



N° 135

## La Solitude



### Sommaire

#### Notre dossier : la solitude

Solitude  
- choisie,  
- subie,  
- heureuse,  
- douloureuse,  
expérience individuelle  
mais universelle.

#### Témoignages

De l'enfance à la fin  
de vie la solitude  
compagne fidèle  
de chacun  
jusqu'à la mort.

#### Vie de l'association

Nous avons lu pour vous  
"L'esprit de solitude" de  
J. Kelen.  
Solitude:  
consolatrice de chacun,  
confidente des  
mystiques,  
inspiratrice des artistes.

Une fois n'est pas coutume, je voudrais, à travers cet éditorial, remercier chaleureusement tous ceux qui participent, de près ou de loin, à la préparation du bulletin de notre Association. Ils ont beaucoup de talent et nous le font largement partager.

Deux fois par an un thème est proposé, approuvé par le Conseil d'Administration, puis, durant plusieurs mois, le travail de rédaction avance, soumis à de multiples relectures.

Articles de fond, réflexions, témoignages, conseils de lecture, poèmes, citations et illustrations choisies

avec soin constituent petit à petit les 16 pages de cette belle revue qui présente sous des angles variés et peut-être parfois surprenants le thème choisi en lien plus ou moins direct avec nos accompagnements.



Je voudrais saluer la qualité de la rédaction, de la présentation et de la mise en page qui font de notre bulletin une publication de qualité et une belle image de notre Association. Le numéro que vous avez entre les mains est le premier réalisé à l'aide d'un logiciel adapté à la conception graphique et à la mise en page et ceci grâce au travail d'Yves qui y a mis toute son énergie et sa ténacité et qui nous a permis de maintenir sa parution dans la période de transition que nous vivons.

De plus, et c'est sa vocation, il constitue un lien fort entre adhérents, sympathisants et associations qui nous soutiennent.

Cette fois-ci encore le thème de la solitude, au cœur de nos préoccupations d'accompagnants, est traité dans sa grande diversité et illustré par des témoignages poignants.

Alors, encore merci à tous. Que ceux qui souhaitent partager ou témoigner dans un prochain numéro (consacré à la voix) n'hésitent pas se faire connaître.

Bonne lecture.

François Legrain

### La solitude

*Par Gilberte Curinier*

Solitude (s)

Le bulletin 134 évoquait la porte qui protège, isole, sépare mais réunit lorsqu'elle s'ouvre. Ce bulletin est consacré à la solitude, thème en accord avec la période que nous vivons (et avons vécue en 2020). Ce n'est pas seulement un thème mais une expérience plus ou moins douloureuse. Est-il nécessaire de définir la solitude -puisque chacun l'expérimente- et d'en analyser les conséquences puisque chacun la vit, au moins ponctuellement ?

Définition : solitude: situation d'une personne qui est seule, de façon momentanée ou durable ou qui a peu de contact avec autrui. Cette définition pose question : pourquoi une personne se retrouve-t-elle seule, pourquoi a-t-elle peu de contact avec les autres ?

On peut être seul parce qu'on l'a choisi soit pour se livrer à la création artistique, (1) se concentrer sur un projet et le mener à terme ou vivre une expérience spirituelle ponctuelle -le temps d'une retraite- ou consacrer toute sa vie à Dieu dans un monastère (2). Dans ce cas, le moine ou la moniale ne devrait pas souffrir de solitude car il / elle n'est plus seul/e mais avec Dieu. Même si la vie monastique ménage des moments où on se rassemble pour les offices religieux, les repas, les heures de travail, toutes ces « activités » se font en silence. Seules sont autorisées les paroles indispensables pour mener à bien une tâche. Certaines communautés conservent des moments d'échange, lors de brèves « récréations ». Les ermites (nombreux dans les premiers temps de l'Eglise et jusqu'au



Moyen-Âge, très rares aujourd'hui) vivent reclus dans une solitude totale et sont nourris sans voir la personne qui pourvoit à leurs besoins. Si ces anachorètes acceptent de parler à quelqu'un c'est seulement pour le conseiller spirituellement. Cette solitude choisie ne prouve pas un déséquilibre

psychologique ou une incapacité à vivre avec ses semblables en raison de troubles du comportement.

Cependant, il semble que la solitude est souvent subie et peut s'imposer dès le plus jeune âge. J'ai vu arriver en

pédiatrie un bébé déshydraté et dénutri que sa mère toxicomane avait « oublié » pendant deux jours, en pleine canicule. Si on parle de « chouchou » pour désigner un enfant bien-aimé, existe-t-il des enfants mal-aimés, laissés de côté, par les parents, les frères et sœurs au sein d'une famille ou dans une classe et qu'on nomme les « souffre-douleur » ? Le milieu scolaire confronte à la solitude l'élève dont le physique ne correspond pas aux critères fixés par la classe. On laisse de côté le collégien disgracié. On harcèle le plus souvent les filles dont la silhouette manque de finesse, celles qui ne suivent pas la mode. La lycéenne harcelée subit des brimades, se retrouve seule, n'ose pas se confier aux adultes et choisit parfois de se donner la mort. Le harcèlement se poursuit hors de la classe, via les réseaux sociaux qui exacerbent la solitude de la victime de cette cruauté dont on ose enfin parler pour la combattre. Dans quelques établissements les élèves brillants sont laissés de côté, parfois humiliés, certains refusent alors de travailler afin d'être acceptés par le groupe ou abandonnent leurs études. Le conteur danois Hans Christian Andersen rend saisissante la solitude du vilain petit canard, persécuté par la basse-cour tout entière, même la cane qui a

couvert l'œuf dont il est sorti le trouve laid. Quand il devient un cygne, il est enfin accepté par ses semblables et les enfants le trouvent magnifique. (3) On sera toujours un vilain petit canard aux yeux de certains de nos semblables et il faudra faire avec sans se laisser détruire.



Les personnes endeuillées par la disparition du conjoint ou de la personne aimée (4), les parents qui perdent un enfant, les

enfants devenus orphelins (5) lors du décès de leurs parents se retrouvent seuls. Ceux qui se séparent (6), divorcent renouent avec la solitude (les violences conjugales peuvent faire naître la pire des solitudes, être seule en étant mal accompagnée). Chacun traverse des moments de solitude : le lycéen qui passe son premier oral, le candidat au concours qui affronte un jury exigeant, le médecin qui reçoit en consultation son premier patient, le chirurgien qui opère pour la première fois, le jeune chef d'entreprise qui rend visite à son premier client et sait que l'avenir de son outil de travail en dépend, l'ouvrier, le cadre, qui arrivent à l'usine, sur un chantier, le professeur débutant face à une classe hostile désireuse de le prendre en défaut, l'acteur, le chef d'orchestre qui montent sur scène pour leur premier contact avec le public... il va sans dire que les femmes partagent ces expériences marquées par une forme de solitude et on pourrait multiplier les exemples. Toute personne qui exerce des responsabilités se sent seule, surtout si elle est confrontée à une situation inédite (comme l'actuelle pandémie) qui met en danger le pays. Le Président de la République et son gouvernement sont face à la nation



qui ne pardonnera pas forcément s'ils se trompent !

La ségrégation raciale, l'apartheid imposent une forme de solitude à celui/celle qui n'a pas « la bonne couleur de peau ». Cette discrimination interdit de s'asseoir à côté de quelqu'un dans les transports en commun, dans une salle de cinéma ou un restaurant. On le traite comme un pestiféré sommé de garder ses distances et de rester à l'écart. On peut être rejeté, emprisonné pour blasphème (comme Assia Bibi au Pakistan) voire assassiné parce que « sa » religion n'est pas la bonne. On se sent seul et perdu si on ne comprend pas la langue du pays où on arrive lorsque l'on émigre.

La solitude s'impose toujours dans notre vie selon les situations auxquelles nous sommes confrontés, selon le pays où nous vivons. Certains systèmes politiques excluent des citoyens, en les bannissant, en les condamnant à l'exil loin de leur patrie. Le proscrit se retrouve seul, dans un pays où il ne connaît personne et dont il ne sait pas toujours parler la langue. Les cités grecques chassaient hors de la ville les citoyens dont le nom était inscrit sur des tessons (de cette pratique découle le mot ostracisme - mise à l'écart d'une personne- du grec ostrakon, coquille, tesson de poterie). On peut se sentir très seul à la suite d'une extradition lorsque l'on se retrouve dans le pays qu'on avait fui, soit pour échapper à la justice, soit parce qu'on y était en danger de mort pour s'être opposé au pouvoir en place. Des citoyens s'exilent volontairement pour protester contre des décisions politiques, économiques, sociales qui leur semblent inadmissibles. Victor Hugo s'est exilé à Guernesey pour ne plus vivre sous l'autorité de Napoléon III, après son coup d'état du 2 décembre 1851. L'Eglise pratique encore -même très rarement- l'excommunication d'un fidèle ou d'un membre du clergé dont

l'insubordination, la manière de vivre ou les prises de position sont scandaleuses et non conformes aux exigences de l'Évangile. Elle réduit à l'état laïc les prêtres pédophiles mis aussi au ban de la société. Certains détenus sont isolés dans les quartiers de haute sécurité ou sont envoyés au mitard lorsqu'ils se sont mal conduits dans la prison.



En cette période de pandémie, les personnes contaminées par la covid 19 sont isolées pendant 7 à 10 jours. Pendant le confinement (7) les déplacements étaient très réglementés. Les repas de famille devaient se limiter à 6 adultes et les jeunes enfants ne devaient pas

s'approcher de leurs grands-parents lors des fêtes de fin d'année. Le couvre-feu, la fermeture des lieux culturels, des bars et des restaurants restreignent les échanges. L'interdiction des visites en milieu hospitalier accroît la souffrance des malades et retarde leur guérison. « *Le patient, le malade qui est seul en réa est condamné, il ne guérit pas. Il se mobilise pour guérir lorsqu'il reçoit de l'amour, la présence de sa famille.* »(8). La solitude la plus profonde frappe les résidents des EHPAD et des maisons de retraite, reclus dans leur chambre, privés de la visite de leur famille ou des bénévoles d'accompagnement. Les responsables politiques et le conseil scientifique s'inquiètent de ce qu'ils appellent le « glissement ». Toutes ces personnes se sentent abandonnées au point de de se laisser mourir en refusant de se



nourrir, par exemple (9). L'isolement peut aussi être renforcé par le télétravail, les cours à distance : étudiants et salariés expriment leur malaise et souhaitent un retour « en présentiel » pour revoir leurs collègues de travail et leurs camarades d'étude. Certains se sentent si seuls qu'ils font une tentative de suicide. D'autres ne supportent plus les échanges virtuels et attendent avec impatience de retrouver leurs semblables (en chair et en os). Les contraintes sanitaires imposent la distanciation sociale, interdisent tout contact physique -on ne peut plus prendre dans ses bras la personne endeuillée, un proche que l'on n'a pas vu depuis longtemps- on ne voit que des visages masqués, on se sent en manque de chaleur humaine (comme un toxicomane est en manque lorsque sa drogue fait défaut). On a l'impression d'être, comme Robinson, jeté sur une île déserte à la suite d'un naufrage et désespérément seul jusqu'à l'arrivée de Vendredi(10). Face à cette solitude imposée pour protéger ses semblables, on finit par s'exaspérer et on se sent glisser vers des comportements dangereux comme la surconsommation d'alcool (11) l'addiction aux médicaments psychotropes, aux jeux en ligne... L'isolement conduit vers la violence soit à l'égard de soi (pulsions suicidaires) soit à l'égard d'autrui vu comme un « porteur de mort » « Stella comprenait que la solitude est source d'une souffrance si intense que cela mène parfois les gens à commettre les pires choses, envers autrui et envers eux-mêmes ». (12) Dans les magasins l'agressivité verbale de certaines personnes à l'égard des clients qui ne respectent pas les distances peut dégénérer en agression physique. On crève de solitude et on ne supporte plus ses semblables. Quel paradoxe !

A chacun sa solitude et à chacun ses stratégies pour la supporter, sans nuire à autrui.

\*\*\*

1. La 4<sup>ème</sup> de couverture prouve que la solitude est source d'inspiration pour les chanteurs. Elle est même une amie précieuse dans le poème de Charlotte.

2. Voir bulletin 134, page 6.

3. Hans Christian Andersen *Le Vilain Petit Canard* (1842).

4. *Regarde ! Je viens seul m'asseoir sur cette pierre/ où tu la vis s'asseoir. Le Lac, poème de Lamartine dédié à son amie Julie Charles décédée à Paris en décembre 1817*

5. Hans Christian Andersen *La Petite Fille et les allumettes* (1845) retrace les dernières heures d'une enfant maltraitée par son père, morte de faim et de froid dans la rue, la veille du jour de l'an. Ce conte nous fait penser à tous les SDF, à ceux qui n'ont plus personne pour veiller sur eux.

6. Vous retrouvez la chanson de Kendji Girac intitulée *Ma solitude* (avril 2016) en 4<sup>ème</sup> de couverture.

7. « Le confinement, c'est être condamné à soi ». Éric Emmanuel SCHMITT *La Grande Librairie France 5* le 17 février 2021.

8. Roland de Varax, chef du service Réanimation à l'hôpital de Macon sur France 2 dans l'émission *Les Chemins de la Foi*.

9. Lire le témoignage de Chantal Gantz.

10. Robinson Crusoé, héros d'un roman de Daniel Defoe (1719) librement inspiré de la vie d'Alexandre Selkirk, un marin, seul survivant d'un naufrage. *Vendredi ou les limbes du Pacifique* (1967) *Vendredi ou la vie sauvage* (1971) Michel Tournier réécrit l'œuvre de D. Defoe et fait de Vendredi le héros principal qui apprend à Robinson à vivre en accord avec la nature, à retrouver l'insouciance de la jeunesse et le plaisir du jeu.

11. Dans sa chanson *les Villes de grande solitude* Michel Sardou affirme :

« Quand j'ai bu plus que d'habitude me vient la faim d'un carnassier, l'envie d'éclater une banque, de me crucifier le caissier ... » (1973)

12. Emmanuelle Pirotte *De Profundis Page 190 Editions du Cherche Midi* 2016.



## La solitude

### *Le désespoir de la vieille*

*La petite vieille toute ratatinée se sentit toute réjouie en voyant ce joli enfant à qui chacun faisait fête, à qui tout le monde voulait plaire ; ce joli être si fragile comme elle, la petite vieille, et, comme elle aussi, sans dents et sans cheveux.*

*Et elle s'approcha de lui, voulant lui faire des risettes et des mines agréables.*



*Mais l'enfant épouvanté se débattait sous les caresses de la bonne femme décrépite, et remplissait la maison de ses glapissements.*

*Alors la bonne vieille se retira dans sa solitude éternelle, et elle pleurait dans un coin, se disant : - Ah ! pour nous, malheureuses vieilles femmes, l'âge est passé de plaire, même aux innocents ; et nous faisons horreur aux petits enfants que nous voulons aimer ! »*

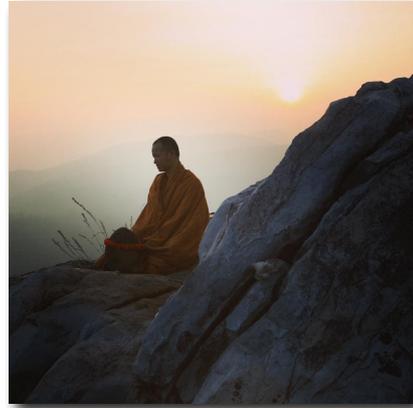
*Charles Baudelaire*

*Petits Poèmes en Prose*

*Le Spleen de Paris 1857*

### *La belle épousée.*

*Par Roselyne Allais, bénévole*



Armé de mon courage, j'ai parcouru le monde  
Avec en ligne de mire une espérance féconde,  
Débusquer la sagesse, dénicher le bonheur,  
Des vertus les plus belles être le moissonneur.  
J'ai côtoyé les maîtres jusqu'à l'Himalaya ;  
Fanatiques de dieux ou tragiques parias,  
Tous avaient un mystère, un secret indicible,  
Une aura lumineuse, un esprit infailible.  
« Où trouver le terreau qui nourrit les pensées ?  
Comment dompter l'ego, voire s'en débarrasser ?  
Vos montagnes hostiles ont-elles des pouvoirs  
Sur le cœur de l'humain ? de grâce laissez-moi voir  
Le chemin qui conduit à la jouissance divine.  
Votre béatitude ferait bien des envieux  
Prenez-moi pour disciple avant que je sois vieux. »  
« Ami venu de loin, retourne à ta chaumière,  
Tu trouveras la paix, la sagesse, la lumière  
Au plus profond de toi. Mais pour y accéder,  
Le monde et ses tracasseries il te faudra boudier,  
En un lieu retiré se goûte la quiétude  
Et ta belle épousée sera la Solitude.



### La solitude ordinaire

Mon père était fils unique, ma mère avait un frère que je n'ai pas connu et je fus à mon tour fille unique. Enfant, j'étais peu consciente de ma solitude. Dans un sillage de femmes, je menais une petite vie calme d'autant plus étreinte que des soucis de santé m'interdisaient les jeux des autres.

« Ne cours pas ! Attention tes hanches ! » disait ma mère chaque fois que je faisais mine de presser le pas ou de sauter.

Les autres... Et d'ailleurs quels autres ? A cette époque, les enfants n'avaient pas coutume de s'inviter, les voisines étaient rares et me paraissaient quelconques, les garçons étaient une denrée inquiétante, bruyante et grossière. Les voir s'amuser sur des patins à roulettes ou taper dans un ballon me semblait incompatible avec le bon sens.

Je n'étais pas une enfant, j'étais une adulte en miniature, j'appris très vite à lire et les livres furent ma passion.

Ma mère ne s'y trompait pas et trouvait en sa fille une alliée : elle me confiait tout, m'associait à tout, faisait de moi sa complice et sa conscience.

« Nous sommes fusionnelles. » disait-elle. Je sais aujourd'hui que la fusion est l'amalgame de deux solitudes et pourtant ce rôle inversé de fille raisonnable jouant les confidentes auprès de sa mère-enfant me conférait un certain prestige.

Serait-ce ce « prestige » que je vais

chercher dans les accompagnements ?

Toutefois, lorsque le samedi mon père revenait sur le devant de la scène, la fusion changeait de camp et ma mère m'oubliait. Je n'avais plus de place et le vide en moi se faisait. La solitude, c'est aussi une histoire de vide. Le vide pouvait devenir abyssal et un sentiment de rejet et d'abandon me saisissait tout entière. Je devenais agressive et pénible et on me renvoyait à ma place, c'est à dire un lit-cosy dans un coin de la salle à manger glaciale, au fond du vestibule où j'attendais l'heure du repas, seul moment de partage.

Roselyne



*La solitude et le sentiment de ne pas être désiré sont les plus grandes pauvretés.*

*Mère Thérèse*



### La solitude par Thomas

#### Aumonier à l'hôpital

L'Homme n'est pas fait pour être seul. Et cette crise sanitaire que nous vivons depuis maintenant plus d'un an nous le rappelle de manière incontestable.

Je m'appelle Thomas, je suis prêtre en paroisse et aumônier d'hôpital depuis maintenant presque 2 ans. Je voudrais témoigner en quelques mots de ce que je vois autour de moi, dans les différentes missions qui me sont confiées.

A l'hôpital, la maladie fait que l'univers du patient se rétrécit à une chambre, voire au lit quand la pathologie empêche de se déplacer. Cet univers se compose aussi des visites des soignants, valse ininterrompue pendant la journée, et des visites familiales, souvent source de joie dans des journées peu heureuses.

Mais avec l'interdiction des visites familiales à l'hôpital, la solitude se fait plus forte. Des visites restent possibles, mais seulement au cas par cas, quand la situation l'exige. L'univers réduit devient minuscule. Le sentiment de solitude se fait alors plus pressant, plus oppressant, et avec lui vient celui d'inutilité.

Il en est de même en paroisse. Les limitations de déplacements, les restos fermés, le couvre-feu qui empêche toute réunion renforce la solitude de tous ceux qui avaient besoin de ces relations humaines pour vivre ! Face à l'absence de vis-à-vis, d'altérité, la personne se retrouve face à elle-même. Le psalmiste crie avec nous :

Ps 24, 16-17 Regarde, et prends pitié de moi, de moi qui suis seul et misérable.

L'angoisse grandit dans mon coeur : tire-moi de ma détresse.

Alors, ma mission devient celle-ci : être présence dans un contexte d'absence, réconfort dans l'épreuve, oreille qui écoute... Rompre cette solitude le temps d'un éphémère instant.

Se pose alors l'enjeu : apprivoiser cette solitude, pour que de néfaste, elle devienne force. Comment ? En se tournant vers le Seul, le Dieu Unique, qui est celui qui nous porte quand tout devient trop dur. Nous ne sommes jamais seuls, il est là, lui, fidèle.

Formulons le vœu que nous puissions tirer de la crise sanitaire cette leçon : les liens interpersonnels sont un bien précieux dont il faut prendre soin.



*Apprendre à vivre ensemble comme des frères  
sinon nous allons mourir ensemble comme  
des idiots.*

*Martin Luther King*



### La solitude par Chantal Gantz

#### Bénévole

Je suis bénévole d'accompagnement en soins palliatifs depuis plusieurs années, avec le sentiment d'être « au bon endroit au bon moment ». Un petit bonjour à un patient, un sourire, le contact d'une main, un regard, une conversation plus profonde,... je me sens bien en donnant un peu de mon temps à toutes ces personnes, vivantes jusqu'au bout, toujours capables de s'émerveiller, de rire ou de pleurer... La Vie, quoi !... Partager ces moments de Vie est un privilège et ça a du sens pour moi.

Dès la première semaine de Mars 2020, dans l'hôpital où je me rends chaque semaine, tous les bénévoles ont été informés de l'interdiction de revenir auprès des malades pendant l'épidémie. La décision a été prise par les médecins-chefs de chaque section de l'hôpital, où je vais en visite vers des « lits dédiés Soins Palliatifs ». Notre équipe médicale de soins n'y peut rien... la décision vient de plus haut. Sur le coup, je suis sidérée : comme si je recevais un uppercut ! Nous interdire l'accès aux malades au moment où ils sont le plus vulnérables, dans ce climat anxieux ? On marche sur la tête !...

Et puis je m'interroge :

- ces décisionnaires connaissent-ils seulement notre existence ?... Notre fonction ?... Notre présence rassurante auprès des malades ?...
- connaissent-ils notre statut : nous savons qu'une équipe de soins palliatifs se compose de soignants ET de bénévoles qui, statutairement, œuvrent ensemble pour le bien du patient ; peut-on balayer une organisation reconnue d'un revers de main, même si je veux bien entendre le bien-fondé du corps médical qui veut protéger tout un chacun ?...

Et puis, je pense aux malades que je ne

reverrai pas : les moments passés à se découvrir au fil des visites, les liens tissés... Les malades sont souvent heureux de pouvoir confier aux bénévoles ce qu'ils n'osent pas dire à leur famille, par pudeur. Comme ils doivent se sentir perdus ! Plus de visite de la famille, plus de bénévoles, que des soignants qui font tout ce qu'ils peuvent dans l'urgence de la crise... Quelle solitude !... Certains « se laissent glisser », selon l'expression employée par les soignants et ils meurent seuls, j'allais ajouter « sans foi ni loi »...

Je me suis mise en « pause », histoire de réfléchir à cette situation ubuesque : à l'autre bout de la chaîne, dans mon inutilité, que suis-je au milieu de ce désordre général ?... Et j'ai éprouvé alors un grand sentiment de solitude. Je me suis rendue compte que, durant toutes ces années, ce bénévolat très humble et très riche en humanité donnait du sens à ma vie. Alors là : où est le sens de ma vie ?...

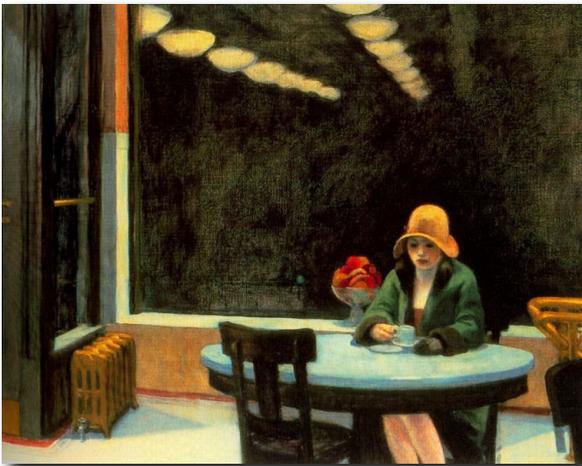
Est-ce que quelqu'un dans la société, en haut lieu, se soucie de la détresse des personnes en fin de vie, seules ?... Est-ce que quelqu'un dans la société, en haut lieu, se préoccupe du désarroi de ces bénévoles, qui ne demandent qu'à aider selon leurs compétences, qui sont coupés de tout du jour au lendemain, devant les interdits, les règles transgressées ?... Cette solitude m'est tombée dessus et a été confortée ensuite, au gré de l'avancée de l'épidémie, au regard d'exemples qui m'ont entourée :

- une amie de 82 ans fait une chute chez elle, se casse trois côtes qui perforent le poumon, est hospitalisée, est diagnostiquée positive au Covid, puis doit être transférée dans un autre hôpital pour recevoir des soins plus adaptés à son cas ; elle meurt seule, trois jours après son transfert, sans avoir pu avoir aucune visite ;
- une grand-mère en EHPAD, dont la mémoire subit les assauts d'une dégénérescence sénile, mais qui est toujours heureuse de rencontrer « ses copines de l'étage », est diagnostiquée positive au Covid ; le personnel la prie de rester dans sa chambre. Mais vu sa



mémoire, au bout de dix minutes, elle ne se souvient pas de la consigne et sort pour voir ses amies. On l'enferme à clé dans sa chambre « pour son bien et le bien de tous ». Que peut-elle y comprendre ?... Elle tambourine longtemps à la porte puis... se couche, ne veut pas toucher aux repas qu'on lui apporte, et meurt en une semaine, sans avoir pu avoir de visite... Dans quelle société vivons-nous ?... Je suis convaincue que de nombreuses familles en France pourraient apporter des témoignages de la sorte. Devenons-nous à ce point inhumains à vouloir protéger l'humain ?... Une chose est sûre : nous sommes très nombreux, nous les bénévoles en soins palliatifs, à nous sentir frustrés et très seuls dans cette vaste « organisation de crise » !

Chantal Gantz, le 27 Février 2021.



*La pire souffrance est dans la solitude qui l'accompagne.*

*André Malraux*

### La solitude

Témoignage de Charlotte

#### MA TENDRE SOLITUDE...

Il est vrai que j'aime autant qu'une mère le peut...  
Tendrement, avec dévouement...  
Il est vrai que j'aime autant qu'une femme le peut...  
Sensuellement, passionnément...  
Il est vrai que j'aime autant qu'une amie le peut...  
Délicatement, affectueusement...

Mais il est une compagne  
Qui m'est vraiment indispensable,  
Essentielle à ma vie  
De façon incontestable,  
Sans elle, je ne suis qu'en survie...  
Dans un étouffement inexorable...

Elle a cette beauté qui ravage,  
Faisant peur aux plus courageux...  
Ce côté dramatiquement sauvage,  
Qui effraie même les dieux...  
Qui peut rendre fous les plus grands sages,  
Susciter des sentiments douloureux...

Mais c'est elle seule qui m'offre l'espace,  
M'octroyant un temps suspendu,  
De pouvoir rire et rêver ma place,  
Dans un royaume inattendu.  
Loin d'être une menace  
Elle me sauve, car elle m'a simplement entendue...

Parfois elle parle un peu trop de moi  
Et j'avoue que cela me dérange...  
Mais c'est son silence qui suscite les pourquoi,  
Bienveillante comme peut l'être l'Ange,



Elle pousse à la découverte de soi,  
Mettant en lumière ce qui semble étrange...

C'est elle qui me comprend le mieux,  
Sans jugement, sa présence me soutient.  
C'est tout au fond de mes yeux  
Qu'elle dessine mes lendemains,  
Avec cet empressement audacieux  
Qui ne m'inspire jamais en vain...

Elle me connaît depuis tout petite  
Elle fut présente dans mon berceau...  
Elle se cache comme une pépite  
Comme le plus beau des cadeaux,  
Me rendant souvent visite,  
M'inspirant les mots les plus beaux...

Certains pensent que je l'aime un peu trop  
Car dès qu'elle me réclame,  
Je cours vers elle au galop...  
Je suis à l'écoute de mon âme

Immédiatement,  
Avec elle je me mets à danser...  
Inlassablement,  
Elle arrive à m'emporter,  
Loin des épiques tourments  
Qu'elle m'aide à apprivoiser...

Ma solitude ne me juge jamais  
Que je sois de feu, que je sois de glace  
Elle panse mon cœur d'animal blessé,  
Avec quelques silences magiques efficaces...  
Elle m'incite à continuer de rêver,  
A trouver parmi les autres une place...





## Ma solitude *texte de la chanson de Kendji Girac (Universal Musique)*

*(avec l'aimable autorisation des ayants-droit)*

On dit des mots qu'on ne pense pas,  
A trop crier on reste sans voix  
La vie nous sépare, le temps ne répare pas  
Les cœurs en éclats (bis)  
On s' fait du mal parfois sans l' vouloir,  
On s' retrouve seul dans un long couloir.  
On prie pour remonter le temps  
Juste une seconde avant de détruire tout espoir

### *Refrain*

*Ce soir, ma solitude et moi, on parle que de toi  
On attend tous les deux que tu reviennes  
Quand il n'y a que tes yeux qui me retiennent  
Ce soir, ma solitude et moi c'est fou comme on a froid  
Je m' nourris de silence et tout me pèse  
Je sauve les apparences mais rien n' m' apaise*

Quand les sanglots ont tué la joie  
Quand on s'est pardonnés trop de fois  
On rêve, on s' dessine un présent  
Un peu plus beau qu'avant  
Pour aller vivre où l'amour est roi     *Refrain*

Ce n'est pas ta main dans mes cheveux  
C'est juste le vent capricieux  
Qui souffle sur nos souvenirs  
Et qui me vole à ton sourire  
Ce n'est pas toi derrière la porte  
C'est juste le vent qui t'emporte  
Le silence ne sait pas mentir.     *Refrain*

