

# My Summer Holiday

September 15th, 2002 by [Jo-Anne Corbeil](#) Espritedu Publications © Jo-Anne Corbeil

I remember when Carole was so ill and dying I was obsessed with walking and weight-bearing exercises. It was not conscious on my part but I think I felt that if I built my physical strength I might be able to bear it all.

Almost two years later, on the first days of my summer vacation, my grief and my extreme vulnerability of being the only one left in my family surfaced once more to shimmer at the top of my consciousness like the sun on the lake. Without realising it, I immediately began recreating my last days with my sister. I launched into strength building units including swimming, walking, rowing and free weights. It took about a week for my back to give out and to faint from the pain. To faint in French is to perdre connaissance, literally, to lose consciousness. It was hard for me to remember that my strength is actually in feeling out my feelings. My strength is my intuitive intelligence.

Simultaneously as I felt the loss of my sister and the loss of my entire family of origin, I also had to experience another layer of separation with my daughter. I felt acutely both my isolation and my fight not to feel my isolation.

It didn't matter who was around me and how much I am loved; nothing in those moments took away that deep original isolation that echoed inside of me. I also feared that I would not be able to bear the responsibility of moving forward, of being responsible for myself and all of my abilities in the world and responsible as well for the next generation in my family.

The beauty of the lake and the trees and the tender breezes took the edge off the pain but not the pain itself. I entered into a new landscape of the soul, feeling joy, beauty, gratitude, along with grief and fear. It is a place in me where the heaviness of my tears lives in neighbourly fashion with my gratitude of being alive. Never in my life have I ever felt so alive as on this holiday – not happy alive, just alive, my muscles and organs trembling with so many feelings. I like this pleasant/unpleasant place in me. This place is actually where I feel my intuition lives. Not the kind of intuition that has a psychic ability but the kind that makes me feel more at one with people and the land.

Then I would jump back and forth between this place of feeling fully alive and the survivor's guilt that questions why it is that I am the one that is alive. What rhyme or reason is there to my sister dying and of me being left alive to love more than ever? Does this make me a monster? It was a very confusing place. I felt guilty of surviving every one but so happy that I did. Life is for the living I kept saying to myself, but if that is true then what is death for? I do know that my sister's death has made me feel more alive and I believe this is one of many wondrous gifts she has given me.

An unbearable truth for me is that I could not have spread my wings of transformation as far without her death. I have to live with that mystery and it is not so comfortable to do so. To this day I am in constant dialogue with my little sister Carole who resides inside of me. I have to let go of her spirit and let it move further away from me here on this earth. This is hard to explain but I have felt my sister's spirit or soul around me since she has died and actual feeling of her spirit rising upward to different levels of what feels like development. This spring, I definitely felt that tugging to move on but I believe I held her back by my need for her and by my grief. So I consciously prayed every day for the ability to let her go once again so that her spirit could rise to a higher consciousness. This summer I felt the separation occur and I felt pain. As I let myself experience the pain I came to feel like I had more of myself. I have come to understand something about my own mortality: when I die there will be people in my life who will eventually feel more alive because of my death and that it will be my turn to leave this gift.

### **Mes vacances d'été**

par Jo-Anne Corbeil

Je me souviens quand Carole était si malade et qu'elle était mourante, j'étais obsédée par mon régime de marche et d'entraînement avec poids. Ce n'était pas conscient de ma part mais j'avais l'impression que si j'améliorais ma force physique, je pourrais alors mieux supporter tout ce qui m'éprouvait.

Deux ans plus tard, au tout début de mon congé estival, ma peine et mon extrême vulnérabilité d'être la seule qui reste dans ma famille sont à fleur de peau encore une fois comme le soleil qui frémille sur le lac. Sans trop le réaliser, je commence immédiatement à recréer les derniers jours avec ma soeur. Je me fixe à l'idée de me renforcer physiquement: je nage, je marche, je rame et je m'entraîne avec des poids libres. Après une semaine, mon dos n'en tient plus et je m'évanouie à cause de la douleur. Je réussis à perdre connaissance. J'ai du mal à me souvenir que ma force personnelle est plutôt ma capacité de ressentir à fond mes émotions – j'ai une intelligence intuitive.

En même temps que je ressens la perte de ma soeur et la perte de ma famille d'origine entière, je dois aussi accepter que ma fille tente encore de se séparer un peu plus de moi. Je ressens profondément mon isolement d'une part et de l'autre ma lutte contre mes sentiments d'isolement. Ça m'est égal qui m'entoure ou que je suis aimée, rien ne peut effacer l'ancienne impression d'isolement complet qui fait écho en moi ainsi que la crainte que je ne pourrai jamais endurer la responsabilité de continuer, d'être responsable de moi-même et de mes compétences dans le monde ni d'être responsable pour la prochaine génération dans ma famille.

La beauté du lac, des arbres et des tendres brises ont éventuellement adouci ma peine sans la supprimer et je me trouve enfin dans un nouveau paysage psychique là où ma joie, la beauté et ma gratitude côtoient ma peine et mon angoisse. C'est une place en moi où la pesanteur des mes larmes voisine avec ma gratitude d'être en vie. Jamais ai-je ressenti si profondément mon existence que durant cette période. Il ne s'agit pas de sentiments heureux nécessairement, c'est simplement que je vie, mes muscles et mes organes tremblants d'émotion. J'aime cet état plaisant/déplaisant. C'est ici ~u réside mon intuition, non pas la sorte d'intuition liée à des habiletés psychiques mais plutôt une intuition qui m'aide à me sentir unie aux gens et à la terre. Ensuite je fais le saut entre cet état de paix et celui de la culpabilité du survivant qui questionne pourquoi ce fait-il que je suis celle qui vie. Par quel jeu du destin ce fait-il que ma soeur est morte et que je vie et que j'aime encore plus que jamais? Suis-je un monstre? Je me sens toute confuse. Je me sens coupable, mais aussi tellement fortunée d'avoir survécue tout le monde dans ma famille. Je me dis continuellement que la vie c'est pour les vivants mais si cela est vrai, la mort c'est pour quoi? Je sais que la mort de ma soeur a produit chez moi une plus forte capacité de vivre et je crois que ceci est parmi les dons merveilleux qu'elle m'a donnés.

Une vérité insupportable pour moi est que je n'aurais pas pu étendre mes ailes transformatives autant que je l'ai fait sans sa mort. Je dois vivre avec ce mystère et ce n'est pas très confortable. Jusqu'à date, je dialogue constamment avec ma petite soeur Carole qui habite en dedans de moi. Je dois essayer de lâcher prise de son esprit et le laisser se détacher de moi ici en ce monde. J'ai de la misère à l'expliquer mais je ressens l'esprit ou l'âme de ma soeur près de moi depuis sa mort et je réalise même que son esprit tente de s'élever comme si il s'épanouit. Ce printemps, j'ai définitivement ressenti un genre de traction vers l'avant mais je pense que je retenais le mouvement à cause de ma peine et de mon besoin d'elle. Alors j'ai prié consciemment tous les jours pour la force de laisser ma soeur aller encore une fois afin que son esprit continue son acheminement vers un état de conscience plus élevé. Cet été, j'ai éprouvé cette séparation et la douleur qu'elle m'a causée. En me donnant la permission de vivre la douleur, j'ai réalisé que je me redécouvrais petit à petit. Je comprends quelque chose au sujet de ma propre mortalité maintenant: quand je mourrai, il y aura des personnes qui me survivront et qui se sentiront éventuellement capable de vivre plus pleinement à cause de ma mort et que ce sera mon tour à faire ce don.