

sans cesse, ceux qui n'arrivent pas à parler, ceux qui ne voient plus leur famille, ceux qui en ont assez de leur psychanalyse, etc.

Venir sur une plate-forme d'écoute, travailler d'abord en double commande, puis accepter d'être formé et suivi par un psychologue. L'écoute est là aussi d'inspiration anglo-saxonne, non-directive, non-interventionniste, suivant la méthode de Carl Rogers : « Donc, c'est cela, vous avez l'intention de mettre fin à vos jours... » Anonyme et non confessionnelle.

Certaines associations sont directement axées sur le suicide comme *Suicide Ecoute*, *SOS Suicide-Phénix* (prévention chez les jeunes). D'autres encore comme *La Porte Ouverte* privilégient la rencontre directe, mais toujours anonyme.

La plupart de ces associations ne sont pas confessionnelles, même si de nombreux chrétiens y militent. D'autres associations sont spécifiquement chrétiennes comme *"SOS Chrétiens à l'écoute"* ou l'écouter peut inviter l'appelant à prier avec lui (58% des cas).

«Génération SMS» (Seuls Mais Sociables) s'intéresse aux 15-30 ans dont beaucoup souffrent de solitude même entourés d'une famille, d'amis. Solitude du jeune devant les choix d'orientation, solitude lors de l'arrivée dans une ville pour y faire ses études, solitude du jeune professionnel devant le chômage. Avec dans bien des cas un risque de suicide.

«Ensemble 2 générations» permet à des étudiants en mal de logement de partager l'appartement souvent devenu trop grand de personnes âgées, d'assurer une présence auprès d'elles, de leur rendre des services.

Une autre initiative intéressante est celle d'Atanase Perifan, adjoint au maire du XVIIe à Paris qui a lancé l'idée des fêtes d'immeubles : «Voisins solidaires», «Immeubles en fête». Une idée simple puisque tout le monde a des voisins, une idée positive qui sort des schémas classiques de charité, une idée devenue réalité : plus de 6 millions de personnes en France ont participé à ces fêtes.

Osons une conclusion

Oui, il est nécessaire de repérer autour de soi, dans la société des solitudes qui sont autant de souffrances.

Oui, il est bon de voir ce que l'on peut faire dans sa paroisse, dans son quartier, dans sa cité pour diminuer ces réelles et souvent invisibles souffrances.

Oui, il est beau de s'engager dans des associations qui viennent en aide aux isolés qui les écoutent et les réconfortent.

En particulier, il est bon que des chrétiens s'engagent, soit avec discrétion dans des mouvements qui ne sont pas confessionnels, soit avec clarté dans des associations qui revendiquent leur christianisme.

Osons même, en croyants, une conclusion résolument religieuse

Convenons que la solitude est profondément liée à notre condition humaine. Nul n'en est tout à fait exempt. Elle est liée à la maladie, à la souffrance et à la mort. Elle est aussi liée bien souvent au péché des hommes, à l'orgueil, aux ruptures familiales, à l'égoïsme.

Elle est liée à un certain manque d'amour humain, mais elle est aussi une voie de dépossession vers l'amour de Dieu. C'est pourquoi les chrétiens peuvent porter un autre regard sur la solitude, la mettre toute entière sous la miséricorde de Dieu.

Le christianisme n'a pas seulement des réponses à la solitude ; il est lui-même une réponse à la solitude !

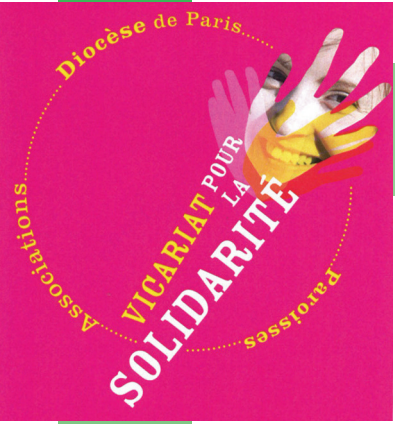
Qu'est-ce qu'une religion sinon, étymologiquement, "ce qui relie" ?

Qu'est-ce que le christianisme, sinon ce qui relie chacun de nous à Dieu et aux hommes ?

Qu'est-ce qu'une Eglise, sinon ce qui rassemble ?

Qu'est-ce qu'une paroisse enfin, sinon un regroupement de maisons ?

N'est ce pas là finalement ce qui manque aujourd'hui au plus grand nombre ?



Vicariat pour la Solidarité
8 avenue César Caire - 75008 Paris
01 58 22 15 90 - vicariat.solidarite@diocese-paris.net

JUSTICE À PARIS

FACE AUX SOLITUDES, CRÉONS DU LIEN...

Parmi les plaies dont souffre la capitale, il en est une quasi invisible. Ce mal secret, c'est la solitude éprouvée par nombre de ses habitants.

En portant l'attention des chrétiens de Paris sur l'éthique et la solidarité pour l'année 2011-2012, le cardinal André Vingt-Trois a fait du combat contre la solitude une priorité.

Il est temps de prendre conscience du problème, de s'informer, de s'engager. Ce n'est pas d'abord une affaire d'argent, mais c'est une cause qui requiert les chrétiens, un combat à leur mesure.

Un problème de société d'une ampleur considérable

Que nous disent les enquêtes et les études ?

Que de variétés dans les formes et les causes de la solitude ! Solitude de vieux, de jeunes, d'hommes, de femmes, de pauvres, de riches. Solitude subie, solitude provoquée. Solitude ressentie, isolement objectif. Causes diverses, mais causes qui s'additionnent souvent. Au total que de solitudes !

C'est pourquoi à l'instigation des associations, les pouvoirs publics se sont émus. François Fillon a déclaré la solitude « Grande cause nationale » avec ce noble slogan « Pas de solitude dans une France fraternelle » ; une campagne menée pour toute l'année 2011 par la conférence Saint-Vincent-de-Paul et soutenue par un collectif de 26 associations. Une étude de 2010 de la Fondation de France permet de mesurer l'ampleur du phénomène : 4 millions de personnes sont objectivement isolées, 2 millions sont en situation de souffrance du fait de l'isolement dans lequel elles se trouvent.

Un Français sur 10 avoue vivre seul replié sur lui-même sans lien professionnel, ni amical, ni associatif. 33% des Français ne rencontrent pas leur famille au delà de quelques fois dans l'année.

Les enquêtes montrent que les Français réalisent l'importance croissante du problème mais pensent qu'il concerne surtout les personnes âgées. Erreur !

Plus de la moitié des solitaires ont moins de 60 ans, un tiers ont moins de 50 ans.

Dans 56 % des cas, ils se sont trouvés isolés du jour au lendemain après une rupture familiale, un deuil, une séparation, le départ des enfants, la perte d'autonomie, un déménagement.

La solitude augmente quand même avec l'âge. Voici la proportion de ceux qui disent souffrir de la solitude par tranche d'âge :

● 75 ans	16%
● 60-74 ans	15%
● 50-59 ans	11%
● 40-49 ans	9%
● - de 40 ans	5%

Le niveau économique à son importance : 41 % des "isolés" ont des revenus modestes.

Les femmes se sentent plus souvent seules que les hommes. Surtout la tranche 35/49 ans.

Les familles monoparentales s'établissent à 8 % de la population en France, à 28 % à Paris.

Les personnes vivant seules représentaient en 1962 : 6,3% des individus, en 2005 : 14,2%.

Solitude des villes, solitude des campagnes. Les chiffres sont les mêmes. Pas de différence réelle. Les moments les plus pesants pour ceux qui vivent seuls : le soir, le week-end, les fêtes de fin d'année.

Causes et conséquences

Comment en sommes-nous arrivés là ?

Les raisons de ce phénomène social sont à rechercher dans les changements sociaux qu'a connus notre pays : évolution de la famille, mobilité sociale, nombre croissant des personnes âgées.

Les grandes instances intégratrices : l'Etat (et dans l'Etat, l'armée), l'Eglise (et dans l'Eglise, la paroisse), le Travail (et dans l'univers du Travail, le syndicat) ne jouent plus qu'imparfaitement leur rôle. Les réseaux de socialisation traditionnels (famille, amis, collègues, voisins, vie associative) ne parviennent plus à entretenir des liens solides et durables.

É
N

S
A
V
O
I
R

P
L
U
S

Études

Les Français et la solitude. Enquête TNS SOFRES. Société Saint-Vincent-de-Paul Avril 2010 (www.tns-sofres.com)
Les solitudes en France en 2010 - Fondation de France Observatoire - Juillet 2010 (www.fondationdefrance.org)
Les solitudes en France : l'impact de la pauvreté sur la vie sociale - Juillet 2011 (www.fondationdefrance.org)

Articles

"Le fléau de la solitude s'empare des Français" Marie Herbet - Le Figaro, 2 juillet 2010
"Soulager la solitude, une attention à l'autre" (www.la-croix.com, 7 janvier 2011)
"Il faut s'intéresser aux moyens d'aider les personnes seules" Jean-Louis Pan Ké Shon (Actualités sociales hebdomadaires, 28 janvier 2011)
"Soulager la solitude, une attention à l'autre" (www.la-croix.com, 7 janvier 2011)
Solid'R Lettre d'information du Vicariat Solidarité Diocèse d'Evry-Corbeil-Essone, juin 2011

Ouvrages

Grégoire Macqueron : Psychologie de la solitude. Editions Odile Jacob, 2009
Jacques Arenes et Pierre Gibert : Le psychanalyste et le bibliste. La solitude, Dieu et nous. Bayard, 2007
Marie-France Hirigoyen : Les nouvelles solitudes. Marabout, 2008

Quelques exemples...

- Ce très jeune homme sur les marches de l'église, en rupture de famille, sans travail, complètement paumé à Paris.
- Ce SDF moldave qui fait la manche. Sa femme et ses enfants malades sont restés au pays. Il est méfiant devant l'aide qu'on lui propose.
- Ce cadre grisonnant à la chemise rayée qui reste le jour, avec son attaché case, dans une embrasure d'immeuble et qui y dort la nuit. Il a fui la ville du Nord où il était poursuivi pour surendettement.
- Ce couple replié sur lui-même parce que l'un va mal et que l'autre le soigne. Ils ne voient plus personne.
- Celui que sa singularité sexuelle isole.

On mesure l'importance et la fragilité des réseaux. Beaucoup n'ont qu'un réseau professionnel ou familial ou local. La perte de ce réseau par suite d'un déménagement, d'un chômage, d'un divorce, les prive de tout repère.

Les réseaux sociaux ne compensent pas ces manques. On remarque que ce sont les mêmes qui ont des relations sur Face book et des relations dans la vie réelle. En revanche 88% des personnes isolées ne fréquentent pas les réseaux sociaux dont l'usage diminue fortement avec le vieillissement. Comment identifier ceux qui souffrent de la solitude ? Par ces "veilleurs de proximité" qui se développent dans certaines paroisses, par ces personnes visitées qui en indiquent d'autres. Il n'est pas rare qu'associations et assistantes sociales échangent des informations sur les cas les plus préoccupants.

N'oublions pas non plus les populations particulières comme les détenus, les malades, les chômeurs de longue durée, les handicapés, les personnes dépendantes, (la maladie d'Alzheimer peut totalement couper la communication au sein du couple), les travailleurs pauvres pour lesquels le travail n'est pas suffisamment intégrateur pour compenser la faiblesse ou l'absence d'autres réseaux sociaux, les travailleurs indépendants, surinvestis dans leur activité professionnelle qui peinent à construire ou à maintenir une cellule familiale.

Si les faibles moyens sont lourdement corrélés à la solitude, a contrario, l'isolement lui-même avec ses coûts, son dénuement psychologique et relationnel est aussi un facteur aggravant d'appauvrissement.

Béate solitude, seule béatitude ?

Un regard chrétien sur la solitude

La solitude doit-elle être approchée seulement comme une plaie sociale qui nécessite une thérapie ? Le père Jean-François Six fait remarquer que la vision du christianisme est beaucoup plus nuancée, puis qu'elle reconnaît aussi une valeur positive à la solitude.

Que nous disent les Ecritures ?

Dans l'Ancien Testament la solitude est ambivalente. Dieu après avoir créé Adam à partir de l'argile dit : « Il n'est pas bon que l'homme soit seul » et il lui suscite à l'homme une aide, un vis-à-vis tiré de sa chair, la femme.

Dieu intervient parfois pour consoler celui qui est seul. La solitude est certes la malédiction du méchant mais elle est aussi pour le juste, une voie qui permet d'accéder à Dieu.

Dans le Nouveau Testament Jésus, baptisé par Jean, poussé par l'Esprit, s'en va au désert, lieu de solitude et de tentation (Le mot solitude signifie aussi lieu inhospitalier, désertique.)

Jésus prie seul, à l'écart de ses disciples et il enseigne à prier seul dans le secret de sa chambre. Comme il a connu la solitude au début de son ministère, il se retrouve seul à Gethsémani, au milieu des disciples endormis, pour affronter l'angoisse de sa Passion.

Que dit la tradition ?

L'histoire du christianisme est depuis l'origine, jalonnée d'expériences de solitude. Saint Antoine et les pères du désert s'enfoncent pour prier dans les solitudes d'Égypte ; saint Benoît donne à ses moines cette devise : « *Beata solitudo, sola beatitudo* ». ; saint Bruno montre à ses disciples, les Chartreux, la voie spirituelle de la solitude. Écoutons ce qu'il en dit à son ami Raoul, Prévost de Reims : « Tout ce que la solitude et le silence du désert apporte à leurs amoureux d'utilité réelle, de plaisir divin, seul le savent ceux qui l'ont goûté. »

Il faut bien sûr distinguer l'isolement dans nos cités de la recherche de perfection des solitaires, comme il faut distinguer sentiment de solitude et isolement.

La solitude est une voie pour certains, elle peut être aussi un passage nécessaire dans une vie. Combien de prophètes et de saints ont connu dans leur vie un temps de silence, de solitude dont ils sont sortis plus assurés, plus féconds.

Certains mystiques ont connu aussi une solitude d'abandon qui rejoignait celle du Christ vers la nuit de sa Passion, comme sainte Thérèse de l'Enfant Jésus où le père de Foucauld.

Que retirer de ces hauts exemples ?

La solitude, la retraite est souvent à conseiller pour celui qui se cherche, qui veut orienter autrement sa vie. Plus que jamais il convient de penser par soi-même hors des préjugés collectifs.

La solitude doit faire partie de l'éducation, comme le remarque D. W. Winnicott. Il faut que l'autonomie de l'enfant se construise et pour cela il n'est pas bon que l'enfant soit constamment entouré, constamment occupé. Il faut que l'enfant apprenne à être seul même devant l'adulte.

Une certaine solitude attend nécessairement les personnes âgées, il convient de s'y préparer par la lecture, la méditation. Il y a aussi une solitude liée à certaines situations : solitude de l'artiste en avance sur son temps (ou qui se croit tel), solitude du conjoint déçu, solitude du chef qui se retrouve seul à décider, etc. etc.

La solitude est la meilleure et la pire des choses. Subie elle engendre une mésestime de soi, choisie elle est une force. Une ermite contemporaine résume fortement la situation: "Sans Dieu, la solitude, c'est l'enfer".

Que faire ? Que font les chrétiens ?

La réponse semble aller de soi

Que faire ? Mais voyons ! Multiplier les contacts, ne pas rester chez soi, développer des réseaux, vivre en colocation, cultiver des hobbies, aider les autres, être présent sur Facebook. Pas si facile quand les causes de la solitude sont insistantes, quand ce qui paraît si facile aux autres est si difficile pour soi...

Que pouvons-nous faire à notre niveau pour les solitaires que nous connaissons ?

Nous pouvons leur faire signe de temps en temps (avec un juste sens du moment et de la périodicité) Ne pas les laisser tomber. Accepter d'entrer dans leur univers quelquefois minuscule, de les écouter longuement.

Il y a mieux

Nous engager dans une association de proximité de notre quartier. La conférence Saint-Vincent-de-Paul de notre paroisse par exemple qui compte souvent deux équipes, une conférence jeunes et une conférence senior. Leur but : s'occuper des personnes âgées, des SDF. Les visiter, organiser des rencontres, des goûters, des fêtes.

Noël aux Halles, les petits frères des Pauvres : quel que soit notre âge, nos compétences et le temps que nous pouvons donner, nous pouvons trouver un bénévolat de proximité dans notre quartier.

POUR S'ENGAGER

Quelques associations importantes (celles qui sont explicitement chrétiennes portent le signe *)

Grande Cause Nationale Solitude 01 42 92 08 10 (Ensemble d'associations) www.contrelasolitude.fr

Société de St Vincent de Paul * 01 42 92 08 10 www.ssvp.fr

SOS Amitié 01 42 96 26 26 www.sos-amitie.com

SOS Chrétiens à l'écoute * 01 45 35 55 56 www.soschretiensalecoute.fr

Les Petits Frères des Pauvres 0 825 833 822 www.petitsfreres.asso.fr

La Porte Ouverte 01 43 29 66 02 www.la-porte-ouverte.fr

Génération SMS * 01 45 25 51 12 www.generationsms.org

Ensemble 2 générations * 01 30 24 81 28 www.ensemble2generations.fr

UNASSOL 01 40 20 43 04 Union Nationale d'Associations face aux Solitudes www.recherche-rencontres.org/PARIS.HTM

Suicide Ecoute 01.45.39.40.00 www.suicide-ecoute.fr

SOS Suicide - Phénix 01 40 44 46 45 (Prévention du suicide chez les jeunes) www.sos-suicide-phenix.org

Equipes St Vincent * 01 45 44 17 56 www.equipes-saint-vincent.com

Immeubles en fête 01 42 12 72 72 www.immeublesenfete.com/

Il est d'autres façons de s'engager

Beaucoup d'associations se sont données pour but de lutter contre la solitude et reçoivent un nombre considérable d'appels. Un Français sur 15 a fait appel à un service d'écoute ! Citons la plus ancienne d'inspiration anglo-saxonne «SOS amitié». Le révérend Chad Varah, son fondateur, après un premier échec avait publié cette annonce : « Avant de vous suicider, téléphonez-moi. »

Il faut être capable de donner du temps en semaine, quelquefois la nuit, quelquefois le dimanche pour écouter anonymement. Se laisser appeler par les habitués, les dépressifs, les pervers, les suicidaires, les malades mentaux, ceux qui se sentent seuls au milieu d'une nombreuse famille, ceux qui parlent