

L'homme et la relation père/fils

**Basé sur le livre
"Père manquant, Fils manqué"
de Guy Corneau**

Prologue

C'est avec une joie profonde que je vous partage mon étude de la relation père-fils, et plus vastement de *l'Homme*. Au delà du cadre de mon exposé de 4e année de formation d'art thérapeute, ces travaux sont d'un soutien plus que signifiant dans mon parcours personnel.

Je souhaite que l'éclairage et la réflexion que m'apporte cette expérience sauront également résonner en vous, et vous transmettre quelques clés dans votre chemin de conscience et d'apaisement, où se *connaître mieux* aide à *s'aimer mieux*, à accepter soi et son prochain tel quel.

Cet ouvrage m'a enseigné autant que troublé. Répondant à autant de questions qu'il n'en a soulevé, il est un vrai (re)père qui m'accompagne dans ma quête : celle d'être un homme aujourd'hui, de trouver l'équilibre subtil en accord avec mes valeurs, mes aspirations et ma réalité.

Il m'aura fallu un an pour réussir à plonger dans sa lecture, un an pendant lequel je n'allais pas plus loin que l'introduction. Maintenant je peux dire que je n'étais simplement pas prêt avant.

C'est suite à une séparation qui, à l'aube de l'hiver, me laissait épuisé autant que soulagé, dans une solitude depuis longtemps crainte et repoussée, que je me décidais à en tourner enfin les pages...

Explorer cet écrit a été une véritable aventure, qui m'a travaillé au corps, au coeur et à l'esprit.

J'y ai découvert et redécouvert des parts de moi, compris des tendances et des élans de vie qui sont parties intégrantes de ma personnalité, de mon être. Il m'a invité surtout à voir en face celles que je n'aime pas, et cela a été désagréable autant que salvateur!

Souvent je reposais l'ouvrage après quelques paragraphes, pris d'étourdissement ou de nausée. Parfois je le repoussais brutalement, pris de colère et d'exaspération, ou de sanglots houleux. Que de souvenirs ont rejailli à ma conscience au gré des chapitres, certains douloureux et effarants, d'autres heureux et réconciliants...

J'ai ri aussi, de moi et de ces *absurdités touchantes des hommes*. Jamais moqueur ni jugeur, mais de ce rire sacré qui m'aide à accueillir mon histoire et sa réalité, avec la bienveillance et la tendresse si nécessaires quand il s'agit de sonder ses profondeurs.

Avec ce regard observateur, cette *vue de l'aigle* si intimement objective et thérapeutique.

Parmi tout ce que me transmet Guy Corneau à travers son oeuvre, je le remercie particulièrement de m'aider à accepter mon humanité. D'éclairer et d'étayer ce pèlerinage vers *moi m'aime* entamé il y a quelques années. Non, "je ne suis pas un héros"! Ni idéal, ni parfait, juste moi...

Mon cap est clair : je désire me réaliser et m'épanouir. Et en cela j'ai compris qu'il ne s'agit pas tant d'accomplir quelque chose, *de Faire*, que de s'accomplir, c'est à dire *d'Être*.

Comme j'aime à le dire, *l'art de la thérapie* est avant tout *l'art d'Aimer*. Il n'y a rien à enlever de soi, il y a tout à embrasser.

Et c'est avec une motivation et une détermination renforcées que je continue mon expérience à *l'école de la vie*.

Bonne lecture. Amitiés.

Sommaire

| | |
|---|-------|
| Prologue | 1 |
| Définitions | 2 |
| <i>Père manquant</i> | |
| <i>Fils manqué</i> | 3 |
| <i>Archétype</i> | |
| <i>Complexe</i> | |
| Les fils manqués | 4-5-6 |
| Les rôles et effets du Père | 7 |
| <i>Le père présent</i> | |
| <i>Les effets de la présence</i> | |
| <i>Le père absent ou inadéquat</i> | |
| <i>Les effets de l'absence</i> | |
| Devenir réel | 8 |
| <i>Le père est important dès le début!</i> | |
| <i>Le cadre père</i> | |
| S'identifier | 9 |
| <i>Le corps du père</i> | 10 |
| <i>La femme est, l'homme doit être fait</i> | |
| <i>La triade familiale</i> | |
| <i>Le désir</i> | 11 |
| La peur de l'intimité | 12 |
| <i>La crainte du corps de la femme</i> | |
| <i>L'homosexualité</i> | |
| Les rites initiatiques | 13 |
| <i>La naissance par le père</i> | |
| <i>Quels rituels pour aujourd'hui ?</i> | |
| Les initiations actuelles | 14 |
| <i>La soif d'initiation</i> | 15 |
| <i>La souffrance</i> | |
| <i>La solitude</i> | 16 |
| <i>L'idéal brisé</i> | |
| Un peu de mythologie | 17-18 |
| L'agressivité naturelle : le dynamisme masculin | 19 |
| <i>Le refoulement de l'agressivité</i> | 20 |
| <i>Vénus et Mars : le guerrier et l'amoureuse</i> | |
| Guérir | 21 |
| <i>Le sens de la thérapie</i> | |
| <i>Quelques clés pour maîtriser le pouvoir de l'agressivité</i> | |
| <i>Le deuil du père idéal, le pardon au père réel</i> | 22 |
| Conclusion | 23 |
| Epilogue | 24 |

1. Présentation

L'auteur, l'homme

Guy Corneau est un psychanalyste et auteur canadien, né à Chicoutimi au Québec en 1951. Fils d'Alcide et Cécile Corneau, frère aîné de Joanne (artiste peintre connue sous le pseudo "Corno") et Line.

Après des études de théâtre, il devient psychanalyste jungien et exerce pendant 12 ans dans la solitude de son cabinet puis dans des *groupes de parole d'hommes* qu'il anime, et ce jusqu'en 1990.

Après la publication de "*Père manquant, Fils manqué*", il quitte sa pratique de psychanalyste pour devenir un communicant au sens large.

Outre l'écriture, son besoin de transmettre l'amène à voyager à travers le monde en tant que conférencier. Pendant plus de vingt ans, il enseigne, anime et co-anime des émissions à la radio et à la télévision, il écrit des chroniques pour des magazines, organise des séminaires et des ateliers thérapeutiques, seul ou accompagné d'autres spécialistes.

Il est le cofondateur des réseaux d'entraide "Homme Québec" et "Femme Québec" créés en 1992 et 1994. Il est le fondateur de l'association Les Productions Coeur.com, créée en 1997, vecteur de nombreux projets artistiques et thérapeutiques.

Guy Corneau connaît bien la maladie, psychique comme physique. Souffrant dès l'âge de 22 ans d'une colite ulcéreuse (maladie inflammatoire chronique de l'intestin) qui le tourmentera pendant une douzaine d'années, il connaît la rémission en l'acceptant pleinement et en changeant d'alimentation. Pour lui, la maladie, la souffrance devient puissante source d'enseignement.

A l'âge de 56 ans, il est atteint d'un cancer lymphatique de stade 4. Il finit par en guérir totalement, ce qui l'ouvre encore à de nouvelles dimensions de la guérison. Il en témoigne notamment dans son livre "Revivre!", qu'il veut comme un message d'espoir.

Il devient père à 60 ans, ou plus exactement "père de coeur" comme il aime à le dire, n'étant pas lui-même le géniteur du nouveau-né. Il en parle en ces termes : "*L'arrivée de Nicolas dans ma vie a été une ouverture du coeur. Maintenant je sais ce qu'est la véritable signification de l'amour, c'est prendre soin de l'autre et le soutenir*".

Il décède malheureusement peu après, à l'âge de 65 ans, d'une myocardite fulminante (inflammation du coeur) qui aura raison de lui en quelques jours à peine.

Il laisse en tout 7 livres, dont le dernier inachevé "Mieux s'aimer pour aimer mieux", publié à titre posthume en 2018.

Animé par la volonté de briser le silence autour de la souffrance des hommes, il fut avant tout un homme humble en quête de sens et de réconciliation. Il parlait toujours depuis son expérience personnelle et c'est ce qui fait sa force de résonance.

Il aura marqué toute une génération d'hommes, mais aussi de femmes, et son héritage demeure on ne peut plus actuel.

Il aimait dire aux gens : "*Faites ce qui vous allume, ce qui vous donne le goût de vivre et vous fait sentir vivant. Allez au-delà de vos peurs*".

Le livre

Publié pour la première fois en 1989, "*Père manquant / Fils manqué, que sont les hommes devenus ?*" est le premier livre de Guy Corneau. Best-seller traduit dans 17 langues, il reste son ouvrage le plus connu, celui qui le propulse sur la scène internationale.

Souffrant lui-même dans la relation avec son père, surtout du silence qui les sépare, c'est en constatant l'absence notoire du sujet *du père* dans la littérature psychologique, ainsi que "*les misères d'hommes*" dont il est témoin de par son métier, qu'il se lance dans l'écriture de son premier ouvrage.

Il le décrit ainsi : "*Ce livre est la synthèse de ce que j'ai lu, vu, entendu et ressenti à propos des hommes et de ma propre vie d'homme ... loin d'être complète ou de faire le tour de la question, je me suis attaché aux thèmes qui m'agrippaient de l'intérieur. Je ne sais pas ce qu'est l'homme, encore moins ce qu'il devrait être. J'essaye plutôt de le sentir et d'en faire l'expérience intime. J'essaye de laisser advenir l'homme en moi.*"

Il précise également : "*Ce ne sont pas les pères et les mères que je juge, c'est le silence qui nous a tous enveloppés. Le rôle des fils est maintenant de briser ce silence. L'Âme du monde, qui se tapit toujours là où il y a trouble et désordre, travaille maintenant les hommes. Nous sommes assis sur la chaise brûlante du changement.*"

D'apparence simple, ce livre est d'une grande densité et d'une profonde richesse. Guy Corneau y pose et développe un regard psychologique et analytique sur l'homme et sur la condition humaine.

Mais il ne tombe jamais dans l'indigeste (la digestion étant propre à chaque lecteur...), soutenu par une vision symbolique et mythologique qui aide à la compréhension et à l'intégration des propos ; c'est ce que j'ai particulièrement aimé.

Le corps n'est pas manquant, tout comme la sensibilité, l'humour et la bienveillance qui nous font aussi découvrir l'homme derrière le texte. Il s'appuie sur les images du rêve et nous emmène dans un voyage troublant et réaliste, apporte ses lumières aux travailleurs de l'ombre que nous sommes.

[Un ouvrage, un repère à mettre sans hésiter entre les mains de tout thérapeutes qui développe une approche humaniste.](#)

2. Définitions

 [Père manquant](#) :

Par "*père*", on entendra tout autant le père de sang, le géniteur, que la figure paternelle qui peut être assurée par un autre homme, un beau père par exemple. Un garçon ayant de toute façon besoin de plusieurs modèles masculins pour parvenir à sa propre individualité.

Le terme "**manquant**" englobe l'**absence physique, psychologique, émotionnelle et spirituelle** de la figure paternelle.

Il parle d'un homme qui **dévie des qualités fondamentales du Père et manque ainsi au devoir de son rôle auprès de l'homme en devenir** qu'est le fils.

Il désigne un père qui, bien que pouvant être présent physiquement, ne se comporte pas de façon acceptable : un père autoritaire, tyrannique, écrasant, envieux, possessif, dépressif chronique, alcoolique, drogué, etc...

Son instabilité émotive gardera son fils dans une insécurité constante. Sa jalousie, sa possessivité piétineront toute initiative créatrice du fils. Ses propres peurs et blessures d'abandon ou de rejet brideront et confronteront les tentatives d'affirmation.

La posture du père est influencée par son propre vécu, mais aussi par le collectif ; par l'histoire de la communauté, du pays, de la société, de l'environnement, et donc par l'inconscient collectif qui en découle.

Fils manqué :

Par "fils", on entendra tout homme de tout âge, qu'il soit lui-même père ou non. Tous sont fils avant d'être père, avant d'être, tant bien que mal, homme.

Le terme "**manqué**" est à lire au sens figuré, il désigne un fils "**en manque**" de père. **En manque d'attention, d'identification, de confirmation, de sécurité, de tendresse, de communication.**

"Manquer de père c'est manquer de colonne vertébrale", de verticalité et donc de profondeur.

Un fils manqué souffre d'une absence, d'un manque de fondations, d'un déficit de repères sains et soutenant, dont la personnalité et la structure en portent les effets à différents niveaux.

Ce sont **les hommes en recherche** de figures masculines **pour étayer leur réalité d'homme** et qui tentent de se libérer de l'attachement et de la fusion originelle avec la mère, **en quête de leur humanité.**

Archétype :

Selon CG Jung, **l'archétype est un symbole primitif, universel, qui appartient à l'inconscient collectif.**

Comme chez les animaux, les archétypes représentent **des programmes de base** de la vie, des comportements, ou instincts, communs à toute l'espèce humaine. Ce sont des instances qui régissent nos façons de sentir et de penser, **des tendances prédéterminées du comportement et du psychisme.**

Les archétypes se manifestent sous **la forme d'images ou d'idées**, comme dans les mythes, les comptes et toutes les productions imaginaires. Ils sont **impersonnels et collectifs**, et ont besoin d'être "personnalisés", c'est-à-dire expérimentés au sein d'une relation.

Le nouveau-né est préconditionné à rencontrer un père et une mère dans son environnement, il porte en lui ses archétypes. Il doit rencontrer quelqu'un dans son entourage, dont le comportement ressemble suffisamment à celui d'un père ou d'une mère pour faire "démarrer le programme". **Le résultat de cette rencontre** entre la structure de base innée et chacun des parents réels constitue ce qui **est appelé un complexe paternel ou un complexe maternel.**

Complexe :

Au sens psychologique, un complexe est **une représentation mentale**, un ensemble des traits personnels acquis dans l'enfance, **doté d'une puissance affective et généralement inconscient.**

Il a toujours pour centre une expérience affective suffisamment forte pour constituer un noyau, qui agira comme un aimant pour toutes les expériences qui ont la même couleur affective.

Jung en parle ainsi : "*tout événement affectif se mue en complexe et il exprime ainsi **ce qu'il y a d'inaccompli dans l'individu** ; le complexe est une masse psychique influente qui s'est soustraite au contrôle de la conscience ; **autonome**, il obéit à ses propres lois, il peut entraver ou favoriser à tout moment la volonté et actes conscients ; **affectif**, c'est l'image émotionnelle et vivace d'une situation psychique arrêtée*".

Les complexes constituent la structure de notre organisme psychique. Ils ne sont négatifs que lorsqu'ils nous poussent à nous comporter de façon inadéquate.

Un complexe est une intériorisation, une introjection de la relation que nous avons eu avec une personne, en premier lieu celle d'avec la mère et le père. Les complexes ne nous disent pas ce qu'on était les parents, mais plutôt ce qu'ont été les relations avec eux.

Par exemple : l'enfant introjecte sa mère réelle, très exigeante avec lui. Elle devient alors un **personnage intérieur, une sous-personnalité**, qui continuera à imposer sa loi à l'individu même une fois devenu adulte, même s'il ne vit plus dans l'entourage de sa mère. Le *fantôme de la relation* avec sa mère le hante et influe sur sa manière d'être, de penser et d'agir.

3. Les fils manqués

Guy Corneau brosse **dix portraits d'hommes**, qu'il présente comme les acteurs d'une pièce de théâtre dont il se veut le metteur en scène (mis à rude épreuve pour se faire respecter!).

Ces personnages rassemblent les complexes et les tendances en dix **personnalités types**, ou pourrait-on dire symboliques.

"Mesdames et Messieurs, bienvenue au théâtre de la Virilité. Ce soir, la troupe "Qui père gagne" joue "Les Fils manqués", création collective réalisée à partir des improvisations des acteurs."

 Les membres de la troupe

Adrien **le Héros** / Christian **le Défoncé** / Eric **l'Eternel adolescent** / Gaëtan **l'Homosexuel** / Julien **l'Homme rose** / Narcisse **le Mal aimé** / Rock **le Révolté** / Sébastien **le Désespéré** / Valentin **le Séducteur** / Vincent **le Bon garçon**

Laissez moi vous parler plus en détails de mes trois personnages préférés :

 Adrien, le Héros

Fils de Héra, Reine de l'Olympe, il s'emploie à répondre aux vœux héroïques et exigeants de sa mère. Il est le **chevalier servant** qui soutient une mère jalouse et possessive, souvent dépressive mais exigeante, et qui lui demande une fidélité absolue.

Symboliquement, il veut devenir le *phallus dressé et fort* qui impressionne et suscite l'envie des autres hommes! **Le héros appartient au collectif plus qu'à lui-même**, il est le porteur d'une cause idéaliste.

Il accomplit **les plus hauts exploits** afin d'être compris et aimé de tous. **Guerrier** qui se bat sans répit, il possède force, courage et détermination. Charismatique et protecteur, il est **admirable et source d'inspiration** pour les autres.

Mais il a son talon d'Achille, il se croit responsable de tout et de tous...

Il craint le **jugement négatif** et est très sensible à la **critique**, car il doute de sa propre valeur.

Il souffre de la **culpabilité**, notamment à l'égard d'un père qui l'a délaissé, mais qu'il croit avoir trahi en répondant à l'idéalisation de sa mère. **Son besoin de reconnaissance est immense.**

Condamné à l'exploit, il vit dans le regard des autres et s'en alimente, mais en devient aussi le prisonnier. **Idéaliste et idéalisé**, il réprime son agressivité et sa sexualité, et reste aux prises d'une solitude, d'un vide et/ou d'une insécurité intérieure. Sans limites, il s'épuise à la tâche jusqu'à **sacrifier son plaisir de vivre.**

Son cri de guerre est : "Je veux être reconnu et confirmé par un père dans ma valeur!"

Il a besoin de **désobéir** pour rompre avec le complexe maternel et couper le cordon ombilical.

Ce qu'il doit sacrifier ce sont ses idéaux de perfection absolue et de gloire à n'importe quel prix. De laisser voir ses besoins réels et ses fragilités, **sa vulnérabilité.**

Son salut passe par l'acceptation de son humanité, en cessant de vouloir briller, pour pouvoir rayonner. Le face-à-face individuel entraîne souvent la mort du héros, car il implique la chute des masques sociaux et l'invite à **devenir une simple personne.** Ouf!

Vincent, le Bon garçon

Vincent ne s'autorise jamais un mot plus haut que l'autre. Il se doit d'être **toujours bon et compréhensif**. Sa **bonne réputation et son image** sont d'une importance capitale.

Son devoir est de **toujours rester gentil, poli, courtois, non agressif**, quitte à se laisser marcher sur les pieds, voir même que l'on abuse de lui. Il **préfère souffrir que de faire souffrir** car ainsi, se dit-il, tout lui sera donné.

Pour lui, faire pleurer sa mère est un péché capital. D'ailleurs, il est particulièrement allergique aux pleurs des femmes.

S'il doit affronter quelqu'un, il vivra une tumultueuse anxiété avant et pendant la confrontation. Après, de peur d'avoir blessé son prochain, il se créera les plus violents **fantasmes de rejet et de culpabilité**, et il cherchera à tout prix à réparer sa "faute".

Enfant, il a adopté à la stratégie de **refouler toute velléité de révolte ou d'agressivité**, pour ne pas être puni, exclu de l'affection de ses parents ou pire, être abandonné. Plus on l'aura malmené, terrorisé, battu, plus il se sera réfugié dans **la passivité**.

Mais, c'est un **passif agressif** : doux et inactif en surface, colérique et rageur à l'intérieur.

Le bon garçon est habité par une rage sourde, mais heureusement il possède **un côté mauvais garçon**, et même *un très mauvais garçon*, qui le sauvent de l'implosion.

Il a un vice caché... dont il se défend vigoureusement! Ce peut être le jeu, la vitesse, l'alcool, la gourmandise, la paresse, etc...

Son cri sourd est : "Mon Dieu, il ne faut surtout pas que maman sache cela!"

Le bon garçon se voit comme une espèce de Superman, mais celui qui le représente le mieux c'est **l'incroyable Hulk!** En temps normal, notre Bruce Banner est un modèle de gentillesse, de pacifisme et d'altruisme. Calme et réservé, au service de sa communauté.

Mais si les choses tournent à son désavantage, il devient vert. **Vengeur, méprisant, rancunier, envie de tout retourner**, pris d'une crise terrible!

Il pourra faire preuve de chantage et de manipulation. Dans une moindre mesure, sa rage s'exprimera par des remarques désobligeantes et un cynisme cinglant, bien qu'il tente de maîtriser ses mauvaises pensées.

Comprenez-le enfin : est-ce ainsi qu'on le paye pour sa gentillesse, qu'on le remercie de tout ses efforts?!

Il n'en demeure pas moins d'une **grande sensibilité**. Son rapport avec le père est pratiquement inexistant. **Il a répondu à l'indifférence par l'indifférence et il s'est résigné à vivre dans le monde de la mère**. Terrible gentillesse que celle qui le soumet...

Pour lui, l'issue est de **faire ce dont il a peur, de passer à l'action et de tolérer la culpabilité qui suivra forcément ses gestes d'affirmation**. Son salut passe par l'acceptation que **la souffrance puisse provenir de lui**, et la compréhension que son agressivité peut être employée pour (le) construire et non (le) détruire.

Narcisse, le Mal aimé

Narcisse, le fameux, n'est pas un homme qui s'aime de trop ou qui n'aime que lui-même. Au contraire, **il manque terriblement d'amour**.

Etant jeune, il n'en a pas eu assez pour prendre confiance en lui et se croire digne d'estime.

Sa quête d'amour est féroce! Un **immense vide** l'habite et il cherche à le **combler depuis l'extérieur**. Il vit au travers du regard des autres, qui lui confirment qu'il existe. **Son identité et son bonheur dépendent du fait d'être aimé et populaire.**

Narcisse amoureux de sa propre image est une métaphore qui exprime le fait qu'il se sert des autres comme miroir, **à la recherche de reconnaissance et de confirmation.**

Comme tout homme, il a **besoin d'être désiré**, mais il ne peut vivre que dans ce registre. Alors il voudra plaire à tout prix. Il se suradapte, au détriment de ses propres limites et de sa propre substance. Ainsi il vit **tendu, crispé, incapable de s'abandonner**, comme s'il allait être puni s'il ne suit pas les règles. **Sa confiance en lui fluctue énormément**, selon ce que le miroir lui renvoie.

Il est extrêmement **vulnérable à la critique négative**, mais contrairement au mauvais garçon, il y répond en se détestant lui-même.

Il est incapable de s'aimer ou de se féliciter pour ses bons coups, il a même du mal à accepter une gloire méritée.

Si Narcisse est tant à la mode de nos jours, c'est qu'il représente cette **culture binaire qui repose essentiellement sur le succès et l'échec**, où l'image prend beaucoup trop d'importance car il s'agit plus de *paraître* (de parader) que d'*être*. L'issue favorable est que Narcisse meurt à son image et que, développant **son amour et son estime de soi par lui-m' aime**, il renaisse à la fine fleur de son essentiel.

Epilogue du metteur en scène

"Tous ses fils se cherchent un père et tentent, désespérément parfois, de rompre avec un complexe maternel dominant.

Pour chacun d'entre eux, l'enjeu demeure d'accepter de briser son scénario et de devenir réel. Il ne s'agit pas d'arrêter de jouer, mais de remettre en question leur identification irréféchiée à leurs personnages.

Vous vous demandez peut-être : mais qu'arrivera-t-il quand ils seront tous des hommes? Le théâtre devra-t-il fermer ses portes?!

*Rassurez-vous, nos héros seront toujours des héros, mais ils ne seront plus contraints par leurs personnages. **Affranchis, ils seront en mesure de vivre une vie personnelle et ils pourront jouer leurs rôles avec une vigueur et une vitalité accrues.** Chacun portera son masque mais aucun n'en sera plus l'esclave, nous aurons enfin à faire à de véritables acteurs !"*

4. Les rôles et effets du Père

"Les actes de paternité signifiants sont des gestes qui font l'équilibre entre l'attention et le soutien que requiert l'enfant et les limites qui doivent être posées à sa dépendance infantile."

Le père présent

- participe au fonctionnement de la famille et du foyer
- est au contact de son enfant et s'occupe de lui
- entretient une relation affectueuse et chaleureuse
- fixe des limites et une discipline soutenantes, un cadre de sécurité
- parle à son enfant : de lui, de ses ressentis, de son histoire, de son travail,...
- se montre intéressé par les projets de son fils, l'encourage
- emmène l'enfant "découvrir le monde" : il lui montre ce qu'il sait, ce qu'il fait, ce qu'il aime,...

Les effets de la présence

- séparation entre la mère et l'enfant en incarnant l'autre, la non-mère, le monde extérieur
- repère corporel : accès à son identité sexuelle et à la sexualité (au sens de l'exploration)
- reconnaître, confirmer et sécuriser le garçon dans sa réalité d'homme, dans son humanité
- l'accès au logos (aptitude à l'abstraction et à l'objectivation)
- l'accès à l'agressivité (affirmation et capacité de se défendre)
- conforter le passage du monde de la famille à celui de la société (initiatives personnelles, activités, études, carrière,...)

Toutes ces qualités et caractéristiques dépeignent un père, un homme qu'on pourrait qualifier à juste titre d'idéal. **Un "père archétypal".**

Le père absent ou inadéquat

- se fait absent trop longtemps (par réel abandon ou longue séparation), demeure dans le silence
- néglige ou rejette les besoins d'affection et d'attention de l'enfant, demeure froid et distant
- fait preuve d'une autorité ou d'une exigence excessive
- induit la culpabilité chez l'enfant, en fait le bouc-émissaire des soucis familiaux, le rabaisse
- emploie la menace pour le punir ou le discipliner (retrait de son amour, abandon, violence, suicide, meurtre)
- use de violence verbales, physiques, commet des abus moraux ou incestueux
- s'accroche à son enfant (faisant de lui son sauveur ou son "parent"), se montre possessif

Les effets de l'absence

- fragilité, instabilité, rejet de l'identité masculine
- insécurité, confusion, blocages sexuels
- manque de confiance et d'estime de soi, sentiment d'infériorité
- manque de maturité, d'affirmation et d'autorité
- manque de rigueur, de responsabilité et d'industrie (habileté, entrepreneuriat, ambition)
- timidité et dépendance excessives (affectives, de consommation,...)
- peur de l'intimité et du corps, peur des femmes, mépris du corps et/ou des femmes, homophobie
- refoulement de l'agressivité, de la vitalité, des désirs, des besoins d'affection, de la sensibilité
- répression des sentiments et des émotions
- angoisses, dépression, obsessions, compulsions, phobies potentiellement accrues
- idéalisation excessive, manque de discernement et de limites saines
- "*Suivre le mauvais exemple*" : a développé des comportements, névroses, addictions semblables à celles du père
- "*Répugné par l'exemple*", il s'est attaché à mépriser le masculin et à ne lui ressembler en aucune façon
- attachement au monde maternel, passage partiel au stade d'adulte

Chez tout les fils sans père, on retrouve systématiquement une déficience sur le plan social, sexuel, morale ou cognitif.

5. Devenir réel

"Manquer de père c'est manquer de colonne vertébrale"
CG Jung disait : "Quitter l'idée d'être parfait pour devenir complet"

L'individualité consiste à pouvoir **réaliser en soi l'union de ses opposés**. En étant à la fois bon et méchant, fort et fragile, **le véritable père ouvre la voix de l'humanité à son fils**.

Lorsqu'il n'a pas pris **un visage personnel pour l'enfant**, il le condamne à suivre des modèles stéréotypés et machistes : hiérarchie absolue, lutte pour le pouvoir, mépris des femmes, etc...

Le fils devient la proie de pulsions agressives qu'il n'arrive pas à maîtriser, et il peut aller jusqu'à la délinquance et au pire le meurtre pour se prouver sa virilité.

Rien n'est idéal ou vierge. Chaque être porte les traces de son évolution physique, affective et spirituelle. **Chaque chose qui existe porte les marques de son histoire**. Vivre en dehors de cette réalité mène à l'autodestruction, à courir après un idéal inatteignable.

L'homme-père étant lui-même en cours d'évolution, c'est **en assumant ses propres imperfections qu'il ouvre à l'enfant un monde réel, où l'on n'attend pas de lui la perfection**.

Savoir et ne pas savoir, être capable et incapable, fort et fragile, endurant et vulnérable, ferme et sensible,...

Plus le père sera manquant, moins il aura de chances d'être humaniser par l'enfant, et plus les besoins inconscients se traduiront en images primitives. Ces stéréotypes, ces modèles idylliques exerceront une pression très forte sur l'individu à partir de son inconscient. Ils le tyrannisent car ils dévient de la réalité de tout être humain, et sont intenable à long terme.

De même, quand un archétype n'a pas été humanisé, il demeure divisé en une paire d'opposés qui tiraillent le moi, de part leur appréhension manichéenne.

L'humanité assumée et incarnée du père permet aux fils de concevoir un monde dans lequel tout n'est pas blanc ou noir, où les opposés peuvent se côtoyer et se compléter.

Exemple : *"Un homme ça ne pleure pas, ça doit être fort!"*

Ce modèle stéréotypé est à la source d'une voix intérieure qui répète constamment à un mâle qu'il n'est pas un homme si l'en vient à éprouver de la tristesse jusqu'aux larmes. Dès lors que l'émotion et le chagrin monteront en lui, ils le condamnent à demeurer dans une position de *sous-homme*, ou de *fils éternel*. Le fils doutera de sa virilité, il demeurera distant et inconsistant, endurci et coupé de ce vivant en lui.

Car le modèle qu'il a eu était une image désincarnée du père plutôt que celle d'un homme en chair et en os qui lui dit : "C'est ok mon fils, tu peux pleurer et être ému, tu resteras un homme".

À travers l'étude du complexe d'oedipe et du tabou de l'inceste, il est démontré que le père, **en provoquant la fin de la fusion totale entre la mère et son enfant, vient casser l'identification entre le désir et l'objet du désir**. En faisant la loi par cette interdiction, **il initie chez l'enfant la création de son espace intérieur qui sépare le moi et l'inconscient, la nature de la culture**.

Quand un homme demeure identifié majoritairement au monde maternel, il demeure fusionné à son propre inconscient. Il est ses désirs, ses impulsions, ses idées. Il n'a pas accès à sa propre individualité, il demeure le jouet de son inconscient et des modes sociales.

Il sera dominé intérieurement par son complexe maternel et son *Moi* risque de demeurer un petit enfant en relation avec une *déesse mère* bien trop puissante pour lui.

 Le père est important dès le début!

C'est au cours des **deux premières années** que les garçons ont absolument besoin du père.

Une relation chaleureuse et affectueuse entre un père et son fils renforce le développement de son identité masculine. **Les limites et la discipline imposées par le père ne seront efficaces que dans un tel contexte**, autrement elles risquent surtout d'empêcher le fils.

La qualité de la relation est aussi importante que la présence.

Un père présent implique qu'il **participe au fonctionnement de la famille, du foyer et des tâches inhérentes**. **Qu'il s'occupe de son enfant**, le change, le cajole, le berce, joue avec lui,...

Cela est capital, afin que le garçon ne demeure pas une possession personnelle de sa mère, qui a déjà *fait l'enfant dans son corps*.

Cela évitera notamment cette **guerre des sexes**, qui veut à tort que le royaume du corps, des sens et de la caresse appartiennent exclusivement aux femmes, et celui de l'esprit, du monde extérieur et du travail exclusivement aux hommes. Cette division qui insinue les "*mères toutes puissantes*" et les "*pères empêchés*".

Il est important d'ajouter qu'un homme qui s'occupe corporellement de son enfant ne tient pas en une simple imitation du modèle maternel. **Il n'est pas un père-mère, mais un père tout court**, qui donne une réalité à ce substantif resté jusqu'ici à peu près vide de sens.

Le cadre père

Si l'amour de la mère est inconditionnel par essence, l'amour du père s'avère plus conditionnel. Il va ainsi encourager les réalisations de l'enfant : "si tu réussis telle chose, je te donnerais ce que tu désires".

Cette élément conditionnel est crucial dans le développement du sens des responsabilités, du goût de se dépasser et du respect de la hiérarchie.

Là encore, celui-ci **n'agira positivement que s'il est contre-balancer par l'affection**. Le père posera des **limites sécurisantes** tout en se montrant attentionné et réellement intéressé par les projets de son fils.

C'est la clarté d'esprit de la polarité masculine qui constitue le cadre, et non la rigidité.

Si l'homme n'affirme pas clairement ses opinions et décisions, s'il se cache lâchement derrière sa femme, s'il est simplement évasif ou bêtement autoritaire, ou abusif, son cadre sera reçu comme contraignant ou au contraire volatile. **La justesse du cadre se trouve dans l'équilibre entre fermeté et flexibilité, limitant au sens de soutenant**. Afin que les frontières posées créent un espace d'exploration et de grandir.

L'exemple du cadre temps en thérapie :

Que se soit pour une séance ou un protocole donné, le thérapeute annonce clairement le temps imparti au consultant. Il veille au respect de cet espace-temps et mettra fin à celui-ci une fois écoulé. Cela ne veut pas dire qu'il coupera le sujet à la seconde précise où le temps est écoulé, mais il ne le laissera pas non plus déborder indéfiniment plus que de raison.

Il saura faire preuve d'une juste souplesse en étant attentif et présent à la situation, afin de soutenir l'objectif, l'explorateur et lui même.

6. S'identifier

"Pour pouvoir être identique à soi-même, il faut avoir été identique à quelqu'un."

Le corps du père

Le corps est la base de toute identité. L'identité du fils est ancrée dans le corps du père, on peut dire que son absence laisse le fils *sans corps*. **S'approprier son identité c'est s'approprier son corps**, et donc se dégager de l'emprise du corps maternel.

L'identification est un processus psychologique par lequel un sujet assimile un aspect, une propriété, un attribut de l'autre et se transforme totalement ou partiellement à partir de ce modèle.

L'être humain, parmi tous les animaux, est celui qui a le plus besoin de **se structurer en imitant** quelqu'un, **en incorporant** des modèles.

Pour que ce mouvement se produise, il advient d'avoir reconnu un élément commun chez l'autre. Ce mouvement est porté par ce que Freud a nommé un *fantasme originaire*, Jung a donné à cette tendance innée le nom d'*archétype*.

Chaque parent a une double fonction : celle de *repère corporel* pour l'enfant du même sexe que lui, et celle de *lieu du désir* pour l'enfant de sexe opposé.

L'important est que le fils soit en contact avec l'odeur du père, qu'il entende le son plus grave de sa voix, qu'il virevolte dans ses bras. En cajolant leurs enfants, leurs fils en particulier, les pères leurs ouvrent ainsi la porte de la sensibilité et, ce faisant, ils découvrent la leur.

La sensualité ne doit plus être cantonnée aux femmes, car les hommes ont aussi des corps, et **les êtres ont besoin d'être touchés pour garder leur équilibre et savoir qu'ils existent**.

Les hommes ont **peur de devenir pères** car ils ne veulent pas faire revivre à leur fils les tourments dans lesquels ils ont été jetés, c'est-à-dire **être forcés au devoir et coupés de leurs sens**. Il leur coûtera donc de franchir leurs propres craintes, celle d'*être femme*, pour élever leurs enfants d'une façon plus entière.

La femme est, l'homme doit être fait

La première identification pour tout enfant s'effectue par sa mère. **Un jeune mâle doit passer de cette identification primaire à celle du père**. Il a besoin de se reconnaître dans son père pour **s'individualiser**.

Ce transfert d'identification est si délicat et périlleux, que les sociétés tribales le marquaient par des *rites initiatiques*, pour aider les adolescents à faire ce passage vers leur vie d'homme adulte. C'est l'un des rites les plus structurés et répandus à travers le monde, bien plus que ceux concernant les adolescentes.

Chez la femme, l'initiation est plus naturelle. Les menstruations la font passer de l'état de fille à celui de femme.

Or **chez l'homme, un processus éducatif doit prendre la relève de la nature**.

Du point de vue biologique, chez l'espèce humaine ce sont les chromosomes X et Y qui détermine le sexe d'un individu. La femme transmet automatiquement le chromosome féminin X et l'homme transmet soit un X soit un Y. **C'est donc la présence ou l'absence du Y qui détermine le sexe du bébé**. Ainsi, **le père donne l'information et la mère lui donne forme**.

Cela semble nous souffler gentiment à l'oreille que le masculin est, pour ainsi dire, une "qualité ajoutée", et peut être est-ce cela qui consacre sa fragilité. Symboliquement, **la présence ou l'absence du père joue déjà son rôle au niveau génétique**.

La triade familiale

En réalité, plusieurs identifications ont lieu en même temps dans la psyché, **l'homme doit être capable de s'identifier à son père et à sa mère**.

Mais pour que le fils se reconnaisse dans son père, il faut que le père soit là, afin que **la dyade mère-fils soit remplacée par la triangulaire père-mère-fils** et que l'enfant sorte de sa confluence avec le monde maternel.

Si le père est absent, il n'y a pas de transfert et **le fils demeure alors prisonnier de l'identification à la mère**, dont l'influence est automatiquement accrue. Celle-ci se retrouve alors chargée d'une responsabilité trop lourde pour ses seules épaules.

Evidemment, bien qu'il s'agisse là d'un aspect déterminant, **les responsabilités sont multiples et partagées**, et leurs influences interagissent dans la construction de l'enfant.

Une mère possessive, omnipotente, qui couve son fils à l'excès (par peur du danger par exemple), qui ne laisse pas ou peu le père s'occuper du nourrisson en lui prêtant place et confiance, jouera aussi un rôle important.

Un père qui ne s'affirme pas, qui n'ose prendre sa place, et se retrouve de surcroît frustré, n'incarnera pas **le principe de réalité et d'ordre dans la famille prépondérant au masculin**.

L'homme frustré, jaloux, évasif ou bêtement autoritaire se verra renforcé en tant que père inconsistant, bien qu'il puisse redoubler d'effort au travail pour nourrir son foyer, il demeurera nébuleux aux yeux de son enfant.

Le désir

Au delà du père, **c'est le désir du couple de se retrouver en dehors de l'enfant qui est le véritable facteur de séparation.**

Ce désir amoureux se charge en général lui-même de briser la fascination exclusive dont jouit l'enfant, dont il a besoin de bénéficier au départ. Le garçon reçoit ainsi le message du père :
"Ta mère est ma femme, elle m'aime aussi".

L'identité sexuelle fait partie intégrante du complexe d'oedipe, qui est l'étape psychique permettant d'apprendre et d'accepter que l'on ne peut épouser ni sa mère, ni son père.

Dans le cas du **jeune garçon, celui-ci recherche les caresses de sa mère** et aime lui donner des preuves de sa force, tandis que **son père lui apparaît comme un rival**, qu'il admire mais voudrait évincer.

Au moment où il découvre les sentiments amoureux entre ses parents, **cela induit un conflit intérieur pour lui**. Or, pour le résoudre, il s'efforcera de ressembler au parent du même sexe, notamment pour recevoir son approbation.

La présence du père est donc déterminante dans cette étape, mais aussi celle du désir. Il apparaît évident que, **dans un couple où le désir se fait absent** (pour de multiples raisons possibles), **le fils sera plus facilement sujet à une confusion qui lui rendra difficile d'occuper sa juste place** dans la triangulaire familiale, dont le message adéquat est : *"Maman est ma mère et elle est la femme de mon père"*.

Il est là une limite, car le désir, tout comme l'amour, ne se commande pas. **Combien de personnes font un enfant pour sauver leur couple**, mais se rendent compte ensuite que leurs problématiques n'en sont que reportées, voir amplifiées. **L'enfant médicament n'est qu'une illusoire solution et c'est lui faire porter une bien lourde responsabilité.**

Ne voyons pas là une fatalité qui voudrait rendre les parents coupables.

Dans certains cas, la triangulaire se maintiendra tant bien que mal et, malgré les absences, l'individu pourra y trouver une issue favorable.

Dans d'autres, c'est une séparation qui réorganisera les cartes et qui pourra permettre à l'enfant de trouver une structure bénéfique à son développement, comme pour les parents.

7. La peur de l'intimité

Intimité vient du latin "*intérior*" : *ce qui est contenu au plus profond d'un être, ou qui lie étroitement par ce qu'il y a de plus profond.*

D'intime vient **intimer, intimidé, intestins, intolérable...**

Qu'on la désire ou qu'on la craignent, elle nous intimide. Elle provoque parfois des réactions qui monte des profondeurs de l'intestin : crampes, constipation, diarrhée émotive. L'intestin nous ramène à notre intérieur lorsque nous avons perdu la familiarité avec ce que nous sommes. L'intimité avec soi-même c'est avoir un rapport vivant avec ce qui se passe en soi.

L'absence du père entraîne et favorise la crainte du corps de la femme. **Quand un homme n'a pas eu la chance d'être séparé de sa mère, son ambivalence profonde vis-à-vis de ses partenaires s'exprime par la peur de l'intimité.** C'est aussi pourquoi les hommes parlent tant de ce qu'ils *font*, et si peu de ce qu'ils *sont*.

La crainte du corps de la femme

La conséquence première de l'abandon des fils aux soins exclusif de leur mère est que ceux-ci développeront inconsciemment **la peur de la femme** et, surtout, **la peur d'en être une.**

La deuxième conséquence est que, toute leur vie durant, ils auront **peur du corps**, autant celui des femmes que du leur, ce qui entrainera **mépris ou déni de celui-ci**. L'homophobie est une expression de cette peur.

Pour les hommes, le corps de la femme est fascinant. La raison en est simple : nous sortons de là, nous en sommes issus. Toutes les peurs, détours et dérives pour tenir la femme à distance sont ainsi compréhensibles : "*celle qui nous a donné la vie ne peut-elle pas nous la reprendre? Ô toute puissante déesse mère, ô complexe maternel!*"

La différence sexuelle ne signifie pas l'inégalité, mais elle fonde notre recherche du partage. Les rôles du féminin et du masculin sont différents dans leur essence, par principe de complémentarité. Comme le dit Eros: "*L'amour est pour tous le bien ultime, et il n'est souverain que dans la réciprocité.*"

Mais l'humain, à l'instar des sociétés patriarcales récentes, a **travesti la recherche de l'amour en recherche du pouvoir**. Il a séparé et exploité dans une lutte incessante, là où le véritable but est d'unifier et de partager.

Hommes et femmes sont tous et toutes en recherche de leur paix intérieure. Cela se joue en soi avant tout, et c'est dans la relation entre les deux sexes que ce déroule au premier plan cette lutte intestine.

Nos différences peuvent donner lieu aux violences et aux abus de pouvoir les plus insensés. Mais elles peuvent aussi servir de nourriture à l'amour.

L'invitation de l'intimité sexuelle est d'habiter le plaisir ensemble et de le partager, dans l'abandon et la confiance à l'autre, en lien avec soi et avec sa partenaire. C'est une participation aimante de l'un à l'autre, un accompagnement mutuel.

"L'attirance, le désir exige que je ne sois jamais tout à fait pareil à toi, femme, pour que nous puissions, dans l'amour, abolir nos différences.

Pour que nous puissions nous perdre et nous reconnaître l'un dans l'autre, dans notre continuité profonde ; là où il n'y a plus ni soumis ni soumise, là où pendant un instant, règnent la liberté et la grâce d'être soi-même, ensemble.

Alors nous sommes liés par ce qu'il y a de plus profond, enfin délivrés, ne sachant plus où l'un commence et où l'autre finit. Nous voici enfin devenu intimes."

L'homosexualité

Le manque d'affection physique de la part du père fait naître chez le fils la peur, et même la terreur d'être homosexuel.

Cette peur est enracinée si profondément dans l'homme qu'elle a fini par hanter tous les rapports d'amitié entre eux. C'est elle qui empêche beaucoup de père de toucher leur fils.

Or, l'homosexualité exprime le besoin d'un ancrage dans ce qui est pareil à soi. **Il y a confusion entre identité masculine et vécu sexuel** : ce n'est pas parce qu'un être est homosexuel qu'il n'est pas homme.

Beaucoup d'hommes choisiraient ainsi l'homosexualité parce qu'ils ne retrouvent pas chez leur père le reflet de leur propre sensibilité et sensualité. Et comme la plupart des autres hommes, il tente encore de dégager leur corps de l'emprise maternelle afin de s'approprier leur corps.

Chaque être connaît une **tendance érotique naturelle vers les personnes du même sexe, qui permet de nourrir l'affection, l'amitié et l'admiration.**

Pour la plupart des fils manqués, les fantasmes homosexuels existent au moins à l'état latent : c'est le besoin de reconnaissance de la part d'un père qui se trouve contaminé par les besoins sexuels.

La prédisposition homosexuelle peut se trouver particulièrement activée et devenir une solution créatrice permettant la survie de l'individu face au manque de l'environnement familial.

Quoi qu'il en soit, **la vie empreinte toutes les voies possibles pour inviter l'être à se réaliser, et choisit son propre personnage pour tenter de s'incarner.**

8. **Les rites initiatiques**

Le rite initiatique est un processus éducatif qui a pour but de **rendre officiel la séparation du fils d'avec sa mère** pour qu'il accède au rang d'homme. L'initiation est une porte ouverte sur la réalité.

Le rituel donne une forme extérieure et visible à un processus intérieur et conceptuel.

Au travers des rites, l'initiation a pour but de **renforcer l'égo masculin**, de le raffermir, non pas pour le rigidifier ou le rendre insensible, mais pour donner à l'être humain mâle plus de substances en renforçant sa structure.

La naissance par le père

L'initiation rituelle est une deuxième naissance par laquelle le fils devient responsable, acteur et participant à part entière de la continuation du monde.

Le jeune homme quitte le mode passif réceptif, pour rencontrer l'autre face du réel active et émettrice.

L'homme re-né par le corps de l'homme, comme le symbolise la *double naissance de Dionysos* (du corps de sa mère et de la jambe de son père).


Les aborigènes australiens construisent un tunnel de branches et de buissons, qu'ils font traverser par les garçons. Après vacarme et hurlements, il les accueillent à bras ouverts à l'autre bout et les déclarent solennellement nés hommes.

La pères de le tribu africaine des Kikuyu font boire leur sang aux adolescents. Après avoir été nourris par le lait de la mère, les adolescents renaissent ainsi par le sang du père, qui assume par la même son rôle de "mâle nourricier".

Dans de nombreux rituels, les jeunes hommes sont peints en noir, se recouvrent de chaud, de boue ou de cendres, ce qui symbolise **leur retour à la terre, leur retour au monde des morts**. Ils doivent mourir à un état pour renaître à un autre.

Les hommes, justement parce qu'ils n'ont pas de menstruations et ne peuvent pas enfanter, ont d'autant plus besoin d'être rapprochés des processus biologiques et naturels de mort et de renaissance.

Les bizutages et les enterrement de vie de garçon ont d'ailleurs conservé ce motif du *salissement*, bien que son sens profond est été perdu.

 Quels rituels pour aujourd'hui ?

S'il est un rituel important parmi tous, c'est celui de la parole. La parole qui partage, qui rassure, qui révèle, qui confirme, si brève soit-elle. Nul besoin d'impressionnante cérémonie ou de douleur infligée, rien que le **bris du silence et de la gêne de la part du père est un geste d'une portée incalculable pour le fils.**

Une parole vraie et non rigidifiée par un quelconque principe, voici la tâche du père initiateur. Nul besoin d'être un modèle de perfection, ou d'adopter une attitude artificielle de père fort. Mais témoigner de sa simple humanité pour introduire le fils à la vie et le décharger de l'obligation d'être un dieu ou au contraire, un malfaiteur.

Guy Corneau souligne l'importance des **groupes d'hommes**, qui permet des échanges souvent très fructueux en dehors de la thérapie individuelle. Il les présente comme de véritables ventres symboliques où peut avoir lieu la seconde naissance par le masculin.

Trop d'hommes vivent coupés et isolés de la communauté mâle. La fragilité constante de l'identité masculine nécessite l'entretien d'une amitié masculine soutenante et bénéfique. Les amis encouragent la présence au monde, qu'ils partagent notre table, nos activités ou nos questionnements psychologiques.

Peu nombreux à l'époque où il écrit son livre, Guy C. encourage vraiment la formation de tels groupes d'échanges, s'articulant au mieux sur une ou plusieurs personnes ressources ou thérapeutes.

Ce besoin est à mon sens toujours aussi important aujourd'hui dans un monde d'ouverture à soi où, de ma propre expérience, il est encore majorité de femme. Je ne compte plus les annonces pour des cercles de femmes, d'évènements sur le féminin sacré, pour si peu de leurs pendants masculins. J'ai à cœur de créer de tels espaces à l'avenir, pour accompagner les hommes qui en sentiront l'appel, et qui m'accompagneront eux aussi dans ma propre quête.

9. Les initiations actuelles

 Quelques chiffres

Les études des dernières décennies démontrent la précarité de la santé générale des hommes, qui présentent souvent plus, voir beaucoup plus que les femmes les états suivants :

- **De l'enfance à l'adolescence** : retard mental, troubles de l'attention et de la conduite, hyper-anxiété, difficultés schizoïdes, bégaiement, énurésie, somnambulisme, terreurs nocturnes, autisme, troubles de développement persistants comme la dyslexie, etc...
- **A l'âge adulte** : troubles de la personnalité paranoïde, compulsive et antisociale, schizophrénie, transsexualisme, homosexualité, perversions sexuelles. Quatre fois plus d'alcoolisme et de toxicomanie, trois fois plus de comportements à hauts risques et de suicides.

La soif d'initiation

"Ce sont les événements de la vie qui invitent aujourd'hui à l'initiation et aux passages"

Dans nos cultures modernes, l'absence du père se reflète au niveau collectif dans l'absence de rituels initiatiques, **ceux-ci sont devenus majoritairement inconscients.**

L'initiation se nomme Souffrance et elle a de multiples cordes à son arc : maladie, accident, dépression (burnout), solitude, divorce, faillite ...

Ils visent le bris de l'idéal passif et l'intégration de ce que nous dédaignons ou de ce qui nous fait peur.

Globalement, les femmes entrent en thérapie parce qu'elles sont conscientes d'un malaise intérieur. Les hommes eux, éternels héros croyant toujours pouvoir s'en sortir seul, s'y plient principalement à la suite d'un événement dramatique.

C'est au cœur de la crise, alors que tout s'écroule, qu'ils réagissent. Ils portent alors "leur psyché au garage", en espérant que le thérapeute va la réparer, sans que ce ne soit trop coûteux ni douloureux.

Le rôle de la thérapie sera de donner un sens initiatique à toute la souffrance engendrée, et de leur faire accepter qu'ils ont une responsabilité dans leur destin. Que les accidents, séparations, faillites, maladies sont autant de "mutilations " qui expriment une soif inconsciente d'être initié.

La souffrance

Depuis les années 80, on compte plus de suicides chez les moins de 40 ans, et ceux des garçons sont deux fois supérieurs à ceux des filles.

Les hommes se suicident en raison de troubles de santé mentale, mais aussi pour des causes sociales. Plus une société intègre ses membres, moins il y a de suicide.

Le suicide est le moyen le plus définitif employé pour **se soustraire à la douleur de vivre** et tenter de faire échec à l'absurde, pour "arrêter d'avoir mal". Ce mal qui attaque un être dans son intégrité et qu'il supporte sans savoir pourquoi : **La douleur qui n'a pas de sens.**

Là encore, le manque de père se fait brutalement sentir. Dans certaines initiations tribales, le rôle des pères était aussi de donner un sens à la souffrance. Par l'épreuve, **les adolescents apprenaient à tolérer la douleur, à l'appivoiser et à la maîtriser**, pour être admis dans le monde des hommes.

Les blessures volontairement infligées par les pères symbolisaient **la souffrance inévitable à la croissance et à l'apprentissage d'un être au cours de sa vie.**

Le sens de la souffrance c'est perdu, notamment car il n'est plus transmis par les pères. Obsédés par le confort, **ils cherchent aussi à la fuir** par tous les moyens. Dans combien de foyers est-ce la télévision qui a remplacé l'enseignement du père en tentant de combler son mutisme?

Nous acceptons volontiers les joies sans poser de questions, mais nous refusons d'accueillir ce qui nous fait mal. Le geste des pères tribaux tente de **donner un sens à cette dimension inévitable de la vie humaine.** Pour eux non seulement la souffrance ne peut être évitée, mais **le sacrifice qu'elle représente fait partie de la structure fondamentale de l'existence.**

La présence de la mutilation dans certains rituels peut nous paraître déconcertante, mais il faut voir là **un acte d'amour masculin qui signifie la mort du fils à maman.** La douleur est celle du lien tranché : cette mutilation est une prise de contact avec *le masculin primitif et sauvage*, celui des profondeurs de la terre, en lien direct avec la réalité naturelle et incarnée.

Comme lors de la naissance, **la douleur est un passage qui fait entrer l'enfant dans une unité plus vaste.**

Apprendre à souffrir, à tolérer la souffrance et même à l'infliger si nécessaire, permet de crever la bulle de dépendance douillette que l'on tente de former autour de soi.

La solitude

Si un homme ne développe pas **une capacité de vivre seul**, il ne peut vivre avec une femme sans dépendre d'elle maternellement. Psychologiquement, il doit sentir **qu'il possède un foyer au-dedans de lui-même.**

Dans nos sociétés extraverties, où il y a **peu de place pour la solitude et le silence**, nous nous gavons sans cesse d'informations et de spectacles ; **devenus de véritables boulimiques du divertissement** (encore plus aujourd'hui avec internet et les réseaux sociaux) pour ne pas rester seul avec soi-même, **pour ne pas sentir la vie qui nous travaille.**

Combien sont incapables de passer quelques heures en solitaire sans sombrer dans une sorte de manque dépressif. **On a peur de la solitude et du silence, qui viennent couper nos dépendances**, on redoute ce sevrage par crainte de tomber dans le vide.

Mais la solitude peut être formatrice, on peut y découvrir des ressources insoupçonnées. Elle nous oblige à regarder et écouter nos souffrances, nous invite à affronter nos peurs et à surmonter nos besoin d'initiation et de résilience.

L'idéal brisé

Adolescents, nous rêvons de tout devenir. Mais la réalité nous oblige à prendre une voie, car nous ne pouvons pas tout être.

La vie mutile sauvagement nos idéaux dans le but de nous dévoiler un secret qui semble se gagner par la souffrance. L'homme divin est chassé du paradis, il doit se résoudre à partager l'humaine imperfection. **L'idéal de perfection et d'extase éternelle est brisé, mis en miettes par la dureté de la vie.**

Par exemple : une séparation sonne le bris du couple ou de l'unité familiale. Cela amène inévitablement son lot de souffrances, et demande **le deuil de la perfection initiale des histoires d'amour et du foyer**, souvent plus imaginative que réelle.

Certains deviendront cyniques, ils sombreront face à ce qu'ils perçoivent comme un échec inacceptable. D'autres s'en serviront de **tremplin vers le changement**, en acceptant de le vivre pleinement, de passer par le désespoir pour se libérer des désirs impossibles.

La réalité cherchera toujours à briser nos idéaux, pour nous enseigner à sortir de la passivité de l'illusion et embrasser activement notre réalisation personnelle.

L'astrophysicien Hubert Reeves disais : *"Nous ne mesurons pas encore l'ampleur de la catastrophe du faite que nous nous sommes parvenus à maîtriser la nature. Plus rien ne s'oppose à nous, or il faut que quelque chose s'oppose à notre volonté sinon nous deviendrons fous."*

La souffrance et la mal-a-dit représentent ce quelque chose qui ne tempère pas avec ce que nous voulons. De même que *la mauvaise santé de l'environnement* nous rappelle qu'il y a des lois ne pouvons pas transgresser.

L'inconscient nous rappelle à ces lois. Les mouvances autonomes de la psyché nous ébranlent, car **sa prise de conscience signifie la fin de l'illusion du pouvoir absolu de l'égo.**

La dépression durera tant que le *Moi* n'aura pas **abandonné ses prétentions au contrôle absolu**. Elle persistera tant qu'il n'aura pas compris qu'elle représente la mutinerie de ses forces intérieures, qui veulent signifier au capitaine du bateau qu'il navigue peut-être en suivant les étoiles (les idéaux collectifs), mais qu'il malmène son équipage. La psyché demande plus de démocratie!

Aujourd'hui, le rituel ancien c'est intériorisé ; parce que nos pères sont manquants, nous nous couvrons des cendres de la dépression pour renaître.

10. Un peu de mythologie

"Les histoires et personnages mythologiques mettent en perspective nos expériences contemporaines en faisant ressortir ce qu'elles ont d'éternellement humain."

Tout comme les images symboliques du rêve, les figures mythologiques ont l'avantage de nous donner un appui moins abstrait pour discuter d'un thème. Symboliques et porteuses des dynamiques du vivant, **elles s'adressent directement à l'univers émotif et touchent tous les niveaux de l'être.**

Leur pertinence frappe l'esprit et nous amène à réfléchir sur **l'inconnu qui nous habite**. Elles nous invitent à pénétrer dans la nature des phénomènes psychiques, nous aidant à les objectiver pour dialoguer avec eux.

Le polythéisme psychique

S'appuyant entre autre sur les travaux de Ginette Paris et James Hillman, qui ont dépoussiéré le Panthéon grec, Guy Corneau utilise beaucoup **les figures mythologiques**.

Pour lui, elles nous laissent **entrevoir d'autres façons d'être homme**, car comme il le dit : *"Il ne s'agit pas de retourner en arrière mais de sentir l'éternel masculin qui se profile derrière les figures anciennes ; Celles-ci peuvent nous servir à évaluer les forces que nous laissons dans l'ombre et qui pourraient nous indiquer la voie à suivre"*.

James Hillman parle de redécouvrir **le polythéisme de l'âme, le monothéisme de la pensée occidentale ayant fait de nous des hommes désâmes (sans âme)**. Pour sortir de la rigidité des modèles univoques du masculin, au profit d'une nouvelle flexibilité psychique.

Les dieux et déesses sont autant d'âmes qui nous habitent. Chacun, chacune possède son propre mystère et règne sur une dimension du réel qui nous appelle à la découverte de la vie. Il n'en tient qu'à notre attitude d'entrer dans leurs danses.

Les dieux et les déesses s'adresse aux hommes et aux femmes sans distinction.

Le polythéisme psychologique peut nous délivrer non seulement **de la rigidité de notre façon de vivre le masculin**, mais aussi de sortir de cette division des qualités entre les sexes qui persiste encore : "Les hommes sont forts et intellectuels, les femmes sont sentimentales, sensibles et vulnérables, tels domaines sont réservés aux uns ou aux unes, etc... "

De telles projections ont pour conséquence un terrible mépris de l'homme comme de la femme.

Or même si nos polarités inées sont différentes, nous possédons tous les mêmes qualités intrinsèques. La vulnérabilité, les sentiments, l'intellect, la force, le courage n'appartiennent ni aux hommes ni aux femmes, ils sont l'héritage commun de l'humanité.

L'émotion appartient à tous les êtres humain, elles sont l'expression du vivant en nous.

L'identité sexuelle est une fondation, une façon d'appréhender le réel. Mais il s'agit surtout de parvenir à l'unité du vivant, peu importe si les mythes ou les stéréotypes en prennent pour leur grade!

Laissez moi vous présenter quelques uns de ces dieux et déesses parmi les plus significants en rapport aux thèmes développés :

Héphaïstos, dieu de la créativité

Héphaïstos est si laid que sa mère le jette du haut de l'Olympe à sa naissance. **Il représente l'âme créatrice, qui apparaît toujours sur son aspect déformé.**

La créativité, la "**nouveauté en nous**", se présente souvent sous un aspect horrifiant, rejetée par la famille et par la société.

Héphaïstos le créateur est seul, il oeuvre dans les profondeurs d'un volcan en activité. **Sa monstruosité est le miroir de notre crainte**, qui s'adresse toujours à l'individu seul. Elle le retranche, le particularise, sans doute quand il embrasse trop pleinement l'idéal collectif et lui sacrifie sa propre individualité.

La créativité a besoin du désordre chronique pour exister. Lorsque tout est en ordre, c'est la stagnation. Et pourtant nos désordres nous terrifient.

Nous ne croyons que peu à la présence d'un dieu, autrement dit **d'un sens enfoui dans la maladie**. Pourtant celle-ci peut s'avérer **la partie la plus saine de notre personnalité** : elle nous empêche de nous perdre dans de fausses idées sur nous-mêmes et nous oblige à vivre selon notre véritable nature.

Héphaïstos nous fait peur, on ne lui fait pas confiance. **Majoritairement, on ne fait pas confiance en nos propres ressources intérieures.**

La plupart des gens se doute déjà avant même d'entrer en thérapie de ce qu'ils ont à faire pour améliorer leur vie. Mais ils ont peur, peur de ce qu'ils portent, de leurs désirs, de leurs capacités. L'expression dit bien "**avoir peur de son ombre**". Cette partie de nous que nous jugeons inférieure et que nous cachons. La plupart du temps nous nous en débarrassons en la projetant à l'extérieur, sur les autres.

Mais de quoi avons-nous tellement peur ? N'est-ce pas de l'échec de nos beaux rêves de grandeur et de perfection ?

Quand la belle image du Moi tombe, l'individu découvre qu'il n'est pas parfait. Il prend conscience de ses besoins profonds et véritables : besoin d'amour, d'affection et de compréhension, besoin de l'autre.

L'utopique indépendance fait place au constat douloureux d'une dépendance extrême.

Mais alors, comprenant que personne ne lui doit rien, l'individu devient responsable et non plus *seule innocente victime*, devenant du même coup **responsable de chercher la part de possible dans ses désirs.**

Vénus, déesse de l'amour et de la beauté

Vénus-Aphrodite, déesse de l'amour et de la beauté, nous rappelle qu'elle mérite que l'on traite cette force vitale comme une déesse majeure, et que chaque être les portent en lui.

L'amour qui accueille, qui donne et révèle le meilleur de soi, nous relie au monde et aux autres.

Elle a pour ami fidèle Eros (Cupidon), qui l'accompagne partout. L'Eros est l'ensemble des pulsions de vie et l'amour et la sexualité au sens spirituel et charnel.

Alors au lieu de la culpabilisé et dans faire un acte dénué de sens, pourquoi ne pas la célébrer et l'entourer de poésie ?

Sans valorisation de la sexualité au sens sacré, dans sa dimension spirituelle comme physique, le sexe devient *du cul* et ne permet plus **l'exaltation de l'âme au contact de la beauté**.

Ainsi, une obsession sexuelle serait due au fait qu'une personne n'accorde pas assez de valeur à cette force naturelle, et non pas qu'il lui en accorde trop. Lorsqu'elles sont refoulées, les puissances méprisées deviennent souterraines, et du tréfonds de l'inconscient, exercent une fascination irrésistible sur la conscience.

Le chemin de la guérison passe **par l'acceptation profonde de l'être sexuel** qu'est l'humain et non pas par sa répression ou par une illusoire tentative de contrôle absolu.

Il faudrait amplifier l'importance de la sexualité pour la comprendre, au lieu de la diminuer.

La refuser signifie se couper de l'entièreté de **notre capacité de relation au monde** et à sa merveilleuse beauté. À l'inverse, la saluer permet une érotisation de notre rapport à l'univers, **une ouverture des sens et de la sensualité**, non pas dans une perspective égoïste, mais dans celle d'une **vivification qui donne l'envie d'être en relation**.

 **Mars, dieu de la guerre**

Il symbolise **la force psychique fondamentale du masculin**.

Mars fait bouger les choses, **provoque des confrontation pour forcer les humains à sortir de la stagnation**. C'est un **éveilleur**, il est *le printemps qui secoue la terre*.

C'est un dieu **discipliné et fier, précis, concentré, éthique et moral** : il s'attache à **maîtriser sa peur**, respecte son adversaire et en apprécie la valeur. S'il sait comment déclarer une guerre, il sait aussi comment en sortir pour faire la paix.

Mars a aussi son **côté voluptueux** : à l'aise dans la boue des champs de bataille, il n'en connaît pas moins ces moments de gloire et de brillance dans ses beaux uniformes d'apparat.

Comme le monde actuel, Mars ce "psychologise" lui aussi. Le goût de briller, dense dépasser et de se maîtriser s'intériorise et contribue à **réveiller le guerrier intérieur**, celui qui respecte les lois naturelles et spirituelles.

Mars en éveil nous aide à dépasser nos mauvaises habitudes et notre paresse, à fin de retrouver la fureur de vivre. Ce débordement du printemps en soi qui s'avère être aussi le débordement de l'amour, car tout deux se complètent. Après tout, Mars est l'amant de Vénus...

11. L'agressivité naturelle : le dynamisme masculin

Parfaitement maitrisée par Mars, la force d'agressivité, mouvement dynamique, impulsif et impétueux, est l'un des fondements de l'identité masculine, bien plus que pour les femmes.

Comme le symbolise les organes génitaux de l'homme, **elle est l'énergie qui jaillit et qui pénètre**.

Le père manquant n'a pas favorisé le contact ni la maîtrise de cette énergie. Par conséquent, des générations complètes d'hommes se croient déchargées du "problème" de l'agressivité, et celui-ci est devenu inconscient.

Ce dynamisme inhérent à l'homme est réprimé et se transforme en hostilité, en rage intérieure, en violence. Et cette forme d'affirmation mal employée est détournée de son but et vient inévitablement perturber l'individu dans son fonctionnement.

Le refoulement de l'agressivité

Lorsque des parents trop autoritaires ne peuvent tolérer la colère d'un enfant ou l'expression de son agressivité, **le fils refoule ce dynamisme brute**. Comme cette énergie devra sortir d'une façon ou d'une autre, elle empruntera alors quelques uns des canaux suivant :

- **L'agressivité est retourné vers l'intérieur** et devient haine de soi : mépris, culpabilité, ruminations, pensées lugubres, sarcasmes dépréciateurs, actes compulsifs, jusqu'à sombrer même dans une dépression chronique.
- **L'agressivité refoulé se trouve un bouc-émissaire** : une personne plus faible que lui, ou un groupe social considéré comme inférieur (racisme, homophobie, etc.).
- **L'agressivité réprimée est transformée en culte de l'opresseur** : le parent tyrannique devient un objet d'admiration. Sur le plan individuel et collectif, ce culte peut mener au fascisme et à l'approbation d'une dictature, où le bourreau est au-dessus de toute critique .
- **L'agressivité est érotisée** : les deux polarités sont réprimées, sexualité et agressivité se retrouvent liées et elles découlent sur des fantasmes ou des pratiques sadomasochistes.

Vénus et Mars : le guerrier et l'amoureuse

L'énergie vitale, l'énergie sexuelle et l'agressivité naturelle sont la même force aux diverses polarités. L'agressivité n'est pas le mal absolu, mais un élan de vie à maîtriser.

L'amoureuse et le guerrier se complètent : Vénus aime l'ardeur de la vie en Mars, il lui apporte l'étincelle qui la fait briller de tous ses feux. Vénus accueille Mars qui, ému, n'a plus à se battre, il peut se dépouiller et se mettre à nu pour vivre l'amour.

Étrange mariage que celui de l'amour et de la guerre, dont l'enfant qui naît de leur union s'appelle Harmonie. Mars est mouvement, il connaît le chemin vers l'harmonie et pour y parvenir il passe par **Vénus, l'amour qui est accueil**.

Se battre pour livrer le meilleur de soi-même et l'expérimenter est la source même de la paix et de l'amour de soi.

Bien loin de toutes les gymnastique morales et intellectuelles qui prêchent l'unique amour universel, **l'amour n'existe pas sans l'éveil du guerrier. Il n'y a pas de lumière sans ombre, pas d'esprit accompli sans corps, pas de paix sans combat, et c'est en soi que se mène l'équilibre**.

D'ailleurs, la Terre n'est-elle pas la planète entre Mars et Vénus, à l'équilibre propice au développement de la vie? Si nous sommes terriens et terriennes, n'est-ce pas pour réaliser notre harmonie intérieure dans le monde tangible de la matière?

Et comme ce qui est dehors et comme ce qui est dedans, ce n'est pas seulement la Vénus intérieure que l'on rencontre quand on donne le meilleur de soi, c'est aussi la Vénus extérieure, l'amoureuse en attente chez nos partenaires du sexe opposé, ou plutôt complémentaire.

Citation d'Annie Leclerc :

"Femme, c'est à toi que va tout désir. Garde-toi pour l'amour, garde le, amoureuse en désir et disposition. Réjouis-toi, car tu détiens le filtre et le secret. Réjouis-toi car tu as été choisie pour être dans l'amour et y demeurer.

Homme, acharne-toi à te faire aimable, affirme ton être et ta personne jusqu'à briller d'un éclat incomparable. Alors femme s'ouvrira à toi et tu la mettras en feu d'amour, tu seras baigné dans son vaste secret et ce sera délice inouï.

Homme, réjouis-toi car, si c'est elle qui détient le secret et qui garde l'amour, c'est toi qui met le feu, c'est toi dont le désir embrase, c'est toi qui fait l'amour."

12. Guérir

L'intégration de son ombre, le passage par la souffrance, le travail sur soi et de sa conscience : tout cela offre la possibilité de cesser de répéter inlassablement les mêmes drames qui nous empêchent d'être réel.

Le sens de la thérapie

Les événements de la vie sont initiatiques, les mouvements inconscients de la psyché cherchent à nous enseigner. **L'être humain est responsable d'en tirer un sens pour sa vie à lui.** S'il **se comprend et s'accepte**, il n'aura plus besoin de quémander sans cesse la compréhension d'autrui ou à se montrer servile pour l'obtenir. **Il sera apte à accepter les conséquences de ses actes.**

Le chemin de la responsabilité est le chemin de la liberté. Il vient brisé à tout jamais l'idéal de perfection de l'individu, et c'est un deuil difficile à faire. *"Je ne serai jamais parfait, et je n'aurais pas assez de ma vie pour changer tout ce que je n'aime pas en moi".*

Le changement n'est pas une progression horizontale et linéaire. *"Si je suis insatisfait de qui je suis au présent, le serais-je plus dans un futur lointain?".* Alors il serait préférable de changer de niveau et de cultiver une attitude d'acceptation globale de ce que l'on est.

Devenir cet **observateur aguerri** qui, pouvant être au contact de sa réalité comme de sa relativité, peut d'autant mieux être au contact de celles des autres.

C'est apprendre à se détacher de vouloir être comme ceci ou comme cela, pour exister. Car paradoxalement, le détachement de soi permet de goûter profondément à l'existence, aux personnes qui nous entourent et à sa propre personnalité.

Cette capacité d'objectiver nos états d'âme est la caractéristique qui nous différencie le plus de l'animal. Elle s'avère être **un facteur d'évolution providentiel.** Elle signifie que nous ne sommes plus liés absolument aux automatismes de l'espèce.

La grande leçon du passage par l'ombre est la tolérance, envers soi et envers autrui. On y découvre sa **propre vulnérabilité**, ses faiblesses, ses besoins d'écoute et d'attention, sa dépendance, ses contradictions, sa tyrannie, tout comme ses capacités, ses qualités et ses ressources, **sa propre puissance créative.** En somme, sa **bien ordinaire humanité** qui, loin d'être banale, est partagée de tous.

Quelques clés pour maîtriser le pouvoir de l'agressivité

❖ Apprivoiser l'homme primitif :

Nous ne pouvons contrôler que ce que nous connaissons intimement. Il est préférable d'admettre l'affect et de se soumettre à sa "violence" plutôt que de tenter de lui échapper au moyen de fonctionnements ou de jugements de valeur. **La violence de l'affect doit pénétrer jusqu'au cœur de l'homme et il doit succomber à son action.**

Parce que nous refusons d'avoir de l'agressivité, c'est l'agressivité qui nous a. Alors, à la moindre frustration, la brute reprend ses droits : violence verbale, physique, froideur extrême, idées suicidaires, etc...

L'idée n'est pas d'encourager les hommes à être plus violent dans leur comportement, mais plutôt à accueillir cette énergie en eux pour être mieux dans leur peau. Ce n'est pas la prise de conscience de cette force qui mène à la violence, mais bien sa répression.

Prendre conscience de *l'homme primitif* qui sommeille est un passage nécessaire dans la quête d'un **pouvoir personnel d'autonomie et d'affirmation**, ainsi que dans **l'acquisition d'une sécurité intérieure.**

❖ Ouvrir la cage :

Comment assainir l'agressivité qui s'est transformé en hostilité ou en rage intérieure ? En se permettant un **passage symbolique à l'acte**. En s'aménageant un temps est un espace privilégié de contact avec les émotions réprimées, et s'y permettre un **rituel de violence imaginée**.

Il s'agit d'aller, en fantasme, jusqu'au bout de l'intensité émotive pour qu'elle se libère et nous laisse entrevoir ce qui nous possède.

L'imagination est un pouvoir créatif très efficace. Quand on est un bon garçon aimant sa maman, on ne se permettrait même pas de lui faire du mal en imagination. On voit comment la censure est profonde. Pourtant l'**imaginer pourra être un processus aux bénéfices bien concrets**. (Exemple d'Alex et de Jodorowski)

Un tel passage fonctionne parce que les récriminations ne s'adressent pas au parent ou à la personne réelle, mais à son complexe. **Un complexe est une entité psychique qui doit être combattue sur le terrain psychique**. Le meurtre imaginaire de la mère consiste en une **séparation symbolique** du fils de avec sa mère intérieur. Pour l'accomplir, l'individu doit se tremper dans ses forces agressives et en utiliser le potentiel positif. Tuer sa mère réelle n'apporterait rien, sinon le privilège douteux de finir en prison...

Pour transformer l'agressivité en connaissance de soi, il s'agit de recevoir sans juger ce qui se trame en soi. C'est le premier pas vers l'intimité. La rencontre avec son ombre donne du poids à l'homme, elle le met en face d'un choix, d'un devoir vis-à-vis de son hostilité réprimée : maintenant qu'il sait jusqu'où ça va, jusqu'où ça peut aller, il en est responsable et non plus la victime inconsciente.

 Le deuil du père idéal, le pardon au père réel

"Mon père, pourquoi m'as-tu abandonné?" Peut-être est-ce pour que je découvre celui que tu as inscrit en moi...

Nos pères sont absents, pourtant la soif d'une présence paternelle demeure inscrite en nous. **Notre désir est insatiable parce que nous recherchons une reconnaissance par un père idéal, qui aurait toutes les qualités possibles et imaginables**. Mais en vérité, de telles exigences dépassent les capacités d'un seul être humain : nos pères ne sont pas des dieux, ce sont des hommes.

Le fils adulte doit accepter de faire le deuil de ses idéaux de parfait paternage, pour apprendre à se paterner lui même et à remplir son vide par la créativité.

La tâche de ceux qui ont tant manqué de père est de devenir les pères qu'ils ont désiré avoir, qu'ils deviennent les pères d'enfants réels ou d'enfants culturels.

Psychologiquement, nous pourrions dire que nous ne pouvons donner réellement que ce que nous n'avons pas reçu. C'est là que réside le mystère de la créativité humaine.

Accepter de souffrir la fin d'une illusion de père parfait est ce qui permet à un homme d'émerger du trou laissé par le père absent et de le remplir de sa propre présence.

Le pardon est difficile, tant il nous semble qu'ils ont fait preuve de pure lâcheté, qu'ils ont déserté, nous ont trahi et abandonné.

En réalité, la plupart du temps, **ils ont fait leur possible**. Ils ont été de bons protecteurs, de bons gagnants de pain, mais **ils n'étaient pas là pour nous parler et pour nous guider**. Oui, nous sommes restés pris trop longtemps dans les jupes à maman à cause de cela.

A eux aussi nous nous devons de rendre leur humanité. Notre vision d'un père manquant est mythologique, en ce sens qu'il est le produit d'un complexe paternel négatif, qui nous fait voir surtout les mauvais côtés et oblitérer les bons.

Il est vrai qu'il est difficile de traverser notre douleur pour nous ouvrir à l'amour que nos parents ont eu pour nous.

Mais le choix est notre maintenant : dénigrer et céder à la rage, ou parler et pardonner.

13. Conclusion

Le silence du père est devenu le nôtre, mais la conscience de notre propre souffrance et de celle de nos pères peut nous permettre de cesser de la transmettre.

La tâche des nouveaux hommes est de briser les générations de silence masculin, c'est peut-être l'acte le plus véritablement révolutionnaire que nous puissions accomplir.

Le temps est venu de dire nos vulnérabilités, nos besoins profonds et nos souffrances intérieures. **Le temps est venu de devenir réel aux yeux de ceux qui nous entourent, de partager et de nous montrer tel que nous sommes.**

Au fond, le terrible mystère est là : pour être homme, **un homme doit toucher à son énergie brute et sauvage.** La rage aveugle peut alors **se transformer en pouvoir de s'engager, de tolérer des tensions et de trancher des questions,** la capacité de mettre à distance peut devenir **un pouvoir de discernement.**

Un **sentiment de sécurité interne** se développe car il sait que, quelque soit la situation, une énergie en lui, une ressource fondamentale fondée dans l'agressivité pourra l'aider à en sortir. Tant qu'un homme ne sait pas qu'il peut utiliser autre chose que la douceur mielleuse ou la violence aveugle pour se défendre, il ne pourra être pleinement en relation avec l'autre sexe. Pour être en mesure de **s'abandonner à l'intimité du couple,** il doit se sentir capable de survivre au rejet, ou de partir de lui-même si cela s'avère nécessaire.

La **psychothérapie** est l'un des moyens les plus en vogue **pour aider au mûrissement de l'être.** C'est un long et lent travail. Selon Guy Corneau, si une thérapie brève peut colmater une crise, **le but à long terme de toute thérapie qui se respecte et de développer chez l'individu sa capacité de relation spontanée avec lui-même et avec les autres.**

Et on ne corrige pas en quelques mois ce qui a pris des années à se cristalliser...

Là aussi il est un deuil à faire, une étape pour **quitter la croyance qu'on peut tout régler et tout de suite.** Pour retrouver cette humilité, motivé par le sens que reprend notre existence, et **devenir libre de soi-même.**

Pour être efficace, **une thérapie doit toucher le monde des émotions.** Les noyaux des complexes sont affectifs, il faut donc toucher aux sentiments **pour profiter de la vitalité qui y demeure enfermée.** Ce qui la rend difficile, compliqué et douloureuse, c'est **notre résistance à accepter ce qui vient des profondeurs de notre être.**

La thérapie vise un rapport vivant avec soi-même et n'a pas pour but la perfection. Il ne s'agit pas tant de *faire quelque chose*, que de *se laisser travailler* par les différentes âmes qui nous habitent, car après tout **l'humain est multidimensionnel, et ses émotions sont l'expression du vivant en lui.**

S'améliorer est important, mais **la plus grande amélioration c'est de commencer à s'aimer tel que l'on est.** Il s'agit donc beaucoup plus d'un changement d'attitude que d'un changement de comportement. **Quand le cœur change, nos comportements suivent eux aussi.**

Epilogue

Cela fera bientôt deux ans que j'ai dit adieu à mon père.
Après de nombreux deuils et traversées depuis son départ, je me sens en paix avec lui.
En paix avec l'homme, le père réel, le père manquant qu'il a été.

Lui qui a dédié sa vie à la tâche, au labeur et à ses serments, au détriment de sa propre réalisation, comme bien des hommes de ma lignée auparavant, leurs histoires me portent à vivre mes rêves et non plus à rêver ma vie. Le deuil le plus difficile est celui de mes idéaux. Et la vie n'a de cesse de me pousser à devenir moi même réel.

Je suis un fils manqué, je le reconnais avec l'humilité et la responsabilité que cela implique.
Oui j'ai souffert de ses absences, de ses silences et de ses mots/maux. Il avait ses torts, qui avaient leurs raisons. Lui et moi on s'est battu, jugé, accusé, souvent peu compris. Tout comme on s'est soutenu et serré les coudes, on a construit et créé ensemble. La pudeur nous a rarement laissé nous enlacer, ou montrer nos fragilités. Mais comme on a ri aussi et comme on s'est aimé.

J'ai manqué de soutien, d'encouragement, de reconnaissance et plus encore... Mais serais-je sur ma juste voie si j'avais eu un père parfait? En soi, le manque nous structure aussi. Paradoxe humaine, désordre bien orchestré.

Enfant, j'ai vu mon père comme un dieu, j'ai voulu comme lui "savoir tout faire". Il m'a fallu bien du temps pour comprendre pleinement qu'il n'était qu'un être humain... donc moi aussi.
Il fut un homme parmi les hommes, qui a fait ce qu'il a pu, un père qui a aimé comme il a su.
Au delà de tout, son amour était sincère et je l'ai toujours senti. C'est là mon plus bel héritage.

Je ne manquerais pas d'être un homme, un père, et d'aimer du mieux que je le peux.

"Papa,

*pas parfait ou idéal, ta présence comme ton absence m'initient à ce que je me dévoile.
Dès le jour de ta naissance au ciel, j'ai senti une force essentielle me soutenir,
celle qui m'a gardé debout, m'a donné la force de traverser les épreuves et les devenirs,
celle qui depuis ne m'a jamais quitté, même quand l'envie vient à manquer.
Ce soutien que je prêtai à ta présence nouvelle, toi devenu ange,
je prends conscience qu'elle est aussi celle du "bon père en moi", toi en je.
C'est toi que je cultive dans mon intimité, pour le fils que j'ai été,
pour les enfants qui sauront m'adopter, pour les graines que je n'ai pas fini de semer.
L'apprentissage continue, pour tous ici et là-bas...
Et si aujourd'hui tu me manques, ce n'est que de ne plus pouvoir te serrer dans mes bras."*

Merci à Marc, à Guy, et à tous mes pères et mères.

Cédric Biehlmann, Art thérapeute humaniste, Mars 2022

