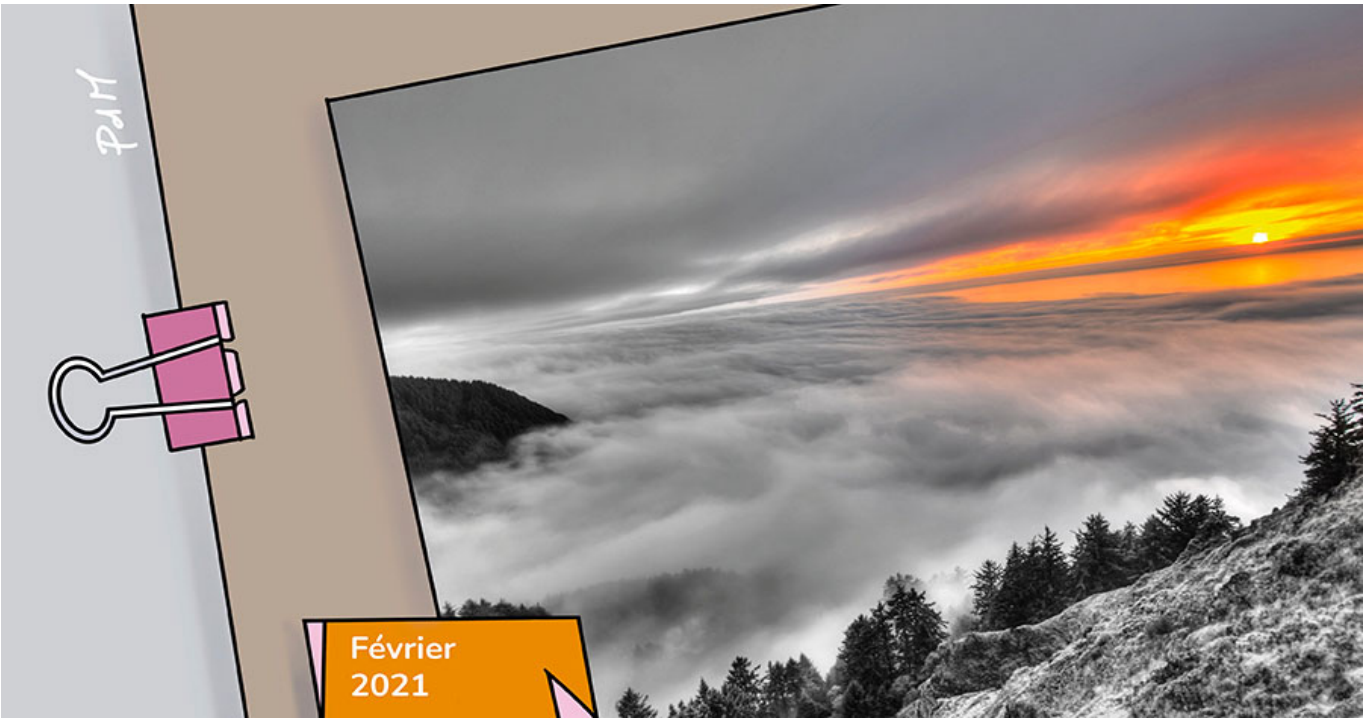
# Tristesse, tristesse… quelle tristesse ?




**La tristesse n’est rien d’autre qu’un mur qui s’élève entre deux jardins.**
**- Khalil Gibran**

**Mais maintenant, je me réjouis, non pas de votre tristesse, mais de ce que cette tristesse vous ait amenés à changer d’attitude.**
**- 2 Corinthiens 7. 9**

Sur la palette d’émotions qui colorent la vie des humains, la tristesse offre une large gamme en niveaux de gris. Depuis la légère tristesse — guère plus que la mélancolie chère aux poètes — jusqu’aux sombres terres du désespoir, toutes les nuances existent. **Elle n’épargne personne,** riche ou pauvre, célèbre ou anonyme, jeune ou plus âgé, elle s’infiltre et vient infuser dans les cœurs ses relents d’amertume et de désolation.
Dans nos sociétés aseptisées, la tristesse est le plus souvent traitée, comme la plupart des émotions profondes qui affolent nos âmes, par la politique de l’autruche: divertissement, agitation superficielle, étourdissement, tout ce qui peut contribuer à glisser ce sentiment désagréable sous le tapis est bienvenu. Ce n’est pas une réponse saine; même enfouie, ignorée, elle continue son travail de sape et, le jour où tout s’écroule, les conséquences sont dévastatrices.

**Nous devons apprendre à lui faire face, à l'accueillir, même si c'est comme un hôte malvenu, et surtout nous devons la traiter.** Pour cela, il peut être utile de savoir qu'il y a différentes « catégories » de tristesse. C'est ce que nous apprend la lecture de la lettre écrite par Paul, l'apôtre, aux croyants de la ville de Corinthe.[1] Il leur parle d'une tristesse qui conduit à la mort et d'une tristesse qui amène des changements d'attitudes. Il y a, me semble-t-il, une troisième sorte de tristesse, mais j'en parlerai un peu plus loin.
**La tristesse « qui mène à la mort » est le fruit pourri de la désespérance**, lorsque notre vision du futur ne nous offre aucune issue, quand nous sommes convaincus qu'il n'y a plus rien de bon à attendre dans cette vie et dans celle d'après. C'est une situation extrêmement grave; elle ne peut être soignée que par des doses massives d'espérance et d'amour avec éventuellement, en complément, l'acquisition d'une paire de lunettes afin d'avoir une autre vision, et un changement de paradigme pour voir selon un nouvel angle de vue.

La deuxième qualité de tristesse est bien moins dramatique, j'oserais même dire qu'elle est utile. Il s'agit de **la tristesse qui résulte de la prise de conscience de nos fautes ou de nos erreurs. Elle n'est pas agréable, mais elle est salutaire.** Si nous avons le courage d'y faire face, sans nous charger d'une improductive culpabilité, elle peut devenir, entre les mains de l'Esprit de Vérité, un levier efficace pour nous faire progresser. Si nous la comprenons et l'accueillons favorablement, cette tristesse constructive participe, par vagues successives, à notre transformation.

**Il reste une troisième catégorie de tristesse. Elle n'a rien à voir avec nos fautes ou avec une perte d'espérance**, mais nous la subissons parce que nous vivons dans un monde imparfait et méchant. Qu'elle survienne après un deuil, une trahison, une injustice ou suite à l'un des innombrables maux qui peuvent nous atteindre, elle fait aussi partie du parcours de vie de chaque être humain. Elle est même parfois la conséquence directe de notre amour. Le Christ lui-même, lors de son séjour en humanité, l'a expérimentée à plusieurs reprises, devant l'incrédulité des foules, à la mort de son ami Lazare et bien sûr lors de la terrible nuit qui a précédé son arrestation.
**Pour cette tristesse-là, si elle ne peut être évitée, nous ne sommes pas obligés de la subir en solitaire. Celui qui nous a promis sa présence « chaque jour jusqu'à la fin de notre monde » nous propose une consolation intérieure afin que nous puissions la traverser sans qu'elle nous écrase totalement.**

En reprenant la très belle phrase de Khalil Gibran, nous pourrions dire que si la tristesse est un mur qui s'élève entre deux jardins, elle est un mur entre nous et l'espérance, entre notre conscience et la vérité, entre la tristesse imméritée et la consolation. **L'amour du Christ qui a déverrouillé les portes de la mort est aussi capable d'ouvrir un passage dans les murs les plus épais pour nous permettre de cheminer d'un jardin à l'autre.**
D'ailleurs, n'est-ce pas là une définition de nos existences ? Passer d'un jardin perdu à celui à venir, avec la certitude qu'aucun mur de tristesse ne pourra nous

empêcher durablement d’atteindre notre destination.

De cœur avec vous, dans vos joies et vos tristesses.

Philip

---

[1] 2 Corinthiens 7. 8-11

© Tous droits réservés: Philip Ribe

[widgetkit id="58" name="Pensée du mois / 2021"]