

NUMÉRO 165

S.O.S Amitié

La
revue



A.M.I.L.I.É

Revue de S.O.S. Amitié France • Octobre 2016 • Prix : 5 €

S.O.S
Amitié

UN MAL.  DES MOTS.

sommaire

ARISTOTE NOUS PARLE... Anne-Marie Sibireff	04	S.O.S AMITIÉ : UN NOM TOUJOURS EN TENSION... Pierre Couette	11	ÉCOUTANT OU AMI ? Jean-Christophe Debauge	13	UNANIMITÉ DANS LES GROUPE SOCIAUX Jean-Christophe Debauge	17	FACEBOOK & NOUS Marie Bragard	19	EXTRAIT DU LIVRE BLANC	20
"PARCE QUE ... PARCE QUE..." Yvette Rodalec	07	FRÈRES HUMAINS QUI AVEC NOUS, VIVEZ... Denise Demoulière	12	TÉMOIGNAGES D'ÉCOUTANTS	15	IFOTES : L'EUROPE DE L'AMITIÉ Renée Cheval	20	QUAND LA RELATION DEVIENT TOXIQUE... Françoise Legouls	20		
UNE FORCE D'ÂME QUESTIONS À MICHEL ERMAN Marie-Catherine Chikh	09	FRATRIE & AMITIÉ Christian Rix	28	À LA VIE, À LA MORT ? PAS SI SÛR ! Colette Barroux-Chabanol	23						
TRAVERSER LES ÉPREUVES Christian Rix	30	RENCONTRE AUTOUR DES AMITIÉS ADOLESCENTES Interview de Daniel Coum par Yvette Rodalec	25								
EXTRAIT D'UNE CONFÉRENCE Daniel Ramirez	31										

edito

PAR COLETTE BARROUX-CHABANOL
Rédactrice en Chef de la Revue S.O.S Amitié



Bon vent, l'amie !

Voilà cinq ans que Marie-Catherine Chikh a rejoint l'équipe de S.O.S Amitié, en particulier le comité de rédaction de la revue, m'entraînant dans son sillage avec une force de conviction peu commune.

Au cours de ces années fertiles, nous avons, dans la revue, abordé des dizaines de sujets sur lesquels Marie Catherine nous a apporté son éclairage personnel, son humour, son expérience et les compétences forgées dans les différents métiers qu'elle a exercés. L'année dernière, émigrée à Marseille, elle a donné à nos rencontres bimestrielles des couleurs épicées et le goût de l'aïoli, observant avec curiosité et bienveillance la vie de ses nouveaux concitoyens. Des conversations d'autobus aux confidences des clochards « poubelle la vie », elle nous a fait voyager avec elle dans les ruelles de la cité phocéenne et sur les beaux chemins des calanques. Son inlassable attention

à tous ces « autres » qui l'entourent l'a inmanquablement attirée vers d'autres bénévoles où son énergie a trouvé à s'exprimer. Son éloignement nous a alors fait craindre de perdre sa collaboration. Et c'est arrivé ! Ainsi va la vie, et nous pensons avec amitié à tous ceux du Sud qui vont bénéficier de sa belle personnalité, de son rire et de sa vitalité. De notre côté, nous lui disons « bon vent, l'amie ».

Nous quitter sur ce numéro dédié à l'amitié, n'est-ce pas un clin d'œil du destin ? Coquin de sort ! Nous dessinons ensemble une dernière fois les contours d'un numéro de la revue, construit au fil des semaines, et nous nous penchons sur ce lien d'amitié né du partage d'une œuvre commune, de la traversée d'épreuves, d'affinités intellectuelles et morales, de fidélité, de « goût des autres ». Précieuse amitié qui résiste à la distance et qui se tisse contre vents et marées, et qui, en l'occurrence, se rira du mistral, peuchère !

Le prochain numéro



Le prochain numéro de la revue sera consacré au « silence ».

Nous trouverons les mots, sans faire de bruit, pour évoquer cette notion qui répond à un besoin pour l'homme cerné par le tumulte, mais aussi qui peut prendre la forme d'une chape de plomb pesant sur les relations et sur toutes les minorités réduites au... silence!



L'écoute au secours de l'humanité perdue de vue

Agnès Auschitzka, journaliste et psychologue, nous livre sa définition de l'amitié comme rempart au désarroi du malade psychique :

« Être à l'écoute des malades psychiques permet à ces personnes de retrouver une humanité perdue. C'est là la définition de l'amitié. L'amitié la plus gratuite est celle qui ne vise rien d'autre que de maintenir chez ces personnes le sentiment d'exister comme humains à part entière et au même titre que quiconque. »

Agnès AUSCHITZKA, « Face à la maladie psychique, que faire de notre impuissance », conférence, Paris, 29 avril 2016

Revue éditée par S.O.S Amitié France.
Association Reconnue d'Utilité Publique.

Directeur de la publication

Jean-Pierre Igot
33, rue Linné - 75005 Paris

Rédactrice en chef

Colette Barroux-Chabanol

Comité de rédaction

Marie-Catherine Chikh, Jean-Christophe Debauge, Denise Demoulière, Françoise Legouls, Christian Rix, Yvette Rodalec, Anne Torquéo.

Conception

Heica Design - claire@heica-design.fr

Crédits photos

www.shutterstock.com

www.flaticon.com

Impression

L'artésienne - 03 21 72 78 90

Z.I. de l'Alouette - 62802 Liévin cédex

- Je m'abonne
 Je me réabonne
M./ Mme
Adresse

- Je joins un chèque de €
à l'ordre de S.O.S Amitié France

À adresser à : S.O.S Amitié France
33, rue Linné - 75005 Paris.

Abonnement
REVUE S.O.S AMITIÉ

4

numéros/an

18.50€

Abonnement Normal

23€

Abonnement pour l'étranger

à partir de

40€

Abonnement de soutien



Aristote nous parle...

Nous avons tous en mémoire le chagrin qu'exprime Montaigne lorsqu'il décrit la perte de son ami Étienne de La Boétie, ainsi que la formule par laquelle il tente de rendre compte d'un attachement si profond : « parce que c'était lui, parce que c'était moi ». L'amitié - ou plus rarement son impossibilité - est un sujet de réflexion fréquent chez les philosophes.

PAR ANNE-MARIE SIBIREFF

Plus de dix siècles avant Montaigne, saint Augustin avait lui aussi décrit « la douleur extrême »¹ de son cœur endeuillé par la perte de l'ami. Au XIX^e siècle, Nietzsche en appelle énigmatiquement à une « amitié stellaire [...] même si nous devions être sur terre des ennemis. »² On trouve chez Emmanuel Lévinas³ une analyse de l'altérité infinie de l'autre, qui vaut pour l'amitié comme pour l'amour. Mais, pour Claude Lévi-Strauss, le comble de la connivence est « le clin d'œil alourdi de patience, de sérénité et de pardon réciproque qu'une entente involontaire permet parfois d'échanger avec un chat »⁴.

Parmi ces philosophes, Aristote est peut-être l'un de ceux qui, à travers les vingt-quatre siècles qui nous séparent de lui, a le plus à nous dire⁵.

Précisons qu'il mène sa réflexion dans un cadre particulier, la cité-État. Même si le territoire de la cité s'étend au-delà de la ville proprement dite, les habitants se connaissent presque tous entre eux, au moins par oui-dire. Ce cadre restreint favorise la coopération, l'entraide.

Cette société est esclavagiste. Ceux qui possèdent des esclaves - Aristote affranchira les siens sur son lit de mort - sont dispensés des travaux nécessaires à la satisfaction des besoins quotidiens : l'homme libre est de

loisir, il a du temps à consacrer à ses amis. D'autre part, Aristote n'évitera pas la question de l'amitié - possible ? impossible ? - entre l'homme libre et l'esclave.

En grec, *philia* désigne tout attachement affectif. Aristote va s'efforcer d'analyser ce qui distingue l'estime, la bienveillance, la tendresse, l'affection... de l'amitié proprement dite, définissant l'amitié, dans une première approche, comme « une bienveillance active et réciproque. » Puis il va distinguer trois sortes d'attachement amical. Avant de les examiner, il précise que l'amitié est propre à l'homme : ni Dieu, « pensée de la pensée », ni les animaux ne sont susceptibles d'éprouver cet attachement.

Selon le but recherché, l'amitié se présente donc sous trois formes différentes : on peut être amis en vue de l'utilité, ou en vue du plaisir, mais l'amitié authentique est fondée sur le mérite, les qualités personnelles de chacun des amis.

L'amitié utile : l'ami est recherché en fonction du ou des biens qu'il peut procurer. L'amitié est ici fondée sur l'espoir d'un avantage à en tirer. Les liens d'hospitalité en font partie. Elle est plutôt le fait de gens âgés ou vulnérables, qui ont besoin de protection.

L'amitié plaisante : ce que je recherche en l'ami, c'est une compagnie agréable ; il doit être « d'un commerce facile et gai ». Cette amitié est la plus courante chez les gens jeunes, car ils recherchent surtout le plaisir du moment, ils sont versatiles et vivent sous l'emprise des passions.

Ces deux genres d'attachement sont l'effet des circonstances. Ils sont sujets à se dissoudre, du fait que l'utilité et le plaisir sont eux-mêmes changeants. Chacun à sa manière est un attachement intéressé, voire mercantile.



La véritable amitié, celle où s'inscrit l'excellence du terme, lie entre eux des hommes vertueux⁶, dont la bienveillance mutuelle est basée « sur le mérite propre et personnel de chacun d'eux. » D'une certaine manière, cette amitié inclut les deux précédentes : les hommes de bien sont utiles les uns aux autres et mutuellement d'un commerce agréable. Mais ce n'est pas le but de leur attachement : « Les hommes vertueux s'aiment pour eux-mêmes et c'est en cela qu'ils sont vertueux. »

Comment peut-on analyser

cette amitié authentique, quelles sont ses conditions de possibilité et qu'implique-t-elle ?

L'amitié est une disposition durable et même permanente. Contrairement à la passion, c'est un sentiment stable. Il s'agit d'un choix

volontaire et libre, non dicté par les appétits, d'une décision prise en commun, qui ne dépend pas de circonstances extérieures, mais ressortit aux choses qui sont en notre pouvoir.

L'ami est aimé, non pour les services qu'il peut rendre ou les moments agréables que l'on peut passer en sa compagnie, mais pour lui-même. Toutefois, ce « lui-même » s'entend, non pas, comme chez Montaigne, au sens d'un être unique et irremplaçable, mais au sens où c'est sa sagesse qui le rend digne d'être aimé. La sagesse est commune aux deux amis. Ils sont l'un pour l'autre des miroirs, ou plutôt des modèles (les hommes méchants qui sont amis peuvent devenir criminels). C'est parce que les amis pratiquent ensemble la sagesse qu'ils peuvent tendre vers la perfection et approcher du bonheur. Et comme la recherche de la sagesse et du bonheur se manifeste à tout âge, cette amitié ne correspond à aucune période de la vie en particulier.

Ces caractéristiques ont au moins deux implications : l'idée de préférence, de rareté, et la référence à la durée.

Il est facile aux gens qui vivent dans l'opulence de s'entourer d'amis dont le but est l'utilité et qui se détournent d'eux dès qu'ils sont moins riches ou ruinés. Eux-mêmes recherchent généralement des amis agréables ou qui savent se faire passer pour tels.

L'amitié proprement dite suppose un choix, une préférence réfléchie. Les hommes vertueux - donc désintéressés - sont rares. D'autre part, « il y a toujours dans ce genre d'attachement une sorte d'excès qui ne peut exister qu'à l'égard d'une seule personne. »

L'amitié ne peut être instantanée. « Le désir de l'amitié vient assez promptement, mais non l'amitié [...] Il y faut du temps et de l'habitude ». Il est nécessaire de bien se connaître, ce qui suppose d'avoir consommé ensemble « plus d'un boisseau de sel. » La confiance mutuelle, la certitude que l'on ne se fera jamais de tort, ne peuvent s'installer que dans la durée. Ainsi solidement établies, elles pourront résister même à la calomnie. Dans ce contexte, le sel, allusion aux nombreux repas partagés, renvoie à l'exigence de fréquentation assidue de « commerce habituel ». Faute de cela, ceux qui ont les uns pour les autres de l'estime et des égards sont des hommes unis par une bienveillance réciproque, non par l'amitié. Il faut aussi « se mettre à l'épreuve et s'habituer à l'intimité, ce qui est très difficile. »

Comme toujours, Aristote pose délibérément certaines questions épineuses. En voici quelques-unes.

En amitié, faut-il parfois aller jusqu'à la rupture ?

Il n'est pas étonnant, on l'a vu, que ceux qui n'étaient amis que pour l'utilité ou le plaisir rompent leurs liens lorsqu'ils n'offrent plus les mêmes avantages : « ils n'étaient pas amis l'un de l'autre, mais de leur profit personnel. » Mais si un homme vertueux devenait vicieux (la chose est presque impossible, mais envisageons-la), devrait-on continuer à être son ami ? S'il y a un moyen de l'amender, on doit s'y employer. Sinon, on peut et même on doit rompre, « car il ne faut pas aimer un méchant » tout en accordant quelque chose au souvenir d'une amitié qui n'est plus. À moins qu'une perversité extrême soit cause de la rupture, l'ex-ami « ne nous sera jamais totalement indifférent. »

Faut-il s'efforcer d'avoir beaucoup d'amis ?

Les amitiés utiles sont harassantes : il faut « sans cesse rendre service pour service », ce qui est un obstacle au bonheur. Les amitiés plaisantes sont comme les assaisonnements dans les aliments : il en faut, mais peu. Mais doit-on s'efforcer d'avoir le plus grand nombre possible d'amis vertueux ? D'une part les hommes vertueux ne sont pas légion, on doit s'estimer heureux si l'on en rencontre quelques-uns au cours d'une vie. D'autre part, on l'a vu, « on ne peut avoir une affection très vive que pour un petit nombre de personnes. »

A-t-on plus besoin d'amis dans l'adversité que dans la prospérité ?

Dans les deux cas, leur présence est un charme : ils allègent nos chagrins en les partageant et sont heureux du bonheur dont nous jouissons. Mais il faut éviter d'être une cause d'affliction pour ses amis. Contrairement « aux femellettes et aux hommes qui leur ressemblent », l'homme courageux se plaint peu et se tient éloigné « de ceux qui sont toujours prêts à pleurer sur les malheurs des autres. » Mais si un ami est dans l'infortune, on doit s'empressement de le voir et de le secourir, sans attendre qu'il vous appelle.



L'amitié peut-elle exister entre des hommes inégaux ?

S'il y a une grande différence de rang social, de richesse ou de savoir, on ne songe même pas à être amis. Mais Aristote est aussi ce philosophe qui, dans une société esclavagiste sûre d'elle-même, a osé poser « naïvement » la question de la légitimité de l'esclavage : « l'esclavage est-il juste et utile, ou bien est-il contre-nature ? » Les esclaves le sont-ils par nature ou par accident (défaite de leur cité...) ? Dans ce dernier cas, chacun d'entre nous pourrait, un jour ou l'autre, le devenir. Et cette question ressurgit à propos de l'amitié : un homme libre et un esclave peuvent-ils être amis ? Certes, seul un semblable peut devenir un ami. Mais si, comme maître et esclave, ils ne sauraient l'être, comme hommes, ils le peuvent : l'amitié est précisément ce qui permet d'oublier cette inégalité.

Faut-il être l'ami de soi-même ?

Contrairement à ce qu'affirme Socrate (« Nul n'est méchant de son plein gré »), l'homme méchant chez Aristote sait très bien qu'il l'est, mais, en raison de ses inclinations, ne peut

s'en empêcher : c'est un homme déchiré entre la partie rationnelle et la partie irrationnelle de son âme. Il est forcément malheureux.

Pour l'homme intéressé, est bon ce qui rapporte. Il est égoïste, mais ce qu'il aime en lui n'est que la partie inessentielle de son âme, celle qui est dépourvue de raison.

Seul l'homme vertueux connaît la *philautia*, c'est-à-dire est ami de lui-même. Ce que l'homme de bien aime en lui, c'est ce qu'il partage avec l'autre : la raison, qui leur est commune et qui, grâce à leur amitié, se développe en chacun. Celui qui est ami de lui-même est vertueux et vice-versa : il n'est pas écartelé entre ses penchants et sa raison, c'est « un homme entier ». Être l'ami de soi-même est la condition pour devenir l'ami d'un autre.

Peu après Aristote, dans un monde sanglant de guerres civiles et de guerres entre cités, où les grands empires dévoreront la souveraineté des petites cités, l'amitié acquerra d'autres significations. Le cercle d'amis est aux yeux des Épicuriens une valeur refuge pour l'individu désarmé face au déchaînement des puissants. Le Stoïcien, « citoyen du monde », s'élève contre l'existence même de cités hostiles entre elles et se proclame « ami du genre humain » tout entier. Au fil des siècles et des changements politiques, historiques, sociaux et religieux, l'amitié ne cessera de revêtir de nouvelles significations. D'autres termes naîtront, dont il faudra la distinguer : la solidarité, la camaraderie, la fraternité...

Aristote incarne ce moment où l'amitié, conçue comme exigence tout en étant l'un des principaux agréments de la vie, était la condition sine qua non à la fois de la sagesse et du bonheur : « L'amitié est absolument nécessaire à la vie, nul ne choisirait de vivre sans ami, même pourvu de tous les autres biens. »

¹ Saint Augustin, *Confessions*, livre 4, chapitres 4 à 9.

² Nietzsche, *Le gai savoir*, § 61.

³ Par exemple dans *Totalité et infini*.

⁴ Dernière ligne de *Tristes tropiques*.

⁵ Aristote vécut de 384 à 322 av. J.-C. Né en Macédoine dans une lignée de médecins et de vétérinaires, il passe vingt ans à l'école de Platon, l'Académie d'Athènes. Dans cette cité, il a le statut de métèque : étranger, homme libre non citoyen. Revenu en Macédoine, il est à la cour de Philippe, le précepteur du futur Alexandre le Grand. À 49 ans, il revient à Athènes et y fonde sa propre école philosophique, le Lycée. Il accompagne Alexandre, comme savant, dans certaines de ses campagnes. À la mort de celui-ci, il est contraint de quitter Athènes et s'enfuit à Chalcis, où il meurt. *L'Éthique à Nicomaque*, destiné à son fils, est l'un de ses nombreux ouvrages. Aristote y présente la science du Bien et analyse la nature de l'acte vertueux. Le Souverain Bien est le Bien par excellence, qui donne sens aux activités des hommes. L'homme vertueux est celui qui est dans la disposition habituelle à rechercher le Souverain Bien. Il pratique en tout la juste mesure, c'est-à-dire le milieu entre deux excès : par exemple, entre la lâcheté et la témérité, il pratiquera le courage, vertu qui consiste à affronter le danger de manière réfléchie, quand et comment il convient. Le livre 8, dont, sauf mention contraire, sont tirées les citations qui suivent, est en partie consacré à l'amitié.

⁶ Sur ce qu'Aristote entend par « homme vertueux », voir note 5.

⁷ Aristote, *La politique*, livre 1, chapitre 1.



"Parce que... parce que..."



Nathalie Sarraute dans

L'usage de la parole, file la métaphore du monument pour évoquer l'amitié : « Nous nous trouvons à l'intérieur de ce monument qui porte gravé sur son fronton... disons "en lettres d'or" pour souligner son caractère éminemment respectable, imposant... qui porte donc gravé en lettres d'or au dessus de l'entrée son nom : Amitié. C'est vous le savez, une institution d'où l'on ne peut sortir sans un laissez-passer délivré uniquement pour de solides raisons... »

PAR YVETTE RODALEC
Comité de rédaction



ue désignent ces « lettres d'or » et qu'imposent-elles de si puissant que le mot lui-même semble figé ? Ainsi que le soulignait Christian Bobin, « Les mots peuvent aider, pour peu qu'ils conduisent jusqu'au moment de leur insuffisance éternelle ». L'insuffisance des mots commence sûrement quand ils s'incorporent et se font visage de l'ami ou de l'amie. Mais les mots sont malins voire farceurs qui brouillent les pistes pour mieux laisser chacun tracer le chemin singulier et unique qui mène au nul autre pareil, à la nulle autre pareille, à l'ami(e).

Il y aurait les ami(e)s, les copains, les copines, les potes, les camarades, les relations, les « amis facebook » (les guillemets pour indiquer ici la réserve quant à l'usage du terme et ce à quoi il renvoie !). On aurait de grand(e)s ami(e)s, des ami(e)s très cher(e)s, des meilleur(e)

ami(e)s, de très bons ou très bonnes amies, des amis d'enfance ou de jeunesse...

Ainsi, nous disposerions de curseurs pour moduler les nuances, souligner l'intensité d'un lien : il y aurait des « amitiés particulières », désintéressées, suspectes, viriles... que sais-je encore ? On pourrait faire « ami-ami » en songeant que « les amis de nos amis sont nos amis ». Tiens donc ! Et pourquoi ? Tout n'est pas dans tout et réciproquement ! Bien entendu, il ne faudrait pas oublier « les amitiés » au pluriel, ce qu'elles manifestent de sympathie toujours agréable à lire ou à entendre.

Et puis, comment ne pas penser à S.O.S Amitié, à cette majuscule inaugurant le mot amitié, à ce qui s'indique là, au fronton d'une institution qui n'a pas choisi ce terme par hasard. Ce n'est pas un édifice rigide qui se donne à voir, mais « un espace d'amitié » ainsi que le souligne le *Livre Blanc*, un lieu ouvert à la rencontre de l'autre quel qu'il soit, ici accueilli avec et dans sa souffrance. Cette amitié offerte exclut le face à face, mais s'envisage dans la relation d'une présence humaine bienveillante à une autre présence humaine en souffrance, en vulnérabilité. Il ne s'agit pas d'éprouver de l'affection pour, de créer des liens d'amitié durable avec, mais d'assurer ce lien d'humanité, de solidarité et de fraternité qui commande de ne pas laisser autrui à sa solitude, ouvre à une disponibilité désintéressée et témoigne d'une présence qui, dans l'écoute, sait laisser sa part à l'absence.

On le sait, le verbe français

« aimer » a enfanté l'amour et l'amitié, à la fois vrais et faux amis. Dans une lettre à Louise Colet avec qui il entretenait une liaison, **Gustave Flaubert** écrivait : « Qu'entends-tu par le mot aimer ? Tu sais qu'il n'y en a pas de plus élastique. Ne dit-on pas en l'employant : "J'aime les bottes à revers et j'aime mon enfant" ? » Il en est ainsi dans la langue française, on aimerait les carottes râpées et les bains de mer, comme on aimerait ses amis ou sa famille, son amoureux ou son amoureuse, son amant ou son amante, son mari ou son épouse, sa compagne ou son compagnon... Enfin, pas tout à fait « comme » : avoir du goût pour quelque chose, le savourer, est tout de même différent de l'affection éprouvée pour un être. Pas tout à fait « comme » puisque l'affection entre deux amis « se situe en dehors des liens du sang et de l'attrait des sexes » ainsi que l'indiquait déjà si précisément une définition du XI^e siècle. Pourtant, il est des « petits amis » et « petites amies » qui suggèrent la relation amoureuse. On pourrait alors s'interroger sur l'adjectif « petit ». Serait-ce un ersatz d'amour qui aurait la couleur de l'amour mais non point son aura ?

L'amour serait aveugle, l'amitié aurait-elle donc les yeux grands ouverts ? Céderait-elle moins aux éblouissements et à la sidération. Sans doute pas. Comme il est des coups de foudre amoureux, il en est également d'amitié. N'est-ce pas ce que donne à voir **Montaigne** quand il évoque sa rencontre avec La Boétie : cette évidence frappée du sceau de la prédestination et de l'élection : « Nous nous cherchions avant que de nous être vus » et de poursuivre : « Et à notre première rencontre, qui fut par hasard en une grande fête et compagnie de ville, nous nous trouvâmes si pris, si connus, si obligés entre nous, que rien dès lors ne nous fut si proche que l'un à l'autre. » N'était la référence précise à Montaigne, on songerait à la rencontre de la Princesse de Clèves et du duc de Nemours dans le roman de Madame de La Fayette.

Le psychanalyste **Jean-Bertrand Pontalis** soulignait : « Difficile pour qui cherche à définir l'amitié de ne pas la différencier de l'amour [...]. Il ajoutait : Pour ma part, je vois

la différence en ceci : l'amour vise la plénitude de la satisfaction même s'il ne l'obtient jamais et du coup se nourrit de l'insatisfaction. Seul peut-être l'amour mystique ferait exception. L'amitié, elle, ne prétend pas accéder à la plénitude. On a beau attendre beaucoup de l'ami, on n'attend pas tout de lui. Elle n'exige pas d'être parfaite. »². L'amitié suppose la réciprocité, se fonde sur elle. Ce n'est pas toujours le cas dans la relation amoureuse.



À n'en pas douter, **Montaigne** a fixé une altitude, tracé un absolu, érigé un temple à ce qui semble une mystique de l'amitié : « Si on me presse de dire pourquoi je t'aimais, je sens que cela ne peut s'exprimer qu'en répondant : "Parce que c'était lui ; parce que c'était moi." »³. Sa réponse à l'éventuelle question sur les raisons de son amitié pour la Boétie dit plus qu'on ne veut bien entendre et dont on pourrait se satisfaire. Il y a comme un silence dans ces formules elliptiques, une harmonie intime, un écho au cœur même de la phrase. Il y a là une évidence qui s'impose, au-delà des mots, renvoie à un être précis et non à une définition abstraite. L'amitié s'incarne pour dire le différent et le semblable, l'Autre, celui ou celle avec qui on partage cette affection où s'entend le verbe « aimer », où s'entend la merveille de la rencontre et son mystère à partager, où se dit « grâce vous soient rendues » d'être qui vous êtes.

Tristan Garcia aurait-il raison quand dans son essai, *La vie intense, une obsession moderne*, il évoque « amitiés morales » et « amitiés éthiques » ? L'ouvre des hypothèses qui permettent d'interroger ce qui nous lie à un ami ou une amie sans oublier la part d'irrationnel propre aux sentiments qui nous portent et nous emportent vers quelqu'un ou

quelqu'une : « Nous entretenons des affinités avec des personnes dont nous partageons les idées, les valeurs, les goûts et les principes, mais qui n'ont pas du tout notre manière de faire, nos façons de penser, d'agir et notre intelligence. Et puis nous sommes amis avec d'autres personnes, dont les principes moraux ou politiques nous sont étrangers, et peuvent même nous choquer, mais chez qui nous reconnaissons une même façon de faire, de penser, une sorte d'éthique identique. »⁴.

Non, pas facile d'évoquer l'essence de l'amitié ! On se protège un peu, comme dans le *Petit Prince* de **Saint Exupéry**. Le Petit Prince demande qu'on lui dessine un mouton. Le narrateur s'exécute, en trace plusieurs qui ne correspondent guère aux attentes. Alors, un peu lassé, il dessine une boîte en disant que le mouton est à l'intérieur. Le Petit Prince s'en réjouit car lui seul voit ce qu'il cherche et répond à son attente : « C'est tout à fait comme ça que je le voulais ! ».



Il me semble qu'il en est ainsi de l'amitié. On peut aller ici ou là, du côté des mots, des expressions, vers tel ou tel auteur, telle ou telle figure littéraire, mythique, convoquer dans leurs atours antiques : *philia*, *agapè* et *éros*, rien ne nous satisfait totalement. Alors, en souriant, on se dit, qu'il en est comme du mouton du Petit Prince : tout est dans l'obscurité habitée de la boîte, dans ce qui n'existe que pour soi, qui s'est construit au fil des jours et des années, dans l'accueil, le respect du mystère que chacun est pour lui-même et pour l'autre.

Cet(te) autre avec qui se partage une amitié incomparable dont la lumière maintient en éveil et en merveille : « Il y a cela de vraiment merveilleux entre nous c'est qu'on peut se donner tout ce qui est possible et impossible, sans limites, parce qu'on ne voit pas la fin de nos possibilités, si ce n'est par vague pressentiment et encore. »⁵ écrivait le peintre **Nicolas de Staël** à son ami le poète René Char.

On ne saurait mieux dire.

Une force d'âme

QUESTIONS À MICHEL ERMAN

PAR MARIE-CATHERINE CHIKH
Comité de rédaction



¹ Michel Erman, *Le lien d'amitié. Une force d'âme*, Plon, 2016, 192 p.



Marie-Catherine Chikh : Michel Erman, vous êtes écrivain et philosophe et travaillez sur les passions et les émotions. Vous enseignez à l'université de Bourgogne. Dans votre livre paru en début d'année qui a pour titre *Le lien d'amitié. Une force d'âme*¹, vous dites que les philosophes de la modernité sont plus centrés sur la solitude de l'être humain comme condition inévitable ; ils auraient oublié ou dénigreraient la force du lien d'amitié et sa nécessité.

Michel Erman : Depuis le rationalisme, la philosophie moderne s'intéresse à l'individu et à la conscience individuelle beaucoup plus que la philosophie antique, centrée, elle, sur les rapports entre les gens. Aristote a montré, par exemple, combien l'amitié était un lien essentiel au bonheur, ancré dans le sentiment archaïque d'hospitalité. L'amitié comme question philosophique a donc été laissée de côté par la modernité.

Il faut ajouter que le christianisme a largement contribué à déplacer l'objet de l'amitié en prônant l'amour du prochain au-delà du proche, c'est-à-dire l'amour obligé des autres. De plus, en Europe et en France, particulièrement depuis le romantisme, le grand lien humain, c'est l'amour. Au regard de l'amour, l'amitié semble un sentiment tiède. J'ai voulu écrire ce livre pour montrer que cette opposition n'était pas juste. D'ailleurs, les deux mots ont la même racine, tous deux sont dérivés du latin *amare*.

Vous avez évoqué la solitude, on dit que l'amitié peut sortir l'homme de son enfermement. Il faut parler de la solitude avec des nuances : dans la solitude choisie, on cherche d'une certaine façon à se protéger des humeurs du monde, des opinions des autres. Dans la solitude imposée que vivent vos appelants, l'individu vit des situations d'exclusion et des moments de souffrance.

M.-C. C. : À notre époque, en quoi peut-on dire que ce lien serait plus indispensable qu'auparavant et consisterait en une valeur plus fiable que l'amour, par exemple ?



M. E. : Je pense que notre époque revalorise le sentiment amical, et cela pour plusieurs raisons. Il faudrait partir d'un sondage qui a été fait il y a une dizaine d'années par la Sofres : 54 pour cent des Jeunes de moins de 25 ans disaient préférer l'amitié à l'amour dans leur choix de vie. C'était surprenant ! Pour moi, l'individualisme a atteint ses limites tant il est vrai que, dans la société contemporaine, nous nous croisons plus que nous nous rencontrons. Ainsi arrive-t-il que les gens éprouvent une impression paradoxale de désocialisation (dans le chômage de longue durée, par exemple). Pour toutes ces raisons, et en réaction à cela, on redécouvre l'amitié comme une recherche de sécurité, comme une valeur sûre qui permet de mieux vivre.

Après les attentats de 2015, il y a eu des réactions émotionnelles qui m'ont frappé. Les gens ont eu envie de se rapprocher et de partager des émotions. Des manifestations ont eu lieu spontanément, sans drapeaux ni slogans. Cela a désappointé les politiques car il s'agissait d'un sursaut impliquant une fraternité horizontale, une manière sociale de vivre l'amitié, une fraternité vécue par des gens qui n'avaient pas forcément des situations sociales et culturelles semblables ou des motivations politiques communes.

¹ Christian BOBIN, *L'enchantement simple*, coll. « Entre 4 yeux », Éditions Lettres vives, 1986

² Jean-Bertrand PONTALIS, *Le songe de Monomotapa*, Éditions Gallimard, 2009

³ MONTAIGNE, *Essais*, « De l'amitié », Livre 1, XXVIII

⁴ Tristan GARCIA, *La vie intense, une obsession moderne*, coll. « Les grands mots », Éditions Autrement, 2016

⁵ Lettre datée du 9 novembre 1953, *Correspondance René Char Nicolas de Staël, 1951-1954*, Éditions des Busclats, 2010

S.O.S Amitié un nom toujours en tension...

Le contenu de cet article s'inspire du chapitre « Histoire de S.O.S Amitié », du même auteur, inclus dans l'ouvrage collectif *Sortir du silence, l'écoute à S.O.S Amitié*, qui paraît en octobre 2016 aux éditions Chronique sociale.

PAR PIERRE COUETTE

P

ourquoi l'association S.O.S Amitié s'appelle-t-elle ainsi, et pourquoi le mot « amitié » y figure-t-il ? Rappelons-nous : pendant l'hiver 1953, un prêtre anglican de Londres, Chad Varah, est bouleversé par plusieurs suicides de jeunes gens de sa paroisse. Il lance alors un appel dans la presse : « Avant de vous suicider, téléphonez-moi à MAN 9000 », qui est le numéro de son église. De nombreuses personnes appellent aussitôt, et des bénévoles doivent venir seconder le prêtre débordé. Les « Samaritains » sont nés, appelés ainsi en référence à la parabole de l'évangile, et se développent très rapidement. Dans les années qui suivent, d'autres initiatives similaires apparaissent en Europe, sous des dénominations différentes, mais le plus souvent à l'initiative des églises locales : *Telefon Seelsorge* (Seelsorge : bien-être spirituel) à Berlin-Ouest, où la ville alors encerclée est suicidogène, *Die Dargebotene Hand* (La main tendue) à Zurich puis à Genève et enfin Télé-Accueil à Bruxelles.

C'est alors que Gorges Lillaz, fervent protestant laïc très fortuné souhaite s'investir dans la création d'un service similaire en France. Il s'informe auprès du responsable genevois, et décide aussitôt d'aider financièrement l'opération, en y associant les autres confessions religieuses, selon les exemples étrangers. C'est ainsi que le 26 octobre 1960, le pasteur Marc Boegner, président de la Fédération protestante de France, Monseigneur Jean Rodhain, président du Secours catholique, et le Grand rabbin de France Jacob Kaplan, signent à Paris un accord pour la « création d'un service de S.O.S. par l'Église protestante de Paris [...] ». Le pasteur Jean Casalis et sa

femme en seront les premiers écoutants. Il est à noter toutefois que, très rapidement, l'association s'émancipa de cette tutelle confessionnelle et ne fut plus dirigée ensuite que par des responsables laïcs.

Mais comment appeler cette nouvelle structure ? Un premier mot figure déjà dans le document constitutif : S.O.S. C'est l'appel au secours d'un navire en détresse, qui n'était au départ qu'un simple code télégraphique, auquel on a voulu ensuite donner un contenu, comme par exemple « *Save Our Souls* » (« Sauvez nos âmes »), ou « *Save Our Ship* » (« Sauvez notre navire ») ou encore « *Send Out Succour* » (« Envoyez des secours »). Il convenait donc bien pour qualifier un numéro d'appel téléphonique de prévention du suicide.

Toutefois il fallait compléter ce vocable, qui ne pouvait suffire. Au cours des échanges avec les précurseurs anglais, un mot revenait souvent pour qualifier le type de relation qui se créait alors entre l'appelant et l'écoutant : « *befriending* », qui signifie quelque chose comme se lier d'amitié, traiter en ami, et même venir en aide...

Alors la première association, dont le siège était à Boulogne-sur-Seine, s'appela en 1960 tout simplement : « L'Amitié S.O.S. par téléphone », formulation qui évitait à la fois la connotation chrétienne des appellations anglaises ou allemandes, et le symbolisme un peu banal des entités suisses ou belges.



Mais ce nom, sans doute trop long, et peut-être mal compris, fut changé en 1965 en celui qui est toujours en usage : S.O.S Amitié, le téléphone étant désormais seulement représenté dans le sigle, tel celui créé en 1970. Il est à remarquer que l'absence du point après le dernier S, toujours en vigueur, s'explique par la symétrie graphique qui était ainsi créée.



Donc, avec « S.O.S » juxtaposé sans trait d'union¹ devant « Amitié », s'installait définitivement la tension féconde entre les deux mots qui conciliaient l'urgence et la durée, l'aide immédiate et le respect de l'autonomie de décision. Le paradoxe de ce dispositif ne cessera depuis lors d'être interrogé et approfondi, en particulier dans le cadre de l'écoute rogérienne.

Puis en 1986, la devise « Un mal des mots », en forme de jeu de mots lacanien, complétée par l'image d'un fil téléphonique entortillé, est venue préciser le titre initial, en suggérant que le simple « dire » de l'appel est susceptible de dénouer un mal-être mutique où s'installent la solitude et la souffrance.

Un mal. Des mots.

Enfin, depuis les années 2000, les bienfaits de l'écoute - du S.O.S idées noires au franc sourire amical - se déclinent dans les trois cases d'une bande dessinée.



Telle est donc la déjà longue histoire de ce nom un peu mythique.

¹ Pour des raisons informatiques, ce trait d'union est toutefois présent dans l'adresse du site internet : « sos-amitie.com ». Par contre, les points entre S.O.S y sont omis, de même que l'accent aigu final d'amitié.

M.-C. C. : Ils s'appellent « amis » et ils le deviennent grâce à Internet sur Facebook, ils ont des centres d'intérêts communs. Pour autant, vous semblez critique sur l'authenticité de ces relations d'amitié.

M. E. : Il faut évoquer dans cette affaire la puissance du signifiant : le mot « ami » traduit le mot anglais « friend » et contient la notion de « friendship » ou « coolitude » en langage contemporain, laquelle prévaut dans les mœurs Outre-Atlantique comme contrepoids à la morale de la compétition libérale, toujours susceptible de faire des individus d'éternels ennemis. Plus généralement, on évoquera la sympathie généralisée, de mise dans la société démocratique : je dois apprécier l'autre, c'est un devoir. Le mot « ami » est, en fait, un coup nominaliste dû, au début des années 2000, aux premiers réseaux sociaux américains. Ces derniers ont cherché à promouvoir leurs sites en laissant entendre que les relations numériques seraient « friendly ». Si ces réseaux étaient nés en France, il n'est pas sûr que ce mot d'« ami » aurait été retenu. C'est une tromperie sur la notion d'amitié. Je pense que l'amitié ne se fait pas de loin, c'est une présence, c'est une relation choisie à deux. Par ailleurs, comme vous le savez, dans la vie réelle on n'a qu'un nombre limité d'amis alors que sur Facebook, c'est la compétition des « friends ».

M.-C. C. : Vous décrivez les qualités nécessaires au lien d'amitié. Je crois qu'on peut les rapprocher de celles de la parole de celui qui appelle S.O.S Amitié. Il faut aussi à celui qui écoute ces qualités de respect, de générosité, de non jugement... Sortir de soi pour aller à l'autre, il y a des similitudes. Qu'en pensez-vous ?

M. E. : Je le pense absolument. Dans le travail d'écoute que vous faites, il faut avoir en soi la capacité d'être un peu l'autre. De plus, il faut reconnaître l'autre à partir de la conscience que l'on a de soi-même. C'est-à-dire lui signifier qu'il n'est pas qu'un être dans la peine mais qu'il est digne d'estime, comme soi et comme tout un chacun.

Ceux qui écoutent cherchent à donner à ceux qui appellent la force de se retrouver eux-mêmes. J'évoque votre association dans mon livre quand je parle de philanthropie comme quelque chose qui peut améliorer le monde, comme une manière de vivre l'être ensemble. Vous incarnez la présence des vertus amicales comme refuge contre l'hostilité du monde. Toutes choses égales, S.O.S Amitié, emprunte un peu à Épicure (philosophe grec du IV^e siècle avant J.-C.) qui enseignait comment en arriver à la paix de l'âme.

M.-C. C. : Presque 2000 écoutants à S.O.S Amitié, répartis sur quarante-huit lieux dans tout le territoire, la nuit, le jour (sur internet aussi). Celui qui appelle n'a pas trouvé auparavant l'ami, l'épaule, le pote pour essayer de dire qu'il sent vaciller son envie de vie, sa force d'âme. Qu'auriez-vous envie de dire, vous, en direct à tous ces écoutants qui l'accueillent ?

M. E. : J'ai toujours trouvé vos écoutants admirables. Dans leur activité, ils exercent pleinement les vertus de l'amitié, dont la première d'entre elles, la générosité que vous évoquiez précédemment, et bien sûr, la bienveillance. Les gens qui vous appellent sont quelquefois en grande détresse, il est important qu'ils trouvent cet accueil, ces mots qui redonnent confiance et relient à la vie.



Je ne suis pas un philosophe qui regarde les choses de haut, j'observe les liens humains avec modestie, sans chercher à créer des modèles ou à donner des leçons. Cependant, je pense qu'il y a un écueil à éviter : il ne faut pas tomber dans la gentillesse, je veux dire trop de gentillesse. En effet, celle-ci peut être envahissante pour l'autre si l'on s'obstine à vouloir lui dire ou lui donner quelque chose qu'il ne veut pas forcément. La question première est peut-être de se demander pourquoi est-ce qu'on devient écoutant.

M.-C. C. : Précisément, quel est votre avis ?

M. E. : Sans doute parce qu'on prend plaisir à vivre cette relation particulière avec autrui. L'amitié implique l'altruisme mais pas l'oubli de soi. Dans le lien amical, on reste soi-même. J'ai envie de leur dire : « restez vous-même », quelle que soit la motivation de départ.

M.-C. C. : Vous dites : « restez vous-même », ne pensez-vous pas que l'échange avec l'autre transforme ?

M. E. : Dans la situation d'écoute dont nous parlons, comme dans l'amitié, rester soi-même signifie ne pas s'oublier tout en ayant pleinement conscience d'accomplir quelque chose de gratuit. L'écoute en question revient à jouer du lien avec l'autre sans en attendre quoi que ce soit, tout en voyant se dessiner une forme de réciprocité. Il s'agit là d'une relation fondamentale, faite de sollicitude plutôt que de charité, qui permet de se découvrir « soi-même comme un autre », pour reprendre le beau titre de l'ouvrage de Paul Ricœur. C'est cela, l'échange avec l'autre fait entrer dans l'espace de la sollicitude.

M.-C. C. : Il faudrait faire la différence entre l'amitié et la fraternité.

M. E. : La fraternité au sens où nous l'entendons généralement, la fraternité républicaine, par exemple, implique une communauté solidaire constituée en deçà de toute prédilection mais rassemblant sentimentalement les hommes. Elle engage, voire oblige, les individus à coopérer en se référant à un transcendant collectif. Son horizon n'est pas autrui mais la communauté. L'amitié, en revanche, implique une rencontre, un sentiment immédiat de sympathie ; elle procède d'un choix individuel.



La fraternité amicale que je défends survient lorsque l'on éprouve un élan vers l'autre considéré comme un semblable et qu'on lui tend la main. Un tel lien, éminemment altruiste, naît souvent dans la tourmente ou le malheur et repose sur une solidarité toute particulière amenant au don de soi. Elle est motivée par le désir de persévérer dans son être, lors d'événements où l'homme est confronté au mal et veut conserver sa dignité d'être humain. Les frères ont le sentiment très puissant d'appartenir à l'espèce humaine. Certains récits de rescapés de camps de concentration en témoignent de façon très touchante : Simone Veil raconte qu'à son arrivée à Auschwitz une femme lui a donné son manteau, en pensant que la jeune fille avait plus de chances de survivre qu'elle-même. Ce n'était pas de la charité mais de l'humanité ! Le frère est quelqu'un que je trouve semblable à moi quand je suis atteint comme lui dans mon humanité. Je tends la main à l'autre pour rester humain, je ne le fais pas par devoir, cela surgit du plus profond de moi-même.

Frères humains qui avec nous, vivez...



Elle décroche le téléphone et, après son « S.O.S Amitié, bonjour », reconnaît la voix qui appelle.

PAR DENISE DEMOULIERE
Comité de Rédaction

Elle attend les phrases... qui arrivent... conformes : mêmes mots, même ordre, même ton, même histoire. Pourtant, un inattendu : « Vous me reconnaissez, n'est-ce pas ? » vient troubler l'ordinaire de l'appel. « Vous savez, monsieur, nous avons beaucoup d'appels ; nous pouvons nous tromper ; nous nous efforçons d'avoir une écoute sans passé. » « Ah bon ! Où est l'amitié alors ? Je croyais que vous vous appeliez S.O.S Amitié... »

Le dialogue se poursuit, cahin-caha. Elle se sent mal à l'aise, piégée. Elle quitte le poste avec l'idée qu'elle n'a pas su répondre.

Par deux fois, elle se retrouve dans une situation identique. Même appelant, même histoire ponctuée par l'insidieux : « Vous me reconnaissez n'est-ce pas ? Je sais que vous me reconnaissez ! » Même remarque concernant l'amitié. L'appel se terminant alors agressivement : « Vous n'êtes rien ! » ou ironiquement : « Bravo, vous avez bien respecté la charte ! » Même difficulté pour elle.

On peut raisonnablement penser que cet appelant aurait raccroché s'il avait entendu une voix masculine. On peut penser que, s'appuyant sur le sens « ordinaire » du mot amitié il cherchait à tordre le cadre contraignant de l'écoute, à sortir de l'anonymat ou de la situation asymétrique dans laquelle son appel le plaçait ; il deviendrait le maître du jeu : lui, un Pierre ou un Joël pourrait avoir tel jour ou tel autre un rendez-vous téléphonique avec elle, Jacqueline ou Lucie. Ils dialogueraient, chacun pénétrant la vie de l'autre, des silhouettes, des visages, des couleurs, yeux, cheveux pourraient se dessiner. Une rencontre ? Une amitié ? Un jeu graveleux ? Une prise de pouvoir ?

Oublions les troubles et peut-être perverses motivations de cet appelant. S.O.S Amitié n'est pas un site de rencontres au sens que l'on donne habituellement à cette expression. Reste que la question est légitime : on parle d'amitié mais de quoi s'agit-il ici ? Essayons de creuser.

Il y a celui qui éclate de rire en disant : « Je donne des prénoms à toutes les femmes qui m'écoutent, vous, c'est Dorothée ! » Il y a cet autre qui parle des écoutants de sa ville comme de sa famille. Il y a cette femme qui commence toujours ainsi : « Je suis bien à... ? Comment allez-vous ? Quel temps fait-il chez vous ? » et celle qui demande : « Vous vous souvenez que j'ai été opérée ? ». Il y a aussi celui, bien informé, qui redoute par

avance le moment où un numéro unique « le balancera n'importe où. » Il a ses lieux, ses voix, ses repères.

Ceux-là sont des « habitués ». On les a croisés, ils nous ont croisés. Les voix sont familières. Ils glissent dans leur appel des mots qui sont des clins d'œil, de petits signes de la main comme ceux qu'on adresse à un voisin. Des liens légers ont été créés. Pas de sortie du cadre ici, mais une reconnaissance tacite, à peine évoquée, qui ne manipule pas, n'empêche pas la parole.

Il y a aussi ceux qui viennent pour la première fois. Ils sont en quête d'un Autre. Et cet Autre, inconnu, recevra, durant l'espace d'une conversation, ce qui n'a pas pu être dit ailleurs et qui est parfois (?), toujours (?) le plus important, le plus intime, ce que d'ordinaire on ne donne qu'à un ami, ou au contraire qu'on cache soigneusement et qui finit par étouffer. Peut-être rappelleront-ils, peut-être non.

Alors ?

Tous, ceux qui écoutent et ceux qui appellent, habitués ou nouveaux, ont en commun d'avoir été « jetés dans l'arène », que cela leur plaise ou non. Ils sont frères de vie, « frères humains » disait François Villon. Ils ont en partage la lumière, le bleu du ciel et le rouge du coquelicot, le bruit du vent, le goût du sel et de l'eau, les multiples visages du bonheur. Ils partagent aussi les mille et un visages du malheur, le risque de la douleur, de toutes les douleurs, de la barbarie, de la mélancolie, le risque du non sens, du « qu'est ce que je fais ici ? », du « à quoi bon ? ». Et tous ont la certitude qu'ils mourront, ce qui, quoi qu'on puisse en dire, n'est pas une mince affaire. Frères humains... Frères de fatigues ou de désirs... Ils ont l'humanité en commun.

Quelqu'un appelle, qui dit quelque chose de lui-même et ce qu'il dit est l'une des innombrables facettes que peut prendre la vie, une des pages du livre qu'il lui a été donné, à lui, d'écrire, du livre de sa vie. Quelqu'un écoute, comprend ou s'efforce de comprendre et d'aider. Il se peut qu'il ne réussisse pas : écouter est parfois difficile, on le sait ; il peut être choqué, bousculé, il se peut qu'il sombre dans l'ennui, son expérience est trop lointaine. Il ne sera de toute façon pas un ami au sens qu'Aristote donne à ce terme, ou Montaigne. Mais sa présence est fraternelle, le fait même de sa présence à l'écoute est fraternel.

S.O.S Fraternité donc ?

Laissons à Romain Gary le soin de conclure : « Je ne te demande pas de m'aimer : je te parle de fraternité, je te demande d'être à mes côtés dans la profanation du malheur. Il n'est pas de plus haute célébration humaine. » Ces phrases sont extraites de son roman *Clair de femme*.



Question : l'amitié mot usurpé ?

Écoutant OU ami ?

Pourquoi nous ne nous appelons pas S.O.S Écoute, plutôt que S.O.S Amitié ? Ne serait-ce pas plus exact ? Un écoutant, selon les principes de l'écoute centrée sur la personne, préconisés par Carl Rogers, peut-il se qualifier d'ami ? Ce mot amitié interroge, profondément, l'appelant comme... l'ami écoutant.

PAR JEAN-CHRISTOPHE DEBAUGE
Comité de rédaction

Amitié mot questionnant

Les appelants demandent de l'amitié. Quelle amitié ? La plupart sollicitent une présence, une oreille compatissante. Mais parfois ils formulent des requêtes de rencontres réelles, demandent à être mis en relation avec des personnes de mêmes affinités, veulent intégrer un groupe d'amis. Ces réclamations embarrassent les écoutants. Pour y répondre, il faudrait lever l'anonymat, principe fondamental de l'écoute à S.O.S Amitié auquel on ne peut déroger. Il se peut que l'appelant soit déçu, ou en fasse le reproche amer, qu'il pense que tout cela n'est que du vent, qu'il ne s'agit pas d'amitié. Et l'écoutant écoute...

Les écoutants écoutent, cela chacun peut bien le faire. Est-ce cela qui nécessite une formation de plus de trois mois, avec des psychologues et des mises en exercices ? Oui, car c'est une écoute délicate. Certains anciens disent même qu'il faut plusieurs vies pour savoir *bien écouter*. S.O.S Amitié a fait le choix de suivre les principes Rogériens. Certes en les adaptant au cadre de S.O.S Amitié, qui n'est ni un espace de soin, ni une consultation psychologique. Mais pour autant la question de l'amitié y est peu abordée... et chaque écoutant doit en faire sa propre expérience. La question vient rapidement : en quoi l'écoute S.O.S Amitié propose-t-elle un lien d'amitié ?

L'amitié se vit dans une *proximité*, une *continuité*, une *reconnaissance mutuelle* et une *intimité*. Voilà ce qu'attend chacun de nous de l'amitié, et ce que les psychosociologues ont mis en évidence ¹. Mais c'est aussi ce que n'offre pas le dispositif d'écoute à S.O.S Amitié. La *proximité* est remplacée par une mise à distance via le téléphone, la communication internet. La *continuité* est difficile, impossible puisque les écoutants changent. Elle peut même n'être pas souhaitable afin de ne pas enfermer l'appelant dans son discours et rester ouvert à ce qu'il a à dire maintenant. Chaque appel est pris comme nouveau. La *reconnaissance mutuelle* est d'emblée rendue impossible par l'anonymat qui préserve l'identité sociale de l'appelant comme de l'écoutant. L'anonymat laisse chacun libre de se dire comme il l'entend. L'*intimité* est plus complexe. Car on peut se sentir ami sans avoir à se confier, sans mettre tout le poids de son existence dans ses mots ². Cependant, c'est bien lorsque la souffrance a besoin d'être entendue, qu'un ami est le plus précieux. L'on pourrait penser que parler à une personne complètement inconnue est un frein puissant pour confier ses questionnements intimes. Mais l'expérience montre que ce n'est pas aussi simple. Par exemple ce voisin de wagon, qui le temps du trajet, peut recevoir nos confidences, nos doutes, pour peu qu'il y prête une oreille attentive et respectueuse. Il prend la qualité d'un ami. L'ami qui ouvre la porte à une liberté intérieure, celle de l'intime. Montaigne pense que l'ami est celui qui permet d'être libre et de nous connaître ³.

L'enjeu est donc de taille : vivre une écoute amicale, sans satisfaire la plupart des prérequis attendus par l'appelant. C'est un défi pour l'appelant (qui a peur d'être déçu) et pour l'écoutant (qui a peur de décevoir).

Question : l'écoute n'est pas l'amitié ?

Écouter ne suffit pas pour faire naître ce sentiment particulier d'amitié ou d'intime présence. On peut écouter sans s'impliquer, pour laisser la place entière à l'appelant. Il arrive à ce dernier de moquer parfois les « hum, hum », les « oui, je comprends... », et rappelle clairement qu'il en désire davantage. L'appelant a besoin d'une personne vivante qui l'écoute. C'est-à-dire, qui partage, qui se trompe, qui se contredit elle aussi, qui ne comprend pas, qui tente l'aventure de l'altérité. Une écoute trop distante peut sembler passive⁴. Cependant, il ne s'agit pas d'être tout entier dans la conversation, dans les lieux communs et les potins de bistrot.

Ce qui pourrait manquer à l'écoute, spécifique donc à l'amitié, c'est la chaleur de la présence, c'est l'importance d'être là. Être là, même quand l'appelant n'est plus lui-même, hors de lui, en colère. Dans une si grande colère qu'il déverse sa haine sur l'ami écoutant. L'ami, lui, a déjà pardonné. Il est même peut-être heureux qu'il puisse manifester cette haine sur l'ami plutôt que sur une autre personne plus fragile ou qui pourrait lui retourner cette violence. Comme l'ami, l'écoutant doit être infiniment bon et patient. Il sait que l'appelant n'est pas réductible à sa colère.

Écouter n'implique pas non plus de rire ensemble. La présence d'un ami, oui. Avec l'ami tout devient plus léger. Même si les problèmes ne sont pas résolus. On arrive même à rire de notre malheur. Il ne s'agit pas de se moquer, il s'agit de rire de l'absurdité des événements, de l'étonnement d'être en vie.

Enfin, bien écouter pourrait suffire à l'échange, qui s'arrête là. Au contraire, l'ami est celui qu'on a envie de revoir. Il arrive que des amitiés se nouent très rapidement et restent tenaces malgré la rareté des rencontres et la distance entre elles⁵. L'envie de se retrouver est là. Il y a peu de chance que l'écoutant et l'appelant à S.O.S Amitié tombent l'un sur l'autre. Pourtant de part et d'autre, la possibilité d'être à nouveau ensemble est une promesse qui fait tenir debout.

Question : faut-il changer S.O.S « Amitié » ?

Il semble que le mot noble d'AMITIÉ pour qualifier notre écoute soit un trait de génie ! Et comme tout ce qui est génial, cela dérange, bouge les frontières, interroge les fondements. Il faut conserver ce mot amitié qui façonne l'écoute et la relation. Il met l'écoute au juste niveau de la dignité humaine et de l'accueil de toutes les souffrances. Il est du devoir de S.O.S Amitié de tendre vers la qualité amicale de l'écoute. Il est de l'exigence des appelants de revendiquer cette amitié. D'ailleurs les appelants pardonnent souvent aux écoutants comme ils le font avec des amis. Le message formidable, le pari fou de S.O.S Amitié serait-il

de montrer que nous pouvons tous être amis dans la relation, sans être amis dans la vie⁶ ? Le choix du mot amitié interroge la pratique d'écoute pour sans cesse la replacer dans une qualité d'être. L'amitié replace chacun dans une force d'âme : « Une relation amicale réussie implique d'avoir "une conscience vive de l'altérité dans le semblable". Et de se réjouir que l'autre soit ainsi différent de soi. [...] Est ami celui qui sait, quelles que soient les circonstances, suspendre tout jugement sur autrui sans qu'il s'agisse, pour autant, d'une obligation morale. Cela s'appelle le respect, cela demande de savoir surmonter ses défiances, d'avoir ce courage particulier qu'est la force d'âme. »⁷ Il est de bonnes questions qu'il faut savoir se poser toujours. En toute amitié...

¹ Jean MAISONNEUVE, *Psychologie de l'amitié*, Paris, PUF, coll. « Que sais-je ? », 2004, 128 p
² Christian BOBIN, qui nous donne un texte superbe en encadré : Christian BOBIN, *La lumière du monde*, Folio n°3810, 2001
³ Daniel RAMIREZ, conférence débat « Penser et vivre son écoute, une approche philosophique », philosophe, week end fédéral de la formation 31 janvier 2015.
⁴ C'est pourquoi l'on qualifie fréquemment l'écoute Rogérienne d'écoute active.
⁵ « L'ami, même absent, est toujours à notre disposition, et dans un rapport invariable avec nous », écrit Jankélévitch.
⁶ Cela rappelle le projet fou de Facebook, mais abordé d'une manière toute différente.
⁷ Michel ERMAN, *Le lien d'amitié, une force d'âme*, Plon, 2016



PAR CHRISTIAN BOBIN

Il est extrêmement rare de rencontrer quelqu'un, qu'on voie beaucoup de monde ou qu'on soit ce qu'on appelle un solitaire. La plupart des gens rendent très difficile de les rencontrer parce qu'ils ne sont pas vraiment dans leur parole ou parce qu'ils sont sans âme. Je fais toujours à l'autre le crédit de la nouveauté incroyable de son existence, mais ce crédit va s'user si l'autre a gâché cette merveille-là pour devenir comme tout le monde. Comment parler avec personne ? C'est impossible. Parfois, le désir de parler est si fort que je vais quand même tenter ma chance, mais souvent en vain. Les opinions ne m'intéressent pas. Ce qui me touche, c'est quand l'autre met tout le poids de sa vie dans la balance des mots et que sa pensée s'appuie sur ça. Pour ma part, j'ai parfois l'impression d'être totalement incapable d'aimer, et, en même temps, d'aimer plus que personne. Je vois très peu de monde, mais je peux être indéfiniment avec l'autre quand il est là. Quand je suis né, on m'a proposé le menu du monde, et il n'y avait rien de comestible. Mais quand l'autre est vraiment avec moi, je peux manger : je bois une gorgée d'air, je mange une cuillerée de lumière.



Témoignages d'écouterants

La publication de ces points de vue vise à alimenter le débat et ne saurait en aucun cas être considérée comme une prise de position de la Fédération sur le sujet. Les passages relatant un appel précis ont été écartés au nom de la confidentialité des échanges.

L'amitié, sujet de la présente revue S.O.S Amitié. Amitié avec article défini, amitié sans article défini. Que révèle cette absence d'article dans notre raison sociale ? Cet espace vide contient toute la philosophie de notre association. Certes, les écoutants sont censés écouter avec amitié, autre nom pour bienveillance, mais cette amitié-là ne saurait aboutir à une amitié personnelle qui romprait avec l'impératif de l'anonymat. Certes, des appelants tentent de nouer une relation qui déboucherait, via l'échange des numéros de téléphone, sur une rencontre concrète, mais les écoutants, épaulés par la charte, veillent, et les appelants ne sauraient finalement plus s'y tromper. Il est donc vital de lever rapidement l'équivoque créée par le mot amitié adjoint à S.O.S, au risque parfois d'engendrer de la frustration, elle-même paradoxalement porteuse de développement, ce qui est loin d'être évident pour les appelants. Nous dirons donc : par amitié, pas d'amitié !



L'ami collectif

L'amitié, une leçon de grammaire. Elle est schizophrène et se présente en tant que telle. Je l'écoute depuis le début de ma vie d'écouterante et toi aussi. Je l'ai écoutée pendant la maladie de sa maman chérie, cette maman fusionnelle, sans laquelle elle pensait ne jamais pouvoir vivre. Et toi aussi, tu l'as écoutée. Elle a perdu sa maman et elle m'a raconté cette perte cruelle, cette vie insupportable. À toi aussi, elle te l'a dit. Je ne suis pas son psychiatre, tu n'es pas son auxiliaire de vie et il n'est pas son infirmier, nous sommes un autre, l'autre. Aujourd'hui elle rappelle, pour dire que quelque chose d'agréable lui est arrivé. Elle veut le dire à moi, à toi, à nous, son ami collectif. Je m'appelle Françoise, je m'appelle Martine, je m'appelle Damien et je suis cet ami unique au monde. Elle sait que je suis, tu es, nous sommes toujours là quand les choses vont mal ou, comme aujourd'hui, quand la vie est belle."



Sur les soupirs et les larmes
 Sur les peurs inavouées
 Sur toutes les solitudes
 J'écris ton nom
 Sur la honte et sur la rage
 Sur les chagrins de la vie
 Sur le poids de nos silences
 J'écris ton nom
 Sur la folie sur la peur
 Sur les murmures et les cris
 Et sur les nuits sans amour
 J'écris ton nom
 Sur le deuil et sur la peine
 Sur la mort et sur la joie
 Sur nos mains et sur nos bouches
 J'écris ton nom
 Sur les visages inconnus
 Sur les voix qui s'entremêlent
 Dans la nuit de vos appels
 J'écris ton nom
 Sur le don de la douceur
 Sur la parole qui donne
 La confiance inattendue
 J'écris ton nom
 Sur les sourires et les rires
 Sur les mots qui reconnaissent
 Notre bonté assumée
 J'écris ton nom
 Et par le pouvoir d'un mot
 Je recommence ma vie
 Je suis née pour te connaître
 Pour te nommer
 Amitié



“ **Je me souviens** d'une appelante qui téléphonait très souvent, et qui annonçait très vite que la qualité de notre écoute ne lui convenait pas. Sans doute aurait-elle souhaité une conversation, des échanges plus personnels, ce que, fidèles à la charte, nous lui refusions. Alors, elle terminait très sèchement en déplorant « ce n'est pas la même chose avec mes amis de B... » Les écoutants de cet autre poste adoptaient très probablement une attitude voisine de la notre mais cette dame trouvait dans leur accueil cette amitié qui lui manquait tant, et qu'elle ne cessait de quêmander.”



“ Le terme amitié

peut parfois donner lieu à des quiproquos dans les échanges entre appelant et écoutant, voire « orienter » leurs propos ou leurs demandes. Je me souviens d'une personne âgée et isolée qui a appelé après avoir lu dans son journal l'annonce de S.O.S Amitié (« Solitude, détresse, appelez nous ! »). Souhaitant faire de nouvelles connaissances, elle nous a invités à venir la rencontrer un prochain week-end, et à partager un repas avec elle. Après nos explications sur les objectifs de l'association, elle s'est dite fort déçue, ne comprenant pas comment il pouvait être question d'amitié entre personnes restant anonymes et ne se rencontrant pas dans la vie réelle... Avec un autre appelant qui évoquait sa lassitude et son insatisfaction par

rapport aux sites de rencontres qu'il fréquentait régulièrement, l'échange s'est révélé très empathique et plein d'humour. Le « courant » passait entre nous de façon différente de l'ordinaire, ce qui pouvait faire penser à une conversation amicale. Il s'agissait d'un appel sur chat-accueil et l'appelant m'a demandé s'il était envisageable de se retrouver sur le site pour un prochain échange. Il a compris sans difficulté, compte-tenu des règles de fonctionnement de notre association, que c'était impossible.

Il arrive parfois (très rarement en fait) qu'après un appel qui se passe très (trop ?) bien, l'appelant ressent le besoin de maintenir un lien avec l'écoutant ; il est important que chacun reste « à sa place » et accepte la frustration engendrée par la rupture.”

“ **B**eaucoup d'appelants parlent d'amitié ; depuis que j'ai commencé à écouter, je me rends compte que,

de plus en plus souvent, ils souhaitent une écoute basée sur la conversation.

Je me souviens d'une personne qui parlait de la déception ressentie à la suite de la « trahison » d'une amie qu'elle ne voulait plus voir.

Je me souviens d'un monsieur qui voulait absolument mon numéro de téléphone car il s'était senti entendu et aurait aimé pouvoir me reparler. Il voulait que je lui donne mes prochaines plages horaires pour être sûr de pouvoir parler avec moi. J'ai expliqué pourquoi c'était impossible ; il était désolé mais a conclu qu'il avait « besoin » de ME parler et qu'il espérait vivement retomber sur moi à l'avenir, ce qui ne s'est pas produit.

Je me souviens d'un autre monsieur qui

voulait absolument m'inviter à déjeuner chez lui et me donner ses coordonnées (que je n'ai pas notées !). Cette personne voulait absolument se faire des amis et tentait sa chance avec tous les écoutants qu'elle obtenait.

Je me souviens d'une dame qui m'a parlé longuement de son mal-être, ce qui devait lui faire du bien car sa voix a changé au fil de l'appel et qui, en me remerciant pour mon écoute m'a dit : « assez parlé de moi, et vous, que faites vous dans la vie ? » Je me suis sentie coincée et me suis retranchée, maladroitement sans doute, derrière la charte de S.O.S Amitié, lui disant que je ne devais pas parler de moi. La dame a très mal réagi, disant qu'elle m'avait fait confiance en me disant TOUT sur elle, et que la moindre des choses aurait été que je converse avec elle... et elle a raccroché brutalement, me laissant un sentiment d'échec.”



“ **Malgré le soin** qui est apporté au recrutement des futurs écoutants, il arrive que l'on ne mesure pas la fragilité ou le manque de rigueur de certains d'entre eux. Il m'est arrivé à deux reprises, en tant que responsable de poste, de devoir mettre fin à l'activité d'une personne qui avait enfreint la règle rigoureuse de respect de l'anonymat. L'une d'elles n'avait pas su poser les limites indispensables à l'écoute, telle que la propose S.O.S Amitié. Les entretiens - la personne appelait souvent- avaient peu à peu pris une tournure plus intime, jusqu'à déboucher sur des rencontres... Mal à l'aise avec cela, l'écoutant avait fini par en parler aux responsables. L'autre, d'un certain âge, avait pris en pitié une jeune fille qui se disait très démunie, et était allé chez elle pour lui apporter l'aide matérielle qui lui semblait indispensable. Et cela lui semblait tout à fait banal et normal, au point d'y faire volontiers allusion.

Nous avons dû les exclure tous deux de l'association. Deux déviations du sens si spécifique que l'on doit conserver quand on parle de S.O.S Amitié.

Décision légitime, qui laisse encore des traces douloureuses après de nombreuses années !”

Note de la rédaction : voilà quelques exemples où la demande d'amitié venant des appelants ne pouvait être satisfaite, car elle ne correspondait aucunement au sens que l'association attache au mot « amitié ».

Un grand merci à Raphaëlle, Daniel, Rosine, Evelyne, Colette et Tina pour tous ces témoignages.

UNANIMITÉ¹ dans les groupes sociaux

PAR JEAN-CHRISTOPHE DEBAUGE
Comité de rédaction



Banalité de l'unanimité

Il est banal, malheureusement, de constater que la vie des groupes, quels qu'ils soient, professionnels, associatifs, voire familiaux, est entachée, par moments, d'inimitié, de rejet, d'exclusion. Si cela ne touche que peu de membres du groupe, tous sont concernés, et c'est en cela que l'on parle d'unanimité. En ces périodes où l'inimitié est reine, elle gouverne les échanges et les non-dits (qui se disent dans le dos des concernés), la concorde est bien difficile, les responsables reçoivent sans cesse des remarques des uns sur les autres. Ce phénomène est plus ou moins accentué, plus ou moins grave, mais tous les groupes en ont fait l'expérience. Les psychologues sociaux ont évidemment étudié ces phénomènes, les ont décrits et analysés et concluent qu'ils sont omniprésents.

Le vivre ensemble : nous rêvons tous d'harmonie et d'un idéal d'entente. Les psychanalystes des groupes³ qualifient ce phénomène d'*illusion groupale*. C'est le cas lorsque le groupe vit dans le sentiment d'une totale harmonie, que les membres ne veulent plus se quitter comme s'ils baignaient dans un idéal communautaire paradisiaque. Cet état d'ailleurs ne perdure pas, se fissure rapidement pour quitter cet état de grâce. Le terme illusion ne veut pas dire qu'il n'y ait pas de réalité dans cette expérience. L'illusion tient à ce que les membres croient avoir trouvé là un état stable et possiblement pérenne.

L'autorité régulatrice : ne nous berçons donc pas d'illusions et acceptons que les groupes humains passent leur temps à se surveiller, à se chamailler, à être dans un comportement régressif. Il faut la force de la loi pour rappeler régulièrement que nous sommes des adultes⁴ ! Mais l'autorité ne suffit pas. L'autorité du responsable (celui qui apporte la réponse) est de plus en plus discutée. C'est que notre société promeut l'individualisme. Que la modernité prône l'indépendance de la raison. Que les sources d'information sont multiples et accessibles, de sorte que celui qui détient

La vie d'un poste à S.O.S Amitié, en dehors de l'activité d'écoute, est très importante. Sans révéler l'organisation des postes, il est évident que l'écoute est une pratique solitaire et qu'elle nécessite un accompagnement, un soutien. La spécificité de l'écoute à S.O.S Amitié, confiée à des bénévoles non spécialistes, oblige à une belle entente. Or cela n'est pas toujours le cas. Comme tout groupe humain, la vie des postes n'est pas un long fleuve tranquille où chacun vit avec son voisin en toute cordialité et harmonie. L'amitié sauverait-elle l'âme² collective ?

Utopie de l'unanimité

Reprenons les thèmes proposés plus haut : *le vivre ensemble, l'autorité régulatrice, le conflit inévitable*, et voyons s'ils sont solubles dans un lien amical.

Le vivre ensemble : l'amitié est une joie d'être ensemble. Les équipes performantes, poussées à un haut niveau d'excellence développent le sentiment d'appartenir à un groupe exceptionnel. Ces équipes connaissent des réussites qui les confortent. L'investissement de chaque membre y est très important et les relations interpersonnelles sont particulièrement chaleureuses et vécues comme uniques. Des groupes divers en ont fait l'expérience : des équipes sportives, des orchestres sans chef d'orchestre, des groupes projets de conception d'automobiles⁶... et ceux qui créent de nouveaux concepts ou des entreprises. Tous ces exemples connus et analysés promeuvent la notion de projet mais plus encore démontrent que l'excellence s'obtient quand la technicité rejoint le vécu subjectif, que la rationalité se conjugue avec l'affectivité, que la professionnalité n'exclut pas l'amitié.

L'autorité régulatrice : l'amitié est bienveillante et compréhensive. Quand on est ami, on se dit les choses franchement et l'on accepte les points de vue divergents. L'amitié permet d'accepter les faiblesses de chacun. Or il est un membre qui dans le groupe est plus que les autres accusé de profiter de la situation ou de son pouvoir : celui qui a l'autorité. Le procès est facile et rapide : il peut abuser de sa position. Pourtant, il y a une grande solitude à être le chef. Il lui est difficile de confier ce qu'il voit. L'ami qui l'écoute sait que le décideur ne prend pas de décision à la légère et que celle-ci va plaire à certains et déplaire à d'autres. Celui qui tente de réguler une situation compliquée est parfois témoin de la dégradation d'une relation entre deux protagonistes qu'il sait ailleurs, dans un autre contexte, d'une grande intelligence et patience. Celui qui est mis en position de trancher sait qu'il ne possède pas réellement le pouvoir qui lui est donné, et qu'il devra

plus que les autres en rendre compte. Le lien d'amitié reconnaît le courage à intervenir dans les situations où la plupart feignent l'indifférence. L'amitié rend l'exercice de l'autorité, indispensable dans sa capacité à réguler, plus aisée, plus souple.

Le conflit inévitable : l'amitié et la fécondité du non-jugement. Les études⁷ le montrent, pour qu'un conflit porte effectivement des fruits, il faut une absence de mise en concurrence. Si l'on compare le travail réalisé à plusieurs et le même travail demandé à chacun indépendamment les uns des autres, le résultat du groupe sera meilleur dans la condition de non jugement. Les jalousies, les critiques, la crainte du regard d'autrui sont des freins puissants à l'entraide et à l'intercompréhension. Les membres d'un groupe vivent dans des tensions contradictoires qu'ils ont besoin de mettre en mots. S'il n'y a pas d'espace où, en toute sécurité, confier ce qui est vécu, y compris ses idées folles ou honteuses, ou encore irrationnelles, il n'y a pas moyen de progresser véritablement. Les caractéristiques d'un lien d'amitié sont tout à fait propices à la mise en confiance nécessaire.

Comment nous reconnaissons-nous ?

Entre unanimité et unanimité, comment chacun fait-il son choix ? La question du lien entre collaborateurs est une question de société. Le gouvernement a publié des travaux sur la prévention des risques psychosociaux⁸ et voudrait trouver les leviers pour encourager une meilleure Qualité de vie au travail (QVT). Rappelons que les suicides au travail sont souvent le fait de personnes qui ont été témoins d'un collaborateur particulièrement en souffrance, et n'avaient rien fait⁹. L'amitié serait alors une voie vertueuse pour les groupes.

¹ Unanimité et unanimité sont des néologismes créés à partir des mots unanimité, et respectivement de amitié et inimité.

² Chacun aura reconnu le S.O.S : Save Our Soul !

³ ANZIEU Didier, *Le groupe et l'inconscient*, DUNOD, 1999

⁴ Que diable ! (sic)

⁵ Formule que l'on doit au philosophe politique Thomas HOBBS, qui dans *Le Léviathan* pense une anthropologie fondée sur la guerre, régulée par la création de l'État de droit.

⁶ Les bleus dans Aimé JACQUET, *Ma vie pour une étoile*, Robert Laffont, 1999 - Un orchestre sans direction dans *The Orpheus Chamber Orchestra Presents Music Meets Business*, DVD, 2005 - La conception de la Twingo, Christophe MIDLER, *L'auto qui n'existait pas*, DUNOD, 1993.

⁷ Céline DARNON et Fabrizio BUTERA, *Des conflits pour apprendre*, PUF, Coll Psycho+, 2008.

⁸ RPS. Entendons par là les risques de suicide au travail, les phénomènes du burn-out.

<http://www.fonction-publique.gouv.fr/la-prevention-des-risques-psychosociaux>

⁹ Christophe DEJOURS, *Souffrance en France - La banalisation de l'injustice sociale*, Seuil, 1998.



facebook. **et nous**

L'utilisation du mot amitié dans le nom de notre association a

toujours soulevé débat, et voilà bien un point commun que nous avons avec Facebook, le roi des réseaux sociaux.

PAR MARIE BRAGARD

P

our « être » sur Facebook en tant qu'individu, il suffit de créer un profil comportant un nom, un prénom, une date de naissance, ceci, agrémenté éventuellement d'une photo, le tout lié à une adresse email. Personne ne viendra jamais vérifier la véracité de ces informations, ce qui génère quelques fois des usurpations d'identité, des piratages de comptes, la plupart du temps, vite découverts et vite supprimés par Facebook, soucieux de son image, de son cours en bourse et de la fortune de Mark Zuckerberg. Mais, vu l'importance croissante des réseaux sociaux dans tous les cercles de notre vie, il n'est pas inutile de se protéger un peu et de troquer son nom contre un pseudonyme et de rendre ainsi son profil plus difficilement identifiable par un employeur, un collègue, un voisin... la photo se fait aussi discrète, elle peut représenter un pied, une mouette ou même être un dessin. Le profil de chacun est aussi protégé par des paramètres de confidentialité, qui lorsqu'on les maîtrise, préviennent de bien des

désagréments et vous rendent quasi introuvables même sans pseudonyme.

Son profil créé, il ne reste plus qu'à vivre cette extraordinaire expérience de l'amitié virtuelle. En utilisant les adresses électroniques des contacts de notre messagerie, Facebook va nous permettre de les retrouver s'ils sont présents à cet endroit précis de la toile, en nous suggérant de devenir leur « ami ». Étranges amitiés que voilà... Alors que le monde se noie tous les jours un peu plus dans la solitude des villes et de la modernité, sur cet espace du Net, il est possible de s'imaginer riche de cinq mille amis sincères. Mais lequel d'entre eux résisterait à la réalité ? Cette popularité dans laquelle certains se complaisent, en fait rire d'autres, même sur Facebook... Des groupes ont été créés pour s'en moquer, avec des noms aussi évocateurs que : « J'ai 5000 amis sur Facebook mais je mange seul à la cantine, le midi. » Des systèmes d'alerte existent aussi pour prévenir les tentatives de harcèlement, de dénigrement, d'attaque... même si après une dizaine d'années sur le réseau, il est toujours bien complexe de comprendre les standards de Facebook, notamment en termes de liberté d'expression.

Aujourd'hui, pour les entreprises, les associations et autres collectifs, la présence sur Facebook semble indispensable. Dans ce cas, il ne faut pas créer un profil mais une page, que chacun

est libre d'aimer ou pas. Celle de S.O.S Amitié a été créée à l'occasion de nos 50 ans, avec pour particularité d'empêcher les internautes de se manifester autrement qu'en commentant nos partages d'informations ou en notant notre association. Il fallait prévenir le risque que certains confondent cette page et nos lignes d'écoute ou notre chat. Cependant malgré cette précaution, il n'est pas rare que nous masquions l'un ou l'autre des commentaires, trop personnels, risquant de faire naître un échange loin de notre éthique et de l'anonymat. Quinze mille fans susceptibles d'interagir à chaque instant nécessitent une surveillance constante, tout débordement peut finir en buzz et nous faire une mauvaise publicité. Nous sommes suivis sur Facebook par des collègues d'autres lignes d'écoute, certains de nos écoutants, de nos appelants aussi. Ces derniers n'hésitent pas à faire savoir lorsqu'ils sont mécontents, le plus souvent parce qu'ils ont du mal à nous joindre, mettant en lumière notre difficulté à recruter de nouveaux bénévoles, à offrir plus de présence encore. Facebook offrant quelques outils statistiques, il apparaît qu'un gros tiers de nos fans vit en France, un autre tiers dans les pays du Maghreb, le tiers restant étant dispersé dans une multitude de pays, qu'à 58 % ce sont des femmes, et plutôt jeunes comme la majorité des utilisateurs du réseau social.

Certaines associations régionales ont décidé de créer leur propre page, mais la page de la fédération peut, sur simple demande à la commission communication, transmettre les demandes de diffusion d'événements dans le cadre des Journées nationales de l'écoute par exemple ou des appels lors des campagnes de recrutement des uns et des autres. Nos fans peuvent à leur tour transmettre cette information à leurs amis et, ainsi, toucher des gens plus localement.

Un jour peut-être Facebook sera dépassé, remplacé... dans ce début de siècle où tout bouge si vite, il est difficile d'imaginer comment nous vivrons, nous communiquerons plus tard. Nous écoutons par messagerie et par chat, pour rester en phase avec le monde et en particulier les plus jeunes, et nous devons utiliser raisonnablement et intelligemment les réseaux sociaux pour promouvoir notre action et ne pas apparaître comme une association vieillissante.



le pouvoir, n'est plus le seul à donner le la dans cette cacophonie mal orchestrée. Les procédures démocratiques, les méthodes organisationnelles, les orientations morales : toutes ne servent finalement qu'à empêcher l'homme de devenir un loup pour l'homme⁵. Mais elles doivent être portées par une personne mandatée.

Le conflit inévitable : il y a aussi des vertus à cet état de fait, la fécondité du conflit ! En effet, seul le conflit nous permet d'évoluer, de reconsidérer ce qui alors était évident aux yeux de tous. Le conflit nous oblige à l'altérité, à la rencontre véritable. Sinon le groupe s'enfoncé dans le consensus. Or, nous vivons avec le mythe tenace qu'un bon groupe est un groupe sans conflit. Il faudrait apprendre à le vivre de manière exactement inverse. Un groupe sans conflit est un groupe mort. Mais qui voudrait tenir le rôle de celui par qui le scandale arrive ? Celui contre qui tous pourraient se retourner ? Alors le silence prend la place de l'échange et les rancœurs s'amoncellent discrètement. Jusqu'à exploser au grand jour, avec une violence telle qu'elle fait des dégâts. Des tensions fortes et des suspicions sapent la confiance, le départ de quelqu'un sans qu'on ait la possibilité de le remercier pour ce qu'il a fait de bien, tout de même, des propos malheureux qui laissent des blessures, heurtent et déçoivent.

Mais peut-être une autre forme de relation et de régulation des humeurs groupales est-elle possible : fonder l'unanimité ?

Extrait du Livre blanc de S.O.S Amitié

18.1 De quelle amitié s'agit-il ?

Pour l'écouter

Ne s'agissant pas d'un espace professionnel (ni pratique thérapeutique à proprement parler, ni assistance sociale), on peut dire que l'espace ici ouvert par l'écoute est un « espace d'amitié ».

Offrir bénévolement sa présence, son temps, sa patience, son respect de l'autre ; accueillir sa souffrance, respecter son rythme, son volume sonore, son discours ; se décentrer de soi pour se centrer sur lui, être là simplement : comment y arriver sans amicale bienveillance ?

Ne nous y méprenons pas : l'amitié offerte ici ne peut l'être au sens premier du dictionnaire : « sentiment d'affection entre deux personnes ; attachement qu'une personne témoigne à une autre » (Larousse). C'est dans le sens de « relation positive » qu'il faut l'entendre.

Ce qu'elle demande de l'écouter, c'est : une attitude d'ouverture contribuant à créer une atmosphère de chaleur humaine, d'accueil, de bienveillance.

Pour l'appelant

Ce qu'elle peut représenter pour l'appelant, dans cet espace d'écoute, c'est la reconnaissance qu'il lui est possible de s'aimer, d'être aimé et d'aimer. Devant la souffrance, la solidarité est le meilleur remède. Elle donne le sentiment d'être vivant, d'exister, de dépasser le malheur et la mort.

18.2 Dangers d'une amitié mal comprise

Il est important d'éviter qu'il s'instaure, entre un écoutant et un appelant par exemple, une relation d'amitié au sens premier, ce qui serait contraire à la déontologie de S.O.S Amitié. En effet, un sentiment positif d'amitié trop important placerait l'écouter - dans l'espace de l'écoute - en un lieu où le sentiment, parlant trop fort, nuirait au travail de l'appelant dans son dialogue avec lui-même.

On pourrait appeler cela un « bruit » dans la communication.

Au lieu de desserrer l'angoisse, cette amitié risquerait de la masquer, voire de la renforcer.

Ainsi détournée de son but, l'écoute pourrait créer de la chronicité.

IFOTES

L'EUROPE de l'amitié

Regardons les noms des associations... « S.O.S Amitié », S.O.S, c'est l'appel au secours d'un naufragé en danger, une bouteille à la mer, et Amitié veut dire aussi bienveillance : « je suis là en ami, je suis là pour vous faire du bien », Jean Furtos (*À la rencontre de l'autre : écouter la souffrance*, novembre 2014).

PAR RENÉE CHEVAL



Parmi les treize principaux pays représentés au sein du Comité international d'IFOTES, rares sont ceux qui ont choisi d'évoquer l'amitié dans le nom de leur association. C'est le cas de la France mais aussi de l'Italie, *Telefono Amico Italia*, dont sa représentante nous dit qu'il s'y exprime une notion de confiance et de disponibilité : « je suis là pour toi ».

De nos jours, l'évocation du téléphone ne traduit plus vraiment ce que font réellement nos services d'écoute puisque la plupart des associations ont, de longue date, intégré d'autres formes d'écoute, mais ce mot subsiste souvent, comme en Belgique où les services d'écoute germanophones s'appellent sobrement *Telefon Hilfe* (aide téléphonique), ce qui leur a valu parfois d'être sollicités par des appelants souhaitant une intervention technique sur leur ligne ! De même en Finlande où l'une des associations se nomme depuis 61 ans *Palveleva Puhelin* (service téléphonique) malgré l'introduction depuis dix ans de l'écoute par Internet et, étonnamment, depuis quelques années, d'un service par courrier postal !

Le nom et le logo, *Die Dargebotene Hand* germanophone, ou *La Main Tendue* francophone, expriment clairement en Suisse la volonté d'aide et l'accueil. Une enquête récente a fait apparaître que le logo, avec la main et le cœur, ne semble pas être très attrayant pour les hommes. En changer, peut-être ?

C'est la notion d'accueil de la parole de l'autre qui prime aussi en Belgique, pour l'association néerlandophone *Tele Onthaal*, comme pour nos amis francophones de *Télé Accueil*.

Les services d'écoute allemands, autrichiens et norvégiens sont fortement soutenus par l'Église bien que leurs chartes affichent une écoute aussi généraliste et neutre que la nôtre, mais ce soutien est clairement indiqué dans leurs noms : la Norvège, *Kirkens SOS* (S.O.S Église), très axée, comme en témoigne le « S.O.S » sur l'écoute de crise et la prévention du suicide, ainsi que l'Autriche et l'Allemagne avec les services de *Telefonseelsorge*, mot composé difficile à rendre en français puisqu'il associe, l'âme, les tracas et se traduit souvent, dans un contexte religieux, par « accompagnement spirituel ».

Les Pays-Bas, eux, ont choisi pour désigner leur service d'écoute, le curieux néologisme de *Sensor* qui pourrait se traduire littéralement par « oreille sensible ».

L'Espagne se démarque par l'optimisme que dénote le nom de son service d'écoute : *Telefono de la Esperanza*, et sa devise : « *Quando existe la esperanza, todos los problemas son relativos* » qui ne nécessite aucune traduction !

Quand la relation devient TOXIQUE...



Jacques Salomé, psychologue et écrivain, définit ainsi une relation toxique : *une relation est toxique lorsque ce qui vient de l'autre nous blesse ou n'est pas bon pour nous. Une amitié peut être exigeante sur la qualité des valeurs qu'elle recèle mais elle ne peut être impérialiste, autocratique et nous entraîner à ne plus nous respecter, à violenter nos repères et nos engagements, justement au nom de l'amitié.*

Voilà donc posés clairement les critères qui permettent de reconnaître si une amitié est toxique. Dans son livre *Les amitiés toxiques - comment garder des liens d'amitié sains et authentiques*, Mireille Bourret (psychosociologue québécoise) précise d'abord que *ce ne sont pas les personnes mais les amitiés qui peuvent être toxiques, puis que le fait de se sentir drainé après avoir vu telle personne, de ne pas pouvoir être soi-même avec elle, ou encore de ressentir un malaise en sa présence ou après sont départ sont des signes.*

Un article publié dans le quotidien allemand *De Morgen* en avril 2015 recense huit signes qui indiquent qu'une amitié devient toxique :

- Votre ami(e) a besoin de vous pour tout et occupe ainsi une grande partie de votre temps.
- Vous préférez ne pas le voir et êtes soulagé quand il annule un rendez-vous.
- Vous vous disputez en permanence, et ce ne sont pas des disputes anodines.
- Vos vies sont trop éloignées. Au cours d'une vie les gens changent et leur amitié peut en souffrir. Si vous avez l'impression que le contact est plutôt forcé c'est peut-être que vos chemins se sont trop écartés (Levine).
- Votre relation se caractérise par des hauts et des bas émotionnels ; il vaut peut-être mieux y mettre fin.
- Vous souffrez de troubles physiques (malaises, maux de tête...) avant ou après avoir vu votre ami(e).
- Cet ami ne voit pas ses défauts, alors qu'il devrait être ouvert d'esprit et lucide sur sa relation d'amitié.
- Enfin, et c'est le plus important, il trahit votre confiance ; loyauté et fidélité sont indispensables dans une relation d'amitié.

Certaines formes d'amitié

peuvent, en évoluant, devenir toxiques, pour l'un, l'autre ou les deux partenaires. Ce texte définit, explore et propose quelques pistes de suppression de cet aspect nocif, à partir de différents écrits, en particulier l'étude de Mireille Bourret : *les amitiés toxiques - comment garder des liens d'amitié sains et authentiques.*

PAR FRANÇOISE LEGOUIS
Comité de rédaction

Cette classification peut sembler excessive sur certains points, mais elle a le mérite d'attirer l'attention sur des symptômes que l'on pourrait avoir tendance à minimiser...

Mireille Bourret note, quant à elle, que *les amitiés toxiques diffèrent entre elles selon la façon dont elles se sont établies ou selon la façon dont elles ont évolué.*

Il est intéressant de prendre conscience que certains traits de caractère peuvent induire des réactions qui, dans la durée, peuvent devenir toxiques. Ainsi, une personnalité brillante mais superficielle peut être attirante aux débuts de la rencontre, puis devenir pénible par son manque de profondeur ; de même, une personnalité dépendante et fragile peut susciter une envie d'aider qui deviendra ensuite pesante.

On pourrait résumer ainsi : une amitié devient toxique lorsqu'elle demande trop, trop souvent et trop longtemps. C'est lorsque l'on ne se sent pas respecté, ou qu'il est difficile de rester soi-même avec la personne, qu'il faut commencer à s'inquiéter.



Pour sa part, Jacques Salomé estime qu'une amitié devient toxique

- quand l'autre n'a pas perçu que nous avons changé, que nous ne sommes plus celui qu'il a connu au début de notre rencontre
- quand il n'a pas accepté que nous puissions avoir d'autres engagements
- quand il n'admet pas qu'il a lui-même changé et qu'il tente de nous entraîner sur un terrain qui n'est pas bon pour nous

On retrouve là, à l'évidence, un manque total de respect de l'autre, tant au point de vue de son évolution que de sa propre liberté.

Vient un moment où la personne commence à se rendre compte qu'elle entretient avec une autre une relation toxique. Le plus souvent un déclencheur permet la prise de conscience. Par exemple, elle réalise que c'est toujours elle qui répond aux demandes de l'autre et que, le jour où elle exprime à son tour une demande, même modeste et naturelle, la réponse est négative. Comment, dès lors, réagir ? La question clé à se poser est, selon Mireille Bourret : *est-ce que cela me tente de garder cette personne dans ma vie ?*

Il est ensuite essentiel d'analyser la situation, de comprendre ce qui nous est devenu difficile à supporter. Ce peut n'être qu'un aspect de la personnalité ou du comportement – elle a tendance à décider à ma place sans demander mon avis ; elle se comporte chez moi comme si elle était chez elle ; il lui arrive de manquer de discrétion en dévoilant des choses de moi ou de ma vie que je souhaitais taire... Dans ce cas, il suffit parfois d'en parler franchement et de savoir poser, avec tact et diplomatie, des limites. Cela peut permettre de « détoxifier » la relation. D'autres fois, la prise de conscience du caractère toxique qu'a pris la relation ne se fait pas... On peut être amené à rompre.

Comment, alors, mettre un terme à la relation ? C'est d'autant plus difficile que l'on a pris,

pendant la période où elle a débuté, plaisir à cette relation.

La solution la moins douloureuse est celle où les deux personnes concernées peuvent, ensemble, constater qu'il n'a pas été suffisant de poser des limites, que le simple fait de se retrouver conduit à des comportements néfastes pour l'un comme pour l'autre et que les raisons de poursuivre cette relation faussement amicale ne sont pas valables. Ainsi deux amies ont dû s'éloigner l'une de l'autre parce qu'elles se détruisaient. Dès qu'elles étaient ensemble elles consommaient trop d'alcool, au risque de devenir dépendantes, et ne parvenaient pas à s'empêcher de boire lors qu'elles se rencontraient. D'un commun accord, elles ont cessé de se voir.

Dès qu'on s'aperçoit que l'on entretient une relation toxique, il importe de ne pas commettre deux erreurs :

- Continuer, sans parler de cette prise de conscience à la personne concernée.
- Tout arrêter sans donner d'explications.

Quand on décide que notre amitié vaut la peine d'être poursuivie, on n'est pas obligé de dire à l'autre qu'on est mal à l'aise avec tel aspect de sa personnalité. Mais on pose ses limites et on les respecte. Le pire, c'est de cesser de voir quelqu'un sans lui dire pourquoi. On n'aimerait certainement pas être traité de la sorte... conclut Mireille Bourret.

Dans ce domaine complexe que constituent les amitiés toxiques, il est essentiel de bien se connaître. Comme l'écrit Mireille Bourret : *on est tous, à des degrés divers, narcissiques, dépendants, ou passifs-agressifs. Et parfois le problème vient de nous et non de l'autre.*

Par exemple, la dépendance peut expliquer pourquoi A. ne prend jamais une décision sans consulter son amie. Si l'on est du genre contrôlant et qu'on trouve satisfaction à sentir le besoin qu'un autre a de vous, alors on contribue à renforcer la dépendance d'A. Cela peut ne poser aucun problème... mais si la relation devient problématique, alors il y a lieu de s'interroger sur soi-même avant de blâmer l'autre d'entrée.

En guise de conclusion, il peut être intéressant de s'arrêter sur cette phrase de Mireille Bourret : *On ne change pas les autres, sauf en changeant soi-même : lorsque l'on modifie ses propres comportements, la relation, qui est une dynamique, doit forcément changer puisque l'un des protagonistes agit de façon différente.*



L'ouvrage de Mireille Bourret est épuisé en France et je n'ai pas réussi à entrer en contact avec cette écrivaine ; j'ai donc utilisé plusieurs articles trouvés sur internet :

- Fr Chateilaine : *Quand l'amitié devient toxique*
- Femmes Plus : *Amitiés toxiques : êtes-vous concernée ?*
- Le Vif ; source De Morgen : *Huit signes qui indiquent qu'une amitié devient toxique*
- Jacques Salomé : *Il y a des amitiés toxiques* ; éditorial novembre 2009



À la vie, à la mort ?

Pas si sûr !

En juin dernier, des élèves de terminale de Guyane se sont vu proposer comme sujet de baccalauréat un commentaire du beau texte de Cicéron sur l'amitié.

PAR COLETTE BARROUX-CHABANOL
Comité de rédaction

Quand les temps sont troublés, quand les familles sont décomposées, recomposées, fragilisées, quand la vie politique semble incapable de susciter les enthousiasmes, quand les fraternités de travail s'érodent, alors il peut sembler réconfortant de se reposer (replier ?) sur l'amitié, de croire à la toute-puissance revigorante de ce lien, de consacrer du temps et de l'énergie à partager des moments d'intimité et de confiance avec ses amis, ses copains, ses potes. Cicéron se demandait si cette affection « ne serait pas ce que l'homme a reçu de meilleur des dieux immortels », qualifiant plus loin l'amitié de « secourable, jamais importune, jamais embarrassante ». En défenseur farouche, Cicéron allait jusqu'à affirmer « dans l'amitié rien n'est feint, rien n'est simulé, tout

est vrai, spontané » et donc, « les vraies amitiés sont éternelles. » Ce texte écrit en 44 av. J.-C. résonne aujourd'hui comme une sorte d'incantation, de leçon philosophique décrivant ce qui peut unir des hommes vertueux, quasiment parfaits, amenés à vivre dans un monde d'où les passions seraient absentes, de même que les rancunes, les jalousies et les appétits de pouvoir. Les valeurs morales y guideraient les « gens de bien » sachant faire preuve de loyauté et de droiture.

Or, la simple observation, de même que la lecture de l'abondante littérature consacrée au sujet, nous conduisent à d'autres constats : l'amitié est vivante, elle évolue ; elle a un début, une durée. Elle peut avoir une fin. Elle s'est tissée à un instant « t » entre des individus qui ont ensuite parcouru leur propre chemin. Leur vie personnelle et professionnelle a pu les malmener ou les gêner ; ils peuvent s'être sentis en rivalité, avoir trahi, cherché à dominer. Bref, la relation à leur ami, cet « autre » privilégié, si proche, si gratifiant, a pu se distendre voire se rompre. Cette rupture se produit rarement d'un commun accord et se révèle souvent définitive. Les raisons de briser l'amitié sont toujours graves et résultent d'un manquement à un devoir essentiel (loyauté, bienveillance) ou

de la découverte soudaine d'un déséquilibre ancien ou d'une perfidie qui rend impossible la poursuite de cette affection. Contrairement à une déloyauté en amour, on ne recolle jamais les morceaux d'une amitié brisée. On ne « retombe » plus ami de celui ou celle qui est descendu(e) de son piédestal. Car la confiance ébranlée ne refléur pas sur des ruines. Écoutons Tahar Ben Jelloun, auteur de *Éloge de l'amitié, ombre de la trahison* (Seuil 2003) nous confier que « l'amitié est une foi totale en l'autre au point que sa trahison est vécue comme une forme silencieuse de meurtre », ou bien que « les blessures de l'amitié sont inconsolables. Quand une amitié est bafouée, rien ne peut la reconstituer. Tandis que les blessures d'amour, du désir, de la sexualité, peuvent se cicatriser, celles de l'amitié sont éternelles, définitives. » En phase d'ailleurs avec Jean-Jacques Rousseau qui écrivait que « abuser de la confiance de son ami c'est la pire et la plus abjecte des trahisons » ou avec le moraliste de la fin du XVIII^e Joseph Joubert (auteur du livre *Des passions et affections de l'âme*) qui concluait « nous perdons toujours l'amitié de ceux qui perdent notre estime. »

Que se passe-t-il donc pour que cessent cette union des âmes, cette complicité, cet attachement qui sont venus

comblent une attente, nous ont donné l'illusion de la rencontre avec une « âme sœur » ? Rappelons l'enthousiasme ressenti par Hans, le jeune héros de *L'ami retrouvé* de Fred Uhlman, lorsqu'enfin paraît Conrad, ce noble ami tant espéré : « Jusqu'à son arrivée, j'avais été sans ami. Il n'y avait pas dans ma classe un seul garçon qui répondît à mon romantisme idéal de l'amitié, pas un seul que j'admiraient réellement, pour qui j'aurais volontiers donné ma vie... » Un coup de foudre amical peut survenir, il est tout aussi fragile que le coup de foudre amoureux, bâti en grande partie sur du rêve, sur de l'inconscient, sur une résonance supposée et sur la joie insensée d'avoir magiquement rencontré un alter ego à qui l'on pourra tout confier, avec lequel tout sera partagé avec franchise et se tissera une relation d'égalité et de réciprocité.



Des causes variées peuvent altérer ce lien d'amitié. La plus banale est l'éloignement géographique. Un déménagement peut être ravageur, surtout s'il se produit dans l'enfance ou l'adolescence. Certains ont connu ce déchirement de devoir suivre leurs parents à l'étranger alors que leur meilleur(e) ami(e) restait en France. Après avoir pleuré tout le temps du voyage, ils se sont promis d'écrire. Ils l'ont fait, ils ont même appelé. Mais à distance, on ne vit plus le partage permanent des impressions, les histoires de lycée, la complicité, et lorsque, bien des années plus tard, on revient au pays, on ne reconnaît plus ceux que l'on a quittés, ils sont devenus autres et l'amitié s'est transformée en mirage.

Le mariage est également source de bouleversement dans le paysage amical. Comment

poursuivre une amitié « fusionnelle » lorsque la meilleure amie se marie et prend pour confident son époux ? Quelle place trouver ? Surtout si le conjoint vous déplaît ou inversement ne peut pas vous supporter. Que d'amitiés brisées lorsqu'on ne « comprend pas comment elle a pu épouser ce garçon ! » C'est comme si une part de vous-même s'effondrait puisque soudain, il faut admettre que l'amie est différente de vous et que vous ne pouvez approuver ses choix. Garder ses amies, ses copains après son mariage nécessite beaucoup de doigté puisqu'il faut entretenir deux liens voisins voire concurrents et veiller à installer des frontières entre les domaines. Sans parler des situations limites où l'amie(e) pousse son amitié tellement loin qu'il (elle) aime aussi (parfois trop) votre conjoint. Les courriers du cœur regorgent d'histoires d'adultères tellement faciles avec le (la) meilleur(e) ami(e) de l'autre. « Je travaillais le dimanche, raconte Sophie, et ma meilleure amie est venue « aider » mon mari à s'occuper de nos enfants ; un jour où je suis rentrée de bonne heure, je les ai trouvés ensemble dans mon lit. Je crois que c'est à mon amie que j'en ai le plus voulu. »

Parfois, c'est après un divorce que se révèle une fracture plus ancienne de l'amitié. Agnès, meilleure amie de Jeanne, s'est précipitée pour consoler Marc après son divorce d'avec Jeanne. S'installant sans complexe au domicile des ex-époux, elle a laissé éclater au grand jour sa préférence pour l'ex-mari de son amie. Elle s'est montrée étonnamment déloyale à l'égard de Jeanne, jouant avec talent sa carte de consolatrice de mari au détriment de celle qui se croyait son amie.

La rupture d'amitié qui ressemble à un coup de tonnerre dans le ciel bleu n'est en fait qu'un révélateur de la distorsion d'un lien idéalisé qui couvait depuis des années mais qui était soit déniée soit colmatée par le refus de renoncer à cette belle illusion. Un jour tombent les masques et des années de vexations secrètes, d'humiliations, d'incompréhension, viennent s'achever dans un règlement de comptes qui sonnera le glas de l'amitié. Ceux qui ont lu (ou vu) la pièce de Nathalie Sarraute *Pour un oui pour un non* ont assisté à ce basculement brutal d'une amitié prétendument ancienne et solide en un déversement de rancœurs et de haine. « C'est bien, ça ! » prononcé avec condescendance par l'un des personnages déclenche l'affrontement destructeur entre

deux amis alternant les positions de dominant et de dominé, détricotant le passé, pour aboutir à la mise en charpie de leur amitié.

Parfois l'édifice de l'amitié s'est construit sur une emprise, une relation malade / infirmier, une protection, une différence de statut social, et le déséquilibre peut se faire flagrant au bout de nombreuses années, le ressentiment est alors trop fort pour que survive l'amitié. Combien d'alcooliques ou de déprimés ont ainsi perdu leur grand(e) ami(e) une fois qu'ils ont été guéris. Ambivalence quand tu nous tiens !

L'amitié peut aussi passer au second plan derrière l'ambition personnelle. Celui ou celle que l'on croyait loyal(e) ne peut résister à la tentation de vous nuire pour « avancer ». L'égoïsme l'emporte alors sur le souci de l'autre et il n'est plus temps de cultiver l'amitié.



Enfin, des raisons graves liées à des choix idéologiques peuvent venir mettre un terme à une amitié nouée en temps de paix. On peut évoquer de nouveau *L'ami retrouvé* et la souffrance de Hans, enfant juif, abandonné par son ami Conrad, de famille antisémite. On peut relire aussi *Inconnu* à cette adresse de Kressmann Taylor, une nouvelle qui narre l'évolution tragique d'une amitié au temps du nazisme lorsque les deux protagonistes ont choisi des camps opposés. On ne peut terminer ce rapide survol sans citer Albert Camus qui dans ses « lettres à un ami allemand », chroniques publiées de 1943 à 1945 dans le journal *Combat*, explique pourquoi il ne pourra plus être l'ami imaginaire d'un Allemand qui défend la grandeur de son pays, car pour lui « la justice est supérieure à la grandeur. » Il était temps alors d'éclairer le combat aveugle où nous étions et de prôner la résistance en démontant les arguments de l'idéologie national-socialiste sans rien en cautionner, fût-ce au nom de l'amitié.

Rencontre autour des amitiés adolescentes

PAR YVETTE RODALEC
Comité de rédaction



ordinaire, premier sentiment éprouvé par l'enfant à l'égard de l'autre. Avant qu'il ne devienne éventuellement un ami, le frère ou la sœur sont d'abord des rivaux, susceptibles de générer les sentiments hostiles des plus puissants qui soient. L'envie et la jalousie se déploient dans un rapport de compétition dans la quête de l'amour parental. L'enfant à qui il arrive d'avoir affaire à un petit frère ou une petite sœur demande anxieusement à ses parents : « vous vouliez un autre moi ? » Dès lors, il y en a un de trop !

L'angoisse d'abandon se conjugue à la détresse de n'être plus l' élu avant de se transformer, si possible, en sentiments pacifiés, c'est-à-dire socialisés, qui vont, plus tard, faire le lit de l'attention bienveillante et du « prendre soin », *a minima* disais-je du respect de l'autre. La haine peut se transformer en amour, le désir de détruire en volonté de réparation et l'agressivité en sollicitude. L'intercession de l'adulte en général et du parent en particulier, dont la qualité tient là à la confirmation de la continuité de l'investissement affectif dont l'enfant est l'objet, permet à celui-ci de ne plus considérer l'autre comme un danger, une menace, un intrus. Alors des sentiments amicaux peuvent naître.

Y. R. : Si on devait préciser ces « sentiments amicaux », ce serait comment ?

D. C. : Il serait plus juste de parler « d'amicalité », si le terme existait. Ce serait une sublimation des sentiments agressifs, y compris, des sentiments les plus coupables : la haine, l'envie, la concurrence, la jalousie... Le sentiment de culpabilité n'est d'ailleurs pas pour rien dans cette transformation de l'hostilité en affection. L'amitié est une manière de surmonter, en les transformant, les mouvements agressifs qui nous animent. « Nos meilleures vertus sont nées sur l'humus de nos plus mauvaises dispositions » nous a

Yvette Rodalec : En quoi peut-on parler d'une fonction d'apprentissage dans les amitiés adolescentes ?

Daniel Coum : L'amitié est une forme de sociabilité qui acquiert ses caractéristiques spécifiques à l'adolescence, alors même que les prémisses s'en dessinent durant l'enfance. Un enfant a des amis, parfois même un « meilleur ami », c'est-à-dire celui ou celle qu'il préfère parmi d'autres qu'il fréquente. Mais ces amitiés enfantines se vivent en présence d'autrui.

Le « savoir y faire avec » l'autre, c'est-à-dire *a minima* le respecter voire peut-être même l'aimer, malgré la différence ET la ressemblance, s'apprend dès le plus jeune âge et, ordinairement, à l'occasion de la confrontation au frère et à la sœur. Rappelons que la fraternité est une victoire sur la concurrence

DANIEL COUM est psychologue clinicien, psychanalyste et directeur de l'association PARENTEL. Il est également maître de conférences associé en psychologie clinique et psychopathologie à l'université de Bretagne occidentale, à Brest. Il vient de publier *Paternités* (E.H.E.S.P.).





« Ce n'est pas une spéciale considération, ni deux, ni trois, ni quatre, ni mille : c'est je ne sais quelle quintessence de tout ce mélange, qui ayant saisi toute ma volonté, l'amena se plonger et se perdre dans la sienne ; qui, ayant saisi toute sa volonté, l'amena se plonger et se perdre en la mienne, d'une faim, d'une concurrence pareille. Je dis perdre, à la vérité, ne nous réservant rien qui nous fût propre, ni qui fût ou sien, ou mien. »

Montaigne, « De l'amitié », *Les Essais*, livre 1^{er}, chapitre XXVIII

enseigné Freud. Cela suppose un travail psychique de dépassement de soi par renoncement à la tentation de céder à nos plus mauvais penchants, toujours si aisément mobilisables, et de transformation de cette énergie psychique en modalités d'être au monde et en relation plus socialement acceptables. L'actualité nous fournit de terribles exemples de l'échec de ce processus de sublimation.

Y. R. : L'adolescence est souvent l'âge des amitiés exclusives, passionnées. Pourquoi une telle intensité dans les sentiments ?

D. C. : Il n'est pas possible de parler d'amitié à l'adolescence sans parler de la donne nouvelle qui va conférer à toute relation nouée à cet âge-là de la vie, une coloration toute particulière. L'heure de l'adolescence sonne avec l'arrivée de la puberté, c'est-à-dire le surgissement massif de la pulsion sexuelle dans la vie de celui ou celle qui devient, dès lors, jeune fille ou jeune homme. La fin de l'enfance rime avec l'érotisation plus ou moins intense du rapport à l'autre, donne affective nouvelle, inédite donc inconnue, qui ne manque pas de générer quelques turbulences dans la vie émotionnelle et relationnelle de celui et de celle qui ne sont plus des enfants.

Tout d'abord, les relations aux parents s'en trouvent compliquées par la nécessité de se prémunir d'une tension libidinale nouvelle dont l'expression est proscrite à l'intérieur des rapports familiaux. L'impératif de distinguer l'amour tendre de l'amour érotique, constitue un travail psychique capital à l'âge des premiers émois amoureux. Il s'agit de faire barrage à ce qui, de la sexualité qui nous anime tous, s'exprimerait sur le mode le plus immédiat, le plus direct, voire le plus brutal et dont la manifestation est, salutairement, bannie à l'intérieur de la famille. À la faveur de

cet interdit, l'adolescent est supposé avoir été initié à un commerce relationnel où les sentiments tendres dont se nourrit toute amitié peuvent résister aux assauts pulsionnels d'une libido réveillée par la puberté.

Peut se produire, dès lors, un déplacement des investissements affectifs de la sphère familiale vers la sphère sociale. Mais être amoureux ne va pas de soi. La rencontre avec l'autre sexe (qu'il soit du même sexe ou du sexe opposé) suppose la confrontation à une altérité, par essence « dénarcissisante », dont l'impératif surgit dans un au-delà de la fusion que la passion juvénile rend, illusoirement, possible. L'ami-e est l'autre soi-même qui permet d'aimer en dehors des liens familiaux, de se consoler de la perte que suppose le fait de ne plus être l'enfant de ses parents et de se soutenir d'un narcissisme que l'autre ne vient pas – trop vite – décompléter. Mais cela ne dure pas ! La part imaginaire qui anime les amitiés adolescentes travaille à entretenir l'intensité d'un désir qui cherche des modalités d'expression et de déploiement dans une rencontre dont ni l'un ni l'autre ne détiennent pas encore tout à fait le code. C'est l'époque des essais et des erreurs, des tâtonnements et des élans maladroits, des confidences et des trahisons.

La sexualité vécue et la rencontre charnelle des corps – à laquelle il est aujourd'hui trop souvent donné libre cours aux dépens de la rencontre et des sentiments – s'y déploient, quoique sur un mode sublimé qui oblige à inventer des modalités de rencontre, d'entretien du lien et de co-existence si possible durables, sans doute dans un premier temps plus délicates à négocier, et sans trop souffrir de l'abstinence et du renoncement que cela suppose.

Y. R. : Quelles sont les conséquences des ruptures d'amitié ?

D. C. : Les adolescents aiment d'un bloc et massivement. L'intensité en jeu oblige toujours, dans le discours, à rabattre ces élans du côté du pubertaire c'est-à-dire du pulsionnel. Mais peu importe, car cela donne de tellement belles choses, des passions tellement entières, ardentes quoique douloureuses quand elles arrivent à se rompre et que la désillusion survient.

La violence de la rupture tient non seulement à l'intensité d'un lien mais également à la fonction de la présence de l'autre dans l'économie psychique du jeune homme ou de la jeune femme qui aime. Difficile pour quiconque, y compris le premier intéressé, d'en mesurer la teneur avant. C'est pourquoi la fin d'une amitié peut prendre la forme d'une simple fâcherie, d'un dépit amoureux ou d'une rupture dans le sentiment de continuité d'être, provoquant chez l'adolescent éconduit un vacillement identitaire aux effets parfois dévastateurs tant l'ami/e contribuait à son équilibre. Ce vacillement identitaire tient à l'intensité de l'investissement de l'autre mais aussi à cette dimension dite « équivoque » que vous évoquiez et que l'on met sous le registre des « amitiés particulières ». La dimension du semblable y prend le dessus qui met en jeu une affection un peu adhésive donc projective, en un mot narcissique où l'un se retrouve dans l'autre presque abusivement parce qu'au prix de la disparition de l'autre. L'amitié est alors d'autant plus intense et plus ambiguë que l'autre nous ressemble vraiment et qu'il constitue un véritable étayage identitaire. Cependant, c'est d'un étayage illusoire qu'il s'agit, car extérieur à soi, factice, sauf à s'aliéner la présence, l'existence voire le corps de l'autre. L'investissement narcissique de

l'autre peut durer, se transformer mais aussi se rompre à un moment où l'autre était investi comme absolument nécessaire. « Est-ce que je l'aime parce que j'ai besoin de lui ou est-ce que j'ai besoin de lui parce que je l'aime ? » Là est toute la différence. En fonction du mode d'investissement en jeu dans le lien, la rupture va avoir un sens donc un impact différent.



Les bleus à l'âme qu'inflige la peine amicale constituent une bonne part des motifs des sollicitations reçues par les psychologues de PASAJ¹. La désillusion que provoque la fin d'une amitié instille au plus profond de la sensibilité de l'adolescent une peine dont l'intensité est souvent méconnue. Elle tient à ceci qu'il s'agit de faire le deuil d'une relation investie sur un mode narcissique, c'est-à-dire attendant de l'autre qu'il/elle participe à entretenir un sentiment de complétude. « Nous sommes pareils », « nous nous comprenons à demi-mots », « je me reconnaissais complètement dans lui/elle », « personne ne m'a jamais compris comme lui/elle », « sans lui/elle, je ne serais certainement plus là aujourd'hui ! », entendons-nous dire. Lorsque le miroir se brise et que l'altérité – incompréhension, perte d'exclusivité, contradiction, etc. – surgit, l'adolescent se retrouve face à lui-même et à la question existentielle fondamentale « qui suis-je ? » à laquelle le lien amical permettait d'apporter un dérivatif sinon une réponse.

La consolation que l'adresse de la plainte à un service d'écoute comme S.O.S Amitié permet peut suffire, dans la majorité des cas, à éviter que la désillusion ne soit un ravage. Il en va de l'ami comme de l'amour. En perdre un, pourtant irremplaçable, n'empêche pas d'en trouver d'autres, moins intenses peut-être, mais possiblement moins aliénants. En cela

les amitiés juvéniles diffèrent des amitiés à l'âge adulte, les unes pouvant précéder les autres à la faveur d'une durabilité salutaire – les amitiés anciennes sont aussi les plus durables – à la condition qu'une forme de maturité vienne s'y loger. Moins d'exclusivité, de possessivité, bref d'attentes narcissiques. Plus de réciprocité, de tolérance à la différence, bref d'oblation.

Y. R. : Peut-on dire que l'usage de facebook a modifié le rapport des adolescents à l'amitié ? Quels sont les aspects positifs et négatifs voire le danger de ces « amitiés » virtuelles ?

D. C. : Les réseaux dits « sociaux » se sont saisis d'une appétence intense des sujets modernes pour le maintien du lien. La connexion – forme technologique d'une sociabilité ordinaire que les latins nommaient *nexus*, le nœud – démultiplie les possibilités donc les opportunités de rencontres, de retrouvailles et de relations en tout genre. Qu'il s'agisse là d'amis est pour le moins incertain, quoi qu'on en dise.

Ces amitiés dites virtuelles n'en sont pas moins réelles, dans le sens où leurs répercussions dans l'existence des adolescents d'aujourd'hui n'ont rien, quant à elles, de virtuelles. La distance qu'elles supposent est prise en cela qu'elle met à l'abri des désagrèments d'une altérité que seule la réalité de la rencontre des existences et des corps génère. Elles laissent, de fait, une plus grande place à l'imaginaire donc à l'illusion d'une relation sans séparation, d'une rencontre inconditionnelle, d'un gommage des différences par escamotage de la rencontre avec le réel des corps sexués.

Pour autant, la contradiction, la discorde voire la rupture ne sont pas absentes de ces amitiés particulières dont la forme – sms, mail, Skype – ne sont pas sans rappeler, à quelques nuances près, la correspondance épistolaire d'antan.

Y. R. : Vous évoquiez S.O.S Amitié, pensez-vous que l'amitié existe dans l'écoute ?

D. C. : J'ai souvent pensé à ce signifiant « amitié » qui vient qualifier l'aide qui y est dispensée. Il y a là quelque chose qui relève d'un oxymore dans la collusion entre S.O.S et



Amitié. On y perçoit tout à la fois l'urgence du sauvetage alors même qu'un service d'écoute comme S.O.S Amitié n'est pourtant pas uniquement un « SAMU psychologique ». S'y adjoint une autre dimension. L'on y suggère que quelque chose peut, idéalement, y donner lieu à une relation, c'est-à-dire à autre chose qu'une prestation de service dans l'urgence qui se résumerait à un « Je vous sauve, je vous remets d'aplomb et vous repartez au combat de la vie ». L'écoute promue par S.O.S Amitié implique l'instauration possible d'une relation dans un au-delà de l'urgence, dans la possibilité offerte à la personne qui appelle de se réinscrire dans le lien, dans une relation, dans un rapport social, fût-il fugace. Un des indicateurs de cette offre de service si singulière tient à ce l'écouter est supposé supporter que l'appel dure : il faut du temps pour tisser quelque chose de l'ordre d'un lien avec la personne qui appelle, quel que soit l'état dans lequel elle est.

Mais le signifiant « amitié » en tant qu'il fait appel de part et d'autre, relève d'un énoncé performatif, c'est-à-dire volontariste. Si l'écouter est supposé y mettre de l'amitié, dans cette affaire, c'est pour garantir, autant que possible, que cela ne soit pas autre chose, c'est-à-dire tout autre forme d'inimitié : la haine, le rejet, l'exclusion, la ségrégation... ou leur contraire : la passion, l'aliénation, l'emprise ; ou pire, l'indifférence ! C'est une proclamation qui élève l'intention au rang d'éthique : ici vous ne serez ni rejeté ni retenu, modalité minimale de la reconnaissance. N'est-ce pas là une forme d'amitié dans une rencontre respectueuse de l'autre et qui prend sens, dans le meilleur des cas, en tant qu'elle est, ici, consentie, quoi qu'il lui en coûte, par l'écouter ?

¹ Pasaj est un service d'aide psychologique des 12-25 ans proposé dans le département du Finistère par l'association Parental et assuré par des psychologues cliniciens spécialistes de l'adolescence. Les échanges se font par mail, sms et téléphone.



Fratrie & amitié

On ne choisit pas sa famille, on choisit ses amis. Qu'est-ce qui peut distinguer les relations amicales de celles entre frères et sœurs ou au sein de la famille élargie (oncles, tantes, cousins) ? Quelles places respectives peuvent occuper dans notre vie le lien familial et le rapport amical ? L'amitié complète-t-elle et peut-elle parfois même se substituer à un lien familial ? L'ami peut-il devenir un frère (une sœur) ? Une sœur ou un frère peut-il (elle) devenir un(e) ami(e) ?

PAR CHRISTIAN RIX
Comité de rédaction

Peut-on vraiment quitter ses amis comme sa famille ?

Quelle place peut avoir la famille dans notre vie ? Vaste question, réponses variables selon les familles, selon les personnes. La famille est, biologiquement, la source objective de notre vie (nos parents). Au sens étroit, elle est constituée des parents et de leurs enfants, « la cellule de base », éventuellement étendue à la famille recomposée. Au sens large, la famille s'étend aux oncles, tantes, cousins, grands-parents... On pourrait aussi évoquer la « famille de cœur », celle vers laquelle les circonstances de la vie nous ont conduits, peut-être à cause ou au détriment de notre famille d'origine. La famille constitue le milieu dont on est issu. Le plus souvent, elle représente un long vécu ensemble et partagé, surtout mais pas seulement dans la période de l'enfance. Elle est une sorte de « vie privée commune à plusieurs personnes » qui, par définition, ne se sont pas choisies. La famille, en principe, assure un accompagnement mutuel dans une existence partagée, pour l'aide, les souvenirs communs, bons ou mauvais, les joies et les peines. Elle est présente au cours des principales étapes de notre vie (mariage, divorce, naissance, maladie, fin de vie, deuil). Elle se caractérise parfois aussi par sa cruelle absence, résultant de lacunes ou parce que survient un moment où l'on est seul face à sa vie.

La famille est censée être là aux bons comme aux mauvais moments. Sa présence pourra être attentive, tendre, efficace. Elle sera peut-être déficiente, égoïste, désinvolte,

malveillante, voire dangereuse. Son absence finira par peser lourdement à ceux qui en souffrent, qu'ils soient rejetés ou non. Pourra-t-on en finir un jour avec une famille qui fait du mal ? La rupture éventuelle n'empêchera pas de continuer à y penser, de ressentir ce passé comme un poids dont il sera difficile de se délester.

L'oubli, recherché ou non, n'empêchera pas la famille de réapparaître, qui sait pour une redécouverte, mais le plus souvent pour peser plus lourdement et plus consciemment sur notre vie.

En définitive, peut-on vraiment quitter sa famille ?

À l'inverse, l'ami ne nous est pas acquis à la naissance. Nous allons le rencontrer à un moment ou à un autre de notre existence, l'apprécier, approfondir un lien et peut-être un jour le perdre de vue ou nous en éloigner. L'amitié réunit deux personnes qui se sont choisies et qui vont partager une partie plus ou moins consistante de leur existence, à partir d'un vécu commun inoubliable, par des affinités intellectuelles ou le goût d'échanger avec l'autre. L'amitié rassemble des personnes de sexe différent ou de même sexe, peu importe. En revanche, cette amitié n'a pas pour vocation de construire une famille, même si, parfois, l'amitié pourra se transformer en amour. L'amitié ne nous est pas donnée à la naissance. Nous pouvons quitter un ami, même lorsque son souvenir demeure dans notre vie. Mais, toujours la même question : peut-on quitter sa famille ?

Les deux chemins différents, celui de la famille et celui de l'amitié, peuvent-ils se croiser, voire connaître des parties communes ?

Dans un premier sens, les deux routes peuvent se concurrencer. La famille peut chercher à s'opposer ou à gêner l'amitié éprouvée par l'un de ses membres. De même, une personne peut pousser son ami à s'éloigner de sa famille. À l'inverse, il peut il y avoir encouragement de l'ami à se rapprocher de sa famille (et réciproquement).

Une défaillance grave de la famille peut conduire l'un de ses membres à s'en remettre à un ami, comme une amitié déçue peut favoriser une redécouverte de la famille. L'amitié peut, si ce n'est combler, du moins soulager un « manque de famille ».

Mais peut-elle se substituer purement et simplement à un lien familial ? Certes, la réponse sera négative, si on se place sur un plan biologique ou juridique. Pour autant, n'est-il pas imaginable de rechercher, à travers l'amitié, l'aide, la paix avec soi-même que l'on ne peut ou ne sait trouver en famille, voire qui nous est refusée ?

Amitié fraternelle

Telle personne, gravement malade ou en fin de vie, trouvera chez un ami le réconfort dont elle est, de fait, privée par sa famille. Un ami va alors, peut-être « remplacer », au moins partiellement, la famille et accompagner effectivement une personne dans une étape si importante de sa vie.

Après un deuil, peut-on se reconstruire avec un ami de longue date, à qui on va pouvoir se confier, créer un lien étroit, basé sur une connaissance mutuelle qui pourrait évoquer la création d'un « nouveau lien fraternel » ? Les deux personnes, en confiance réciproque, parviendront-elles à une forme de complicité, y compris à travers leur histoire respective. Ceci pourrait évoquer une relation entre frères et sœurs n'ayant pas besoin de se dire grand-chose pour se comprendre. Les deux

« amis fraternels » pourront peut-être même « entrer » dans leur famille respective, apparaître comme la belle-sœur, le beau-frère, participant à toutes les réunions de famille, étant naturellement associés à tous les moments importants de la vie familiale.

Un lien familial peut-il, à l'inverse, déboucher sur une relation d'amitié ? La question pourrait paraître saugrenue. Le lien familial ne se suffit-il pas à lui-même ? Mais il existe peut-être certaines configurations particulières. Certes, la sœur ou le frère n'ont pas, a priori, vocation à devenir des amis, car le lien familial suffit en principe à les rapprocher.

Certes, il existe souvent des affinités au sein d'une fratrie, chacun pouvant ressentir plus de proximité avec l'un de ses frères, l'une de ses sœurs. Peut-on vraiment apprécier également chacun de ses frères et sœurs, quels que soient les écarts d'âge et les chemins poursuivis ?

Mon cousin jumeau, mon ami

Il arrive parfois que se crée une relation plus étroite avec tel ou tel membre de la famille, paraissant, à tort ou à raison, écarté peu à peu et partiellement au moins les autres membres de la famille.

Ainsi, deux cousins sensiblement du même âge, que les jeux d'enfants et les souvenirs de vacances plus partagés qu'avec des frères ou sœurs, vont s'apercevoir un jour qu'ils ont créé, peut-être inconsciemment, des liens assez profonds. Les aléas de la vie les auront durablement éloignés : la vie professionnelle, le mariage, les enfants... On a déjà tant à faire au sein de sa cellule familiale. Les contacts s'amenuisent, réduits aux cérémonies de mariages et d'enterrements, à l'occasion desquels ils s'apercevront qu'ils échangent comme s'ils venaient tout juste de se quitter.

Alors, peut-être sur le tard, voilà qu'ils se retrouveront presque fortuitement, sans avoir besoin de « faire connaissance ». Quel dommage de ne pas trouver le temps de se revoir en dehors de circonstances tristes, trop fréquentes mais nullement régulières ! Alors, cette fois-ci, rendez-vous est pris, on va découvrir à nouveau qui l'on connaissait déjà, se remémorer les souvenirs enfouis provisoirement, le conjoint (mê)connu et on échange longuement, sans préambules, « sans gants », nul besoin de « s'approprier ».

Le temps perdu semble se rattraper à très grande vitesse. Bientôt, les « cousins jumeaux » réaliseront à quel point leur vécu respectif depuis le temps où ils sont devenus de jeunes adultes ne les ont pas transformés en profondeur, du moins pas l'un vis-à-vis de l'autre, si ce n'est que la maturité s'est ajoutée.



Survindra alors une véritable relation d'amitié, se superposant au lien familial maintenu. On discute comme des amis, y compris sur des sujets ignorés de sa propre famille, en oubliant presque toutes les histoires familiales, les codes familiaux, du moins en n'y prêtant plus vraiment attention. Pour autant, de temps à autre mais pas si souvent, la famille, jamais complètement absente, sera évoquée naturellement, car il s'agit bien toujours d'un « fond commun » depuis la naissance. Le plus souvent, ils échangeront en dehors de tout contexte familial, donc plus librement sur ce qui fait leurs vies, comme ils la connaissent depuis toujours, sans en avoir forcément pleine et entière conscience.

Alors ils pourront dire : « j'ai eu plusieurs frères et sœurs. Mon préféré est mon « cousin jumeau » car il est devenu mon ami au sein de la famille. »

TRAVERSER LES ÉPREUVES

Des épreuves peuvent subitement rapprocher des êtres que rien ne semblait pouvoir rapprocher. Comment l'épreuve traversée avec autrui ou vécue à deux peut susciter une amitié, la renforcer, la changer de nature ou, à l'inverse, déboucher sur une rupture ?

PAR CHRISTIAN RIX
Comité de rédaction

La rupture imprévisible

L'épreuve peut aussi mettre fin à l'amitié. À l'occasion d'un événement particulier, grave ou apparemment anodin, une incompréhension va surgir de manière imprévisible. Peut-être un malentendu qui va déboucher sur une blessure profonde, peut-être un « divorce » ou conduire à une forme de « deuil ». Étions-nous vraiment amis ? L'amitié n'était-elle pas un peu légère ? Peut-être l'amitié précédemment vécue était-elle authentique, mais les amis ont évolué différemment, n'ont pas pu poursuivre leur accompagnement mutuel. Des circonstances particulières, peut-être un éloignement temporaire, débouchant sur une nouvelle donne, est soit le fait des deux amis, soit le plus souvent de l'un d'entre eux.

Comment la rupture va s'opérer ? Question qui n'est sans doute pas sans importance pour la façon dont chacun va vivre son « deuil ». Y aura-t-il une explication, certes difficile car empreinte d'une grande déception, mais permettant néanmoins à chacun de tenter de sauvegarder une amitié compromise, d'exprimer ce qu'il ressent, en bénéficiant, ou non, de l'écoute attentive et bienveillante de l'autre ? Y aura-t-il recherche sincère de compréhension mutuelle, finalement une sauvegarde de l'estime au nom des beaux souvenirs, à défaut de l'amitié perdue ? Y aura-t-il, au lieu de la recherche de rapprochement sur des bases nouvelles, volonté d'exprimer sa rage, voire de blesser l'autre ? Y aura-t-il un éloignement mutuel silencieux, une rupture implicite laissant place au malentendu, à la rancune et à de fortes cicatrices et, parfois, à une réelle volonté de se venger ? Et puis, comment vivre son « deuil » ? Une amitié est-elle remplaçable ? La déception ressentie va-t-elle déboucher sur moins de spontanéité ou de confiance vis à vis d'autres amis ?



Une révélation subite

Voilà peut-être des mois ou des années que deux personnes se connaissent plus ou moins. Les hasards de la vie courante auront permis une rencontre ordinaire : le voisin, le collègue de travail, les vacances... Ils ne se sont pas choisis, cela résulte des coïncidences de la vie. Ils se sont parlé, d'abord par politesse, sans intention de créer un autre lien que celui tissé au fil des jours. Peut-être, une fréquentation régulière débouchera, grâce à quelques points communs, sur des relations facilement qualifiées d'amicales lorsqu'elles se limitent à une forme de « copinage d'habitude ». Parfois ces copains n'auront pas imaginé qu'ils pourraient, un jour, tisser une relation plus profonde. Peut-être même que les circonstances par lesquelles leurs chemins se sont croisés n'avaient pas empêché, dans un premier temps, une certaine ignorance mutuelle, voire de la méfiance. Rien ne laissait imaginer un tel « coup de tonnerre ».

Une épreuve va soudain changer la donne. Celle-ci va frapper les deux, également ou inégalement : un accident ou un décès dans le cercle de leurs relations communes ou parmi leurs proches, à propos duquel ils apporteront leur concours ensemble par une aide fraternelle ou bien ils échangeront en profondeur. L'épreuve qui affectera l'un pourra aussi progressivement transformer des relations de courtoisie en attention sans

que l'on sache vraiment pourquoi, quand et comment. Comment a-t-on pu se côtoyer sans plus durant si longtemps ? Par la suite, la rencontre profonde et authentique va-t-elle, après la tempête, au fil des jours, s'effilocheur peu à peu ou, au contraire, devenir forte et durable ?

Un renforcement imprévu

Il y a aussi l'épreuve qui va confirmer une amitié préexistante, construite à partir d'affinités ressenties dans la vie quotidienne. L'amitié était « paisible », tranquille, heureuse et sans histoire extraordinaire. Voici que l'un des amis se trouve subitement frappé par un divorce. Il peut s'ensuivre des échanges plus profonds, plus centrés sur l'essentiel. Une amitié plus ou moins routinière soudain se transforme, devient plus centrale. À tel point que l'on peut en arriver à se demander si cette amitié était superficielle, voire si cela en était bien une. Voilà une épreuve qui, à tout le moins, change la nature de l'amitié. D'un partage d'activités ou de passions communes, nous passons désormais à un réel échange approfondi sur le sens de nos vies, la signification de nos sentiments. Il nous semble alors que des zones d'ombre ont disparu, que tout devient partageable entre nous.



Extraits d'une conférence



prononcée par **Daniel Ramirez**, philosophe, lors d'un week-end Fédéral de la formation

Montaigne nous parle de l'amitié... C'est l'ami qui ouvre la porte à une liberté intérieure, celle de l'intime. Pour Rousseau, on perd cette « présence de soi à soi » dans la course à la réussite. Montaigne pense que l'ami est celui qui permet d'être libre et de se connaître. Hegel (penseur de la société politique libérale au XIX^e siècle) voit l'intime comme « le rapport où on est occupé de soi dans l'autre », dans l'amour comme dans l'amitié. Dans ce monde où l'intime est étalé sur la place publique, quand quelqu'un appelle parce qu'il va mal, il a besoin de quelque chose, mais de quoi ?

L'écoute a besoin de cet « intime » qui disparaît là où le privé se déballe (sphère internet, monde de la communication). L'intime est incommunicable, mais il peut être dit, mis en parole au travers d'une écoute. Une véritable écoute suscite la parole intime. Quand on nous appelle, c'est comme si on s'adressait à un ami, à un amour éloigné ou perdu (S.O.S « Amitié ») L'ami est celui qui permet d'être libre et qui suscite une parole de vérité.

Notre société a confisqué la parole pour la donner à certains seulement. Leur voix devient assourdissante : c'est une société de surdité. On a besoin d'écoute pour remplacer l'ami qui n'est pas là. La disparition des systèmes vivants (famille élargie, arbre à paroles...) met en lumière le paradoxe de l'écoute : on



a besoin d'une écoute qui viendra remplacer l'irremplaçable... quand on n'a plus recours à l'intime. On a besoin de dire ce qui est le plus important pour l'autre (appelant). Ce qui manque, c'est donc l'intime, et non le privé. Le rapport psychanalytique n'est pas toujours la panacée puisque il est monnayé, professionnalisé. Le bénévolat est un rempart. L'écoute est professionnalisée.

À S.O.S Amitié, existe une forme de réciprocité, de répartie qui peut être parfois notre seule présence. Le paradoxe de notre activité est que la personne puisse émettre une parole analogue à celle qu'il aurait eue avec un ami. S'il n'y a pas d'amour, la vie ne vaut pas d'être vécue. Il n'y a que l'amour qui justifie que l'on n'ait pas besoin d'un semblant d'écoute mais d'une écoute authentique. Nous sommes dans une société de la surdité, avec des cris, des hurlements (violence). Exemple : les débats télévisés, l'animateur hurle : quand tout le monde crie, puisqu'on n'est plus ou pas entendu. Quand la parole est codée, on peut se mettre à taper, voire à tuer. Ceux qui ont la parole l'utilisent pour ne rien faire. Le politique lui aussi, n'est plus crédible, puisque sa parole est emprisonnée dans un carcan : par manque de construction, les personnes

les plus fragiles vont passer à l'acte. Alors, ils sont vus, écoutés, ils sont devenus des guerriers... Notre activité d'écoute se situe-t-elle dans le domaine de l'intime qui a une valeur, ou du privé, qui lui, peut être monnayé ? Or, il ne s'agit que de valeur humaine, qui permet d'évaluer notre écoute, même pour ceux qui ne peuvent plus être dans le domaine non instrumentalisé du simplement humain. Toute parole de vérité ne cherche rien d'autre que d'exister.

Nous sommes, à S.O.S Amitié, confrontés à un exercice paradoxal : comment prendre la place de l'irremplaçable ? C'est l'écoute qui appelle la parole de vérité, mais qu'en est-il de l'intime de l'écouter ? La question pour l'écouter est de percevoir à quel degré d'intimité il a permis à l'appelant d'arriver, par cette disponibilité à la parole de vérité de son interlocuteur, sans perdre de vue que S.O.S Amitié propose une écoute institutionnelle. Tout n'est pas rationalisable. La qualité de l'écoute n'obéit pas forcément à la mise en œuvre d'une manière optimale de faire. Il ne dépend pas de nous écoutant, que « ça marche », mais il dépend de nous d'offrir une présence authentique, de faire appel à la parole de l'autre sans lui faire obstacle.

Albi
05 63 54 20 20
BP 70 - 81002 Albi cedex

Angers
02 41 86 98 98
BP 72204
49022 Angers cedex 2

Annecy
04 50 27 70 70
BP 360 - 74012 Annecy cedex

Arras
03 21 71 01 71
BP 50511 - 62008 Arras cedex

Avignon
04 90 89 18 18
BP 128
84007 Avignon cedex 1

Besançon
03 81 52 17 17
BP1572
25009 Besançon cedex

Bordeaux
05 56 44 22 22
BP 20002
33030 Bordeaux cedex

Brest
02 98 46 46 46
BP 11218
29212 Brest cedex 1

Caen
02 31 44 89 89
BP 282
14014 Caen cedex

Charleville-Mézières
03 24 59 24 24
BP 444 - 08098 Charleville-
Mézières cedex

Clermont-Ferrand
04 73 37 37 37
Centre Jean Richepin,
17 rue Jean Richepin
63000 Clermont-Ferrand

Dijon
03 80 67 15 15
Maison des Associations BV8
2 rue des Corroyeurs
21068 Dijon cedex

Grenoble
04 76 87 22 22
BP 351
38014 Grenoble cedex

La Rochelle
05 46 45 23 23
BP 40153
17005 La Rochelle cedex 1

Le Havre
02 35 21 55 11
BP 1128
76063 Le Havre cedex

Le Mans
02 43 84 84 84
BP 28013
72008 Le Mans cedex 1

Lille
03 20 55 77 77
BP 10 - 59010 Lille cedex

Limoges
05 55 79 25 25
BP 11 - 87001 Limoges cedex

Lyon Caluire
04 78 29 88 88

Lyon Villeurbanne
04 78 85 33 33
BP 11075
69612 Villeurbanne cedex

Marseille
04 91 76 10 10
BP 194
13268 Marseille cedex 8

Metz
03 87 63 63 63
BP 20352 - 57007 Metz cedex 1

Montpellier
04 67 63 00 63
BP 6040
34030 Montpellier cedex 1

Mulhouse
03 89 33 44 00
BP 2116
68060 Mulhouse cedex

Nancy
03 83 35 35 35
BP 212 - 54004 Nancy cedex

Nantes
02 40 04 04 04
BP 82228
44022 Nantes cedex 1

Nice
04 93 26 26 26
BP 1421 - 06008 Nice cedex 1

Perpignan
04 68 66 82 82
BP 40456
66004 Perpignan cedex 4

Poitiers
05 49 45 71 71
BP 21 - 86001 Poitiers cedex

Reims
03 26 05 12 12
Maison de la vie associative
Boîte 214/56
122 bis rue du Barbâtre
51100 Reims

Rennes
02 99 59 71 71
BP 70837 35008 Rennes cedex

Roanne
04 77 68 55 55
19 rue Benoît Malon
42300 Roanne

Rouen
02 35 03 20 20
BP 1104
76174 Rouen cedex 1

St Étienne
04 77 74 52 52
Maison des Associations,
Casier 101
4 rue André Malraux
42000 St Etienne

Strasbourg
03 88 22 33 33
BP 125
67028 Strasbourg cedex 1

Toulon
04 94 62 62 62
BP 2028
83060 Toulon cedex

Toulouse
05 61 80 80 80
BP 31327
31013 Toulouse cedex 6

Tours
02 47 54 54 54
BP 11604
37016 Tours cedex 1

Troyes
03 25 73 62 00
BP 186
10006 Troyes cedex

S.O.S HELP

English speaking

01 46 21 46 46
BP 43
92101 Boulogne-Billancourt cedex

S.O.S Amitié en FRANCE

Nord Franche-Comté

03 81 98 35 35
Esp. Associatif - 1 rue du Château
25200 Montbéliard

Orléans

02 38 62 22 22
BP 5251
45052 Orléans cedex 1

Paris & Ile-de-France

01 42 96 26 26
Secrétariat 7 rue Heyrault
92100 Boulogne-Billancourt
cedex

Pau

05 59 02 02 52
BP 555
64012 Pau université cedex

Pays d'Aix

04 42 38 20 20
BP 609
13093 Aix-en-Provence cedex
02

