

« Est-il préférable de rester seul plutôt que de se sentir en porte-à-faux par rapport aux autres ? »

« QUI ES-TU QUI COMBLES MON CŒUR DE TON ABSENCE ? » (P.Lagerqvist)
Introduction - 1

Est-on mieux seul que mal avec les autres ?

de Pierluigi Banna*

Pourquoi nous sentons-nous en porte-à-faux quand nous éprouvons un manque en nous-mêmes ? Pourquoi sommes-nous mal à l'aise, coincés dans notre mal-être ? Le poids de la honte est parfois si fort qu'on a la tentation de s'isoler :

« Très souvent je sens que mon cœur a un trou profond, une absence infranchissable que je refoule depuis toujours.

Je refoule peut-être par orgueil, peut-être parce que j'accorde plus d'attention à la vie et aux problèmes des autres qu'à ma personne : peut-être parce que les personnes qui m'entourent m'ont toujours vue comme celle qui est forte, qui n'a pas de problèmes ou qui, si elle en a, trouve la solution sans demander d'aide à personne.

Mais ma vie est tout le contraire. Quand, à la fin de la journée, il m'arrive de repenser à ce que j'ai vécu pendant la journée, la seule chose que je peux faire c'est de commencer à pleurer. Je pleure parce que cette absence que j'éprouve et que je refoule devient toujours plus forte. Plus je la refoule, plus je l'éprouve. Cette absence correspond à mon désir d'être acceptée par les personnes qui m'entourent dans le quotidien, avec lesquelles j'ai grandi ces années-ci.

Pourquoi essayons-nous de refouler ce sentiment de vide, comme si c'était une honte ? Tout d'abord à cause de l'obsession de plaire aux autres. Nous craignons que si les autres découvraient nos aspects les plus fragiles, ils nous abandonneraient. Nous grandissons avec ce souci qui nous ronge : nous devons plaire aux autres. Et on croit devoir toujours être à la hauteur des autres : nous sommes comme enterrés vivants dans les images de perfection que les adultes et les amis nous plaquent sur la peau. Si tu as un problème, tu dois le résoudre seul, parce qu'un ami à la hauteur, un enfant agréable, un étudiant au top est quelqu'un qui ne pose pas de problèmes, qui ne dérange pas. Tu n'as pas le droit de te tromper, tu ne peux pas être fragile.

* Introduction au Triduum Pascal de Gioventù Studentesca, Rimini, 29 mars 2018. Pour les morceaux cités, voir *Qui es-tu qui combles mon cœur de ton absence ?* pp- 7-10 du carnet du Triduum de GS téléchargeable en format pdf sur le site de CL.

Mais notre cœur ne peut pas tricher : plus il refoule cette exigence, plus il l'éprouve. Alors qu'est-ce qu'il fait ? Quand il n'arrive pas à résoudre seul ce sentiment de vide qu'il porte en lui, quand il a honte d'en parler avec les amis parce qu'il craint d'être mis à l'écart, qu'est-ce qu'il fait ? Il éprouve la tentation de s'isoler en espérant que tôt ou tard ce « sentiment négatif s'en ira ». Après avoir montré à tout le monde son meilleur profil, comme si on vivait dans un *réseau social*, nous nous replions sur nous-mêmes comme si nous pouvions bloquer tous les contacts avec la réalité de la même manière qu'on bloque les contacts de WhatsApp. Nous essayons de construire un mur autour de nous :

« Quand je crois avoir donné une réponse à une question, celle-ci revient toujours [elle revient toujours ! Plus tu la refoules, plus elle reviendra] et la recherche doit recommencer. J'en ai marre. C'est tout. Autour de moi, j'ai construit un mur invisible, un peu branlant, édifié par moi-même chaque fois que j'ai besoin d'une barrière qui de temps en temps s'écroule et qui est reconstruite, mais chaque fois avec plus de fissures. Ce mur qui insonorise la plupart des choses autour de moi laisse entrer de temps en temps quelques sons à travers ces petites fissures ».

Il faut démasquer quelques mensonges. Le premier concerne l'inutilité de la prise de distance. Fait-elle disparaître le manque et le vide ? Non, tôt ou tard ils reviennent. S'isoler, donc, ne sert à rien. Et puis, celui qui s'isole, est-il vraiment plus mûr, plus libre ? Non ! Les gens croient réfléchir avec leur propre tête en s'isolant, mais en fait – si vous y prêtez attention – ils s'habillent tous de la même manière¹. On pense s'isoler et de ce fait être plus libres, mais en réalité on devient simplement davantage esclave de la mode et de la mentalité dominante. C'est le premier grand mensonge. Le prix de l'isolement n'est pas la liberté mais l'esclavage.

¹ Don Giussani écrit : « L'homme est *seul*, et donc [il devient] *influençable* [...], prisonnier de celui qui, de n'importe quelle manière, se présente comme plus fort que lui » p. 7