[Prénom][NOM]
[Adresse1]
[Code Postal] [VILLE]
Tél. : 01.23.45.67.89

[Nom Destinataire]
[Adresse Destinataire]
[Code Postal] [VILLE]
Paris, le 15/11/2026

Mon cher frère,

Je sais que ces dernières semaines t'ont laissé sur les genoux, et que ce divorce pèse bien plus lourd que ce que tu laisses paraître. Je voulais te le dire noir sur blanc, parce que de vive voix je bafouille toujours : je suis là. Prêt à t'écouter quand les mots viendront, prêt à me taire quand tu préféreras le silence.

Je ne vais pas te sortir que tout ira mieux demain, ce serait te mentir et tu le sais aussi bien que moi. Mais je te connais depuis toujours. Tu as déjà encaissé des coups durs et tu t'es relevé chaque fois, à ta façon, sans rien demander à personne. Prends le temps qu'il te faut, sans te forcer à aller bien plus vite que ton cœur ne le peut.

Si tu as envie de parler, je décroche à n'importe quelle heure, même à trois heures du matin. Et si tu préfères ne rien dire, passe simplement à la maison [ce week-end / quand tu veux] : on n'est pas obligés de remplir les silences, on peut juste boire un café sans se raconter grand-chose.

Je repense souvent à [un souvenir commun : une virée, un fou rire, un projet un peu fou], à l'époque où on croyait avoir réponse à tout. On n'en avait aucune, et on s'en sortait quand même. Cette période n'est qu'un chapitre de ta vie, pas le mot de la fin. Je ne sais pas ce que la suite te réserve, mais je sais qu'elle existe et que tu y as toute ta place.

En attendant, prends soin de toi pour de vrai : mange à peu près correctement, dors quand tu peux, et arrête de croire que demander de l'aide serait un aveu de faiblesse. Tu n'es pas seul là-dedans, et tu ne le seras pas. On avancera à ton rythme, un jour après l'autre.

Je t'écris tout ça sans chercher la belle phrase, parce que c'est simplement ce que je ressens. Tu es mon frère, et rien de ce qui t'arrive ne changera cela.

Avec toute mon affection, et à très vite,

[Prénom][NOM]

Signature