

Alain LEQUIEN

Au cœur de l'Amitié

**Citations et proverbes pour la comprendre
et la vivre.**

Note de l'auteur

L'amitié est l'un des principaux sentiments heureux jalonnant le cours de notre vie.

Très présente en littérature, elle a inspiré de nombreux penseurs et écrivains célèbres, de Pythagore à Marc Levy. Ceux-ci nous ont transmis leur bon mot, leur pensée sur la relation amicale.

Il en est de même des proverbes représentant le bon sens populaire, quel que soit le pays.

L'amitié est une source quotidienne de réconfort, parfois aussi de déception. Qu'elle soit celle du confident, de l'ami d'enfance, une amitié forte ou amoureuse, ce sentiment est universel et cimente les liens nous unissant. Elle est souvent plus durable que le sentiment l'amour. Parfois, elle se transforme en une fraternité plus forte que celle des liens du sang.

Quant à l'amitié perdue, rien ne nous blesse plus lorsqu'un(e) ami(e) nous quitte ou nous déçoit.

Nous recherchons souvent de belles citations, de beaux proverbes pour qualifier celle nous liant à nos meilleurs amis, toujours présents quand il le faut.

J'ai écrit cet ouvrage pour y répondre, considérant l'amitié et la fraternité comme des sentiments forts ayant solidement cimenté ma vie.

Bonne découverte.

友谊

Symbole chinois de l'amitié se prononçant « you yi ».

Quelques réflexions sur l'amitié

L'amitié, c'est aimer et être aimé par un sentiment désintéressé, honnête et tendre basé sur l'estime mutuelle, sans jugement ni arrière-pensées, gain, domination ou sexualité.

C'est un lien entre des âmes sœurs qui, bien qu'étant deux personnes physiques, n'en font qu'une en partageant les événements joyeux ou tristes de notre existence.



L'AMITIÉ

L'amitié est souvent représentée sous cette forme.

Il existe hélas ! la fausse amitié qui, sous le couvert d'un sentiment noble, n'est pas dans le sens du bien, du beau, mais dans celui de l'opportunité. On s'y retrouve sans vraie estime réciproque comme complice, copain, camarade... aspirant à réaliser un même but.

Il y a aussi l'amitié toxique, une relation malsaine faisant ressortir le pire de l'un au profit de l'autre.

L'amitié n'est ni dureté, ni orgueil, ni colère, inégalité comme le fruit d'une faiblesse et d'une passion mal domptée.

Elle n'a rien de commun avec la dissimulation, le déguisement, la flatterie ou l'intérêt sordide, la médisance, la calomnie et la raillerie de mauvais aloi.

Si c'est le cas, outragée, elle est à jamais perdue comme le diamant broyé sous le coup de marteau, dont demeurent presque invisibles les parcelles.

L'amitié vraie est sans arrière-pensées. Elle doit être l'objet d'une affection partagée où tout le bien est possible sans aller jusqu'au romantisme « *d'être prêt à verser son sang pour l'autre* ».

Immortelle, elle est faite pour le vrai, le beau, la vertu, en conformité avec la raison, la conscience, le respect des croyances et différences de l'autre qui sont source d'enrichissement mutuel.

L'amitié n'est que confiante autant que sincère.

Comment débute-t-elle ?

Elle fait partie des mystères de la vie que la raison, la science ou la technologie ne peuvent résoudre.

Elle se montre par des actes, elle se perçoit sans que nous le comprenions vraiment. Nos cœurs s'échauffent et s'attachent par une mutuelle bienveillance comme l'attraction d'un cœur honnête et vertueux pour un autre honnête et vertueux.

Ce n'est nullement le résultat d'un calcul de l'esprit, d'une faiblesse ou d'un caprice, elle vient du cœur, d'une volonté libre et spontanée, ne se commande pas. Nous sommes dans l'intime de la nature humaine.

Bien entendu, allez-vous me dire, il faut la présence d'un intérêt pour l'autre comme dans tout acte ou émotion concernant la vie humaine.

Ce qui fait la différence, c'est la puissance apportée par cette rencontre. Il faut que sur les choses essentielles de la vie, ce qui nous rassemble soit plus fort que ce qui nous divise. Cela ne veut pas dire être d'accord sur tout en gommant nos différences.

Si elle reste superficielle, sans intérêt ou engagement mutuel, les sentiments ressentis vont rapidement s'évanouir au profit de la complicité, de la camaraderie ou du copinage, voire du rejet.

Si au contraire, chacun ressent une harmonie, celle-ci peut construire quelque chose de fort et de précieux.

Ces premiers sentiments vont grandir, s'enrichir progressivement. Il faut laisser le temps nécessaire. Il y a toutefois une condition, celle d'être sensible à l'ouverture vers l'autre, de regarder avec les yeux de l'esprit, d'écouter avec les oreilles du cœur.

L'amitié n'est pas innée : elle se découvre à celle ou celui qui veut la vivre.

Pour cela, il faut être disponible, équitable, sincère, de bonne foi. Alors, elle apparaît au détour de son cheminement personnel.

Il n'est pas facile d'accéder à ce trésor caché dans notre monde très individualiste, frivole, envieux, hypocrite, qui aime recevoir plutôt que de donner, un monde basé sur le paraître et l'avoir plutôt que sur l'être.

Pour bien vivre cette amitié, il faut qu'elle soit ouverte et prévenante. On doit se sentir à l'aise mutuellement comme si cela était le soleil de l'âme.

Elle nous permet, par l'effet miroir, de nous voir tels que nous sommes sans les obligations théâtrales de la vie. Un peu comme si notre ami était notre frère jumeau, notre sœur jumelle. Notre âme, notre esprit, ceux de notre ami ne font plus qu'un avec une force renforcée.

À la teinte de notre tristesse du moment, reflet de nos dispositions intérieures, succède un rayon de bonheur.

À la vue de notre ami, pour l'un comme pour l'autre, le nuage s'écarte, les angoisses s'adoucissent, la mélancolie s'estompe, notre esprit nous ramène au calme et à la sérénité. Quelque chose de lumineux dans nos traits, dans nos yeux éveille un jour nouveau tant du côté physique que moral.

La plupart du temps, le flot de paroles sans richesse pour s'exprimer est inutile.

Nous nous comprenons sans fioritures partageant les mêmes valeurs, ressentis ou émotions. Quand on n'a rien à dire, on ne dit tout simplement rien sans que cela puisse gêner l'autre.

Ces rencontres sont du contentement. Que les heures riches passées ensemble, glissant en silence sans peser, passent vite ! Autant on s'aborde avec joie, autant on se quitte avec regret.

L'amitié se solidifiant par la pratique est un complément indispensable à tous les événements, même les plus innocents, traversant notre vie.

Le philosophe grec Plutarque au début de notre ère a écrit ces mots que je partage :

« L'amitié est bête de compagnie, non pas en troupe, comme les étourneaux et les geais. »

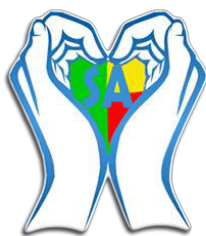
Un ami étant un autre soi-même, il est d'une grande rareté. Parfois, on n'a pas la grande chance de le rencontrer.

J'ai lu un jour ceci : « Une rivière à déversoirs multiples n'est que faible et basse. De même est l'amitié divisée. »

Lorsque j'entends, certaines personnes disent avoir de nombreux amis, je me dis qu'ils doivent surtout avoir beaucoup de copains et camarades. Nous ne nous situons pas au même niveau de perceptions.

Il vaut mieux en avoir un seul peut-être, mais de grande qualité.

L'amitié est rare, car même les attaches de l'enfance n'en sont point. La raison est qu'à cet âge-là, nous ne possédons pas le recul nécessaire à l'évaluer. Il faut être en âge d'homme, à l'époque de notre vie où l'on est stabilisé, pour que la vraie rencontre se fasse ou se confirme.



Symbole de l'amitié

Que celui qui ne la vit pas ouvre son cœur pour en bénéficier.

Citations d'auteur

Avant la naissance de J.C.

Les amis sont des compagnons de voyage qui nous aident à avancer sur le chemin d'une vie plus heureuse.

Pythagore (vers 580 - 495 av. J.-C.)

Ils ont le nom d'amis, mais ils n'en ont pas l'âme, ceux dont l'amitié ne résiste pas aux disgrâces du sort.

Euripide (480-406 av. J.-C.) ; Oreste

L'amitié d'un seul homme raisonnable vaut mieux que celle de tous les gens déraisonnables ensemble.

Ceux qui aiment à blâmer sont, par nature, peu propres à l'amitié.

Démocrite (460-370 av. J.-C.)

Crains de t'exposer, pour une faute légère, à perdre ton ami ; garde-toi d'écouter le calomniateur qui l'accuse.

Les dieux seuls sont exempts de faire des fautes ; sans l'indulgence, l'amitié ne peut plus exister.

Théognis de Mégare (VI^e siècle av. J.-C.)

Les Républiques elles-mêmes ont fort bien vu, que de tous les Biens dont on peut jouir dans ce Monde,

l'Amitié est le plus excellent et le plus doux.

Xénophon ; Horion (385 av. J.-C.)

L'amitié est comme une âme dans deux corps.
L'amitié est une forme d'égalité comparable à la justice.
Chacun rend à l'autre des bienfaits semblables à ceux
qu'il a reçus.

Lorsque les hommes sont amis, la justice n'est point
nécessaire, mais quand ils sont justes, ils ont encore
besoin de l'amitié.

*Aristote (384-322 av. J.-C.) ; Éthique à Nicomaque, Livres VIII et
IX : l'amitié.*

Ce n'est pas tant l'intervention de nos amis qui nous
aide, mais le fait de savoir que nous pourrons compter
sur eux.

L'amitié fait le tour du monde et nous convie tous à nous
réveiller pour la vie heureuse.

L'homme bien né s'adonne surtout à la sagesse et à
l'amitié : desquelles l'une est un bien mortel, l'autre un
bien immortel.

Parmi les choses dont la sagesse se munit en vue de la
félicité de la vie tout entière, de beaucoup la plus
importante est la possession de l'amitié.

Toute amitié doit être recherchée pour elle-même, elle a
cependant l'utilité pour origine.

De tous les biens que la sagesse nous procure pour le
bonheur de la vie tout entière, le plus grand, de très loin,
est l'amitié.

Épicure (vers 341-270 av. J.-C.)

Il n'est pas de propriété plus solide qu'une amitié juste.
Ne te lie pas d'amitié avec les hommes injustes ou
méchants.

Ménandre (342-291 av. J.-C.) ; Les Monastiques.

Les plus anciens amis sont les meilleurs.
Lorsqu'on a eu des petits démêlés et qu'on a fait la paix
ensuite, on est deux fois plus amis.
Il n'est rien de plus précieux en ce monde qu'un ami prêt
à vous aider.

Avoir des amis, c'est être riche.

Plaute ; IIe siècle av. J.-C.

Il faut découdre et non déchirer l'amitié.

Caton l'Ancien (234-149 av. J.-C.)

Soyez très circonspects, il n'est pas prudent ni sage de
blesser un ami, même par badinage.

Le malheur nous apprend si nous avons ou non un ami
véritable, ou seulement de nom.

Des besoins d'un ami quand notre cœur s'émeut,
malheureux est celui qui veut et qui ne peut.

Vous pouvez à bon droit regarder comme vôtres, quand
ils sont vos amis, les sottises des autres.

Pour vos amis avant d'être un juge inflexible, songez que
pas plus qu'eux vous n'êtes infaillible.

Maigres ou non, les amis trouvent la soupe bonne,
quand c'est uniquement le cœur qui l'assaisonne.

Publilius Syrus ; Les sentences et maximes – 1^{er} siècle av. J.-C.

L'amitié nous est donnée par la nature, non pour
favoriser le vice, mais pour aider la vertu.

L'amitié donne son lustre à la prospérité, et soulage en
partageant les fardeaux de l'adversité.

Ce en quoi réside l'essence même de l'amitié, un
complet accord dans les volontés, les goûts, les opinions.

Il n'est pas dans l'amitié de peste comparable à
l'adulation, la flatterie, la basse complaisance.

Pour moi, c'est ravir au monde le soleil que d'ôter de la
vie d'amitié.

L'amitié dure davantage entre des égaux.

Cicéron ; De amicitia (44 av. J.-C.)

Aux dix premiers siècles de notre ère

La foi, la liberté et l'amitié sont les principaux biens de
l'âme de l'homme.

Tacite (58-120 apr. J.-C.)

Qui est notre ami nous aime, mais qui nous aime n'est
pas pour cela notre ami.

Attachez-vous à vos amis, mais sans vous détacher de
vous-même.

Sans aucun doute, il y a ressemblance entre l'amitié et
l'amour. Nous dirons même de l'amour qu'il est la folie
de l'amitié.

L'amitié est toujours profitable, l'amour est parfois
nuisible.

Non seulement la pratique d'une amitié ancienne et sûre
apporte un grand plaisir, mais aussi le début et la
préparation d'une nouvelle.

Sénèque ; Les lettres à Lucilius - vers 64 apr. J.-C.

La prospérité demande l'amitié, mais l'adversité l'exige
d'une âme généreuse.

Sénèque ; Agamemnon - vers 64 apr. J.-C.

Il faut avoir des amis et des ennemis : des amis pour nous apprendre notre devoir, et des ennemis pour nous obliger à le faire.

On n'est pas un ami si l'on ne prend pas pour soi l'injustice faite à son ami, l'affront qu'il subit l'hostilité qu'il affronte.

La franchise est dite et réputée le langage propre de l'amitié.

Plutarque (v. 50-125 apr. J.-C.) ; L'ami véritable.

Il n'y a point d'amitié véritable où il y a de la flatterie. Nos amitiés ne doivent pas être fondées sur l'intérêt, car l'amitié est une vertu et non un négoce.

Saint Ambroise de Milan (340-397) ; troisième livre des offices.

La terre nous fait attendre une année entière ses présents : on recueille à chaque instant les doux fruits de l'amitié.

Démophile (IVe siècle de notre ère) ; Médecine de la vie.

L'amitié est la similitude des âmes.

Alcuin (735-804)

L'ami est pour son ami un bouclier.

Le cœur ignore le prix du lien lorsque cette amitié est heureuse.

L'ami qui n'est ami que par intérêt deviendra un ennemi, à coup sûr.

Abu Shakour (poète persan, Xe siècle)

Du Xe au XVIIe siècle

Le véritable ami se fait un devoir de soulager vos peines.

Mocharrafoddin Saadi ; Le jardin des roses - XIIIe siècle.

Combien l'amitié mérite de respects et d'éloges !
C'est elle qui fait naître, qui nourrit et entretient les plus
beaux sentiments de générosité dont le cœur humain
soit capable.

Plus étroit que ceux du sang et de la famille sont les liens
de l'amitié.

Giovanni Boccaccio dit Boccace ; Le Décaméron (1349-1353)

Qui néglige les marques de l'amitié finit par en
perdre le sentiment.

William Shakespeare (1564-1616)

Les nœuds sacrés de la vraie amitié se forment bien plus
facilement sous un humble toit et dans les cabanes de
bergers que dans les palais des rois ou dans les
somp tueux édifices élevés par les faveurs de Plutus.

Ludovico Arioste, dit L'Arioste ; Roland Furieux (1516)

L'amitié, c'est un nom sacré, c'est une chose sainte : elle
ne peut exister qu'entre gens de bien, elle naît d'une
mutuelle estime, et s'entretient non point tant par les
bienfaits que par bonnes vie et mœurs.

*Étienne de La Boétie ; Discours de la servitude volontaire
(1576)*

L'amitié, c'est une chaleur générale et universelle,
tempérée, au demeurant, et égale.

Au demeurant, ce que nous appelons ordinairement
amis et amitiés, ce ne sont qu'accointances et
familiarités nouées par quelque occasion ou commodité,
par le moyen de laquelle nos âmes s'entretiennent.

En l'amitié de quoi je parle, elles (les âmes) se mêlent et
confondent l'une en l'autre, d'un mélange si universel
qu'elles effacent et ne retrouvent plus la couture qui les
a jointes.

L'amitié se nourrit de communication.

Michel de Montaigne ; Essais (1580)

L'amitié est le ciment de la vie humaine.

Jacques Amyot ; Le Bréviaire (1580)

Les amis de l'heure présente ont le naturel du melon ; Il
faut en essayer cinquante avant d'en rencontrer un bon.

Claude Mermet ; Le temps passé (1583)

Ainsi que le vieux bois convient mieux pour brûler, un
vieux cheval pour chevaucher, de vieux livres pour lire et
de vieux vins pour boire, de même il est préférable de
posséder de vieux amis.

Léonard Wright ; The Pilgrimage to Paradise (1591)

Ne savez-vous que l'amitié n'a point d'autre moisson
que l'amitié, et que tout ce qu'elle sème, c'est
seulement pour en recueillir le fruit ?

Honoré d'Urfé ; L'Astrée (1607-1627)

L'ami qui souffre seul fait une injure à l'autre.

Jean de Rotrou (1609 – 1650)

L'ami par intérêt c'est une hirondelle sur le toit.

Miguel de Cervantès ; Le petit-fils de Sancho Panza (1613)

On juge d'un homme par les amis qu'il a.
Celui qui appelle toutes sortes de personnes ses
amis n'en a point.

Baltasar Gracian ; L'homme de cour (1646)

L'amitié multiplie les biens et partage les maux.

Baltasar Gracián y Morales ; L'homme de cour (1647)

Le plus grand effort de l'amitié n'est pas de montrer nos
défauts à un ami, c'est de lui faire voir les siens.

Un véritable ami est le plus grand de tous les biens et
celui de tous qu'on songe le moins à acquérir.

Dans l'adversité de nos meilleurs amis, nous trouvons
quelque chose qui ne nous déplaît pas.

François, duc de La Rochefoucauld ; Maximes (1664)

Au XVIIIe siècle

L'amitié n'est point une inclination aveugle ; mais un
sentiment éclairé.

L'adversité doit serrer les nœuds de l'amitié.
C'est détruire les mystères de l'amitié, que de les révéler
au public.

Louis-Sylvestre de Sacy : Traité de l'amitié (1701)

Le cœur d'un ami est un pays vaste, dont l'étendue ne
souffre point de limites.

Pour être un ami parfait, soyez parfaitement honnête
homme.

On manque plus souvent d'amitié que d'amis
Laurent Bordelon ; Les caractères de l'amitié (1702)

Un ami solide est un ami sage, un ami éclairé, capable de
démêler les véritables intérêts de son ami, et incapable
de se livrer sans considération à ses violences.

Il s'efforce d'ouvrir les yeux à cet ami qui s'égare ; voilà
ce que l'amitié lui inspire.

Elle ne lui gêne point le cœur ; il laisse à son ami les vices
dont il ne peut le guérir, mais pour lui-même, il se tient
étroitement renfermé dans sa propre vertu.

Louis Bourdaloue ; Les pensées et réflexions (1704)

On peut être véritablement l'ami de quelqu'un sans le lui
dire tous les mois.

Alexander Pope ; Lettre à John Gay, 1714.

L'amitié d'un grand homme est un bienfait des dieux.

Voltaire - François-Marie Arouet ; Œdipe (1718)

Lorsque mon ami rit, c'est à lui de m'apprendre le sujet
de sa joie.

Pleure-t-il ? C'est à moi de découvrir la cause de son
chagrin.

Joseph-François-Edouard de Corsembleu (1722-1761)

Si vous êtes assez heureux pour avoir trouvé un ami
vertueux et fidèle, vous avez trouvé un trésor ; sa
réputation garantira la vôtre, il répondra de vous à vous-
même, il adoucira vos peines, il doublera vos plaisirs.

*Anne-Thérèse de Marguenat de Courcelles ; L'avis d'une mère
à son fils (1726)*

La relation sans l'amitié, l'amitié sans le pouvoir, le
pouvoir sans la volonté, la volonté sans l'action, l'action
sans le profit, le profit sans la vertu, ne valent pas un
sou.

Benjamin Franklin ; Almanach du pauvre Richard (1732)

Le plus grand avantage de l'amitié, c'est de trouver dans
son ami un vrai modèle ; car on désire l'estime de ce
qu'on aime, et ce désir nous porte à imiter les vertus qui
y conduisent.

*Anne Thérèse de Marguenat de Courcelles, marquise de
Lambert ; Traité de l'amitié (1732)*

L'amitié n'admet point de basses jalousies,
C'est à l'amour qu'il faut laisser ces frénésies.

Pierre-Claude Nivelle de La Chaussée ; L'École des amis (1737)

Un ami qui nous avertit judicieusement de nos défauts est
un bien inestimable.

Il n'y a rien qui contribue plus à la douceur de la vie que
l'amitié, mais il n'y a rien qui trouble plus le repos que les
amis, si nous n'avons pas assez de discernement pour les
choisir.

*Charles de Saint-Évremond ; Les pensées, sentiments et
maximes (1740)*

L'amitié, quand elle est véritable
N'exige jamais rien qui ne soit raisonnable.

Philippe Poisson ; L'Amour secret (1740)

L'amitié véritable a sa tendresse à part,
Qui ne fait à nos cœurs courir aucun hasard.

Pierre-Claude Nivelle de La Chaussée ; Melanide (1741)

Vit-on encore quand on en a perdu un ami ?

C'est celui qui survit qui est mort.

Edward Young ; Les nuits (1742)

Les amis sont dignes de notre amitié dès qu'ils
deviennent nécessaires à nos plaisirs.
Seuls les amis véritables sont capables de partager les
disgrâces de leurs amis sans refroidissement.

Jean-Baptiste Massillon ; Les maximes et pensées (1742)

Sur les chemins de l'amitié, ne laissez pas croître l'herbe.

Antoine-Pierre Dutramblay (1745-1819)

Du choix de ses amis, on est toujours le maître.

Claude-Henri de Fusée de Voisenon ; La coquette fixée (1746)

La prospérité fait peu d'amis.

Vauvenargues ; Les réflexions et maximes (1746)

Quand on s'est choisi un ami, il faut tout faire pour le
conserver. Ni ses fautes ni ses injures, ne doivent
pouvoir lui ôter notre affection.

On s'outrage soi-même quand on en vient là.

Entre amis, tous les biens sont communs : ce que je
possède, il le possède. Et ce qu'il possède, je crois aussi
avoir dessus un peu de droits.

Maudit soit l'intérêt !

*Gotthold Ephraïm Lessing ; Damon ou La véritable amitié
(1747)*

La prévention la plus légère contre ses amis est un
feu caché sous la cendre.

*Simon de Bignicourt ; Les pensées et réflexions
philosophiques (1755)*

Les véritables amis changent les heures en moments.

Bernard Fontenelle ; Les pensées et réflexions (1757)

Faux amour, faux amis, fausses marchandises, fausse monnaie, se trouvent maintenant partout.
Vieil ami, vieux vin et vieux glaive, ne souffre pas qu'on te l'enlève.

(Recueil de proverbes allemands, 1872)

L'amitié avec un fourbe n'est pas de longue durée.

(Proverbes et dictons suédois, 1876)

L'ami est bon parce qu'il nous est cher, il ne nous est pas cher à cause de son bien.

(Proverbes et dictons russes, 1884)

On ne peut se fier ni à une inimitié réconciliée ni à une amitié raccommodée.

L'amitié surpasse la parenté.

Une amitié raccommodée est difficilement franche.

À l'ami qui demande on ne dit pas : demain.

Un bon ami est un noble bijou.

(Proverbes de l'Allemagne, 1886)

Pour rendre visite à un ami, aucun chemin n'est trop long.

(Mille et un proverbes de l'Ukraine, 1889)

L'amitié des amis pervers se change en défiance, et la défiance en haine.

Quand l'amitié décroît, la politesse augmente.

Le danger commun nous rend amis.

(Proverbes et dictons anglais, 1894)

L'œil d'un ami est un bon miroir.

(Proverbes gaéliques, 1926)

On trouve plus facilement un ami qu'on ne le
retient.

(Recueil de proverbes tchèques, 1937)

On recueille une fois l'année les fruits de la terre, mais
tous les jours ceux de l'amitié.

(Proverbes et adages du Danemark, 1956)

Si vous avez un ami, visitez-le souvent. Le chemin de
l'amitié se remplit d'herbes, et les arbres le recouvrent
bientôt, si l'on n'y passe sans cesse.

(Dictionnaire des proverbes et dictons norvégiens, 1980)

Quelque grand ami que tu aies, repose-toi moins sur
lui que sur toi.

(Proverbes de l'Estonie, 2003)

Prompte amitié, Repentir assuré.

Force parenté, et peu d'amitié.

Amitié dans la peine, amitié certaine.

(Proverbes anglais)

L'amitié naît dans l'égalité.

On voit dans l'adversité ce que valait l'amitié.

(Proverbes allemands)