

JOËL PRALONG

**SURVIVRE
AU SUICIDE
D'UN PROCHE**

Fortifier l'espérance

EdB

Prologue

POURQUOI ? MAIS POURQUOI ?

« Pourquoi s'en sont-ils allés et, la plupart du temps, sans raison apparente, et sans nous prévenir ?

Alors qu'elle paraissait toujours joyeuse, un boute-en-train dans son genre, une éponge affective toujours prête à absorber les chagrins des autres...

Certes, lui cumulait pas mal de problèmes, mais de là à nous tirer sa révérence... Non, trop c'est trop !

Pourquoi n'a-t-elle rien dit ?

Pourquoi nous a-t-il caché son tourment ?

Pourquoi n'ai-je rien vu venir ? Peut-être que j'aurais pu faire quelque chose ?

Maintenant c'est trop tard...

Pourquoi n'a-t-il pas trouvé un autre chemin que celui de disparaître ?

Pourquoi cette violence contre elle et contre nous ?

Alors de grâce, laissez-moi vous le dire, laissez-moi hurler... POURQUOI ?

Et surtout ne répondez pas, pas de réponse à la con du genre : « Il est mieux là où il est... Il est allé flirter avec les étoiles... C'était son heure, son destin. »

Rien ne brisera mon pourquoi aussi dur qu'un rocher qui lamine mon cœur...

Ce pourquoi qui roule dans mon esprit comme Sisyphe roulant sa pierre au sommet de la colline, pour se la ramasser à nouveau sur la gueule, incessamment, éternellement¹...

Sacrée pierre qui bute contre l'Absurde.

L'Absurde de la vie et de la mort.

L'Absurde d'un semblant de réponse qui me laisse KO.

Car ma vie se présente en creux maintenant, et ce creux est vide, absurde, il me ventouse le cœur...

J'ai juste besoin d'être aimé, vous comprenez, juste un peu d'amour que je réclame pour survivre avec mon « pourquoi » afin que ce pourquoi ne me précipite pas dans le gouffre.

Vous que j'ai entendus, vous que j'ai vu pleurer toutes les larmes de votre corps.

Vous qui sans cesse et continuellement avez besoin de parler de celui, de celle, qui est parti sans laisser d'adresse...

1. Voir Hugo CHEREUL, *Survivre au suicide ou Sisyphe heureux*, Éditions La boîte à Pandore, Paris, 2020. L'auteur a été confronté à deux suicides, celui de sa mère à 7 ans et quelques années plus tard celui de son grand frère. Un émouvant témoignage.

Ce livre est ma contribution, juste un peu d'amour à vos « pourquoi », sans plus.

Mais je ne pourrai m'empêcher de parler de Celui qui est au cœur de ma vie, de son message et de son cri qui concentre sur sa poitrine toutes les révoltes qui transcendent l'Histoire :

« Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ? » (Ps 22, 2 et Mt 27, 46).

Là aussi, il n'y a qu'un pourquoi sans réponse immédiate... Mais sa manière de l'assumer, de le vivre, de le souffrir, pourrait vous aider à stabiliser votre pierre sur le sommet de la colline pour qu'elle ne vous écrase plus.

Ce livre est un défi. Un trait de lumière. De Sisyphe à Jésus. De la pierre qui vous écrase à la croix du Golgotha.

P. Joël Pralong

Introduction

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

Briser un tabou

Qu'est-ce qu'un tabou ? Il semble que le mot vienne de *taboo* en anglais, issu du polynésien *tapu*, interdit, sacré². Le *tabou* s'apparente d'abord à une interdiction religieuse prononcée sur un lieu, une personne, un objet. Puis, par extension, au-delà du religieux, un « sujet tabou », par exemple, est cette chose à garder voilée, dans le secret, qui déclenche de fortes réactions émotives si le voile se déchire. Donc mieux vaut ne pas en parler, de crainte de choquer, de provoquer honte ou susceptibilité. Quelques sujets tabous : la sexualité, l'inceste verrouillé dans les fameux « secrets de famille »,

2. Taper « tabou » sur internet et vous aurez une foule de réponses.

les abus sexuels, la maladie (cancer, troubles mentaux, etc.), la vieillesse, certains handicaps, l'argent, la santé, la mort, le suicide... En effet, le suicide est toujours de nos jours un sujet tabou. Il engendre de la honte autant chez le suicidant que dans son entourage proche. Le silence qui entoure la souffrance psychique l'isole et l'empêche de se confier. Combattre le tabou, libérer la parole, revêt une importance primordiale pour rompre l'isolement et inviter au dialogue.

J'aime les défis.

Ce livre en est un, brûlant d'actualité.

Il veut briser le tabou du suicide. Il en parle, le met sur la table, le dissèque et le dégage de sa gangue religieuse vénéneuse, celle d'une religion qui culpabilise à outrance et d'un Dieu caricaturé, privé de son arme la plus puissante contre tous les poisons du cœur, sa grande MISÉRICORDE.

Car avouons-le, derrière chaque suicide, s'insinue une pensée perfide dans notre esprit, pareille à un serpent dont la morsure empoisonne notre espérance et nous jette, esseulés, dans le tourment du doute : « Sera-t-il [elle] sauvé après un tel acte de violence ? Dieu n'a-t-il pas dit : *"tu ne tueras pas"* (Ex 20, 13), sous-entendu : *"tu ne te tueras pas"* ? »

Le mal-être des proches

On comprend que 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. »

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.

Et qui plus est chez un croyant, un chrétien, qui se rappelle que jusque dans les années 60, 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 sont passées 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 désespérés.

Il me fallait donc écrire un premier livre

C'est humblement et en tremblant que j'ai relevé le défi d'écrire un premier livre (2012), priant Dieu de me guider. Ces lignes, je les ai écrites comme on glane de belles gerbes de blé sur le champ de mon expérience pastorale, à l'écoute des personnes concernées par le suicide : les proches, les familles, les prêtres, les soignants et les personnes tentées d'en finir avec la vie.

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 vu 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 vu 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. »

« Oui, j'en ai l'assurance, ni mort ni vie, ni anges ni principautés, ni présent ni avenir, ni puissances, ni hauteur ni profondeur, ni aucune autre créature ne pourra nous séparer de l'amour de Dieu manifesté dans le Christ Jésus notre Seigneur » (Rm 8, 38-39).

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 infiniment 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 !

Ces témoignages qui m'ont boosté à écrire cette seconde édition

J'ai reçu de nombreux témoignages à la suite de la première édition intitulée : *Le vertige du suicide, Lettre*

aux proches désespérés. Je vous en partage deux, des plus poignants.

Tout d'abord il s'agit d'une dame qui, à la suite d'une succession de malheurs dans sa vie, décide froidement d'en finir.

« Pour moi c'était clair, mon suicide je ne le louperai pas, rien à voir avec un appel à l'aide. Avant d'avaler mes barbituriques, je décidai d'écrire quelques cartes à mes proches, dans l'idée de leur dire au revoir et de leur demander pardon. Les cartes, je les trouvais de l'autre côté du jardin botanique, dans la petite librairie de quartier. Je traversai donc le jardin fleuri en direction des boutiques. En arrivant, je fus surprise par un ouvrage bien en vue, au titre étonnant : *Le vertige du suicide*, le vôtre donc. Je me dis : pourquoi ne pas l'acheter ? Juste pour voir ce qu'il disait. Je repartis avec l'ouvrage et les cartes insérées à l'intérieur. Il faisait beau et j'avais du temps devant moi, vu que la décision était prise. Je m'assis sur un banc public avant de me plonger dans ces pages. Quelle ne fut pas ma surprise ! Non seulement ce livre me parlait, mais il me bouleversait en même temps. Je compris en un éclair que ma décision de « partir » était un acte égoïste en comparaison de tant de gens qui souffrent de par le monde. Moi aussi je souffrais, mais j'avais la santé et au lieu de me replier sur moi-même, je pourrais faire quelque chose pour les autres, me donner aux autres, à ceux qui souffrent plus que moi. J'étais épuisée. Je rentrai chez moi pour me jeter sur mon lit et dormir. Dans mon sommeil, je fis un rêve : je me suicidais en me jetant dans un précipice au volant de ma voiture. Et

un passager clandestin me saisit le bras en disant : “Non, ne fais pas ça !” Et je reconnus la présence de Jésus. Au fond du ravin, j’étais toujours bien vivante. Je me suis réveillée toute neuve en me promettant de changer de vie. J’avais compris. Merci pour votre livre. »

Cette dame m’a partagé son témoignage par lettre postale, sans laisser d’adresse.

Le second partage est à la fois glaçant et plein d’espérance :

« Bonjour mon Père,
Le 31 décembre dernier, je rentrais dans notre maison de campagne... Les pompiers étaient là en compagnie de notre fils aîné, anéanti. Notre dernier fils, Dominique³, s’était suicidé de manière violente. Dominique est mort le 15 août, fête de l’Assomption de la Vierge Marie. Je sais qu’Elle n’a pas laissé notre fils seul à l’heure de sa mort, comme nous le lui demandions en disant le chapelet. Dominique avait 18 ans seulement. Il avait une vie de foi sincère... Je ne comprends toujours pas. J’essaie de ramasser des morceaux du puzzle qui me permettraient de comprendre : aucune cause ne peut conduire à un acte aussi horrible. Un jour, j’ai vu une annonce dans “Famille Chrétienne” au sujet de votre livre. Et puis, par hasard un soir, j’ai allumé la radio (alors que je ne l’écoute jamais) et suis tombée sur Radio Notre Dame, et je vous ai entendu parler de votre livre. Pas besoin de vous dire que je me mis à sangloter... Je voulais vous dire

3. Nom d’emprunt.