



# Renaître à travers l'épreuve



*Le titre peut nous interpeller et nous amener à nous poser ces questions : L'épreuve est-elle nécessaire dans une vie ? Faut-il la vivre pour renaître ?*

Avant d'aller plus loin, posons-nous ces questions. Peut-on vivre une vie sans épreuve ? Connaissons-nous des personnes autour de nous qui n'ont connu aucune épreuve ? Le mot **épreuve** a des significations diverses. Ne parle-t-on pas aussi d'épreuves du BAC, d'épreuves sportives etc. ? Les différentes définitions du dictionnaire nous donnent les mots tels que essai, expérimentation, adversité, misère, peine, souffrance, tribulations.

Ici, nous allons nous intéresser au sens adversité, misère, peine et souffrance. Et là encore, nous savons qu'il y a différentes échelles de grandeur dans l'épreuve. Ainsi, le décès d'une personne proche, mari, femme, enfant, parents, frères, sœurs, amis... Ou l'annonce d'une maladie grave.

Et d'autres, tels que des incidents, maladies, accidents, qui sont des épreuves sur le moment mais qui n'impactent pas l'avenir.

Si nous regardons autour de nous, nous voyons que la vie est parsemée d'épreuves, personne n'en est exclu. Dès le moment où nous entrons dans la vie, nous sommes exposés aux épreuves. C'est notre condition humaine.

Après avoir fait ce constat, ce qui nous importe, c'est de voir comment nous réagissons aux épreuves.

Là encore, nous sommes inégaux de par nos histoires, nos tempéraments. Les épreuves peuvent nous anéantir, nous faire sombrer

dans de profondes dépressions. Mais elles peuvent aussi être l'occasion de rebondir, de renaître, de reconsidérer notre façon de vivre, d'être transformé. Sans rechercher l'épreuve, nous avons pu relire, après coup, que nous en étions ressortis grandis, voyant la vie autrement.

Pour Véronique Margron : *Ce n'est pas pour autant que dans la douleur ou dans la souffrance, la vie n'a plus de sens, c'est la vie à travers la douleur que l'on endure qui a du sens et non pas cette douleur en soi. Le passage dans le malheur ne condamne pas l'homme au désespoir des impasses mais il peut s'ouvrir à ce rapprochement entre lui-même et sa vie réelle<sup>1</sup>.*



## L'épreuve interroge l'essentiel d'une existence

Pour avoir travaillé auprès des handicapés mentaux, j'ai assisté à des renversements de situations. Des familles effondrées à la naissance de leur enfant handicapé ont

finalment fait un chemin d'acceptation de cette épreuve et ont fait ensuite des choses extraordinaires qu'elles n'auraient peut-être pas faites sans l'arrivée de cet enfant.

Dans le processus d'acceptation d'une épreuve, il est important de ne pas situer la responsabilité sur soi, sur d'autres personnes ou même sur Dieu. N'entendions-nous pas cette expression : Mais qu'est-ce que j'ai fait au Bon Dieu pour en arriver là ? **Renoncer à de la culpabilité, y compris celle de Dieu, c'est ainsi dans cette trajectoire tumultueuse, essentiellement pardonner au réel d'être ce qu'il est.**

Dans les expériences de renaissance, nous pouvons remarquer plusieurs étapes :

Tout d'abord **accepter cette épreuve** comme faisant partie de notre humanité avec ses fragilités.

Ensuite **ne pas rester seul**, s'entourer de personnes avec lesquelles il sera possible de partager, de personnes qui nous aideront à envisager un avenir plus souriant.

**S'appuyer sur Dieu.** Pour les croyants, la foi est un atout essentiel. Si Dieu n'est pas responsable de notre épreuve, il est là, présent à nos côtés pour continuer la route.

**Espérer.** *Espérer lorsque tout va mal, espérer sans naïveté sur la réalité de l'instant, reste une force, une vertu à conquérir. L'espérance, comme passion pour le possible, s'avère porteuse d'une force de transformation à laquelle chacun peut puiser. Lorsque l'on espère, on mesure que tout ne relève pas d'un acte de volonté personnel. Ainsi par exemple, on peut espérer guérir d'une grave maladie. Mais l'on sait très bien que cette guérison ne relève pas de la simple volonté. Cependant l'espérance peut, en retour, redéployer, redynamiser la personne dans son effort pour combattre le mal qui l'assaille.*

**Faire surgir des possibles.** *Comment se mettre en mouvement, briser le cercle de la victimisation, de la passivité, de l'à quoi bon, si l'on est englué dans la souffrance ? Réussir son existence, c'est aussi face à ce qui semble irrémédiable, clos, achevé, savoir inventer des possibles.*

**Surmonter l'épreuve** demande aussi de déployer en soi ses potentialités cachées, sa puissance de vivre et sa capacité à rompre la tristesse. Dans la souffrance, la misère, ou face à l'oppression, ce n'est pas la rumination continuelle du malheur qui produit le déclic et suscite l'envie de réagir.

**Croire qu'on peut refaçonner son existence.** *L'impulsion qui permet de sortir de la passivité ne vient pas de ce qui est, mais de la projection vers un pas encore. Chacun est libre dès lors qu'il ne se laisse pas enfermer dans son passé, par tel ou tel acte. La personne ne se réduit pas à ce qu'elle a été.*

Je laisse à Véronique Margron le soin de conclure cet article :

**Nous avons le sentiment que la réussite d'une existence est fragile comme la rosée du matin. Et bien souvent qu'elle nous échappe. On peut en effet glisser dans la vie en se laissant porter par l'escalier roulant des événements. Vivre des situations tragiques ou joyeuses en les laissant se perdre dans un passé obscur. Mais on peut, au contraire, penser ce qui nous arrive, le partager avec des proches. Il n'est jamais trop tard pour apprendre à vivre.**

**Françoise LAMBLIN**  
Surville (Eure)

1 - Les phrases en italique sont tirées du livre : L'échec traversé de Véronique Margron et Fred Poché.