



## Les jardiniers d'Odin<sup>[1]</sup> par Emmanuelle Ayotte

En 2013, 4054 suicides ont été répertoriés au Canada (*Statistique Canada, 2017*). Ce chiffre est énorme, d'autant plus qu'il est à la hausse depuis les dernières années [2]. Le suicide est un fléau pour toutes les sociétés. Pour y faire face, plusieurs pays ont mis en place des centres de prévention du suicide. Dans cet article, il sera question de ces derniers, plus particulièrement de Suicide Action Montréal (SAM), un centre de prévention du suicide ayant formé plus de 3000 bénévoles depuis sa création en 1984 (*Suicide Action Montréal, 2017*).

À SAM, il y en a de l'action ! Depuis ses débuts, l'organisme a répondu à plus de 600 000 appels (*Suicide Action Montréal, 2017*). Tous les jours, 24/7, des employés et des bénévoles sont sur place pour assurer la sécurité et le bien-être d'une population beaucoup plus vaste qu'on ne peut l'imaginer. En effet, l'organisme offre des services aux gens en crise suicidaire, à des proches inquiets et à des personnes endeuillées par suicide. Tout comme un cancer, le suicide ne fait pas la différence entre les riches et les pauvres, les chômeurs et les employés, les jeunes et les plus âgés. Il les touche tous, de près ou de loin. Bref, tous peuvent être vulnérables, c'est pourquoi une équipe préalablement formée assure de prendre les meilleures décisions possibles face à une multitude d'imprévus. Au cœur de la grande famille de SAM, on nomme ce type d'occupation : « le bénévolat extrême [3] ».

Suicide Action Montréal, bien que reconnu pour son grand engagement (ayant dernièrement remporté le prestigieux prix *Hommage Bénévolat-Québec 2017*), n'est pas le seul centre de prévention du suicide (*Suicide Action Montréal, 2017*). Dans chaque région, on retrouve des personnes dévouées et acharnées à rendre ce monde un peu meilleur, ou du moins, faire voir de l'espoir chez ceux n'y croyant plus.

Au cours de ma courte expérience à SAM, j'ai beaucoup appris quant à moi-même et aux autres. J'ai appris que de baisser les bras n'était que temporaire. J'ai compris que les gens

sont beaucoup plus forts, courageux et résilients qu'on ne pourrait le croire. Que même dans les moments les plus sombres, il y a toujours au moins une parcelle de lumière, il ne suffit que de la trouver. J'ai aussi développé mes connaissances concernant les gestes suicidaires. Contrairement à ce que certains disent, le suicide n'est pas un geste lâche, ni courageux, c'est un acte que commet une personne lorsqu'elle n'est plus capable de voir comment s'en sortir. C'est l'image la plus flagrante du désespoir. De plus, parler du suicide ne crée pas des idées macabres, cela soulage.

Lors de ma formation, on m'a demandé quelles étaient mes raisons de vivre. J'avais été un peu secouée par la question. Puis, en réfléchissant quelques minutes, plusieurs me sont venues à l'esprit : la psychologie, la musique coréenne, le chant, l'écriture, la famille, le voyage, la nourriture... penser que certaines personnes ne sont plus capables de connecter avec leurs intérêts est presque inimaginable. Aujourd'hui, chaque minute passée au sein de cet organisme me redonne de nouvelles raisons de vivre. Le sentiment de rassurer quelqu'un, de faire naître une exception face à la souffrance est devenu une motivation extraordinaire. De plus, être entouré d'une équipe bienveillante et chaleureuse procure un sentiment de joie indescriptible.

Mais, le plus important, c'est de remercier ces personnes. Merci à cet inconnu qui a pris de son temps si précieux pour soutenir, écouter et sauver la vie d'une autre personne. Cette vie sauvée aurait bien pu être celle de ma mère, de mon père, de ma sœur, de mon meilleur ami... peut-être même la mienne. Merci à ces milliers de personnes qui, chaque jour, entendent la souffrance et continuent de braver l'impossible pour apaiser ne serait-ce qu'une infime partie de douleur psychologique. Bref, merci à tous ces jardiniers du bonheur qui sèment une graine d'espoir dans l'esprit de ceux croyant ne plus être capable de la cultiver.

[1] Le titre fait référence à Odin, le dieu de la mort, mais aussi de la victoire dans la mythologie nordique. Odin était aussi le dieu de la magie. En effet, cette magie permettait entre-autre de donner du courage, de la force, de la lucidité et de ressusciter les morts. (Price, 2005, p.196)

[2] Il est important de noter que ces données ne sont pas suffisantes, puisque le suicide d'un individu n'est pas toujours déclaré comme tel. La hausse du nombre de suicides peut également être expliquée par une population croissante.

[3] Le tout faisant référence au sport extrême.

## **Bibliographie**

Price, N. (2005). L'esprit Viking : magie et mentalité dans la société scandinave ancienne. Dans *Les Vikings, premiers Européens: VIIIe-XIe siècle. Les nouvelles découvertes de l'archéologie* (pp. 196-215). Paris: Autrement.

*Statistique Canada*, 2017, <http://www.statcan.gc.ca/tables-tableaux/sum-som/102/cst01/hlth66a-fra.htm>

*Suicide Action Montréal*, 2017, <http://www.suicideactionmontreal.org/>