

Chemins de vie : 29 septembre au 5 octobre 2021

Quand les émotions submergent notre liberté

Par Mgr Albert LeGatt, archevêque de Saint-Boniface

Cet été, je suis rentré à Saint-Brieux, en Saskatchewan, pour présider aux funérailles de mon neveu, qui a pris sa vie.

Une période intense pour moi et ma famille, et un temps de réflexion d'une profondeur plutôt rare. J'aimerais vous en faire le partage, parce que le suicide touche toutes les familles, toutes les communautés, et toute la société.

Mon neveu était un grand gaillard du type *doux géant*. Il avait grand cœur, grande douceur et grande simplicité. Son vêtement préféré? Un t-shirt. Il s'est marié il y a presque quatre ans. C'était un époux aimant, et aimé. Il adorait son bébé de cinq mois. Je le vois encore compter, ricanant, ses petits doigts et ses petits orteils.

Il avait toute raison de vivre. Mais il a pris sa vie. Ron Rolheiser, un père oblat de Cactus Lake en Saskatchewan, a beaucoup écrit sur le suicide. Il suggère qu'on devrait plutôt dire *Le suicide l'a tué*. Comme un cancer tue une personne.

La dépression est une maladie qui produit toute une gamme d'émotions d'intensités variables. Un jour, on peut avoir le cafard. Le lendemain, on se sent mieux, heureux même. Et puis il y a ces jours où les ténèbres sont plus profondes.

Mon neveu recevait du counselling et était à son quatrième médicament psychiatrique. Ces médicaments fonctionnent pour certains, mais pas pour d'autres. Même ceux qui fonctionnent peuvent être un enfer pendant les deux ou trois semaines avant qu'ils prennent effet. Les émotions peuvent être pires. Et de fait, mon neveu essayait un nouveau médicament.

En dépression, l'idée du suicide peut devenir de plus en plus présente dans la pensée. Tout en présentant une allure heureuse, on se met à l'envisager comme l'unique

solution à notre souffrance. Et on se met à penser, en détail, comment et où on va poser l'acte. C'est presque comme une possession. C'est plus fort que nous-mêmes.

Je crois que mon neveu, qui voulait vivre, qui vivait sa vie pleinement, a été momentanément mais complètement submergé par le suicide. *Le suicide l'a tué.*

C'était plus fort que lui. Et à Ron Rolheiser de suggérer que c'était même plus fort que Dieu qui, à ce moment-là, ne peut rien que pleurer et accueillir la personne dans sa maison éternelle avec tout son amour et sa miséricorde : « Aujourd'hui, tu seras avec moi dans le Paradis. » (Luc 23, 34)

Priez pour mon neveu, sa famille, et tous ceux qui souffrent de dépression. Pensez à ceux qui souffrent de dépression dans vos familles. Pointez-les vers les ressources en santé mentale. Aimez-les avec compassion et patience. Et surtout, ne condamnez jamais les personnes submergées par le suicide. Elles n'ont pas perdu espoir, mais simplement leur capacité de faire de vrais choix.