

JOËL PRALONG

LE VERTIGE DU SUICIDE

Lettre aux proches désemparés



EDB

Introduction

LÀ OÙ IL N'Y A PLUS RIEN, IL Y A TOUJOURS QUELQUE CHOSE

Briser un tabou

J'aime les défis.

Ce livre en est un, brûlant d'actualité.

Il m'a été comme imposé de l'intérieur à la suite d'un chapitre intitulé « Le vertige du suicide » qui figure dans mon dernier ouvrage ¹. Le sujet a flashé plus d'un lecteur, suscitant pas mal de réactions, d'interrogations et aussi de soulagement.

Le suicide est un thème tabou. On en a honte. On n'ose pas en parler.

Les familles touchées par ce drame ne savent pas toujours comment l'annoncer, le diffuser, en parler. Sur le faire-part de décès, certaines notent : « À la suite du départ tragique de... » ou, à l'inverse : « Il a décidé de nous quitter... de rejoindre la lumière... de retrouver ceux qui l'aiment... », et parfois avec un brin de poésie : « Il a choisi d'aller flirter avec les étoiles. »

1. *Angoisse, dépression, culpabilité, Un chemin d'espérance avec sainte Thérèse de Lisieux*, EDB, Nouan-le-Fuzelier, 2010.

Comme prêtre, en préparant les funérailles, les proches me demandent parfois de ne pas faire allusion au suicide, de parler plutôt d'un accident, d'un départ tragique, etc. Cela montre bien l'angoisse et la honte qui se cachent derrière cette réalité.

Qui plus est chez un croyant, un chrétien, qui se rappelle que jusque dans les années soixante, un suicidé n'avait pas droit à des obsèques chrétiennes !

Le suicidé va-t-il au Ciel ? Est-il sauvé ?

Comment en parler avec les familles qui ont passé par là ?

Comment faire son deuil ? Qu'en dit l'Église ?

Pour ne parler que des questions les plus courantes.

Il y a bien quelques ouvrages qui abordent ce sujet, mais principalement sous l'angle de la psychologie et de la sociologie. Un « vide spirituel » demeure, des questions de foi restent ouvertes, en attente de réponses, pour mieux aider, accompagner et rejoindre des proches, des familles et des parents souvent désemparés.

C'est humblement et en tremblant que j'ai relevé le défi d'écrire ce livre, priant Dieu de me guider. Il est surtout le fruit de mon expérience pastorale auprès des personnes qui vivent ce genre de situation.

Avant d'être prêtre, j'étais infirmier en psychiatrie.

Dans un précédent livre ², je raconte mon premier contact avec l'institution psychiatrique : le choc !

Par la suite, du dedans de ces êtres à la chair vulnérable et au psychisme en faux plis, je perçus le rayonnement de quelque chose d'incomparablement humain, qui échappe au regard superficiel. Ce quelque chose qui aimante le cœur du soignant et le porte à aimer par-delà les apparences. Une sorte de diamant inaltérable qui ne peut mourir avec la mort, quelles qu'en soient les circonstances. J'acquis la certitude que rien ni personne ne peut lui porter atteinte.

2. *Ibid.*

Je sais aujourd'hui qu'au fond de l'humain le plus brisé physiquement, psychiquement, sentimentalement, subsiste un amour plus fort que la mort, la haine et le désespoir. Un amour fondé sur un autre amour, un Amour immense qui veut qu'aucun de nous ne se perde : Dieu !

« L'homme passe l'homme », disait Blaise Pascal, et avec raison. L'homme dépasse ce que l'on peut percevoir de lui. Il y a en lui des liens qui le relient à Dieu, qui font de cet homme un fils de Dieu par le Fils Jésus. Dieu pourrait-il laisser sombrer son enfant dans le désespoir à tout jamais ? Bien sûr que non !

Au début de cet ouvrage, je vous partage mes certitudes forgées au creuset de mon expérience d'homme et d'enfant de Dieu, celles qui rayonnent dans les pages que vous allez lire :

« Là où il n'y a plus rien, il y a toujours quelque chose.
La flamme couve sous la cendre... »

*« Ne savez-vous pas que vous êtes le temple de Dieu
et que l'Esprit de Dieu habite en vous ? »*
(1 Co 3, 16)

*« Ce qui dans le monde est vil et méprisé, ce qui n'est pas,
Dieu l'a choisi pour réduire à rien ce qui est, afin qu'aucune
créature ne puisse s'enorgueillir devant Dieu. »*
(1 Co 1, 28-29)

*« Car si nous vivons, nous vivons pour le Seigneur, si nous
mourons, nous mourons pour le Seigneur : soit que nous vivions,
soit que nous mourions, nous sommes au Seigneur. »*
(Rm 14, 8)

« Tu as du prix à mes yeux et je t'aime. »
(Is 49, 16)

Malgré tous les poisons du cœur, l'amour ne meurt pas

Prêtre, j'ai côtoyé la souffrance et la mort des autres,
celle qui n'arrivait pas et celle qui arrivait trop tôt,

la mort tragique, injuste, mystérieuse, celle qui a été préparée minutieusement et celle qui a surpris, terrassé... cruelle, subite...

Celle, dit-on, qui a été « voulue, choisie, décidée », parce que les mots sont trop pauvres pour expliquer l'inexplicable.

L'inexplicable qui plonge dans le désarroi le plus total...

Je vous ai vus effondrés, dépités, brisés, vous les parents, les proches.

J'ai accueilli votre silence, j'ai vibré à vos larmes, j'ai entendu votre révolte rentrée au-dedans, ou lancée au-dehors en buissons d'étincelles.

J'ai compati sans broncher à votre colère contre Dieu, contre le destin, la vie, la mort. Parfois contre moi, petit témoin d'un Dieu dont le silence est blessure...

Je n'ai pas réagi. J'ai écouté. J'ai compris.

Un fils, une fille qui a mis fin à ses jours, un conjoint, un ami, un frère, une sœur...

Je ne suis pas de marbre.

Je vous l'avoue, tournant le dos à la cité de vos souffrances, reprenant le volant de ma voiture, j'en ai pleuré. Bien des fois, si souvent...

J'ai prié,
j'ai demandé,
j'ai confié,
je vous ai aimés...

Et puis je vous ai vus reprendre vie, combattre contre tous les poisons du cœur, vivre debout, faire face à l'adversité, trouver des forces neuves au plus profond de vous-mêmes, rebondir sur l'événement contraire, vouloir vous accrocher à la vie avec rage, avec la rage de survivre coûte que coûte.

Alors que vous disiez ne plus rien attendre de la vie,
la vie vous rattrapait,
la vie vous remettait debout,

elle vous gardait dans l'espérance,
elle vous soutenait dans l'amour...
L'amour de celui, de celle qui est parti(e),
un amour qui ne meurt pas,
un amour qui est plus que le souvenir,
un amour qui souffle au-dedans : « Je t'aime ! »
Un amour qui vous fait désirer l'Éternité, Dieu,
l'Amour...

« Là où il n'y a plus rien, il y a toujours quelque chose. »

*« Rien, absolument rien ne pourra nous séparer de l'amour
de Dieu manifesté en Jésus-Christ. »*

(Rm 8, 39)

Écrit avec le cœur...

À qui s'adresse ce livre ?

À vous, parents et proches surtout, à tous ceux que j'ai côtoyés et ceux que je ne connaîtrai jamais, à vous qui avez perdu un fils, une fille... Votre enfant parti brutalement sous la pression d'une vie devenue insupportable, avec ou sans raison, qu'importe ! Il était de votre sang, de votre chair... et de votre amour ! Cet ouvrage s'adresse également aux jeunes, à ceux qui ont perdu un ami de mort violente, à ceux qui ont déjà été tentés par le suicide...

Puisse ce livre vous transfuser le goût de la vie, d'une vie qui vaut vraiment la peine d'être vécue. Puissent ces lignes vous insuffler l'espérance d'un amour plus fort que le mal, plus puissant que la mort, attestée par Celui qui nous redit :

« Là où il n'y a plus rien, il y a toujours quelque chose. »

*« Dans notre vie comme dans notre mort, nous appartenons
au Seigneur. »*

(Rm 14, 8)

D'avance, je vous demande pardon si certains passages risquent de vous blesser. On ne peut parler d'un tel sujet sans faire mal, sans rouvrir des plaies.

Je remercie les familles et les personnes qui m'ont accordé du temps pour partager leur souffrance d'avoir perdu tragiquement l'un des leurs, et aussi leur espérance et leur amour de la vie malgré tout, dissimulés maintenant en traits de lumière entre les lignes de ce livre.

Par souci de ne pas me perdre sur un sujet aussi vaste, je me suis essentiellement intéressé aux questions suscitées par le suicide des jeunes.

Lors d'une tragédie de ce genre, la magie des mots tente d'atténuer le choc, d'expliquer l'inexplicable, de diminuer son propre sentiment de culpabilité, de cacher sa honte parfois. Quel crédit, quelle valeur morale accorder à ces « tranquillisants » de la douleur tels que : « Il a décidé, respectons sa liberté, un geste courageux, il a choisi la lumière, il est bien maintenant, délivré... » La durée limitée de ces « sédatifs » ne couve-t-elle pas en vérité la révolte, l'envie de hurler sa colère, la peur d'un Dieu censé juger le pécheur, l'angoisse des jours qui viennent ? Ces mots, que révèlent-ils de nos drames réprimés (chapitre 1) ?

Mort tragique, et après ? Dieu est amour et il veut tous nous sauver. Son salut, il l'offre à tous les hommes, sans exception. Dans l'au-delà de cette vie, dans la pleine lumière et en toute connaissance de cause, chacun peut dire oui ou non à l'Amour qui se présente à lui. « L'après » débouche sur une immense espérance (chapitre 2).

Dieu, qu'en dit-il ? Dieu a aussi quelque chose à dire, puisqu'il est Parole. Parole semée dans les cœurs, dévoilée discrètement derrière l'écorce des mots de la Bible, dans les événements de la vie, dans les personnes rencontrées au quotidien. Nous nous baladerons au milieu d'un vaste champ de blé, afin d'y cueillir des gerbes bibliques bourrées de graines d'espérance (chapitre 3).

Enfin, ensemble et grâce à vos témoignages, nous tracerons des pistes dans le désert du deuil et de l'absence. Nous creuserons des sources dans le sable. Nous camperons dans des oasis de fraîcheur pour y trouver la paix. Autrement dit, nous forgerons des repères, ces « instruments » qui orientent et débroussaillent les chemins, afin d'avancer patiemment avec des blessures et de faire craquer des peurs paralysantes. Puis nous nous demanderons comment lutter ensemble contre tous les germes de mort et de désespoir qui s'attaquent à nos enfants et à nos jeunes (chapitre 4).

Chapitre 1

LE SUICIDE, PARLONS-EN FRANCHEMENT

Le suicide : un constat alarmant

Le suicide, du latin *sui*, « soi », et *cidium*, « acte de se tuer », est l'acte délibéré de mettre fin à sa propre vie ¹. Il est une violence infligée, non seulement à soi-même, mais aussi à tous ceux qu'il laisse dans le désarroi le plus total.

Selon l'association « Stop suicide ² », le suicide est parmi les trois principales causes de décès chez les 15-44 ans dans certains pays, et la deuxième cause de décès dans le groupe des 10-24 ans ; ces chiffres ne comprennent pas les tentatives de suicide qui sont jusqu'à 20 fois plus fréquentes que les suicides réussis. Le suicide des jeunes est par ailleurs un problème particulier. En Suisse, par exemple, le suicide est la première cause de la mortalité chez les jeunes de 15 à 25 ans ³ !

Nous le savons, l'adolescence est une période de grands bouleversements pour le futur adulte, en train de briser le cocon familial.

1. Wikipédia, l'encyclopédie en ligne.

2. www.stopsuicide.ch/-Statistiques-

3. Enquête de « Stop suicide » présentée dans le quotidien valaisan (suisse) *Le Nouvelliste* du 25 février 2011.

Il n'est pas facile pour l'ado à peine sorti des langes de l'enfance de faire le saut dans la vie des grands, et de correspondre à l'adulte performant et « au top » qu'on attend de lui, s'il veut être considéré et s'insérer dans une société qui sélectionne les meilleurs et laisse en rade les plus faibles. Nos jeunes ont à peine le temps de faire le deuil de leur enfance qu'on les accroche aux exigences d'un monde déjà tout fait, qui laisse si peu de place au rêve, à la poésie, à la créativité, aux relations interpersonnelles, à l'écoute, à l'amour...

Il y a également les problèmes personnels que chacun porte, assume, dépasse ou ne dépasse pas, devenus, pour certains, trop lourds, écrasants, insurmontables, faisant petit à petit miroiter l'idée du suicide comme dernière issue... Il faut savoir que dans la tête d'un jeune, le mot « suicide » n'équivaut pas à destruction ou néant, mais plutôt à fuite, apaisement, recherche d'amour. « Par mon geste, me confiait Valérie à la suite de son suicide raté, je voulais juste aller mieux, rien de plus, juste aller mieux, c'est tout, vous me comprenez ? »

À côté de cela, notre vieille Europe ne baigne-t-elle pas dans une ambiance de *relativisme*⁴, dépouillée de valeurs éthiques, où toutes les opinions se valent ? « Chacun a ses valeurs, sa vérité, sa perception des choses, personne n'a tort, on ne doit pas juger les autres, car on ne sait pas ce qu'ils vivent... », dit-on volontiers. Finalement, ce qui est juste, bien et vrai, c'est ce que pense et fait une majorité de gens. Si bon nombre de personnes déclarent que le suicide est effectivement une porte de sortie correcte, voire courageuse, « alors, pourquoi pas moi ? Pourquoi n'irais-je

4. L'expression *À chacun sa vérité*, devenue un lieu commun, illustre bien le relativisme, doctrine selon laquelle aucune opinion n'est vraie absolument, chacune n'ayant de sens que par rapport à un point de repère lui-même mouvant. Ce point de repère peut être un individu (ce que je pense est la vérité), une société, une culture, un lieu.

pas jusqu'au bout de mes idées mortifères, la palme à la main ? » Tout est relatif !

Par ailleurs, de quel Bonheur, de quel Dieu sommes-nous les témoins pour ces jeunes qui se construisent ? Mathias, 18 ans, me confiait : « Nier Dieu, c'était me nier moi-même, mais maintenant je me retrouve en lui. » Le psychanalyste Viktor Frankl (1905-1997) constatait que l'absence de sens à la vie, l'absence de transcendance (de Dieu), engendrait des générations de mélancoliques et de dépressifs de type existentiel (on ne sait pas pourquoi et pour qui on vit). Alors, remettons les mots à leur vraie place et à leur juste valeur lorsque nous parlons du suicide. Que signifie l'acte de s'enlever la vie ? Un acte libre, responsable, un acte de courage ou, au contraire, une faute grave ?

Et Dieu dans tout ça ? Essayons d'y voir plus clair...

Le suicide : un choix vraiment libre ?

« Il a choisi de nous quitter », dit-on. Le suicide est-il vraiment un choix libre, en toute connaissance de cause ? La « liberté » est mise sur toutes les lèvres aujourd'hui, depuis « qu'il est interdit d'interdire » (slogan de mai 68), et chacun la revendique comme le pouvoir absolu de décider « comme il veut, quand il veut et comme il le ressent » sans référence à des normes morales. Un pouvoir qui s'attaque parfois violemment à tout ce qui contrarie ou entrave les envies ou les pulsions de l'individu. Une liberté centrée sur « mes désirs à moi, sur ce que moi je ressens », qui ne tient pas forcément compte de celle des autres. Mais « qu'est-ce que je veux » en réalité ? Que signifie « être libre » ? Quel est le but final recherché, le bien que je désire atteindre ? Le dialogue que je rapporte, entre un jeune, Kévin, et moi-même, met bien en évidence l'impasse d'une liberté qui a tous les droits, ou d'un excès de liberté :

– C'est quoi pour toi la liberté, Kévin ?