

2^{ème} édition du pèlerinage national à Lourdes pour la prévention du suicide

« Parler du suicide c'est sauver des vies »



L'initiative de ce Pèlerinage national de prévention du suicide est appelée à se développer compte tenu des besoins et appels.

Bruno, Ludivine, Anne... Sur chaque galet est écrit un prénom. Celui d'une personne ayant des idées suicidaires ou décédée par suicide. Ces galets ont fait corps durant les 4 jours, en cette dernière semaine d'août, lors de la seconde édition du pèlerinage national pour la prévention du suicide. Elle a rassemblé plus de 60 participants dont 11 avec des idées suicidaires. Cette démarche pionnière, riche d'ateliers, soirées partage, célébrations... à l'initiative de l'association La Lumière de Raphaël est soutenue par le sanctuaire de Lourdes.

A la clé, pour l'année à venir, la mise en place d'un vrai réseau national confessionnel pour la prévention du suicide, la formation de volontaires pouvant écouter et accompagner et de liens en visio avec des personnes en souffrance. Explications et découvertes.



Des galets avec chacun un prénom...

Des gestes et symboles forts ont rythmé ce pélé. Les galets, le lavement des pieds, le sacrement de réconciliation et celui des malades et puis une ambiance joyeuse avec l'aide du groupe de musique Les Troubadours de l'espérance. « *Venir à Lourdes c'est se laisser faire par Marie. Laissons-nous toucher par elle, elle fait le job !* » souligne, tout de go, le Dr Patrick Lepault, directeur du pèlerinage, médecin, spécialiste en soins palliatifs, directeur d'un groupe d'Ehpad et diacre.

Parmi les pèlerins présents, des personnes avec des idées suicidaires sont accompagnées chacune d'un « ange gardien » formé. D'autres ont perdu un enfant, un conjoint, un membre de la famille, une personne chère. Dans le pays, nombreuses sont les familles concernées par le décès d'un proche à la suite d'un suicide. 10 000 personnes décèdent chaque année par suicide et 200 000 tentatives de suicide ont lieu. Afin d'éviter ces terribles réalités la prévention est essentielle. « *En parler c'est sauver des vies* » souligne Patrick Lepault.



Dr Patrick Lepault, à gauche. « Laissons-nous toucher et agissons ensemble ».

L'intuition d'origine de ce pélé revient à Eric Lestage, prêtre et organisateur avec une équipe des Landes d'un pèlerinage à Lourdes durant 20 ans. Fortement engagé dans la prévention du suicide avec la fondation de deux associations : la Bergerie du Cygne et l'autre, catholique, la Lumière de Raphaël, il est l'auteur du livre « *Ils voulaient mourir, ils ont éclairé ma vie* » aux éditions Salvator. Fait particulier, il est décédé l'an dernier à la veille de la 1^{ère} édition du pèlerinage national.

« Je suis là avec toi et à ton écoute »



A gauche. Les galets sont déposés à la grotte. A droite. Lalye Laffite, responsable de l'association La Lumière de Raphaël « Nous avons soif d'être aimés. Lourdes est un lieu majeur pour déposer son fardeau. »

« J'ai soif » est le thème de cette édition. Soif de quoi ? « *Soif d'être aimé*, souligne Lalye Lafitte, responsable de l'association la lumière de Raphaël qui coordonne l'initiative. *L'écoute est primordiale et le Christ a soif de nous rencontrer dans nos réalités et souffrances.* » Elle rappelle l'état d'esprit de l'initiateur, Eric Lestage : « *Je suis là avec toi, présent, à ton écoute. Je reconnais ta souffrance, je veux t'écouter en étant vraiment présent et disponible et essayer de voir avec d'autres comment soulager et déposer ces fardeaux qui te paralysent et t'empêchent d'avancer* ». Ces journées sont l'occasion d'échanger en profondeur sur les réalités de chacun, de s'entraider, de parler de culpabilité, de difficultés lourdes, mais aussi de présent, de petits pas et pourquoi pas de nouvelles perspectives.



Les rencontres, les témoignages, les gestes et symboles : des moments forts de cette rencontre annuelle.

Le plus du pélé ? « *Laissez-vous aimer ! Jésus peut apaiser. Nous proposons de cheminer vers le Christ et Marie nous y aide* », assure Patrick Lepault. L'autre force de ce réseau ? Proposer des liens et des formations pour accompagner aussi bien des personnes à risque que des volontaires désireux d'aider à la prévention.

Face aux souffrances, des projets

Plusieurs participants ont témoigné. « *Je n'ai rien vu venir. Je n'ai pas compris ce qu'il se passait. Je n'ai pas su identifier les signes. Je me pose beaucoup de questions* ». « *Ces moments de doute, de remise en question et de culpabilité sont des étapes normales* » assure Patrick Lepault.

Face aux nombreux besoins et aux ressources humaines limitées de l'association, l'objectif à venir sera de développer le réseau avec une vraie dimension nationale structurée et des relais dans les régions, de créer et renforcer les liens entre les personnes désireuses d'être accompagnées, avec notamment le lancement d'un cycle de visio chaque mois, de fédérer et susciter des formations vers des personnes sentinelles chargées de repérer et d'aiguiller des personnes à risque. L'accent sera porté également sur la mutualisation de ressources en termes de prévention, de bonnes pratiques et de soutien.

« *Ensemble, avec des professionnels de santé et l'entourage familial, nous essayons d'aider à ce que les personnes aillent mieux. Ceux qui se sont suicidés ne voulaient pas mourir, ils voulaient que la souffrance vécue puisse s'arrêter*, poursuit le médecin-directeur du pèlerinage. *Chacun de nous est concerné pour nous aider les uns les autres, tout simplement.* »

Michel TANGUY



Contacts pratiques

Association La lumière de Raphaël

° Tél. 07 78 14 64 44

° Mail : lourdespreventiondusucide@gmail.com

° Site internet : www.lalumierederaphael.fr

° L'édition 2025 du Pèlerinage se déroulera du mercredi soir au dimanche midi de la dernière semaine d'août.

° 2 Livres

« **Ils voulaient mourir, ils ont éclairé ma vie** » - **Eric LESTAGE**, *Editions Salvator, 2023*

Prêtre engagé dans la prévention du suicide il est à l'initiative de deux associations :

La Lumière de Raphaël et La Bergerie du Cygne. Témoignages, récits, initiatives

« **Après l'hiver, vient toujours le printemps** » - **Marie de JAUREGUIBERRY**, *Editions Mame, 2022*

Le bouleversant témoignage d'une maman après le suicide de son enfant

À la mort de son fils, l'auteure est descendue au plus profond de la souffrance :

doutes, culpabilité et sentiment de n'avoir pas su comprendre.

° Animation musicale

Les Troubadours de l'espérance : 87, rue Saint-Barthélemy - 40160 Parentis en Born

Important

Le **31 14** : c'est le numéro national de prévention du suicide

24h/24 et 7j/7, gratuitement, en France entière

Si vous êtes en détresse et/ou avez des pensées suicidaires

si vous voulez aider une personne en souffrance

vous pouvez contacter le numéro national de prévention du suicide, le 31 14.

Un professionnel du soin, spécifiquement formé à la prévention du suicide, sera à votre écoute.

Sur ce site, vous trouverez des ressources pour mieux comprendre la crise suicidaire et des conseils pour la surmonter. Le 3114 est piloté par le Ministère de la Santé et des Solidarités.

4 septembre 2024