

Dans la tête des hommes

AU SOMMAIRE

DOSSIER

Pages 1 à 4

« Dans la tête des hommes »
le dernier livre d'Alain Héril
Interview d'Alain Héril
Réaction de Paul Gradwohl

A LIRE

Page 5

Telle mère, quelle fille
De Sonia Prades

Les examens de conscience
De Stephen Grosz

Bienvenue douleur ! de Pilar
Sordo

Sigmund Freud - Bénédictus de
Spinoza, une correspondance,
de Michel Juffé

INFORMATIONS

Page 6

Lynda Hamrioui a présenté
son mémoire

REDACTION

Responsable de la publication
Marie-Gabrielle Héril
Rédactrice en Chef
Violaine Gelly-Gradwohl

« La douceur masculine se construit entre les hommes »



Après « Femme épanouie » (qui sort ces jours-ci en poche dans la Petite Bibliothèque Payot) et « Les continents féminins », tous deux consacrés à la sexualité féminine, Alain Héril sort, ces jours-ci, un nouvel essai. Intitulé « Dans la tête des hommes », il se penche, cette fois, sur les hommes : leur construction psychique, la virilité, l'apprentissage de la puissance masculine.

Considères-tu cet essai comme la suite ou le pendant de *Femme épanouie* ?

Au départ, le projet était, effectivement de faire ça. Sauf qu'en cours d'écriture, je me suis surpris à sortir de la dimension purement sexuelle pour être plus dans la construction psycho affective du masculin. Et puis, il me semble que je me suis beaucoup plus livré, en tant qu'homme moi-même. Ce livre est donc, en partie le pendant de *Femme épanouie*, notamment parce que j'y réfléchis sur les différents âges sexuels de l'homme, mais je me place également sur un terrain plus large.

La littérature psy ne manque pas d'essais sur la construction masculine. Qu'est ce que tu as eu envie de dire de plus ou de différent ?

D'abord, dans tout ce que j'ai lu, j'ai souvent trouvé un accent mis sur la nécessité pour le jeune garçon de se mesurer au père, de l'affronter mais il me semble qu'il manquait l'idée d'une possibilité de rencontre complice avec lui. Dans un second temps, je pense que ce qui est important et novateur dans ce livre, c'est l'idée d'une rencontre avec la communauté des hommes et comment la masculinité se traduit aussi avec les autres hommes. C'est important, me semble-t-il parce que la rencontre avec la femme se fera d'autant plus facilement que les hommes auront l'habitude d'être les uns avec les autres, sans rivalité. C'est le meilleur moyen pour que la femme ne soit pas un objet de convoitise ou un trophée exhibé aux autres hommes. Pour apaiser ça, pour faire en sorte que la guerre des sexes soit enfin résolue, il est nécessaire que les hommes se rencontrent les uns et les autres, pour faire cesser un lien ontologique et ancestral de rivalité entre eux.

.....DANS LA TETE DES HOMMES.....

Il nous faut sortir de l'idée de meute, du loup alpha qui conquiert toutes les femelles. Il me semble que plus il y a de fraternité, plus il y a de reconnaissance, plus il y a de virilité des hommes ensemble, plus nous sommes dans quelque chose qui place la masculinité sur un terrain pacifié, doux et tranquille. La douceur masculine se construit entre les hommes avant de se construire avec les femmes.

Tu parles même de tendresse masculine...

Dans le lien entre les hommes, toute douceur, toute tendresse est forcément connotée d'une homosexualité refoulée qui nous encombre, qui empêche la vraie rencontre et dont nous devrions nous débarrasser ensemble. Évidemment, il y a tout le travail que Guy Corneau a fait dans les groupes d'hommes, mais force est de reconnaître que ces groupes ne sont pas aussi nombreux qu'on aimerait. Or, il est absolument nécessaire qu'il y ait des espaces où les hommes puissent se rencontrer, se retrouver entre eux et construire leur masculinité. Parler entre hommes du masculin, non pas uniquement en fonction de l'absente, c'est à dire la femme ou la mère, mais de nous, réellement, intimement. Il y a nécessité d'un partage d'hommes. Et quelque chose qui passe par le partage du corps, non pas dans le combat ou l'affrontement comme dans le sport, par exemple, mais dans le toucher, l'embrassade, la proximité corporelle. C'est en comprenant, en expérimentant cette tendresse que les hommes pourront rencontrer la tendresse des femmes. Parce que la tendresse masculine se construit avec les hommes mais également avec les femmes. A ce titre, j'ai été très marqué par le livre *Hommes et femmes* d'Annie Leclerc qui pose vraiment cette problématique là. Si je prends une position jungienne, comment animus et anima se rencontrent, les enjeux de la rencontre et de l'évolution des liens sont là.

Tu penses que nous sommes en train de vivre une transition dans les relations hommes-femmes ?

J'en suis persuadé mais, en même temps, comme dans toute période de transition, des lignes contradictoires s'affrontent, avec des excès de part et d'autre. La question qui se pose est comment peut-on se rencontrer, hommes et femmes, dans un espace de tendresse qui soit déssexualisé ? Nous

sommes dans une période de transition qui modifie les rapports entre les hommes et les femmes et qui, sans aucun doute, modifie aussi la fonction du couple, les fonctions hommes femmes dans les couples hétérosexuels etc. Dans les échanges que je peux avoir, dans les questionnements que j'entends, apparaît une véritable recherche, chez beaucoup de personnes, d'une autre manière d'être les uns avec les autres, plus apaisée dans les complémentarités, tout en acceptant les différences fondamentales entre hommes et femmes.

N'est-ce pas comme un retour de balancier des ces années où la sexualité était au centre de la vie de couple ?

Je pense que la mise en place de la sexualité au centre de l'épanouissement de l'homme et du couple était indispensable dans les années 70. Cela avait été tellement écrasé pendant des siècles, notamment en ce qui concerne la sexualité féminine...

Maintenant, il me semble qu'on peut aller vers une tendresse qui n'est pas forcément l'antichambre du sexuel. Je pense qu'il y a quelque chose à trouver, de manière à ce que les hommes et les femmes puissent se rencontrer mais, j'y reviens, également les hommes entre eux dans leur construction du masculin.

Les jeunes hommes d'aujourd'hui sont les fils des « nouveaux pères » d'il y a vingt ans. En quoi sont-ils différents ?

Il me semble, pour en avoir parlé avec eux, qu'ils ont un rapport au corps — corps de l'homme, corps de la femme — qui est beaucoup plus tranquille avec une dimension de tendresse justement, de fragilité beaucoup plus assumée. Ils ne se disent pas que leur fragilité, leur vulnérabilité attendent à leur virilité. Ils acceptent qu'il y ait des circuits émotionnels comme la tristesse, la mélancolie, de façon très dédramatisée. Ce qui ne leur fait pas perdre la possibilité d'une puissance, d'une force voire d'une colère qui étaient, hier, l'apanage de la virilité.

.....DANS LA TÊTE DES HOMMES.....

En tant que thérapeute femme, comment se positionner face à ses hommes ?

En tant que thérapeutes femmes, je pense que pour accueillir ces hommes là, vous devez vous inscrire dans votre féminin et pas dans votre maternant. Je pense que ces hommes viennent rechercher, chez vous, un lien avec du féminin qui s'exprime et qui s'assume. C'est également vrai de ce qu'ils attendent des femmes, en général et cela change complètement les données du lien et de la séduction. Ils attendent un compagnonnage. Cela modifie aussi la question du couple qui ne vient plus reproduire ou réparer le couple parental mais engager des partenaires de vie dans une aventure commune. Les hommes n'ont pas besoin d'une

femme trop maternante qui les ramène à l'endroit du fils et du petit garçon Mais d'une femme solide et puissante dans sa féminité. Cessons d'être des fils pour être des hommes et cessons d'être des filles pour devenir des femmes. Sinon cela ramène la relation à quelque chose d'adolescent et d'immature qui engendre des dysfonctionnements sexuels. Toutes les problématiques de désir dans le couple sont liés pour moi à cela : si tu es un fils face une fille, tu deviens un frère et une sœur. Le chemin que nous avons tous à faire c'est de quitter des liens de subordination affective et relationnelle. Dans la tête des hommes, d'Alain Héril
Éditions Payot, 16€, 192 pages

Extrait



« Construire son masculin en fonction de soi et non des autres, c'est refuser la modélisation systématique (en fait un refus symbolique d'être constamment dans la référence au père), ne pas chercher à ce que l'autre soit toujours le point d'appui de ses décisions et de ses pensées. L'autre n'est pas exclu de ce mouvement, bien entendu, mais il peut être appréhendé en étant sûr de soi, de ses axes, de son identité. Et lorsque l'autre est rencontré ce sont deux maturités qui s'accostent. Il n'y a plus ni combat, ni recherche d'influence systématisée. J'ai voulu dans ce livre tracer le portrait d'un homme devenu homme et débarrassé de cette position de fils que ne crée que de la dépendance et de la souffrance. Cet homme serait solide comme un arbre, ne devrait rien aux autres tout en les considérant avec douceur et compassion. Il serait installé dans le présent et serait tout à la fois sauvage, animal et constamment bouleversé. Cet homme là serait riche du territoire de l'autre. Il serait humain et solaire. Puisse chaque homme qui lira ce livre se sentir devenir celui-là avec joie et gratitude ».

La lecture d'un homme

Ami d'Alain Héril, historien, spécialiste de l'Europe centrale et directeur du Centre de civilisation française à l'Université de Varsovie, **Paul Gradwohl** a porté sur ce livre un regard extérieur aux préoccupations de thérapeutes. En homme, fils et père.



Suivre le parcours d'Alain Héril avec et auprès des hommes, quand on est habituellement plongé dans les affres de l'histoire de l'Europe centrale du siècle dernier, relève d'une exploration assez étonnante. La France masculine est à l'évidence un monde qui se cherche. Et le désir de tendresse masculine d'un homme qui fut un garçon issu d'une banlieue, d'un monde où violence et oppositions frontales sont la norme, a éveillé chez moi plusieurs émotions.

Je me suis senti touché en écho à mon histoire. Mon père est décédé alors que j'avais dix ans et j'ai pu me penser également en manque de repère masculin paternel. Mais, contrairement à Alain, je n'ai pas suivi la voie du salut par le groupe de jeunes mâles car ce sont des femmes à forte personnalité qui furent mes boussoles. De plus, bien qu'étant un être tactile et tendre aussi avec les hommes, j'ai un peu de mal à m'identifier avec la perspective insistante de salut masculin par la reconstitution d'une meute mâle (privée de loup alpha, certes), y compris dans les relations avec les femmes en général, et sexuelles en particulier. Père de deux fils, j'ai également été interpellé par ce qui est dit de cette place là. Je ne sais quel père j'ai été, je suis et je serai pour mes deux fils, qui m'apprennent beaucoup sur la vie. Mais je me suis senti interrogé par le postulat du livre qui se conclut sur un refus du statut de fils, lequel coïncide avec le souhait répété d'une paternité complice apparemment vouée à l'échec final.

Arrivé maintenant au moment où je devrais être celui qui est « solide comme un arbre, ne devrait rien aux autres tout en les considérant avec douceur et compassion », je m'interroge sur mon désir de correspondre à cette image. D'autant que

la « solution » d'une sexualité masculine post-cinquantenaire passe par cette capacité d'invention... » autrement dit, il me faudrait arriver à une « sacralisation de la sexualité », c'est-à-dire des « massages » et « une plus grande ritualisation de la vie sexuelle ». Or je suis certes amateur de massages, mais plus qu'une ritualisation, ce que je ressens comme joyeusement créateur dans la vie sexuelle, c'est ce qu'elle a de surprenant, de non maîtrisable. Et cela, dans mon cas, en construction avec une femme qui partage ma vie, et que je ne compte pas « considérer » puisque je me réjouis de lui devoir tant. Mais je partage avec l'auteur le refus de l'idée de performance, de même qu'une scrupuleuse attention à notre capacité masculine, fort incertaine, à exprimer les émotions.

Savoir dire ses doutes et douleurs ou joies peut passer par bien des voies, pour peu que s'établisse une confiance réciproque que notre société exclut de son fonctionnement normal. C'est peut-être là, pour moi, l'enjeu du voyage hérilien : créer de la confiance en milieu hostile, afin que, dans l'intimité de la sexualité, l'homme ne soit pas contraint à jouer un rôle faussement assigné qui transforme le sexe en démonstration d'on ne sait quoi, ou on ne sait que trop quoi. En nos temps où la peur est envahissante, cette liberté sexuelle qu'Alain Héril appelle de ses vœux est presque un enjeu politique. Ma lecture peut sembler hérétique à des psychopraticiens. Mais il semble nécessaire, œil d'historien oblige, de souligner que nos corps sont pleinement politiques, et qu'ils participent des luttes d'émancipation et des pratiques de contrôle et de répression, d'affirmation des normalités et exclusions.

Telle mère, quelle fille ?

de Sonia Prades



Ils sont légions les livres sur les relations mères-filles mais celui-ci est intéressant car il prend en compte les évolutions sociales et se resserre autour des mères et filles trop fusionnelles. Ce phénomène que la psychologue Sonia Prades illustre à l'aide de pubs (cf Comptoirs des Cotonniers) ou de séries TV entraîne une privation de distance entre la mère et sa fille, menaçant la question centrale de la différenciation. Après le fantasme, propre à toutes les femmes, d'avoir au monde son double, la mère peut, aujourd'hui, ne pas en sortir : elle s'habille comme sa fille, est sa copine sur Facebook, commente sa vie sentimentale et finit par vivre par procuration la jeunesse de sa fille. Quelle valeur propre la jeune fille peut-elle se reconnaître si rien ne la distingue de sa mère ? Comment va-t-elle s'autonomiser ? A l'aide de récits de cas, Sonia Prades nous invite à réfléchir sur l'intensité et la nocivité de certains de ces liens, tout en nous fournissant, en tant que thérapeutes, quelques clés d'accompagnement de ces patientes. Qu'elles soient mère ou fille !

Leduc S., 15€

Les Examens de conscience,

de Stephen Grosz



Il y a quelque chose d'Irvin Yalom chez Stephen Grosz. Psychanalyste américain installé à Londres depuis vingt-cinq ans, il raconte avec simplicité et émotion trente histoires de patients ordinaires qui semblent autant de nouvelles. Le lecteur est ainsi immergé dans le quotidien d'une pluralité d'existences, celle par exemple de ce chercheur, éminent professeur, accusé de plagiat, qui oscille entre détresse et exaltation, ou celle de cette étudiante boulimique passant son temps à se mutiler, ou celle encore de cette femme mariée entretenant une liaison secrète avec la nurse de ses enfants et qui se dit terrifiée à l'idée de la perdre, au point qu'elle enchaîne les grossesses pour la garder auprès d'elle. Stephen Grosz nous raconte ainsi se joue le transfert et le contre-transfert.

Slatkine & Cie, 17 €.

Bienvenue douleur !

de Pilar Sordo



Pilar Sordo est une psychologue chilienne extrêmement réputée dans son pays. Elle est un peu la Christophe André locale... Dans ce premier livre traduit en France, on découvre son ton, très caractéristique, mêlant expérience personnelle, enquêtes, réflexions et émotions. Bien sur, le titre de cet essai, n'est pas une invitation au dolorisme et au masochisme. Mais plutôt à transformer ce qui nous fait du mal en un événement qui nous fait du bien. Pour cela, elle nous enjoint de commencer par regarder la douleur en face, sans faire semblant de ne pas la voir ou de la diminuer. Il va sans dire que cet accueil de la douleur est destiné à nous ouvrir les yeux sur le bonheur.

PBP, 7€

Sigmund Freud - Bénédictus de

Spinoza, une correspondance,

de Michel Juffé



Bien sur, le titre dit le canular, mais ce sentiment ne résiste pas à la lecture. En osant imaginer une correspondance entre Spinoza et Freud, le philosophe Michel Juffé nous offre un moyen qui s'avère passionnant de rentrer un peu dans la pensée des deux hommes (éloignés de 230 ans rappelons le). Au long de seize lettres, chacun d'eux trouve enfin un interlocuteur à sa hauteur en dépit de fortes divergences (la primauté du narcissisme, le complexe d'Œdipe, les va-et-vient entre conscient et inconscient, etc.) et grâce aux convergences intellectuelles : il n'existe aucune autorité supérieure à la Nature. Il n'existe aucun Père de l'humanité, excepté ceux qu'elle se donne à elle-même. Il n'existe aucun mystère, mais des énigmes, à résoudre par les moyens de la Raison. Les deux hommes se savent près de la mort : ils sont exigeants, se font confiance, parlent de ce qui importe. La connaissance, le salut par la Raison ou par la religion, le sort des juifs, la psychothérapie, leur histoire de famille, la place des femmes : autant de questions qui se répondent ou se taisent.

Gallimard, 24,50 €

Une nouvelle psychopraticienne intégrative certifiée

Le vendredi 11 mars dernier, Lynda Hamrioui a présenté son mémoire, intitulé « ESSE, la boussole du thérapeute », signant ainsi l'ultime étape de sa certification. Elle revient pour nous sur ce moment.



« J'ai vécu la présentation de ce mémoire avec beaucoup d'émotions. J'ai commencé mon parcours Indigo Formations en 2011 et cette soirée a clôturé symboliquement ce parcours. Il y avait de la fierté à faire ce qu'on m'avait dit de faire et à être allée au bout de ma démarche et d'une transformation de vie. Fierté également d'avoir bien œuvré. Et surtout, fierté d'être allée au bout de mon désir, en dépit de mes peurs. Outre les stagiaires et les enseignants d'Indigo Formations, il y avait à mes côtés des gens que j'aime et qui m'ont accompagnée dans ce changement. Ce que je suis devenue c'est un peu aussi leur contribution.

Ensuite, il y a le sentiment de désormais faire partie légitimement de cette profession, de ce monde là. Cette remise de « diplôme », en elle-même, n'a pas beaucoup de sens concret mais symboliquement, elle officialise quelque chose.

Présenter son mémoire, c'est également présenter sa pratique, c'est-à-dire se reconnaître soi-même comme légitime et prendre plaisir à voir que ce que j'apporte peut être utilisé par d'autre. Après tout ce que j'ai reçu pendant ces années Indigo, je suis fière de pouvoir, à mon tour, apporter quelque chose, ma goutte d'eau dans la mer.

Cette présentation de mémoire m'a offert une vraie reconnaissance de la part de tout le monde. Cela m'a donné de l'assurance et de la force. Le lundi suivant j'ai eu l'appel de cinq nouveaux patients... »

Vous pourrez bientôt retrouver le mémoire de Lynda Hamrioui sur le site d'Indigo