

# Le Suicide

Dites **NON** en sachant pourquoi.

*Nous devons enseigner très tôt trois choses aux enfants: Que l'ennui, la tristesse et la dépression se traitent grâce à la charité, dont les lumières nous libèrent des ténèbres qui nous assaillent aux heures creuses; que face au découragement et aux syndromes dépressifs qui visitent notre âme, il faut modifier en nous ce qui doit être corrigé et s'attacher au travail que la vie nous donne; que le travail pour le bien, basé sur l'amour, permet que la vie ne soit pas monotone, mais lumineuse et en constante ascension.*



## Mouvement Spirite Francophone

6 Rue Léonard de Vinci  
F-35270 COMBOURG France  
[www.lmsf.org](http://www.lmsf.org)  
[info@lmsf.org](mailto:info@lmsf.org)

### Union Spirite Belge

Rue Maghin, 43  
4000 Liège  
Belgique  
[www.spirite.be](http://www.spirite.be)  
[usb@spirite.be](mailto:usb@spirite.be)

### Groupe Spirite Québec

[www.ceak-quebec.ca](http://www.ceak-quebec.ca)  
[ceak.quebec@sympatico.ca](mailto:ceak.quebec@sympatico.ca)

### Conseil Spirite Français

[www.conseil-spirite.fr](http://www.conseil-spirite.fr)  
[info@conseil-spirite.fr](mailto:info@conseil-spirite.fr)

### Groupe Spirite Allan Kardec de Luxembourg

40, rue des États-Unis - L 1477  
Luxembourg  
[www.groupepiriteallankardeclux.com](http://www.groupepiriteallankardeclux.com)  
[allankardeclux@yahoo.fr](mailto:allankardeclux@yahoo.fr)

# LA DÉFENSE DE LA VIE

# Le Suicide

Dites **NON** en sachant pourquoi.



*« Le calme et la résignation puisés dans la manière d'envisager la vie terrestre, et dans la foi en l'avenir, donnent à l'esprit une sérénité qui est le meilleur remède contre la folie et le suicide. »*

*Allan Kardec*

*Cher(e) lectrice, lecteur :*

*Les messages inscrits dans cette brochure sont comme des baumes pour l'esprit. Ce sont des messages d'amour, de courage et de foi à tous ceux qui, dans des moments difficiles de la vie, ont besoin d'un appui pendant leur cheminement moral.*



*Le Mouvement Spiritiste Francophone édite cette brochure.*

*Instruisez-vous, et dites non au suicide !*

## *Quoi faire si vous êtes un proche d'une personne suicidaire*

Trouvez un endroit sécurisant pour parler avec la personne et accordez-lui tout le temps nécessaire. Exprimez votre inquiétude à son sujet. Informez-vous des événements récents et encouragez-la à exprimer librement ses sentiments. Ne dépréciez pas ses sentiments.

Si la personne vous dit qu'elle pense au suicide, admettez votre inquiétude et votre crainte, mais ne réagissez pas en disant : « Tu ne devrais pas avoir de telles pensées ; les choses ne peuvent pas être si pires que ça ». Rappelez-vous que la personne vous confie ses sentiments les plus profonds, et bien qu'ils puissent

vous troubler, le fait d'en parler la réconfortera.

Demandez-lui s'il y a quelque chose que vous pouvez faire. Parlez-lui des ressources à sa disposition (famille, amis, agences communautaires, centres de crise) en matière de soutien, conseils pratiques ou traitement.

Nul ne peut résoudre les problèmes d'une autre personne, mais la sympathie et le soutien peuvent être très efficaces. Savoir que quelqu'un d'autre a affronté et survécu à de telles périodes difficiles peut aider une personne suicidaire à voir la lumière au bout du tunnel.

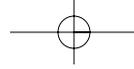
## *Les attitudes et les comportements*

- tristesse, découragement, agressivité
- isolement, retrait
- changements importants de comportement, irritabilité, sautes d'humeur
- mise en ordre des affaires personnelles
- ennui, indécision, perte du plaisir
- intérêt marqué pour les armes, les médicaments
- don d'objets personnels
- consommation inhabituelle d'alcool, drogues ou médicaments
- hyperactivité ou, à l'inverse, manque d'énergie
- rédaction de son testament, lettre d'adieu
- troubles du sommeil ou de l'appétit
- perte d'estime de soi
- négligence dans l'apparence et l'hygiène

## *Besoin d'aide !*

Si l'un de vos proches ou vous-même êtes en détresse, n'hésitez pas à consulter, à demander soutien, aide et assistance.





*Demandez la lumière qui doit éclairer votre route, et elle vous sera donnée ; demandez la force de résister au mal, et vous l'aurez ; demandez l'assistance des bons Esprits, et ils viendront vous accompagner, et comme l'ange de Tobie, ils vous serviront de guides ; demandez de bons conseils, et ils ne vous seront jamais refusés ; frappez à notre porte, et elle vous sera ouverte ; mais demandez sincèrement, avec foi, ferveur et confiance. Tel est le sens de ces paroles de Jésus : Cherchez et vous trouverez, frappez et l'on vous ouvrira.*

comprend la nécessité de l'occupation, le meilleur préservatif de l'hypocondrie. Avec la certitude de l'avenir, il a un but ; avec le doute, il n'en a point.

Le Spiritisme nous révèle en outre la cause première du suicide, et seul il pouvait le faire. Les tribulations de la vie sont à la fois des expiations pour les fautes passées des existences, et des épreuves pour l'avenir. L'Esprit lui-même les choisit en vue de son avancement ; mais il peut arriver qu'une fois à l'œuvre, il trouve la charge trop lourde et recule devant son accomplissement ; c'est alors qu'il a recours au suicide, ce qui le retarde au lieu de l'avancer. Il arrive encore qu'un Esprit s'est suicidé

dans une précédente incarnation, et que, comme expiation, il lui est imposé d'avoir, dans sa nouvelle existence, à lutter contre la tendance au suicide ; s'il sort vainqueur, il avance ; s'il succombe, il lui faudra recommencer une vie peut-être plus pénible encore que la précédente, et il devra lutter ainsi jusqu'à ce qu'il ait triomphé, car toute récompense dans l'autre vie est le fruit d'une victoire, et qui dit victoire, dit lutte. Le Spirite puise donc, dans la certitude qu'il a de cet état de choses, une force de persévérance qu'aucune autre philosophie ne saurait lui donner.

ALLAN KARDEC



Dialoguer avec bonté et patience avec les personnes qui ont des dispositions au suicide ; leur suggérer de se donner un peu plus de temps pour que le problème se modifie dans son essence ; éviter d'offrir un terrain fertile pour les espérances illusoires et fugaces que le temps se charge de détruire ; stimuler la valorisation personnelle ; montrer une lumière dans le tunnel de son désespoir, constituent parmi d'autres ressources une thérapie préventive qui se fortifiera dans l'exercice de la prière, dans les lectures optimistes, spirituelles, dans les passes magnétiques et dans l'usage de l'eau fluidifiée.

MANOEL P. DE MIRANDA

D'après « Temas da vida e da morte », (Thèmes de la vie et de la mort) psychographié par : Divaldo P. Franco



« Le suicide est le paroxysme d'un état d'aliénation qui s'installe subtilement. Le candidat ne peut pas penser avec équilibre, il ne peut pas se rendre compte des maux que son geste produit sur ceux qui l'aiment. Comme il perd la capacité de discernement, il s'attache au suicide comme unique solution, en oubliant que le temps ajuste régulièrement tous les problèmes, rien n'est pire que la précipitation... L'empressement énérvé pour s'enfuir, et le désespoir s'installant dans son for intérieur, poussent le malade à une sortie sans retour... »

MANOEL P. DE MIRANDA

D'après Loucura e Obsessão (La folie et l'Obsession) psychographié par : Divaldo P. Franco

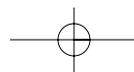


Toutes les souffrances : misères, déceptions, douleurs physiques, pertes d'êtres chéris, trouvent leur consolation dans la foi en l'avenir, dans la confiance en la justice de Dieu, que le Christ est venu enseigner aux hommes. Sur celui, au contraire, qui n'attend rien après cette vie, ou qui doute simplement, les afflictions pèsent de tout leur poids, et nulle espérance ne vient en adoucir l'amertume.

Nous disons que, quels qu'en soient les motifs particuliers, le suicide a toujours pour cause un mécontentement ; or, celui qui est certain de n'être malheureux qu'un jour et d'être mieux les jours suivants prend aisément patience ; il ne se désespère que s'il ne voit pas de terme à ses souffrances. Qu'est-ce donc que la vie humaine par rapport à l'éternité, sinon moins qu'un jour ? Mais pour celui qui ne croit pas à l'éternité, qui croit que tout finit en lui avec la vie, s'il

est accablé par le chagrin et l'infortune, il n'y voit de terme que dans la mort ; n'espérant rien, il trouve tout naturel, très logique même, d'abrèger ses souffrances par le suicide.

L'incrédulité, le simple doute sur l'avenir, les idées matérialistes en un mot, sont les plus grands excitants au suicide : elles donnent la lâcheté morale. Et quand on voit des hommes de science s'appuyer sur l'autorité de leur savoir pour s'efforcer de prouver à leurs auditeurs ou à leurs lecteurs qu'ils n'ont rien à attendre après la mort, n'est-ce pas les amener à cette conséquence que s'ils sont malheureux, ils n'ont rien de mieux à faire que de se tuer ? Que pourraient-ils leur dire pour les en détourner ? Quelle compensation peuvent-ils leur offrir ? Quelle espérance peuvent-ils leur donner ? Rien autre chose que le néant ; d'où il faut conclure que si le néant est le remède héroïque, la seule



perspective, mieux vaut y tomber tout de suite que plus tard et souffrir ainsi moins longtemps. La propagation des idées matérialistes est donc le poison qui inocule chez un grand nombre la pensée du suicide, et ceux qui s'en font les apôtres assument sur eux une terrible responsabilité.

À cela on objectera sans doute que tous les suicidés ne sont pas matérialistes, puisqu'il y a des personnes qui se tuent pour aller plus vite au ciel, et d'autres pour rejoindre plus tôt ceux qu'elles ont aimés. Cela est vrai, mais c'est incontestablement le très petit nombre, ce dont on se convaincrait si l'on avait une statistique consciencieusement faite des causes intimes de tous les suicides. Quoi qu'il en soit, si les personnes qui cèdent à cette pensée croient à la vie future, il est évident qu'elles s'en font une idée tout à fait fautive, et la manière dont on la présente en général n'est guère propre à en donner une idée plus juste. Le Spiritisme vient non seulement confirmer la théorie de la vie future, mais il la prouve par les faits les plus pa-

tents qu'il soit possible d'avoir : le témoignage de ceux mêmes qui y sont ; il fait plus, il nous la montre sous des couleurs si rationnelles, si logiques, que le raisonnement vient à l'appui de la foi.

Le Spiritisme a encore sous ce rapport un autre résultat tout aussi positif, et peut-être plus déterminant. La religion dit bien que se suicider est un péché mortel dont on est puni ; mais comment ? par des flammes éternelles auxquelles on ne croit plus. Le Spiritisme nous montre les suicidés eux-mêmes venant rendre compte de leur position malheureuse, mais avec cette différence que les peines varient selon les circonstances aggravantes ou atténuantes, ce qui est plus conforme à la justice de Dieu ; qu'au lieu d'être uniformes, elles sont la conséquence si naturelle de la cause qui a provoqué la faute, qu'on ne peut s'empêcher d'y voir une souveraine justice équitablement distributive. Parmi les suicidés, il en est dont la souffrance, pour n'être que temporaire au lieu d'être éternelle, n'en est pas moins terrible et de nature à donner à réfléchir



*Avec le spiritisme, le doute n'étant plus permis, l'aspect de la vie change ; son importance diminue en raison de la certitude que l'on acquiert d'un avenir plus prospère ; pour le croyant, la vie se prolonge indéfiniment au delà de la tombe, de là la patience et la résignation qui détournent tout naturellement de la pensée du suicide ; de là, en un mot, le courage moral.*



à quiconque serait tenté de partir d'ici avant l'ordre de Dieu. Le Spirite a donc pour contrepoids à la pensée du suicide, plusieurs motifs : la certitude d'une vie future dans laquelle il sait qu'il sera d'autant plus heureux qu'il aura été plus malheureux et plus résigné sur la terre ; la certitude qu'en abrégant sa vie il arrive juste à un résultat tout autre que celui qu'il espérait atteindre ; qu'il s'affranchit d'un mal pour en avoir un pire, plus long et plus terrible ; qu'il ne reverra pas dans l'autre monde les objets de ses affections qu'il voulait aller rejoindre ; d'où la conséquence que le suicidé est contre ses propres intérêts. En comparant donc les résultats des doctrines matérialiste et spirite au seul point de vue du suicide, on trouve que la logique de l'une y conduit, tandis que la logique de l'autre en détourne, ce qui est confirmé par l'expérience.

On conçoit le suicide quand la vie

est sans espoir ; on veut échapper au malheur à tout prix ; avec le Spiritisme l'avenir se déroule et l'espérance se légitime : le suicide n'a donc plus d'objet ; bien plus, on reconnaît que, par ce moyen, on n'échappe à un mal que pour retomber dans un autre qui est cent fois pire.

Le Spirite fait plus que de croire à l'avenir : il sait, non par les yeux de la foi, mais par les exemples qu'il a devant lui, que la vie future, à laquelle il ne peut échapper, est heureuse ou malheureuse, selon l'emploi qu'il a fait de la vie corporelle ; que le bonheur y est proportionné au bien qu'on a fait. Or, certain de vivre après la mort, et de vivre bien plus longtemps que sur la terre, il est tout naturel de songer à y être le plus heureux possible ; certain en outre d'y être malheureux s'il ne fait rien de bien, ou même si, ne faisant point de mal, il ne fait rien du tout, il



*L'homme peut adoucir ou accroître l'amertume de ses épreuves par la manière dont il envisage la vie terrestre. Il souffre d'autant plus qu'il voit la durée de la souffrance plus longue ; or, celui qui se place au point de vue de la vie spirituelle embrasse d'un coup d'oeil la vie corporelle ; il la voit comme un point dans l'infini, en comprend la brièveté, et se dit que ce moment pénible est bien vite passé ; la certitude d'un avenir prochain plus heureux le soutient et l'encourage, et, au lieu de se plaindre, il remercie le ciel des douleurs qui le font avancer. Pour celui, au contraire, qui ne voit que la vie corporelle, celle-ci lui paraît interminable, et la douleur pèse sur lui de tout son poids. Le résultat de cette manière d'envisager la vie est de diminuer l'importance des choses de ce monde, de porter l'homme à modérer ses désirs, et à se contenter de sa position sans envier celle des autres, d'atténuer l'impression morale des revers et des mécomptes qu'il éprouve ; il y puise un calme et une résignation aussi utiles à la santé du corps qu'à celle de l'âme, tandis que par l'envie, la jalousie et l'ambition, il se met volontairement à la torture, et ajoute ainsi aux misères et aux angoisses de sa courte existence.*

