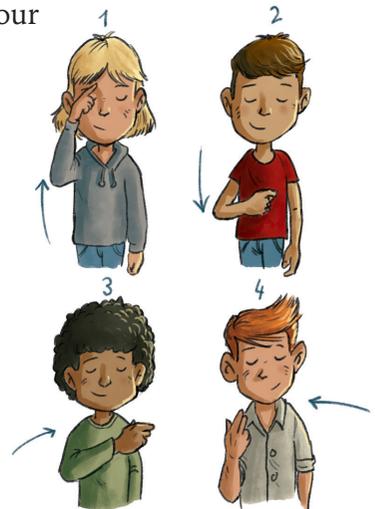
Il peut y avoir aussi d'autres formes de cérémonies.

LE SIGNE DE LA CROIX

As-tu déjà vu des croix sur les montagnes, dans les églises, les maisons ou comme bijou autour du cou ?

Pour les chrétiens, elles rappellent que Jésus est mort sur une croix mais surtout qu'il est ressuscité trois jours après. C'est-à-dire qu'il a traversé la mort et qu'il est vivant, toujours avec nous.

Nous ne pouvons plus le voir, mais il nous parle dans notre cœur. Au début de la célébration, nous ferons sur nous-mêmes un signe de croix pour signifier que nous sommes des amis de Jésus.



TON RÔLE

Lors de la célébration, plusieurs personnes pourront participer pour dire « Merci » à la personne décédée pour tout ce qu'elle leur a apporté.

Toi aussi, tu as peut-être envie de participer à ce moment. Voici quelques idées à discuter avec le célébrant qui préparera ce temps de prière.

Te rappelles-tu d'un objet important pour cette personne ? Il y a la possibilité de l'apporter et de le déposer près du cercueil.

Tu peux allumer les bougies lors du signe de la lumière.

Tu peux faire un dessin pour la personne décédée. Il peut être déposé sur le cercueil ou près de l'urne par toi ou par quelqu'un d'autre.

Aimes-tu lire ? Tu peux lire une prière ou un texte à choisir avec le célébrant. Tu peux aussi écrire et lire un texte qui parle d'elle.

Des chants vont être choisis : est-ce qu'il y en a un que tu veux proposer ?

Peut-être as-tu d'autres idées ? N'hésite pas à les proposer aux adultes.

Si tu joues d'un instrument, tu peux te proposer pour un petit morceau de musique.

Si tu vas au cimetière, il est aussi possible de mettre une fleur ou de jeter une poignée de terre sur le cercueil.

Et après...

QUELQUES ACTIVITÉS

Après ces jours qui ont été rythmés par différentes étapes (mort, célébration, etc.), tu es invité à continuer en menant différentes activités.

Y a-t-il des choses qui te font du bien quand ça ne va pas et que tu es triste (par exemple écouter une musique, pleurer, jouer, manger un biscuit, aller dans la nature, etc.) ?

Pour te mettre du baume au cœur, pendant une semaine, tu peux chaque jour faire une chose qui te plaît (fais la liste !)

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Et recommence chaque fois que tu ne te sens pas très bien !

Parmi ces activités, peut-être que tu aimais en faire certaines avec la personne qui est décédée. Continue de les faire en pensant à elle et en remerciant Dieu pour ce qu'elle t'a transmis.

