

Linda Montford, aidante naturelle pour sa mère, il y a 30 ans

Je m'appelle Linda Montford. Il y a un peu plus de 30 ans, j'avais 18 ans quand ma mère a été emportée par un cancer terminal des ovaires. J'avais 17 ans quand elle a reçu son diagnostic, et mon frère et moi vivions avec elle. Comme mes parents étaient divorcés, mon frère et moi avons fait du mieux que nous pouvions pour l'aider pendant sa dernière année. Mais cette année a été extrêmement difficile et éprouvante, et nous vivions beaucoup d'émotions intenses chaque jour.

En rétrospective

Elle a subi de la chimiothérapie. Elle a perdu ses cheveux, et... oui, tout ce dont je me souviens, c'est du divan, de la maladie et de la voir rester au lit. Je veux dire, le cerveau d'une adolescente ne traite pas l'information de la même façon que celui d'une adulte, n'est-ce pas? C'est tout ce que j'arrive à visualiser, à voir. Puis, pendant la dernière semaine de sa vie, ma mère a été admise à l'hôpital et n'en est pas ressortie. Et je crois que l'une des choses qui m'attriste un peu c'est que, souvent, on dit qu'il est bon d'avoir une dernière conversation, ou... et ça n'a pas eu lieu et ça, c'était difficile, je crois. Mais, en même temps, elle menait seule son combat et je crois qu'elle a fait du mieux qu'elle pouvait et s'est montrée très brave dans tout ça. Vraiment, je n'aurais pas pu avoir une meilleure mère.

Deuil

C'était une période complètement déroutante. Je veux dire, je la compare à un globe terrestre qui aurait perdu son axe. Comme si la Terre tournait dans tous les sens. Alors, j'ai tenté d'être aussi mature que possible, mais chaque décision semblait lourde de conséquences — décider de vivre à la campagne ou en ville, décider de faire des études supérieures. Je n'avais personne à qui parler. Et je crois que, comme je perdais ma meilleure amie et que cette meilleure amie était ma mère, et que c'était les premières funérailles auxquelles j'assistais — c'était tout simplement trop de chagrin. C'était donc une période où j'étais seule et isolée. Et je crois que, pour une adolescente — très peu d'adolescents ont des parents aux soins palliatifs — c'est très difficile, parce que peu importe à quel point on est mature, c'est un poids trop lourd à porter. À l'adolescence, on a vraiment besoin d'avoir son propre espace pour parler, être en colère et déprimée et, oui, il y avait beaucoup de culpabilité. Je n'étais pas toujours facile à vivre. Par exemple, je me fâchais parce que j'étais fatiguée de voir une personne malade, nauséuse et de mauvaise humeur, et toutes ces choses horribles; je faisais du mieux que je pouvais, mais je ressentais beaucoup de culpabilité. J'ai dû réfléchir à tout cela et me pardonner.

Soutien de l'extérieur

On reçoit du soutien d'autres personnes, mais pour une période limitée, et ces personnes s'attendent à ce que l'on continue d'assumer les responsabilités. Je pense que l'un des gourous du deuil que je préfère a dit qu'il faut se trouver du soutien maintenant et pour toujours. Le besoin de soutien ne prend jamais fin. Je crois que c'est vraiment important de s'en souvenir. C'est une expérience qui change une vie. Et pour toute expérience de ce genre, il faut faire des ajustements de temps à autre. Alors, je crois que j'ai fait le travail que je pouvais faire, et je suis aussi satisfaite de moi-même que possible. Et j'ai essayé de tendre une main secourable à des personnes qui ont vécu la même chose. Je suis arrivée à la conclusion que si quelqu'un m'avait dit : « Linda, tu te portes aussi bien que n'importe qui d'autre dans cette situation, mais, tu sais quoi, j'aimerais que tu consultes quelqu'un juste pour que nous soyons sûrs que c'est le cas », c'est probablement seulement de cette façon que j'aurais parlé à un conseiller, parce que j'avais besoin que les gens sachent que j'étais forte et que je n'étais pas faible. Il n'y a pas beaucoup de personnes qui vivent ce que nous avons vécu à cet âge-là, alors je ne voulais pas être prise en pitié, mais j'aurais aimé avoir du soutien. Je crois qu'il ne faut pas avoir peur d'approcher les jeunes, ou au moins d'essayer d'aller les voir et de leur dire : « Ne garde pas ça pour toi, parce que, d'une façon ou d'une autre, il faut que ça sorte. »

La décision de ma mère

Jusqu'à la fin, jusqu'à la toute fin, je ne savais pas qu'elle allait mourir. Elle ne nous avait pas dit que son cancer était terminal. En fait, je lui en suis reconnaissante, parce que je crois que cette année difficile aurait été encore plus difficile. Que fait-on quand on a très peu de soutien autour de soi? Que peut faire une jeune adulte quand sa mère, sa meilleure amie, est mourante? Est-on censé comprendre cela? Alors, je crois qu'elle a décidé de laisser la nature suivre son cours et je l'en remercie. Je crois que c'était pour nous protéger, et nous avons vécu cela en temps et lieu.

Juste une adolescente

Que peut faire une adolescente? Comment parle-t-on du cancer? Je ne sais pas comment quelqu'un peut le faire aisément. Les gens ne faisaient pas cela à l'époque. Autant que je me rappelle, nous ne nous donnions pas beaucoup de soutien, mais nous faisons du mieux que nous pouvions. Les adolescents, même les plus âgés, ne savent pas quoi faire. Vraiment pas. Ils sont... le cerveau de l'adolescent, dit-on, finit de se développer à 21 ans. À 18 ans, on est encore, ou à 17 ans, l'âge que j'avais, on... c'est trop d'information. On ne voit pas la situation comme un adulte la verrait. Comment pouvions-nous lui apporter du soutien? Que devions-nous faire? Au bout du compte, nous n'étions que des adolescents.

Pardon

Je me suis sentie très coupable, pendant probablement 20 ans, puis j'ai compris que j'avais 17 ans. À quoi peut-on s'attendre? Alors, j'ai dû me pardonner et je l'ai fait de façon plutôt consciente, parce que je vivais avec ce sentiment de culpabilité depuis de nombreuses années. Ce n'est pas agréable de vivre avec le cancer tous les jours. Ce n'est pas une maladie attrayante, et je crois que le stress se fait sentir et ce n'est pas...

nous ne sommes pas toujours à notre meilleur. Et pourquoi le serions-nous? C'est la nature humaine! Alors, oui, le pardon est très important, et ce n'est pas tout le monde qui arrive à se pardonner.

Mon réconfort

Quand ma mère nous a quittés, j'avais terminé mon secondaire depuis deux mois. Pour la fin de mon secondaire, elle m'avait offert un livre de poésie. Après son décès, je n'aimais pas la poésie. Je crois que c'était sa façon de m'aider à guérir puisqu'elle savait qu'elle ne serait plus là. Dans ce livre, j'ai trouvé un poème intitulé *What Is Once Loved*, par Elizabeth Coatsworth; il est très court. Il est devenu une façon de garder ma mère avec moi. En voici une traduction libre : « Ce que tu as un jour aimé est à toi à jamais. Garde-le dans ton cœur et rien ne pourra l'en déloger. » C'est tout. C'est mon réconfort.