

Donner sens à la souffrance

Comment ne pas désespérer quand nous nous sentons diminués, inutiles, pleins d'angoisse pour l'avenir ? À ce moment-là, tous les discours à propos de la résignation, de l'acceptation de la volonté de Dieu ou de la valeur rédemptrice de la souffrance sont insupportables... Parce que celle-ci n'a pas de valeur en soi, il faut parfois parcourir un long chemin avant d'arriver à lui trouver ou à lui donner un sens. Car ce qui donne sens à la souffrance, ce n'est pas le fait de souffrir, mais la façon de continuer à aimer du cœur de cette souffrance. Ce qui lui donne sens, c'est aussi ce qui donne sens à la vie : rester en relation et continuer à essayer de s'intéresser aux autres, éviter la fermeture du cœur. Ce sens est propre à chacun et s'inscrit dans une histoire personnelle. Nous touchons ici au mystère de la singularité de la personne. Il n'existe pas de recette.

Nous avons dit que Dieu ne se réjouissait pas de notre souffrance mais qu'il la soulageait. Dans la plupart des cas, c'est grâce à l'entourage et à un soutien fidèle que nous parvenons à continuer à espérer et à donner un sens. Mais ce n'est jamais gagné, car cela dépend des étapes de notre vie, de notre pathologie, de notre cheminement spirituel. Nous avons besoin de patience et de respect dans cette lente élaboration, cette douloureuse quête. Nous avons parfois du mal à trouver les mots justes pour exprimer notre peine ou consoler quelqu'un. Il y a tant de peurs difficiles à formuler... L'expérience nous apprend que nous sommes souvent seuls, en définitive, au cœur de notre souffrance, quels que soient les efforts de notre entourage. Parfois, nous sommes juste capables d'essayer de durer, sans désespérer, rien de plus : vivre avec notre souffrance. Pourtant, nous découvrons aussi qu'il est possible de nous laisser rejoindre à certains moments, qu'il existe en nous des ressources de vie souvent insoupçonnées.

Certains malades témoignent du sens qu'ils sont parvenus à donner à leur souffrance en l'offrant pour les autres. Contemplant le Christ en croix, ils s'offrent avec lui pour que les autres aient la vie, sans pour autant renoncer à demander leur guérison. Quel sens donner à cette expression : « offrir ses souffrances ? » Parfois, il est vrai que l'on n'a plus rien d'autre à offrir que son impuissance, comme Job dans la Bible. À d'autres moments, ce sera des balbutiements de confiance ou un fragile désir d'aimer. En aucun cas il ne s'agira d'essayer d'obtenir des grâces à coup de souffrance. La grâce ne se mérite pas, il n'y a ni rançon à payer ni souffrance à rechercher, ce n'est pas cette offrande-là qui plaît au Seigneur, il a lui-même été crucifié et a connu la peur de la mort.

Nous pouvons commencer par essayer de consentir à notre situation et à sortir de la révolte, parfois de la culpabilité, en continuant à faire tout ce qui dépend de nous pour guérir ou, au moins, être soulagé. Ne plus nous centrer uniquement sur notre fragilité — quand on n'est pas submergé par la douleur — et sur nous-même. Ensuite, une ouverture du cœur, parfois très timide, peut nous sortir de l'obsession de la guérison à tout prix. Cela dépendra bien sûr du degré de souffrance et de déshumanisation subi...

Je crois que cette sortie de l'isolement n'est possible pour un patient que s'il est aidé par des gens qui le visitent, qui lui parlent de façon délicate. Et puis il y a la prière : afin d'« être avec le Christ », de puiser dans le cœur de Dieu le courage et la capacité d'aimer, de se laisser aimer. Parce que si Jésus nous a sauvés, ce n'est pas en rapport avec une quantité de souffrance qu'il nous faudrait désirer, c'est beaucoup plus par l'acceptation de sa situation de victime innocente, par amour, par

solidarité avec l'humanité pécheresse et souffrante. Mais encore faut-il être capable de prier, ce qui n'est pas toujours le cas !

Certains arrivent à se mettre dans une attitude d'intercession pour le monde, dans une relation avec Marie qui est un exemple pour nous. Elle qui était au pied de la croix. Il nous est peut-être possible de dire : « J'offre ma souffrance pour le monde », mais c'est la qualité d'amour qui fait que notre offrande est un don qui plaît à Dieu, non la souffrance elle-même. Alors, nous pouvons entrer dans un consentement, dans ce mystère de la communion des saints, c'est-à-dire cette solidarité dans une lutte contre le mal avec les forces de l'amour, dans un mystère de transfiguration du monde. Certains y découvrent que le sens de la vie, c'est peut-être moins d'atteindre une efficacité (l'« excellence » qui plaît à notre monde) que d'arriver à une vraie qualité de relation. Cela peut être aussi la découverte d'une sensibilité à la fragilité de l'autre. Parfois, nous découvrons avec surprise que notre façon de vivre notre épreuve peut être féconde pour d'autres, dans la mesure où nous gardons la foi, une ouverture du cœur, un accueil des souffrances d'autrui. Pouvoir continuer à communiquer et à apporter de l'amour aux autres, c'est une grâce à demander, qui rejaillit en grâces pour les autres. Je connais des personnes qui, vivant l'expérience de la souffrance et de la diminution personnelle, et alors qu'elles n'avaient eu aucun problème de santé au préalable, ont soudain ressenti une grande solidarité avec tous les fragiles et les pauvres du monde, à partir de leur propre fragilité. Elles se sont dit : « Je fais maintenant partie de ce lot-là. » Dans cette solidarité, elles ont ressenti un grand amour, un grand désir de marcher avec eux. Il n'est pas facile de garder un intérêt pour les autres quand nous sommes fragilisés.

Nous en avons sans doute déjà fait l'expérience. Il y a des gens dont nous devinons, par la qualité de leur écoute, de leur accueil, de leur regard, qu'ils ont souffert et que, depuis ce moment-là, ils ne se permettent plus de juger. Ils ont aussi découvert que leur réelle fécondité était moins liée à leurs compétences, leurs diplômes ou d'autres résultats visibles, qu'à leurs blessures, dans la mesure où elles étaient acceptées, parfois guéries. Ils ont découvert que, en définitive, c'est parce qu'ils sont passés par la souffrance et la blessure que maintenant ils peuvent comprendre. Que la qualité d'écoute, de compassion, de tendresse, de patience qu'il y a en eux devient source de vie pour les autres.

Aimer jusqu'à la déchirure, dans une déchirure qui n'est plus une plaie purulente. Alors, progressivement, nous pouvons entrer dans une transfiguration de l'amour, dans un renouvellement de l'alliance, qui est beaucoup moins un amour de comptabilité, de donnant-donnant, qu'un amour de gratuité. Cela peut aussi être un chemin de renouvellement de l'Alliance avec le Bien-aimé, avec notre Dieu, avec les autres aussi. Enfin, à ce moment-là, les valeurs ne sont plus les mêmes. Ce à quoi on attachait énormément d'importance dans le passé peut paraître soudain si éphémère...

Mais tout ce qui vient d'être évoqué n'est jamais évident ni prévisible. Personne ne sait comment il va assumer la fragilité et la diminution de ses capacités. Il est ici question d'itinéraires, d'expériences, mais chacun doit parcourir son propre chemin, comme il le peut. Nous savons aussi que certaines personnes n'y arrivent jamais, restent dans la révolte, le désespoir. Elles ont alors surtout besoin d'un silence plein de respect et d'accueil, et non de vaines paroles. C'est ce que nous voudrions approfondir dans les pages qui suivent.

Extrait de « traverser nos fragilités » de Bernard Ugeux