

Solitude mon amie?

La solitude est définie, comme l'état de celui qui vit seul de façon momentanée ou durable. Elle est souvent synonyme d'isolement mais aussi d'abandon et d'exclusion. Etre seul c'est normalement être « sans personne » mais on peut se sentir seul tout en vivant avec quelqu'un, au milieu de la foule, dans sa propre famille, au travail et peut-être même dans l'Eglise.

Il existe des solitudes communes :

- la naissance et la mort, la maladie, l'absence de Dieu.
- Celles que l'on recherche pour se rencontrer soi-même, que l'on se renouvelle, que l'on reprend des forces et surtout que l'on rencontre Dieu. « Venez à l'écart... » dit-Jésus.
- Celles où l'on souffre. Dieu a créé l'homme pour être en communication, en relation. « Il n'est pas bon que l'homme soit seul... » Genèse 2.18

Le sentiment profond de solitude arrive lorsqu'une personne n'est pas satisfaite dans ses besoins les plus élémentaires tels que la communication, l'attachement et l'affection. La solitude, c'est n'être rien pour autrui et poussé à l'extrême, c'est ne « plus exister ».

Ce sentiment est « souffrance » parce que l'homme n'a pas été créé pour vivre seul. Il a besoin d'entendre et d'être entendu, de comprendre et d'être compris, d'aimer et d'être aimé.

Certains sont seuls et isolés parce que trop difficiles à aimer, ils ont érigé des murs tels que :

- La peur d'aimer, de s'investir à nouveau dans une relation, la peur d'être blessé, déçu à nouveau, d'être « rejeté » combinée à la peur de devoir à nouveau affronter l'échec, la perte, la séparation.
- on ne sait pas exprimer nos besoins les plus profonds, parler simplement de nous-mêmes, de nos sentiments, de ce que nous ressentons.

Enfin, j'attirerai votre attention sur le fait que Dieu est fidèle, toujours à nos côtés, toujours prêt à nous écouter... mais la solitude existe et nous ne pouvons faire l'économie de son apprivoisement dans notre vie.

Tout être humain doit apprendre à exister par lui-même et non au travers de l'autre, pour l'autre, comme l'autre, par l'autre. C'est le principe même de la maturité. Il s'agit plus d'apprendre à vivre avec la solitude plutôt que de la combattre, de l'éliminer. Elle est là et continuera d'exister mais elle ne doit ni dominer, ni gouverner notre vie.

Confrontés à la solitude, trois voies s'ouvrent devant nous :

- Stagner : c'est à dire vivre dans le passé avec nos souvenirs – souvent plus roses que la réalité ; ou vivre seulement en « devenir », « un jour mon prince viendra, un jour il me prendra... Un jour, oui, mais quel jour ! Mais Dieu veut notre bonheur aujourd'hui.
- Devenir amer : ce n'est pas juste... c'est vrai et Dieu peut l'entendre, alors dites-le-lui et remettez-lui vos sentiments. L'amertume est destructrice, elle empêche de créer des liens et en crée même de négatifs. Se défaire de l'amertume est indispensable et biblique.
- Décider de grandir, de devenir adulte : c'est décider de vivre, d'oser.



Dieu dit à l'homme qui s'est séparé de lui dans le jardin d'Eden: « Où es-tu ? ».

Il nous faut apprendre à vivre et analyser notre solitude dans la présence de Dieu, dans la relation avec Lui qui nous pousse à aller vers l'autre. Nous devons l'inviter à venir habiter notre solitude, nous appuyer sur lui et cela nous sortira irrémédiablement de l'ennui et de l'apitoiement sur nous-mêmes.

A Noël, Dieu répond lui-même à la question : « Avec Jésus, je suis avec toi ; je suis là pour toi. Jamais plus tu ne seras seul ».

A méditer :

psaume 139 : « 9 Si je m'envole jusqu'au soleil levant, ou si je vais m'établir au soleil couchant, même là ta main me guide, ta main droite ne me lâche pas. »

Apocalypse 3 : « 20 »Écoute, je me tiens à la porte et je frappe ; si quelqu'un entend ma voix et ouvre la porte, j'entrerai chez lui, je prendrai un repas avec lui et lui avec moi. »