

Malgré la prolifération excessive des cellulaires et malgré l'Internet et les possibilités extrêmes qu'il offre pour s'ouvrir sur le monde entier, nos sociétés hélas sont toujours individualistes et déshumanisées. La majorité des psychiatres, des psychologues et des sociologues parlent d'une nouvelle forme du malaise existentiel, une forme de mal-être généralisé



Par Mostafa BENFARES, Ph.D.,
chercheur autonome

Il s'agit d'une tare humaine qui gruge des milliers de gens et qui ne cesse de prendre des formes dignes de réflexion.

De nos jours, il est communément accepté dans toutes les sociétés que la solitude est un fait que personne ne peut nier. Elle fait partie de notre vie, depuis la naissance jusqu'au dernier jour de notre existence. Dans les sociétés antiques, elle était étroitement liée à la sagesse, alors qu'aujourd'hui le solitaire est vu comme un marginal abandonné à soi-même.

Qu'on l'accepte ou pas, elle est là, en train de se balader partout, guette les jeunes comme les vieux et parfois les obsède sans raison apparente. On s'efforce de la fuir, de la chasser de nos esprits, mais la présence de l'autre, qu'on côtoie quotidiennement nous pousse à la repenser, à la reconsidérer comme évidence, comme réalité difficile à surmonter.

Solitude : contingence existentielle ?

La solitude est un fait sociologique indéniable résultante de notre société moderne. De par sa nature en perpétuelle devenir, elle renferme mille reflets, mille rivages où viennent s'échouer tant de naufragés. L'émergence accélérée de la mondialisation et le changement de la conjoncture économique mondiale ont sensiblement changé et bouleversé le rythme de notre vie.

Grâce à la politique de libre-échange, les frontières étanches entre les pays sont bannies, l'espace s'agrandit de plus en plus et la notion du temps n'est plus la même. Affolé et peureux à la fois, tout le monde se précipite dans cette course

sans merci, où tous les coups sont permis. Chacun, selon ses affinités sélectives, court derrière ses propres intérêts, au détriment des autres, pauvres ou faibles, peu importe.

On s'attache trop à notre confort et on oublie l'essentiel, le sens réel de notre vie et pourquoi on existe. Nous avons l'impression que le temps s'acharne contre nous, nous dépasse et nous n'avons pas le pouvoir de le plier à notre guise. La société augmente chaque jour la pression sur les individus.

Pour sortir de ce labyrinthe vertigineux et qui bifurque dans tous les sens, on tente le repli sur soi en essayant de trouver quelque chose de soi, une originalité personnelle, à vrai dire, une conscience raisonnée qui puisse expliquer cet état d'âme.

Lors de cette recherche que je qualifie de silencieuse, on se retrouve isolé, à l'écart et coupé des autres. Cette quête constante de la paix avec soi-même se transforme en un drame pathétique de l'isolement que subit la conscience. On parle ici de l'isolement voulu et avec préméditation et non pas de l'isolement en tant que tel. Car comme le constate un spécialiste de la psychologie : «Le sentiment d'isolement est un vécu malheureux de la solitude. C'est en réalité une illusion, car rien n'est isolé de quoi que ce soit, nous sommes inséparables du monde qui nous entoure et des autres. Nous vivons en relation constante avec autrui et par là, le sentiment d'isolement n'est fondé sur rien»

Solitude inversée : Ce nouveau mal du siècle

Ce qu'il faut préciser davantage, c'est que le monde postmoderne favorise seulement des relations de simple proximité, là où il n'y a aucune intimité, d'où l'impossibilité de dire franchement tout ce que l'on a sur le cœur à quelqu'un, de lui parler comme on parle à soi-même.

Mais se sentir noyé dans la foule et prétendre qu'on a beaucoup d'amis sur qui on peut compter un jour est un leurre et n'apporte pas de vrai réconfort. De nature, on parle trop mais on écoute peu. Avoir deux oreilles et une seule bouche n'est pas de tout arbitraire. Et on est sensé écouter l'autre plus qu'on parle, sagesse divine oblige.

Et la solitude qu'on éprouve parfois ne vient pas nécessairement de la carence en parole mais de ne pas se sentir écouté, compris et soutenu par autrui. Nous touchons ici à la pire et à la plus dérangeante des solitudes qui puisse exister. À la différence de la première, cette solitude imposée par l'autre, par ses différences et son indifférence, peut engendrer des conséquences néfastes sur la

psychologie de la personne. Et si on arrive à ce stade de la solitude, c'est la faute à la nature humaine qui l'avait poussé jusqu'à cet extrême.

Si la solitude inversée existe, c'est peut-être, comme le répète Yoshida Shoin, «le prix que nous devons payer pour être nés en cette période moderne, si pleine de liberté, d'indépendance et de notre propre égoïsme»

Solitude et individualisme

Oui la solitude amène à l'individualisme. Il s'agit de deux faits qui sont intimement liés. Et chacun de nous est une solitude, qu'elle soit apparente (réservé, enfermé, parle peu...) ou tacite (imagination, errance, «je hais la foule et je m'en écarte»,...) Chacun aussi est différent des autres, on peut se ressembler sur certains plans mais côté personnalité on n'est jamais les mêmes.

Cette singularité permet à chacun aussi de réfléchir sur soi-même par rapport aux autres, de s'intéresser à soi-même d'abord avant de penser aux autres. Parfois, on veut plaire à tout le monde. Alors qu'il y a trop du monde, des personnalités différentes, de culture différente.

On préfère recourir au sourire jaune, au cynisme, à l'hypocrisie sociale, aux masques pour fuir les griffes de la solitude, mais à force de jouer avec notre personnalité chaque fois, on découvre en fin de compte qu'on est affreusement seul et sans aucune personnalité. Cette situation alarmante nous pousse inévitablement à reposer une question d'une importance capitale: la solitude et l'individualisme sont-ils le résultat de nos progrès scientifiques ? Deviendront-ils l'avenir de nos civilisations ?

Faire semblant d'être-avec ne veut pas dire toujours être-ensemble. C'est très

différent. Pour être ensemble, il faut qu'il y ait une proximité du cœur, des pensées, une certaine intimité et surtout une ouverture. Il faut vraiment casser la glace et parvenir à s'échanger selon une entière et authentique disponibilité, sans préjugés ni arrières-pensées.

Sociables pour toujours...

Même si les têtes sont nées séparées comme on dit, l'homme reste de nature sociable. Il ne peut pas vivre isolé des autres. Et la valeur de son existence réside dans la nature des rapports qu'il entretient avec autrui.

C'est en côtoyant les autres identités, malgré leurs différences, qu'on arrive à découvrir les failles et les limites de la notre. C'est de cette façon aussi qu'on arrive à développer notre personnalité, différente mais complémentaire et imposante.

Dans ce monde de la concurrence féroce et déloyale, de la perte du contact humain, la solitude, voulue ou imposée, nous guette à tout moment. Et comme tout autre sentiment, elle ne vaut que par l'importance qu'on veut bien lui accorder. On peut la subir mais on doit refuser à en souffrir. Échanger, communiquer, rire, donner au suivant, se faire des amis semble la meilleure et efficace manière pour la vaincre. Il est vrai que nous sommes des instruments imparfaits dans les mains de Dieu et nous devons apprendre à mettre à nos cœurs beaucoup d'amour afin d'être pleins d'égards pour les autres.

Bref, il faut apprendre à accepter nos différences, à résister à la peur de l'autre en privilégiant l'ouverture et le contact humain, dans un regard humain et loin de toute idéologie trompeuse.