

L'amitié QUI GRANDIT

Trois signaux laissent présager d'une amitié féconde: la Stabilité des amis, leur Profondeur et leur Altruisme. Une triade qu'on peut nommer le label SPA.

TEXTE ALEXANDRE JOLLIEN ILLUSTRATION TASSILO



Alexandre Jollien est une personnalité d'exception. A 38 ans, le philosophe valaisan a déjà publié *Eloge de la faiblesse*, *Le métier d'homme*, *La construction de soi*, *Le philosophe nu* et *Le petit traité de l'abandon*. *Autant de livres, autant de succès qui dépassent nos frontières*. Si l'écrivain rencontre une telle adhésion, c'est sans doute parce qu'il touche, sans détour, le cœur. Avec des mots simples, de la chaleur, de l'empathie. Et de l'écoute. Alexandre Jollien, qui anime de nombreuses conférences reste proche de ceux que l'existence malmène. Nous lui avons demandé de nous parler de toutes ces interrogations de l'âme. De nous donner aussi des pistes pour nous aider à mieux vivre. Retrouvez-le dans ces colonnes toutes les deux semaines.

Il est au moins deux phrases que j'ai apprises par cœur ici: le vital *Baegopayo* (j'ai faim), et le non moins nécessaire *Hangug chingu saeng-gyeoss-eumyeon johgessseubnida* (j'aimerais avoir des amis coréens). Voilà pour l'essentiel! A ce propos, des connaissances m'ont conseillé de passer du temps dans les bistrot du coin pour apprendre la langue et me faire des amis. Bizarre comme expression! Y aurait-il un mode d'emploi pour se faire des amis?

L'autre jour, aux bains publics, un homme est venu me parler dix minutes et je n'ai su qu'aligner une série de «Oui», «Ah», «Oui», «Vraiment». Face à mon mutisme, je me suis redit que le sourire, la bienveillance, l'attention à autrui remplacent, et de loin, tous les mots du monde et me rapprochent de bien des cœurs «étrangers». Rester disponible, ne pas s'accrocher, accueillir et être patient, voilà mon viatique! Hier encore, tandis que je cherchais une pharmacie, je me suis complètement égaré. Avec des gestes, j'ai fait comprendre à un badaud que j'avais besoin d'un médicament spécial. Et sans hésiter, il m'a saisi vigoureusement par la manche pour m'accompagner. Pendant un bon quart d'heure, il a pris pour moi la direction opposée à sa destination initiale. Geste purement gratuit, fraternité sans mots, générosité sans récompense. Magnifique!



L'école du détachement

J'ai choisi de m'intégrer à fond à Séoul. J'apprends la langue trois heures par jour. Je mange coréen. Je découvre cette mégapole avec gratitude et émerveillement. Ici, je suis à l'école du détachement. Certaines heures sont rudes, mais la joie, c'est aussi cet exercice. Un jeune ami coréen m'a demandé ce que c'était que l'amour. D'abord, la question m'a paru bateau, mais, bientôt, ce Socrate coréen m'a acculé devant une impasse: «Tu parles superbement de l'amour, mais comment tu sais si

tu aimes vraiment quelqu'un? Et comment ça se ressent l'amour?» Tout de suite, il m'a fait remarquer que bien des gens confondent aimer et prendre soin de quelqu'un, aimer et être utile. Et de m'avouer que, personnellement, il n'avait jamais éprouvé au fond de son cœur ce sentiment si précieux et si troublant. Son honnêteté m'a émerveillé et refroidi tout à la fois. Je m'interroge: «Bon sang! Qui aime-t-on vraiment de manière gratuite et sans contrepartie?» Oui, l'amour nous arrache à un univers du donnant donnant, à un monde de l'utilité.

En lisant **Maître Eckhart**, j'ai été illuminé car, au Sermon quarante-sept, il dit en citant une traduction des psaumes: «Tu es mon Dieu, car tu n'as pas besoin de mon bien.» Depuis, je décline cette divine intuition dans ma vie quotidienne: tu es mon ami parce que tu n'as pas besoin de jouer un rôle devant moi. Tu es mon enfant et je ne te demande rien, je te donne tout, gratuitement. Ici, l'exercice spirituel consiste à ressentir le lien qui m'oriente vers l'autre, comme un enfant, sans recourir aux préjugés ni à l'habitude. Ce lien,

* **Maître Eckhart**, c'est un théologien et philosophe dominicain. Son enseignement spirituel repose sur une invitation à la «déshabitation» du corps considéré comme moyen (et non terme) nécessaire de l'union à Dieu, et à la réception de Dieu dans le cœur du disciple.

* **Ignace de Loyola**, c'est l'auteur des *Exercices spirituels*. A la tête des jésuites, son œuvre est une des principales sources d'introspection du catholicisme.

est-il profond, suffisamment dépouillé de tout mensonge? Me nourrit-il? Dans la **tradition ignacienne**, on parle du discernement des esprits. Très concrètement, il s'agit de voir les relations qui portent les fruits de l'esprit à savoir: la joie, la paix et l'amour. Sur mon chemin, un moine coréen est venu en quelque sorte calmer mes ardeurs et il m'a dit: «Nous sommes des êtres sociaux, nous vivons avec les autres et rien n'est plus beau qu'une amitié, mais n'oublie pas que la compagnie des «désaxés» peut nous rendre profondément malheureux. Sois bienveillant avec tous les êtres humains, mais prends aussi conscience qu'il y a des relations qui nous tirent vers le bas parce qu'elles s'articulent pour une large part autour de trois choses: dire du bien de soi, dire du mal de l'autre et utiliser autrui.»

Le diagnostic peut être sévère. Je le prends plutôt comme une tonique mise en garde. A quoi bon vouloir plaire à tout le monde? Pourquoi les autres devraient-ils, tous, m'aimer? Avec mes proches, il m'est arrivé pour nous amuser d'établir des petits critères pour ne pas nous empêtrer dans une relation nocive. Il est, à mon sens, trois signaux qui laissent présager d'une amitié féconde: la Stabilité des amis, leur Profondeur et leur Altruisme. C'est ce que je nomme le label SPA. Et nul besoin d'avoir trente millions d'amis SPA pour être sacrament bien entouré! ■