

# LA BOUSSOLE

À partir d'une question d'actualité vécue par ses membres, la Fédération de l'Entraide Protestante offre quelques pistes de réflexion éthiques, spirituelles, ou simplement humaines, pour nourrir le sens de nos actions. Deux pasteurs et un professionnel ou bénévole de terrain croisent leurs regards...



## La question de la semaine

### Qu'est-ce que la solitude ?

## La parole

Et moi, je suis avec vous tous les jours jusqu'à la fin des temps.  
*La Bible, Évangile de Matthieu, chapitre 28, verset 20*

## Chemins de réflexion

### L'amitié, un rempart contre la solitude

« Je souffre de solitude » me dit une personne qui se confie au pasteur. En l'écoutant, je comprends son angoisse et son questionnement existentiel : qui s'occupera d'elle dans sa vieillesse quand elle deviendra dépendante, ou si elle tombe malade ?

Oui, la solitude, associée à l'inquiétude d'un avenir incertain, est une souffrance.

Mais la solitude peut aussi être un bien pour la personne qui décide de se retirer un temps de l'agitation du monde et prendre du recul sur sa vie.

Il s'agit alors de solitude choisie, très différente de la solitude subie.

Que dire à une personne qui souffre de solitude ? Si elle est croyante, le soutien par la prière est une aide, car je crois que Dieu peut manifester sa présence. Il sera avec nous jusqu'à la fin du monde.

Toutefois, la prière ne suffit pas.

Une relation fraternelle, d'écoute et de compréhension est nécessaire.

L'amitié est un rempart contre l'angoisse de se trouver seul dans l'épreuve.

Mais l'amitié peut-elle se décréter ?

La perte du lien social, surtout au cœur des villes, reste un fléau auquel nous ne pouvons rester indifférents.

*Christian Tanon, pasteur, Église protestante unie de France, L'Escale, Paris*



*Pierre après pierre,  
Véronique Legros-Sosa*

## Solitude choisie, isolement subi

On peut choisir de se retrouver seul : certains aiment passer des moments de solitude pour réfléchir, faire le point, ou encore avant de prendre une décision importante.

Jésus lui-même quittait régulièrement la compagnie de ceux qui l'entouraient pour parler avec Dieu, son Père, et Il nous invite à faire de même si nous voulons prier Dieu personnellement.

Dans d'autres cas, on se retrouve seul sans le vouloir, et je parlerais plutôt d'isolement. La plupart d'entre nous ont vécu ou vivent encore cette situation à cause de la pandémie, de problèmes de santé, ou pour d'autres raisons : perte d'un être cher, absence de liens familiaux ou amicaux, anxiété, sentiment de vide ou d'inutilité...

L'isolement, au lieu d'être une solution, peut alors ajouter des souffrances au problème qui l'a provoqué.

Jésus demande aux chrétiens d'être particulièrement attentifs aux personnes qui souffrent d'être isolées. Lui-même offre son accueil, son écoute et son amour à quiconque s'approche de lui pour être réconforté.

Il nous a aussi laissé la promesse que nous avons choisie aujourd'hui dans l'Évangile de Luc. C'est une certitude : avec lui, nous ne serons jamais seuls.

*Mario Holderbaum et Bruno Landais, pasteurs, Église tzigane Vie et lumière*

## S'ouvrir au monde

La solitude est le mal du siècle.

Sept millions de Français souffriraient d'isolement, dont 13 % des 18-29 ans.

Une personne âgée sur trois est isolée. On ne parle plus de la solitude mais de solitudes, tant sa nature diffère selon les situations, les personnes, la classe socio-économique, le mode de vie, etc.

Les jeunes que nous accueillons dans notre structure ont été en rupture avec la société à cause d'une addiction. Ils ont expérimenté le repli sur soi, la dépression, la solitude. Ils ne l'ont pas choisie. La vie en communauté est parfois très difficile quand ils arrivent, même s'ils ont chacun leur chambre. Ils réapprennent à vivre avec d'autres.

Nous essayons de les ouvrir au monde qui les entoure : nous leur proposons des activités sportives, récréatives, artistiques, des ateliers de travail, des petites rénovations sur site, des sorties... Nous produisons de l'huile d'olive, du miel, du safran... Les jeunes vont sur les marchés locaux vendre leur production, au contact de la population. Ils côtoient aussi de nombreux bénévoles.

Notre objectif est que chacun puisse repartir avec des solutions de réinsertion.

Je crois que l'on a tous quelque chose à donner, ne serait-ce qu'un sourire.

Les associations recherchent des bénévoles.

Le bénévolat peut rompre notre solitude et celle de ceux que nous accompagnons.

*Eddy Emmanuel-Émile, directeur de l'association AC3 Les Collines à Montferrat (Var)*

## Des mots pour prier

**Seigneur, nous te remettons celles et ceux qui se trouvent seuls sans l'avoir choisi :**

**les personnes âgées qui n'ont plus de visite,**

**les migrants arrachés à leur famille, les malades isolés,**

**et toutes les personnes qui ont perdu un être cher.**

**Viens manifester auprès d'elles ta présence bienfaisante.**

**Aide-nous, au quotidien, à tendre une main fraternelle à ceux qui souffrent de solitude.**

Cliquez ici pour vous abonner à  
**LA BOUSSOLE**  
pour nourrir le sens de notre action

Retrouvez toutes les Boussoles sur le site de la FEP :  
[www.fep.asso.fr](http://www.fep.asso.fr)

ou écrivez-nous sur [information@fep.asso.fr](mailto:information@fep.asso.fr)