

**Zeitschrift:** La Croix-Rouge suisse  
**Herausgeber:** La Croix-Rouge suisse  
**Band:** 74 (1965)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Les solitaires  
**Autor:** Rauch, Véra  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-682971>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Les Solitaires

Véra Rauch

*Le problème de la solitude, de l'isolement de trop nombreuses personnes préoccupe également la Croix-Rouge suisse qui, à cet effet a formé un corps d'assistantes et d'assistantes bénévoles en plein développement et dont le rôle consiste précisément à sortir les personnes âgées, les malades, les invalides de cette solitude parfois si lourde à supporter. Ces collaborateurs et collaboratrices, actuellement au nombre de 1200 pour tout le pays, vont rendre visite à leurs « amis âgés et*

*handicapés », les emmènent en promenade, les réunissent, leur rendent maints services, s'occupent d'eux dans les services d'ergothérapie de la Croix-Rouge suisse. De quelle autre manière encore pourrait-on développer ce « service d'assistance morale » si nécessaire que 25 sections déjà ont introduit à leur programme régulier d'activité et que d'autres s'apprêtent à créer? C'est la question que pose, entre autres, l'article suivant.*

## Solitude voulue...

Le solitaire est un diamant grand et pur, monté seul, en bague. Il est noble, d'un éclat saisissant, il est rare et précieux. Le diamant est le plus brillant, le plus dur, le plus limpide des minéraux; il prend de ce fait une place unique parmi les joyaux et la parure.

De tout temps, il y eut des hommes qui, sortis du rang des communs ont grandi et accédé à un point culminant, soit dans la société, soit dans leur carrière. Ce sont parmi les hommes, les pierres rares, les pierres angulaires qui portent l'édifice qu'est notre monde. L'histoire connaît un nombre impressionnant de ces solitaires: grands croyants, politiciens, meneurs d'hommes, savants voués à une science qui réclame toutes leurs facultés et tout leur temps ou qui s'éloignent volontairement pour mieux prier, méditer, créer quelque œuvre d'art... Tous ils sont seuls, tous vivent en marge de la vie, tous suivent une discipline sévère qu'ils se sont imposée, tous ils ont choisi ou accepté d'occuper une place inhabituelle dans la société. Lorsqu'ils atteignent leur but, ils suscitent l'approbation ou l'admiration, mais quelquefois aussi la jalouse et la haine. Il est rare qu'ils rencontrent une compréhension sans réserve pour leur situation extraordinaire ou que l'on s'apitoie sur leur solitude. Leur force de caractère et la satisfaction d'avoir atteint leur but compenseront généralement ce manque.

## ... Solitude subie

Mais à côté de ces hommes et de ces femmes qui ont choisi leur destin et qui acceptent la solitude au sommet, il y en a tant d'autres qui, simples humains, n'ont rien du héros et ne sont faits ni pour lutter ni pour dominer. Ceux-ci ne demandent qu'un peu de chaleur humaine pour mieux arriver à supporter leur solitude. C'est d'eux que nous voulons nous entretenir aujourd'hui.

Pour désigner la personne seule, nous préférions employer le mot « solitaire » plutôt que celui d'« isolé » qui invoque trop facilement l'idée de l'hôpital et de son « isolement » où le malade contagieux est mis en quarantaine et tenu à l'écart. Or, il ne s'agit ici ni de maladie ni de contagion possible; le microbe de la solitude ne sera jamais découvert. Alors pourquoi donner à l'état du solitaire-malgré-lui ce sens péjoratif? En l'empêchant de sortir de sa condition, ne démolissons-nous pas d'emblée les forces et les possibilités, voire la volonté de la personne en question?

Parmi les solitaires, nous trouvons un grand nombre de personnes âgées, ainsi que des malades et des invalides. Ils ne sont pas les seuls néanmoins à souffrir de

la solitude. Et pourtant il est tant d'hommes et de femmes qui vivent seuls et heureux... Lorsque nous cherchons à savoir pourquoi, nous constatons que ces êtres-là ont une vie remplie. Entendons-nous: ils ne sont pas toujours affairés et en mouvement. Ce sont leurs pensées, leurs idées, leurs préoccupations qui projetées en dehors d'eux-mêmes leur procurent cette vie intéressante et souvent passionnante qui leur fait oublier leur propre sort. Car l'occupation régulière, la profession ou l'emploi en soi ne protègent nullement contre le mal; la vraie solitude est un état d'âme, bien plus que la conséquence d'un mode de vie. On peut se sentir si seul dans une foule, si seul au travail ou dans sa propre famille, lorsque le contact avec « les autres » fait défaut. En revanche, on peut se sentir riche et content en ne voyant du monde que rarement. Pour que la solitude soit supportable, il faut avoir su se créer une existence adaptée à son état, malgré le cercle restreint de sa vie, il a fallu aussi avoir su maintenir sa personnalité. Il y a comme deux blocs de solitaires: ceux qui acceptent et ceux qui refusent de rester seuls. Les premiers ne connaissent guère les tourments des seconds.

## Les causes de la solitude

Recherchons les raisons qui mènent à la solitude morale et tentons de trouver les moyens de l'atténuer.

Les durs d'oreille et les sourds forment incontestablement un fort contingent de solitaires. Ils le sont devenus par suite de leur handicap physique car, même entourés, ils se sentent seuls quand ils sont exclus des conversations. Le sourd se sent vite négligé, mis de côté et pour peu qu'il soit de nature méfiante il pensera que l'on se moque de lui quand il voit rire les autres, que l'on parle de sa personne quand il surprend son entourage en conversation sans pouvoir comprendre ce qui se dit; il se replie sur lui-même et très souvent devient aigri.

La surdité est une conséquence de l'âge très répandue, un handicap auquel des milliers d'hommes et de femmes doivent faire face. Il est donc nécessaire que celui qui risque la surdité se rende compte à temps des dangers qu'il court s'il se laisse aller à l'amertume. Dans ce dernier cas, en effet, il découragera vite les meilleures volontés qui viennent à sa rescousse. Mais il est bon aussi que son entourage connaisse également ce risque et évite de blesser inutilement la personne sourde en se donnant la peine de lui répéter l'essentiel d'une conversation, en lui demandant d'exprimer son avis, en créant des occasions de dialogues qui facilitent

l'entente. En plus de tout cela, il faut également aider la personne déficiente à trouver une compensation dans ses occupations: bricolage, travaux techniques, expériences chimiques, mathématiques, établissement et classement d'un fichier, recherches dans des lexiques, autant d'occupations qui absorbent l'attention au point de faire oublier la solitude.

L'aveugle est plus dépendant encore que le sourd mais son état suscite plus facilement la sympathie et la servabilité de ses proches. Pourtant, lui aussi connaîtra des moments de découragement et de lassitude qui pourraient l'amener à se tenir à l'écart. L'invention de la radio, heureusement, est venue remplir des heures vides. Citons aussi tel Club Croix-Rouge pour personnes âgées où lors des rencontres l'on fait alterner les divertissements: une semaine se sont ceux qui voient mal qui sont avantagés car ils écouteront des chants, une causerie, une lecture, la semaine suivante ce sera le tour des faibles d'ouïe puisque l'on présentera un film ou des projections.

#### **La solitude soudaine**

En poursuivant nos recherches de personnes solitaires, nous trouvons toutes celles qui sont restées seules subitement, par suite d'un décès par exemple. La veuve, le veuf et peut-être une femme demeurée célibataire qui voit s'en aller le père, la mère auxquels elle vouait tout son temps et toute son affection. Une grande partie de leur vie se passait à deux, on discutait, on prévoyait, on se souvenait ensemble, on partageait joies et soucis et tout à coup l'un des deux reste seul et se sent presque trahi.

C'est un coup dur pour le mari à qui manque à présent cette compagne qui veillait à son bien-être et qui était la raison même pour laquelle « il faisait bon à la maison ». Et l'épouse demeurée seule voit s'écrouler tout un côté sentimental de sa vie, elle est privée désormais de sécurité et de réconfort. Tout comme la femme célibataire dont nous parlions, la veuve se croira subitement inutile et ne verra plus de raisons valables pour continuer les gestes de tous les jours qui transformaient un logement peut-être banal en un véritable foyer. Le danger qui guette la femme restée seule et plus, la femme dans la cinquantaine est grand, car elle risque de se laisser aller, de négliger son ménage, son alimentation, sa santé, ses amitiés et de laisser passer toutes les belles possibilités qui s'offrent à elle de reprendre une place dans la société. La « vie seule » doit s'apprendre comme s'apprend la « vie à deux » dans le mariage; l'une et l'autre adaptation peut être difficile.

#### **Combattre cette solitude**

La femme demeurée seule doit savoir se ressaisir même au prix d'un grand effort. Il faut qu'elle cherche un nouveau but à sa vie et ce sera sans doute dans le travail qu'elle le trouvera. Si elle avait une profession avant son mariage et même si elle ne l'a pas exercée depuis longtemps, sa réintégration dans la vie courante sera plus facile. Sinon, elle choisira de préférence une activité qui la mettra en contact direct avec des êtres humains. L'entraide sociale a besoin de collaborateurs et de collaboratrices; de tout côté il manque de l'aide et le concours de personnes mûres et expérimentées est recherché. Et pourquoi, hommes et femmes que la vie a rendus soudains solitaires n'envisageraient-ils pas ensemble de créer une nouvelle forme d'aide aux autres solitaires, de l'organiser, d'en prendre la responsabilité?



Mais il n'y a pas bien sûr que le travail social qui doive attirer celle ou celui qui cherche une nouvelle raison de vivre. Néanmoins, ils devront toujours aspirer au dialogue, à l'échange de vues, à l'apport personnel qui « engagent » et rapprochent les êtres. Nous pensons encore à une tout autre activité, gaie et distayante si l'on y met un peu d'humour et souvent très intéressante: la profession de vendeuse qui s'apprend vite, sans formation préalable quand des connaissances spéciales ne sont pas requises. C'est là un travail qui demande avant tout de l'attention, de la gentillesse, du savoir-faire, le don de la persuasion; il apporte beaucoup de satisfaction à celle qui a su contenter son client... et son patron. Aux heures de liberté, il permet le retour chez soi, le repos et les souvenirs, ou bien au contraire, les rencontres avec des amis anciens et nouveaux.

Nous ne faisons que citer quelques possibilités de travail sans tenir compte des nécessités pécuniaires éventuelles. L'important est que ces femmes seules se créent de nouvelles tâches « attachantes » en consultant leurs goûts et en sauvegardant — si elles ne sont plus tout à fait jeunes — une certaine indépendance.

(à suivre)