

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À RIMOUSKI

L'ARTISTE COMME VOIE/VOIX DE PASSAGE

Une recherche heuristique : pour une maïeutique du cœur au masculin

Mémoire présenté

dans le cadre du programme de maîtrise en étude des pratiques psychosociales

en vue de l'obtention du grade de maître ès arts

PAR

©SIMON PLOURDE

AOÛT 2022

Composition du jury :

Diane Léger, présidente du jury, professeure à l'Université du Québec à Rimouski

Jeanne-Marie Rugira, directrice de recherche, professeure à l'Université du Québec à Rimouski

Dany Héon, co-directeur de recherche, doctorant à l'Université Laval et chargé de cours à l'Université du Québec à Rimouski

Mire-ô Tremblay, examinateur interne, professeur retraité de l'Université du Québec à Rimouski

Dépôt initial le 13 janvier 2022

Dépôt final le 16 août 2022

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À RIMOUSKI
Service de la bibliothèque

Avertissement

La diffusion de ce mémoire ou de cette thèse se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire « *Autorisation de reproduire et de diffuser un rapport, un mémoire ou une thèse* ». En signant ce formulaire, l'auteur concède à l'Université du Québec à Rimouski une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de son travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, l'auteur autorise l'Université du Québec à Rimouski à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de son travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits moraux ni à ses droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, l'auteur conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont il possède un exemplaire.

*À mes filles Alice, Agathe et Anaïs,
pour qu'elles puissent grandir
libres en tant que femmes !*

En mémoire de Deven.

REMERCIEMENTS-GRATITUDE

Je tiens d'abord à offrir toute ma gratitude à ma directrice de maîtrise, madame Jeanne-Marie Rugira, professeure au département de psychosociologie et travail social à l'UQAR. Par sa présence assidue et son engagement total à rendre les hommes et femmes meilleurs, cette femme d'exception a été de près comme de loin un cadre rassurant dans ma démarche de recherche. Sa confiance et son respect m'ont permis un agir plus libre dans mon processus de recherche et dans mon actualisation au masculin.

Je tiens également à offrir toute ma gratitude à mon co-directeur, monsieur Dany Héon, chargé de cours et doctorant à l'Université Laval. Ami loyal, Dany m'a soutenu d'une main de maître. Sa disponibilité sans bornes et son cœur agissant m'ont permis sans contredit un coaching hors du commun dans l'exercice d'écriture. Je te dois une fière chandelle, ami de quête, je réitère ma loyauté envers toi.

Mon cœur de père a besoin de remercier tendrement mes trois filles, Alice, Agathe et Anaïs pour leur présence, leur soutien et leur patience dans mes moments d'écriture qui demandaient parfois un silence. J'ai tant de gratitude pour vous, pour l'apprentissage grâce à vous de la paternité, de l'initiation que vous m'offrez à chaque jour de devenir un père et un homme plus sage. Avec tendresse inconditionnelle, je vous aime, xx.

Une gratitude va aussi à mes parents Jean et Raymonde, mon frère Dany, ma sœur Cynthia, mes beaux-parents Mario et Fernande pour leur soutien à toute épreuve sans jamais remettre en question mes choix. Une gratitude toute spéciale à mes défunts grands-parents : Jeanne d'Arc, Raymond, Marie-Jeanne et Felix. L'invisible était par moments fort en révélations.

J'ai aussi besoin de souligner la présence de tous ces amis, ces alliés de vie qui ont croisé ma route dans ce processus de recherche. C'est un honneur et un privilège d'être avec vous. Une gratitude sans fin à mon loyal allié Mathieu Leblanc-Casavant et aussi à Denis Francoeur et Marie-Josée Dubé, à mes fidèles alliés de musique Yannick Lavoie et Joannie Gauthier, à Bruno Paradis, à Marja Murray, à Shanti Park et Michel Sigoillot, aux soins de Sylvie Hogue, à Sébastien Michon, à Christine Jacques, à Jacob Cossette, à Marilou Brousseau, à Laurence Leblanc, à Rose-Alice Roy, à Sacha Genest Dufault, à

Guillaume Lavoie et Josée Ouellet. Vous m'avez dans un moment ou un autre inspiré l'homme que je deviens dans un cœur qui se marche toujours et un peu plus incarné.

Il m'importe de remercier tout l'équipe de C-TA-C et son conseil d'administration. Je tiens à remercier plus particulièrement le directeur de l'organisme André Boudreau pour son dévouement envers la cause des hommes. André, c'est cet homme toujours disponible et ouvert, ayant le cœur comme axe de vision. Merci pour ces discussions qui m'ont permis de mieux me comprendre en tant qu'homme et avancer dans cette recherche.

J'aimerais remercier sincèrement les professeurs du module de psychosociologie à l'UQAR qui m'ont enseigné à la maîtrise en étude des pratiques psychosociales. Luis Gomez, Diane Léger, Pascal Galvani, Danielle Boutet, Jean Kabuta et Jean-Philippe Gauthier ainsi que ma cohorte de maîtrise et ma correctrice Carine Dumez.

Je remercie plus spécialement Mire-ô Tremblay qui m'a permis de vivre cette initiation à mon cœur et qui a changé la vision que j'entretiens avec toutes mes relations. Mire-ô, ce mémoire ne serait pas le même sans ta précieuse rencontre, je remercie le ciel pour cette rencontre avec toi. HO!

J'ai le souci de remercier la Feste Médiévale de St-Marcelin et le clan du Mossurland du Bas-Saint-Laurent pour m'avoir permis d'incarner la figure du Scalde et de l'artiste en tout liberté.

Et finalement une gratitude infinie à Maude, mon amoureuse, ma compagne de vie, celle qui m'a poussé sans jamais remettre en cause ce projet et mes façons particulières d'évoluer dans ce processus. Vivre avec toi est comme une brise fraîche un matin d'été où les oiseaux viennent chanter la tendresse des rayons du soleil. Xx

Et j'oubliais, merci à mon chien Dobby, tu ne disais pas grand-chose mon vieux, mais ta présence est exceptionnelle! WOF!

Un artiste doit être expliqué et compris à partir de son art beaucoup plus qu'à partir des insuffisances de sa nature et de ses conflits personnels.

Jung

RÉSUMÉ

À l'origine de cette recherche universitaire, il y a eu un cours en pratiques rituelles que j'ai fait dans le cadre de mon baccalauréat en psychosociologie à l'UQAR. C'est dans le cadre d'un stage en nature que j'ai découvert à quel point j'étais éloigné de mon cœur d'homme et ainsi inscrit dans une incarnation souffrante. Psychosociologue de formation intervenant auprès des hommes en difficulté, père et musicien, j'ai réalisé que j'avais besoin de me rapprocher de mon cœur, une dimension essentielle dans toutes mes fonctions.

Socialisé dans une culture patriarcale qui considère l'homme traditionnel comme un exemple de force et de virilité, j'avais appris à me méfier de la vulnérabilité et de l'intimité. Étant dans une incarnation qui me confronte à la vulnérabilité, j'ai traversé ma construction identitaire en tant qu'homme la honte au ventre, accompagné par un désir de m'élever à la hauteur de cette norme masculine tant idéalisée par mon milieu. Cette envie de devenir plus viril que nature a fini par m'exiler de moi-même. Un phénomène que je vois chez beaucoup d'autres hommes dans ma pratique. Dès le début de ma recherche mon intention était de trouver des voies de passage pour permettre à mon cœur de s'actualiser au masculin et de s'incarner dans des relations plus égalitaires. Je rêvais de transformer ma manière d'être au monde et en relation, et de renouveler ma pratique d'intervenir auprès des hommes.

Cette recherche s'inscrit dans un paradigme compréhensif et interprétatif et je l'ai menée selon une méthode heuristique (Craig, 1978) mettant en dialogue le chercheur et l'artiste. C'est dans une perspective de recherche-création que je me suis vu commencer à produire certaines données par l'art, et c'est dans l'engagement dans le processus heuristique que la figure de l'artiste s'est dévoilée. L'analyse des données qualitatives a été faite en mode écriture (Paillé et Mucchielli, 2008).

Je réalise que la pratique artistique est une voie de formation à travers la création : *l'artiste va à la rencontre de sa propre vérité par son œuvre* (Gadamer, 1960). L'artiste est une condition de la *formativité* (Honoré, 1977), c'est-à-dire que *la formation est la condition même de l'existence* (Honoré, 1977).

Cette démarche m'a permis par un exercice d'écriture et de réécriture, inspiré des cadres théoriques et pratiques de l'étude des pratiques psychosociales, une amorce de maïeutique de mon cœur au masculin. Ce travail de recherche a ainsi permis de reconnaître mes limites d'homme et d'en dégager des voies d'actualisation pour réinventer une figure d'homme juste, libéré du carcan de la domination patriarcale.

Mots-clés : Masculinités – Recherche-création – Maïeutique – Honte – Vulnérabilité – Recherche heuristique – Actualisation

ABSTRACT

The origin of this academic research was a course in ritual practices that I took as part of my bachelor's degree in psychosociology at UQAR. It was during an internship in nature that I discovered how far I was from my human heart and thus inscribed in a suffering incarnation. As a psychosociologist who works with men in difficulty, as a father and as a musician, I realized that I needed to get closer to my heart, an essential dimension in all my functions.

Socialized in a patriarchal culture that views the traditional man as an example of strength and virility, I had learned to distrust vulnerability and intimacy. Being in an embodiment that confronts me with vulnerability, I went through my identity construction as a man with shame in my belly, accompanied by a desire to rise to the level of this masculine norm so idealized by my environment. This desire to become more virile than nature ended up exiling me from myself. A phenomenon that I see in many other men in my practice. From the beginning of my research, my intention was to find ways to allow my heart to become more masculine and to embody itself in more egalitarian relationships. I dreamed of transforming my way of being in the world and in relationships, and of renewing my practice as an intervener with men.

This research is part of a comprehensive and interpretive paradigm and was carried out according to a heuristic method (Craig, 1978) putting the researcher and the artist in dialogue. It is in a perspective of research-creation, that I saw myself beginning to make the production of certain data through art, it is in the engagement in the heuristic process that the figure of the artist was revealed. The analysis of qualitative data was done in a writing mode (Paillé & Mucchielli, 2008).

I realize that the artistic practice is a way of formation through creation, the artist goes to the meeting of his own truth by his work (Gadamer, 1960). The artist is a condition of the formativity (Honoré, 1977), that is to say that the formation is the condition of the existence (Honoré, 1977).

This approach allowed me, through an exercise of writing and rewriting, inspired by the theoretical and practical frameworks of the study of psychosocial practices, a beginning of maieutic of my heart in the male. This research work has thus allowed me to recognize my limits as men and to identify ways of actualization to reinvent a figure of just man freed from the shackles of patriarchal domination.

Key words : Masculinities - Research-creation - Maieutics - Shame - Vulnerability - Heuristic research - Actualization

TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS-GRATITUDE.....	X
RÉSUMÉ	XIV
ABSTRACT.....	XVI
TABLE DES MATIÈRES.....	XVIII
LISTE DES TABLEAUX.....	XXII
LISTES DES FIGURES.....	XXIV
INTRODUCTION GÉNÉRALE.....	2
CHAPITRE 1 PROBLÉMATIQUE	6
1.1 PERTINENCE PERSONNELLE	7
1.1.1 Un homme... Ça s'tient d'boute !.....	8
1.1.2 L'artiste et le rituel de la chute	11
1.2 PERTINENCE PROFESSIONNELLE	17
1.2.1 De l'aide aux hommes à l'organisme C-TA-C (choix-transition-action-changement)	17
1.2.2 Pour une éthique du « care ».....	19
1.2.3 Hommage au Fou Tatoué.....	21
1.3 PERTINENCE SOCIALE ET SCIENTIFIQUE.....	23
1.3.1 L'état de la recherche sur la masculinité au Québec.....	23
1.3.2 La socialisation masculine	25
1.3.3 Une recherche sous l'angle du « <i>bonheur des hommes</i> ».....	30
1.4 PROBLÈME DE RECHERCHE	33
1.5 QUESTION DE RECHERCHE.....	34

1.6 OBJECTIFS DE RECHERCHE.....	35
CHAPITRE 2 CADRE DE RÉFÉRENCE THÉORIQUE	36
2.1 L'artiste.....	36
2.1.2 Le Scalde et l'époque scandinave	38
2.1.3 Helsim le Scalde : mon double artiste.....	40
2.2 Les voies de passage.....	44
2.3 Actualisations de soi par la création : un processus d'individuation	47
2.4 Le cœur.....	51
2.5 Être homme.....	56
2.5.2 Ma culture Moïsienne et l'appivoisement du masculin	59
CHAPITRE 3 CHOIX ÉPISTÉMOLOGIQUES ET MÉTHODOLOGIQUES	63
3.1 CHOIX ÉPISTÉMOLOGIQUES	63
3.1.1 Paradigme compréhensif et interprétatif	64
3.1.2 Une recherche heuristique dans une posture à la première personne du <i>Chercheur-Artiste</i>	68
3.1.3 La pratique artistique comme voie d'autoformation	73
3.2 Terrain de recherche.....	75
3.2.1 Terrain de recherche personnel.....	75
3.2.2 Terrain de recherche artistique.....	75
3.2.3 Terrain de recherche professionnel.....	75
3.3 Productions de données.....	76
3.3.1 Journal d'itinérance	76
3.3.2 Récit phénoménologique : <i>je me souviens</i>	79
3.3.3 Les œuvres et les performances artistiques.....	80
3.4 Choix d'une approche qualitative d'analyse de données	81
3.4.1 L'interprétation de données en mode écriture.....	81
CHAPITRE 4 LA NAISSANCE D'HELISIM RÉCIT D'UNE MAÏEUTIQUE	83
4.1 Bereshit.....	83

4.1.1 Le Pisseur	85
4.1.2 Se légitimer comme homme	87
4.1.3 Marcher sa peur	90
4.1.4 La socialisation au masculin source de ma honte agissante.....	91
4.1.5 La socialisation au féminin source de mon désir de sainteté	93
4.1.6 Skaldborg.....	95
4.2 Initié à la quête de vision.....	97
4.2.1 Récit de Quête.....	98
4.2.2 Le fils d'Yggdrasil.....	106
4.3 Histoires d'accouchements au masculin	110
4.3.1 Le Sage-Homme	110
4.3.2 Le Luneux.....	113
4.3.3 La berceuse du scalde	118
4.3.4 La Prière du Scalde.....	121
4.4 Le Campagnol Sauter qui rêvait de l'Aigle.....	124
4.5 Régler ses comptes et faire ses devoirs.....	129
4.5.1 Devoir no 1 : récupérer l'enfant devant l'ascenseur	130
4.5.2 Devoir No 2 : Quand l'adieu parle à Dieu	135
4.5.3 Devoir No 3 : J't'aime le père !	137
4.5.4 La mort, une naissance Scaldique.....	140
4.6 Pénis, verge et zizi !.....	142
CHAPITRE 5 SYNTHÈSE CRÉATRICE.....	147
5.1 Introduction	147
5.2 La figure de l'artiste comme chemin d'actualisation	149
5.2.1 Le piège de la honte au masculin.....	149
5.2.2 La maïeutique du cœur au masculin.....	159
a) Le pouvoir du cœur et la figure l'artiste	160
b) Voie/Voix de passage.....	162
c) Maïeutique de mon cœur d'homme	166
5.3 Kasàlà d'Alice : un exemple d'intégration du cœur en acte	169

5.3.1 Alice.....	170
5.4. Masculinité d'avenir.....	174
5.5 Le lègue de l'humble souverain.....	177
CONCLUSION	182
Des limites de cette recherche et perspectives d'avenir	183
Références bibliographiques :	184

LISTE DES TABLEAUX

Tableau 1 <i>Taux ajustés de mortalité selon certaines causes et le sexe (annuel moyen pour 100000)</i>	26
Tableau 2 : <i>Synthèse de la triple dissociation masculine dans son processus de socialisation</i>	28
Tableau 3: <i>Effet sur la santé mentale dans le processus de socialisation masculine,</i>	29

LISTES DES FIGURES

Figure 1 : Le marcheur.....	11
Figure 2 : Rituel de la chute.....	13
Figure 3 : <i>Résultats de recherche selon Robert Waldinger sur le bonheur des hommes, Harvard, (2016)</i>	32
Figure 4 : Helsim le Scalde.....	42
Figure 5 : <i>Les fonctions de la figure de l'Artiste</i>	43
Figure 6 : <i>Conception du psychisme chez Jung</i>	49
Figure 7 : <i>Concept à apprivoiser : puissance, intimité et vulnérabilité</i>	61
Figure 8 : <i>Interrelation et séquence des processus de recherche heuristique (Craig,1978,p.177)</i>	72
Figure 9 : Les 4 tours de prière de la loge de sudation-version Mire-ô B.Tremblay.....	105
Figure 10 : <i>Piège de la honte au masculin</i>	151
Figure 11 : <i>Processus Maïeutique du la mise au monde de mon cœur au masculin</i>	160
Figure 12 : <i>Apparition du cœur et de la figure de l'Artiste</i>	161
Figure 13 : <i>Rappel des fonctions de la figure de l'Artiste</i>	163
Figure 14 : <i>Maïeutique de mon cœur d'homme</i>	167

INTRODUCTION GÉNÉRALE

Sujet de recherche

La masculinité est en crise et semble avoir besoin d'actualisation. La machine qui tire les ficelles de notre monde est majoritairement menée par des hommes. Ce système que l'on nomme patriarcat prône l'assujettissement qui agit d'abord sur la femme, mais aussi chez les hommes qui n'entrent pas nécessairement dans le moule de la socialisation masculine traditionnelle. Cette socialisation masculine éduque les hommes à se prouver et non à s'éprouver, de façon à mettre de côté l'expression de la vulnérabilité trop souvent associée au féminin. Aussi elle mène ces hommes vers un éloignement de leur propre cœur, de leur sensibilité, ce qui a pour conséquence de compromettre leurs qualités relationnelles autant à l'extérieur qu'à l'intérieur d'eux-mêmes. Lors de ma rentrée à la maîtrise en étude des pratiques psychosociales, j'avais besoin de me réactualiser dans mes repères d'homme.

C'est lors d'un stage particulier en forêt réalisé dans le cadre de mon baccalauréat en psychosociologie que je vais faire la découverte de mon besoin de me rapprocher de mon cœur et décider de m'engager sur la voie de sa reconquête. En terminant mes études en psychosociologie j'ai travaillé au C-TA-C, un organisme pour hommes en difficulté. Ainsi, j'étais aux premières loges des enjeux vécus par les hommes actuellement, ce qui alimenta ma réflexion au sujet des masculinités. Au contact de ces hommes, j'étais le témoin privilégié de leurs difficultés et j'étais mis en situation de partager leur intimité et de les recevoir avec leurs vulnérabilités. J'observais ainsi que mon histoire partageait sensiblement les mêmes difficultés. Voulant me rapprocher de ma vulnérabilité et de mon intimité, j'avais l'intuition que pour avoir accès à une puissance de renouvellement au masculin, il me fallait incarner mon cœur. J'avais une pratique artistique et c'est par la figure de l'artiste que mon chemin d'actualisation m'est apparu. La figure de l'artiste me permet de mettre en acte ce cœur au profit du projet d'actualisation de ma manière d'être, de vivre et d'être en relation au masculin. En ce sens, je suis passé par différents terrains de recherche pour y parvenir : personnel, professionnel et artistique.

Il est important de mentionner que la figure de l'artiste apparaît pendant mon processus de recherche qui s'inscrit dans un cadre de recherche scientifique d'inspiration heuristique (Moustakas, 1968 ; Craig, 1978). Plus spécifiquement, il s'agit d'une approche d'inspiration phénoménologique. Dans l'esprit d'une recherche en première personne, j'ai l'intention d'investiguer mon expérience à travers un travail d'écriture et de réécriture inspiré de mon vécu singulier. Je cherche à découvrir en quoi et à quelles conditions cette forme d'écriture expérientielle (Depraz, 1999) peut me permettre d'actualiser mes rapports à ma vulnérabilité, à mon intime et à une puissance renouvelée par la figure de l'artiste, et permettre une maïeutique de mon cœur d'homme. Ainsi, sur mon chemin de chercheur, je poursuis trois objectifs à partir d'une question de recherche :

En quoi et comment la figure de l'artiste est-elle une voie/voix d'actualisation de mon cœur d'homme ?

OBJECTIFS DE RECHERCHE

- 1- **Explorer** à travers mon histoire de vie personnelle, professionnelle et artistique le chemin d'actualisation de mon cœur d'homme
- 2- **Identifier et comprendre** comment mon processus artistique actualise mon rapport à mon cœur au masculin et participe au renouvellement de ma pratique
- 3- **Réaliser et créer** une amorce d'intégration par une synthèse créatrice permettant de synthétiser mes nouvelles compréhensions

Structure du mémoire

L'organisation du présent mémoire s'inscrit dans la cohérence d'une approche heuristique (Craig, 1978) et poursuit ainsi les étapes d'une démarche de recherche de type heuristique telles que définies par Craig (1978) à la suite de Moustakas (1968). J'ai donc eu à documenter mon processus par différents moyens, comme le journal de pratique professionnelle, le journal de pratique artistique et le journal personnel, qui ont rempli pour

moi les fonctions de ce que René Barbier (1996) appelle le journal d'itinérance. Nous sommes dans ce que Bernard Honoré (1992) appelle la formativité humaine. D'inspiration phénoménologique et herméneutique, cette recherche s'inscrit donc dans un paradigme compréhensif et interprétatif.

Le mémoire est structuré en 5 chapitres. Le premier présente la problématique de cette recherche dans sa pertinence à la fois personnelle, socioprofessionnelle et scientifique. Le second chapitre, pour sa part, présente le cadre de référence théoriques et pratiques. Le troisième chapitre présente les choix épistémologiques et méthodologiques qui ont guidé et balisé toute cette recherche. Le quatrième chapitre, c'est mon chemin d'exploration du cœur via la figure de l'artiste à travers divers récits phénoménologiques, et œuvres artistiques dans une chronologie temporelle. Finalement, le dernier chapitre est celui des compréhensions nouvelles, une rétrospective de mon chemin de cœur. Toutes les étapes de ma démarche de recherche, à savoir : la production, l'interprétation et la présentation des données ont été réalisées en mode écriture (Paillé et Muchielli, 2008).

C'est dans mon monde masculin que j'invite le lecteur à entrer, dans cette marche innovante et renouvelée pour prendre acte différemment dans un monde qui a grandement besoin de soin.

CHAPITRE 1 PROBLÉMATIQUE

*Le temps n'est plus au regret
 Il faut me ressaisir
 Le vague à l'âme s'il naviguait
 Il saborderait son navire
 Il faut marcher, il y a tant à faire
 Il faut rouler, m'acharner
 Cent fois tourner, biner la terre*

*Il faut tenir, il faut bâtir sur l'inconnu
 Parier sa chemise qu'on gagnera au risque de finir tout nu
 Les autres peuvent penser le contraire
 Il faut rouler, s'acharner, cent fois tourner
 Il y a tant à faire*

*Je perds le fil de ma vie, il est tout petit
 J'en fais une histoire personnelle
 De manière professionnelle
 Puis je le retrouve tôt ou tard dans le magistral de l'univers*

*Il faut tisser, il y a tant à faire
 Et ce n'est pas ridicule
 C'est comme si c'était facile
 S'immiscer dans la lumière
 D'une longue nuit de l'hiver*

*Viendras-tu me voir au retour du printemps ?
 Que le temps passe lent, passe lent*

Il y a tant à faire, 2017

Daniel Bélanger

1.1 PERTINENCE PERSONNELLE

Ce n'est pas de mourir qu'un homme devrait avoir peur, mais de ne pas avoir vécu.

Marc-Aurèle

Lorsque l'on s'engage dans le processus singulier de sa vie, habité par le désir de son cœur et avec toute l'humilité de son être, il arrive parfois que l'existence nous invite à expérimenter des formes d'apprentissages surprenantes. À l'automne 2013, c'est dans ce genre de processus que je m'invite : la maîtrise en étude des pratiques psychosociales offerte par l'UQAR¹. Sur le site internet de l'université, on définit le programme comme suit :

La maîtrise en étude des pratiques psychosociales s'adresse aux personnes s'intéressant à différentes dimensions de l'expérience humaine (intervention de type psychosociale, arts et littérature, thérapie, accompagnement somatique, questions existentielles et spirituelles, écologie et changement social, etc.), pour les aider à réfléchir sur leurs modes d'action ou d'intervention dans le but de mieux en saisir le potentiel et les finalités et de créer de nouveaux savoirs.²

Ce programme particulier par sa démarche de recherche originale invite le chercheur dans une posture de recherche à la première personne. L'étudiant pourra s'appuyer sur diverses méthodologies réflexives comme : le récit autobiographique, l'analyse praxéologique, l'explicitation, l'imagination active, l'écriture et la création. Ces méthodologies s'inscrivent dans des types de recherche comme : la recherche-action, la recherche-action existentielle, la recherche collaborative, la recherche-crédation, l'histoire de vie, l'autoethnographie, la recherche heuristique, ainsi que d'autres approches novatrices dites « à la première personne ».

Pour mieux saisir la promesse dans laquelle je m'invitais lors de mon inscription à la maîtrise en études des pratiques psychosociales, voici ce que j'inscris en guise de conclusion dans ma demande d'admission en 2013 :

Je suis aujourd'hui l'homme blessé qui a triomphé, un homme qui veut

¹ Université du Québec à Rimouski

² <https://www.uqar.ca/etudes/etudier-a-l-uqar/programmes-d-etudes/3535>

suivre sa propre autorité, un intervenant qui aide d'autres hommes à devenir des hommes, un musicien-chanteur qui s'exprime et se libère, un père qui apprend à naître à son cœur, un amant qui apprend jour après jour à aimer et un chercheur en devenir. Je me souhaite d'être plus complet, libre et assumer. Il ne me reste qu'à chanter tout ça ! (Lettre d'admission, 2013)

Cette conclusion, à *chanter tout ça*, c'est l'invité inattendu et tant attendu : l'artiste. C'est celui qui transcende sa peur, gagne en clarté grâce à son chant et s'agit intuitivement par les élans de l'âme. Vous verrez au fur et à mesure de ce mémoire que l'art, la musique, l'écriture et le chant feront office de catalyseurs à l'expression de mon cœur comme humain et permettront la mise au monde d'une autorité singulière de l'âme. De plus, le souhait de cet élan est de rejoindre le chemin de l'universel des hommes et permettre un nouveau regard sur les enjeux aux masculins de mon époque.

1.1.1 Un homme... Ça s'tient d'boute !

Sera masculin un individu qui a un sexe masculin, qui se sent du genre masculin, qui est reconnu par les autres comme masculin et assigné à une place d'homme. Mais aussi qui a des fantasmes et des comportements majoritairement masculins (féminins avec une moindre intensité), et qui est reconnu dans l'imaginaire collectif et symbolique comme homme...

Serge Hefez

En février 2015, lors de la deuxième année de mon cursus universitaire à la maîtrise en études des pratiques psychosociales, je tombe en arrêt de travail. La tristesse, la fatigue et le désespoir m'habitent des pieds à la cime. Pourtant un homme, « *ça s'tient d'boute* » il me semble. Il ne plie pas l'échine comme une moumoune³. C'est l'oreille attentive d'un vieil ami qui me fera réaliser à quel point je n'arrive plus à me voir aller dans ma détresse. Pourtant je suis un psychosociologue, je suis celui qui accompagne les hommes dans leurs

³ Personne peureuse, craintive ; femmelette, mauviette, lopette.

difficultés et malheureusement je n'arrive plus à me voir m'écrouler dans mes propres abîmes.

Je ne sens plus la joie. Je vais au travail et chaque matin est empreint de cette tristesse, de ce chagrin qui m'habite depuis un mois et demi. D'ailleurs un truc me tire vers le bas depuis un bout de temps déjà, depuis plusieurs mois. Mes mises en actions me stressent et j'entretiens cette frustration reliée à mon sentiment d'impuissance. Je suis un homme, je ne peux faillir à ma tâche de mâle. J'ouvre mon oreille à Christiane Singer (2001) et cette phrase qui résonne dans moi comme l'écho d'un volcan engourdi : « Une forêt qui pousse fait moins de bruit qu'un arbre qui tombe ».

(Journal de bord, février 2015)

Mes arbres morts font du bruit. Je travaille dans un organisme pour hommes en difficulté à Rimouski qui s'appelle C-TA-C (choix-transition-action-changement)⁴ et j'entends leurs arbres morts. Je suis doué pour saisir par ma sensibilité le malheur de l'autre qui fait résonner le mien, ma souffrance. J'ouvre le téléviseur, les médias sociaux, la radio et je n'entends que le bruit des arbres morts qui tombent et se fracassent. Mon cœur sensible devant cette absurdité du monde en déroute cherche à me protéger, il souffre. L'indifférence et la fermeture me guettent.

Au travail, la demande ne cesse d'augmenter et proportionnellement la fatigue des intervenants aussi. Diverses coupures financières dans le système de santé par les libéraux au pouvoir propulsent la demande d'aide de l'organisme à des niveaux records. Dans mon emploi, je fais diverses tâches, mais principalement de la relation d'aide, de l'animation et de l'intervention de groupe. Et puis arrive ce moment déclencheur lors d'une relation d'aide. J'entends ce gars dans mon *bureau-pas-de-fenêtre* avec son dix roues⁵ de désespoir. Si dans mes débuts d'intervenant j'avais du cœur et de l'empathie à profusion pour la clientèle, aujourd'hui c'est une tout autre histoire. Mon cœur me semble minuscule et éloigné au fond de moi : je suis en usure de compassion. Je me braque contre mes propres ressources sensibles. Le gars assis devant moi me parle de son désir de mourir, de s'enlever la vie. Ce n'est pas la première fois que je travaille avec ce genre de situation de crise. Il s'agit de mettre en place des filets de sécurité pour soutenir l'individu dans ses difficultés

⁴ Site internet : ctac.riki.ca

⁵ Expression québécoise qui signifie un gros camion comme comparaison à « il a beaucoup trop de... ».

dans une intervention plus encadrée. Mais aujourd'hui, quelque chose est différent. Je ne tourne pas rond. En moi-même, son histoire résonne avec la mienne et me trouble. Je me sens tellement envahi par ma vie et par la souffrance des autres et du monde que moi aussi je porte dans mon propre désespoir cette option : ce flash de sans-lendemain. Et cette parole troublante de l'intérieur qui aurait bien pu passer inaperçue si par manque d'audace je m'étais fermé les yeux à moi-même : je me suis dit honteusement et avec soulagement que s'il se suicidait, ça libérerait une place dans l'agenda, que je serais moins envahi. Un souffle de moins sur terre, une statistique de plus sur papier. Me voyant de plus en plus sombrer, je me suis invité dans ce que les hommes traditionnels redoutent par-dessus tout : accepter et accueillir sa propre faiblesse dans l'humilité d'expérimenter sa propre vulnérabilité. Je suis tombé en *arrêt de travail* !

Durant ces deux mois, j'ai poursuivi un seul objectif : celui de sortir de mon blindage et de retrouver un peu plus de ce cœur insensibilisé. Je me souviens d'un souper avec ma famille où je recommence à entendre le rire de mes enfants. Ma conjointe Maude avec qui je partage ma vie depuis 25 ans me dira que les enfants sont toujours comme ça : ouverts à la parole, à l'échange, au dialogue et au rire. Je réalise humblement que j'étais à mille lieues d'eux, un zombie déambulant dans son existence morne, un mort-vivant dans sa propre maison. J'ai donc fait ce que je propose à mes clients : apprendre à prendre soin de soi. Et si ça semble être simple, il est difficile pour l'homme de famille de comprendre l'importance de prendre soin de soi en premier alors que la famille a aussi besoin de lui. C'est pourtant la première loi dans le domaine de l'intervention : prendre soin de soi en premier. Comment puis-je prendre soin des autres si moi-même, je suis en danger ? Parce qu'en tout premier lieu, c'est de se rendre compte que le seul responsable de cette situation : *c'est moi* ! Ce qui semble une logique masculine, un devoir d'homme de se tenir debout orgueilleusement à tout prix est une illusion. Je réalise alors l'écart entre la théorie professée et la théorie pratiquée (Argyris et Schön, 1974) et donc une invitation à réfléchir et à renouveler ma pratique pour l'atteinte d'une forme cohérente (Pilon, 2009).

Je suis parti consulter un psy et me faire traiter le corps en thérapie manuelle pour me redonner une santé, pour retrouver l'élan de ma vie qui semblait m'avoir délaissé ou

plutôt que j'avais maladroitement délaissé. J'ai fait ce qui me fait du bien : marcher, jouer, composer de la musique, chanter, danser et écrire de la poésie.



Figure 1 : *Le marcheur*

1.1.2 L'artiste et le rituel de la chute

L'artiste contient l'intellectuel. La réciproque est rarement vraie.

Leon-Paul Fargue

Durant cette période de convalescence, je fais le choix de ne m'inscrire qu'à un seul cours de maîtrise : autobiographie. Comme j'avais le besoin de me reposer, mais aussi le besoin d'un support à mon écriture, ce cours allait me donner les conditions de rétablissement pour cette période difficile. Étant dans un épisode de crise existentielle, c'est dans une posture d'explorateur, d'initié que j'ai franchi le *seuil* de la porte de la classe. Le terme seuil n'est pas banal ici. Rochon (2011) nous explique que la phase liminaire qui est le synonyme de « seuil » souligne la différence qualitative qui existe dans le passage d'une identité à une autre. C'est la deuxième des trois phases du rite de passage proposées par Arnold Van Gennep (1981), la première étant les préliminaires et la dernière le post-liminaire. Serge Rochon spécifie que : « [...] la marge est l'étape où l'initié est temporairement placé en dehors de sa société pour affronter seul l'épreuve qui lui est réservée » (Rochon, 2011, p. 62). C'est dans cette posture d'initié que je me suis adressé à mon mal-être et que j'ai franchi *la marge, le seuil, le liminaire* de la classe.

Notre professeur Luis Gomez était là, curieux lui aussi de voyager avec ces beaux chercheurs en devenir. Luis, c'est un guerrier de l'âme. Sous l'autorité de son cœur, il traque le mystérieux des étudiants et nous invite à descendre en nous avec cette promesse d'immersion vers le cœur-de-sa-vie. C'est à l'aide de l'outil du *Rituel de la chute* qu'un trésor s'est offert à moi. Le rituel de la chute s'inscrit dans un processus d'écriture performatif, une écriture à la première personne. Pour Luis, l'écriture performative transforme la manière d'être au monde. Il nous explique que :

Cette écriture équivaut à me découvrir dans mes états de crise, à m'écrire dans mes inaccomplis, à me reconnaître dans mes manques de l'autre ou dans mon manque de reconnaissance de mon trop-plein de l'autre. Cette écriture me pousse à visiter ce lieu où me faire mal, où accepter le mal infligé à moi de moi équivaut au mal infligé à autrui. (Gomez, 2016, p. 105)

Pour bien comprendre le processus suggéré, voici les 6 étapes du rituel de la chute présentées dans la figure suivante.

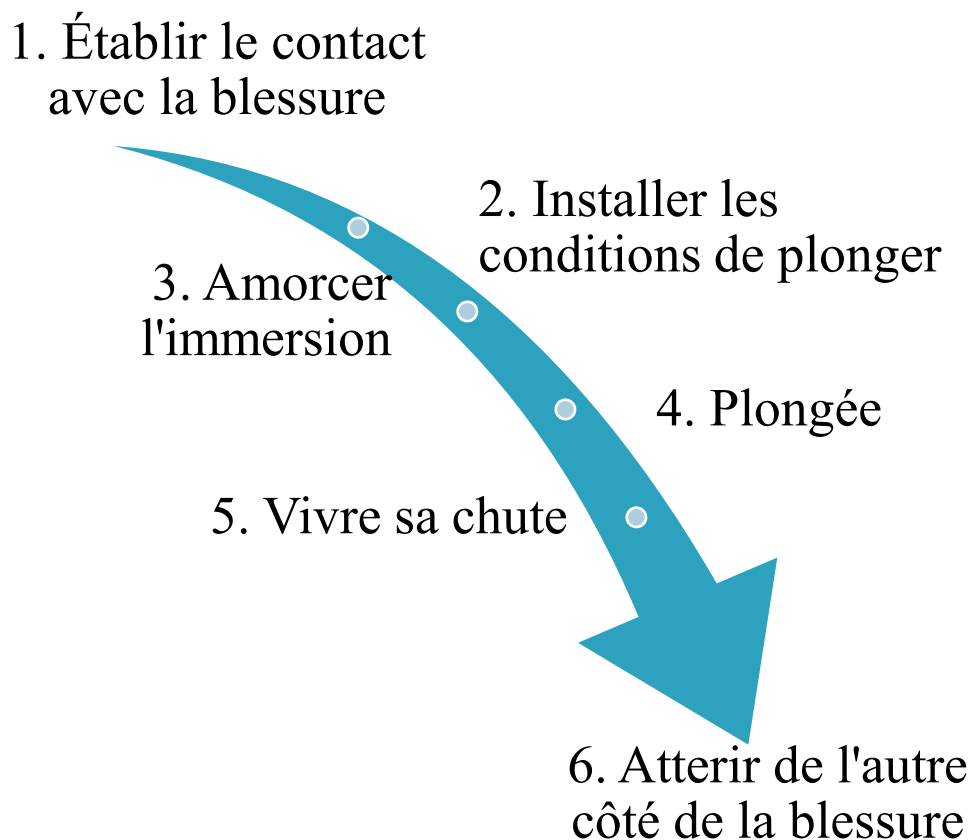


Figure 2 : *Rituel de la chute*

À partir d'une blessure fondatrice, le professeur nous invite à descendre en nous-même. À l'aide de l'écriture, c'est vers ces plus sombres retranchements que nous nous invitons, pour faire ressurgir à la conscience ce qui se cache dans l'ombre de l'inconscient. C'est une écriture difficile et investie qui nous attend. La main tremblante, le cœur déboulant, je suis parti en voyage à l'intérieur de moi-même en quête de vérité vers mes terres hostiles et fragilisées. Pour vous situer, voici des bribes de mon journal dans lequel j'instaure quelques conditions de plongée préalables à l'immersion :

Depuis hier, je me prépare. Je le sens dans la clarté et l'engagement qui m'habite. Ce matin, seul dans le salon, j'installe le processus avec une musique tibétaine, des sons de bols qui calment mon mental en panique. Je joue

*avec mon tamtam **Grivoise Fauve** pour créer l'espace rituel, donnant à ce moment toute l'importance qu'il mérite. Je joue du tamtam et invoque ma blessure sacrée. Je ne la cherche pas, elle n'est jamais très loin. Je reste là avec la simple intention d'un rapprochement vers elle. Je m'assois, pose mon tambour et ferme les yeux. Je me laisse guider dans mon intériorité, observant les images, les lieux, les saveurs qui s'offrent et qui ont le plus besoin de mon attention. Un mouvement de retour en arrière m'invite vers ma naissance. [...] Des larmes coulent sur mes joues, mon corps cherche à se braquer. Mon corps se traite...*

(Journal de bord, Rituel de la chute, 2015)

Plume à la main, je me suis mis à écrire mon rituel de la chute. C'est sous la forme de dialogues et de poésie que s'offre l'écriture. Les émotions me visitent, se bousculent, se heurtent, s'expriment en larmes dans un corps rigide. Si les émotions les plus impatientes à me visiter sont la peur, la tristesse et la colère, je terminerai le rituel dans une intense joie. Cette finale joyeuse, c'est une reconnaissance, une infinie gratitude pour ma vie et mes alliés qui m'entourent. Au-delà de ma blessure, au-delà de mes abîmes et de mes ombres subsistent une paix et un cœur immense par une compassion sans limites pour mon existence !

Lors de mon rituel de la chute, un poème de Saint-Thomas m'accompagne. D'ailleurs cette poésie appelée *login* me visite depuis un bout de temps déjà. Ce login deviendra mon allié lors de l'analyse qui se fera après le rituel. Il porte une question à laquelle je n'arrive pas à trouver une réponse satisfaisante. Voici le login en question :

Login 67

*Celui qui connaît le tout,
S'il est privé de lui-même,
Il est privé de tout*

(Jean-Yves Leloup, 1986, p. 175)

Voilà la question qui m'habite à la lecture de ce login : de quoi suis-je privé moi, Simon Plourde ? Est-ce que ce rituel pouvait répondre à cette question ? Ce login agit dans

moi comme une énigme ou un haïku⁶ dont je n'arrive pas à trouver le sens profond. Pour trouver réponse à mon questionnement, c'est à partir de l'herméneutique acousmatique que je fais mes premiers pas en mode analyse. C'est Daignault (2002) qui fut le premier à faire le pont entre l'herméneutique, l'acousmatique et la recherche qualitative dans le cadre du roman de formation. Nolin (2007, 2008) a ensuite développé la méthode dans le cadre du roman d'autoformation. Les éléments présentés ici constituent une adaptation de l'approche au champ de l'analyse des pratiques en éducation. Selon Yves de Champlain (2011), le principe de l'herméneutique acousmatique est de prendre comme point de départ la verbalisation du participant, qui peut être parlée ou écrite, et de s'en servir pour lui-même afin de plonger dans son expérience en suivant les modulations que certains mots ou phrases vont créer en lui.

Concrètement, j'ai lu mon texte en l'enregistrant et me suis écouté par la suite. J'ai observé les mots qui attiraient mon attention et qui me faisaient vivre une expérience différente par une manière particulière d'émettre les sons ou par une rythmicité singulière. Je dialoguais avec les mots et les phrases pour qu'elles expriment ce qu'elles avaient le plus besoin de me dire. Intuitivement, j'ai surligné des mots et des phrases. Une poésie prit forme comme un rayon de soleil qui cherche à percer un nuage épais. Ce premier jet porte en quelque sorte le fil rouge de mon projet de recherche :

*Mon corps se traite
De l'abîme au monument
Les spasmes me serrent les yeux
Féminin
Larmes
Sexe cisailé
Gratitude*

Ensuite, j'ai retravaillé le poème en partant du login de Saint-Thomas, en me posant toujours la même et unique question : de quoi suis-je privé et qu'est-ce qui m'empêche d'avoir accès à plus de moi-même ?

*Je suis privé de mon corps, de mon monument
Privé de la véritable vue
Privé de mon féminin*

⁶ Le Larousse (2010, p.490) définit le Haïku comme un petit poème japonais constitué d'un verset de 17 syllabes.

*Privé de mes larmes
Privé de mon sexe cisailé
Gratitude*

Ce que j'ai découvert dans ce deuxième mouvement, c'est que je ne suis pas privé de ma gratitude. Voilà la clé, celle par laquelle j'aurai accès à une qualité d'existence plus vaste. La gratitude c'est le don, le cadeau, la gratuité. Éprouver de la gratitude c'est s'éprouver de son propre cœur ; un cœur désirant et concerné. J'ai laissé l'artiste en moi guider mon élan et reconduire un nouveau poème, ayant une intention de gratitude envers la privation que j'éprouve. Voici le résultat de la dernière poésie :

*Je suis amoureux de mon corps ce maitre
De l'abîme au monument de ma vie
Mes larmes aiment mes yeux
En amour avec moi-femme
Larmes amoureuses
Sexe-si-aimé
Gratitude*

Ce dernier poème ayant la forme d'un entonnoir répond au login de Saint-Thomas. Celui qui intègre ce poème n'est plus privé de lui-même : il est *entier*. Celui qui crée ce poème est l'artiste agissant selon un processus singulier bien à lui, se laissant guider par son intuition, son autorité intérieure, celle du cœur. En fait, la figure de l'artiste en moi sait faire quelque chose que les autres facettes de ma personnalité ne savent pas et dont elles ont grandement besoin. Et surtout, l'artiste semble avoir accès à une dimension extrêmement importante de l'être étant celui qui parle au nom de mon **cœur d'homme**.

C'est mon projet de recherche qui se cache derrière cette poésie ! Je veux dire par là que c'est l'union des souhaits de « *tout* » de moi exprimés de manière poétique et artistique. Ce projet ne parle pas uniquement à l'homme que j'incarne mais aussi aux hommes que je rencontre dans le cadre de mon travail, qui vivent aussi des moments où ils sont privés d'eux-mêmes sans avoir les outils pour retrouver leurs propres ressources singulières. Il m'est apparu alors qu'il me fallait mettre ce mystère (Galvani, 2004) au cœur d'un projet réflexif pour être en mesure d'en conscientiser l'intelligence et la mécanique comme savoirs d'action (Barbier, 1997 ; Galvani, 2004). Ce qui me permettra de découvrir et d'intégrer une nouvelle posture masculine dans une puissance renouvelée ne craignant

plus ma vulnérabilité, l'expression de mon intime et qui plus est, serait partageable au genre humain.

1.2 PERTINENCE PROFESSIONNELLE

*Il ne faut pas chercher à découvrir notre mission,
c'est elle qui nous cherche !*

Jean Monbourquette

1.2.1 De l'aide aux hommes à l'organisme C-TA-C (choix-transition-action-changement)

*L'homme grandit de l'échange avec ses semblables,
qui peuvent le pousser à devenir ce qu'il est.*

Fabrice Midal

En 2007, je termine mon baccalauréat en psychosociologie à l'Université du Québec à Rimouski. C'est un retour aux études dont je ressors enrichi et par-dessus tout, mû par ce besoin de travailler, de comprendre et d'actualiser mon rapport à ma masculinité qui trouve son ancrage culturel dans une masculinité dite « traditionnelle ». C'est vers l'organisme C-TA-C (Choix-transition-action-changement) que je poursuivrai les réflexions autour de mes nombreux questionnements. Depuis les années 90, plusieurs organismes venant en aide aux hommes avec des problèmes d'impulsivité et de comportements violents voient le jour partout au Québec. Ces organismes répondaient principalement au phénomène des violences faites aux femmes. C'est aussi dans ces années que l'organisme « CONTRE-TOUTE-AGRESSION-CONJUGALE » de Rimouski voit le jour. Si au départ la violence conjugale était considérée et reconnue comme la seule

problématique des hommes au niveau des subventions politiques, aujourd'hui la reconnaissance de la détresse masculine est partie prenante de notre société.

Par la suite, l'organisme a changé de nom en ne conservant que l'acronyme C-TA-C⁷. Ce changement est venu d'un besoin de nos partenaires qui constataient que les hommes qui demandent des services ne sont pas nécessairement pris avec des problèmes de violence. En effet, lorsqu'on traite en amont certaines problématiques dans une perspective soignante ou préventive, on réussit à diminuer sensiblement voire à éviter l'apparition de comportements violents. Depuis une dizaine d'années, nous offrons le programme *MŪ (homme en mouvement)*,⁸ qui est une belle preuve de l'évolution de l'intervention auprès de cette clientèle au Québec. Ce programme de prévention de la violence vient en aide aux hommes qui vivent des difficultés diverses, par exemple : perte d'emploi, séparation, situation de crise, mal-être, questionnement sur la masculinité, etc. Notre travail se situe dans 4 MRC de la région, soit : Rimouski-Neigette, La Mitis, La Matapédia et La Matanie.

Pour la seule année 2019, nous avons rencontré 446 participants masculins. Au total, 2339 rencontres en individuel ont eu lieu. Et les demandes ne font que croître depuis quelques années. Il est étonnant de voir que la tranche de la trentaine est celle dont l'augmentation est la plus marquée. Notre discours s'inscrit dans le courant dominant de la perspective pro-féministe libérale. Selon cette perspective, le genre masculin est un produit d'une « contrainte de genre » (Pleck, 1981). Toujours est-il que : « les rôles de genre sont établis non pas selon une nature intrinsèque, mais par la culture : la masculinité est donc conclue comme une prescription à agir en fonction des stéréotypes de genre socialement construits » (Lindsay, Rondeau et Desgagnés, 2010, p. 29). Notre cadre d'intervention est axé sur une approche humaniste. Notre travail est principalement offert sous la forme d'intervention en individuel et de groupe, dans une perspective éthique qui assure la confidentialité aux personnes utilisatrices de nos services. La parole est notre principale alliée. L'utilisation de l'art, de la musique, de la danse, de rituels, de thérapies par le toucher et d'autres outils d'intervention alternatifs sont plus rares et font partie de notre direction

⁷ Choix-transition-action-changement

⁸ <https://ctac.riki.ca/>

de croissance. Je me sens appelé à investiguer mes propres savoir-faire reliés à l'art pour pouvoir les utiliser dans une perspective de renouvellement de pratique et mettre au monde de nouveaux modes d'intervention, en lien avec mes talents et les nouveaux enjeux culturels. En effet, intervenir auprès des hommes par le biais de la médiation culturelle et sportive pourrait constituer un réel atout dans ce type de travail.

1.2.2 Pour une éthique du « care »

Le « care » : « Activité caractéristique de l'espèce humaine, qui recouvre tout ce que nous faisons dans le but de maintenir, de perpétuer et de réparer notre monde, afin que nous puissions y vivre aussi bien que possible. Ce monde comprend nos corps, nos personnes et notre environnement, tout ce que nous cherchons à relier en un réseau complexe en soutien à la vie.

Joan Tronto

Les théories ou encore philosophies dites « *du care* » sont au cœur de mes préoccupations comme intervenant auprès des hommes en difficulté certes, mais aussi comme personne dans mes relations humaines quotidiennes. L'éthique du « *care* » telle que modélisée par Carol Gilligan en 1982 aux États-Unis, à travers une enquête de psychologie morale, met en évidence le fait que les critères de décision morale ne sont pas les mêmes chez les hommes que chez les femmes. D'après Agata Zielinski (2010), là où les hommes privilégient généralement une logique de calcul et la référence aux droits, les femmes ont plutôt tendance à privilégier la personne et la relation. Elles auraient particulièrement tendance à orienter leurs choix dans une perspective qui vise à conforter les relations interpersonnelles et à développer les interactions sociales. C'est à partir de cette observation que Gilligan (1982) établit le nouveau paradigme moral du « *care* » comme : « capacité à prendre soin d'autrui » et « souci prioritaire des rapports avec autrui ». Les travaux sur « *l'éthique du care* » sont développés principalement par des théoriciennes féministes depuis plus de trois décennies. Ces travaux ont contribué à mettre dans la conscience collective l'importance du *prendre-soin-du-monde* (Marjolaine Laroche,

2018). Pour Fabienne Brugère (2009), « l'éthique du care » est une pratique concrète, socialement reconnue ou instituée. Les différentes autrices la présentent à la fois comme *une disposition*, *une aptitude* et comme une *activité*. Dès le début de ma recherche, j'avais le sentiment que le cœur me manquait... ou pour mieux le dire, j'étais en quête des conditions pour mettre mon cœur à l'œuvre dans ma vie d'homme et dans ma pratique d'intervention auprès d'autres hommes.

Je me sentais comme pris dans l'étau de ma socialisation au masculin. Je cherchais les moyens de me libérer de cette socialisation en vue d'aller vers le potentiel de mon cœur au cœur de ma pratique. J'avais besoin de mon cœur libre pour offrir un accompagnement satisfaisant pour moi et pour les autres. La socialisation au masculin laisse si peu de place à la sensibilité et moins encore à la vulnérabilité. L'archétype du guerrier courageux souvent employé dans mon milieu familial ou professionnel conduit plusieurs intervenants hommes et femmes, surtout ceux qui œuvrent en première ligne, en situation de crise ou de violence à se considérer comme forts et invulnérables jusqu'à preuve du contraire. Il n'est pas rare non plus de les voir agir et interagir de manière parfois dure pour soi comme pour les autres. Ce n'est pas étonnant non plus de rencontrer dans ces milieux des intervenants en épuisement professionnel, ou encore en état avancé d'usure de compassion.

Or, comme le dit avec justesse Marjolaine Larouche (2018, p. 11) :

Une relation avec l'autre réclame de ses actrices et acteurs de ne pas nier leur propre vulnérabilité. Celle-ci peut être liée aux souffrances qui sont en attente de sens. Ces souffrances demandent à être reconnues, apprivoisées et travaillées pour mobiliser les manifestations de sa propre subjectivité au croisement de la vulnérabilité de l'autre, car la vulnérabilité de l'un atteint nécessairement la sensibilité de l'autre. Des situations douloureuses et dérangeantes peuvent être provoquées par le déni de la vulnérabilité.

Ma démarche de recherche à la maîtrise se veut une réponse à cette quête de renouvellement de ma pratique. Je sentais le besoin d'être dans une démarche susceptible de m'aider à créer des conditions de transformation du praticien que je suis. Ainsi, je pouvais envisager la possibilité d'intervenir sans me brûler devant un excès de souffrance et éviter de développer des stratégies d'intervention inadéquates. « L'éthique du care »

constitue donc pour moi une hypothèse forte, et une voie de passage. J'ai le sentiment qu'elle pourrait me servir de cadre de référence pour apprendre à prendre soin des personnes que j'accompagne, de ma famille et de mes amis à partir de mon cœur. Il me semblait que la barre était haute dans la mesure où je n'ai pas été socialisé dans ce paradigme. Cette quête me semblait d'autant plus juste et pertinente que j'observais cette absence de savoir-faire, du *prendre soin à partir de mon cœur* auprès des hommes que j'accompagne, et parfois même dans mes relations personnelles et familiales. Désormais, j'allais commencer à trouver des moyens d'inviter mon cœur dans ma pratique d'une manière plus évidente. Je me faisais la promesse de ne plus nier l'effet que me faisait mon expérience d'intervenant comme le sentiment d'impuissance que peuvent me faire vivre certaines histoires ou le désarroi vécu après le suicide d'un client.

1.2.3 Hommage au Fou Tatoué

Cette malheureuse histoire se passe en 2012. J'étais dans mon rôle d'intervenant et il y avait ce gars devant moi avec cette larme tatouée sous l'œil. Il faisait partie de ces clients qui sont contraints par la cour, par la DPJ ou par leurs agents de probation à faire une demande de service à C-TA-C. Malgré une certaine forme d'obligation, le client était ouvert au dialogue sans trop de résistance apparente. Il n'est pourtant pas rare de rencontrer de fortes résistances aux changements de comportements quand le client est sous la contrainte de la loi. La personne était au début de sa trentaine et il sortait de détention, et selon ses dires il voyait sa vie comme un échec ou plutôt comme un désastre. Il voyait rarement ses enfants et il en souffrait beaucoup. Il semblait avoir eu une enfance difficile, il avait quitté l'école après son secondaire II et son rapport à sa famille était amer. Sa mère s'était suicidée alors qu'il avait 4 ans. Son père lui, agissait comme initiateur à une future vie de criminel. Ce père l'avait éduqué à la vente de drogue, à la pose de bombe et finalement à être un bon criminel. Il ne savait plus pleurer depuis longtemps déjà, il était avec raison accablé de ses malheurs. Réservé et discret, il me racontait avec douceur quelques bribes de son si triste parcours. Détruit par son histoire, il avait été abusé en

prison, brûlé vif et écorché. Il ne m'en dit pas plus, il en était incapable. Ses yeux asséchés ne laissaient paraître qu'une seule larme ; celle tatouée sous son œil.

Il essayait tant bien que mal d'élever ses enfants adéquatement, mais qu'avait-il à leur donner ? Sinon la haine et la honte de sa vie, d'une vie absurde qu'il n'avait pas choisie, d'une vie inondée de tristesse, d'incohérence, de violence et de désespoir.

Un jour, il ne s'est pas pointé à son dernier rendez-vous. On l'a retrouvé accroché au bout d'une corde. Un suicide parmi tant d'autres, une statistique de plus encore une fois. Moi, c'était mon premier cas de suicide comme intervenant. J'étais bouleversé et je craignais qu'on ne se souvienne pas de lui. Je ne l'ai pas jugé, je le comprenais. Peut-être aurais-je fait la même chose dans la même situation ? Dès que j'ai reçu la nouvelle, j'ai ramassé ma plume, j'ai invoqué l'artiste et j'ai écrit d'une traite la chanson du *Fou Tatoué*. J'écrivais pour dire quelque chose, j'écrivais pour qu'on se souvienne, pour faire sortir ce sentiment d'absurdité que je n'arrivais pas à dire autrement. Je voulais laisser une trace et éviter de me réfugier dans l'indifférence ou dans des émotions réprimées. Sans m'en rendre compte, j'écrivais pour me guérir. Sans trop le réaliser, j'instaurais une nouvelle façon de faire dans ma pratique d'intervenant, me permettant de passer au travers de ce moment difficile. Cette pièce allait m'aider à poursuivre mon travail d'accompagnateur. Et quand je l'ai rejoué lors de prestations et dans un cours-stage, les auditeurs comprenaient ce que je leur racontais, comme une communion du lieu où ma parole, en prenant ma plume, eut le plus besoin de partager l'expérience vécue. Cette nouvelle pratique me permettait à la fois de prendre soin de ma difficulté d'intervenant, mais aussi de me relier à l'autre via la figure de l'artiste. Il y a là assurément une clé au potentiel d'enrichissement de ma pratique en intervention, mais aussi une nouvelle manière de dire ce que je n'arrive pas à exprimer autrement. Voici le texte du *Fou tatoué* :

Le Fou Tatoué⁹

*Écoutez, amis guerriers
Je vais vous raconter
L'histoire du fou tatoué
Qui pleure le monde entier
Il n'a jamais su dire*

*Tout le sang déversé
Il ne sait même plus rire
Son sourire desséché*

*Écoutez, amis guerriers
Son cœur veut vous parler
L'histoire d'une vie sans pitié
Qui traine le monde entier
Il veut seulement vous dire
De ne pas l'oublier
Il a peur de pourrir
Être le mal-aimé*

*Écoutez, amis guerriers
Debout, il faut marcher
L'histoire c'est à nous d'la créer
À nous le monde entier
J'ai une seule chose à dire
Pour vous, amis guerriers
N'oubliez jamais de rire
N'oubliez jamais de pleurer*

Helsim (2012)

1.3 PERTINENCE SOCIALE ET SCIENTIFIQUE

*De mon grand pays solitaire
Je crie avant que de me taire
À tous les hommes de la terre
Ma maison c'est votre maison
Entre mes quatre murs de glace
Je mets mon temps et mon espace
À préparer le feu, la place
Pour les humains de l'horizon
Et les humains sont de ma race*

Vigneault, Mon pays

1.3.1 L'état de la recherche sur la masculinité au Québec

...nous percevons la masculinité comme étant plurielle, relationnelle et situationnelle. Ce qui

signifie qu'être un homme varie selon les différents contextes sociaux et institutionnels, la culture, la période historique, la société et l'étape de vie où il se trouve. Les études sur les hommes ont contribué à faire éclater la masculinité unique, standard dans les connaissances scientifiques et ont documenté la coexistence de multiples masculinités [...]

Deslauriers, Tremblay, Genest Dufault,
Blanchette, Desgagnés (2010)

En 2010, l'équipe de Masculinité et Société sous la direction de Jean-Martin Deslauriers, Gilles Tremblay, Sacha Genest Dufault, Daniel Blanchette et Jean-Yves Desgagnés a fait paraître un livre sur l'état des masculinités au Québec : « *Regards sur les hommes et les masculinités : Comprendre et intervenir* ». Depuis 30 ans, 747 écrits sur le sujet ont été relevés au Québec selon Genest Dufault et Dulac (2010) divisés en 4 types d'écrits : articles de revues, livres, actes et chapitres, rapport de recherche et les thèses, mémoires et essais. Plusieurs thèmes de recherches y ont été répertoriés, en voici les principaux : intervention 11%, paternité 40%, violence 13% et 36% englobant d'autres thèmes tels que l'identité, la sexualité, l'orientation sexuelle, l'abus sexuel, le suicide, l'immigration, la rupture amoureuse, le divorce, les hommes dans la culture québécoise, la santé, la maladie, l'égalité entre les hommes et les femmes, la politique sociale, l'itinérance, les discours sociaux par et sur les hommes. La recherche sur les masculinités est prioritairement axée sur la problématique masculine, elle est d'ailleurs en expansion et fait partie d'un courant important de l'époque en cours. Dans ce courant de recherche, on peut répertorier plusieurs chercheurs dont : Chabot, Tremblay, Genest Dufault, Phaneuf, Dulac, Cloutier, Corneau, Dorais et Blondin pour ne nommer que ceux-là.

La recherche scientifique auprès des hommes démontre qu'elle est souvent reliée principalement à leurs problématiques. Elle démontre aussi que généralement, les hommes ont un rapport mécanique avec leur corps, qu'ils sont plus rationnels et qu'ils ont moins accès à l'expression des émotions. Ils rejettent amèrement toute expression du féminin. On dit de ces hommes qu'ils sont *traditionnels*. Pleck (1981, 1995) parle de ceux-ci par les contraintes qui y sont associées lorsqu'elles sont prises comme carcans, de manière rigide,

qui deviennent limitatifs. Manquant de liberté, l'homme traditionnel opère sous un mode construit par la culture dans laquelle il évolue. En suivant l'idée de Kilmartin (2007), le genre fait référence à ce qui est socialement reconnu comme étant féminin ou masculin en continuité des normes et des comportements construits et transmis socialement. Être homme répond à une construction en continu, écartelé entre son désir d'apparaître tel qu'il se ressent de l'intérieur et la norme sociale qui agit d'une certaine manière comme ciment relationnel en réponse au besoin fondamental d'appartenance. C'est vers cet écart que tend ma recherche, à savoir pourquoi il est si difficile de faire apparaître son être singulier et de réactualiser son identité, le modeler en accord avec ses élans profonds et d'observer quelles sont les conditions de l'actualisation de soi. Mais avant cela, il devra se reconnaître et prendre conscience de ce que Phaneuf (2000) nomme le concept de masque pour démontrer la difficulté de porter le stéréotype masculin en disant :

« [...] les garçons ont appris tôt à se couper de ce qu'ils éprouvent de sensible et vulnérable : pour être un vrai « gars », il faut être « tough », dur, rationnel ou insensible. Les hommes perdent alors le contact avec leur monde intérieur. »
(Phaneuf, 2000, p. 127)

Alors débute un long parcours pour l'homme résolu à quitter sa vieille identité de genre à marcher son chemin de vulnérabilité et d'intimité pour renouveler enfin sa puissance.

1.3.2 La socialisation masculine

On ne peut passer sous silence le mouvement féministe des années 70 où la libération de la femme a donné le coup d'envoi à l'actualisation de la place des femmes et par le même fait de celle des hommes. Le statu quo de genre étant devenu impossible, les hommes sont tombés en crise identitaire en réponse à la montée du mouvement féministe. De plus, Cloutier (2004) dit que :

L'objectif de l'égalité des hommes et des femmes est très récent dans l'histoire humaine. En effet, nos connaissances sur les religions anciennes indiquent que la suprématie des hommes sur les femmes était perçue comme venant de dieu. [...] La dominance masculine couvre l'ensemble de l'histoire connue et, dans la très grande majorité des sociétés, les hommes ont été en situation de dominance hiérarchique sur les femmes. (Cloutier, 2004, p. 39)

Même si l'homme est perçu dans sa culture comme le sexe fort, il en est tout autrement si on s'y attarde plus profondément. Ainsi Cloutier (2004) dans son ouvrage sur « *Les vulnérabilités masculines* » note une plus grande vulnérabilité prénatale chez le genre masculin. Les hommes dépensent plus d'énergie que les femmes pour un même travail, ils sont plus infectés par les maladies dans l'enfance, ils vivent moins longtemps, le cancer les tue plus, ils sont plus enclins à l'autisme, à l'hyperactivité, à la dyslexie, ils sont aujourd'hui davantage en échec scolaire. On trouve dans les classes plus de gars ayant des troubles de comportements. Les hommes sont souvent surreprésentés dans plusieurs problématiques sociales : toxicomanie, comportements à risque, suicide, violence conjugale et familiale, homicide, etc. (Dulac, 2001 ; Rondeau et al., 2004 ; Tremblay et al., 2005). Voici un tableau comparatif de genres qui révèle la plus grande vulnérabilité des hommes face à la maladie causant la mort et sur le taux de suicide beaucoup plus élevé en termes de ratio.

Tableau 1 : *Taux ajustés de mortalité selon certaines causes et le sexe (annuel moyen pour 100000)*

Principales maladies	Hommes	Femmes	Ratio/h-f
Tumeurs	253	228.3	1.11
Organes génitaux et voies urinaires	33	25.3	1.3
Cancer du poumon	84.5	59.2	1.43
Diabète	20.9	19.9	1.05
Appareil respiratoire	60.2	57.6	1.05
Appareil circulatoire	190.4	192.1	0.99

Cardiopathies ischémiques	111.6	93.2	1.2
Suicide	24.3	7.1	3.42

Source : Institut de la statistique du Québec, mise à jour le 5 mai 2009, *Décès et taux de mortalité selon la cause et le sexe*, Québec, 2006

Tremblay et L'Heureux (2010) racontent que :

[...] même si les hommes sont proportionnellement plus nombreux que les femmes à souffrir de maladie entraînant un décès (Robertson, Galdas, Frank, McCreary, Oliffe et Tremblay, 2009) lorsqu'ils sont interrogés, ils sont proportionnellement moins nombreux que les femmes à se dire atteints des mêmes maladies. Ce constat laisse voir un écart important entre les données objectives et la subjectivité des répondants. (Tremblay, l'Heureux 2010, p. 108)

Tremblay et L'heureux (2010) nomment que l'homme traditionnel dans sa construction identitaire va faire face à une *triple dissociation* : sur le plan physique, relationnel et émotionnel. Il apparaît donc impératif, au point de vue de la recherche, de s'attarder à trouver des façons de revaloriser et réorganiser ces trois aspects dans une dynamique et une expression plus harmonieuse et épanouie.

Voici la synthèse de Tremblay et L'heureux (2010) à propos de la triple dissociation :

Tableau 2 : *Synthèse de la triple dissociation masculine dans son processus de socialisation***Triple dissociation****Dissociation physique.***Moins ressentir les symptômes physiques**Attitude de déni des symptômes***Dissociation relationnelle.***Homophobie avec les hommes**Séduction avec les femmes**Syndrome « Pas trop proche, ni trop loin »***Dissociation émotionnelle.***« Un gars, ça pleure pas »**Répression globale des émotions*

Qu'on le veuille ou non, ces dissociations opèrent dans notre société occidentale. Elles semblent fortement agissantes sur les comportements à risque des hommes et elles teintent sérieusement leurs rapports : à soi, à l'autre, à la nature et à la spiritualité. Cette triple dissociation est un écueil important pour l'homme qui veut s'en départir, s'en libérer et marcher une vie d'homme plus libre, plus riche et moins aliénante. Tremblay (2005) va poursuivre ses recherches et dresse un tableau de cette complexité de la socialisation masculine et l'effet néfaste possible sur la santé mentale des hommes qui sont confrontés à ces dissociations.

Tableau 3 : *Effets sur la santé mentale dans le processus de socialisation masculine*

Socialisation masculine	Effets sur santé mentale
Performance	Honte de l'échec
Répression des émotions	Difficultés à identifier les sources de stress, les frustrations
Éviter le féminin en soi	Homophobie, mépris des femmes (ou dépendance)
Pourvoyeur, être centré sur le travail	Chômage = perte d'identité
Autonomie	Isolement affectif
Se débrouiller seul	Ne pas demander de l'aide
Prouver sa masculinité	Insécurité, attitude narcissique
Valorisation de la force et de la violence	Dévalorisation de la parole, comportements violents

Source : Gilles Tremblay, comité de travail en matière de prévention et d'aide aux hommes. Les hommes : s'ouvrir à leurs réalités et répondre à leurs besoins. Québec, Direction des communications du ministère de la Santé et Services sociaux. Université Laval, Québec (2005)

Cette socialisation est encore bien présente au Québec et elle continue malgré tout à être éduquée. Elle se mesure par l'immense détresse encore présente dans la demande d'aide des hommes qui ne cesse de croître. Elle se mesure par le nombre de prescriptions sous ordonnance d'antidépresseurs, d'amphétamines, d'antipsychotiques. Il s'agit de constater le nombre de suicides si élevé chez les hommes : 1000 par année réussis sans compter les milliers de tentatives. J'ai vu tellement de gars mal en point me dire « *ça va ben* », la corde quasi dans leur poche, au point que je n'étais pas sûr de les revoir la semaine d'après. Comme s'il valait mieux mourir que de s'exposer au monde vulnérable et révéler un peu plus d'intime. Même dans les milieux scolaires, les garçons semblent davantage en difficulté que les jeunes filles. Les jeunes garçons ont vu eux aussi une forte augmentation de prescriptions d'amphétamines depuis les années 80. Fournier (2015) nomme la masculinité comme étant devenue une maladie. Non seulement il est demandé aux garçons de se comporter comme des filles à l'école, mais l'école a tellement été toujours une affaire

de filles que la masculinité devient une anomalie. Pour Hefez (2007) : « dès les premières heures de la vie, on apprend à être un garçon ou une fille » (Hefez, 2007, p. 37), sans apprendre aux garçons et aux filles à devenir enfin ce qu'eux seuls veulent devenir.

Donc il semble bel et bien exister une façon culturelle et distincte d'éduquer les garçons et les filles. Il s'agit d'observer les types de jouets et de couleurs genrés que les magasins s'amuse à nous vendre. Ce qui me frappe le plus cependant, c'est cette phrase percutante sur l'éducation des jeunes hommes :

« Et voilà comment, depuis la nuit des temps, on apprend aux petits humains, sans jamais envisager de le remettre en cause, que pouvoir pénétrer, c'est bien plus puissant que pouvoir être pénétré, et qu'un homme est donc plus puissant qu'une femme ». (Hefez, 2007, p. 94).

Cette phrase est d'une puissante justesse à écorcher un arbre debout. Si l'homme pénètre, il associe donc cet acte à la puissance brute, à la domination. Dans un sens plus symbolique, on peut pénétrer un regard, l'être, l'âme, le cœur. Alors, est-ce que l'homme se refuse symboliquement à toutes formes de pénétration ? Qui pourraient le faire sentir femme, plus vulnérable et donc plus faible, changeant ce mouvement de l'extérieur vers son intériorité, vers son être, vers son cœur. Être vulnérable, c'est se laisser pénétrer par la vie. Mais si je ne suis plus le pénétrant, que me reste-t-il de ma puissance d'homme ?

1.3.3 Une recherche sous l'angle du « *bonheur des hommes* »

Pour terminer ma pertinence scientifique et sociale, je ne peux passer sous silence cette magnifique recherche sur le bonheur des hommes menée par l'Université de Harvard il y a plus de 75 ans. Si nombre de recherches sur le thème de la masculinité sont abordées sous l'angle de la problématique, cette recherche l'aborde sous l'angle du bonheur et s'interroge sur ce qui rend les hommes heureux. Est-ce par exemple l'argent, le pouvoir, la gloire, la famille ou d'autres éléments ? Pour ce faire, ils ont eu la brillante idée de suivre deux groupes de jeunes garçons - les premiers étant très pauvres et les seconds dans la moyenne -, et les ont suivis tout au long de leur vie.

Au total, c'est plus de 764 hommes qui ont été rencontrés. Ce que l'on découvre est surprenant. Tout porte à croire que ce qui est le plus important pour une vie empreinte de bonheur est l'aspect relationnel. Voici les premiers résultats cueillis qui datent de janvier 2016. On cite Robert Waldinger¹⁰ (2016) qui est le quatrième responsable de cette démarche de recherche. Ce dernier va donner cet étonnant résultat en ce qui a trait au bonheur des hommes qui est : de bien s'entourer, de privilégier la qualité relationnelle à la quantité de relations et finalement de bâtir des relations durables. Je vous présente un tableau plus détaillé des résultats de recherche.

¹⁰ <https://news.harvard.edu/gazette/story/2017/04/over-nearly-80-years-harvard-study-has-been-showing-how-to-live-a-healthy-and-happy-life/>



Figure 3 : Résultats de recherche selon Robert Waldinger sur le bonheur des hommes, Harvard (2016)

J'ai décidé de présenter cette recherche, car tout me porte à croire que l'une des conditions pour une meilleure santé des hommes demeure la relation qu'ils entretiennent avec les autres et avec eux-mêmes. Il m'est alors possible de croire que l'approvisionnement du rapport à la vulnérabilité et, ultimement, par une conscience à leur cœur, améliorent leurs rapports relationnels. Malgré la construction de genre, les dissociations associées à la

socialisation masculine, la constante relationnelle demeure dans l'équation de mes travaux de recherche. Malgré les voies de passages qui seront découvertes lors de cette recherche, je ne peux l'imaginer en dehors de relations importantes avec ma culture, avec l'environnement, avec les amours qui m'entourent et avec mon rapport à la spiritualité. L'homme en santé marche assurément en relation saine.

1.4 PROBLÈME DE RECHERCHE

Dans un mouvement de va-et-vient entre une problématique personnelle et une aspiration universelle, la création engendre l'art qui à son tour génère un processus créateur.

Georges Brunon

Et qu'attends-tu pour devenir Celui que tu attends ?

Christiane Singer

Mon problème de recherche est lié à des difficultés vécues en tant qu'homme et comme praticien, issues d'une socialisation au masculin dans un paradigme dit *traditionnel*. La manifestation de cette difficulté, consistait à me voir dans mes limites à actualiser mon rapport à la vulnérabilité et ainsi permettre l'expression du cœur et l'affranchissement des interdits culturels. Étant dans un projet de maïeutique, l'actualisation de soi ne peut évoluer qu'en y plongeant entièrement avec toutes les facettes qui cohabitent dans la globalité de l'être.

La personne intelligente qui se trouve devant un problème à résoudre essaie tout d'abord de comprendre ce problème quasi clairement et aussi entièrement que possible. Cependant, comprendre n'est pas suffisant ; elle doit se concentrer sur ce problème et désirer sérieusement trouver la solution. Si elle n'éprouve pas suffisamment le désir de résoudre le problème, il vaudrait mieux qu'elle abandonne. Le secret d'une réussite réelle consiste à projeter toute sa personnalité dans son problème. (Polya, 1945, p. 180) cité par (Craig, 1978, p. 204)

L'identité masculine actuelle proposée par ma culture ne correspond plus à mes aspirations et demande un mouvement d'actualisation autant à l'intérieur de moi que dans mes actions extérieures. Dans la masculinité traditionnelle, l'expression de son cœur demeure marginale ou même indisponible à l'homme, car mal reçue par la culture ; de fait, celui-ci n'ose pas s'aventurer dans l'expression de sentiments perçus comme une faiblesse ou associés au féminin, au risque de vivre de la honte. Alors, comment diminuer l'écart entre mon élan d'expression du cœur et de ma capacité à l'exprimer librement sans être percuté par la peur, la honte et l'impuissance ?

Une figure importante dans ma vie, Mire-ô B. Tremblay, professeur retraité en psychosociologie à l'Université du Québec à Rimouski, un homme que j'estime beaucoup, disait que : « *l'artiste est au-devant de soi*¹¹ ». La figure de l'artiste serait donc informée du potentiel présent et en devenir. En l'occurrence, l'artiste constituerait pour moi une voie d'actualisation offrant un chemin vers le Soi susceptible de remettre en question au passage l'idéal du Moi. L'idée m'a enchanté et j'ai décidé d'y plonger via ce processus de recherche et l'écriture de ce mémoire dans ce que l'artiste tente de faire apparaître, m'amenant : « *un peu plus haut, un peu plus loin*¹² » comme l'a écrit Ferland (1975). En ce sens, l'hypothèse au cœur de cette recherche envisage la figure de l'artiste comme une voie d'expression du cœur, offrant à l'homme un chemin de rapprochement avec ses élans tout lui en permettant une réappropriation de ces potentiels enfouis.

1.5 QUESTION DE RECHERCHE

En quoi et comment la figure de l'artiste est-elle une voie/voix d'actualisation de mon cœur d'homme ?

¹¹ Phrase prononcée lors du cours sur la Santé Globale, UQAR, 2006.

¹² *Un peu plus haut* est une chanson écrite par Jean-Pierre Ferland et interprétée pour la première fois par Ginette Reno lors des festivités de la Fête nationale du Québec en 1975 sur le Mont Royal.

1.6 OBJECTIFS DE RECHERCHE

- 1- **Explorer** à travers mon histoire de vie personnelle, professionnelle et artistique le chemin d'actualisation de mon cœur d'homme
- 2- **Identifier et comprendre** comment mon processus artistique actualise mon rapport à mon cœur au masculin et participe au renouvellement de ma pratique
- 3- **Réaliser et créer** une amorce d'intégration par une synthèse créatrice permettant de synthétiser mes nouvelles compréhensions

CHAPITRE 2 CADRE DE RÉFÉRENCE THÉORIQUE

2.1 L'artiste

« L'art véritable recèle en lui une « force prophétique d'éveil »

Kandinsky

Mon premier rapport à l'art n'est pas théorique, il est expérientiel. Je me souviens très clairement de ma première extase musicale. Je devais avoir une dizaine d'années. Mon grand cousin de Montréal, Alain, était en vacances chez moi. Plus proche de mon frère en raison de leurs âges, ils écoutaient un disque vinyle du groupe *Scorpions*, plus précisément les chansons : *Holiday* et *Still loving you*¹³. J'étais dans le salon chez mes parents, balai à la main en guise de guitare. Je devenais pour quelques minutes une « *Rock Star* » acclamée par des milliers d'admirateurs. Ce qui me touchait le plus, c'était l'intensité émotionnelle qui se dégageait de cette expérience. J'éprouvais ce sentiment de liberté, de rêve, je devenais moi-même comme une onde sonore qui gagne en espace le temps d'une chanson.

Je ne me considère pas comme un artiste professionnel, j'ai toujours eu besoin de me sentir libre surtout dans ce qui a trait à la création. Je n'ai jamais eu le sentiment de correspondre au stéréotype de l'artiste socialement reconnu. Je ne voulais pas me conformer à ce que j'imaginai être les attentes de la société, si je me déclarais officiellement artiste. Au cours de cette démarche de recherche, lorsque j'ai commencé à apercevoir que c'était l'artiste en moi qui détenait les clés de mon renouvellement comme intervenant, il m'a paru important de tenter de comprendre à quoi renvoyait cette notion d'artiste. Le dictionnaire Larousse de la langue française nous propose différentes définitions de l'artiste¹⁴. Je ne reconnais pas mon expérience dans toutes ces définitions, mais je dois avouer qu'elles m'aident à mieux penser et nommer mon expérience. Dans le vieux français, on considérait l'artiste comme « *une personne dont le mode de vie s'écartait*

¹³ Scorpions, *World Wide Live*, 1978.

¹⁴ <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/artiste/5584>

délibérément de celui de la bourgeoisie », une personne à la fois « *non conformiste et marginale* ». Le dictionnaire Larousse nous rappelle par ailleurs que le concept d'artiste se rapporte à une personne qui a le sens de la beauté et qui est capable de créer une œuvre d'art. On parle alors d'une personne douée d'une sensibilité d'artiste.

Ce qui m'attire dans cette dernière précision, c'est la notion de sensibilité et celle de création d'œuvres d'art. C'est grâce à ces deux dimensions que je peux à mon tour me considérer comme artiste. L'artiste a cette capacité d'écouter son intuition et de laisser émerger et manifester dans le monde ce que son âme a à dire, à chanter, à écrire ou encore à peindre. L'artiste a accès au sens de la beauté grâce à une sensibilité plus accrue à son environnement, à *ses émotions et ses sentiments*. Cette attention à la vie intérieure constitue parfois un écueil pour l'homme traditionnel qui veut s'ouvrir à la voie de l'artiste. Combien d'hommes ai-je vus se refuser le chemin artistique et sensible, par crainte d'être jugés par leurs pairs ou encore leurs pères.

Pour tenter d'y voir avec plus de clarté, j'ai eu besoin de consulter la déclaration finale du Congrès mondial qui s'est tenue à Paris en 1997, sur l'application de la Recommandation de 1980 relative à la condition de l'artiste. Ce congrès a défini ainsi la fonction et la condition de l'artiste :

On entend par artiste toute personne qui crée ou participe par son interprétation à la création ou à la recreation d'œuvres d'art, qui considère sa création artistique comme un élément essentiel de sa vie, qui, ainsi, contribue au développement de l'art et de la culture, qui est reconnue ou cherche à être reconnue en tant qu'artiste, qu'elle soit liée ou non par une relation de travail ou d'association quelconque. (Adoptée à Belgrade, le 27 octobre 1980)¹⁵

Lorsque je lis qu'est artiste toute personne « [...] *qui considère sa création artistique comme un élément essentiel de sa vie* », je reconnais ma démarche voire mon expérience.

¹⁵ Définition, p. 24. En pdf sur le site de l'UNESCO [archive]. Voir aussi la déclaration finale du Congrès mondial sur l'application de la Recommandation relative à la condition de l'artiste, Paris, 1997 (texte en ligne [archive]).

L'expérience artistique ou, pour mieux la nommer, esthétique, est en soi une expérience spirituelle. En citant Rodin (1967), Dany Héon (2014) parle de la force actualisante du processus créateur :

« Au-delà des surfaces, nos regards plongent jusqu'à l'esprit, et quand ensuite nous reproduisons des contours, nous les enrichissons du contenu spirituel qu'ils enveloppent. L'artiste digne de ce nom doit exprimer toute la vérité de la Nature, non point seulement la vérité du dehors, mais aussi, mais surtout celle du dedans. Partout, le grand artiste entend l'esprit répondre à son esprit » (Rodin, 1967, p. 151-152).

Comme aime le dire Mire-Ô Tremblay (2016), l'artiste est celui qui marche l'entre-deux-mondes, le visible et l'invisible. Il est aussi celui qui parle à l'inconscient collectif de tout un peuple, témoin et prophète de la beauté du monde et du devenir humain, garant des savoirs des mystiques anciens, il est à la fois inspiré et inspirant. Dans le monde patriarcal où j'évolue, j'ai eu besoin des cadres extraquotidiens pour mettre au monde l'artiste que je souhaitais devenir. Ainsi est né « Helsim Le Scalde » mon alter ego, mon double artistique.

2.1.2 Le Scalde et l'époque scandinave

Chaque année depuis plus de 15 ans, le petit village de St-Marcelin au sud de Rimouski dans le Bas-St-Laurent accueille plus de 10000 festivaliers lors de sa célèbre *Feste Médiévale*. C'est par un concours de circonstances, lors de l'enregistrement de l'émission de télévision « *La p'tite séduction* » que mon personnage artistique a pris vie. Depuis 2011, j'incarne un personnage viking du nom de *Helsim le Scalde*, un poète scandinave lors d'évènements de reconstitution historique qui se déroulent en l'an 1000. Toute la famille y participe, chacun ayant son alter ego médiéval. Mystérieusement, ce rôle m'a été confié, on me l'a reconnu avant même que je ne le trouve ; la figure du scalde m'attendait. C'est au cours de ce festival que l'élan de la composition poétique et musicale m'est apparu. J'allais à mon insu faire l'immersion vers une autre époque, une autre culture, un autre temps où le temps ne se mesure plus de la même façon. L'électricité, l'eau chaude et la douche n'existent plus. La nourriture est cuite à même le feu et l'hydromel, boisson

ancestrale des dieux, est merveilleuse et enivrante. Mes premières chansons à boire sont inspirées des moments vécus avec mes camarades vikings. Par la suite, d'autres textes vont prendre forme avec davantage de profondeur, plus près d'expériences au contact de mon cœur d'homme. Je vais aussi créer des rituels d'époques, des funérailles, composant plusieurs chants et chansons inspirés des magies anciennes.

Le rôle du scalde s'apparente à un poète de l'époque médiévale, œuvrant en Scandinavie et plus précisément en terre d'Islande, au temps où les peuples vikings naviguaient sur les eaux du Nord, aux alentours de l'an mille. Étymologiquement, le mot scalde ou skald provient peut-être du Proto-germanique *skalliz* « son, voix » (vieux haut-allemand *skal*, "son"). La forme *skalsang* "chant élogieux, louange" existe également en proto-germanique, ainsi que *skellan* qui signifie "sonnerie, résonance". L'ultime fonction du scalde est de louer, de raconter, de chanter les histoires de son clan. Par sa voix, il redonne à sa culture les hauts faits des guerrier.e.s, des hommes et des femmes du Nord investi.e.s de missions, ou de destins. Fait important, le premier écrit scaldique remonte à 1300 étant donné qu'ultérieurement les Vikings utilisaient l'alphabet magique runique. Le scalde recourt à une poésie métaphorique, utilisant plusieurs mots ou phrases pour qualifier une personne, une chose ou un fait. Faisant partie d'une classe à part, il développe ses qualités d'orateur et ses talents musicaux. Il est le maître de la rythmicité et de la métaphore poétique. Il faut comprendre qu'à l'époque, un bon musicien était aussi important qu'un médecin l'est aujourd'hui. Les guerriers pouvaient payer les scaldes pour qu'ils louangent leurs hauts faits d'armes, car pour le Viking, les hauts faits venant de leurs actions étaient d'une importance capitale et alimentaient le sens qu'ils donnaient à leurs existences.

Avant d'aller plus loin, il m'est important de réfléchir sur la pensée des peuples scandinaves et de leurs rapports à l'éthique. Dans la reconstitution historique, l'éthique est l'un des aspects les plus difficiles à saisir, car elle laisse place à beaucoup d'interprétations ayant comme référent notre présent, notre culture actuelle. Loin d'entrer dans tous les aspects de ces vieux peuples, c'est le concept de *destin* qui m'a le plus interpellé. Pour les Vikings, rien n'a plus d'importance que leurs destins. Pour eux, le destin est souverain. Dans la langue ancienne, en vieux norrois *destin* devient : **gaefa** (Boyer, 2002).

[...] **gaefa**, ce que les puissances ont donné à un homme pour qu'il fasse de sa vie quelque chose de recevable à ses propres yeux et donc aux yeux de la collectivité, d'abord familiale, sans laquelle il ne se conçoit pas. La **gaefa**, c'est le destin en quelque sorte insufflé par les puissances à la naissance d'un homme, individualisé et pris en charge. Celui qui a su faire fructifier ce dépôt est un **gaefumadr** (un homme de **gaefa**, digne du don qu'on lui a fait). (Régis Boyer, 2002, p. 357)

Bien que je sois né au vingtième siècle, quelle fut ma surprise de constater que je vis la représentation du concept de *destin* sous cet angle. Bien que je sois né dans un monde catholique, je n'aurais pu imaginer que mon éthique intérieure, celle qui alimente l'élan de ce mémoire avait pris forme dans des cultures païennes. Il est plus acceptable de comprendre que pour un Viking, être marchand ou pirate relève davantage de son destin et que les concepts de bien ou de mal demeurent relatifs. Peu importe le chemin à prendre, ce destin doit être accompli aux yeux du Viking, des siens et des dieux. Le destin est régi par des forces invisibles qui gardent l'individu dans un chemin spirituel, même s'il ne semble pas pratiquer sa religion, c'est à travers l'action que sa spiritualité se dévoile. L'acte de vivre est pour eux un chemin spirituel. Disons que cela détonne parmi les histoires morbides où les Vikings sont dépeints comme des sanguinaires.

2.1.3 Helsim le Scalde : mon double artiste

L'art est un message de réalité qui ne peut être exprimé en d'autres termes. Dans ce sens, un artiste est un envoyé des dieux et, pour cette raison, ne saurait transmettre leur mandat qu'en sa propre langue.

Charles Langbridge Morgan

Au printemps 2016, en plein cursus universitaire, je mets au monde un CD de musique originale en tant qu'auteur-compositeur-interprète. Si au départ, ce CD ne devait en aucun cas faire partie de ma base de données, aujourd'hui il en est tout autre. Je réalise que dans la figure de l'artiste, il y a l'intuition de mon potentiel en devenir. Ce disque compact, c'est sept titres originaux à saveurs médiévales touchant par-delà des thématiques

anciennes, des thèmes plus universels et actuels. Son titre « *Le fils d'Yggdrasil* », par exemple, rappelle l'importance de prendre soin de la terre et du rapport que l'on entretient avec elle. Certains textes seront exposés plus loin dans le mémoire. Je crois que j'étais un scalde bien avant que le rôle me trouve ; je l'honorais déjà sans trop m'en rendre compte. La figure du scalde rappelle celle des poètes africains que l'on nomme Kasàleurs, clamant des poésies, des chants de force qu'ils nomment Kasàlà. Selon Kabuta (2010), le kasàlà est une poésie de l'affirmation. Il dit aussi : « Il existe en Afrique une pratique littéraire, à caractère cérémoniel, qu'on pourrait traduire approximativement par : expression publique, bienveillante et poétique de la personne, éloge de l'autre et de soi, chant héroïque, chant de force, chant de l'être » (Kabuta 2010, p. 31).

Dans mon expérience, le scalde et le kasàleur usent de mêmes intentions, l'éloge de l'autre, de soi et du monde. Ils sont à la fois poètes, chanteurs, conteurs et soignants de l'âme du monde. Ils créent non seulement pour s'exprimer mais pour révéler quelque chose qui passe à travers eux et qui relie enfin la personne à elle-même, à son territoire, à sa lignée et à sa communauté, comme s'ils prenaient soin de l'âme des personnes et de leurs collectivités. Ils sont reliants et ils ont l'âme du troubadour.

Le troubadour était à l'origine un artiste du quinzième siècle qui portait à la fois le rôle de l'artiste et du chercheur :

L'origine du mot français troubadour date du seizième siècle, plus précisément en 1575. Ce mot vient de l'ancien provençal trobador-prononcer et toubadou-qui signifie : trouveur. Voilà déjà qui nous éclaire sur le métier ! Et lorsque l'on regarde le mot trouveur, c'est pour se rendre compte qu'il signifie aussi auteur. Trouveur ! Celui qui trouve !

(René d'Antoine, 1996, p. 21)

En effet, comme dans le cas du Kasàlà, le travail du Kasàleur est toujours précédé par des recherches sur la personne, sa famille, son territoire, ses lignées, ses qualités, ses défauts et ses hauts faits. Le chercheur créera son texte à partir de ces trouvailles et deviendra ainsi tel un archiveur celui qui connaît mieux et qui raconte au mieux l'histoire d'une personne, d'une famille, d'un lieu ou d'un événement.

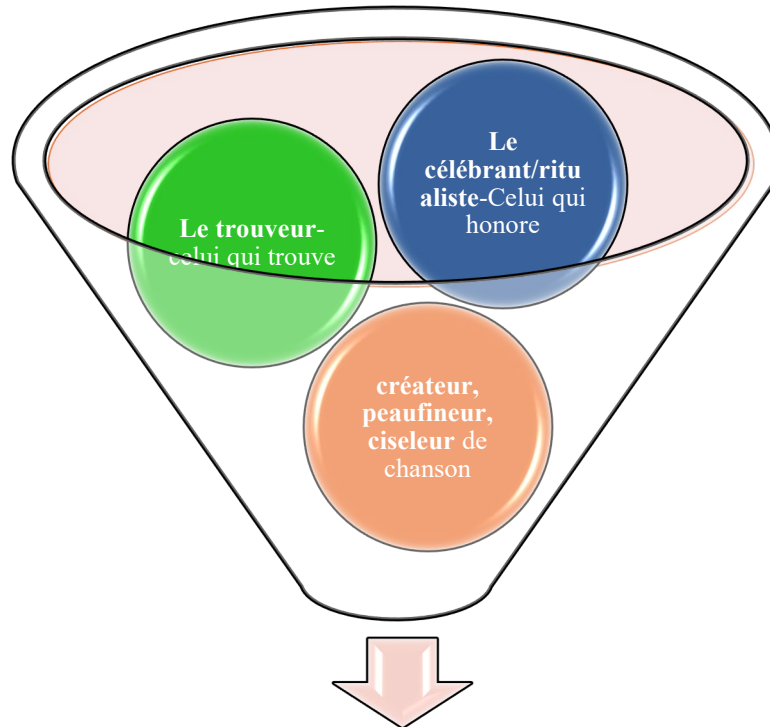
Donc, n'en déplaise à certains, n'est pas troubadour un quelconque guitariste ou musicien que l'on rencontre au hasard d'une rue et qui chante. Non ! - quoique cela soit possible... - le troubadour est avant tout un créateur, un peaufineur, un ciseleur de chansons issues de son patient travail de trouveur.

(René d'Antoine, 1996, p. 21)



Figure 4 : *Helsim le Scalde*

Je suis l'artiste *Helsim le Scalde le Kasàleur* par son élan de cœur à honorer l'autre, soi et le monde, et aussi *Helsim le Troubadour*, celui qui trouve : le trouveur.



***Figure de l'Artiste
le Scalde-Kasàleur-Troubadour***

Figure 5 : Les fonctions de la figure de l'Artiste

Voilà par ce tableau les principales fonctions d'Helsim. À titre d'exemple, j'ai écrit un texte sur mon amoureuse pour sa fête des 40 ans qui s'intitule « **La Rouge** ». Lors de reconstitutions historiques, elle incarne Sunilda la Rouge, la guerrière du Soleil étant née le jour du solstice d'été. En voici le texte, pour mieux saisir de quoi ma poésie est construite.

LA ROUGE

*Je suis Helsim le Scalde
La poésie est mon arme
Je clame les hauts faits
D'une guerrière au cœur-courage*

Elle s'appelle Sunilda

*Elle est guerrière du Soleil
Son passage dans ce monde
Lors du solstice de la lumière*

*Son innocence violée
Par des chiens et des charognes
C'est une femme-volonté
Qui a su reprendre son dû des hommes*

*Elle a faite maintes batailles
A chevauché la mer
Elle est rumeur d'Irlande
Elle incarne la beauté des Celtes*

*On raconte que son cœur
Son grand cœur de mère
Guiderait les rivières
Vers le centre de la Terre*

*Mille tatouages à la peau
Comme un ciel étoilé
Son âme comme un flambeau
Réchauffe de sa grande dignité*

*Et quand les volcans du monde
Exploseront leurs poisons
Et que les fantômes errants
Hurlent le poids de leurs prisons*

*Sunilda prends ma main
Pose-la doucement sur ton cœur
Ensemble, nous irons plus loin
Ensemble, nous n'aurons plus jamais peur*

Helsim (2018)

2.2 Les voies de passage

*Les vibrations de la voix sont comme des molécules,
des corps purs qui s'inscrivent la mémoire de notre
organisme, dans la tonalité du lieu.*

Philippe Barraqué

J'ai hésité longtemps à choisir quel chemin, quelle voie j'allais emprunter pour m'accompagner dans mon processus de recherche. C'est Don Juan (1968) lors d'une discussion avec son apprenti qui sera l'élément révélateur à mon interrogation : « Vous devez regarder chaque chemin très soigneusement et avec mûre réflexion. Faites autant de tentatives que cela est nécessaire. Vous vous poserez alors une question, et une seule. [...] Je vais vous dire de quoi il s'agit : *ce chemin a-t-il un cœur ?* » (Castaneda, 1968, p. 110). Après avoir écrit différentes tentatives de chemins à emprunter dans l'écriture de ce mémoire, il m'est apparu que seul le chemin qui a du cœur, celui qui me procure le plus de joie me semble le plus ajusté à l'élan de l'âme incarné par la figure de l'artiste. Ce chemin permet à l'artiste de sortir de sa zone de confort et à l'aide de sa musique et de sa voix, il crée des conditions de mise en acte de son cœur. Faire une performance artistique, c'est passer de l'ancienne forme à la nouvelle car : « Le seul vrai changement, c'est d'être le changement » (Amar, 2005, p. 54). Mettre de l'avant un artiste, c'est le faire figurer debout, agissant son changement sur une scène. Cette mise en scène n'est pas sans rappeler une certaine forme de rite de passage.

Van Gennep a nommé « statut » les moments les plus statiques. Elle rajoute que ces longues périodes sont comme des plateaux. Mais entre deux « statuts », il y a ces moments clés où toute la vie s'oriente soudain vers une nouvelle direction, qu'il nomme « pivots ». Ces « pivots » sont des moments d'énergie intense et souvent dangereuse : d'après lui, les rites de passage ont été créés pour permettre à la personne de naviguer en une relative sécurité dans ces moments d'entre-deux qu'on pourrait comparer aux rapides d'une rivière. (Lebrun, 2013, p. 80)

C'est justement pour cette raison que performer son cœur s'inscrit dans un processus bien plus grand que la performance elle-même et sert de pivot entre l'ancienne forme et la nouvelle. D'ailleurs, la performance artistique peut être une forme ritualisée :

« Le rituel ne résout pas un problème, il célèbre quelque chose : nos deuils, nos peines, nos joies, nos espoirs, nos rêves et nos noirceurs. Il fait de nos vies une danse où chaque pas a sa raison d'être. Il y a dans la célébration deux composantes polarisées : la célébration est à la fois quelque chose de festif et de sacré » (Lebrun, 2013, p. 95).

Et ce sont mes multiples instruments de musique et plus particulièrement la voix comme outil d'intégration qui seront l'une de mes voies de passage. En tant que musicien, je serais tenté de dire que la voix est l'instrument le plus difficile à performer, voire le plus complexe, le plus exigeant, le plus singulier et le plus touchant qui existe.

D'après Barraqué (1999), chanter est naturel alors que beaucoup d'éléments reliés à notre culture tentent de nous convaincre du contraire :

Le chant précède le langage structuré, accompagne le babil, les gazouillis du nouveau-né. Il se fait comptine, compagnon de jeu, frère de geste. Il chante le quotidien. Il exprime nos états d'âme et libère nos émotions. Il vous délivre du poids des mots, les transforme en sons plus signifiants, plus directs. Il calme la peur, l'anxiété. Il structure la personnalité, lui donne des repères. Il est en parfaite alliance avec les événements importants de la vie. Il est le précieux auxiliaire du souvenir, car on associe souvent une chanson à un fait marquant. Il établit le dialogue. Il le rétablit chez la personne aphasique, emmurée, repliée. Il stimule vos énergies, vous centre à la terre et vous relie au ciel. Il est celui qui vous initie. Il est ce point miroir de vous-même qui révèle vos limites, vos conflits. Il y a alors de votre part acceptation ou refus, et l'acte chanté devient plus difficile. Il l'est d'autant plus qu'il quitte le domaine de l'intuitif. (Barraqué, 1999, p. 11)

La voix, même si elle semble naturelle n'est pas libre de dire, de chanter, de résonner pour son bon plaisir. La voix est censurée, analysée, lui amputant bien des élans, enfermés dans son propre jugement, se coupant de ses ressources. En effet comme le rappelle avec pertinence Barraqué (1999), ce qui brime davantage nos voix c'est l'analyse et la comparaison : « L'éducation est passée par-là, avec son cortège d'évaluation, d'acquis et de refoulement, de pédagogiquement correct ou incorrect » (Barraqué, 1999, p. 11).

Pourtant il fut un temps où la voix était l'art de la transmission orale de l'histoire du clan. Elle véhiculait les mémoires des femmes et des hommes sous formes de chants, de poésies, de contes et de mythes. Le chant était précieux, le silence habitait l'Ancien Monde et la parole vive rassurait comme le feu réchauffe ; la voix vivante !

« Lorsque vous rencontrez un ami au bord de la route ou sur la place du marché, que l'esprit en vous anime vos lèvres et inspire votre langue, et que la voix en votre voix parle à l'oreille de son oreille : ainsi son âme garde la vérité de votre

cœur comme le palais se souvient du bouquet de vin, même si sa couleur est oubliée, même si la coupe n'est plus. » (Gibran, 1923, 1993, p. 54).

C'est cette qualité de cœur dans la parole et dans le chant qui a besoin d'actualisation. Cette voie elle m'appartient et à moi seul, elle est sous ma responsabilité. Cette voie, ce n'est pas en réponse à ce dont je pense que les autres ont besoin. Cette voie en marche, associée par une voix incarnée pourra si l'autre est disponible, entendre la résonance de mon âme. Espérer de l'autre qu'il m'entende est une illusion qui prostitue à son insu le porteur de parole et le coupe de sa liberté et de ses ressources. Jésus disait : « Que celui qui a des oreilles pour m'entendre entende »¹⁶. Le fils de l'homme n'avait aucune attente sur la portée de sa parole. Il incarnait la parole, agissait sa parole et vivait au nom de sa parole ! C'est de ce lieu inviolable à l'intérieur de moi, ce lieu en dehors de ma construction identitaire que ma voix veut chanter dans cette voie qu'est la mienne.

2.3 Actualisations de soi par la création : un processus d'individuation

« Vous ne pouvez jamais résoudre un problème en restant au niveau où il a été créé. »

Albert Einstein

Tout ce qui nous entoure est création. La vie dans son élan fondamental est du domaine créatif. Ce qui différencie l'être humain des autres espèces, c'est sa capacité à imaginer, à créer, à transformer son environnement en créant de la culture, de la pensée, de la conscience, en créant sa vie. Pour Cottraux (2010), « Chacun peut se révéler créatif, mais seulement certaines personnes, particulièrement inspirées, sont reconnues pour avoir atteint l'excellence de la créativité » (Cottraux, 2010, p. 14). Faut-il aussi se reconnaître soi-même comme être aux potentiels créatifs et avoir assez confiance en soi pour créer ?

¹⁶ Jean Yves Leloup, L'Évangile de Thomas, 1986, p. 66.

Le même auteur définit la créativité « comme une action individuelle ou collective innovatrice, par laquelle un domaine de la culture est transformé » (Cottraux, 2010, p. 14). Je veux rajouter à cette définition que le domaine personnel de l'individu dans sa culture intérieure singulière, est voué à être transformé à même la création de son œuvre. Toujours en suivant la constante de Cottraux (2010), la créativité est une dimension fondamentale de la psychologie humaine qui part de l'inventivité pour aboutir à des réalisations concrètes et laisse un héritage tangible. L'auteur rajoute que :

« La créativité n'est pas seulement le génie, ni même le talent ou la manifestation d'un don. C'est la capacité de trouver des solutions originales aux questions que l'on se pose et de réaliser son potentiel personnel en appliquant ses talents à une réalisation concrète » (Cottraux, 2010, p. 15).

Mon intérêt pour la créativité, c'est le lieu où elle prend forme. Elle peut venir d'un désir de l'égo ou d'une culture familiale d'artistes, d'un grand malaise, etc. Celle qui m'intéresse se passe dans les profondeurs de la vie elle-même, dans le cœur du tout : « la créativité est l'équivalent culturel du processus de modifications génétiques responsables de l'évolution biologique où des variations aléatoires se produisent à notre insu dans la chimie de nos chromosomes » (Csikszentmihalyi, 1996, p. 12). L'élan créateur est donc toujours présent dans notre biologie et dans la façon qu'a notre corps de s'actualiser face à son environnement. Ce qui me fascine, c'est que tout au fond de notre matière, un élan agit en créant de la nouveauté. *Peut-on sentir cet élan de façon consciente et agir à partir de ce lieu ?*

C'est à partir du concept du *Soi* que je vais tenter de répondre à mon questionnement sur la nature créative. Le *Soi* est « l'archétype royal de toute la personne ; le *Soi* est la totalité et la finalité de la psyché, le *Soi* est l'imago Dei (image de Dieu), le dieu en nous » (Jung, 1938, p. 399). Un autre auteur va compléter en rajoutant :

Qu'on pourrait comparer le *Soi* jungien à l'âme chez Platon. L'âme est peuplée des ombres fantastiques de la caverne (les archétypes du sens) et participe à la vie divine. Bref, le *Soi* selon Carl Jung est aussi l'âme humaine habitée par le divin (Monbourquette, 2002, p. 110).

Cependant, s'incarner à partir du *Soi* n'est pas sans difficulté et s'inscrit dans un processus nommé : *individuation*. À la suite de Jung, Monbourquette présente le concept

d'individuation, d'une manière que je résume dans le tableau ci-après représentant les divers aspects du psychisme.

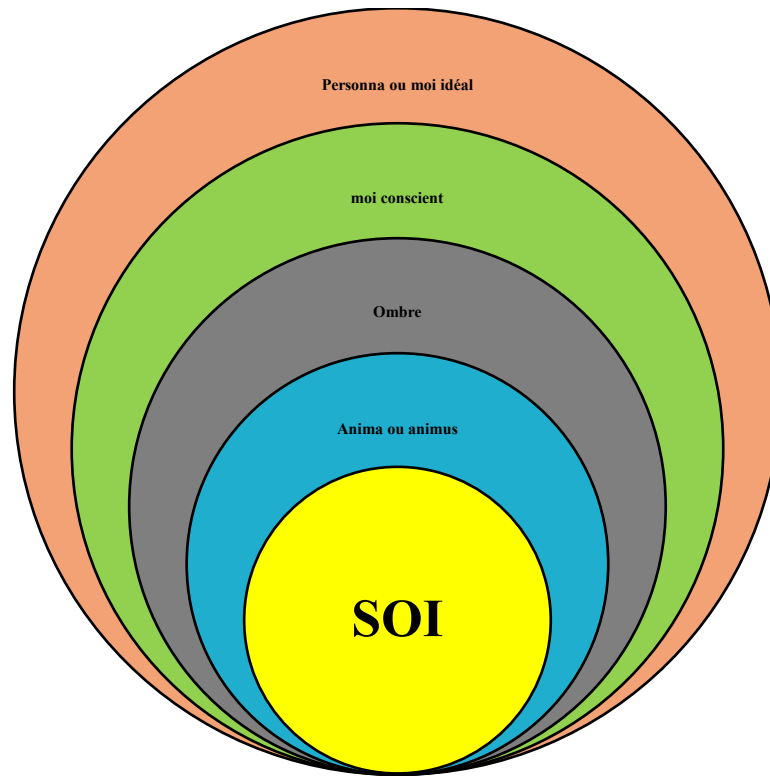


Figure 6 : Conception du psychisme chez Jung¹⁷

A cette effet, Monbourquette (2002) explique que le processus d'individuation se passe bien du concept d'Égo ou du *Moi* conscient. En effet :

L'égo doit accepter un jour ou l'autre de se sentir coincé entre sa **persona**, sa façade sociale, et son ombre, entre les demandes de l'extérieur et celle venant de l'intérieur. S'il réussit à les faire émerger toutes les deux et à tolérer la tension intérieure qui s'ensuivra, le Soi viendra alors à sa rescousse en lui offrant une sorte de « résurrection ». L'intervention du Soi prendra la forme d'un symbole

¹⁷ Tiré du livre de Monbourquette : *De l'estime de soi à l'estime du Soi* (2002).

intégrateur permettant de concilier les requêtes de la **persona** avec celles de l'ombre.

Une telle conciliation marque le début de l'individuation, processus par lequel on devient « ce qu'on est », c'est-à-dire par lequel on acquiert une personnalité unique, complète et indépendante des influences sociales tyranniques. À même les éléments épars et opposés du psychisme, le Soi crée une nouvelle organisation interne de l'individu ou une nouvelle « complexification » de son être. Du coup, cette personne acquiert une plus grande maturité ; elle est davantage **elle-même** et plus à même de bien utiliser ses ressources et de résoudre ses conflits. Le Soi lui procure une harmonie et une paix inestimable. (Monbourquette, 2002, p. 153)

Marie-Louise von Franz (1978) abonde dans le même sens en affirmant que le processus d'individuation permet de devenir soi-même. Le processus d'individuation opère depuis le Soi transpersonnel et il donne ainsi naissance à « l'Imago Dei » au cœur du sujet.

Cela n'a rien à voir avec un repli égotique, une ambition quelconque, et ne consiste pas non plus à vivre heureux dans un jardin d'enfants, comme il ressort à chaque page des écrits de Jung, et cependant cette attitude fautive a toujours tendance à renaître. Combien de gens confondent réalisation du Soi et épanouissement de moi ! (Marie-Louise von Franz, 1978, p. 106)

Cette dernière phrase demande énormément de discernement. Comment ne pas confondre réalisation du Soi et épanouissement du Moi ? Pour Lenoir (2015) cela consiste à s'observer, avec lucidité et sans a priori. Le processus d'individuation est un processus de dépouillement et d'acceptation. Il n'est certainement pas une conquête d'un idéal ou d'un devenir, souvent associé à la culture dans laquelle on s'inscrit. Je ne veux pas être un artiste reconnu à tout prix. Je veux jouer de cet artiste pour qu'il m'ouvre la porte de moi-même vers le Soi. Et comment entre-t-on dans ce processus ? Marie-Louise von Franz (1980) nous donne une partie de la réponse en nommant les principales phases du processus d'individuation :

Les principales phases du processus d'individuation sont l'intégration de l'ombre, côté « obscur » de la personnalité faisant partie de la totalité, mais la plupart du temps méprisée ou non décernée par la conscience, la prise de conscience de la composante représentant le sexe opposé, désigné par Jung comme animus (chez la femme) et anima (chez l'homme), et enfin l'expérience

du Soi et la relation au Soi, noyau intime de l'âme. (Marie-Louise von Franz, 1980, p. 362)

Dans le même ordre d'idées, Osho (1997) rappelle que :

La vie doit être une recherche, non un désir, mais une quête ; non l'ambition de devenir ceci ou cela, le président ou le premier ministre d'un pays, mais une quête pour la découverte de : **qui je suis** ? (Osho, 1997, p. 59)

Le processus d'individuation n'est pas l'ambition de devenir plus grand, mais bel et bien à se retrouver soi-même. Terminons avec Lenoir (2017), parlant du philosophe Spinoza :

C'est une véritable révolution copernicienne de la conscience morale qu'instaure Spinoza : la vraie morale ne consiste plus à chercher à suivre des règles extérieures, mais à comprendre les lois de la nature universelle et de notre nature singulière afin d'augmenter notre puissance d'agir et notre joie... et c'est ainsi que nous serons le plus utiles aux autres. (Lenoir, 2015, p. 40)

Je ne saurais mieux dire que cette aspiration au devenir meilleur, à élargir sa puissance d'agir, à rencontrer ce qui est vivant en dedans de soi pour enfin faire vibrer de joie mes cordes vocales !

2.4 Le cœur

Ce que toutes les cosmogonies des grandes religions illustrent et que la physique quantique a mis en évidence, c'est qu'une partie de l'univers est (dans) celui qui l'observe.

Christiane Singer

Il m'est difficile de discriminer le concept du cœur, car il est à plusieurs égards, synonyme d'amour et de joie. Pour ma part, les concepts de cœur, d'amour et de joie sont à la fois distincts et en relation. Je peux éprouver de la joie en ayant le cœur ouvert et je peux aussi avoir le cœur ouvert tout en éprouvant de la tristesse. Selon Nietzsche (1995), le principe de joie, c'est la puissance et tout ce qui augmente notre énergie vitale. Même si avoir du cœur semble exercer une influence sur ma vitalité, le cœur n'est pas une puissance dans ce sens. Pour Lenoir (2015), l'ouverture du cœur est un risque à prendre pour une vie plus riche : « Ouvrir son cœur, c'est accepter de vivre dans une certaine vulnérabilité, accepter la possibilité de tout accueillir, y compris celle d'être blessé. C'est prendre le risque de vivre pleinement » (Lenoir, 2015, p. 67).

Le cœur comme terre d'accueil est un élément qui comporte des risques ; celui d'être touché autant par le beau que par la laideur du monde. Le cœur ne semble pas sous l'emprise de polarités étant donné qu'il est l'*accueil*. Il a le pouvoir de transmutation c'est-à-dire qu'il est capable de transformer une substance en une autre. Il peut être aussi comparé au procédé des alchimistes ayant le pouvoir de transformer le plomb en or. Le cœur a ce don de transmuter la haine, le ressentiment, la peur en amour, en joie et en émerveillement.

Le cœur invite à cette sensation de plénitude, comme une sensibilité particulière à son environnement et à ses relations par l'élargissement d'un point de vue plus vaste et d'une qualité d'intégration. Dans cette optique Christiane Singer (2007), alors aux portes de la mort sur son lit d'hôpital, témoigne :

Ma dernière aventure. Deux mois d'une vertigineuse et déchirante descente et traversée. Avec surtout le mystère de la souffrance. J'ai encore beaucoup de peine à parler de sang-froid. Je veux seulement l'évoquer. Parce que c'est cette souffrance qui m'a abrasée, qui m'a rabotée jusqu'à la transparence. Calcinée jusqu'à la dernière cellule. Et c'est peut-être grâce à cela que j'ai été jetée pour finir dans l'inconcevable. Il y a eu une nuit surtout où j'ai dérivé dans un espace inconnu. Ce qui est bouleversant, c'est que quand tout est détruit, quand il n'y a plus rien, mais vraiment plus rien, il n'y a pas la mort et le vide comme on le croirait, pas du tout.

Je vous le jure. Quand il n'y a plus rien, il n'y a que l'Amour. Il n'y a que l'Amour. Tous les barrages craquent. C'est la noyade, l'immersion. **L'amour n'est pas un sentiment. C'est la substance même de la création.** [...] Je

croyais jusqu'alors que l'amour était reliance, qu'il nous reliait les uns aux autres. Mais cela va beaucoup plus loin ! Nous n'avons pas même à être reliés : nous sommes à l'intérieur les uns des autres. C'est cela le mystère. C'est cela le plus grand vertige. (Singer, 2007, p. 40-42)

L'amour, c'est la substance de la création. Dans le même ordre d'idées, Osho (1997) disait que l'amour répond à cette envie profonde de ne faire qu'un avec le tout, l'envie profonde de fondre le « je » et le « vous » en une unité. Mais l'amour demeure trop souvent difficile d'accès :

Il ne s'agit pas tellement de rechanter l'hymne à l'amour, mais plutôt de me demander avec vous : qu'est-ce qui me sépare de cela, qu'est-ce qui m'empêche de vivre cette dimension, qu'est-ce qui m'empêche de m'incarner dans les amours que je vis ? (Singer, 1996, p. 79).

Cette question que se pose Christiane Singer a été écrite avant ce moment où elle passe près de la mort. Elle parle de l'amour comme d'une dimension difficile d'accès, alors qu'après avoir frôlé la mort de très près, cette dimension s'incarne enfin et devient substance amoureuse, « *l'amour est* » après le dépouillement. Mais ma question demeure : qu'est-ce qui différencie le cœur de l'amour ?

En 2010, je termine une formation comme praticien en Somato-psychopédagogie. Dans cette approche, le corps est la matière première et participe à davantage de connaissance de soi. En fin de parcours, j'effectue un travail sous forme de « *mini-mémoire* » sur le concept du cœur.

Voilà une synthèse de quelques éléments importants que j'ai puisés dans les expériences de stages de formation par la médiation du corps. Lorsque je me suis inscrit dans cette formation, j'avais comme objectif de mettre, toujours et un peu plus, mon cœur au monde. Dès le début de cette recherche, j'ai voulu m'appuyer sur ces expériences corporelles afin de tenter d'explicitier ce que j'entends lorsque je parle de vivre depuis l'ouverture de mon cœur. Voici en vrac l'essentiel de mes apprentissages :

1. *Le mental doit être au service du cœur et le cœur, s'il est choisi, peut être un chemin. Je pense différemment par le cœur, la pensée du cœur est claire, inconditionnelle, ne juge pas et génère un sentiment de cohésion de sens.*
2. *Le cœur me pousse vers les autres, vers la relation et vers le don de soi.*

3. *Le cœur accueille, il donne de l'espace et/ou il est l'espace et il ouvre à l'état d'amour.*
4. *Le cœur est simple et me demande d'aimer tout simplement !*
5. *Le cœur est toujours disponible, mais pas moi.*
6. *Le cœur contient tout, il est infini.*
7. *Le stress et la vitesse me coupent de mon cœur.*

Dans le travail de fin de cycle portant justement sur la notion de cœur, j'ai déplié ma pensée comme suit :

1. Le cœur peut être une forme de pensée. Une pensée du cœur est différente d'une pensée rationnelle et a le potentiel de devenir au fil du temps, un paradigme autonome et agissant dans le monde. L'expérience que je fais est une pensée claire qui reconnaît intuitivement ses besoins. Cette pensée est inconditionnelle et ne juge pas ce qu'elle observe et entend. Elle est solide et indépendante de tout regard de l'extérieur à moins qu'elle soit vue par-delà les yeux du cœur devant soi. Elle génère de la cohésion de sens et permet alors à l'individu de vivre moins de confusion étant libéré des aléas du monde extérieur. Le cœur devient par sa pensée propre « un sens » de l'amour comme la vue est un sens pour l'humain. Comme Castaneda (1968) le nommait en questionnant son apprenti : est-ce que ce chemin a du cœur ? Et comme repères à ce chemin de cœur, il évoque la joie et la légèreté.
2. Le cœur est relationnel. Il est agissant en relation à soi, aux autres, à la nature et avec le mystère de la spiritualité. Il est alimenté par le désir du don et repousse celui de possession. Dans la recherche de l'Université de Harvard sur le bonheur des hommes évoquée dans le **chapitre 1**, on retrouve en conclusion l'effet positif des bonnes relations qui sont assurément empreintes de cœur et qui invitent encore une fois à une meilleure santé dans les rapports relationnels.
3. Le cœur accueille ce qui ne peut être accepté par le mental et l'intellect et est donc plus vaste. Il accueille les préjugés sans jugement. Quand je dis qu'il donne de l'espace, c'est que le cœur est un contenant qui est plus grand que soi (le Moi) en l'occurrence. Pour de meilleures conditions d'accueil, il nous faut avoir l'espace intérieur nécessaire. En ce qui concerne l'espace, je fais plutôt référence aujourd'hui à l'amour et la substance ou dimension, comme le mentionne Singer (1996) un peu plus tôt. Le cœur étant encore une fois un sens qui ouvre cette brèche en nous vers cette dimension qu'est l'amour.

4. Le cœur est simple. Son ambition est simple. Son entreprise est de voir, entendre, de goûter et de toucher l'amour en relation. Tout ce qui crée du bruit dans la relation avec le cœur n'est pas nécessaire et s'en départir est bon pour la santé.
5. Le cœur est comme le ciel, la terre et l'air que nous respirons. Il est toujours là. Manquer de cœur, ce n'est pas avoir accès à une ressource dans soi. Quelqu'un qui n'a pas de cœur, c'est simplement quelqu'un qui n'a pas la disponibilité nécessaire dans l'instant pour accéder à son cœur. C'est la fermeture. Il est impossible de vivre dans la joie si l'on est en permanence en fonction de la critique ou du regard des autres selon Lenoir (2015). Il en va de même pour le cœur.
6. Le cœur contient tout et son potentiel est infini ! Il contient autant la beauté que la laideur. Le cœur est vérité et franchise ; il est l'élan des potentialités infinies. Il est la connexion, le chemin, le passage vers la dimension de l'amour.
7. Finalement, ce sont les écueils au manque de cœur que je rencontre : le stress et la vitesse qui ne sont là que quelques maux de notre société moderne. Le cœur semble avoir un rythme d'ouverture et a besoin d'une lenteur pour se ressentir. La modification de la perception du temps moderne affecte l'individu, le rendant beaucoup moins disponible à l'expression du cœur et à ressentir plus totalement son existence. En manque de ressources, pris dans sa vitesse vertigineuse et son stress toujours plus grand, il alimente le manque. Apparaissent alors toutes sortes de moyens de pallier ce manque, en se tournant malheureusement vers des désirs fades et éphémères.

Il me semble important d'apporter une petite conclusion sur ma compréhension du concept du cœur, de l'amour et de la joie pour un meilleur discernement et comme point de repère. La joie est une émotion et une puissance par la manifestation de notre élan de vie et un baromètre à l'épanouissement de l'âme. Le cœur pour sa part est la porte, l'un des sens qui donnent accès à l'amour. Il est celui qui voit, ne juge pas et cherche l'ouverture à l'éprouvé amoureux. Il est cette partie qui est (dans) celle qu'il observe. Il a le pouvoir de transmutation par un contenant plus vaste que l'intellect. L'amour c'est la substance même de la création. L'amour est le tissage des cœurs de la toile cosmique et est vécu comme un état. Bien que le cœur et l'amour soient intimement reliés, je vais approfondir davantage le concept du cœur dans cette recherche.

2.5 Être homme

On ne naît pas homme, on le devient.

Érasme

Sera masculin un individu qui a un sexe masculin, qui se sent du genre masculin, qui est reconnu par les autres comme masculin et assigné à une place d'homme. Mais aussi qui a des fantasmes et des comportements majoritairement masculins (féminins avec une moindre intensité), et qui est reconnu dans l'imaginaire collectif et symbolique comme homme...

Serge Hefez

Malgré les avancées culturelles et la lutte contre les oppressions patriarcales, malgré l'apparition de l'idée qu'il existe diverses manières de vivre la masculinité, ainsi que le mouvement d'actualisation des masculinités traditionnelles, malgré l'ouverture à la non-binarité de genre, j'observe dans ma vie personnelle, relationnelle et professionnelle que le cœur des hommes semble continuer d'éprouver de la difficulté à s'ouvrir, à s'exprimer, à s'éprouver et à agir dans le monde. La socialisation au masculin crée des conquérants, des dominants, des compétiteurs et des dominateurs. Pour se faire respecter, le jeune homme apprend vite, presque malgré lui, à dominer, à écraser et à assujettir. On le voit dans son rapport à lui, aux autres, au monde et même au sacré. La crise écologique mondiale est l'une des conséquences de ce phénomène qui crée et perpétue la violence. La situation a empiré dans ce monde qui ne fait plus de place aux rites initiatiques désormais mis à mort et où les rituels sont cachés dans des boîtes à souvenirs. Pourtant les peuples premiers avaient reconnu ce besoin des initiations pour la santé des personnes, des communautés et des nations :

Les cérémonies d'initiation visaient à faire mourir l'égo infantile et à faire surgir le jeune adulte. L'initiation du garçon s'imposait davantage que celle de la fille. Cette dernière, en effet, la nature la mène plus instinctivement vers sa maturité de femme, avec le début des menstruations.

Même si par instinct il cherche à devenir un homme, le garçon rencontre plusieurs obstacles sur la route de sa masculinité. Aussi paradoxal que cela puisse paraître, la masculinité chez lui ne s'acquiert pas aussi naturellement. L'enfant mâle a besoin de toute sa force intérieure, voire de sa violence, pour franchir les barrières qui se dressent devant lui. (Monbourquette, 2006, p. 17)

Heureusement, il demeure dans des milieux plus *underground*, des rites qui persistent et résistent, mais marginalisés. Ainsi quelques cultures autochtones anciennes et actuelles pratiquent encore des rites initiatiques de passage de l'enfant vers l'adulte.

Ces quêtes de vision étaient vues comme une façon de briser le cocon de l'enfance et de passer de la naïveté de la vie et de l'innocence à la dimension mystérieuse de la vie. Qui sommes-nous ? Que sommes-nous venus faire ici ? [...] Le rite avait donc à la fois une fonction sociale, devenir adulte, et une fonction sacrée, prendre contact avec la nature. (Lebrun, 2013, p. 30)

Mais la plupart du temps, ce sont des adultes qui vont utiliser ce processus de voie de passage. Cependant, si l'homme n'a pas les moyens au sein de sa culture l'invitant à l'ouverture à ce genre de stage, que lui reste-t-il pour le faire grandir sinon entrer dans un processus de *crise* ? Et des crises dans ce monde, il y en a dans les milliers de silences, de solitudes d'hommes, pris dans leurs mutismes générationnels. Le mutisme des hommes de ma génération sent la pourriture, le *passé-date* ! Ce mutisme violent qui creuse leur tombe avant même leur mort, menant les hommes dans une passivité, dans la déresponsabilisation d'eux-mêmes, tels des zombies qui marchent au gré des saisons assis devant leurs écrans, frustrés.

Que leur reste-t-il ? Que me reste-t-il ? Projeter, envier et mourir *de et dans* mon propre silence. Courir à une vitesse folle, accélérer le rythme de ma vie pour me sauver de moi-même et éviter de sentir la honte m'habiter à mon grand désarroi : « Cours plus vite encore pour n'être pas dépouillé de l'élan sacré qui t'habite, pour échapper à la déchéance de la prise en charge des hommes libres ! » (Singer, 2001, p. 13). Cours encore plus vite pour te créer un sentiment illusoire d'une vie pleine. Et quand la course prend fin, c'est

souvent par la crise, la méchante, l'injustifiable, celle qui invite à sortir des carcans masculins instaurés au fil des générations. Alors que cette crise comme une poussée violente sur le voilier de sa vie appelle à l'héroïsme et au dépassement de soi, elle est perçue non comme libératrice de la folie, mais comme une maladie que l'on doit bannir par la médication. Et encore une fois, ce qui était l'invitation à s'actualiser, à trouver ses trésors enfouis s'étiole, s'épuise, renferme l'homme dans ses tranchées, évitant d'exprimer l'intime peur que l'on voie ses faiblesses et sa vulnérabilité : « En cas de malheur, les hommes s'isolent ce qui aggrave tout. Pas de confident, pas d'activités simples et apaisantes, il ne reste que la rumination, l'alcool ou l'explosion » (Cyrulnik, 2010, p. xv).

Pour Chabot (1987), le projet de l'homme est davantage un projet de retrouver son humanité. Il dit :

Il y a une différence majeure entre l'humain et l'homme ; le premier affiche sa peur devant les autres, il se sert de l'amour pour comprendre la vie sur la terre ; l'homme, lui, n'est qu'un guerrier qui n'a pas peur, alors il est capable de résister à la pression qu'exerce sur nous la fragilité. Il n'essaie pas de comprendre l'absurdité de sa situation, il prend le risque de se faire absurdité. (Chabot, 1987, p. 150)

Ainsi, l'homme ou plutôt son statut identitaire est ce qui doit être transcendé pour advenir à être pleinement humain, percevoir l'absurdité du monde au lieu d'être un agissant de l'absurde.

Mais alors : c'est quoi « *être homme* » et comment le devient-on ? Comment savons-nous que nous sommes devenus « *homme* » ? Une étude de Lajeunesse (2007) rapportait que presque tous les participants avaient la même réaction lorsqu'il leur demandait : « Qu'est-ce qu'être un homme selon toi ? ». La plupart regardaient ailleurs, cherchaient les mots, restaient hébétés. Même réaction des participants de la recherche doctorale de Roy (2008) auprès d'hommes ayant eu des comportements violents. Qu'est-ce donc qui est spécifique du groupe social « hommes » ? Si l'on en juge par les réactions des répondants de ces études québécoises, se définir comme homme semble difficile actuellement.

Être homme, c'est toujours se convaincre de la solitude de l'être sur terre. Être homme, c'est et ce fut trop souvent viser la solitude, en faire un but, en faire

l'objectif d'une vie. Être homme, c'est peut-être cela la véritable castration freudienne. Une coupure radicale qui mène à l'assassinat de l'autre en moi. Être homme n'est rien, puisqu'il m'apparaît désormais plus important d'être amant, un amoureux, un père, un fils, suppose l'autre, suppose une rencontre, suppose l'existence d'un monde, si petit soit-il. (Chabot, 1987, cité par Blondin, 1994, p. 139)

Alors, j'ai abdiqué à l'idée d'un idéal masculin, d'un modèle à atteindre sachant éperdument que l'identité est construite et dépendante de la culture dans laquelle elle s'inscrit. J'avais le besoin de savoir d'où je viens comme masculin pour connaître un peu plus ce qui me manque, ce qui m'angoisse et ce à quoi j'aspire comme modèle singulier d'homme.

2.5.2 Ma culture Moïsienne et l'appriovissement du masculin

Après les chromosomes, les hormones et l'anatomie, la quatrième composante qui « sexue » un individu est sans doute la plus passionnante, la plus complexe et la plus difficile à circonscrire : il s'agit de son environnement.

[...] dès les premières heures de la vie, on apprend à être un garçon ou une fille...

Serge Hefez

La culture de mon enfance/adolescence c'est St-Moïse, dans la vallée de la Matapédia au Québec. Petit village de 700 habitants, je suis le deuxième fils d'une famille de trois. Mes modèles d'homme en 1980 portent pour la plupart une grosse moustache communément appelée « pintch ». Ils boivent de la bière les vrais gars, à vrai dire beaucoup de bières et du gros Gin dans une bouteille verte. Ils font des « starts » avec leurs gros chars, un gros moteur, l'odeur du gaz, ça fait « mâle ». Chez le voisin d'en face, c'est le camion de marque Dogde qui semble démontrer sa virilité et sa loyauté envers ses pairs. Tuer son gros « Buck » original à l'automne, le pavaner sur le truck est leur rituel de dépassement. Ils fument des « Exports A » les vrais gars, ayant le paquet de cigarettes

positionné sur l'épaule sous leur t-shirt ! Être homme, c'est porter l'héritage de Louis Cyr¹⁸ par l'importance attribuée à la puissance et l'endurance du corps. Il est droit et fier, sans laisser paraître du mieux qu'il le peut les larmes de « *tapette*¹⁹ », gardant son motton d'émotion dans la gorge. Dans le garage de mon père mécanicien habite toute une culture d'hommes du village. Ils se ramassent en cercle et ils discutent de politique, de chasse, de char, de famille et de l'un des plus beaux mystères que l'homme a rencontrés : *la femme*.

Tels des antagonismes, leurs façons de parler de leurs intimités sont loufoques. Des hommes incapables d'être entendus dans leur douceur, entrechoquent des mots sales pour parler de l'intime féminin ; des seins deviennent des *tontons*, une vulve une *plote*, un pénis une *graine* et je passe tous les autres mots utilisés pour ça. L'intimité de ces hommes est aussi présente, mais paradoxalement on en parle rarement de façon directe ; on la sous-entend parfois par des rires, parfois par des silences et parfois par une ponce de Gin. Il arrive aussi lors de dur labeur qu'une phrase empreinte de justesse fasse son chemin vers le cœur de l'autre au gré d'une parole silencieuse : *je t'ai entendu mon vieux, je suis là avec toi*. Et sous l'effet de l'alcool, l'intimité s'invite enfin entre eux. Je vois ces hommes forts en larmes, pleurer leurs bonheurs, leurs malheurs. Mon père d'une forte puissance physique devient tout mou et tendre sous l'effet du gros gin. Il réussit enfin à exprimer maladroitement et pour un court moment, un geste de chaleur, de tendresse, montrant enfin sa vulnérabilité, le cœur ouvert jusqu'à la prochaine fermeture.

À partir de mon patrimoine masculin, j'ai observé trois concepts reliés à mes angoisses au masculin dont il serait souhaitable d'actualiser mon rapport à eux. Voici un tableau identifiant ces trois concepts :

¹⁸ Louis Cyr (1863-1912) est un célèbre homme fort canadien-français. Cyr n'a jamais refusé un défi et n'a jamais été défait dans son pays ou à l'étranger. Il acquiert sa renommée avant même que l'on tienne des registres sur son sport et avant même que l'haltérophilie ne soit intégrée aux Jeux olympiques.

¹⁹ Personne efféminée, sans courage, aux goûts de fille, etc. (Wiktionnaire)

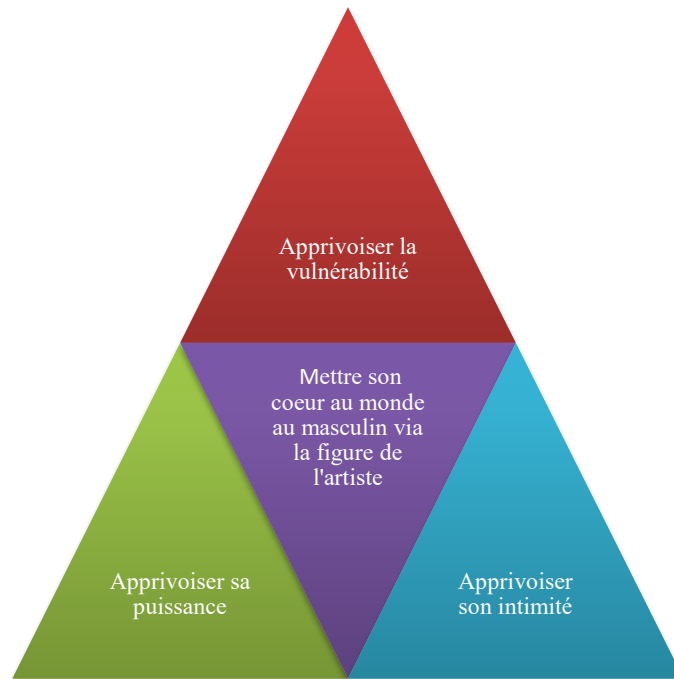


Figure 7 : Concepts à apprivoiser : puissance, intimité et vulnérabilité

Je souhaite apprivoiser mon rapport à ma vulnérabilité, mon rapport à l'intimité et à ma puissance d'homme renouvelé. Ainsi, le projet est celui d'un cœur agissant dans un monde qui en a réellement besoin. Apprivoiser mon cœur sensible et vulnérable ne se fera pas sans entrer dans des zones de turbulences et sans s'adresser à ce qui m'empêche d'y avoir plus facilement accès. Ce qui pourrait me contraindre à toutes sortes de résistances. Dans ce sens :

Il ne s'agit pas d'enlever les cuirasses à quelqu'un si on ne lui a pas permis d'abord de retrouver sa colonne vertébrale ou son centre. L'homme ne tient debout la plupart du temps que par ses mécanismes de défense et ses crispations. (Leloup, 1994, p. 44)

Ces crispations sont le spectre de mon ancienne puissance d'homme orgueilleux. Elles semblent difficiles à mettre en échec et surtout difficiles à accueillir et accepter. Cette vieille armure me cache de ma propre intimité autant sur l'intimité du corps que psychologique. Mettre au jour des éléments de mon intimité, c'est faire acte de vulnérabilité, dévoiler ce qui peut être perçu comme des zones de faiblesses. Et

malheureusement, le dévoilement de l'intimité et l'expression de la vulnérabilité sont des thèmes que les hommes ont souvent associés à la féminité. Monbourquette (2006) affirme que la maturité des hommes doit nécessairement passer par l'acceptation et l'intégration des valeurs féminines. L'idéal d'un homme est d'atteindre le mariage harmonieux de sa masculinité et de sa féminité. Monbourquette (2006) disciple de Jung a avancé la théorie que l'intériorité de l'homme est féminine, « anima », et qu'à l'inverse, la femme est habitée d'un « animus », sa partie masculine. En parlant de l'anima, il se définit comme suit : « l'anima, c'est la femme intérieure de l'homme dont les qualités sont rejetées dans l'inconscient pour permettre aux traits masculins d'émerger et de se stabiliser. On la surnomme aussi l'ombre contrasexuelle de l'homme » (Monbourquette, 2006, p. 227).

L'homme selon Monbourquette (2006), arrivé au mitan de sa vie, doit modérer ses performances héroïques pour s'occuper de son intériorité, à savoir son anima, sa femme intérieure. Jamais l'homme n'arrivera à maturité s'il ne fait pas de place à son côté féminin. Monbourquette (2006) propose des moyens d'intégration de son anima et ces moyens ont de fortes ressemblances à ce que j'ai besoin d'appriivoiser pour avancer en tant qu'homme. Parmi elles se trouvent : exprimer ses émotions, exprimer sa sensibilité, entretenir ses relations, accepter sa vulnérabilité et sa faiblesse. En fin de processus, l'homme qui aura intégré son anima pourra aspirer au statut **d'androgyn**e, c'est-à-dire : « l'homme ou la femme adulte qui a intégré sa partie sexuellement opposée » (Monbourquette, 2006, p. 228).

CHAPITRE 3 CHOIX ÉPISTÉMOLOGIQUES ET MÉTHODOLOGIQUES

3.1 CHOIX ÉPISTÉMOLOGIQUES

Cette recherche s'inscrit dans le champ des sciences sociales et dans un paradigme particulier, dans la mesure où elle cherche à comprendre des phénomènes humains plutôt qu'à les expliquer. Pour aider à comprendre le sens de la notion d'épistémologie, Leblanc-Casavant (2015) explique que :

[...] l'épistémologie provient d'une branche de la philosophie qui étudie la démarche scientifique et s'interroge sur les fondements de la science et la validité de la connaissance qu'elle produit. Étymologiquement, elle provient du grec *épistémé* qui veut dire science et de *logos* qui signifie discours (Leblanc-Casavant, 2015, p. 44)

Dans le cadre de cette recherche, j'avais à me situer sur plan épistémologique et à choisir au moins entre deux principaux horizons paradigmatiques qu'on retrouve souvent dans les sciences humaines et sociales, à savoir : le paradigme positiviste et le paradigme interprétatif.

La notion de *paradigme* quant à elle, est devenue importante en sciences depuis la publication, en 1962, de l'ouvrage de Thomas Samuel Kuhn intitulé *The structure of Scientific Révolution*. Pour Kuhn (1972) :

« Le terme paradigme est utilisé dans deux sens différents. D'une part, il représente tout l'ensemble de croyances, de valeurs reconnues et de techniques qui sont communes aux membres d'un groupe donné. D'autre part, il dénote un élément isolé de cet ensemble : les solutions d'énigmes concrètes qui, employées comme modèles ou exemples, peuvent remplacer les règles explicites en tant que bases de solutions pour les énigmes qui subsistent dans la science normale. » (Kuhn, 1972, p. 207)

Dans le cadre de cette recherche de maîtrise dans laquelle je me suis engagé, je vais m'inscrire plus spécifiquement dans le paradigme compréhensif et interprétatif.

3.1.1 Paradigme compréhensif et interprétatif

Toutefois, un évènement est-il moins vrai parce que moins facilement explicable par la raison claire ? Ce sont plutôt nos schèmes de pensée qui sont inadéquats.

Deslauriers

L'objet de recherche devient donc avant tout l'interprétation que fait l'acteur social de son monde et est fondé sur une herméneutique.

Deslauriers et Kérisit

Tel que mentionné précédemment, j'ai eu à me demander si j'allais inscrire ma démarche dans un paradigme positiviste ou plutôt compréhensif. Pour Danielle Boutet (2016), le paradigme positiviste pose les sciences naturelles ou « exactes » (physique, chimie, biologie) comme unique modèle du savoir. Ce type de paradigme n'admet comme réel que ce qui est visible, manifesté, observable. Son but est d'établir des lois générales et objectives, ce qui oblige à mettre de côté tout ce qui subjectif, de l'ordre du ressenti, dans les manifestations particulières des phénomènes étudiés. Or, pour étudier ces éléments mis de côté par ce paradigme, le paradigme compréhensif demeure un choix pertinent, car il cherche d'abord à comprendre plutôt qu'à mesurer. D'après Leblanc-Casavant (2015), le paradigme compréhensif et interprétatif a été consolidé :

[...] au milieu du siècle dernier, par Dilthey (1947) entre autres, dans la foulée des débats historiques entre sciences naturelles et sciences humaines, entre les approches *positivistes* et *interprétatives*, entre *objet* et *sujet* de recherche, entre *explication* et *compréhension* des phénomènes, entre *objectivité* et *subjectivité* du chercheur. Le courant épistémologique propre au modèle interprétatif postule une dissemblance fondamentale entre sciences humaines et/ou sociales et les sciences de la nature qui reflète deux conceptions radicalement opposées à l'intérieur même du vaste champ scientifique. (Leblanc-Casavant, 2015, p. 44)

Dilthey avait comme projet de mettre les bases, des fondations logiques, épistémologiques et méthodologiques des sciences humaines. Voilà ce que Grondin (2006) nous dit à propos de Dilthey et de ses travaux de recherche :

Afin de fonder la spécificité méthodologique des sciences humaines, Dilthey s'inspire de la distinction de l'historien Droysen (1808-1884) entre l'expliquer (Erklären) et le comprendre (Verstehen). Alors que les sciences pures cherchent à expliquer les phénomènes à partir d'hypothèses et de lois générales, les sciences humaines veulent comprendre une individualité historique à partir de ses manifestations extérieures. La méthodologie des sciences humaines sera ainsi une méthodologie de la compréhension. (Grondin, 2006, p. 23)

Cette *méthodologie de la compréhension* qui semble être davantage un paradigme qu'une méthodologie permettra de s'adresser à des problèmes de recherche sous un angle différent des sciences pures. À l'époque de Dilthey (1947), on cherche à comprendre l'individualité à partir des manifestations extérieures pour en arriver à une compréhension de l'objet ou du phénomène à l'étude. La présente recherche exige l'implication du chercheur comme sujet de sa propre recherche puisqu'elle se fait à la première personne. Se comprendre comme individu, voire comme expérience singulière peut-elle avoir un poids au niveau de la construction du savoir scientifique ? C'est l'ultime question que Dilthey (1947) se pose :

Une telle connaissance est-elle possible et quels moyens avons-nous d'y parvenir ? [...] Et si les sciences morales systématiques [les sciences humaines] tirent des lois générales [...] de cette appréhension du singulier, les processus de compréhension et d'interprétation n'en restent pas moins aussi leur base. Aussi leur certitude, tout comme celle de l'histoire, dépend-elle de la question de savoir si l'intelligence du singulier peut acquérir une validité universelle. (Dilthey, 1947, p. 313)

Parler de paradigme interprétatif renvoie forcément à la notion d'*herméneutique*. Le concept d'herméneutique se traduit du grec (*herméneutikos*, de *hermèneuein* : expliquer). Le dictionnaire Larousse²⁰ le définit comme :

- 1- Théorie de l'interprétation des signes comme éléments symboliques d'une culture.
- 2- En exégèse biblique, ensemble des règles permettant de déterminer tout à la fois le sens littéral de l'écriture et son sens existentiel, c'est-à-dire sa valeur universelle dans l'histoire de l'humanité.

²⁰ <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/herm%C3%A9neutique/39684>

Au départ, l'herméneutique était comprise comme une méthode où l'opération d'interpréter permet d'accéder à la compréhension de sens dans les textes sacrés. Grondin (2006) nomme bien l'importance de retenir ce lien de finalité entre l'interprétation et la compréhension, ces termes prendront des sens différents dans la tradition herméneutique, chez Heidegger notamment. Le concept d'herméneutique a véritablement évolué au fil du temps. D'ailleurs, dans ce travail de mémoire, j'envisage une compréhension de l'herméneutique sur deux niveaux : d'abord d'une manière plus existentielle et philosophique à partir de *l'herméneutique de l'existence* d'Heidegger (1923) et de *l'herméneutique de l'évènement et de la compréhension* de Gadamer (1960).

Ma recherche s'inscrit particulièrement dans le tournant existentiel de l'herméneutique tel que prescrit par Heidegger :

Avec Heidegger (1889-1976), l'herméneutique changera d'objet, de vocation et de statut. Elle changera d'abord d'*objet* en ne portant plus sur les textes ou les sciences interprétatives, mais sur l'existence elle-même. On peut donc parler d'un tournant existentiel de l'herméneutique. Elle changera aussi de *vocation*, car l'herméneutique ne se comprendra plus de manière technique, normative ou méthodologique. Elle aura une fonction plus phénoménologique, plus « destructrice » au sens libérateur du terme, qui découle de son changement de *statut* : elle sera non seulement une réflexion *qui porte* l'interprétation (ou ses méthodes), elle sera aussi l'accomplissement d'un processus d'interprétation qui se confondra avec la philosophie elle-même. (Grondin, 2006, p. 29)

Pour Heidegger (1988), l'herméneutique n'accomplit sa tâche que par le biais de la destruction. Cet apport vers la destruction n'est pas sans rappeler les rituels initiatiques où la mort symbolique précède la vie, ou ici quand l'existence cherche à s'éviter elle-même n'a souvent d'autres moyens que la destruction pour se renouveler et : « [...] se libérer des interprétations aliénantes de son être. » (Grondin, 2006, p. 30). Toujours selon Heidegger (1988) : « L'herméneutique a pour tâche de rendre chaque *Dasein* (*l'être-qui-est-jeté-là*) attentif à son être. À lui communiquer, à traquer l'aliénation de soi qui frappe le *Dasein* » (Heidegger, 1988, p. 15). Il s'agit d'éveiller l'existence à elle-même. C'est ici un mouvement vers la recherche à la première personne, de partir de l'éveil de sa propre existence, de son expérience singulière, conscient de soi-même comme sujet pour ainsi mieux se comprendre dans le monde sociohistorique. En guise de clarification : « Le thème

de l'herméneutique est donc le *Dasein* de chacun, interrogé de manière herméneutique quant à son caractère d'être afin d'élaborer un éveil radical à propos de soi-même » (Grondin, 2006, p. 31).

À partir de ces questions, Heidegger va en 1927 développer ces théories sur une herméneutique de l'existence dans son livre *Être et temps*. La tâche d'une herméneutique de l'existence sera de reconquérir l'existence et son thème fondamental, *l'être* contre sa tendance à s'occulter soi-même. La suite de Heidegger se rapportera au concept de « *Auslegung* », un terme allemand qui se traduit par *interprétation* dans le langage courant, mais dont la construction évoque l'idée d'un débroussaillage ou d'une explication. Selon Heidegger, l'interprétation n'est rien d'autre que l'explicitation de la compréhension. Grondin (2006) propose de considérer l'existence elle-même comme une herméneutique, dans la mesure où l'être humain est définitivement un être de compréhension. Comprendre selon Grondin (2006), c'est donc *pouvoir* quelque chose et ce qui est « pu » dans ce pouvoir, c'est toujours une possibilité de *soi-même*, un « se-comprendre ». Il explique que : « Ce qu'il s'agit de tirer au clair, ce n'est pas d'abord le sens du texte ou l'intention de l'auteur, mais *l'intention qui habite l'existence elle-même*, le sens de son projet » (Grondin, 2006, p. 37). Dans ce sens, l'écriture du mémoire est une invitation vers cette herméneutique de la compréhension et une tentative de répondre en quelque sorte à cette intention qui habite mon existence et qui cherche par différents moyens à dialoguer avec elle-même, les autres et le monde sur le chemin de mon propre devenir.

Je vais poursuivre ma quête en m'appuyant sur la pensée riche et complexe d'un autre philosophe qui s'avère être l'élève de Martin Heidegger et qui est l'immense Hans-Georg Gadamer (1900-2002). Je m'intéresse particulièrement aux travaux de ce philosophe, surtout ceux qui ont été menés sur la question de l'expérience de l'art.

À la recherche d'un autre modèle de savoir que celui de la science méthodique, Gadamer s'inspirera dans la première partie de *Vérité et méthode*, de l'expérience de l'art. L'œuvre d'art ne procure pas seulement une jouissance esthétique, elle est d'abord une rencontre de vérité, soutient avec force Gadamer. Réduire l'œuvre d'art à une affaire strictement esthétique, c'est faire l'affaire de la conscience méthodologique qui revendique un monopole sur la notion de vérité, limitée à l'ordre de ce qui est connaissable scientifiquement. Non, dira

Gadamer, il faut aussi reconnaître que l'œuvre d'art a sa vérité. (Grondin, 2006, p. 51-52)

Ainsi, le sujet situé en face d'une œuvre d'art se trouve alors engagé dans une rencontre qui le transforme. Selon Gadamer : « la vérité des sciences humaines relève davantage de l'"événement" (qui nous saisit et nous fait découvrir la réalité) que de la méthode » (Grondin, 2006, p. 53). L'évènement, ce lieu de création, ce lieu où sans contrainte quelque chose se donne, porte une intelligence plus agrandie. Ainsi selon Grondin (2006) :

Il faut distinguer la vérité dont parle Gadamer de la conception pragmatiste qui réduit la vérité à ce qu'elle peut bien avoir d'utile pour moi : ce n'est pas l'œuvre qui doit se plier à ma perspective, mais au contraire, ma perspective qui doit s'amplifier, voire se métamorphoser, en présence de l'œuvre. [...] l'œuvre d'art me dit toujours : *tu dois changer ta vie !* (Grondin, 2006, p. 53)

Dans cette perspective herméneutique, l'œuvre interpelle l'être. L'artiste est encore une fois vu comme celui qui a le mandat d'éveilleur, de destructeur et d'accoucheur de soi et de l'autre.

Si cette recherche est inscrite dans un paradigme compréhensif et interprétatif, et plus spécifiquement dans le tournant existentiel de l'herméneutique, il me revenait la responsabilité de faire des choix méthodologiques qui s'inscrivent dans la même cohérence. C'est ainsi que la méthode de recherche heuristique m'est apparue comme une voie totalement congruente avec ma démarche de chercheur, d'artiste et d'intervenant psychosocial auprès d'autres hommes.

3.1.2 Une recherche heuristique dans une posture à la première personne du Chercheur-Artiste

C'est d'abord une quête à l'intérieur de soi-même, un effort pour mieux voir ce qui se passe en soi, un essai pour se découvrir soi-même et devenir plus conscient, une tentative pour trouver sa propre voie

Moustakas

À partir du vécu singulier du chercheur, est-ce possible de rencontrer une compréhension du réel qui n'appartient pas qu'à soi et pour soi ? Nous faisons tous l'expérience humaine avec un corps de nature humaine et d'un cerveau ultra sophistiqué rappelant qu'il est le résultat d'un processus évolutif millénaire. Chaque être humain arrive sur terre grâce à l'union d'un ovule et d'un spermatozoïde. Nous naissons, nous mourons tous et toutes, ceci est une vérité incontestable. Je vis donc mon expérience humaine dans la société québécoise, dans une culture déterminée et je partage en quelque sorte les enjeux qui traversent ma société. En revanche, je suis seul dans mon corps comme l'expérience singulière unique que je vis de la naissance à la mort. Pour reprendre la question de Dilthey (1947), est-ce que mon expérience unique a une validité universelle dans le monde de la recherche en sciences humaines ? En réponse à cette question qui traverse les sciences humaines, Brunon (2002) affirme que :

[...] seul le récit d'un vécu semble capable de permettre et d'atteindre chacun dans ce qu'il a de particulier et d'universel à la fois. Seul le récit d'un vécu peut révéler ce qu'il est sans imposer une façon de voir. (Brunon, 2002, p. 25)

Cette recherche à la première personne part de mon vécu singulier et de mon expérience unique d'une vie particulière, avec des défis et des enjeux uniques, vécus au masculin et traversés par des enjeux de socialisation qui ont marqué mon environnement à une époque donnée. Tout au long de cette recherche, c'est ce « je » à la fois assumé tout autant qu'il cherche à clarifier ses contours évolutifs, qui sera le départ de la production de données, à partir d'un récit de vie personnelle et professionnelle ainsi que des œuvres artistiques de mon cru. Pour ce faire, je dirais à la suite de Gauthier (2016), Moustakas (1990) et Rogers (1972) :

Le chercheur doit rester dans une réelle proximité avec son expérience, se regarder lui-même et être honnête avec lui, tout comme son expérience qui lui sert d'objet de recherche. Si le chercheur va à fond dans l'étude de sa propre expérience, il accédera à des éléments qui rejoindront celle des autres ; en transcendant le particulier, en étant le plus subjectif possible, en assumant ce qui lui est propre et singulier, il pourra ainsi accéder à l'universel. (Gauthier, 2016, p. 176)

À partir de là, j'ai cherché une approche de recherche adaptée, et c'est vers les travaux de Craig (1978) de type heuristique que mon processus m'a conduit. Pour Craig, la méthode heuristique est « une approche en sciences humaines basée sur la découverte et mettant en valeur l'individualité, la confiance, l'intuition, la liberté et la créativité » (Craig, 1978, p. 1). Dans cette démarche, j'avais besoin en tant que chercheur d'une approche simple avec un cadre assez malléable, car : « la principale caractéristique de la méthode heuristique consiste à mettre l'accent sur le processus interne de l'individu en tant que principal instrument de description et de compréhension de l'expérience humaine » (Craig, 1978, p. 2).

Être en recherche sur le mode heuristique, c'est oser partir de soi, se mettre au monde à partir de l'expérience que nous vivons. Et ce voyage au cœur de soi-même, comme le dit si bien Craig (1978), paraît à la fois ambitieux et plein d'espoir. Il porte son lot de déboires et de remises en question, d'émotions qui nous transportent tantôt sur un « high », tantôt dans une caverne.

Par moment, j'avais l'impression de flotter au-dessus des montagnes majestueuses et de vallées enchantées. En d'autres moments, je me sentais perdu dans des marais obscurs ou des forêts interdites. J'ai vécu des moments où je me retrouvais complètement abattu pleurant dans mon bureau alors qu'à d'autres moments je bondissais de ma chaise en poussant un cri de joie. J'étais emporté par des apprentissages, le plaisir et aussi par l'émerveillement que suscite la découverte personnelle. Ces expériences passionnantes en recherche humaine correspondaient non seulement à un désir d'apprendre et de comprendre, mais plus encore à un profond besoin d'être et de grandir. (Craig, 1978, p. 9)

Étant donné que cette recherche invite le chercheur à s'engager corps et âme dans son processus de recherche, il demeure quasi impossible que ce dernier ne soit pas saisi à un moment où à un autre dans une forme de crise existentielle qui caractérise tout chemin d'actualisation. Le chemin de la connaissance se crée au rythme du processus de l'individu. Carrier (1997) précise par ailleurs « qu'une telle recherche ne se fait pas sans difficulté. La connaissance explicite de sa propre expérience est révélée progressivement et seulement en partie, un peu comme les différents morceaux d'un casse-tête » (Carrier, 1997, p. 17).

En fait, une recherche en mode heuristique est surtout une recherche par tâtonnements, où les différents niveaux de la personne sont sollicités et où ce qui est à trouver ne peut être identifié à l'avance. C'est une marche où chaque croisée des chemins révèle la prochaine direction telle une dynamique de marche exploratoire et compréhensive à tâtons. Pour saisir la forme, voici les 4 étapes de l'approche heuristique selon Craig (1978, p. 172) :

1. **La question** : être conscient d'une question, d'un problème ou d'un intérêt ressenti de manière subjective.
2. **L'exploration** : explorer cette question, ce problème ou cet intérêt à travers l'expérience.
3. **La compréhension** : clarifier, intégrer et conceptualiser les découvertes faites lors de l'exploration.
4. **La communication** : articuler ces découvertes afin de pouvoir les communiquer aux autres sous forme d'une synthèse créatrice.

Ces étapes sont loin d'être linéaires. Elles se chevauchent et semblent se nourrir entre elles au fur et à mesure que la recherche évolue, d'où sa bonne adéquation avec l'analyse en mode écriture présentée plus loin dans le chapitre. Toujours selon Craig (1978) à propos des étapes :

Les étapes que j'ai définies plus tôt ne sont pas des entités séparées et limitées dans le temps, mais plutôt des processus de recherche interreliés et en devenir. La séquence des différentes étapes varie proportionnellement selon la prédominance, dans un processus de recherche donné, de telle ou telle autre période particulière de l'expérience de recherche. (Craig, 1978, p. 176).

Pour bien saisir ce que soulève Craig, voici un schéma des 4 étapes de recherche et l'interrelation des étapes entre elles :

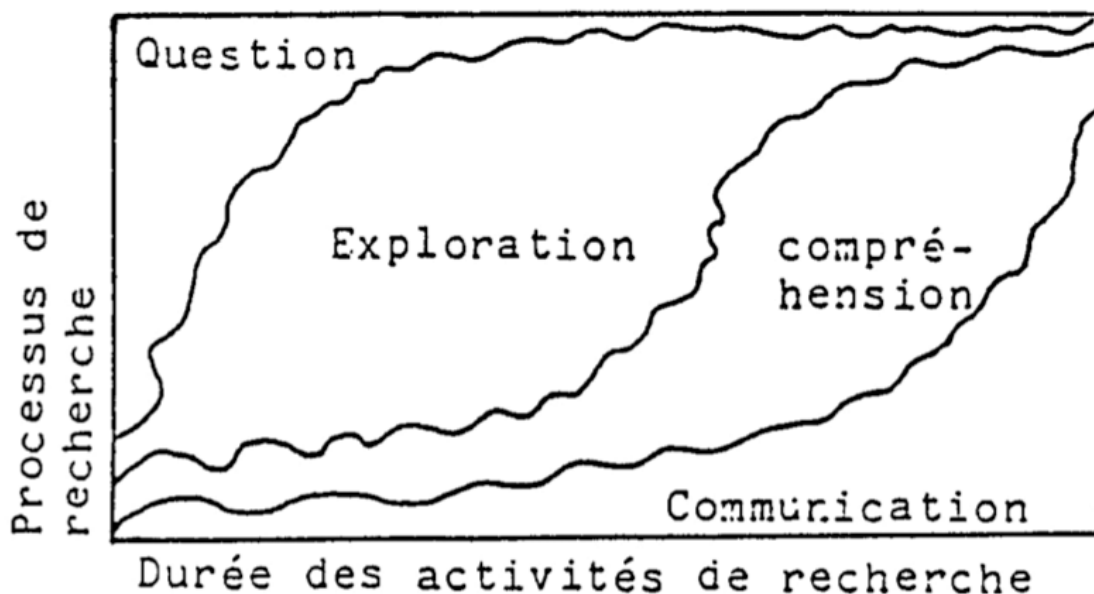


Figure 8 : *Interrelation et séquence des processus de recherche heuristique (Craig, 1978, p. 177)*

Ce que je n'avais pas prévu, c'est qu'en cours de route ma posture de chercheur allait changer. J'avais l'impression que l'accouchement ou la maïeutique était un élément majeur de ma recherche. C'est la posture de l'artiste-chercheur qui est apparue, celui qui trouve à partir de ses œuvres et celui qui crée des œuvres pour se trouver. Ce changement de posture qui est partie prenante de mon processus sera abordé ultérieurement. J'ai débuté cette recherche en chercheur psychosociologue de métier pour muter vers une tout autre posture. L'artiste m'attendait et je ne le voyais tout simplement pas : j'étais aveugle. Pourtant j'avais écrit une multitude de chansons, participé à l'élaboration et l'écriture d'un livre et malgré cela, ces données demeuraient dans l'ombre de moi-même. Je ne me légitimais pas comme artiste, sa parole restait en arrière-plan. C'est dans ce sens que cette recherche heuristique a fini par instaurer une posture *d'artiste-chercheur*. Et cette parole naissante de l'artiste-chercheur, il me restait à la bâtir, à la mûrir. Sophia L. Burn (2006) exprime bien comment je me sens dans mon désir de légitimation de l'artiste quand elle dit :

Qu'une parole de praticien qui reste à définir, à modeler et pour laquelle il faut encore élaborer l'alphabet, la grammaire et la syntaxe. L'artiste-chercheur doit « com-prendre », c'est-à-dire prendre possession du lieu d'origine et de naissance de ce besoin de parole. Car celle-ci, née de l'intérieur de la pratique, pour se projeter vers l'extérieur, et bien plus que cela encore, cette parole cherche à s'affranchir et à s'émanciper des discours extérieurs à la pratique de l'art. (Sophia L. Burn, 2006, p. 58)

À la différence de la recherche-crédation, je n'étais pas engagé dans un mode de production de données par l'art pour analyser le processus de création et les créations en tant que telles ! C'est dans l'engagement dans le processus heuristique que l'artiste s'est dévoilé, s'est montré le bout du nez par des créations qui étaient déjà là, ou encore qui ont été créées en cours de démarche.

Et finalement : « C'est la perspicacité du chercheur, son engagement, sa rigueur et sa capacité de veiller sur les conditions d'accès à son expérience qui lui permettront de découvrir ce qui est souvent voilé pour son regard naturaliste premier » (Gauthier, 2016, p. 176). Il est aussi nécessaire que le chercheur intègre et se forme par son processus de recherche, la recherche devenant formatrice. En ce sens, il m'est important d'explorer le concept d'autoformativité dans mon processus de recherche.

3.1.3 La pratique artistique comme voie d'autoformation

« L'homme existe en formation : il n'en décide pas. »

Bernard Honoré

Il m'apparaît que le processus de maîtrise me permet de prendre forme, que je prends forme par mon engagement sur ce chemin de recherche-crédation-formation. C'est d'ailleurs ce à quoi la recherche en étude des pratiques psychosociales nous invite comme apprenti chercheur : se former, s'actualiser, découvrir de nouvelles manières de *naitre-au-monde*.

Selon Honoré (1977), la formation n'est pas une catégorie optionnelle de l'existence humaine, elle n'est pas une pratique à laquelle on s'adonne épisodiquement dans des centres spécialisés. La formation est la condition même de l'existence. Exister c'est se former, c'est aussi se ré-former, se dé-former, s'in-former. Une difficulté d'actualiser sa forme s'instaure lorsque cette dernière prend de l'âge, se cristallise et ne bouge plus. La *forme se norme*, perd son élan de déploiement, ces ailes coupées par soi-même, par sa propre passivité et son confort. Et pourtant :

La formation permanente ce n'est pas seulement la formation *à la vie*, qui serait une forme d'éducation pour adultes, ni une formation *dans la vie* qui serait alors formation purement par l'expérience, mais c'est aussi une formation *par la vie*. (Galvani, 2010, p. 80)

Cet élan formateur qui un jour lance cette idée, cette parole, cette image à l'intérieur de soi et qui cherche un chemin vers une nouvelle forme. Et quand cet élan veut naître, y a-t-il un accoucheur en dehors, une prise en charge de l'œuvre, un porteur de flambeau ?

Dans mon expérience ce porteur, cet accoucheur est plutôt en dedans et se présente comme un artiste qui détient à la fois les outils et la légitimité de mettre au monde sa nouveauté. C'est dans ce sens que le processus de formativité m'interpelle. Ce n'est pas tant l'étude de l'esthétique de l'œuvre ou de la technique développée qui est visée, mais bien comme l'avance Gadamer (1960), la création à travers laquelle l'artiste *va à la rencontre de sa propre vérité par son œuvre*.

Pour Galvani (2010, 2015) parler d'autoformation c'est désigner la prise de conscience, la compréhension et la transformation du sujet en interaction avec sa propre démarche. Le sujet agit alors en relation et c'est cette relation qui va le transformer. C'est la transformation du rapport à soi, aux autres et au monde.

De même que le talent du peintre se forme ou se déforme, en tout cas se modifie, sous l'influence même des œuvres qu'il produit, ainsi chacun de nos états, en même temps qu'il sort de nous, modifie notre personne, étant la forme nouvelle que nous venons de nous donner. On a donc raison de dire que ce que nous faisons dépend de ce que nous sommes ; mais il faut ajouter que nous sommes, dans une certaine mesure, ce que nous faisons, et que nous nous créons continuellement nous-mêmes. Cette création de soi par soi est d'autant plus complète, d'ailleurs, qu'on raisonne mieux sur ce qu'on fait. [...] Nous cherchons seulement quel sens précis notre conscience donne au mot « exister », et nous

trouvons que, pour un être conscient, exister consiste à changer, changer à se mûrir, se mûrir à se créer indéfiniment soi-même. (Henri Bergson, 2013, p. 14-15)

3.2 Terrain de recherche

Mon terrain de recherche se répartit en trois lieux importants, à savoir : ma vie personnelle, mon expérience professionnelle comme intervenant psychosocial auprès des hommes en difficulté et mon processus de création artistique.

3.2.1 Terrain de recherche personnel

Mon premier terrain de recherche s'inscrit donc dans ma vie personnelle. Mes données de recherche visent la construction de mon identité masculine, la socialisation de genre dans mon environnement et ses conséquences sur ma vie intime et relationnelle, comme fils, comme frère, comme amoureux et comme père.

3.2.2 Terrain de recherche artistique

Mon second terrain de recherche est relié au domaine artistique. Je veux étudier une pratique artistique qui s'est progressivement imposée comme incontournable sur mon chemin de recherche et de formation. Je mettrai donc dans mes données de recherche mes œuvres musicales et poétiques.

3.2.3 Terrain de recherche professionnel

Mon troisième et dernier terrain de recherche rejoint la dimension professionnelle. En effet, comme je le mentionnais précédemment, je suis psychosociologue de formation et je travaille depuis plus de dix ans à titre d'intervenant au sein de l'organisme C-TA-C (choix-transition-action-changement) de Rimouski. Un organisme qui accompagne les hommes qui vivent des difficultés dans leurs relations, principalement issues de leur socialisation.

Je fais donc de l'intervention individuelle et de groupe auprès des hommes de tous âges qui utilisent des comportements inadéquats, impulsifs, contrôlants ou violents ou encore ceux qui traversent des périodes de crise ou des moments de grande vulnérabilité

comme par exemple : la rupture amoureuse, le deuil, la perte d'emploi ou autre crise existentielle ou sociale.

3.3 Productions de données

L'intuition apparait dans les moments les plus inattendus, en marchant, en jonglant, en relisant un vieux livre, en écoutant de la musique, en faisant le ménage. Le choix du sujet de recherche est souvent le fruit de l'intuition ; elle peut se manifester au début jusqu'à la fin de la recherche, provenir de sa propre expérience ou celle des autres

Glaser et Strauss (1967 : 251-253)

3.3.1 Journal d'itinérance

« Garder une mémoire pour soi-même ou pour les autres, une pensée qui se forme au quotidien dans la succession des observations et des réflexions »

Remi Hess

Je tiens un journal depuis mes 28 ans. J'ai commencé lorsque j'étais encore au baccalauréat en psychosociologie. J'étais à l'hôpital et je venais de subir l'ablation d'une tumeur bénigne au ventre, ma conjointe m'avait donné un journal comme présent. Et depuis j'écris. En tout ce sont des centaines, voire des milliers de pages d'écriture à la main et à l'ordinateur qui se succèdent. J'ai aussi utilisé à titre de journal la fonction du dictaphone sur mon cellulaire. Ce qui s'est avéré souvent efficace car je pouvais y recourir à tout moment. Je peux enregistrer mes observations, des moments de pratiques les plus marquants, des expériences les plus significatives, des réflexions... Autant d'éléments qui nourrissent depuis des années ma quête et ma démarche de recherche. J'ai travaillé à partir des données compilées au fur et à mesure des années dans mes journaux. Le retour sur celles-ci et le processus d'interprétation qui s'en suivait m'offraient progressivement de la

cohérence et des possibilités de me comprendre mieux et d'approcher avec plus de pertinence mon thème de recherche.

Au moment où j'étais en quête d'une méthode de production de données de recherche, j'ai découvert les travaux de René Barbier (1997) sur *le journal d'itinérance*. Je me suis donc inspiré de cette méthode tout en l'adaptant à ma situation et à mes besoins. À la suite de Barbier, Rugira (2004) présente la valeur du journal d'itinérance comme outil de production de données en ces termes :

Le journal d'itinérance constitue un véritable carnet de route dans lequel le sujet chercheur note ce qu'il sent, ce qu'il pense, ce qu'il médite, ce qu'il poétise, ce qu'il retient d'une lecture, d'une théorie, d'une conversation ou encore d'une correspondance. Il y consigne ainsi tout ce qu'il investit pour donner du sens à sa vie. (Rugira, 2004, p. 113)

Comme je le disais plus haut, je tiens un journal de bord depuis très longtemps. Cependant, je n'avais aucune idée de la manière dont je pourrais utiliser mes écrits au service de ma recherche. C'est en lisant Barbier et Rugira que je me suis rendu compte qu'il s'agissait d'une vraie méthode de recherche organisée par étapes.

D'après Barbier :

Le journal d'itinérance est un journal de recherche dans la mesure où il représente bien un instrument méthodologique d'investigation qui exprime de jour en jour, l'appropriation et la mise en œuvre d'une problématique centrale : celle de l'Approche transversale. Le journal d'itinérance, concrètement, se compose de trois phases : un journal-brouillon ; un journal élaboré ; et un journal commenté (Barbier, 1997, p. 270).

Le journal d'itinérance se divise donc en trois étapes. Il y a d'abord *le journal brouillon* où l'on inscrit tout ce que l'on juge pertinent au sujet de sa question de recherche et : « dans lequel on écrit tout ce que l'on a envie de noter dans le feu de l'action ou dans la sérénité de la contemplation. », explique Rugira (2004, p. 100-101) à la suite de Barbier (1996).

Après *le journal brouillon*, on passe au *journal élaboré*. À cette étape, on s'inscrit dans une dynamique de lecture et d'organisation de ses propres textes pour une relecture

et une réécriture. À partir de la relecture de mon journal brouillon, je me suis engagé dans un processus réflexif, pour m’immerger dans l’expérience que je faisais au contact de mes données, comme le préconise Gauthier (2016). Dans ce type de contexte, le chercheur est d’ailleurs invité à un travail interprétatif de ses données qu’il fait dialoguer avec son cadre de référence, sa culture, ou encore sa sensibilité, ou toute autre expression affective (Gauthier, 2016). Le chercheur peut modifier l’organisation de son journal et y insérer « des commentaires scientifiques, philosophiques ou poétiques » (Rugira, 2004, p. 102). Après le journal élaboré, le chercheur entre dans une autre phase qui est celle du *journal commenté*. Il engage ici un dialogue non seulement avec des auteurs mais aussi avec un ou plusieurs lecteurs. Selon Gauthier :

La phase du journal commenté est cruciale dans la mesure où elle assure la condition dialogique et intersubjective à l’ensemble de la démarche de recherche. Elle confirme en effet notre appartenance au monde phénoménologique étant donné que celui-ci est un monde tissé de relations du sujet aux autres et aux mondes. Aussi, le potentiel d’émergence de sens et de connaissance est tributaire non seulement d’expérience subjectives, mais également de dialogue intersubjectif. (Gauthier, 2016, p. 186)

C’est donc à cette étape que le chercheur à la première personne sort de sa solitude pour commencer à partager avec un groupe de lecteurs, autour de ses textes et de sa recherche. Il peut faire lire à ses interlocuteurs des bribes de journaux qui lui semblent signifiants. Barbier (1996) parle alors d’une « recherche-action-existentielle ».

Étant dans une période où la COVID-19 fait rage, je n’ai pas pu recourir à mes alliés habituels et c’est principalement auprès de mon co-directeur et ma directrice de recherche que j’ai pu partager mes écrits et engager un véritable dialogue critique et constructif. Ce fut pour moi l’opportunité d’avoir un regard neuf sur mes écrits et de permettre une vision élargie de ma compréhension en vue de produire une réelle actualisation.

3.3.2 Récit phénoménologique : *je me souviens*

En plus de mes journaux de recherche, j'ai réalisé des récits phénoménologiques de moments fondateurs et transformateurs en rapport avec mon sujet de recherche, on pouvait d'ailleurs trouver quelques passages dans mon journal. Aussi, dans le cadre de mon travail à l'organisme C-TA-C, j'ai mené un projet de co-écriture d'un recueil de récits avec les hommes que j'accompagne. Dans le cadre de ce projet, j'ai produit un texte qui se retrouve dans le présent mémoire. Le travail d'écriture descriptive que demandent les récits phénoménologiques offre l'opportunité de dégager les savoirs implicites des pratiques à travers le processus d'écriture et d'interprétation de ces récits. Le récit sous forme de *je me souviens* invite le chercheur à évoquer et décrire son expérience le plus près possible du réel tel que vécu et non dans l'interprétation de son expérience.

D'après Galvani (2013), dans une description phénoménologique on doit trouver les perceptions, les gestes, les actions et les émotions vécues dans l'instant, tout comme les réflexions dans l'action. À cet égard, le même auteur propose d'éviter dans ce type de texte, l'ajout ultérieur de réflexions, jugements, ou tout autre élément absent lors de l'expérience vécue dans la situation abordée.

J'ai ainsi pu réaliser une vingtaine de petits textes de type « je me souviens » en lien avec mon projet de recherche, au contact de mes expériences reliées au projet de maïeutique de ma masculinité. J'ai puisé des récits en amont de mon processus de recherche mais aussi plusieurs lors de l'élaboration du journal brouillon. Ce qui m'a permis d'élaborer des récits qui semblaient parfois hors sujet pour me rendre compte de leur cohérence une fois entamé le dialogue entre les textes et le cadre théorique. J'ai alors sélectionné ceux qui me semblaient plus en cohérence avec ma question de recherche.

3.3.3 Les œuvres et les performances artistiques

Pour finaliser la production de mes données, j'ai pris en compte quelques œuvres et performances réalisées dans le cadre de mes projets artistiques, et qui me semblaient assez proches de ma recherche. C'est au cours de ce processus de recherche que j'ai réalisé toute l'importance des œuvres que je créais car elles m'ouvraient à de nouvelles compréhensions auxquelles je n'avais pas accès en me limitant aux journaux de bord et aux récits phénoménologiques. De plus, c'est sous forme de CD que mon empreinte musicale sur le monde a pris forme. Ce disque compact est porteur d'un acte relié à l'effort d'abord de le produire et ensuite de le mettre au monde, parce que :

L'effort est pénible, mais il est aussi précieux, plus précieux encore que l'œuvre où il aboutit, parce que, grâce à lui, on a tiré de soi plus qu'il n'y avait, on s'est haussé au-dessus de soi-même. Or, cet effort n'eût pas été possible sans la matière : par la résistance qu'elle oppose et par la docilité où nous pouvons l'amener, elle est à la fois l'obstacle, l'instrument et le stimulant ; elle éprouve notre force, en garde l'empreinte et en appelle l'intensification (Bergson, 2003, p. 22-23).

L'aboutissement de mon processus de création de cette œuvre musicale m'a mis en confiance, comme si je pouvais croire que j'étais en mesure de faire face à l'effort que demandera la mise au monde de mon mémoire de recherche. En effet, l'œuvre garde l'empreinte de cet effort, elle garde dans ses racines un savoir accessible seulement à celui qui s'y engage et qui s'ouvre à de nouvelles perspectives. Dans cette optique, je peux dire aujourd'hui que mes œuvres musicales et poétiques, comme tout l'effort inscrit dans ma démarche, me permettront une mise en dialogue avec mes autres données, favorisant ainsi une plus grande richesse de compréhension de mon sujet de recherche.

3.4 Choix d'une approche qualitative d'analyse de données

Il se produit une véritable maïeutique, le praticien-chercheur accouche de ses modèles théoriques implicites suite au travail d'analyse des données produites

Pilon (2005, p. 19)

3.4.1 L'interprétation de données en mode écriture

On interprète toujours une œuvre à partir des questions, souvent imperceptibles, de notre temps. Comprendre, c'est donc « appliquer » un sens au présent.

Grondin

Étant donné qu'il existe différentes voies d'analyse en recherche qualitative, je voulais une méthode cohérente avec ma démarche. Mon choix s'est arrêté sur l'analyse en mode écriture préconisé par Paillé et Mucchielli (2012). D'après ces auteurs : « L'analyse qualitative n'est pas un acte de divination. Un matériau ne parle jamais de lui-même, il doit être interrogé » (Paillé et Mucchielli, 2012, p. 70).

À la suite de Paillé et Mucchielli (2012), Héon (2014) affirme que l'interprétation des données en mode écriture est une pratique qui incarne au mieux une perspective herméneutique. En effet, comme le précisent Paillé et Mucchielli (2012, p. 184), la tâche essentielle de l'analyste consiste à entrer dans un dialogue compréhensif avec ses données pour accéder au sens que laisse émerger le phénomène à l'étude. En ce sens, il semble que cette méthode d'analyse de données est tout à fait appropriée « pour les recherches qui se constituent autour du matériau biographique, qu'il s'agisse des histoires de vie, des récits de pratique ou des démarches autobiographiques » (Paillé et Mucchielli : 2012, 184, cités par Héon, 2014, p. 37).

Il me semble important de préciser ici que tout ce travail se fait de manière itérative et pas du tout linéaire. Le lecteur comprendra que dans la partie précédente de ce chapitre où je présente le journal d'itinérance tel que modélisé par Barbier, il y a de grands pans d'interprétation. Tout ce travail de recherche s'est alors effectué en me soumettant à des boucles réflexives successives. Précisons en outre que l'interprétation en mode écriture se déploie sous forme d'un flux. Cette manière d'entrer en dialogue avec les données favorise une interprétation très vivante. Il faut faire confiance à cette démarche car :

Sa fluidité et sa flexibilité permettent d'épouser les contours parfois capricieux de la réalité à l'étude, d'emprunter des voies d'interprétation incertaines, de poser et de résoudre des contradictions, bref de faire écho à la complexité des situations et des événements (Paillé, Mucchielli, 2008, p. 127).

Un tel processus nous confronte à nos angles morts, à nos incohérences et nos enjeux. Il nous fait traverser des moments difficiles mais nécessaires.

CHAPITRE 4

LA NAISSANCE D'HELSIM

Récit d'une maïeutique

4.1 Bereshit

C'est l'accident qui fait l'artiste.

Jean Grenier

Je vous présente, au début de ce volumineux chapitre, ma genèse, ma *Bereshit*²¹ en Hébreux qui se traduit par : *au commencement*. Au commencement, il y a eu l'accident. J'entends ici par accident ces expériences traumatiques et imprévues qui interpellent l'individu dans ses retranchements, lui demandant de s'ajuster au réel à l'aide de forces jusque-là encore insoupçonnées, invitant l'accidenté dans un processus d'adaptation face au danger imminent, procurant à la résilience des conditions d'apparition. Lors de mon processus de recherche, j'ai supervisé dans le cadre de mon travail à l'organisme C-TA-C²² un projet d'écriture d'un recueil de textes intitulé : *Traversées d'hommes*. Le projet consistait à partir d'un travail de groupe, de permettre aux participants de nos groupes d'hommes d'écrire une traversée significative dans leurs existences en vue d'en saisir, voire d'en expliciter toute la richesse transformatrice. Inspiré par ces hommes en mouvement, j'ai écrit à mon tour un récit autobiographique d'une traversée vécue. L'écrivain, l'artiste gagnait lentement et sûrement ses galons. Mon récit n'était pas celui d'un homme mature, mais plutôt l'initiation de l'enfant traversant son épreuve en poursuivant ce désir : celui de devenir un vrai homme, comme il en voyait dans son entourage. Mon récit était un récit à la fois traumatique et de résilience comme dirait Cyrulnik (2018) :

²¹ Bereshit : « Genèse » en hébraïque

²² Choix-transition-action-changement

[...] le trauma les place en position de héros, d'enfants hors normes, de braves malheureux qui sont déjà vainqueurs. [...] La mise en récit permet de réintroduire de la temporalité dans la représentation, et par là de transformer la trace en pensée, la scène en scénario, la reviviscence en remémoration. (Cyrulnik, 2018, p. 171).

Le même auteur insiste sur la mise au monde du théâtre intime de l'enfant blessé par la socialisation dans sa culture, cette dernière offrant des balises à cette mise au monde. Ouvrir un espace d'expression permet selon Cyrulnik, d'éviter entre autres l'extrémisme intellectuel, la délinquance politique ou les impulsions psychopathiques. Dès qu'on offre un lieu d'expression, on voit naître des marginaux créateurs.

D'ailleurs, tout créateur est forcément marginal puisqu'il met dans la culture quelque chose qui n'y était pas avant lui. Or, ces enfants fracassés, les victimes d'inceste ou les petits maltraités, ont déjà fait ce travail de marginalisation. Les petits blessés ont le choix entre le passage à l'Acte ou l'innovation culturelle. C'est la culture ambiante qui les aiguillera. (Cyrulnik, 2018, p. 172)

Heureusement, j'ai trouvé dans ce processus de recherche à la maîtrise en étude des pratiques psychosociales, une culture capable de m'aiguiller. Si écrire ce texte dans le livre *Traversées d'hommes* mettait au monde d'une certaine manière l'artiste, l'écrivain, il servait un autre but, un autre dessein : *me libérer de l'identification à ma propre tragédie*. « C'est le blessé lui-même qui se réduit à son propre traumatisme et qui lui attribue trop de valeur explicative. Tout ce qui lui arrive par la suite sera "expliqué" par son fracas », nous dit (Cyrulnik, 2018, p. 220). Si le départ de ma vie fut une initiation, en voilà une autre dont l'artiste fait œuvre, celle de fermer la boucle, de mourir à moi-même et d'honorer d'où je viens. Je choisis de commencer ce chapitre par ma Bereshit parce que dans le fond comme dans la forme, elle témoigne d'un commencement. Le pisseur, c'est la découverte, lors de ce processus d'écriture de l'artiste révélant de la compréhension par sa création.

4.1.1 Le Pisseur²³

Créer, c'est presque toujours dépasser un drame intime.

Jean Cottraux

Vous souvenez-vous du moment où vous vous êtes senti homme ou femme pour la toute première fois ? Tout petit, j'observais mon père dans sa vie d'homme. Mécanicien de métier, mon père était un homme robuste, fort et respecté. De mes yeux d'enfant, je percevais mon père comme une référence de droiture dans le sens d'un être digne, loyal et surtout, ayant un sens aiguisé de la justice. L'enfant se disait qu'un jour, il serait en mesure de se tenir debout comme son père. L'été 86 fut le début de la fin de ma plus intense traversée, celle d'un enfant né avec le sexe non construit ou scientifiquement appelé : *hypospadias*²⁴. Je vous invite dans le souvenir de la traversée d'un petit bonhomme en devenir.

Été 1986

Nous sommes en camping chez mon oncle Adalbert, dans les Laurentides. La chaleur est de la véritable soie pour le corps. L'odeur des feuillus, la couleur du ciel, la légèreté des échanges rendent ce moment tout simplement magique. Je sors de l'hôpital et toute sortie de cet immense édifice de brique me rend léger et espérant. Je ne veux plus jamais y aller. J'ai passé un bon nombre de jours à l'hôpital, ce printemps, où je me suis fait quelques potes. Je hais les hôpitaux, et pourtant je ressens cette nostalgie de la sortie sans trop savoir pourquoi. C'est peut-être comme ça que se sentent les hommes qui font la guerre et qui, paradoxalement, ont le désir de revenir à la maison et la nostalgie de l'aventure terminée... accomplie. Depuis l'enfance, je fais pipi comme les filles, assis et j'en ai honte. Cette honte m'habite depuis le début du primaire où les autres gars pissent « debout ». Je rêve d'être comme eux, je les envie en silence. On ne m'écœure pas trop à l'école. Mon frère me protège et mon père m'a dit de frapper en cas d'urgence. J'ai le cœur si doux et le poing si prêt ! À ma naissance, en 1977, le bassin de ma mère n'a pas supporté ma grosse tête. On a dû utiliser les forceps. Ce qui brisa ma mère et moi. Mon bassin et celui de ma mère sont tordus. Nous avons le bassin en commun. On remarque à ma naissance une non-différence de genre, c'est-à-dire que je ne suis ni garçon ni fille. Mon père, caché derrière la porte, pleure. Trois jours plus tard, je deviens enfin un garçon avec le sexe comme un kit

²³ Extrait tiré du livre « **Traversée d'homme** » Les éditions IBUNTU, 2018

²⁴ Anomalie de position du méat urinaire qui peut être situé soit dans le sillon balanique, soit à la face inférieure du pénis, soit sur le périnée avec absence de corps spongieux et de l'urètre en avant du méat urinaire.

Ikea. Tous les matériaux sont là, reste à rebâtir tout ça ! Commence alors un long processus d'opérations qui durera jusqu'à ce jour de juillet 86, le jour du pisseur !

Les opérations ont commencé très tôt. Déjà, à deux mois, on commençait les traitements. J'ai vu maints spécialistes et docteurs. Heureusement que ma mère veille sur moi. Mon ourson jaune ne me lâche jamais, il est toujours avec moi. Il est différent lui aussi, il est borgne. Mes mains sont tellement piquées qu'on m'installe le soluté dans le pied. Ma mère courageuse, de son silence réconfortant, me berce. Elle berce aussi d'autres enfants qui n'ont pas la chance d'avoir une mère toujours présente. À quatre ans, je passe près d'y rester. Une infection urinaire percute mon corps trop jeune. La fièvre est si vorace qu'on me met directement dans la glace. Un vague souvenir, tel un songe, me revisite parfois. Je suis dans un lit, je ne sens plus le froid ni la chaleur. Il y a des gens dans la chambre. Il y a un enfant dans le lit devant moi. Et d'un coup, tout chavire, les gens se retrouvent au plafond, le monde tourne devant moi et après... du noir. J'ai été transféré dans un autre hôpital, à Ste-Justine, Montréal. Je suis content, car dans celui d'avant, on a manqué de respect à mon petit corps. Ils ont essayé de m'insérer une sonde trop grosse pour mon urètre trop serré, sans le consentement de ma mère. C'est là, que j'ai rencontré la bête pour la toute première fois. Le premier moment où, par survie, j'aurais sans aucun doute tué de sang-froid. Mais le petit gars de huit ans a aussi goûté pleinement à l'impuissance. Drôle de moment où, paradoxalement, la puissance et l'impuissance se côtoient pour danser. À quatre pour me retenir, j'ai réussi à les lever, à me défendre, à me battre et à crier :

Je veux ma mère ! Svp !

Je veux voir ma mère !

À quatre, un pour chaque membre, mon jeune corps en émoi, abandonné, se déconnecte, est vaincu...L'écume à la bouche, mon sexe en sang, je suis devenu un chien. Quand ma mère a su cela, elle est devenue un fauve, je vous le dis ! Mais aujourd'hui, ce souvenir difficile est loin derrière moi. L'ambiance au camping est tellement cool. Mon père et mon oncle boivent une bonne 50 froide, se racontent des histoires de chasse et parlent de chars. Je porte encore le pansement de deux opérations, coup sur coup. Une première pour construire l'urètre et une seconde pour la plastie. J'avais une sonde qu'ils ont enlevée ce matin. Sans ce tube de plastique accroché à ma jambe, la vie prend une saveur de liberté indescriptible ! Dans l'après-midi, ma mère dit qu'il est temps d'enlever le pansement. Mon membre est cicatrisé, rouge avec du sang séché, un peu douloureux et des chatouillements qui annoncent la béatitude de la guérison. Ma mère me souffle un mot à l'oreille qui vient à moi comme la douceur d'un papillon sur une main accueillante. Elle me dit qu'il est temps de voir si tout fonctionne. Je repars jouer lentement avec ma cousine Annie. Le temps est porté par une brise légère, comme si les nuages et le ciel bleu rendaient grâce à nos jeunes vies. Je m'éloigne un peu, j'ai une soudaine envie. Je cherche un lieu pour faire quelque chose que je n'ai jamais expérimenté encore jusqu'à présent. Je l'aperçois ce lieu. Un énorme chêne qui se dresse devant moi comme une invitation. Oui, c'est ici. Je baisse ma braguette, sort ma nouveauté, le vent la chatouille. J'ai un doute. Le

réflexe de m'asseoir est présent... Et non ! Je reste debout. Et devant cet arbre, cet après-midi de juillet 86, comme le font mon père et mon frère, comme le font les hommes, je pisse un bon coup. Pour la toute première fois de ma vie, je me sens enfin un homme, **un vrai** !

4.1.2 Se légitimer comme homme

Quand un combat héroïque devient un mythe fondateur

Cyrulnik

En toute fin du récit du Pisseur, j'écris cette phrase qui résume le projet du jeune garçon en devenir : « *je me sens enfin un homme, un vrai !* ». Cette petite phrase prépare le terrain de mon aspiration d'enfant sans me douter qu'un jour, devenir un vrai gars serait un carcan insupportable et que le projet de construction identitaire en deviendrait un à déconstruire. J'ai voulu être un homme à la mesure des autres hommes de ma culture. Je voulais être comme eux et surtout être inclus dans leurs cercles. Pour Tremblay (2000), la masculinité peut se gagner et se perdre. Il dit aussi que « [...] de façon globale, être gai, être vulnérable, être malade, être tout simplement différent du stéréotype mâle, c'est courir le danger d'être exclu du titre d'homme, d'être considéré comme un sous-homme » (Tremblay, 2010, p. 106). Comme je ne voulais pas hériter du titre de *sous-homme*, titre que je m'attribuais de toute façon à moi-même, il m'a fallu répondre au standard de mon temps pour me tenir debout comme garçon : être vaillant, fort, sans larmes qui portent l'alcool, etc. Tremblay (2010) poursuit dans le même sens en expliquant que plus un homme tente de s'accrocher aux contraintes de la masculinité traditionnelle, plus il a tendance à cacher ses vulnérabilités. Alors que déjà dans ma culture les hommes ne pleurent pas, dans ma démarche de construction de genre, il m'a été doublement nécessaire de proscrire les larmes. Il m'a fallu non seulement mettre cette armure d'homme, mais aussi la forger plus épaisse que les autres, car au fond de moi, je partais avec deux prises²⁵

²⁵ Expression empruntée au baseball qui après trois prises est retiré. Partir avec deux prises, c'est partir avec des difficultés, c'est partir de plus loin avec beaucoup plus d'obstacles sur le chemin.

dans la vie en comparaison avec les autres garçons. Même si on me percevait comme un héros, je payais le prix d'une coupure de moi-même. Corneau (1989) résume en disant que : « Le héros est un candidat par excellence à la perte de l'âme, c'est-à-dire à la perte de rapports avec ses émotions » (Corneau, 1989, cité par Blondin, 1994, p. 225). Me couper de mes émotions fut un mécanisme nécessaire, le premier acte de ma socialisation au masculin. J'avais doublement besoin d'être courageux. Dans le récit du Pisseur, il y a ce moment où l'on veut me mettre une sonde ; je l'ai vécu comme un viol du corps. C'est le premier moment de ma jeune vie où pour la première fois, la rage s'est fait autorité et pour me défendre, je sentais que j'aurais pu tuer. J'étais submergé de colère pour masquer toute l'impuissance qui m'étouffait.

Heureusement, je n'ai tué personne, mais la trace de ce survivant est toujours présente. Tapi dans l'ombre, il rode comme un chien loyal et brutal. Il est mon gardien : plus personne ne fera de mal à ce petit corps. Un texte d'*Helsim*²⁶ résume bien le vécu de l'enragé. J'ai écrit ce texte inspiré des guerriers Berserker²⁷, aussi nommés « guerriers-fauves » à l'époque viking (Boyer, 1987). Lors de leurs transes, ces guerriers incarnaient une bête, habituellement un loup ou un ours. Se battant nus et recouverts seulement d'une peau d'animal, ils entraient dans une rage sacrée ayant un pouvoir de vie et de mort sur tout ce qui entravait leurs routes. Ce texte vient de mon alter ego artistique *Helsim le Scalde*. C'est du lieu de ma détresse, de ma rage, de l'enfant blessé que j'ai puisé cette poésie. C'est dans l'écriture et dans la performance que j'ai saisi celui qui chantait : l'enfant enragé aboyant du fin fond de l'ombre. L'artiste encore une fois était en avance sur ma compréhension, car il semble être le messenger des démons qui n'arrivaient pas à trouver une saine expression de leurs émotions.

Voici la poésie en question qui est devenue une chanson :

Le peau-de-loup

*Le peau-de-loup
Aux nerfs d'acier*

²⁶ Ce personnage Viking a été présenté au chapitre II

²⁷ Le berserker (en vieux norrois berserkr, pluriel berserkir) désigne un guerrier-fauve qui entre dans une fureur sacrée (en vieux norrois berserksangr, « marche, allure du guerrier-fauve ») le rendant surpuissant et capable des plus invraisemblables exploits.

*Ce guerrier fauve
D'une rage sacrée*

*Le torse nu
Haleine de fer
Ce hurleur tue
Aux cris de guerre*

*Au nom de Thor
L'homme Berserk
Transperce les corps
Terrasse la mort*

*Et le voilà
Ce fils-de-loup
Devant les portes
Du Walhalla !*

*Je n'ai peur de personne
J'incarne la rage c'est tout
Je suis la-mort-qui- façonne
Je suis un peau-de-loup²⁸*

Helsim (2016)

Aller à la guerre laisse des traces, des cicatrices. Si une telle épreuve fait ressortir des ressources encore non expérimentées jusque-là, elle réprime en contrepartie d'autres potentiels en soi créant « *l'ombre* » qui selon Monbourquette se définit comme ceci : « L'ombre, c'est tout ce que nous avons refoulé dans l'inconscient par crainte d'être rejetés par des personnes qui ont joué un rôle déterminant dans notre éducation » (Monbourquette, 2001, p. 11). Si mon courage est mon allié par la création d'un blindage pour me tenir debout, il en est tout autrement pour ma vulnérabilité, ma sensibilité, ma violence et ma honte qui se sont enfuies dans un lieu très loin des yeux de ma mère, des yeux de ceux qui m'admiraient et qui m'aimaient. Se blinder est admirable. C'est d'ailleurs le mécanisme de défense par excellence des guerriers, des hommes qui s'aventurent sur le champ de bataille. Comment en serait-il autrement ? Or ces mécanismes ont leurs limites comme tous les mécanismes de défense d'ailleurs, et à la longue ils s'érodent.

²⁸ Chanson tirée du CD d'Helsim, 2016.

4.1.3 Marcher sa peur

Seule la possibilité d'affronter la peur permet à l'homme de répondre aux questions de fond sur le sens même de son existence et de son inscription dans le monde.

Fabrice Midal

Il me semble difficile, voire impossible d'inscrire de nouvelles connaissances sans d'abord aborder la peur et son rôle fondamental dans ce processus de recherche. Ici, il n'est pas question d'étudier et de l'analyser telle une contrainte opérante au jour le jour, mais bien de l'envisager comme une information qui en cache une autre. La peur si nécessaire soit-elle me prive d'une partie de mes ressources en rendant difficile le chemin d'accès vers mon cœur. Mais avant toute chose, ce que l'on dit de la peur :

Au sens plus ordinaire, ce sentiment est l'émotion que nous ressentons lorsque nous nous sentons menacés ou prévoyons une situation périlleuse. Ce n'est pas ce qui se produit dans le présent qui nous inquiète, mais ce qui pourrait survenir dans un avenir plus ou moins rapproché. [...] On découvre alors que la principale difficulté n'est curieusement pas la peur elle-même, mais la manière dont nous la fuyons. Sans même nous en rendre compte, nous sommes prêts à nous mentir pour éviter de l'éprouver. Mais plus nous la fuyons, plus nous restons conditionnés par elle. (Midal, 2005, p. 64)

Toujours selon (Midal, 2005), la peur est un cadeau ! Or comment faire de ma peur un cadeau alors que je me condamne à la fuir ? Comment changer mon rapport à la peur pour qu'elle devienne source de vitalité et non une sécheresse de l'âme ? La peur est une création de moi-même à partir de mes lieux blessés et ne cherche que ma protection ; elle est une réaction face au danger. Et si plutôt que de la fuir elle avait besoin qu'on s'approche d'elle pour en être curieux et l'accueillir comme faisant partie de nous car la peur semble-t-il a besoin d'être ressentie. Nombre d'hommes tels que moi fonçons au-devant d'elle dans l'action pour la fuir. Ainsi : « en sa racine profonde, la peur est rapport à une ouverture que nous pensons ne pas pouvoir soutenir. » (Midal, 2005, p. 85). Et quand par bonheur cette

ouverture à la peur agit, elle laisse dans son sillage la trace d'un chemin vers son cœur d'homme, son cœur d'humain. Pour Chögyan Trungpa :

Être courageux veut dire ne pas avoir peur, ou alors retourner les coups que l'on reçoit. Mais le véritable courage est le produit de la tendresse. Il survient lorsque nous laissons le monde effleurer notre cœur, notre cœur si beau et si nu. Nous sommes disposés à nous ouvrir, sans résistance ni timidité, et à faire face au monde. Nous sommes disposés à partager notre cœur avec les autres. (Chögyam Trungpa, 1990, p. 48)

Il est de ma responsabilité de rencontrer et non de fuir cette peur parce que : « L'homme est libre lorsque, loin de se défaire de sa peur, de l'oublier, il apprend à l'habiter. Là où la peur est éprouvée, l'au-delà de la peur apparaît. C'est une étonnante découverte. » (Midal, 2005, p. 90). Pourtant mettre de l'avant l'artiste et son enseignement me paralyse. C'est lorsque que j'ai réussi à mettre des mots sur mes expériences que la clarté m'est apparue : *je vis de la honte*. Parce que « La honte engendre la peur. Elle réduit à néant la tolérance à la vulnérabilité, et par conséquent tue l'engagement, l'innovation, la créativité, la productivité et la confiance. », selon Brown (2015, p. 221). Ma peur cache ma honte, et plus particulièrement l'expression de ma vulnérabilité et l'expression de mon cœur. Ce précieux cadeau de la peur renferme les éléments nécessaires à ma compréhension de ma fermeture, de ma privation de mes ressources ! C'est à une réactualisation de mon rapport à la honte que m'invite le prochain pas.

4.1.4 La socialisation au masculin source de ma honte agissante

Le désir est l'essence de l'homme.

Baruch Spinoza

Avant d'aller plus loin, voilà comment le nouveau Petit Robert 2010 définit la honte : « *La honte est un sentiment pénible de son infériorité, de son indignité ou de son abaissement dans l'opinion des autres* ».

J'ai une tendance à me vivre étiré entre un sentiment d'infériorité en comparaison avec les autres hommes et un sentiment de grandeur face à l'accomplissement de mon épreuve. Je suis *l'enfant-guerrier-héroïque* et parallèlement *l'enfant-blessé-honteux*. Entre les deux, une zone de mouvance entre foncer dans la vie à partir du héros et me fuir à partir du honteux ce qui laisse place à une loupe anxiogène interne entre foncer et fuir, entre le guerrier et la « *tapette* »²⁹, entre le vivre et le mourir ; un écartèlement inconfortable qui a un grand besoin de rapatriement. Alors, comment habiter de nouvelles manières d'être au monde ? Ma honte agissante poursuit cependant son objectif : me prouver *mâle* face aux autres hommes pour m'inclure dans cette masculinité sociohistorique³⁰. Cette honte alimente ce non-désir d'être perçu comme une femme, c'est-à-dire d'avoir des comportements associés à ce que la culture qualifie de féminin.

Et si en plus dans ma conquête de la mâlitude, on m'a encouragé en me disant : « *Simon va faire quelque chose de grand dans sa vie* », où s'arrêtera l'idée de conquérir une grandeur d'accomplissement sans fin ? « Qui cherche la perfection se condamne à l'angoisse et à la culpabilité perpétuelles » (Gougoud, 1995, p. 243). J'ai voulu devenir cet homme parfait, ce héros sans faille. Alimenté par ma petitesse honteuse, n'ayant d'autre moyen pour grandir qu'un regard tourné vers l'extérieur, l'intériorité sensible m'étant inaccessible, une croyance sous forme de projet prit forme : « *je suis celui qui peut sauver le monde* ». Et le sauver d'une manière masculine c'est-à-dire dans l'action, dans le *faire*. Entretenir ce genre de croyance, c'est se condamner véritablement à l'échec en permanence, à l'insatisfaction, à la frustration, à la tristesse et finalement au désespoir. J'ai l'impression que l'enfant a pris sur ses épaules, tel un homme, la souffrance de ses pairs et surtout celle de sa mère pour éviter de les voir tristes. Vouloir sauver le monde, c'est un désir naïf, mais un désir quand même. La question n'est pas de supprimer ce désir, mais de le sublimer vers un autre objet en s'approchant au plus près des désirs de l'enfant. Pour Heidegger (1958) : « l'homme est appelé à faire grandir sa conscience d'être dans le

²⁹ Une insulte homophobe qui était utilisé dans mon milieu pour nommer avec violence le refus du féminin ainsi que la supériorité indiscutable du masculin sur le féminin. Ce mot disait aussi l'interdiction pour un homme de paraître efféminé ou de manifester n'importe quel comportement ou caractéristiques qu'on attribue d'ordinaire aux femmes, jugés définitivement indésirables pour un homme traditionnel

³⁰ Une masculinité qu'on dit aujourd'hui être toxique.

monde, à retrouver en quelque sorte son origine avant que sa personnalité n'accapare sa conscience et le maintienne séparé de l'être-là » (Rochon, 2011, p. 36).

4.1.5 La socialisation au féminin source de mon désir de sainteté

Je crois que ce que je nomme poétiquement comme un désir de sainteté est une soif d'absolu, une soif d'amour et de tendresse, un désir de prendre soin *du cœur au cœur de la vie*. Si je m'appuie sur les travaux du philosophe Spinoza, au début de son œuvre maîtresse *L'Éthique* (1677), je dirais que dès mon jeune âge, en amont de ma socialisation au masculin, j'avais l'intuition de ce qu'il appelle le *Dieu Cosmique*. Spinoza, envisage la notion de Dieu comme la « substance » qui anime tout ce qui est.

En, effet, l'enfant souvent malade que j'étais, qui était sous protection de sa mère a été initié assez tôt dans son enfance à la spiritualité. Nous avions ma mère et moi comme son entourage une référence à *quelque chose de plus grand que nous*, pour nous soutenir dans l'épreuve. Très jeune, je savais déjà distinguer cette voix à l'intérieur de moi qui me semblait juste, bienveillante et *à proximité*. Je faisais cette expérience de n'être jamais seul, même dans mes moments d'extrême solitude à l'hôpital. Ce sont les femmes de ma culture qui m'ont initiée à ce regard sensible sur la vie et sur ma vie. Je n'ai pas d'autres mots que ceux de Christiane Singer en parlant de ces femmes narratrices montant la garde aux sources de la parole. Je peux dire simplement :

Qu'elles étaient les gardiennes du rite ancien, de la première histoire qui font toute société, en « réactualisant le temps primordial », en renouvelant ce que le temps a usé ! Prêtresse haute et lumineuse des femmes et des mères et des amantes. Elles disent des mots qui mettent au monde. (Singer, 2001, p. 113)

Voilà le genre de femmes qui m'ont éduqué. Il y a d'abord eu ma mère par sa foi sans relâche en ma guérison et aussi mes grand-mères qui faisaient des neuvaines lors de multiples épreuves dans mon processus d'opérations. Pour leur part, les hommes participaient à la guérison dans l'accueil, la place qu'ils me donnaient dans le cercle

masculin en m'initiant aux attributs qui y étaient inscrits. Malheureusement il n'y avait aucune traduction entre ces deux mondes. Le monde auquel j'étais initié avec les femmes au cœur de mon épreuve, était caché aux hommes qui m'attendaient dehors une fois que j'avais traversé mon épreuve.

Ils étaient à distance les hommes. En périphérie, ils restaient là, gardiens du clan par une loyauté sans équivoque. Je réalise en écrivant ceci, combien cette double socialisation a installé une forme de division à l'intérieur de moi. J'avais en fait des désirs contradictoires qui me maintenaient dans une forme d'étirement intérieur... Je voulais à la fois devenir *un vrai homme* tel que prescrit dans ma socialisation au masculin, tout en ayant cette *soif spirituelle inassouvie* chevillée au corps.

Ça prend toute une communauté pour accompagner la guérison, ce qui revient à dire que : « parler de résilience en termes d'individu constitue une erreur fondamentale », (Cyrulnik, 2018, p. 261). Prendre soin du cœur-au-cœur-de-sa-vie, c'est prendre soin du cœur au cœur de sa famille, de sa communauté et de son clan. Cet élan rejoint en quelque sorte *l'éthique du Care* qui préconise comme valeur principale le *prendre-soin-du-monde*, comme le rappelle avec justesse Marjolaine Laroche (2018).

D'après Martine Aubry (2010) il va sans dire qu'il : « faut passer d'une société individualiste à une société du *care*, selon le mot anglais que l'on pourrait traduire par "le soin mutuel"³¹ ». Cette société s'individualise autant à l'extérieur qu'à l'intérieur et offre, non pas des conditions pour grandir, mais des conditions de renfermement sur moi-même par la distance grandissante entre les humains. Prendre soin de son cœur et du monde, c'est alors se mettre en relation avec lui, avec le monde et mettre en évidence les parties de moi qui s'opposent : la socialisation masculine comme apprentissage d'être homme de mon époque et ma socialisation féminine comme apprentissage d'une intériorité non dévoilée.

J'ai le sentiment que ma quête artistique est une quête infinie de réconciliation de ces deux parts de moi, une quête d'apaisement de cette guerre intérieure entre un masculin socialisé et un rejet du principe féminin. C'est ainsi que dans le cadre de ce mémoire, la figure de l'artiste m'apparaît comme incontournable.

³¹ Médiapart, 2 avril 2010.

Véritable messager de l'âme, ou du Soi c'est-à-dire l'imago Dei (image de Dieu), l'artiste exprime par son cœur son désir originel d'unification qui répond davantage au projet de réalisation du *Soi* en concurrence au projet d'épanouissement du *Moi*. Ici l'artiste est celui qui m'aide à mon insu à dépasser ma socialisation au masculin et à mettre au monde l'*anima*.

4.1.6 Skaldborg

On est déjà toujours, en fait, celui qu'on cherche et qu'on voudrait devenir. Le moteur qui met en marche la recherche est le recherché lui-même.

K.G. Durckheim

Risquer la liberté c'est risquer d'être vivant, et ce risque du vivant n'est pas dans la fuite effrénée, mais plutôt dans l'acceptation d'embrasser ce que nous avons toujours cherché à fuir.

Fabrice Midal

Je voudrais ici inviter l'artiste par le biais de cette chanson *Skaldborg* qui incarne si bien ce que je tente de nommer dans les lignes qui précèdent. Titre traduit en vieux Norrois³² par *mur de bouclier*. On raconte que le mur de bouclier était pour les guerriers scandinaves de l'époque de l'an mille une stratégie militaire qui consiste à emboîter les boucliers des combattants l'un dans l'autre pour améliorer l'opacité des défenses. Cet hymne guerrier, c'est un chant de force, de motivation et de courage pour stimuler les troupes vers les combats futurs, et mettre en échec la peur de la mort. La finale de la chanson qui se trouve à être le couplet 6 et 7 est une chute, un revirement. J'ai moi-même été pris par surprise par cet inattendu, ce mouvement de l'extérieur vers l'intériorité. Voici le texte qui se retrouve sur le CD d'Helsim le Scalde, produit en 2016.

³² Le vieux **norrois** (ou **norrois** vieil islandais) correspond aux premières attestations écrites d'une langue scandinave médiévale.

Skaldborg³³

1. *Êtes-vous prêts guerriers ?
À brandir boucliers
Êtes-vous fier de votre sang
La tanière de votre clan*

Refrain :

2. *Nous sommes maillons de chaîne
L'un dans l'autre engagé
Prêt à chimer de sa chair
Le mur de bouclier*

3. *Soyez l'œil de votre frère
Soyez un cri de guerre
Soyez comme le roc
Bien plus lourd que l'Europe*

4. *Sur le champ de bataille
Les loups forment muraille
Les gardes dans une cadence
Pointant devant leurs lances*

Refrain

5. *Les massifs coups de hache
Les bouts de bois arrachent
Notre mur est trop fort
Notre courage s'fout d'la mort*

Refrain

6. *Chacun a sur le cœur
Un mur qui cache ses pleurs
Amis guerriers je vous dis
Ce mur on paie le prix*

7. *De retour à maison
À chérir tes enfants
Jette tes armes mon frère
Il faut mourir sa guerre*

³³ Tirée du CD de Helsim 2016.

Mourir sa guerre, c'est mourir de sa vieille forme, sa vieille identité d'homme en recherchant davantage la reliance et l'accueil plutôt que de défendre coûte que coûte ses acquis expirés. Mourir sa guerre, c'est retrouver une paix intérieure. C'est se raccorder avec divers éléments de son existence. À cet égard, je suis un artiste qui joue d'une multitude d'instruments et pour résonner à leurs paroxysmes, ils ont besoin d'être accordés. Et ce *corps-qui-marche*, est-il accordé comme il le souhaite ?

Toute cette mémoire accumulée, recouverte, cachée dans les strates, empêche la vibration, la musicalité de mon corps. On dit en Allemand d'un mauvais instrument qu'il a un "loup". De même du corps et de certains registres de la mémoire qui le raidissent, le contractent, le rendent inapte à résonner librement. Un mauvais instrument a ses "loups" ; un mauvais corps a ses obsessions, ses zones maudites ou il résonne lugubrement. (Singer, 2001, p. 116)

Ces « loups » dans le corps, ceux qui me protégeaient du danger, me protègent désormais de ce dont j'ai besoin aujourd'hui : de justesse, de musicalité et de résonance pour ne nommer que ceux-là. Ces « loups » ne servent plus mon **gaefa** (Boyer 2002) ou destin. Le gaefa c'est « le destin en quelque sorte insufflé par les puissances à la naissance d'un homme, individualisé et pris en charge » (Boyer, 2002, p. 357). Je ne sens plus le besoin de me tourner vers le ciel comme quand j'étais enfant, mais bien plus vers la terre, ma terre et ses profondeurs : m'incarner avec ce corps. « L'itinéraire de la sagesse ne sera donc pas une ascension vers le ciel ou l'au-delà indicible, mais un approfondissement de l'existence elle-même, dans notre monde unique, la nature » (Misrahi, 2005, p. 54). Et c'est vers cette nature au sens propre que se poursuivrait mon chemin vers cette mort symbolique, d'apprendre à mourir ma guerre, pour enfin naître à mon intériorité.

4.2 Initié à la quête de vision

En 2005, alors âgé de 27 ans, j'effectue un stage universitaire inattendu à la Montagne Ronde située à St-Valérien tout près de Rimouski dans le Bas-St-Laurent. Ce cours changera à jamais ma façon de voir le monde, d'y habiter et de m'y investir. Ce stage

inspiré des rites amérindiens d'Amérique est appelé : *quête de vision*. Concrètement, qu'est-ce qu'une quête de vision ? Paule Lebrun (2013) la décrit comme ceci :

La quête de vision est un rite de passage amérindien basé sur une mort et une renaissance symbolique. C'est une des plus anciennes cérémonies chamaniques pour trouver une guidance spirituelle et renouveler le sens de sa vie. La quête de vision traditionnelle consiste à se retirer en nature sauvage pendant quatre jours et quatre nuits, et à jeûner. C'est un temps de communion profonde avec les forces fondamentales de la vie et des énergies spirituelles de la création. Durant ce temps de fusion avec les éléments naturels et d'intense communication avec les esprits de la nature, une personne peut recevoir des révélations profondes sur elle-même et sur la nature de ce monde. Traditionnellement, ces révélations viennent sous forme de rêves ou de visions liées à la destinée à et la mission de vie du questeur. (Lebrun, 2013, p. 18)

Une quête de vision, c'est un processus de groupe d'une dizaine de jours en forêt accompagné par un guide expérimenté. Pendant ces dix jours, nous expérimentons divers rituels. Le moment le plus important reste le solo de 3 à 4 jours où nous irons seul en forêt sans nourriture, seulement avec de l'eau, un journal de bord et un nécessaire pour dormir. L'écriture d'un journal de bord est recommandée pour garder la trace de notre expérience. Voici donc le récit de ma première quête de vision, réalisé en 2005.

4.2.1 Récit de Quête

Dans le milieu de la nature, par contre, les questions deviennent spontanément plus contemplatives, plus philosophiques et poétiques, elles ne se formulent pas, mais s'éprouvent.

Pierre Bertrand

Les Indiens n'imaginent pas qu'enseigner revienne à transmettre des idées, il s'agit plutôt de permettre l'expérience et d'accompagner l'émergence du sens.

Pascal Galvani

Pour mieux saisir mon expérience et en avoir une compréhension plus approfondie, je vous présente des bribes de mon récit de quête de vision, écrit en 2005. Elles illustrent l'importance et l'influence que cette expérience a fondée dans ma vie, celle d'un homme en questionnement fondamental sur l'actualisation de son devenir humain vers une nouvelle forme d'humanité. La bribe qui suit se passe lors de mon solo en forêt. Elle tente d'illustrer du mieux que possible une expérience périlleuse à raconter. Autant il peut être difficile de décrire un orgasme, autant il est difficile de décrire ce moment pour en retirer toute la saveur.

*Il vient un temps pendant le solo où la confusion entre les deux mondes fait son œuvre et prépare le terrain à une nouvelle façon de voir. Après un certain temps, l'environnement change, la vision de la réalité se transforme, s'altère. L'arbre n'est plus un arbre. Désormais, il s'appelle **l'allié** et un autre **le-guide**. Le vent n'est plus un bruit, une habitude sonore ignorée, mais une musique épatante pour tous ceux qui y tendent l'oreille. Les papillons me guident vers les pierres immobiles, qui m'émerveillent. Je chante pour les arbres et ils m'écoutent. Le juge intérieur n'est plus. Voilà un bel enseignement des arbres : voir sans jugement. Je ne me sens plus comme une machine humaine, comme un être déconnecté du vivant. Je me sens en symbiose avec tout, je vois en l'aspiration de la nature humaine. Je ressens quelque chose qui est déjà en moi et qui existe au-delà de par mes ancêtres. Je le redécouvre. **Au fond de mon cosmos, j'entends mon âme, je ressens la pulsion du vivant.***

(Journal de quête, mai 2005)

Ce qui est surprenant pour le quêteur, c'est ce changement de rapport à la vie, aux créatures vivantes végétales et animales qui l'entourent. Les arbres ne sont plus des troncs inhabités, ils prennent vie. J'expérimente cette impression que je ne suis plus seul en nature. À vrai dire, je me sens *la nature* et je prends conscience à l'instar de Spinoza (1677) que « l'être humain n'est pas dans la nature *comme un empire dans un empire* » (Lenoir, 2017, p. 153). L'humain fait partie intégrante de son milieu naturel et ne se positionne plus au-dessus d'elle : il est la nature. Et c'est véritablement un sentiment de joie immense que j'éprouve dans cette expérience. D'ailleurs Lenoir (2017) en vulgarisant Spinoza (1677) raconte que la joie la plus pure vient quand nous avons appris à accorder notre nature avec la nature. C'est exactement cette expérience que je vis au contact du monde sauvage dans ce stage, comme un écho d'une profondeur connue par l'innocence de l'enfance ou par les

raccourcis employés par les champignons magiques³⁴. J'avais l'impression de retrouver le désir de ma nature dans la nature ; *prendre soin du cœur de ma vie au cœur de la vie*. Un désir de l'innocence inscrite dans l'ADN³⁵ des humains, inscrite au cœur de l'âme ou du Soi. Je rappelle que selon Jung (1939, p. 399) : « le Soi est l'archétype royal de toute la personne ; le Soi est la totalité et la finalité de la psyché, le Soi est l'imago Dei (image de Dieu), le dieu en nous ». Si cette expérience a une saveur de réconciliation, elle sera pénible au retour à la normalité. L'écart de l'homme qui se vit librement en nature ne concorde plus avec les standards masculins socialement acceptés. Performer le genre revient à marcher les exigences des hommes et des femmes de notre culture. Et dans notre monde, les arbres ne parlent pas. Ils sont davantage catégorisés en pied linéaire à la vente, que des êtres dotés d'une âme. La magie disparaîtra avec la joie, le rationnel revenant au galop, le cœur coupé de sa nature et à soi-même. Je revivrai ici la même rupture que celle que je vivais dans mon enfance, quand après l'épreuve médicale je devais quitter le monde soignant des femmes pour rejoindre celui des hommes.

En début de stage, nous devons choisir un lieu où nous allons jeûner et qui nous interpelle profondément. J'ai marché à la recherche du mien. Dans mon lieu se trouvent deux énormes arbres qui me tiennent compagnie. Leurs branches leur donnent l'allure de deux danseurs animés ; ils sont les veilleurs de la forêt. Il me rappelle les *Ants*³⁶ dans la trilogie du Seigneur des Anneaux. Je les baptiserai *Le-Guide* et *L'allié*. Ils représentent mes deux grands-pères (Félix et Raymond) décédés. Je les entends. Je ne les entends pas avec mes oreilles, mais à partir d'un autre lieu. Ce lieu où *Myriam de Magdala* ou Marie-Madeleine fera la rencontre de Jésus de Nazareth, l'enseigneur ressuscité : « Bienheureux, toi qui ne te troubles pas la vue. Là où est le nous, là est le trésor » (Leloup, 1997, p. 138). De ce lieu, ce « nous », de ces conversations entre moi et les arbres naîtra l'enseignement qui changera mon rapport aux vivants, se rapprochant des éléments de ma vision. L'enseignement des arbres est d'abord un nouveau rapport à tout ce qui vit en nature et aussi l'apprentissage de la compassion explicité un peu plus loin dans le texte.

³⁴ Le terme « champignons magiques » désigne les champignons qui contiennent des hallucinogènes, généralement de la psilocybine et de la psilocine : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/dependance-aux-drogues/drogues-illicites-et-reglementees/champignons-magiques.html>

³⁵ Acide désoxyribonucléique ou ADN est une macromolécule biologique présente dans toutes les cellules

³⁶ Arbre géant marchant et pensant dans *Le seigneur des anneaux* de JRR Tolkien.

Lors de ce moment de solitude où l'homme se retrouve face à lui-même et à son appartenance au grand tout, le quêteur est à l'affût de la signifiante du monde, émanant de soi. Dans ce contexte particulier se manifeste par l'univers symbolique et d'association auquel acquiesce le quêteur, une voie d'ouverture sur un sens élargi de la compréhension de lui-même et du monde. Il me semble cohérent de présenter deux autres moments fondateurs inscrits dans mon journal de quête. Ces deux moments se succèdent dans la chronologie et dans la compréhension ; l'un facilitant la compréhension de l'autre. Le moment présenté est un dialogue entre moi et les deux arbres. L'un des arbres a une grosse branche brisée. De loin, on pourrait croire qu'il a perdu son bras. Il représente mon grand-père Félix. Félix, c'est mon grand-père que je n'ai jamais connu, il est décédé avant ma naissance. Après avoir contracté la poliomyélite quand il était jeune, son bras gauche s'était retrouvé paralysé de l'épaule au poignet. Sa vie sera marquée par la trahison, la frustration faisant de lui un homme rude et loyal. On raconte qu'il avait une voix hors du commun. Sans le connaître, j'entretiens dans mon cœur une forme de retenue et de mépris envers lui. Voici le dialogue :

*Je me colle l'oreille sur l'arbre, le **Guide** et j'attends. Aucune question ne m'habite, mais j'attends quelque chose. Après un certain temps, l'arbre me parle. Il me nomme le prochain enseignement : qu'il me faut apprendre la compassion ! Je lui demande de m'expliquer la compassion. Il garde le silence. Je me tourne vers l'**Allié**, l'arbre au bras cassé et me colle sur lui. C'est à ce moment que j'ai commencé à l'aimer ce grand-père à l'allure sévère et au cœur endurci. Ce grand-père, lui aussi portait un lourd handicap, une grande frustration. À ce moment-là, j'ai compris ! J'avais du cœur pour lui, de l'espace se créait à l'intérieur de moi, laissant mes jugements se diluer. J'ai de la compassion pour mon grand-père et pour le petit-en-moi. Mes yeux se remplissent d'eau, l'espace s'agrandit, quelle beauté !*

(Journal de quête, mai 2005)

J'apprenais de manière expérientielle la compassion avec mes amis les arbres. Je vais vous inviter dans un deuxième moment pour une meilleure conclusion de ma compréhension par la suite. Lors du solo nous sommes invités à nous construire un cercle de pouvoir. Rochon (2011) nomme bien l'importance du cercle par sa figure symbolique qui marque la participation affective de l'individu non seulement dans sa communauté, mais aussi faisait partie du monde naturel. Que ce soit la représentation du cosmos, la roue

de médecine, la figure circulaire sans fin du cycle de la vie, il invite le quêteur dans la responsabilité de sa vie à entretenir un lien pacifique et égalitaire avec ses parents naturels. Ainsi, dans ce cercle, lors du troisième jour de jeûne, je demande l'essence de mon pouvoir, ce qui se cache dans la singularité de mon essence et voilà la réponse :

*Dans mon cercle de pouvoir, je demande aux deux arbres grands-pères de me dévoiler un pouvoir, mon pouvoir. Je fais cette prière, cette demande, un souhait avec cette intention claire. Et soudain, à la vitesse de l'éclair, cette réponse soudaine : **ton cœur !** Pour le reste de ma vie, je marcherai du mieux que je le peux un chemin de cœur !*

(Journal de quête, mai 2005)

Ce moment est fondateur. Ce pouvoir du cœur sera désormais le gouvernail de ma vie pour la suite de mon existence. C'est à partir de cette expérience intime que s'inscrit dans mon cadre théorique le concept du cœur. Cet épisode suggère à l'initié un chemin qu'il pourra emprunter, choisir et s'engager. Ce choix porte une grande responsabilité face à l'apprentissage de ces nouveaux rapports au monde. Le quêteur ne pourra plus agir par simple ignorance, mais sera le disciple de l'ignorance sachant que seule l'issue de marcher sa vision avec foi, l'invitant à perdre ses repères et ses croyances, sera salvatrice à son devenir humain. Le cœur, c'est la porte d'entrée vers le début de mon processus d'individuation, vers cette marche du vrai gars à l'homme vrai, vers celui qui ouvre les voies de passage à la libération du genre performé. Cet appel du cœur est le premier pas vers mon Anima.

Mille chemins existent, mais celui-là, en l'occurrence celui du cœur, sera singulier aux aspirations du quêteur. Cet épisode me rappelle ce livre de Paulo Coelho, *L'alchimiste* (1988). J'avais trouvé ce livre lors d'un heureux hasard dans mes années de cégep. Il trainait là par terre, à attendre le prochain lecteur/quêteur. Je l'ai lu avec avidité. Ce roman philosophique raconte l'histoire d'un jeune homme en quête de sa légende personnelle. Il fera la rencontre de l'Alchimiste, un sage bienveillant. Il y a ce moment dans l'histoire où le jeune homme demande à l'ancêtre : « Pourquoi devons-nous écouter notre cœur » ? Et le vieil homme lui répond : « parce que, là où sera ton cœur, là sera ton trésor ». ³⁷ Le cœur

³⁷ Coelho Paulo, *L'alchimiste*, les Éditions Anne Carrière, 1995, Edition illustrée par Moebius, p. 171

semble être le tiers inclus dans le processus d'individuation. Selon Edgar Morin et cité par Stéphane Lupasco (1951), le tiers inclus est une transgression logique nécessaire, inséparable du principe dialogique. Cela veut dire que l'objet comporte en lui son propre antagonisme, sa propre multiplicité : « *je suis moi et je ne suis pas moi* ». Le cœur participe par son espace infini à unir et accepter par amour les diverses parties de soi sans en rejeter aucune, ce qui participa à la diminution l'écartèlement de la dualité. Le cœur en présence est le témoin, l'espace, le contenant, tenant bien haut son ultime bannière : l'amour !

Finalement lors de cette journée de solo, je demanderai à la nature un nouveau nom. Et quelle surprise d'entendre : *chant apaisant* ! Ce moment, c'est le début d'un processus de légitimation comme ayant une *voix* à partager et sans trop le savoir, le début d'un artiste-devenant. En forêt, j'écris cette chanson que je chanterai à mon alliée de quête, une autre quêteuse, Sylvie, qui fondra en larmes. Comment se peut-il que mon chant touche autant les autres? Il me faudra du temps pour me sentir le cœur chanté, trop encabané dans ma honte. À partir de ce moment, impossible de faire demi-tour, ma voix prenait enfin une forme unique à moi-même et était reconnue par les autres dans un stage où l'authenticité était mise de l'avant. Je n'avais d'autre choix que de croire mes alliées de quête, leurs *Âmes-cœurs* me faisaient du bien. J'ai écrit ces trois premiers couplets en forêt. Ils seront le début d'une expression du cœur par l'artiste.

Sur le charme que je suis

Brume de rêve au fond du puits

Cette hargne qui méprise

Tous les fous et leurs folies

Grâce cancer de cette terre

Je peux de grâce humer la chair

Mon cœur affrontera la guerre

Pour vous mes filles

Pour toi ma mère

Je pleure le feu du fou sans âme
Le seuil d'un dieu tout démoli
Le sang du diable qui m'enflamme
Fable d'espace
Fable de vie

Lors de ce stage, j'ai été initié à l'un des rituels les plus intenses et magnifiques auxquels j'ai eu la chance de participer : **la loge de sudation** ou sweat lodge. Concrètement, la loge s'apparente à un dôme avec des peaux d'animaux et des toiles tenues par des arbres flexibles. Au centre, un trou est creusé pour y accueillir les pierres chaudes. Ce dôme rappelle symboliquement le ventre de la mère-terre. Un gardien du feu supervise le brasier et sera le seul en mesure d'apporter les roches chaudes dans la loge entre les séances de prières. Un animateur aura la responsabilité du rituel. Dans la façon dont il m'a été donné de l'expérimenter, la porte est à l'Est. D'ailleurs, la loge est construite pour s'aligner aux quatre points cardinaux. Les quêteurs entrent à quatre pattes allant vers la gauche et en clamant avant d'entrer : « **Avec-toutes-mes-relations** » ! Par la suite, quatre tours de prières se succéderont. Le premier tour est une prière pour soi. Le second sera pour les autres, le troisième pour la terre et enfin le dernier pour l'éternel. Voici un tableau pour bien saisir la forme du rituel de la loge de sudation.

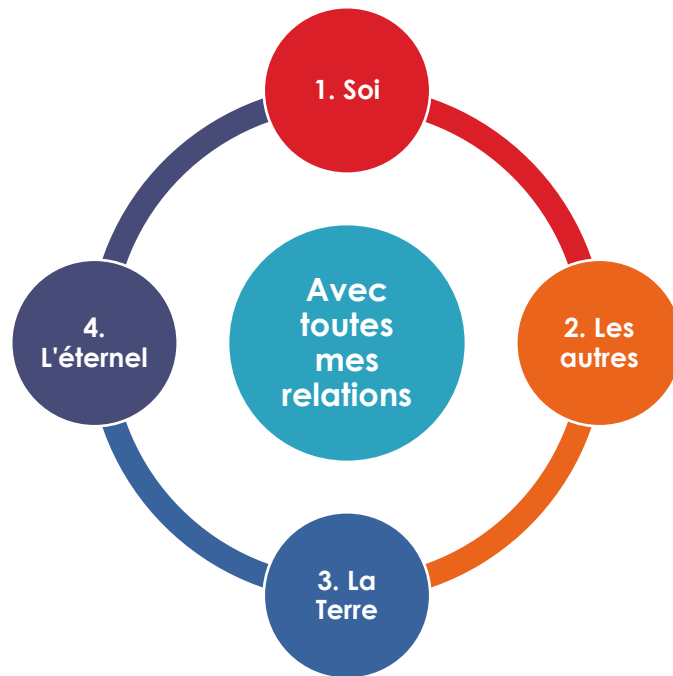


Figure 9 : Les 4 tours de prière de la loge de sudation, version de Mire-ô B. Tremblay

Il me semble pertinent de présenter ce rituel dans cette recherche, mais d’abord, pour mieux illustrer le vécu dans ce genre d’expérience, voici un court extrait d’un *je me souviens* datant de 2013 où j’ai été initié à mon tour à l’animation de la loge :

*Je sens le tambour dans ma main gauche comme un organe de mon corps qui se relie à ma voix et qui semble avoir une pensée singulière, plus près du cœur. Les participants prient à tour de rôle et voilà mon tour, voilà ce pour quoi **je suis**. Je chante maintenant à la terre, et je lui chante ce chant : « Ô terre, ô terre, entends le chant de tes enfants ». D'une voix profonde qui ne semble pas la mienne, comme un chant de l'ailleurs : je-chante-le-chant-de-l'âme-souveraine. Je chante des vers pour cette terre, pour tout ce qui marche dessus. Et je demande à la Terre : qu'as-tu besoin ce soir ? Et spontanément, d'une clarté foudroyante, elle me répond : la joie ! Je chante alors un chant-de-joie, le chant-de-l'enfant. L'énergie se déploie et tous chantons cette joie, devenons de la joie pure. Si la transe m'était perçue comme un état de déconnexion, ma transe aujourd'hui est plutôt l'inverse ; je suis en fait branché sur le 220 volts, groundé à la terre, à ma terre ! Le chant est d'une puissance, je suis puissant et en même temps si petit. Nous terminons ce chant ensemble comme si nous faisons l'amour à la terre tel un orgasme spirituel et c'est joyeux. Que de gratitude pour ce moment.*

(Journal de quête, septembre 2013)

La loge de sudation a été un lieu révélateur d'abord par l'apparition de l'artiste/ritualiste qui, appuyé sur une autorité au-devant de lui, révèle des savoirs, des besoins et des possibles de *l'âme/Soi intégrateur*. Appuyé par mon chant et mon tambour, ce lieu rituel porte toutes les conditions pour que l'égo puisse laisser place à cette âme souveraine résonnant avec l'âme-du-monde. « Connais l'âme du monde et tu connaîtras ton âme, connais ton âme et tu connaîtras l'âme du monde » (Edgar Morin, 1970, p. 242). Un autre élément important se révèle dans cette expérience : l'actualisation de notre rapport aux relations que l'on entretient, si ce n'est que de prendre conscience que nous sommes toujours, à tout moment en relation. L'artiste/ritualiste porte l'autorité du rituel qui se déroule en groupe et qui active des interactions nouvelles avec les 4 éléments de prière décrits précédemment. L'artiste ne peut donc aller plus loin que ses qualités de rapports aux relations qu'il entretient avec ces 4 éléments de la loge et n'a d'autre choix que d'actualiser ces rapports relationnels pour laisser un peu plus d'espace à l'expression de l'âme et par le même fait, au dépouillement de l'identité. Ce rituel met alors en perspective l'éloignement des humains dans une société individualiste, de compétition, sans remarquer que trop souvent leur mal-être résulte de leurs propres comportements à *s'agir* seul dans un monde qui est dans un énorme besoin de proximité, de collectivité et d'humanité.

4.2.2 Le fils d'Yggdrasil

J'étais si heureuse dans la foule, la foule verte de la forêt, avec la peur de perdre et la crainte de me retrouver.

Jacques Prévert

Avant de vous présenter la pièce qui va accompagner ma synthèse de sous-chapitre, j'ai besoin de situer historiquement le titre de la chanson. La chanson titre de l'album de Helsim s'intitule *Le Fils d'Yggdrasil*. Yggdrasil c'est : « l'Arbre Monde dans la mythologie nordique. Son nom signifie littéralement "cheval d'Ygg" ou "destrier du Redoutable", le Redoutable (Ygg) désignant le dieu Odin » (Derolez, 1962, p. 221). Sur lui reposent les neuf royaumes, dont la terre ou *Midgard*, le royaume du milieu. J'ai écrit cette chanson

quand j'ai vu un immense peuplier derrière la demeure de ma sœur à Price. L'arbre était énorme et sa proximité m'a inspiré. Ces arbres immenses semblent détenir un savoir, une sagesse, et l'idée qu'il était le Fils d'Yggdrasil m'a effleuré l'esprit ; une chanson est née. Avant d'aller plus loin, voici la chanson titre, *Le Fils d'Yggdrasil* :

Le Fils d'Yggdrasil³⁸

*1. J'ai vu le fils d'Yggdrasil
Le plus grand de tous les arbres
Il m'a chantonné cet hymne
La dernière chanson des bardes*

*2. Il y a longtemps jadis
Destrier du Redoutable
Tenant le Midgard complice
D'inspirer les chants des bardes*

Refrain :

3. Je chante le dernier chant des bardes
Pour toi fils de tous les arbres
Chantons le dernier chant des bardes
Destrier du Redoutable

*4. Le grand arbre donnait son sang
Pour construire de grands Drakkars
Les hommes vivaient en serment
Entre la terre et la gloire*

5. Pendant que les hommes se battaient
Dans les raids et les croisades
Les racines du monde inspiraient
Toutes les chansons des bardes

Refrain

6. Et puis un jour voulant sa peau
On le bucha à coup d'chaîne
Tous ses os foncent sur l'eau
Sous le joug de la drave

7. On façonna des champignons
Capables d'éteindre l'arc-en-ciel

³⁸ CD Helsim le Scalde, 2016.

*Les hommes se changèrent en lions
Dominant même l'éternel*

Refrain

*8. Est mort le fils d'Yggdrasil
Le plus grand de tous les arbres
Je chante pour lui cet hymne
Je pleure le dernier des bardes
Je chante pour lui cet hymne
Je pleure le dernier des arbres*

D'abord il n'est pas anodin que cette chanson soit le titre de l'album, le thème que j'y aborde demeure un enjeu capital de notre temps : la coupure de l'homme et de la nature, la coupure de l'homme et de sa nature. C'est dans la forêt, lors de la quête que je rencontre mon personnage qui deviendra le scalde prenant la forme à ce moment-là de *Chant Apaisant*, celui qui apaise sa propre souffrance du monde en chantant des chansons aux arbres de la forêt. Je débute la chanson par : *j'ai vu le fils d'Yggdrasil* et la question qui me vient aux lèvres est : qui voit qui ?

L'inspiration vient, je le rappelle, d'un immense arbre chez ma sœur que j'ai surnommé le fils d'Yggdrasil. Or, je peux dans une autre perspective me positionner moi-même comme le *Fils* du grand arbre, dans une position de témoin, celui qui entend derrière les couches d'une rationalité culturelle le chant des arbres. Et ces arbres seront garants de l'inspiration de l'artiste en devenir, celui qui sait écouter ce que les autres n'entendent pas. Je suis le fils d'Yggdrasil, le témoin de la fin du monde, le témoin d'une **magie-qualité** disparue. La première partie de la chanson parle du lien qui subsistait entre les hommes et la nature jusqu'à l'air de l'industrialisation. C'est la strophe :

*On façonna des champignons
Capables d'éteindre l'arc-en-ciel*

Cette strophe nous parle de la coupure du lien entre les hommes et Dieu. L'Arc-en-ciel est en fait le *Bifröst* (« chemin scintillant ») est le nom de l'arc-en-ciel dans la mythologie nordique qui fait office de pont entre la Terre (*Midgard*) et le Ciel (*Ásgard*, la ville-forteresse des dieux). Ce lien coupé, les hommes seront par le même fait coupés de leur spiritualité et coupés de ces inspirations mystiques. C'est une finale tragique qui attend

l'auditeur de cette chanson, la fin du lien avec le vivant. Heureusement qu'il existe dans ce monde des gardiens de flambeaux garants du lien des hommes avec la nature. Gougaud (1995), dans son roman philosophique *Les sept plumes de l'Aigle*, raconte l'histoire initiatique de Luis, un jeune quêteur qui sera initié par El Chura, un vieux chaman. Voici une discussion entre El Chura et Luis Ansa à propos de la terre :

Qui peut être assez fou pour penser que la terre est une boule inerte ? Elle est vivante, elle a ses espérances et ses poussées de fièvre, elle parle, il suffit de vouloir l'écouter pour l'entendre. Demandez à l'aigle de prendre assez de hauteur pour embrasser la terre, et demandez à la terre de vous raconter son histoire depuis que les hommes bougent sur elle. Peut-être l'entendrez-vous se soucier de nous, s'effrayer de nos guerres et pleurer de ne pas savoir quel mal elle nous a fait pour que nous l'aimions si peu (Gougaud, 1995, p. 109).

C'est ce que mon cœur entend dans la quête de vision, ce souci de la terre. Or l'amnésie me traque. Marcher ce chemin du cœur et le garder vivant est une tâche difficile et à contre-culture. L'appât du gain, l'individualisme et son manque de support collectif, la mort lente de la spiritualité et la vitesse fulgurante de nos vies ne sont là que quelques conditions défavorables à l'accueil de ce genre d'expérience. Heureusement que la musique demeure un lieu moins handicapant pour y déposer un cœur agissant. D'ailleurs le cœur est associé à la direction du Sud dans la roue de médecine amérindienne et le sud, c'est « l'enfance où règne l'innocence et où la vie invite à la découverte du monde » (Rochon, 2011, p. 104). Ce cœur d'enfant permet de voir la vie de manière spontanée et de maintenir sa capacité d'émerveillement que l'adulte perdra plus ou moins au fil du temps, dans l'illusion que l'adulte se doit d'être sérieux.

L'artiste veut emprunter cette voie du sud et se laisser émerveiller par ses chants, ses textes et ses performances. Le cœur de l'artiste devient ce moteur de joie et la joie le moteur du cœur. L'un et l'autre comme faisant partie d'une même partition musicale. Finalement l'artiste, s'il veut emprunter la voie du célébrant dans un monde qui meurt à sa spiritualité, n'aura d'autre choix que de chanter avec l'aide du tiers inclus : son cœur. N'ayant aucun but de convaincre qui que ce soit de sa musicalité, l'artiste a besoin de garder ce cœur ouvert devant un monde qui n'en finit plus de mettre à mort la magie des temps anciens. En ce sens, il devra compter sur une collectivité capable de soutenir ses

élans de l'âme sans jugement, dans l'accueil. Ce qui permettra l'intégration au fur et à mesure de son engagement à son processus d'individuation.

4.3 Histoires d'accouchements au masculin

Comment je trouve, par ma vie, les chemins où je me dépasse ? Et que tout à coup ce qui me traverse est plus grand que moi. Cette histoire au masculin est un fil qui me traverse jusqu'à dieu.

Mire-ô

Ce sous-chapitre raconte des moments d'accouchements au masculin. Ces moments à saveur maïeutique m'ont permis de dépasser le stéréotype d'homme auquel j'appartiens de par ma culture. Ce dépassement m'a permis de voir au fil de ces moments, l'apparition d'un artiste capable de métaboliser ses poussées de croissance existentielle vers un chemin intégrateur. La plupart des moments apparaissent par ordre chronologique. Le sous-chapitre se termine par une œuvre de mon cru.

4.3.1 Le Sage-Homme

« On enseigne le mieux ce que l'on a le plus besoin d'apprendre. »

Richard Bach

En 2006-2007 je termine ma dernière année de Baccalauréat en *Communication (Relations Humaines)*³⁹ à l'UQAR. Lors de mon stage de troisième année, je crée avec le seul autre gars de ma cohorte un groupe constitué de futurs intervenants masculins provenant des sciences humaines. Étant dans une classe pratiquement féminine en fin de

³⁹ <https://etudier.uqam.ca/programme?code=6529>

parcours (18 filles pour 2 gars), j'éprouvais des difficultés dans le partage de l'intime et des émotions. À vrai dire, l'émotion féminine partagée au groupe ne correspondant en rien avec ma façon de le faire ; je me crispais sans trop me comprendre et me blindais le cœur, mes larmes étant à mille lieues de moi. Ces femmes exprimaient si facilement l'émotion, je les enviais en silence, prisonnier de mes incapacités. Pourtant à l'époque et encore aujourd'hui, j'ai ce besoin de me rencontrer avec l'autre dans mon intimité et mes lieux de vulnérabilité. Je venais à me demander si j'étais le seul à vivre ces genres d'interrogations. Est-ce que le genre influençait la façon de vivre et d'exprimer certaines émotions ? Est-ce que le genre influençait le partage de l'intime et de la vulnérabilité ? L'idée du groupe entre hommes s'est invitée et j'ai plongé. Ce groupe en était un de croissance et de co-accompagnement. L'objectif était de permettre aux gars et à nous-mêmes une meilleure compréhension des masculinités et de dépasser les contraintes de genres culturellement acceptables.

Comme je ne savais à peu près rien sur le concept des réalités masculines, l'idée du groupe allait me donner beaucoup d'informations et de réponses à mes questionnements. Ce groupe se voulait un lieu de dépassement du stéréotype que nous endossions, et ce, d'une manière ou d'une autre. C'est à partir de mes manques et de l'observation des autres hommes du groupe que je réalise à l'époque que se dire *je t'aime* entre gars, que se faire une *étreinte* portait son lot de préjugés, de déchirements et de crispations : *ça faisait tapette, mais putain que ça faisait du bien*. Si le mot tapette est par définition un mot vulgaire, une insulte homophobe d'une violence inouïe envers les personnes homosexuelles, il faut rappeler qu'il nomme surtout la misogynie, un refus tout aussi violent du féminin et plus précisément la peur de l'homme d'être efféminé et donc associé aux femmes. Ce qui m'amène à penser que ce n'est pas tant de l'homosexualité que certains hommes ont peur, mais bel et bien du féminin.

Dans mon incapacité à pleurer, une souffrance anonyme me dévorait. Je ne réalisais pas à ce moment que mes états dépressifs étaient d'une certaine manière une manifestation d'une tristesse non reconnue et d'un refus de la laisser s'exprimer et exister. Aussi, ayant un sexe cicatrisé, la comparaison m'amenait dans un sentiment d'infériorité envers mes pairs de genre ; je les enviais silencieusement avec férocité et douleur. Expérimentant la

tendresse, elle nous soignait de nos enfers, cicatrisant nos blessures. Nous prenions d'ailleurs conscience que l'homme comme la femme peut prendre soin de ses pairs. Cette tendresse et cette affection entre hommes nous nourrissaient et semblaient diminuer pour certains ce besoin à combler que par les femmes, c'est-à-dire de créer avec les femmes une relation basée davantage sur le désir plutôt que d'être basée sur le besoin. L'échange dans un cercle où une oreille bienveillante t'écoute, ne te juge pas, m'a fait réaliser l'importance du travail de groupe qui soignait à la fois les autres et moi-même comme animateur. J'ai su dès ce stage-là que c'est avec cette clientèle et sur ce mode d'intervention en groupe que je voulais travailler. Je voulais poursuivre mon travail d'accouchement et le meilleur moyen pour y parvenir a été de devenir accoucheur d'hommes ou *Sage-Homme*.

À la fin de mon baccalauréat en psychosociologie, je trouve un emploi à l'organisme pour homme **C-TA-C**⁴⁰(*choix-transition-action-changement*) de Rimouski. Pour reprendre les mots de Richard Bach dans la citation qui introduit mon sous-chapitre, j'avais besoin d'apprendre ce que c'était que de *devenir-homme*. Accompagner le masculin me donnait beaucoup d'informations sur la masculinité, sur *ma* masculinité et sur les enjeux d'actualisations du genre et aussi sur le nécessaire apprivoisement du féminin. Explorer un genre n'a d'autre choix que d'y découvrir sa polarité. À force de côtoyer ces hommes, je découvrais qu'un tas d'écueils garantissaient le statu quo de genre dans nos cultures, comme des façons de percevoir les hommes et les femmes dans ce qu'on projette sur eux. Ils me faisaient aussi voir mes propres écueils et pour mieux accompagner ses hommes, il me fallait à mon tour les comprendre et entreprendre mon chemin de dépassement. Et nécessairement l'artiste allait me donner des conditions facilitatrices à mon actualisation, ce que je découvre tout au long de mon écriture.

⁴⁰ Défini en chapitre 1 de cette recherche.

4.3.2 Le Luneux⁴¹

*Les côtés mal-aimés de nous-mêmes que nous tenons
en vain d'éliminer de nos vies se projettent sur les
autres, et nous forcent à les reconnaître.*

Jean Monbourquette

Le titre de ce sous-chapitre en dit long sur la suite. *Le Luneux* est le titre d'une chanson du groupe Malicorne. Ce texte raconte l'histoire d'un aveugle, « *Le Luneux* » qui perçoit sa réalité d'aveugle comme une opportunité de goûter une vie pleine, entièrement. Voici le premier et le dernier couplet de la chanson écrite en 1976 :

*Je suis aveugle on me plaint
Et moi je plains tout le monde
Mes deux yeux ne sont plus pleins
Car ils ont perdu leur bombe
Dans un malheur comme le mien
Tu t'en, tu t'en, tu t'en moques
La chandelle ne vaut rien
[...]
Si jamais me venait un fils
Dans cette agréable vie
Je prierais bien le Bon Dieu
Aussi la Vierge Marie
Qu'ils lui crèvent les deux yeux
Tu t'en, tu t'en, tu t'en moques
Pour en faire un vieux luneux*

La fin de la chanson, c'est une prière, un souhait d'enlever la vue à son fils pour en faire un *luneux*. Mais quel serait l'avantage de se priver du sens de la vue ? Je vais répondre à cette question par une expérience particulière que j'ai vécue lors d'un stage. À la suite de la quête de vision de 2005, je poursuis mon parcours initiatique vers un cours offert à l'UQAR sur la *Santé Intégrale* en août 2006. Ce stage offrait à l'étudiant un lieu d'expérimentation sur les divers aspects de la santé de l'individu. En utilisant différents médiums tels que la danse, le dessin, des temps de solitude en nature, le chi gong, l'écriture

⁴¹ Titre de chanson du groupe *Malicorne*, tirée de l'album *Almanach*, 1976.

ou le cercle de parole, l'étudiant était invité dans l'immersion en milieu naturel pour lui offrir toutes les conditions maximales à son apprentissage. C'est lors de ce stage qu'une expérience particulière va devenir un moment de rencontre avec ma vulnérabilité.

Pendant le stage, nous étions invités à passer une après-midi en forêt dans un moment de solitude. En marchant dans une pinède centenaire, je me suis étendu sous les grands pins. Une sensation de sécurité m'envahit qui me rappelait celle de l'enfant dans les bras de ses grands-parents ; je m'endormis. Au réveil, mes lunettes avaient disparu. La forêt se jouait-elle de moi ? J'aimais me raconter cela. J'étais l'enfant en train de jouer avec la forêt. J'ai cherché longtemps ces satanées lunettes, égarées sous les millions d'épines de pin. À mon retour, dans le cercle de parole, nous étions invités à nous raconter, à partager ce qui nous avait marqués. Ce n'est qu'en fin de parole que j'ai dit que j'avais perdu mes lunettes, comme une expérience banale. Le professeur à l'affût de moments aux potentiels émergents et révélateurs me suggéra : « tu pourrais te priver de la vue et observer ce que ça te fait vivre comme expérience ». Le lendemain matin, j'allais me mettre un bandeau pour la journée. C'est dans le cercle de parole en fin de journée qu'il se passa manifestement quelque chose. Je réussis enfin à pleurer avec les autres. La peur s'estompait enfin, le juge dans moi se calmait.

Je trouvais ça « *mâle* » de retenir mes larmes comme une façon de me prouver ma masculinité. Je ne pleurais que très rarement ; toujours seul. Avec le bandeau, je me bernais moi-même, imaginant les autres participants comme les grands arbres de la forêt. Je pleurais librement sans être contraint par mon juge intérieur de retenir mes larmes. Et du coup que j'ai enlevé le bandeau, mes yeux sont redevenus secs. La peur de pleurer n'était en fait que mes projections, mon juge projeté dans le regard des autres. La projection se définit comme : « un transfert inconscient, c'est-à-dire non perçu et involontaire, d'éléments psychiques subjectifs refoulés sur un objet extérieur » (Marie-Louise von Franz, 1992, p. 15). Autrement dit :

« La projection consiste à voir, à entendre et à sentir, par réverbération sur l'extérieur, des émotions, des qualités, des traits qu'on a refoulés en soi. Il se produit donc un déplacement du matériau psychique “*du dedans*” de soi “*vers le dehors*” de soi ». (Monbourquette, 2001, p. 108)

Ce moment du stage est particulièrement important, car il s'inscrit d'abord par une prise de conscience : l'existence de mes projections et cette façon que je trouve avec le bandeau de les contourner pour mieux les saisir. Je me racontais que ce qui était caché dans moi restait là sans que personne n'y accède alors qu'à mon insu mes ombres agissaient dans le monde et malgré une intention de prendre soin du monde, je le brutalisais par des projections inconscientes. Je le brutalisais par du mépris envers ce qui était jugé féminin chez les hommes, ce qui revient à dire que je brutalisais ces parties de moi... féminines. Je voulais voir la vie avec les yeux du cœur alors que je la voyais avec les yeux du vrai gars. La suite du travail et encore aujourd'hui demeure : la prise de conscience d'abord des projections et la mise en action vers la réappropriation de mes projections par un travail réflexif, mais aussi par des rituels de mise en acte. C'est ce que je réserve pour la suite, un moment de mise en acte pour me réapproprier mes projections.

À l'automne 2006, curieux de poursuivre sur ma compréhension nouvelle à propos du concept de *projection*, je participe à un stage sur l'*Oralité* offert par l'UQAR. Avec mon bandeau au pouvoir émergeant, l'aventure est intense et émouvante, car je vais l'utiliser en me privant encore par moments de ma vue. Malheureusement une amie vient de perdre son frère lors du stage ; un suicide. Avec l'aide du bandeau, mes larmes ont un chemin d'expression. Mais comment intégrer ce que le bandeau me donne, ou comment exprimer mes émotions à découvert ? En fin de stage, un cercle de parole s'offre, se donne. J'ai écrit cette lettre à ma conjointe et je décide de la partager au groupe. Cette lettre, c'est un message de gratitude à cette femme que j'ai vu accoucher de ma première fille. Et sans trop m'en rendre compte, la lecture du texte provoque d'une certaine manière mon accouchement ; je crampe à mesure que le partage avance, comme des contractions. J'accouche d'un peu plus de moi, les crampes de vulnérabilités qui cherchent tant bien que mal à s'exprimer, aux larmes qui humidifient de plus en plus mes yeux n'ayant plus de bandeau. Cette lettre, cet hymne, cette reconnaissance de la grandeur de l'autre, c'est le scalde en devenir qui s'approche de plus en plus de moi et moi de lui. Une manière dont seul l'artiste sait écrire et exprimer. Je vais terminer la lecture du texte par une danse qui semble redistribuer l'émotivité dans tout le corps. Voici la lettre à ma conjointe et mère de mes enfants, Maude :

Chère amour,

Voilà un tout petit présent rempli de bonheur, de douleur et de vie. Je veux honorer ce jour, ce moment où j'ai vu apparaître toute ta grandeur. Je t'invite dans l'un de mes souvenirs les plus précieux. Je suis là avec toi dans cette longue attente d'une nouvelle vie, celle de notre première fille Alice. Elle est encore dans ton ventre, suspendue dans son espace, dans le temps, elle s'en vient...

Dans mon souvenir, le temps se fait long, s'étire. Il est midi et après 12 heures de contractions en continu, les poussées se manifestent à ton corps lourd et fatigué. Je te vois et t'entends crier et devant toi, impuissant, Simon ne peut rien faire, à part t'offrir des encouragements maladroits, je voudrais tellement faire plus. Tu pousses, pousses et pousses encore. Cette journée si magnifique au départ prend l'allure d'un cauchemar où le temps veut prendre son temps. Après de longues minutes et maintenant des heures, la sage-femme propose le transfert vers le centre hospitalier. La tête se présente mal, nous résistons. Le désir de donner la vie dans cette chambre se fait fort, mais la peur de la perdre nous raisonne, on opte pour le transfert. Ça fait 4 heures que tu pousses ! Je veux tellement t'aider, prendre avec toi une partie de ta souffrance pour t'apaiser un peu. Ton corps est épuisé, douloureux. Ton esprit survit, je suis inquiet, mon âme me donne l'énergie de continuer.

Nous quittons notre nid douillet aux couleurs chaudes vers une chambre aux couleurs fades, artificielles. Arrivés là, on s'occupe de toi, je suis tassé, on me pousse de côté. Moi, je veux t'aider, te sauver. Je t'observe dans un mouvement qui m'étourdit, je manque de tomber. Tu es dans un lit blanc, tu cries, tu survis. Je n'en reviens pas du déploiement de la force de vie en toi. D'où sort cette énergie de vie qui cherche à donner la vie ? Ta détresse devient la mienne, j'ai peur pour l'enfant et je commence sérieusement à avoir peur de te perdre. Je ne peux pas t'imaginer mourir, je ne le supporterais pas. Il faut que ça finisse au plus vite ! Dans un mouvement chargé d'espoir, je te rejoins à genoux, je te prends la main. Le médecin utilise un objet pour tourner la tête. Je suis réticent, mais ta vie est en jeu, il faut agir. « POUSSE MAUDE, POUSSE!!!! ». Il te reste encore de l'énergie. Tu surpasses tout ce que je connais de la rage de vivre humaine. Le bébé arrive, il sort. Il sort trop vite, déchire ta fleur....

Le bébé quitte ton corps, quitte son nid sécuritaire pour entrer dans le Nouveau Monde. À ce moment une énergie nouvelle s'offre enfin ; de la joie ! Mon cœur chatouille ma poitrine, Alice se retrouve sur ton ventre. Tu es tellement dans ta détresse que tu n'entends pas Alice te crier aux oreilles : « me voilà maman, c'est fini. Merci de m'avoir appris cette force au début de ma vie ». Je suis émerveillé. Je veux d'assister à mon premier miracle. Dans cet instant merveilleux, une nouvelle vision émerge. Je suis tellement fier de toi, fier de nous. Tu grandis devant mes yeux. Tu étais une fille et dans cette épreuve, tu deviens une femme. Et te voilà mère ! Ton regard change, ton estime grandit. Tu es blême, affaiblie, meurtrie, affamée, toute couettée et malgré cela, ta beauté habite toute la pièce, tout l'hôpital, tout Montréal. Je

suis content, j'ai réussi ma mission de vie avec toi, je suis fier que tu sois ma dulcinée. T'es belle Maude, tu me fais grandir. Tu as gagné mon respect et tu as gagné le tien. Pour une femme qui avait peur de la douleur... Parfois nos peurs cachent nos plus grandes forces.

Avec tout mon amour,

Simon xxx

Novembre 2006

Ma mère m'a dit avant l'accouchement de ma conjointe que quand un homme assiste à ce genre d'expérience, son regard sur la femme est changé à jamais. La femme souvent perçue comme faible fait preuve de démesure quant à la force qu'elle déploie lors de l'accouchement. La notion de force et de faiblesse prend un tout autre sens, nous apparaissent avec tout de nous dans l'accueil à ce qui se donne, la femme en puissance donnant la vie et l'homme vulnérable, l'accompagnant à la vie. C'est l'éloge d'un point de vue archétypal de l'accoucheuse. Pour Hillman (1993) les archétypes sont des modèles profonds et anciens du fonctionnement psychique, comme les racines de l'âme qui aiguillent les points de vue que nous avons de nous-mêmes et du monde. L'accoucheuse fait preuve de détermination et de courage, d'engagement dans ce mouvement de donner la vie au péril de sa propre vie. Dans le coin de la chambre, je suis dans mes conditionnements d'homme, dans mes impossibilités d'expression, impuissant, mais empathique devant l'œuvre de vie qui s'y déroule.

Je crois que ce moment est nettement le début d'un processus de paix avec la femme, le féminin à l'intérieur de moi. Ce féminin méprisé du dedans et sans trop m'en rendre compte, méprisé du dehors. Ce féminin écrasé par les époques et les cultures de dominations masculines est cousu à ma peau et a besoin de soin, de panser ses blessures. Ici, c'est un revirement important du devenir *homme* car cet épisode met en lumière cet homme qui ne cherche que son dépassement à l'extérieur, vers un avenir stéréotypé auquel s'attachent tous les éléments de l'épanouissement du *MOI*. C'est plutôt vers un processus de renoncement, d'un retour à soi en s'appropriant ses attributs féminins en retrait dans l'ombre que cherche l'accoucheur. Je veux et me souhaite d'avoir la liberté de pleurer, d'accueillir les émotions que je juge indésirables, d'avoir le loisir d'être consolé,

de libérer ma tendresse et surtout, oui surtout de laisser mon cœur penser et marcher ma vie.

Ce moment du bandeau m'a permis un espace d'accueil agrandi et une meilleure compréhension de la réalité. Pour l'artiste en devenir, un lieu de liberté plus grande grâce à l'élargissement de l'éventail de mes émotions exprimées, parce que l'émotion libre tend vers la création. Ce revirement dans l'étude du genre n'est pas sans rappeler le projet d'individuation nommé dans le cadre théorique du chapitre 2, dont les principales phases sont :

Les principales phases du processus d'individuation sont l'intégration de l'ombre, côté "obscur" de la personnalité faisant partie de la totalité, mais la plupart du temps méprisée ou non décernée par la conscience, la prise de conscience de la composante représentant le sexe opposé, désigné par Jung comme animus (chez la femme) et anima (chez l'homme), et enfin l'expérience du Soi et la relation au Soi, noyau intime de l'âme. (Marie-Louise von Franz, 1980, p. 362)

Et c'est justement ce mouvement vers l'intégration de l'anima que ce texte performé vient toucher, et qui sera mis de l'avant dans le chapitre de compréhension.

4.3.3 La berceuse du scalde

L'impossibilité de dire adéquatement fait partie de la réussite de l'Acte de dire.

Pierre Bertrand

C'est avec mes enfants que mes inaccomplis d'homme ont commencé à me questionner sérieusement, à me ronger de l'intérieur. Comme le dit Christiane Singer (1996) : « Oui, les enfants sont des accoucheurs d'ombre. [...] Que sont d'autres nos enfants que ces maitres venus pour nous accoucher de nos enfers » (Singer, 1996, p. 82-81) ? C'est avec l'une de mes filles que la crampe s'est pointée, comme un invité inattendu et tant attendu. Je devais avoir 33 ans et Agathe 5 ans à l'époque où elle réalise que tout ce avec quoi la vie se bat pour se tenir debout, allait disparaître un jour ou l'autre. Papa,

maman, Alice, Mamie, Papi, le chien, tous allaient mourir et disparaître dans un endroit que certains appellent le ciel. Les enfants pour la plupart posent des questions sur la mort avec de nombreux pourquoi, avec cette difficulté d'une réponse rationnelle de notre part. Qu'y a-t-il de l'autre côté du dernier souffle ? Personne n'est jamais revenu. D'ailleurs ce n'est pas son questionnement qui m'agace, ni mes réponses parfois nébuleuses, mais le lieu d'où elle en parle ; Agathe éprouve l'inconcevable ! Et ce qu'elle éprouve : un immense chagrin aussi lourd que la mort elle-même. Elle pleure d'un lieu que je n'arrive pas à accompagner ; j'ai la chienne⁴² et je crampe. Je refuse de plier l'échine, je ne peux pas sombrer dans cet abysse avec elle. L'homme, le père, ça a le devoir de se tenir « *deboute* » et ça je sais très bien le faire, mais je ne réalise pas encore le prix à payer de cette rigidité. Je pars vers elle pour la consoler comme un père doit *savoir le faire*. Je deviens tout raide, balbutie quelques sons inaudibles. Incompétent, j'ai le goût d'appeler sa mère pour qu'elle vienne à mon secours, mon cœur se coince dans ma gorge : « *Calisse... chu ben poche !* ».

Comment se fait-il que je sois si mal outillé devant cette jeune enfant de 5 ans, ma fille en l'occurrence ? Pourtant, je suis un psychosociologue diplômé, intervenant depuis quelques années déjà, accompagnant des hommes en difficulté. Je sais guider les autres au cœur de leurs abysses et pourtant j'ai peur d'y plonger moi-même. Je sais me tenir droit dans la tempête et tenir tête aux monstres qui voudraient un tant soit peu faire du mal à ma famille et pourtant devant l'abyssal lieu où ma fille se trouve, je n'y arrive pas. Je fais le bon père qui est là de corps, n'éprouvant que l'impuissance devant ce cœur innocent, imbibé de larmes : j'exprime que des larmes sèchent. Je suis un homme qui se sent homme quand en dépit de tout, il tient en laisse les émotions qui le menacent. En contrepartie, je connais d'autres manières d'accéder à ce cœur et de laisser libre court à son expression : j'écris des chansons, de la poésie et des prières et les chante. Voilà d'ailleurs une berceuse que j'ai écrite quelques mois avant cet événement avec ma fille, quand sa sœur est née. J'admirais ce petit bout de femme joyeuse de vivre, arrivée à la maison au mois de décembre. J'ai écrit cette berceuse pour elle en hommage à mes magnifiques filles. Ce texte c'est le souhait d'un devenir de père plus complet, plus humble et moins performant.

⁴² Expression québécoise qui signifie : avoir peur, manquer de courage.

Berceuse pour trois

*Une berceuse pour toi
Dans l'aurore du jour
La neige danse une valse
Qui remplit la cour*

*Tu perds ton petit bas
Petit pied de velours
Tes gazouillis de voix
Résonnent autour*

Refrain

*Je serai animal de proie
Pour te protéger des loups
Et si un jour tu as froid
Il y a toujours un feu chez nous*

*Une berceuse pour toi
Dans mes bras d'homme si lourd
Ta légèreté m'effraie
Il y a tant d'amour*

*Un jour je serai vieux
Et je compterai mes jours
Et même chez les dieux
Je s'rai avec toi toujours*

Refrain

*Une berceuse pour toi
Une maman à ton tour
Et surtout, n'oublie pas
Ce chant d'amour*

*15 décembre 08
5 jours après la naissance d'Anaïs*

Sans trop m'en rendre compte, j'exprimais par l'écriture de cette chanson, ce que je n'étais pas capable de faire autrement. Ce texte est un legs d'une certaine manière à mes filles. J'ai chanté cette chanson à Anaïs toute jeune et j'ai eu cette impression d'être le père

imparfait qui essaie de s'améliorer, de grandir au gré de l'orgueil mâle. Ce texte c'est aussi le souhait de l'artiste que l'on peut voir dans le refrain :

*Je serai animal de proie
Pour te protéger des loups
Et si un jour tu as froid
Il y a toujours un feu chez nous*

Je suis de ces pères distants comme mon père l'était. Le chemin du père qui exprime sa vulnérabilité et son humilité à ses enfants n'est pas gagné. Si les deux premières phrases racontent comment le père, comme homme construit, réagit devant le danger de ses enfants, je constate aussi la limite quand je ne sais pas trop comment offrir les deux dernières lignes à ma fille en détresse devant la finitude. Avec du recul, l'écriture de cette chanson m'a dégagé et a produit un effet d'assouplissement de mon cœur. Cette chanson, c'est la découverte d'un chemin d'expression qui m'était jusqu'alors inconnu par la douceur qu'elle émane et l'intention d'amour pour une autre personne. De plus, au même rythme de l'évolution de l'artiste pour ce genre de chanson, ma voix a aussi pris de l'amplitude comme si la vulnérabilité et l'humilité donnaient d'autres tonalités et rythmicités à ma voix. L'artiste a par la suite osé davantage sa parole de cœur face à sa famille et ses amis en clamant des kasâlàs, en chantant des chansons et des prières.

4.3.4 La Prière du Scalde

Une prière a tué les diables de la terre...

La chasse-galerie, Claude Dubois

La prière du Scalde installe une mise en acte du cœur par l'artiste-célébrant-devenant. Pour articuler mon propos ici, j'ai choisi une prière écrite pour ma dernière fille lors de son baptême à l'église de St-Pie X à Rimouski. D'ailleurs quand j'y repense, ce ne sera pas l'unique performance de l'artiste dans ces lieux de culte. J'ai chanté à l'église lors du mariage de ma sœur et de mon cousin, et lors du service de mes grand-mères et de mon oncle. Mon grand-père paternel Félix aussi appelé l'*Allié* dans le sous-chapitre précédent

était reconnu comme un excellent chanteur et orateur dans les rituels de décès. On le réclamait dans plusieurs paroisses de la région.

*Je suis par la lignée
Le descendant de Félix
Le petit-fils de l'Allié
La lignée d'hommes blessés
Héritier des voix puissantes
L'homme au chant-rituel*

Je réalise encore plus sérieusement en écrivant ce texte l'importance du chant dans mon engagement à marcher le chemin de mon cœur, dans mon engagement à célébrer la vie et la mort. Ces moments où je donne une performance de cœur comme cadeau agissent en cohérence dans la voie/voix du Scalde. Lors du baptême de ma dernière fille, le prêtre m'a offert cet espace lors de la cérémonie. C'est debout, dans ce corps d'homme, face à l'assemblée, le cœur dans ma voix que j'ai performé cette prière pour mes femmes en devenir.

Une prière pour mes filles

1. Pour être apparues dans nos vies, d'être là, comme une lumière humble et pure qui illumine nos existences. Merci Anaïs, Agathe et Alice !

2. Pour tes gazouillis de voix qui résonnent tout autour et qui font exploser en moi une joie si grande et si belle que plus rien n'a d'importance que ton chant. Merci Anaïs, Agathe et Alice !

3. Pour l'apprentissage privilégié que tu nous offres d'être des parents, des apprenants sans fin de l'essentiel, de l'essence singulière qui nous habite et qui a besoin d'une communauté pour se déployer. Merci Anaïs, Agathe et Alice !

Anaïs, Agathe et Alice

4. Je vous souhaite dans votre devenir, d'être des femmes vraies, des femmes libres de toute entrave intérieure, d'être tel un arbre ; avec des racines profondes, son tronc droit et puissant et ses feuilles dansantes qui rappellent au vent que sans les feuilles, il ne pourrait chanter. Sans les autres, vous ne pourrez grandir.

Anaïs, Agathe et Alice

5. *Je vous souhaite d'accueillir par les sens tout ce qui se présente sur votre chemin, parce que les portes du sensible passent véritablement par le goût, l'odorat, le toucher, l'ouïe et la vision.*

Anaïs, Agathe et Alice

6. *Je vous demande qu'en tout temps vous sachiez avoir le plus grand respect de vous-même, ce qui implique de se respecter en premier, de prendre soin de soi, de respecter les élans qui vous habitent malgré les résistances qui peuvent apparaître des autres et de vous-mêmes.*

Anaïs, Agathe et Alice

7. *Enfin, je vous souhaite de rencontrer l'amour, pas celui qui emprisonne les êtres et les réduit à l'esclavage, mais celui qui libère, qui unit, qui nous rapproche de la terre, de la vie, de la mort, de la pulsion du vivant et qui nous rapproche du mystère.*

Je vais terminer avec une parole de Khalil Gibran, en parlant des enfants

Je me souhaite d'être à la hauteur de mon archet intérieur, celui qui a le courage et l'Amour d'envoyer cette flèche droite devant et rester droit et fier.

Merci, Anaïs, Agathe et Alice, d'être ma vie !

L'artiste prenait place dans ma recherche lentement mais sûrement. À défaut d'expression convenable de mon cœur, je trouvais de nouvelles façons de l'exprimer par un chemin plus artistique. Ce texte écrit pour mes filles me parle beaucoup surtout dans sa strophe six.

« Anaïs, Agathe et Alice

Je vous demande qu'en tout temps vous sachiez avoir le plus grand respect de vous-même, ce qui implique de se respecter en premier, de prendre soin de soi, de respecter les élans qui vous habitent malgré les résistances qui peuvent apparaître des autres, et même de vous-mêmes »

Ce souhait, c'est un cri de liberté, un chemin vers sa propre individuation, vers son élan d'âme, vers ce que seuls nous-mêmes savons et pouvons faire. Suivre ses élans sans perdre son fil, le respecter même s'il en déplaît aux autres est un acte courageux. La liberté implique une rébellion à l'intérieur de soi-même, entre les advenirs souhaités par nos pères et par nos pairs, et entre nos divers desseins intérieurs souvent en conflit les uns et les

autres. Ce mouvement de libération de ses chaînes est dans l'ombre de questions encore plus fondamentales : est-ce que je me choisis ? Et au nom de qui ou de quoi ?

Pour conclure ce chapitre sur mes histoires d'accouchements au masculin, je constate que ces histoires m'invitent à l'accouchement du féminin en moi. Il semble impossible de s'adresser à un genre sans toucher sa polarité dans un processus d'individuation qui invite à visiter son anima tout comme son animus. Que ce soit le sage-homme qui accueille la vulnérabilité des hommes, de me réapproprier avec le bandeau mes projections assassines masculines vers l'expression des larmes, de me livrer à travers une prière destinée à mes filles, mes femmes en devenir, le féminin est là, présent. L'artiste serait donc androgyne : celui qui unit le genre par sa liberté créatrice et libère les entraves qui alimentent la guerre des sexes à l'intérieur de soi.

4.4 Le Campagnol Sauter qui rêvait de l'Aigle

Un adage populaire chez ceux qui font des quêtes de vision dit : « Tel que vous êtes dans une quête de vision, tel que vous êtes dans la vie »

Serge Rochon

Ce sous-chapitre se passe à l'aube de ma quarantaine. Il est par ailleurs le prologue du sous-chapitre suivant, « Régler ses comptes et faire ses devoirs ». Ce sous-chapitre raconte l'expérience avortée d'une quête de vision faite en 2016. Cette quête au retour difficile, m'a permis de voir comment je me trahis au fil de ma vie. Je parle de trahison comme des moments où je n'ose pas faire, je m'évite ou je fuis. Cette quête m'a aussi permis de mettre en place à la suite du stage, quelques conditions d'actualisation par le biais de devoirs à faire.

En 2016, j'ai 39 ans et j'appréhende la crise du mitan de la vie. À défaut de pouvoir ritualiser les passages, la possibilité pour l'homme de passer à un état d'être naturel (Singer,

1996), la crise s'annonce comme un passage abrupt et sinueux. « La crise, qui sert en quelque sorte de bélier pour enfoncer les portes de ces forteresses où nous nous tenons emmurés, avec tout l'arsenal de notre personnalité, tout ce que nous croyons être » (Singer, 1996, p. 42). À ce moment-là de ma vie, je suis envahi par de multiples questions sur les choix que j'ai faits. Est-ce que je réponds à l'image du père que je m'étais donnée ? Est-ce que mon couple est en santé approchant les 25 années d'union ? Est-ce que mon travail auprès des hommes répond encore à mes élans de créativité et a encore du sens ? Est-ce que je m'identifie encore à l'homme blessé ? Et la musique, est-ce que je lui donne tout ce qu'elle mérite ? Est-ce que je suis mon chemin de cœur ou suis-je en train de m'embourber dans l'idée d'un destin qui n'est pas le mien ? Impliqué dans divers projets et dans une trop grande vitesse d'action, j'avais besoin de me donner des conditions pour me comprendre, me capter au vol dans cette vie qui carbure à toute allure.

Et dans les conditions les plus optimales que je connaisse, le stage en forêt demeure le meilleur choix. En réalité, ce que j'allais rencontrer est ce miroir de moi-même au présent de ma vie.

Je suis parti au nord de Joliette à l'été 2016 en direction de *St-Michel des Saints*. C'est un stage en forêt offert et dirigé par un chargé de cours à l'UQAM dans le programme de communication en relation humaine. Ce stage de groupe est basé sur le modèle de quête de vision décrite précédemment. Avant même que le stage commence, je vais m'éviter et me trahir. En préalable au stage, nous sommes invités à faire une marche médecine sous forme d'une journée de jeûne, du lever au coucher du soleil dans un lieu naturel qui nous inspire. C'est un moment de réflexion où nous sommes invités à faire une ligne de vie et d'y percevoir nos moments fondateurs, de réfléchir aux questions qui demandent notre attention et de faire des lettres d'adieux à des proches. Ces lettres servent aux quêteurs à quitter ces lieux connus vers une mort symbolique pour renaître à sa propre nouveauté. Je n'ai pas terminé la marche et je n'ai écrit aucune lettre. Je n'ai tenu que 6 heures. Je suis retourné sur mon premier lieu de quête évoqué plus tôt. Les deux grands arbres, le *Guide* et *l'Allié* m'y attendaient. Ancrés dans cette forêt sans âge, ils semblaient exister dans une temporalité parallèle. Aussi intenses fussent mes dialogues avec la forêt dans ma première

quête en 2005, aujourd'hui je ne les entends plus. Je n'entends plus le chant des arbres.
Dans mon journal j'écris :

« Qu'est-ce qui fait tant de bruit à tel point que je n'entends plus les arbres ? Je n'entends plus les arbres, je souffre d'amnésie du sacré, pire, je souffre d'amnésie du lien du vivant dans la nature et dans le monde. »

Et cette phrase qui m'habite et me dit : « Si tu ne veux pas mourir avant ton temps, que dois-tu faire pour entretenir ta vision ? ».

Extrait de journal de quête, juillet 2016

Je meurs avant mon temps, j'ai oublié ce chemin vers mon lien avec l'invisible, à mon intériorité, à ma spiritualité ; à *l'héritage de ma socialisation féminine*.

Je pars vers Joliette le cœur vaillant ! Mais avant, je fais une halte à Québec pour déposer la maquette finale de mon futur CD d'Helsim présenté dans le cadre théorique et méthodologique. Étrangement sur le moment, je ne considère pas cette réalisation pourtant majeure comme faisant partie intégrante de mes données. Je n'arrive pas à voir l'artiste émerger et pourtant il est celui que je désire par-dessus tout mettre au monde. Arrivé au stage, je ne découvre rien d'autre de ce que je n'ai pas voulu voir dans ma marche médecine.

Je suis réactif et n'arrive pas à nommer ce qui me dérange à l'équipe en place. Je suis pris dans cette dualité entre celui qui veut maturer en respectant ce dont il a besoin et l'immaturation ; celui qui réagit tout en demeurant dans cette passivité de sa non-affirmation afin d'éviter de rencontrer sa peur agissante du conflit et d'assumer sa propre incarnation devant le monde.

Tout au long de ce même stage, nous étions invités à la lecture du conte de *Campagnol Sauteur*. Ce conte amérindien raconte l'histoire de campagnol en quête de la montagne sacrée. Tout au long du parcours, il rencontrera des alliés pour l'avancée de sa quête, qui ne se fera pas sans sacrifice ; il sacrifie ses deux yeux pour la santé de ses amis. Dans l'acte final, il se change en aigle dans le lac médecine tout en haut de la montagne sacrée. Juste avant de partir pour mon solo de trois jours, je vais tomber sur un campagnol

mort sur la route. Ébranlé, je vais lui faire des obsèques dans la forêt en guise de respect en jouant de la guimbarde. Voici un court extrait de mon journal de quête.

J'aime me voir prendre soin de ce moment qui pourrait être d'une banalité dans mon quotidien. Je réfléchis à cet épisode, rien dans un tel stage n'est banal, même la banalité elle-même peut porter des messages d'une importance capitale. Je discute de cette mort avec Dany, un ami et un collègue avec qui nous avons animé des stages auparavant. Dany me ramène à l'histoire de Campagnol Sauteur. Ce dernier meurt et se transforme en aigle. Est-ce cela qui m'attend ? Devenir aigle ?

À certains moments de ma vie, j'aurais tellement aimé un tel privilège, mais là c'est la peur que je ressens. Devenir aigle, c'est aussi être responsable d'un pouvoir qui s'incarne dans un engagement formel à Soi !

Journal de quête, 2016

Dans un autre temps, j'en rêvais d'être l'Aigle, mon égo surtout le souhaitait. À préciser que le totem de l'Aigle⁴³ est un totem puissant qui est associé au domaine de l'Esprit, habileté de vivre dans le domaine de l'esprit tout en restant branché et équilibré dans le domaine terrestre. C'est se vivre à la fois dans la dimension terrestre et spirituelle. Je crois qu'incarner le totem de l'aigle réside dans l'actualisation d'une mise en forme en récupérant ce qui a été semé dans ma socialisation féminine, avec les femmes qui m'ont appris à prier. Je me suis leurré en me pensant plus près de l'aigle, mais en réalité, je suis toujours ce bon vieux campagnol sauteur. À défaut d'être un faux aigle, je serai un vrai campagnol, commençons par-là !

Je suis parti pour mon solo en canot, sur l'île nommée « *courage* » passer trois jours de jeûne. Je suis revenu à la moitié du temps exactement comme pendant ma marche médecine. Voilà comment ça s'est passé sur l'île du courage.

Je tourne en rond autour de ma minuscule île. Le bruit des plaisanciers est insupportable. Il me rappelle les taons dans ma marche médecine. Ça empire en après-midi. Mais qu'est-ce que j'ai à apprendre de tout ce scénario ? Il y a tellement de monde autour que je me cache dans ma tente sans arrêt. Je ne peux pas me baigner nu toujours aux aguets d'un touriste. Des jeunes en canot semblent crier mon nom ! Je suis en colère, triste et déçu. Je tourne encore en rond autour de l'île. Encore une fois je repense à ma marche médecine où je me suis un peu perdu et ai tourné en rond...

⁴³Les Cartes-médecine, Jamie Sams et David Carson, Amrita, 1988, p. 42

comment ça finit cette marche médecine, ah oui... à l'avance ! Impossible que je quitte d'avance, je ne peux pas manquer de loyauté au processus. Je m'imagine déjà, dans un retour avec comme sentiment la honte.

Je demande alors au grand esprit :

« Aide-moi ! Aide-moi ! Dis-moi : je pars ou je reste » ?

« Seul toi peux prendre cette décision mon ami ».

C'est alors que derrière moi, sur le bord du lac, sans voir personne, ça se met à rire, rire, et rire très fort. On se bidonne sur mon dos ? C'est à croire que les dieux rient de moi et se foutent complètement de ce qui m'arrive. Je me prends la tête à deux mains, je crois faire un cauchemar. Je vais me réveiller, je vais me réveiller... J'attends... Non, je ne me réveille pas et ça rit encore à gorge déployée !

D'un coup, au fond de moi, une parole qui part de mes pieds, qui monte tout le long de mon corps avec une autorité, une puissance, une clarté que je ne reconnais que dans ces lieux, la parole de la vision :

« Vas-tu attendre à la fin de ta quête pour dire à ton père que tu l'aimes ? »

Journal de quête, 2016

Je vais revenir plus tôt de mon solo, en sachant que j'ai du travail à faire : **mes devoirs de vie**. C'est à partir de mes inaccomplis que la suite de ce mémoire va se poursuivre, une invitation maïeutique à devenir le souverain de sa vie. Un mot que l'on écrivait sur l'île et qui nous était renvoyé quelques mois plus tard résume bien mon prochain mouvement dans ma recherche :

*Mon beau Simon
N'oublie jamais de te respecter et surtout
N'attends pas la fin de ta quête pour aimer
Et exprimer ton amour*

Le souverain xx

Le message de cette quête est clair :

Combien de temps vas-tu attendre avant de faire ce que tu sais que tu dois faire ? Je décide alors de quitter le stage avant la fin pour aller faire ces choses.

C'est ainsi selon Midal (2009) que le guerrier, le chevalier ou le quêteur dans cette expérience peut se dessiner une éthique neuve, nous invitant à oser agir de la manière la plus juste. Mais d'abord il me faudra faire face au feu de ma peur, car : « seule la possibilité d'affronter la peur permet à l'homme de répondre aux questions de fond sur le sens même de son existence et de son inscription dans le monde » (Midal, 2009, p. 68). Pour terminer, j'ai choisi le refrain d'une chanson que j'ai composée lors d'un voyage en Nouvelle-Écosse. J'allais rejoindre la pointe de la plage sur un sentier qui paraissait proche et qui s'est avéré beaucoup plus éloigné que je ne le pensais. En marchant dans ma solitude, une mélodie émergea au rythme de mes pas. Et de ce pas cadencé, une mélodie, et un chant : *je suis un marcheur !* Comme un hymne à ma marche, au mouvement de la vie, à cette vie qui ne cède jamais devant l'immobilité, j'ai marché et composé ce refrain.

Le Marcheur

Je suis un marcheur

Qui tombe et se relève

Au front je lève mon glaive

Je trace pour ma relève

Je suis un marcheur

La tête haute dans le cœur

J'me fous d'être un vainqueur

Je marche mon chemin avec ardeur

Helsim (2010)

4.5 Régler ses comptes et faire ses devoirs

Qu'accomplir sa vie ne signifie pas réaliser des choses exceptionnelles, c'est faire en sorte que chaque jour ne laisse aucune trace, vivre les relations dans la plénitude de façon à ce que rien ne reste inachevé.

Yvan Amar

Ce sous-chapitre s'inscrit comme une invitation à prendre acte des devoirs de vie qui m'interpellent profondément suite à l'expérience avortée de la quête de vision 2016 explicitée au sous-chapitre précédent. Ce sous-chapitre est volumineux par les données nombreuses inscrites, mais nécessaires pour une compréhension que j'ai le besoin d'intégrer et surtout de me rappeler les chemins, les voies de passages utilisées vers les actes de cœur. Ces sous-chapitres des devoirs à faire devraient être resserrés autour des questions : Quel est l'enjeu au cœur du devoir, comment je m'y suis pris, quels défis et de quoi l'homme mature doit témoigner pour ceux qui devront faire ces passages ?

4.5.1 Devoir no 1 : récupérer l'enfant devant l'ascenseur

Il nous dit en effet que, là où un homme a reçu une blessure, là est aussi son génie.

Robert Bly

En vieillissant, il y a de nos histoires qui s'éloignent, s'étiolent, se perdent et sans s'en rendre compte, elles deviennent des mythes de l'ancien temps. Malheureusement, notre époque a accentué ce phénomène par sa vitesse vertigineuse, exploitant le rêve, l'idéal, courant au-devant de je ne sais quoi, ne restant que des miettes du présent pour intégrer ces apprentissages. Même avec toutes les ambitions du monde à effacer, supprimer ses blessures, elles se pointent pertinemment : *l'enfant-blessé* agit sans nous ! Cet enfant m'apparaît toujours dans le même lieu : *il est au sixième étage de l'hôpital de Rimouski avec ce sentiment d'impuissance et d'envie de liberté ; la peur au ventre*. Chaque fois que je me sens submergé par ma vie et que j'erre tel un pantin égaré, cette image du sixième étage m'apparaît dans ma tête au même titre que cette crampe immobile dans le corps. Je suis devant des portes d'ascenseur, une perfusion intraveineuse dans le bras ; prisonnier de ce lieu. J'observe invisible ces gens qui prennent l'ascenseur et partent. Je les envie avec tristesse, rage et incompréhension ; *ils sont libres et ne le savent même pas*. Par la fenêtre,

mes yeux s'envolent et voyagent dehors. Des passants viennent ici et là. Ils ne se doutent pas à quel point ils sont chanceux ces flâneurs, ces marcheurs d'aller au gré du vent dans ce doux mois de mai. Je suis pris au sixième étage, impuissant, enragé ! Mais alors, comment guérir cet enfant du passé qui accapare mon présent ? Comment le faire sortir de cette prison, ma prison. C'est en visionnant une entrevue avec l'auteure *Christiane Singer* où elle raconte l'histoire d'un vieux Rabbin de Vienne⁴⁴ que l'idée de guérir l'enfant blessé m'est venue. Mais avant de raconter ce processus de guérison, voilà le verbatim de l'entretien avec cette auteure d'exception.

Un vieil homme, un vieux rabbin new-yorkais était venu à Vienne parler de la tradition, dans un grand amphithéâtre de l'université. Il était poignant, il était bouleversant de présence et de lumière. Et à un moment dans les discussions, ne voilà-t-il pas qu'une femme, à ma grande consternation, – (et là aussi c'est une leçon extraordinaire : c'est souvent l'irritation, ce qu'on voudrait à tout prix éviter qui crée un fruit extraordinaire et considérable. Même là, nous n'avons pas à juger de ce qui est bon ou de ce qui ne l'est pas) –, elle a posé une question à cet homme : « Pourquoi avez-vous attendu cinquante ans pour revenir dans la ville où vous êtes né ? »

Cette question dans ce qu'elle avait d'heurtant, nous a valu cette réponse extraordinaire, et ce vieil homme a dit : « Je suis un vieil homme et je vais bientôt faire le passage ; et je me suis demandé dans la profondeur de mon être : qu'est-ce que je pourrais faire pour aider ce monde comme il va ? Qu'est-ce que je pourrais faire encore de ces jours qui me restent à vivre ? »

Et la réponse est venue, fulgurante : « Ne laisse aucune trace de ta souffrance sur cette terre, si tu veux vraiment faire quelque chose pour ce monde ». Alors je me suis dit : « toute ma vie j'ai essayé de transmuter cette souffrance de la dernière guerre en énergie de vie ! Mais subitement, une mémoire m'est montée. Quand j'avais douze, treize ans, j'ai été pris à parti par de jeunes nazis qui m'ont jeté des pierres et laissé pour mort sur un pont de la ville. Et alors ce matin, savez-vous ce que j'ai fait, madame ? Avant que la vie ne commence dans cette ville, je me suis rendu sur ce pont et j'ai été retrouvé l'enfant que j'ai été, il était là, il m'attendait. Et je l'ai pris dans sa main, et je le ramène ; et ainsi dans cette ville, il n'y a plus aucune trace de la souffrance du vieux rabbi Scharter.

Cette histoire du vieux rabbin m'a beaucoup touché. Ébranlé par la justesse de l'acte, j'ai moi aussi voulu faire ce geste. Et si j'allais récupérer ce petit Simon souffrant au

⁴⁴ <https://www.youtube.com/watch?v=q7BncnixLNC>

sixième étage de l'hôpital ? Est-il encore là à m'attendre ? Je commence à comprendre qu'au-delà de la prise de conscience, c'est le geste dans le réel qui a un véritable impact. Et si je m'y engageais, est-ce que ça changerait quelque chose dans mon rapport à l'impuissance ? Je suis donc parti chercher Simon devant cet ascenseur. Même si ce geste me semblait simple, de retourner dans ce lieu, je suis parti craintif, à la fois résistant et habité d'une énergie nouvelle.

Et c'est là que j'ai compris ce texte qu'expose l'auteur Robert Bly. Ce texte exposant le mythe de Philoctète me suit depuis le début du processus de recherche. Il me fascine, m'obsède, comme un haïku dont je n'arrive pas à trouver le sens. C'est pourtant dans l'élan d'aller au-devant de mes devoirs que je comprends enfin l'énigme. Voilà le texte en question :

[...] quand ils partirent pour Troie, les guerriers grecs abandonnèrent Philoctète sur une île, car il avait été piqué par un serpent et une insupportable odeur de pourriture s'élevait de son pied. Mais ils durent revenir le chercher dix ans plus tard, après qu'un oracle leur eut révélé qu'ils ne pourraient gagner la guerre sans son aide : cet épisode suggère que l'homme blessé possède un savoir, ou est élevé à un niveau d'être, auquel les autres hommes n'ont pas accès... (Robert Bly, 1992, p. 54)

Ce que je n'avais pas compris à l'époque, c'est que c'est moi qui ai abandonné Philoctète et qu'aujourd'hui pour poursuivre ma quête, j'ai besoin de lui, de le récupérer, de me récupérer. Et dire que j'attendais depuis tout ce temps qu'un autre que moi vienne me récupérer : **c'est moi que j'attendais**. Tel le vieux Rabbin, un enfant siége dans le haut de cette tour de six étages, il m'attend, je l'espère. Qu'ai-je besoin de lui dire ? Parce qu'il voudra savoir, pourquoi viens-tu me chercher Simon ? Qu'attends-tu de moi ? Je pars là-bas, ainsi sera mon prochain pas ! Pour de meilleures conditions, je suis allé en acupuncture et suis parti en direction du centre hospitalier de Rimouski. Enregistreuse en main, je suis prêt ! Voilà sous la forme d'un je *me souviens*, ma mission de récupération.

Je me souviens d'une mission de récupération

Je me souviens de ce mois de janvier 2017. Je sors d'un traitement d'acupuncture, préparatif nécessaire à cette mission de sauvetage ; aller récupérer l'enfant au sixième

étage de l'hôpital de Rimouski. Des craintes m'envahissent, me possèdent : vais-je trouver cet enfant ? Ça fait tellement longtemps qu'il est là, impuissant. Je suis dans les escaliers et gravis chaque marche avec une gêne délicate. L'odeur du lieu m'est familière, un léger étourdissement m'accompagne comme si au seuil de la nouveauté se générait un état de confusion entre deux dimensions temporelles : le présent et le passé. J'ai cette impression de me désincarner de mon corps. Malgré cela, mes pieds me mènent, je leur fais confiance. Après quelques échecs, de portes barrées et un peu perdues, je trouve enfin, je l'espère, le bon escalier. D'être là me rend fier, un geste maïeutique, un geste pour ma vie. Je ne sais pas si l'enfant est encore ici. J'ai le goût du jeu, et si je jouais à me trouver ? Imitant le petit Oscar⁴⁵, héros du livre de Schmitt (2002), je demande à Dieu de me trouver.

Au sixième étage, c'est la chapelle qui m'attend, Dieu m'a trouvé. La chapelle est toute petite, surplombant l'édifice ; c'est le lieu le plus en hauteur de l'immeuble. Une prière se retrouve sur mes lèvres, je veux retrouver le petit Simon. Je suis devant cette fenêtre, la plus haute de la tour, c'est une surprise pour moi d'être en lieu saint. Le silence est dense, j'habite la pièce, la pièce m'habite. Apaisement, le temps ralentit. Ça me touche beaucoup, je retrouve cet enfant dans mon cœur, celui qui sait prier, celui qui n'est jamais seul, je me retrouve un peu. Je sors de la chapelle, me sens attiré vers une porte au bout du couloir. J'ouvre...

Derrière la porte c'est la salle de jeux qui m'attend, dans ma salle de jeux, la même qu'à l'époque. Les couleurs ont changé et pourtant c'est le même endroit. Je pense fort à ma mère, à l'immensité inconditionnelle de son cœur. C'est donc ben grand un cœur de mère ! Ma mère, qui s'est pointée tous les jours, ne me laissant jamais tomber. Ma mère qui a pris en charge nos inquiétudes, nos tristesses, nos peurs. Je suis le fils digne d'une mère digne. Je marche dans le corridor. Tout me semble plus petit, le couloir était bien plus grand dans mon souvenir. Je me souviens de cette fois où la bouteille de mon sérum était tombée par terre, fracassée. Nous étions sans doute trop énervés, et tous avaient été relégués dans leurs chambres, punis ! J'ai un sourire aux lèvres.

Au bout du couloir, un long banc en bois. Une femme, une mère, j'imagine. Assise et patiente elle attend. Devant nous, la porte du bloc opératoire avec cet avertissement « *défense d'entrer, personnel autorisé seulement* ». À droite se trouvent les ascenseurs. En observant cette femme, je revois ma mère, assise devant cette porte, à m'attendre sa vie en suspens. Je sens que je suis ici. De vieux souvenirs d'amitiés défilent, se succèdent. Il y avait ce gars en fauteuil-roulant qui me donnait des tas de seringues vides que je rapportais à la maison pour jouer avec mes amis. Ils m'apparaissent, me visitent à travers les époques. Il y avait ce p'tit gars que les parents ne pouvaient venir voir. Ma mère le berçait. Il y avait cette dame, la dame Rose, la « matante aux bagues », amie de ma mère qui venait me faire manger. J'ai reçu beaucoup, beaucoup d'amour.

⁴⁵ *Oscar et la dame Rose*, d'Éric-Emmanuel Schmitt, Albin Michel, 2002

L'image obsédante du petit garçon devant l'ascenseur se passe lors d'une grosse infection urinaire que j'avais faite en 4 ou 5e année. Avec mon ami Daniel, nous avons été à la pêche en mai. Nous avons été dans la rivière, et c'est là que je suis tombé malade. Beaucoup de temps d'hospitalisations ce printemps-été là. Ma classe de l'époque m'avait tous fait des lettres et des dessins. Ce souvenir me récupère, me rappelle l'importance du lien avec les autres, car ce petit gars en souffrance se sent seul, se sent trahi par la vie et en veut terriblement à Dieu pour cette injustice. Mais il ne voyait pas à l'époque comment ses liens étaient puissants, apaisants et agissants pour sa guérison.

Aujourd'hui je réalise que cette épreuve était aussi celle de ma mère et de mon père, de mon frère, et de ma grand-mère, et bien d'autres membres du clan et de ma communauté. Je revois mon frère tout jeune qui venait mettre des petits mots d'amour sur mon lit. Nous avons porté ensemble l'épreuve pour que je puisse respirer dedans et trouver la force à mon tour d'affronter les opérations, les examens pour mon devenir d'homme-guerrier-aux-mille-cicatrices. Une famille, un clan, c'est du support de course. C'est la joie d'être ensemble, c'est la poutre qui permet de supporter l'expérience de l'insupportable, à plusieurs, dans nos cœurs, dans nos loyautés et nos amours.

L'hôpital n'est pas le monstre que je m'imaginai. Par la fenêtre à ma gauche, une magnifique vue de l'île St-Barnabé. Une fierté m'envahit. Le petit est près de moi. Je me lève, marche vers l'ascenseur. Je ne sais pas si le petit est à côté de moi ou en moi ou les deux en même temps. Un dernier regard sur ce lieu, je quitte, nous quittons. D'un pas, nous entrons dans l'ascenseur.

Rez-de-chaussée SVP ! Nous sortons mon vieux.

La porte s'ouvre, beaucoup de bruit, de gens qui entrent et qui sortent. Aujourd'hui je marche entier, il n'y a pas de demi-mesure. Un souffle fier s'agrandit. Je m'engage dans la porte et sors dehors.

Sur la banquette de ma voiture, je ne suis pas seul aujourd'hui, je discute. L'enfant a terminé son périple, il peut aspirer à autre chose, aspirer à sa vie. Le petit jeune à côté de moi me touche énormément. Des larmes de fierté, de joie, de courage, de deuil, d'amour et de reconnaissance m'habitent ! Je goûte en cet instant la plénitude.

... silence...

De retour à mon auto, une joie m'envahit, des larmes aussi. Une énergie me vitalise avec un rapport au présent renouvelé. Ce genre d'expérience agrandit véritablement la perception que j'avais de mes souvenirs passés. Je ne suis plus juste une victime, je vois aussi toute l'ampleur de mon drame sur ma famille. Ce qui me touche particulièrement,

c'est l'engagement de la communauté pour le souhait de guérison. J'ai une gratitude immense envers mon clan et me reconferme l'importance de la valeur familiale. La préparation est importante dans ce genre d'acte, car il permet de mettre au clair son intention à l'avance et de garder malgré les moments de confusion une ligne claire au fond de soi. Finalement, il demeure que suivre son intuition malgré un jugement intérieur est un chemin de dépassement puissant. Si j'avais suivi mon intellect, jamais je n'aurais fait ce genre de projet. J'aurais trouvé absurde d'aller chercher un enfant invisible. Pourtant, c'était la chose à faire. Dans un monde dominé par la science et la rationalité, l'intuition demeure dans l'ombre et le juge intérieur dominé par la culture ambiante pourrait bien me faire accroire que mes actes sont superflus et sans résultats concrets. Cet élan intuitif tenu par l'artiste, gardien des vents invisibles poursuit lors de ce processus l'intégration de ces espaces.

Ce devoir c'est l'intégration de l'enfant blessé que l'on porte tous. Faire la paix avec lui c'est faire la paix avec des éléments du passé qui agissent sur notre présent. Pour ma part, c'est le début de la prise de conscience que la peur agit beaucoup plus large que je l'imaginai. C'est véritablement une ouverture vers le chemin de la vulnérabilité masculine, car cet épisode met en lumière mes peurs et s'avouer être la marionnette de ma peur devant l'orgueil masculin inscrit dans ma culture d'homme traditionnelle, est difficile. Je sens l'élan de me recroqueviller sur moi, et entrer dans le mutisme, mais l'accueil d'alliés qui ne jugent pas m'aide énormément à m'évoluer dans un monde en mouvement. C'est ensemble que l'on grandit.

4.5.2 Devoir No 2 : Quand l'adieu parle à Dieu

Pour pouvoir ouvrir un nouveau chapitre, il faut savoir refermer le précédent, y compris au plus profond de son âme, là où persiste l'attachement aux personnes et aux lieux qui nous définissaient.

William Bridges

Pour ce qui est de mon deuxième devoir à faire, il répond aux devoirs que l'on est supposé faire en préparation du stage de la quête de vision en 2016. Lors de ce stage mentionné au chapitre précédent, je devais écrire des lettres d'adieux à mes proches. Ces lettres s'inscrivaient dans une symbolique où le quêteur laisse derrière lui son identité et ses relations. Écrire ces lettres a été le premier pas vers une mort symbolique et inévitablement vers une renaissance. Je n'ai pas écrit mes lettres. C'est quelques mois plus tard à l'aube de ma fête de 40 ans que ce devoir va me hanter. C'est grâce à l'oreille attentive d'un ami qui m'invitera à suivre les élans de ma vie qui demandent mon attention et à écrire ces lettres. Je les ai écrites d'un coup et ça m'a libéré. C'est très difficile car pour un père, imaginer mourir et laisser derrière lui ses enfants en bas âge est contre nature et c'est une souffrance à laquelle je ne veux jamais être confronté. J'ai réalisé que visiter ces émotions, c'est aussi descendre dans la profondeur de la fatalité et réaliser enfin toute la saveur de sa vie. C'est aussi dans ce lieu que ma fille m'invitait dans 4.3.3, aux abords de l'abysse s'y trouve le trésor de la vie. J'ai donc cherché à réactualiser ces lettres ayant découvert un nouveau rapport à cette mort symbolique : la gratitude. Si au départ je m'adressais directement à mes filles, j'écris ces nouvelles lettres à Dieu, en lui rendant grâce à partir de la parole du cœur, en guise de remerciement pour la beauté de ces femmes en devenir qui me côtoient.

Prière d'un père émerveillé

Cher Dieu,

J'avais simplement le désir de te dire merci. Pas n'importe quel merci, un merci spécifique à la présence de mes trois filles dans ma vie. Tu sais Dieu, je te connais grâce aux femmes de ma lignée, et je te remercie de les avoir mises sur ma route. Ces femmes m'ont permis d'apprendre à me relier à toi, grâce à elles, ce lien, cette parole avec toi m'est accessible.

Dieu, je veux te remercier de mon premier miracle Alice. Je ne devais pas avoir d'enfant mais grâce à toi et aux prières des femmes de ma famille, de ma foi, des maitres chirurgiens et d'une femme que j'aime, Alice a vu le jour ! Dieu si tu voyais Alice tu serais fier d'elle. Elle chante comme les anges qui volent sans effort au gré des vents chauds de l'été. Elle se vit dans une temporalité qui est sienne. Elle se passionne de musique et voyage grâce à elle à l'autre bout du monde : la Corée. Dernièrement Alice a performé une

chanson pour sa mère telle une prière qui réchauffe le cœur. J'observe qu'Alice est dans une période d'errance et je te demande Dieu de prendre soin d'elle dans son processus.

Dieu je veux te remercier pour mon deuxième miracle Agathe. Agathe c'est mon second miracle. Agathe c'est une force tranquille qui est habitée par une profondeur incommensurable. Dieu si tu voyais Agathe tu serais fier d'elle. Elle s'élanche dans de nouveaux défis et elle s'est inscrite en comédie musicale. Elle dégage une présence rassurante qui offre de l'écoute. Elle a la plume de l'aigle à la main et sait faire ressortir de son écriture son cœur. Agathe s'enligne pour devenir agent de la paix. Dieu, je sais que ce sont des métiers difficiles, alors veille sur elle.

Dieu je veux te remercier pour mon troisième miracle Anaïs. Anaïs est mon dernier miracle. Anaïs c'est une joie et une soif de vivre. Si tu la voyais Dieu, tu serais fier d'elle. Elle est la fille cheval qui marche sa vie en galopant. Pour elle, les animaux passent avant tout. Anaïs sait se faire aimer et elle aime être entourée d'amis. C'est une jeune fille qui aime créer à partir de n'importe quoi et surtout la nourriture. Un jour Dieu, va falloir que tu goûtes ses recettes ! Dieu j'aimerais que tu veilles sur Ana car elle a une intensité débordante et elle va avoir besoin de toi pour la canaliser.

Dieu, tu sais que je ne suis pas toujours un bon père. Malgré mes travers, mes faiblesses, mon mutisme, Dieu je t'assure que je vais veiller sur mes filles. Si elles savaient à quel point je les aime et ma difficulté à leur exprimer mon amour. Dieu, je veux être plus libre de parler, plus libre de vivre mes émotions, plus libre de suivre mes élans du cœur sans me barrer les pieds dans mes vieilles traineries qui m'habitent encore et qui n'ont plus leur place. Dieu, j'ai la foi mais aujourd'hui la spiritualité ne veut plus rien dire. Je te demande de me guider dans ce legs difficile, celui de remettre la relation qui rend vivant en lien avec le vivant, celui d'exprimer le cœur au cœur de mes relations.

4.5.3 Devoir No 3 : J't'aime le père !

« Vas-tu attendre à la fin de ta quête pour dire à ton père que tu l'aimes ? »

Journal de quête, 2016

Ce dernier devoir vient répondre à cette phrase qui m'est apparue dans le stage de la quête de vision 2016 sur mon île et qui me disait : *vas-tu attendre la fin de ta quête pour dire je t'aime à ton père ?* Je réalisais à ce moment que la prise de conscience est futile si

elle n'est pas accompagnée d'action. Aussi, un mot que l'on écrivait sur l'île et qui nous était envoyé quelques mois plus tard résume bien les prochains pas vers mes devoirs de vie :

*Mon beau Simon
N'oublie jamais de te respecter et surtout
N'attends pas la fin de ta quête pour aimer
Et exprimer ton amour*

Tout était dit. La fin de ma quête, c'est la symbolique de ma vie. Qu'est-ce que j'attends ? Je me suis mis en projet d'exprimer mon amour à mon père. De prime abord ça peut sembler facile, mais j'affectionne les idéaux, j'attendais le bon moment. Ici, c'est plutôt le moment qui m'attendait. C'est à ma fête surprise de mes 40 ans, surprise organisée par ma conjointe que le moment s'est passé. Je pensais aller à la fête de ma sœur, or, c'était la mienne que l'on allait fêter. Voilà comment ça s'est passé :

*Je me souviens, j'arrive chez ma sœur, nous venons pour fêter sa fête. Je suis fragile ce soir, je vois les amis à ma sœur de la fenêtre. Ce n'est pas ce soir que nous allons me fêter. Je marche résigné. Les attentes m'ont eu, je n'en veux plus. À l'intérieur, ma sœur veut me parler. Elle m'amène dans une autre pièce. Elle s'excuse, pour avoir pris cette date de fête. Je ne lui en veux pas, nous sommes le 25 février, sa fête tombe le lendemain. Elle m'invite à voir son cadeau, un divan neuf. Je me dis qu'elle est bien chanceuse, je pense avoir encore un peu de ressentiment contre elle. J'évite de le montrer. On ouvre la porte ! Surprise !!!! Je n'en crois pas mes yeux, je vois mes amis, venus de loin, me chanter bonne fête. Les larmes me montent à me remémorer tout ça. **Je recule, recule, on m'invite à avancer.** Je commence à rire, de la joie, oui, de la joie pure. Les gens m'accueillent, m'aiment, je n'en reviens pas comment les gens m'aiment. Mon père approche, il me prend dans ses bras : « **je t'aime mon gars !** » avec les larmes aux yeux. « **Je t'aime aussi** », on se serre dans nos bras. Mathieu, mon fidèle allié, regarde la scène. Je prends tout le monde dans mes bras, je suis en joie !*

Journal, février 2017

Il y a ici un trésor que je ne voyais pas. Lors de l'analyse du texte, mon co-directeur m'a pointé ce mouvement que je fais lors de la fête : *je recule et recule* encore avant

d'entrer dans la pièce où tout le monde m'accueille. Il va me poser la question suivante : *qu'est-ce qui est si large que tu doives reculer par deux fois pour saisir cette invitation à avancer ? Et quand tu avances, tu avances vers quoi ?* Je recule devant ce que je cherche et ça m'effraie. J'ai peur de ce que je cherche : *ma propre puissance d'aimer et mon principe féminin*. J'ai peur de ressentir qu'on m'aime et d'en démontrer l'expression. Je cherche à être aimé et paradoxalement je me fuis quand l'invitation se présente. Comment bien vouloir mettre du cœur dans ce monde, quand mon propre cœur se garde d'être aimé ? Pourquoi attendre si longtemps pour se dire que l'on s'aime ? Et combien d'hommes comme moi se privent de leurs cœurs et ne cessent de faire des tentatives avortées ou incomprises de démonstrations d'amour à leurs proches ? Et combien d'élans j'ai réprimé au nom de ma peur et de mes idéaux amoureux, antagonistes à l'amour ?

Or mon père m'a démontré son amour à sa manière comme les hommes de son époque. Bien que j'aie été un enfant plutôt sensible et fragile par mon état, dès l'âge de cinq ans je conduis le quatre-roues de mon père. Je suis sur la cuisse de mon père à conduire le pickup, je me sens tellement homme. Plus tard, c'est un char que j'irai battre dans le champ derrière la maison, un mustang 84. Ensuite, c'est un vieux pick up Chevrolet que mon père apporte sur le lot familial pour le simple plaisir de me voir m'amuser à conduire et à bucher un peu de bois. Il y a véritablement un écart entre la manière des pères traditionnels à dire « je t'aime » et les attentes idéalisées des fils à recevoir cet amour. C'est le processus de diminuer l'écart entre l'attente du fils et l'expression du père qui me semble avoir le plus besoin de soin.

Mon père m'aime je vous le jure

À sa façon cet homme assure

Au descendant la démesure

D'un cœur plus grand

D'un cœur plus mûr

Je suis le fils aux mille cisailles

Qui reconnaît mon père loyal

*Dans l'écriture de ce mémoire
Le fils au cœur ouvert se lève
Pour te dire simplement papa :
Je t'aime !*

Helsim le scalde, 2021

4.5.4 La mort, une naissance Scaldique

*Je vous le jure. Quand il n'y a plus rien, il n'y a que
l'Amour. Tous les barrages craquent. C'est la
noyade, l'immersion. L'amour n'est pas un
sentiment. C'est la substance même de la création.*

Christiane Singer

La fin de ce sous-chapitre est mouvement, acte et finalité avant la renaissance qui sera dévoilée dans le chapitre final. Mourir symboliquement, c'est laisser l'identité ancienne derrière soi. Mourir à cette identité masculine prise avec sa peur d'aimer et de se laisser aimer. C'est mourir à ses vieilles représentations d'homme enfermé dans un patriarcat qui ne l'épargne pas de ses mille jugements associés. C'est aussi mourir à cette peur d'une authentique expression du cœur et d'en ressentir les effets dans ce corps rationaliste. Le héros doit accepter cette mort, laisser aller cette identité qu'il garde pour le pire et le meilleur, laisser aller ses armes, ses armures et mourir à sa guerre. Pour garder la cohérence de ce sous-chapitre, je rappelle qu'il s'articule autour de la mort symbolique pour donner suite à 3 devoirs à faire, ressortis de la quête de vision de 2016. De ces trois devoirs, il en ressort trois thèmes fondamentaux :

- 1- Soigner l'enfant intérieur
- 2- La fin de la pensée de l'adolescent éternel/ et mettre de la conscience dans la finitude de soi et des siens
- 3- Réactualiser le rapport au père que l'on a eu et celui que l'on devient

Ces devoirs sont tous, d'une façon ou d'une autre, une tentative de trouver des voies de passage vers de nouvelles formes, inscrites dans mon processus d'individuation. C'est à partir de l'artiste, d'une de ces chansons que je veux compléter cette mort symbolique. Le texte de la chanson s'intitule : *Partira pour de bon*. Écrite sous forme de duo, moi et ma grande fille en l'occurrence, la chanson raconte l'histoire d'un guerrier face à l'ultime passage, où il entretient un dialogue avec tantôt son âme, et tantôt sa fille. Ce texte de chanson est d'une certaine manière la façon qu'a l'homme mature de s'approcher de son cœur de père et de permettre une relation plus riche avec ses filles. Ce duo tente de combler l'écart entre une manière apprise d'être un père, celle qui garde une distance affective et celle qui cherche ses voix d'actualisation par une expression plus libre de son cœur. Le prochain pas vers mes devoirs sera assurément d'enregistrer avec ma fille ce titre en studio. Ce qui permettra d'abord un partage entre le père et sa fille, et un partage grand public.

Partira pour de bon

1. Mon voyage se termine mon ami (Simon)

Ton voyage se termine mon ami (Alice)

Le vent souffle ma dernière bougie (Simon)

Le vent souffle ta dernière bougie (Alice)

Souffleront (ensemble)

Quand la vie part

Partira pour de bon

2. Je voyage les images de ma vie (Simon)

Tu voyages l'héritage de ta vie (Alice)

Un baiser, des papillons une flamme (Simon)

Un naufrage, des compagnons, une larme (Alice)

Larmoieront (ensemble)

Quand la vie part

Partira pour de bon

3. Mon cœur débat quand j'te vois mon enfant (Simon)

Ton cœur dilate quand tu entends mon chant (Alice)

À hauteur d'homme, de Roi et d'amant (Simon)

Haute comme trois pommes, je te vois du dedans (Alice)

S'aimeront (ensemble)

*Quand la vie part
Partira pour de bon*

*4. Les visages disparus
Mes souvenirs déchus
Je m'envole
Ai-je assez vécu ?
J'ai goûté c'que j'ai pu
Je m'affole
Je caresse ton visage
Ça n'peut être qu'un mirage
J'te cajole
Tes yeux grands comme le ciel
L'amour comme l'hirondelle
Je m'envole
J'ouvre mes ailes
Le vent me pousse comme une voile
Ouvre tes ailes (Alice)
Va rejoindre les étoiles (Alice)*

*5. Mes yeux te voient une dernière fois (Simon)
Tes yeux se ferment une dernière fois (Alice)
Un murmure au loin j'entends ta voix (Simon)
Je te murmure cette chanson de toi (Alice)*

*Chanterons (ensemble)
Quand la vie part
Partira pour de bon*

Helsim le Scalde (2017)

4.6 Pénis, verge et zizi !

*Il me fallait d'abord entendre qu'il était tout à fait
inutile de courir si vite puisque ce que je fuyais était
déjà soigneusement cousu à ma peau.*

Christiane Singer

Ce dernier sous-chapitre tend à revisiter ma blessure originelle, la blessure de ce sexe raconté en récit dans le premier sous-chapitre 4 nommé : *Bereshit*. Bien que je parle peu

de cette blessure au cours de mes données sinon dans le premier sous-chapitre, elle agit constamment dans ma psyché d'homme. Je constate que ma difficulté de me légitimer comme homme, dans ce corps est relié à une difficulté à reconnaître et percevoir mon pénis dans la norme masculine d'aujourd'hui : le grand, le gros, le beau, le faiseur de jouissance et j'en passe. Sam Keen cité par Blondin (1994, p.120) à propos du rapport que les hommes entretiennent avec leur verge : « Célébration ou compensation, il y a quelque chose d'obsessionnel dans la perception mâle du pénis [...]. Alors pourquoi les hommes tiennent-ils tant à ne voir leurs pénis qu'à travers le télescope de leur ego ? ». Blondin (1994, p. 120) rajoute que selon certains auteurs, « le pénis serait une représentation du moi perçu comme petit, souvent médiocre, inconstant, et honteusement hors de contrôle. L'identité mâle tourne autour du pénis comme l'identité féminine ne l'a jamais fait autour de la vulve ». Mon pénis est ma vulnérabilité incarnée, la honte du dévoilement me fige, me renferme, me diminue. Je suis pris de ce phénomène, d'être mon pénis, menotté à cette défaillance du culte de la verge. Historiquement, le pénis quelle que fut l'époque a suscité l'intérêt et la curiosité de toutes sortes. Des fresques de par le monde abondent sur cet organe qui inspire la fascination. Des temples hindous au forum romain en passant par les pyramides, les estampes japonaises ou les quartiers chauds de toutes les grandes villes du monde, sans compter les graffitis, le phallus est obnubilé par la démesure, le plus-grand-que-nature. Julia A. Bondi dit que : « Le pénis, l'organe sexuel de l'homme, a toujours symbolisé le pouvoir » (Bondi, 1989, p. 201). Elle dit aussi que : « Le phallus a cependant une signification symbolique plus profonde... Ainsi, la tradition tantrique le tenait pour *bâton de pouvoir* capable d'éveiller la femme, de lui révéler sa propre créativité, sa fertilité ».

Je m'identifie à cette verge, à ce bâton de pouvoir en manque de pouvoir et j'en souffre. Estampillée dans mon corps, empreinte contraignante, j'ai la honte cousue à la peau ; le corps ne s'habitera jamais totalement. Et pourtant : « Dans un bon corps, un corps réconcilié avec ses blessures, la peur ne verrouille plus les espaces », dira (Singer, 2001, p. 117). Dans ce corps, celui que je marche, je suis verrouillé, la honte entre les jambes. Utilisant des stratégies d'hommes, j'ai usé de ce corps comme un outil sur lequel on forge son identité : en essayant d'aller au bout de lui par d'autres moyens et la consommation fut un exutoire exaltant.

Et aujourd'hui, se « vouloir appartenir » à l'élite mâle demande sa reddition, car je m'accroche coûte que coûte à cette identification au corps : je suis un homme héroïque au pénis cicatrisé. Le mouvement nouveau serait davantage une désidentification du corps et permettre l'émergence à la nouveauté, à se légitimer comme homme non par un standard établi, mais par sa propre inspiration intérieure capable d'honorer ce corps et d'en ressentir toute les parties. Mon pénis, c'est ma vulnérabilité incarnée ! Je le perçois aujourd'hui en termes de symbole comme mon KINTSUGI qui se traduit du japonais par *jointure d'or*.

Pour bien saisir ce concept, voici ce que Marilou Brousseau raconte en parlant du Kintsugi comme :

Une référence à une philosophie japonaise voulant qu'un vase brisé ne soit pas obsolète, mais transformable en une magnifique œuvre d'art par des coulis d'or versé sur ses cassures. L'objet retrouve alors une seconde vie tout aussi digne que la première, bien que différente en apparence. En reportant sur l'être humain cette manière de considérer les fêlures [...], il devient possible de les rencontrer non pas comme des imperfections rebutantes, mais telles des parts de notre histoire à honorer pour ce qu'elles ont permis de transformer en nous. (Brousseau, 2017, p. 7)

Mon pénis ne sera jamais comme les autres ; il est une œuvre d'art ! Ça ne fait pas de lui un sous-pénis, un demi-pénis ou un sur-pénis autant que je ne suis pas un sous-homme, un demi-homme ou un sur-homme. Je suis un homme où d'autres artistes ont uni leur savoir pour créer ce que je suis. Je ne suis plus un vase brisé, je suis renouvelé, l'or coule dans mes veines. Je suis œuvre d'art et artiste ! En guise de gratitude, je lui dédie ce kasàlà ou chant de force pour honorer ce pénis, mon sexe, pour m'honorer moi-même à incarner une peu plus de mon intimité dans l'intimité du monde.

Kasàlà du Pénis

*Oh! toi Pénis de l'entre-mes-jambes
Qui porte à droite dans la dormance
Qui tire à gauche dans la romance
La barbe hirsute de quelques jours
Cachent cicatrices du bas du ventre*

*Oh! toi zizi mon tout-petit
Aux couilles pendantes et non-chalantes
Une grosse gosse bosse des bécosse
S'partage un sac avec tite gosse
J'ai une usine à vie d'in short*

*Ho toi pissette, maudit mot laite
Calisse d'envie, pornographie
Hors de ma vue, le circoncis
Ou seul la gloire de la branlette
Venions-nous rejoindre en cachette*

*Ho toi Pénis le dur-à-cuir
Aux milles cisailles, aux milles plaisirs
L'affreux tenace, désir coriace
Qui s'lève toujours prêt à durcir
Devant l'hôtel du féminin*

*Ho toi Pénis le va-et-vient
Qui me fit mâle-conquérant
En terre d'accueil de la femme rouge
Tendres étreintes, le corps qui bouge
Poussière d'étoile donnera la vie*

*Ho toi Pénis le-cœur-vaillant
Qui aime se mettre le nez au vent
Le cul à l'air, soleil levant
Être libre, nu, mon agrément
Le sauvageon libre du r'gard des gens*

*Ho toi Pénis mon KINTSUGI
Une verge cassée au coulis d'or
Une verge histoire, une œuvre d'art
Je t'honore et je me dresse
Je suis Péni-Simon*

Mars 2020

Je suis en fin de cet immense chapitre de données qui m'a servi d'enseignant, de révélateur, la carte de mon ciel m'invitant à devenir ce que moi seul peux devenir. J'invite le questeur à se lever, à naître de son renouvellement dans le chapitre suivant : le dernier. Mais avant, un passage de John Bunyan cité par Coelho qui résume l'état qui m'habite lors de ces dernières lignes :

Bien que je sois passé par tout ce par quoi je suis passé, je ne regrette pas les problèmes dans lesquels je me suis engagé, parce que ce sont eux qui m'ont mené là où je voulais arriver. Maintenant, à l'approche de la mort, tout ce que je possède est cette épée, et je la remets à celui qui désire suivre son pèlerinage. J'emporte avec moi les marques et les cicatrices des combats - elles sont les témoignages de ce que j'ai vécu et les récompenses de ce que j'ai conquis.

Ce sont ces marques et ces cicatrices chéries qui vont m'ouvrir les portes du Paradis. À une certaine époque, j'ai passé ma vie à écouter des histoires de bravoure. À une certaine époque, je n'ai vécu que parce que j'avais besoin de vivre. Mais maintenant je vis parce que je suis un guerrier, et parce que je veux un jour rejoindre la compagnie de Celui pour lequel j'ai tant lutté.

(Coelho, 1997, p. 39)

CHAPITRE 5 SYNTHÈSE CRÉATRICE

*De son sommeil.
Le jour se réveille
Avec la lumière de l'aube.
Toi aussi, il faut te lever,
Toi aussi, il faut te réveiller
Avec le jour qui vient [...]*

*Chuchotant et lointaine dans son extase,
elle murmurait pour moi ces mots qui
s'imprégnèrent en feu dans ma conscience*

Raconté à Knud Rasmussen par l'inuit polaire
Simigaq

5.1 Introduction

*Durant l'enfance, on pense qu'en grandissant, on
deviendra invulnérable. Mais grandir c'est accepter
la vulnérabilité. Être vivant, c'est être vulnérable.*

Madeleine L'Engle

Nous voici à l'amorce du dernier chapitre de ce mémoire qui s'articule sous la forme d'une synthèse créatrice. Ce chapitre sert avant tout à synthétiser les compréhensions relatives à ma question de recherche et à mes objectifs de départ. Il cherche également à revenir sur mes données en vue de porter un regard renouvelé sur ma pratique. L'intention qui m'anime à cette étape de ma démarche a révélé toute son importance en cours de processus. J'ai réalisé que j'étais également animé par le désir d'identifier ce que je souhaite léguer à la génération future, notamment à mes filles. Étant donné que mon processus de recherche s'inscrit dans une démarche heuristique, ce chapitre de compréhension s'articule autour de diverses boucles réflexives successives. En effet, il s'est d'abord écrit à partir d'un premier jet motivé par cette intention : ce que je souhaite

léguer. Ce premier jet a par la suite été complété par la mise en dialogue de mes différentes analyses préliminaires, marquant chaque fin de sous-chapitre avec le cadre théorique déterminé au départ. L'ensemble de mon récit a été relu en fin de parcours pour m'assurer que l'ensemble des sujets pertinents ont été abordés et pour m'assurer de la saturation de mes données. L'application de cette méthodologie d'analyse a permis de systématiser les compréhensions des thèmes adressés dans cette recherche mais aussi d'œuvrer à leur actualisation dans une perspective de renouvellement de pratique (Pilon, 2009).

Pour rappeler l'essence de ma recherche, je fais le rappel ici de ma question et de mes objectifs de recherche :

Question de recherche :

En quoi et comment la figure de l'artiste est-elle une voie/voix d'actualisation de mon cœur d'homme ?

OBJECTIF DE RECHERCHE :

- 1- **Explorer** à travers mon histoire de vie personnelle, professionnelle et artistique le chemin d'accouchement de mon cœur d'homme
- 2- **Identifier et comprendre** comment mon processus artistique actualise mon rapport à mon cœur au masculin et participe au renouvellement de ma pratique
- 3- **Réaliser et créer** une amorce d'intégration par une synthèse créatrice visant à synthétiser les nouvelles compréhensions

Ce dernier chapitre répond aux objectifs 2 et 3, le premier se rapportant principalement au chapitre précédent. Il est important de mentionner que l'objectif 3 s'est ajusté en cours de route. Je voulais comme outil d'intégration performer un véritable spectacle à partir des compréhensions de l'artiste, sur une scène devant public.

Malheureusement, l'arrivée du virus Covid-19 a changé la donne. C'est plutôt par l'écriture que se sont produites cette intégration et systématisation des nouvelles compréhensions issues du chapitre précédent par un effort de synthèse créatrice.

5.2 La figure de l'artiste comme chemin d'actualisation

Un guerrier responsable n'est pas celui qui porte sur ses épaules le poids du monde ; c'est celui qui a appris à reconnaître les défis de chaque instant.

Paulo Coelho

Cette section répond à la première partie de l'objectif de recherche numéro 2, c'est-à-dire : **Identifier et comprendre** comment mon processus artistique participe à l'actualisation de mon rapport à mon cœur d'homme. La deuxième partie de l'objectif sera répondu dans les sections suivantes. Dans un premier temps, j'ai dû revisiter mes données pour voir en quoi ma socialisation au masculin et le sentiment de honte qu'elle génère participe souvent à me couper de mon cœur. Par la suite je vais tenter d'élucider comment l'artiste devient un vecteur d'actualisation de mon cœur au masculin et de comprendre enfin comment cela change mon rapport d'abord à mes relations, et ensuite à l'intimité, à la vulnérabilité, à une puissance renouvelée et finalement le rapport au féminin.

5.2.1 Le piège de la honte au masculin

C'est seulement en rassemblant le courage d'explorer l'obscurité qu'on découvre l'infini pouvoir de la lumière.

Brené Brown

L'un de mes premiers constats à partir de mes données recueillies est cette rencontre avec la honte qui est directement liée à ma blessure originelle. Une honte qui alimente la coupure à mes ressources du cœur. D'ailleurs si la honte est présente dès le début du processus de recherche, c'est véritablement en fin d'écriture de mes récits que je vais réaliser l'ampleur de celle-ci et l'impact qu'elle opère sur mon devenir d'homme : *la honte me piège*. Elle m'aspire dans une boucle hermétique où elle s'alimente de mon mal-être au masculin. Pour bien saisir ce que j'entends par ce piège de la honte au masculin, voici une figure qui illustre les compréhensions recueillies tout au long de mon parcours de recherche. À la suite de cette figure, chaque bulle sera approfondie et pourra ainsi me permettre une nouvelle compréhension. Finalement, je vais inviter l'artiste pour mieux saisir ces lieux d'actions et alimenter un potentiel de libération et de construction d'un lien renouvelé avec mon cœur.

Le retour sur mes données de recherche m'a permis de voir avec plus de clarté combien le fait d'être né en région éloignée, dans une communauté totalement éloignée des théories actuelles sur le genre m'a exposé à une forme patriarcale univoque de représentation du masculin qui m'a fait vivre un grand sentiment d'insuffisance, d'inadéquation et d'illégitimité parmi les hommes de mon entourage. La socialisation pour ne pas dire l'éducation masculine reçue a contribué ainsi, à créer une faille profonde dans moi. Une faille remplie de honte de soi. Je vais avoir besoin de temps, d'engagement, d'accompagnement, de soin du corps et de l'esprit ainsi que des années d'autoformation et de dépassement pour me libérer de l'emprise de cette honte. Je dois souligner combien la dimension de l'artiste a été pour moi d'un grand support sur ce chemin initiatique. J'ai pu constater avec clarté que le sentiment de honte me faisait tourner en rond comme dans le cas de la figure ci-après.

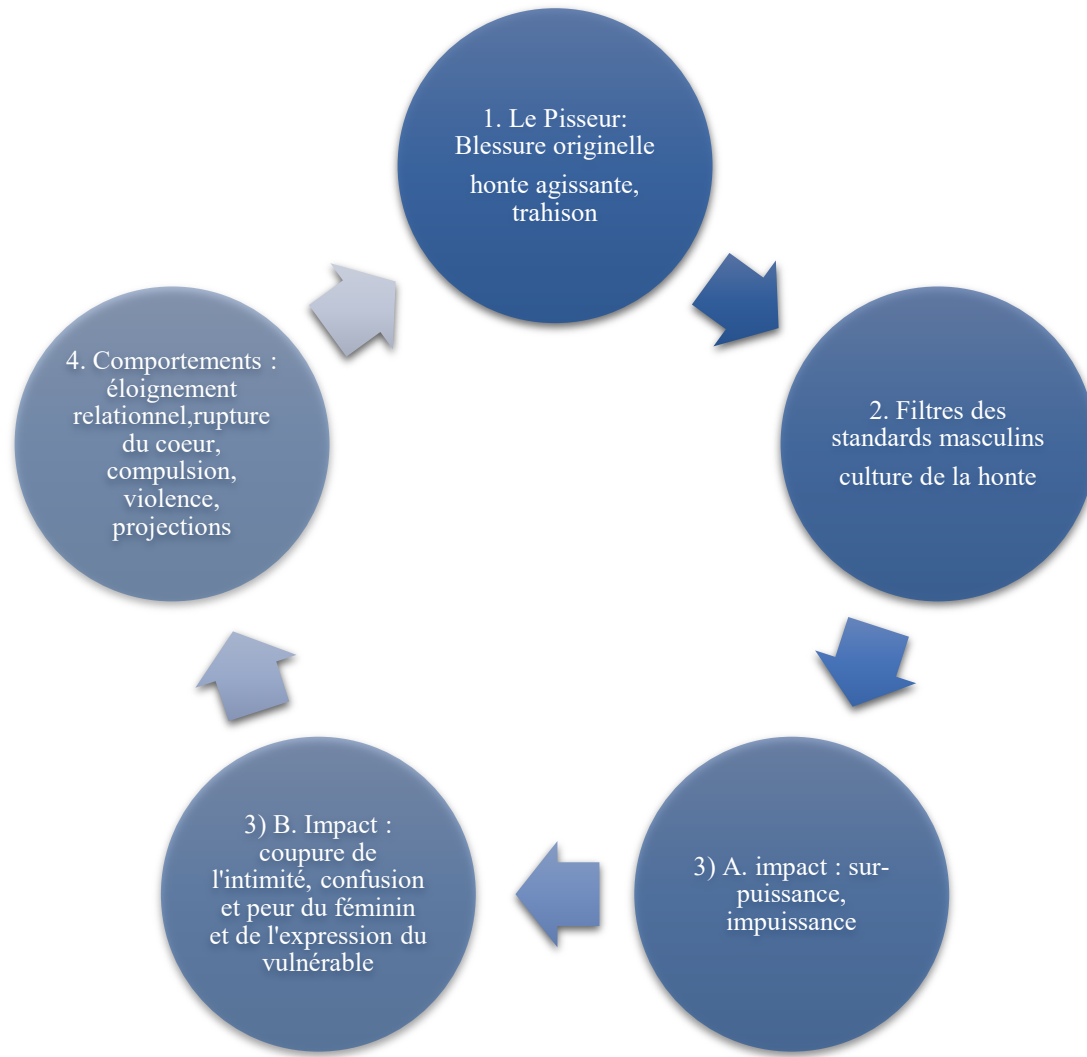


Figure 10 : Piège de la honte au masculin

1. Blessure Originelle : Le pisseur et la honte

La blessure originelle du pisseur, reliée à la honte, marque le début du cycle que j'appelle le piège de la honte au masculin tel que je l'ai vécu et qu'il m'a été permis de l'articuler jusqu'à maintenant. Ayant pour ma part une blessure physique reliée directement à ma masculinité, soit les cicatrices de mon sexe, celle-ci s'est avéré entraîner des répercussions sur ma manière de me vivre comme homme. On a vu que dès l'enfance, l'impossibilité de pisser debout m'a doublement influencé à suivre les voies de la culture

masculine de mon patelin. On se rappellera que ces différentes répercussions ont eu les effets concrets suivants : de ceux-ci, les filtres de standards masculins introjectés créeront des impacts liés à la représentation de la puissance et de la vulnérabilité qui joueront un rôle central dans cette boucle de la honte. Nous y reviendrons. Pour l'instant, voyons comment ces filtres de représentations d'une masculinité standard ou normée ont exercé une influence sur la perception de moi et des autres, qui a participé à nourrir mon sentiment de honte soi.

2. Filtres des standards masculins et culture de la honte

Jeune garçon déjà, j'évoluais dans une culture masculine dite traditionnelle, qui présentait un certain nombre de standards de la masculinité qui semblaient faire l'unanimité. J'observais que les principaux standards sont : le culte de la force brute, le rejet de tout ce qui peut être perçu comme féminin, le rejet des larmes et de toute trace de vulnérabilité, la recherche du dépassement viril comme la surconsommation d'alcool, faire un métier jugé masculin, réprimer le partage de l'intime, avoir plusieurs conquêtes féminines pour se prouver sexuellement à soi et surtout aux autres gars et être en contrôle de ses émotions. Cette culture masculine est toxique à plusieurs égards pour les hommes eux-mêmes. Elle favorise la compétition, la performance et peut éduquer au courage et à la persévérance certes, mais l'autre face de cette médaille est faite de violence, d'humiliation, d'intimidation, etc. La socialisation au masculin n'est pas une école tendre. Elle participe au durcissement des hommes, à l'éloignement de soi et de sa sensibilité au rejet de toute trace de fragilité et ainsi au refus de la condition humaine.

Dans le même ordre d'idées, comme nous l'avons déjà mentionné au chapitre du cadre théorique, rappelons que Tremblay et L'heureux (2010) affirment que dans la socialisation masculine, l'homme va payer un lourd prix qui finit par être déshumanisant en faisant face à une triple dissociation soit sur les plans physique, relationnel et émotionnel.

Plusieurs de ces filtres se sont incrustés dans ma construction identitaire. Aller au-delà des limites du corps, éviter les larmes et éviter de parler de son intimité autant sur le plan

émotionnel que sexuel ont été des filtres persistants dans mon développement. Pour reprendre les mots de Phaneuf : « pour être un vrai gars, il faut être "tough", dur, rationnel ou insensible. Les hommes perdent alors contact avec leur monde intérieur. » (Phaneuf, 2000, p. 127). Il s'est donc avéré que ces filtres seront pour moi un facteur de pression de conformité. Et quand cette conformité s'installe par la non-reconnaissance du cœur et des émotions pas le biais d'humiliations, c'est une véritable culture de la honte (Brown, 2012) qui s'établit comme standard.

Je me souviens de cet oncle, il y a fort longtemps, j'étais tout jeune et lui sous l'effet d'ivresse. Lorsqu'il exprima le cœur ouvert et en larmes devant le clan : « maman, je vous aime ! », c'est véritablement un rire ridiculisant qui s'installa ce soir-là. On mettra ça sur le dos de la boisson, mais en réalité ça déstabilisait les règles établies. Moi, jeune témoin de la scène, j'avais honte pour lui !

Si au départ, je me sentais homme en tentant de me conformer à ce modèle de la dureté masculine, assez vite je me suis rendu compte du prix que je paie lorsque je tente de m'enfermer à tout prix dans ces carcans.

J'ai réalisé douloureusement combien ce modèle me coupait de certaines parties de moi-même, ce qui avait des impacts directs sur mon cœur d'homme. Ainsi, il s'est créé en moi une ambivalence et une tension binaire s'articulant autour de la « puissance et de l'impuissance ». Je vivais un grand écart entre les parts de moi que je sentais en pleine puissance et d'autres parties tellement fragiles que je ne pouvais pas assumer. C'est donc en m'amputant d'une part majeure de mes besoins et de ma liberté d'expression que j'avançais dans la vie. Il est évident que je m'attarde davantage sur l'aspect négatif de la culture traditionnelle, celle qui produit de la honte. Cette masculinité traditionnelle offre aussi des qualités positives importantes créant de la fierté et des conditions d'ouverture du cœur. Je vais y revenir plus loin dans ce sous-chapitre en abordant l'actualisation du concept de la puissance masculine.

3. A. Impacts de la dynamique surpuissance, impuissance

La suite de la construction identitaire par le biais des filtres masculins traditionnels va avoir comme impact d'installer dans l'être une tension entre surpuissance et impuissance qui, liée à mon expression du masculin, va se manifester comme une coupure de l'intimité, une confusion des éléments reliés au féminin et de l'expression de la vulnérabilité. Je vais d'abord observer l'impact de la surpuissance et de l'impuissance et l'ambivalence qu'elle induit. D'entrée de jeu, je rappelle comme mentionné plus tôt dans le texte que le Pisseur se vit de deux façons : il est l'enfant-guerrier-héroïque et aussi l'enfant-blessé-honteux. Déjà dans la blessure originelle du Pisseur, cette ambivalence est présente et soumise aux filtres masculins de ma culture, qui ne feront que renforcer un écart encore plus important dans mon expérience. L'homme se sent homme lorsqu'il se vit dans un sentiment de puissance et de contrôle et surtout s'il est en position de pénétrant.

Et voilà comment, depuis la nuit des temps, on apprend aux petits humains, sans jamais envisager de le remettre en cause, que pouvoir pénétrer, c'est bien plus puissant que pouvoir être pénétré, et qu'un homme est donc plus puissant qu'une femme. (Hefez, 2007, p. 94).

La surpuissance est une posture qui tend à immiscer dans la culture une qualité relationnelle de dominant/dominé. Les femmes seront d'ailleurs les plus grandes victimes de ce système qui relègue la puissance à sa plus simple expression : soit tu es un fort, soit un faible. Pour ma part, ayant ce sentiment de faiblesse via un pénis cicatrisé, et ne voulant pas être le pénétré, il me fallait une voie pour me prouver comme homme, prouver ma virilité. Et inhibé à l'idée de me dévêtir devant une femme, j'ai choisi la voie de la consommation. Les hommes de mon clan sont d'ailleurs d'excellents buveurs. Boire plus et me tenir debout faisait de moi un homme.

Je ne réalisais pas à l'époque que le rejet de ma part féminine était très présent. Je me disais égalitaire, je considérais les femmes comme mes égales sans me rendre compte que je me bluffais, entretenant le stéréotype de l'homme invulnérable et de la femme sans défense (Deslauriers, Lafrance, Tremblay, 2015). Je me positionnais dans l'homme sauveur, le puissant, celui qui sait pour l'autre par une qualité rationnelle plus aiguisée. Or si la surpuissance est présente c'est qu'elle est en concurrence avec son contraire, l'impuissance qui agit au même rythme dans un sillage parallèle. Donc plus je suis dans la

surpuissance, plus je cherche à m'éloigner de l'impuissance ne me rendant pas compte que je l'alimente au même rythme que son antagoniste à mon insu. Que je sois dans une posture de surpuissance ou d'impuissance, ce ne sont que deux façons de fuir sa honte et cela accentue la dualité interne.

3. B. Impacts : Coupure de l'intimité, confusion avec le féminin et l'expression du vulnérable

Étant loyal à ces filtres masculins, j'étais écartelé à l'intérieur de moi-même. Ma propre intimité m'échappait et une partie importante d'information sur mon intériorité m'était indisponible ; j'étais pris dans mes propres filets. D'ailleurs ce qui se joue dedans, se joue aussi dehors. Ainsi, j'observe que la distance que j'entretiens à l'intérieur ressemble étrangement à la distance que j'instaure avec mes proches. On verra au fur et à mesure de l'analyse des données que certaines conditions comme la mise en acte de la figure de l'artiste et le processus de groupe vont m'aider à me rapprocher de moi et de mon cœur. Mais pour l'instant je m'attarde à cet éloignement de soi sans ces conditions. Donc cette difficulté de mon partage de l'intime par la peur d'avoir honte d'exprimer ma vulnérabilité se rapporte à la peur d'être perçu comme ayant des qualités féminines.

J'agis ma honte au lieu de la ressentir et ce au risque de perpétuer des impacts comportementaux désastreux que nous allons explorer plus loin. Ce qu'il me semble important de comprendre dans ce manque d'issue est que : « l'intimité n'est pas possible sans vulnérabilité », selon Brené Brown (2012, p. 124). L'intimité et la vulnérabilité vont de pair et sont confondues par l'idée que ce sont des qualités féminines par les filtres culturels inscrits. Ces filtres m'inhibent et créent cette énorme difficulté pour moi à identifier mes émotions ainsi que les sentiments qui m'habitent. Étant donné que fondamentalement dans notre culture, l'identité masculine aspire à la force et non à la faiblesse, l'homme aura tendance à cacher ses incapacités car il en a honte. Ce sentiment de faiblesse entretient cette confusion à propos de la vulnérabilité trop souvent reléguée au principe féminin car elle instaure dans le cœur des hommes cette idée que les femmes sont faibles - et que les hommes sont en l'occurrence plus forts -, et que par nature elles sont davantage enclines à l'expression de la vulnérabilité laissant dans ce sillage de confusion,

des hommes en manque d'une totale expression d'eux-mêmes, pris encore une fois dans ces carcans de rigidités culturels donnant naissance par exemple à ces hommes forts, sauveurs ou contrôlants de ces pauvres femmes faibles, victimes de leur statut de genre, quelle absurdité!

Malheureusement, ces qualités de cœur sur lesquelles je pourrais m'appuyer pour être résilient m'échappent, me piègent au risque de réutiliser ces vieilles stratégies d'hommes. Sortir du conditionnement est hasardeux mais possible, on le verra plus loin. Pour l'instant, voici dans le paragraphe suivant certains des comportements alimentés par la honte agissante.

4. Comportements : éloignement relationnel, rupture du cœur, comportements à risque, consommation, projection de la honte

La honte, c'est ce sentiment archaïque et pénible. J'ai voulu par différents moyens et stratégies me couper d'elle mais je ne connaissais pas encore le prix à payer. Brown dit que : « Pourtant, elles [la honte] coupent les liens : ce sont des stratégies de détachement par rapport à la douleur de la honte » (Brown, 2012, p. 93). A défaut d'habiter ma propre vulnérabilité devant l'autre et y ressentir de la honte, je m'éloigne, me coupe et me fuit par différents moyens. L'éloignement me gagne de l'intérieur par un cœur moins à proximité et donc me coupe de ressources et de savoirs importants.

L'une de mes stratégies comportementales a été en partie la consommation d'alcool et de drogue qui m'aidait à me cacher, à cacher ma honte. Comme je l'ai nommé un peu plus haut, la consommation cachait la honte et prouvait ma masculinité tout à la fois. En plus, plus je consommais et supportais l'alcool, plus je me sentais homme : quelle ironie ! La consommation est une fuite qui alimente de jour en jour la honte agissante. Une autre stratégie a été l'insensibilité. Mais le phénomène est complexe car si la honte est moins ressentie, d'autres sentiments demeurent aussi dans l'ombre et ne sont pas ressentis : le cœur s'éloigne encore une fois. Mais je crois que l'une des stratégies les plus troublantes est la projection de la honte dans les yeux des autres. C'est le constat que je fais lors du sous-chapitre 4.3.2 intitulé : le Luneux. Ce phénomène je le rappelle est :

La projection consiste à voir, à entendre et à sentir, par réverbération sur l'extérieur, des émotions, des qualités, des traits qu'on a refoulés en soi. Il se produit donc un déplacement du matériau psychique "du dedans" de soi "vers le dehors" de soi. (Monbourquette, 2001, p. 108)

Cela m'a pris du temps pour reconnaître que ce que les autres percevaient de moi venait en grande partie de moi. Le pire là-dedans, c'est que l'agir semble vouloir se conformer aux regards des autres pour répondre au besoin d'appartenance. Or tout ce temps, il est question de mon propre miroir, de mon propre regard aveuglé. En ce sens, la honte crée du détachement. Car à la vue insupportable du regard projeté, je ne peux persister à me tenir debout devant l'autre lui donnant la responsabilité de ma laideur. À vouloir se rapprocher et se brûler, aveugle du regard amoureux de l'autre, mon regard prenant tout l'espace disponible, il ne me restait plus que l'éloignement et la justification rationnelle qui sécurise l'égo de ses propres angles morts.

Finalement incapable d'ouvrir sa douleur à l'autre, incapable d'être vu nu et impuissant, la toute-puissante stratégie masculine alimente par le biais de nos filtres, la roue de la honte. Alors les comportements à risque s'accélèrent, la frustration grandissante, la confusion dans les relations prolifère et le risque d'apparition de la violence envers soi et les autres s'intensifient. Pris entre surpuissance et impuissance, privé de son cœur, une insécurité affective grandissante, la violence se tient dans l'ombre de l'homme insécure comme choix à retrouver du contrôle. Or, c'est tout le contraire qui s'installe dans la mesure où toutes ces stratégies de compensation qui ont comme visée de me rassurer et de me sortir de l'impuissance conduisent à l'échec car on perd de plus en plus contrôle dans la boisson, la fuite, la violence, etc.

Dans ce contexte il faut réaliser que celui qui agit est cet enfant blessé, le pisseur qui oublie sa fierté et projette sur autrui son regard honteux de lui-même. Et quand la projection persiste, ses actes de fierté s'estompent et ne lui reste que des souvenirs amers et un présent désespérant, le piège de la honte le poursuit.

Est-ce que l'artiste peut me sortir de ce piège ?

Il est difficile d'imaginer la figure de l'artiste s'incruster dans un endroit particulier pour me sortir du piège. Et quand je parle de l'artiste, je rappelle que ce n'est pas à titre de statut ou même de profession que j'en parle référant à une correspondance culturelle partagée, mais relevant plutôt de l'archétype, notamment de l'archétype du scalde tel que présenté en début de mémoire. L'archétype à titre de concept réfère quant à lui aux éléments primordiaux et structuraux de la psyché (Monbourquette, 2002). En ce sens, la figure de l'artiste renvoie à une « image archétypale ». Dans cette posture, l'artiste crée à partir des interdits de l'ombre et donne lieu à des conditions de résilience. En effet, il fait en sorte que la honte, la peine, la vulnérabilité, l'impuissance peuvent être reconnus, accueillis et investis dans des pratiques de création artistique et en ce sens l'artiste peut être un élément pour s'inviter dans une autre dynamique plus évolutive que là où nous invite le piège de la honte.

Il s'agit de la capacité à pratiquer l'authenticité, afin de surmonter l'expérience de la honte sans avoir à sacrifier ses valeurs, et d'en ressortir avec davantage de courage, de compassion et de solidarité qu'auparavant. La résilience, c'est le passage de la honte à l'empathie, son véritable antidote. (Brown, 2012, p. 89)

En ce sens la figure de l'artiste peut s'arrimer à chaque bulle pour la soigner, l'honorer et choisir les valeurs qu'il juge positives dans les filtres proposés. Car malgré l'inconfort de ce piège, c'est assurément dans l'empathie que l'on accède à une autre connaissance de l'expérience et à partir de là, au soin par l'art. L'écriture du Pisseur est un exemple de ce dont l'artiste est capable. Il me redonne un peu plus de mon histoire et diminue l'identification à la souffrance que j'entretiens. Tout au long de mon parcours de recherche, je visite ce piège de la honte et chaque fois, le scalde honore et redistribue ce que je n'arrive pas à percevoir. D'ailleurs, c'est ce que je vais démontrer plus loin dans ce chapitre par quelques kasàlàs. Ainsi la résilience agira dans ma trajectoire via la figure de l'artiste empruntant le chemin de ses ombres et permettre l'empathie de transcender la honte en soutenant une plus grande liberté d'être vers une identité masculine renouvelée.

5.2.2 La maïeutique du cœur au masculin

S'aimer humblement... c'est le propre de la condition humaine d'être démunie et blessée. Est-on coupable d'être un homme, d'être une femme ? Le premier mouvement devant nos limites ne devrait pas être l'accusation, mais l'acceptation très douce, très humble, sereine.

Jacques Leclerc

Après avoir identifié que je suis pris dans le piège de cette culture de la honte, il m'a fallu trouver des voies de passage pour renouveler ma manière de vivre ma vie d'homme dans une relation plus saine avec moi comme avec les autres. De mon côté il me fallait trouver des manières d'appivoiser ma sensibilité, ma vulnérabilité, bref les attributs de mon cœur d'homme pour ainsi pouvoir entrer en intimité avec moi et avec les autres. J'ai donc trouvé une voie de passage originale qui devait me mener vers l'engagement à mon cœur via la figure de l'artiste, et vers l'amorce de mon processus d'individuation.

Au fur et à mesure de l'écriture de mon chemin de récupération de mon cœur, le lecteur sera plongé dans le renouvellement de ma vision de moi et du monde des hommes, de ma compréhension de mon expérience et de mes manières d'être au monde. Ce chapitre sera élaboré en trois parties dans un continuum de compréhension évolutif à la différence du piège de la honte qui ne fait que répéter un schéma bien établi. Pour mieux saisir ce continuum, voici un tableau qui illustre ce processus de recherche. Une recherche maïeutique dans le sens d'un chemin d'accouchement du cœur au masculin. Il y a dans cette métaphore une force heuristique. En effet, comme le défi était d'intégrer mon féminin, quoi de mieux que d'entrer dans une démarche maïeutique. Si pour Socrate la *Maïeutique* visait l'accouchement des idées, dans la présente recherche la *Maïeutique* vise l'accouchement d'un être sensible dans son entièreté y compris l'accouchement de la pleine dimension de son cœur. Pour reprendre les éléments de mon cadre théorique, je vais élaborer les prochaines étapes de cette démarche d'écriture en trois étapes : a) la vision du cœur et la figure de l'artiste, b) la voie/voix de passage et finalement c) la maïeutique du cœur au masculin.

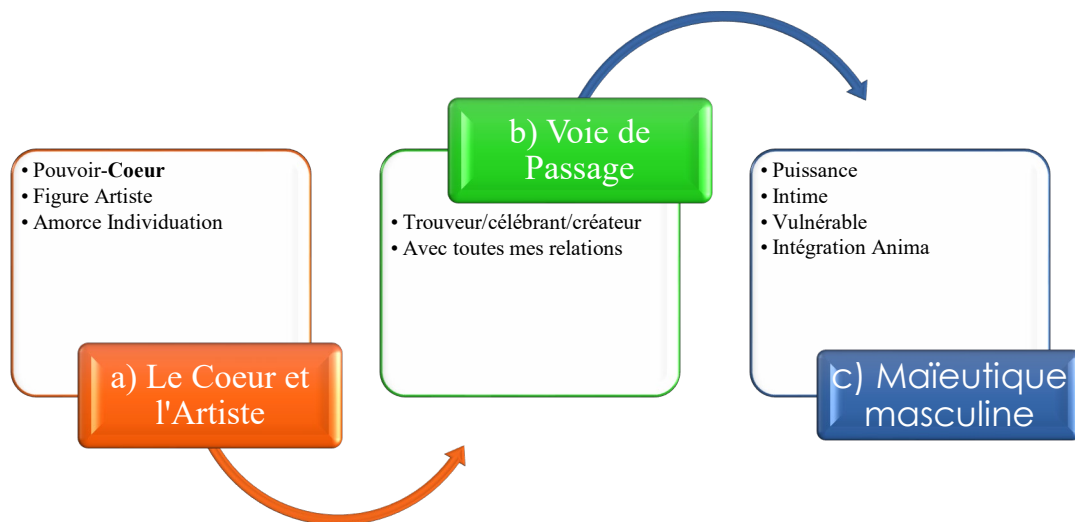


Figure 11 : *Processus Maïeutique de la mise au monde de mon cœur au masculin*

a) Le pouvoir du cœur et la figure l'artiste

Votre vision deviendra claire seulement si vous regardez dans votre cœur. Qui regarde à l'extérieur se perd dans les rêves : qui se regarde de l'intérieur s'éveille.

Carl Jung

Comme je le nomme précédemment, le cœur et la figure de l'artiste se sont invités à moi lors d'un stage de quête de vision qui rappelons-le est un rite de passage amérindien basé sur une mort et une renaissance symbolique (Lebrun, 2013). Le tout est explicité dans la section 4.2. C'est aussi à partir de ce stage que s'amorce mon processus d'individuation, que je peux symboliser comme suit en me basant sur mon expérience vécue lors de ce rituel.

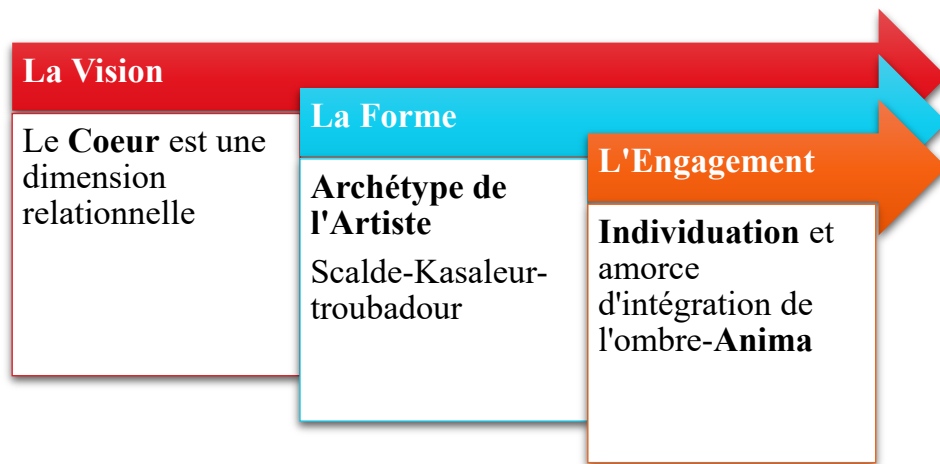


Figure 12 : Apparition du cœur et de la figure de l'Artiste

Comme on peut le remarquer, ce tableau est aussi appuyé sur un continuum évolutif. En amont se retrouve la vision du cœur. La vision apparaît dans un moment qui est selon le quêteur chargée de sens pour sa vie et son existence. Le cœur s'est d'abord manifesté à moi par l'entremise de la nature, or c'est la figure de l'Artiste qui sait exprimer ce cœur mieux que je ne saurais le faire. L'artiste est soutenu par trois formes : le Scalde influencé par l'ère viking, le Kasaleur influencé par les poètes africains et enfin l'influence du Troubadour davantage axée par un agir créatif libre et libéré. Au fil de la recherche, je constate que le cœur n'est pas une chose inerte et seule, il est une **dimension** qui s'invite lorsqu'il est mis en relation. J'entends par dimension un espace agrandi, accessible, disponible et infini. La figure de l'artiste ayant toujours un pas d'avance sur la perception que l'on a de soi, ouvre cette dimension du cœur. Cette ouverture nouvelle est le début de mon processus d'individuation et par le même fait l'amorce d'intégration de l'anima. Finalement rien ne peut se produire sans d'abord s'y engager. L'engagement est un acte, il demande au quêteur de choisir un chemin et de prendre la responsabilité de la marche, non pour prouver quoi que ce soit aux autres, à Dieu, ou l'univers, mais d'éprouver par un acte de foi, son juste chemin.

b) Voie/Voix de passage

L'artiste est l'interprète des secrets de l'âme de son temps, sans le vouloir, comme tout vrai prophète, parfois inconsciemment à la manière d'un somnambule. Il s'imagine parler du fond de lui-même, mais c'est l'esprit du temps qui parle par sa bouche et ce qu'il dit existe puisque cela agit.

L'artiste, dans le sens le plus profond, est un instrument de son œuvre ; il est, si j'ose dire, au-dessous d'elle ; c'est d'ailleurs pourquoi nous ne pouvons jamais attendre de lui une interprétation de sa propre œuvre. Il a fait son acte suprême en lui prêtant forme. L'interprétation, il doit l'abandonner aux autres, et ainsi à l'avenir.

C.G. Jung, *L'âme et la Vie*

Dans la deuxième partie de ce sous-chapitre, il sera question des voies de passage utilisées vers la maïeutique du cœur au masculin. Je veux explorer les différentes fonctions de l'artiste, c'est-à-dire qu'au-delà de la forme, qu'est-ce qu'il fait, qui donne des conditions permettant à la dimension du cœur d'apparaître ? Qu'est-ce que l'artiste sait faire qui permet par la suite d'approfondir cette dimension du cœur et de découvrir l'importance de l'aspect relationnel à son apparition ? L'expérience de création telle que je la vis s'articule en trois dimensions que je présenterai ici à travers cette figure :

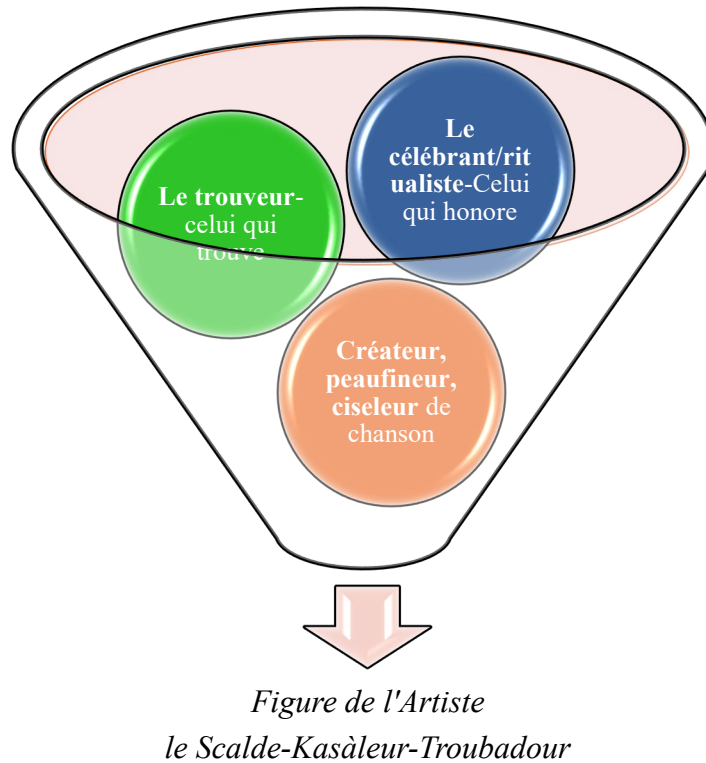


Figure 13 : *Rappel des fonctions de la figure de l'Artiste*

L'artiste est un trouveur, ce qui veut dire qu'en amont de cette fonction se trouve un chercheur, un curieux, un rêveur, un aventurier qui initie des chemins qui lui permettront de trouver ce qu'il cherche, d'en faire une œuvre et de créer du sens pour son existence et celle de sa culture. L'artiste est aussi ce créateur, ce ciseleur, ce peaufineur de chansons, de poésie, de mélodies et utilise ses matériaux bruts qu'il a trouvés pour en faire un objet de beauté. De toutes les fonctions de l'artiste, celle du célébrant/ritualiste démontre un potentiel d'actualisation plus vaste car ses fonctions sont en lien avec l'expression du cœur (célébrant) et l'intégration de l'anima (ritualiste) et participent davantage au processus d'individuation. Pour bien saisir mon propos, je vais d'abord faire un rappel du processus d'individuation et du concept de l'anima, ensuite je vais démontrer comment la fonction de ritualiste vient en aide à l'intégration de l'anima, et terminer avec la fonction du célébrant et comment il incarne la fonction de l'expression du cœur à travers différents

lieux relationnels. Rappelons ici le propos de Marie-Louise Von Franz à propos du processus d'individuation et de l'anima :

Les principales phases du processus d'individuation sont l'intégration de l'ombre, côté « obscur » de la personnalité faisant partie de la totalité, mais la plupart du temps méprisée ou non décernée par la conscience, la prise de conscience de la composante représentant le sexe opposé, désigné par Jung comme animus (chez la femme) et anima (chez l'homme), et enfin l'expérience du Soi et la relation au Soi, noyau intime de l'âme. (Marie-Louise von Franz, 1980, p. 362)

Le processus d'individuation n'a d'autre but que de répondre à une demande relationnelle plus intime avec son âme. Le processus invite donc la personne qui s'y engage, à se soumettre à un exercice de discernement de ses acquis identitaires et de choisir ce qu'elle garde ou non. Ensuite, le processus permet de trouver les parties cachées (ombre) et enfouies dans soi qui mènent à une connaissance plus agrandie de son être et à une expérience humaine plus riche. Pour l'homme, on parle de la partie féminine ou anima, empêtrée dans les injonctions culturelles. Ce processus ne se fait pas sans encombre car le « je » conscient tend à se dissoudre dans l'océan de la totalité où réside le Soi, il perd tous ses repères spatiaux et temporels, ce qui peut entraîner un déséquilibre dans le psychisme. L'intégration de l'ombre, de ce qui est refoulé demeure un moment douloureux. Il reste nécessaire pour les hommes comme moi de conscientiser ces refoulements pour éviter les agissements inconscients, ces désirs qui nous échappent porteur de frustrations, de mutisme et de comportements à risque. Contacter et intégrer l'anima demeure un projet de réappropriation des rejets du féminin par les hommes, et la mise en relation des zones de guerres intérieures pour permettre à son territoire interne une vastitude expérientielle.

J'ai réalisé que ma part d'Ombre (anima) était reliée à la fonction du ritualiste, celui qui investit sa spiritualité. J'ai compris cela alors que j'écrivais à propos de ma socialisation masculine et féminine en (4.1.4 et 4.1.5). Si ma socialisation masculine venait alimenter ma honte, celle des femmes avait été de l'ordre de la spiritualité. Mais voulant devenir un homme coûte que coûte, les rituels associés aux hommes comme la consommation ont plutôt alimenté mon mutisme et ma peur d'être femme. Pourtant les femmes m'ont enseigné à prier, à ritualiser les passages de la vie. En ce sens, le ritualiste n'est pas en manque de Dieu, mais plutôt emberlificoté dans ses propres jugements de

valeurs patriarcales. D'un vécu plus personnel, cette prise de conscience m'a permis de ressentir mon corps plus vaste avec une qualité interne espérant et plus libre. J'ai noté dans mon journal que :

C'est un sentiment de plénitude, comme si en mon centre on y avait installé une vive lumière unifiant la gauche et la droite de mon corps. La peur du féminin s'étirole, et désormais j'entends le chant des femmes dans mon cœur (journal de bord, avril 2021).

La peur de ritualiser ne m'écrase plus et se dissocie de plus en plus de ces jugements masculins qui humilient en silence le potentiel de la force de mes gestes symboliques. Comme le propose Stéphane Crête (2021, p. 80) :

Le rituel envoie des messages clairs à notre inconscient par l'emploi des symboles et de gestes signifiants, insufflant de la poésie dans nos vies qu'il contribue à réenchanter. En cherchant à nourrir la vie, il favorise des émotions positives qui apaisent et inspirent. Il nous fait quitter le mental pour un moment et ouvre les cœurs.

Il y a un lien entre la ritualisation et la célébration. Si toute ritualisation n'est pas nécessairement une célébration, cette dimension reste centrale dans ma pratique de ré-enchantement de ma vie. La ritualisation comme la célébration participent également :

À bâtir des communautés fortes, une façon unique de contribuer socialement. Le rituel humanise : il nous rappelle notre condition d'être humain et est générateur de fraternité. Enfin, il nourrit notre âme. Cette dernière est souvent affamée de beauté, de poésie, de nature et de silence (Crête, 2021, p. 81)

La dernière fonction à explorer est celle du célébrant : celui qui honore. Le célébrant est une fonction que j'affectionne car il met en acte. Honorer est un acte relationnel envers quelque chose. Comme le rappelle Stéphane Crête (2021, p. 57) en citant la journaliste et militante américaine Gloria Steinem (2005) : « Si renverser 5000 ans de domination patriarcale semble un objectif trop considérable, concentrez-vous sur la célébration de chaque étape sur ce chemin qui permet de retrouver le respect de soi ».

c) Maïeutique de mon cœur d'homme

La vulnérabilité n'est pas la faiblesse. L'incertitude, le risque et les émotions de tous les jours ne sont pas des options. Le seul choix possible est une question d'engagement. La volonté d'assumer sa vulnérabilité et de l'embrasser détermine la profondeur du courage et la clarté du but. Le niveau auquel on se protège de la vulnérabilité donne la mesure de la peur et de l'indifférence.

Brené Brown

Après avoir pris connaissance du piège de la honte, du processus d'apparition de la vision du cœur et de la figure de l'artiste, des voies de passage investies pour une nouvelle compréhension du cœur relationnel comme dimension, du processus d'individuation et de l'intégration de l'Anima, voici le dernier segment de cette section : la maïeutique de mon cœur d'homme. Tout au long de cette recherche, j'ai cherché à comprendre comment réactualiser mon rapport à l'intimité, à la vulnérabilité et comment ce que je percevais comme la puissance masculine pouvait influencer mes dynamiques relationnelles et mon rapport au monde en général. En effet, au cours de ma démarche, j'ai réalisé comme je l'ai mentionné plus tôt dans ce texte, que le chemin d'accouchement de mon cœur d'homme va passer par ma capacité d'articuler de manière cohérente et harmonieuse mon rapport à l'intimité, à la vulnérabilité et à la puissance, tel que je l'ai postulé dans mon cadre théorique.

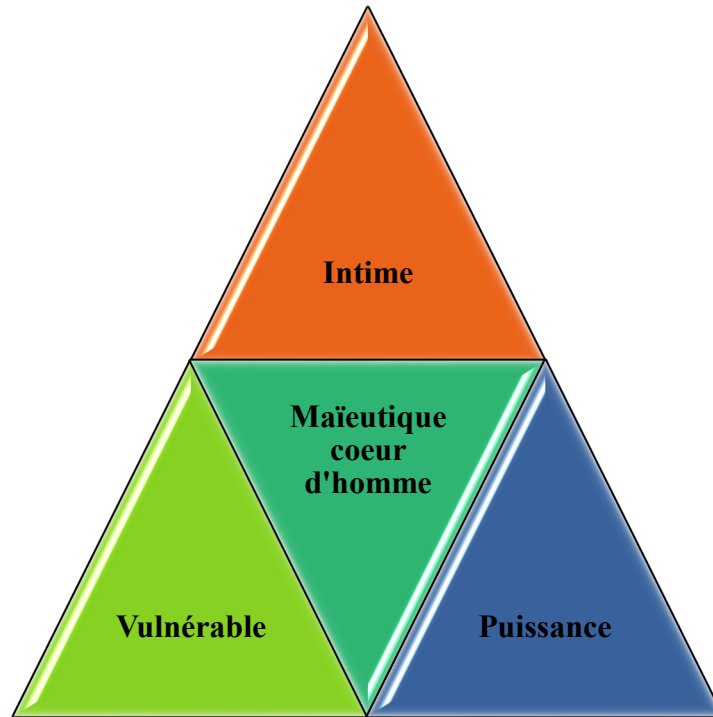


Figure 14 : *Maïeutique de mon cœur d'homme*

Il m'est difficile de déterminer une forme finale et définitive de ces différentes notions et de leur évolution, étant donné leur interdépendance. Selon Brown (2012), la peur de la vulnérabilité constitue un réel frein au déploiement de l'intimité, car cette dernière ne s'actualise qu'en présence de la vulnérabilité. Au lieu de faire l'analyse de chaque dimension ici mentionnée, je voudrais tenter de voir comment mon cœur au contact de l'intimité, de la vulnérabilité et de la puissance m'offre un chemin d'apprivoisement. Mais d'abord une des grandes difficultés rencontrées lors de ces contacts avec mon cœur est de l'ordre du besoin fondamental d'appartenance.

Il s'agit du désir inné de faire partie de quelque chose de plus grand que soi. Ce désir est si primaire qu'on essaie souvent de l'acquérir en se fondant dans la masse et en recherchant l'approbation, deux attitudes qui, non seulement sont de creux substituts au sentiment d'appartenance, mais y font aussi obstacle. Parce que la véritable appartenance n'existe que quand on présente son être authentique au monde, ce sentiment ne peut pas se passer de l'acceptation de soi-même. (Brown, 2012, p. 171)

Il m'a donc fallu aller au-delà de l'étiquette masculine, m'accepter comme homme de mon temps, accepter le fait d'être contré et vaincu dans mes représentations d'homme. Agir en homme, revient à être accepté dans la culture dominante. Tous ces agirs codifiés mâles normalisaient ma façon d'être comme homme en étant plus facilement acceptable, même au risque de se trahir soi-même. J'observais ainsi que le fait de vouloir devenir autre chose, en l'occurrence soi-même, entraîne une peur du rejet de ses pairs/pères et de la solitude. Il m'a donc été nécessaire de réapprivoiser ma solitude, de retourner vers la nature pour être capable de prendre une distance avec certaines représentations et réapprendre à devenir ce que seul moi peut devenir, en dehors de la norme, retrouver ma singularité radicale.

La part belle de la masculinité traditionnelle

Il me semble important de préciser à cette étape de ma démarche, qu'il n'est pas nécessaire de rejeter en bloc ce qui m'a été inculqué par la socialisation masculine. Certains auteurs comme Tremblay et Dufault (2010) avancent avec raison l'idée qu'il y a des dimensions positives à la masculinité traditionnelle. À titre d'exemple, la loyauté et la responsabilité dans ses engagements, valorisés par la socialisation masculine peuvent être utiles à plusieurs égards. Je réalisais par exemple que c'est ce qui m'avait appris à m'engager sur un chemin initiatique en vue de naître à une nouvelle éthique du cœur. La force brute est aussi une alliée importante dans certaines circonstances, même si elle peut aussi servir des projets de domination au sein desquels le cœur ne sera que recouvert de boue. Être vaillant est aussi une valeur importante chez l'homme traditionnel, mais encore une fois, la vaillance peut devenir problématique si elle n'est pas l'alliée de son propre cœur. Il n'y a pas de noir ou blanc dans ce genre de processus, et pas non plus de rejet de quoi que ce soit, mais bien un accueil des parties de soi pour les faire dialoguer ensemble dans la dimension du cœur. Développer son discernement devient alors nécessaire pour s'observer dans ses *agir* de l'ego masculin, pour que ce dernier puisse être au service de son cœur.

Tout au long de ma recherche, j'ai tenté de vivre une existence plus riche et plus vaste ; plus libre. Je voulais m'inscrire dans la promesse d'une incarnation qui se soucie du

futur. Je suis un père et j'avais le sentiment de faire un travail essentiel pour offrir à mes filles le meilleur père possible mais aussi pour ne pas leur laisser mes casseroles sales. J'avais le souci d'apprendre à renouveler ma puissance d'agir autrement. La puissance répond alors à une nouvelle éthique à partir du cœur et de la sagesse contrairement à l'expérience que je faisais lorsque j'étais aux prises avec le désir de mon égo masculin, de son orgueil, de sa honte et de sa violence. La puissance se manifeste aussi dans cette impression d'être vaincu. Je performe en tant qu'artiste et je connais désormais mes failles, mes fermetures du cœur et mes peurs. Malgré cela, l'artiste fonce car il sait aujourd'hui que de mettre le cœur en acte libère le sien et le rend plus humble. L'intimité est dévoilée et la vulnérabilité se rapproche et grâce à ça, je me sens plus complet et plus vaste. La maïeutique du cœur est selon moi une nouvelle manière de me rapprocher de toutes mes relations. J'étais là avec mes proches et loin en même temps. Quelle catastrophe ! Avant je rêvais de grand déploiement, aujourd'hui je marche les petits pas. Au travail on appelle cela le P.P.P.P. (le plus petit pas possible). Quel est le plus petit pas possible vers mon objectif ? Et c'est souvent un petit geste qui change la donne surtout si ce petit geste porte l'intention du cœur. Tout ce chemin vers la maïeutique est un chemin de résilience qui est selon Brown (2012) un prérequis à la vulnérabilité. Donc apprivoiser sa vulnérabilité, son intimité et renouveler sa puissance passe par un processus de résilience. J'avais besoin de faire tout ce travail intérieur et d'écriture pour aussi apprendre à me rapprocher de mes filles.

5.3 Kasàlà d'Alice : un exemple d'intégration du cœur en acte

Laissons-nous pleurer le plus vieux rêve du monde, laissons-le rire, laissons-le nous faire grelotter, laissons-nous, nous y brûler les doigts, laissons-nous le danser et le prendre sur les genoux, le plus vieux rêve : être aimé. Sans raisons. Sans mérite. Comme ça.

Christiane Singer

La figure de l'artiste met le cœur en acte et ouvre la dimension du cœur. Je vais démontrer à la suite de l'analyse de mon processus maïeutique, une mise en acte de l'Artiste. Mon intention est de me mettre « en jeu » dans l'objectif d'intégrer mes nouveaux acquis. Cette mise en acte me permet d'appuyer, de compléter et d'observer dans les faits ce qui a été présenté plus théoriquement. La forme utilisée est celle d'un kasàlà écrit pour les 18 ans de ma fille. Le kasàlà comme je l'ai déjà mentionné est une poésie rituelle africaine, un chant de force performé habituellement debout devant la personne et la communauté. C'est un chant du cœur, un chant de vérité. Je me souviens, c'était le jour des 18 ans de ma fille aînée. Je voulais ritualiser ce moment qui me semblait important pour elle et pour nous ses parents. Devant ma fille, la parenté et les amis, je me suis mis debout. Devant une grande assemblée. Les enfants de moins de 18 ans d'un côté, et les adultes de l'autre, j'ai nommé ma fille, et à la toute fin, je nous ai sentis traverser cette ligne invisible vers le début de son chemin d'adulte.

5.3.1 Alice

Alice

*Il était une fois
Il y a 18 ans de cela
Un couple d'amoureux
Qui un matin du 11 septembre
Ce 11 septembre 2001
Ouvrit la télé
Devant mes yeux
Une catastrophe
Une hécatombe
Une tour-tombe
Une seconde
...Silence...*

*Et pourtant
Quelques minutes avant
Dans une matinée chaude
De fin d'été
En avait profité
Pour faire un truc vraiment trippant*

*Un truc tellement important
Que sans quoi
Il n'y aurait personne ici aujourd'hui
L'AMOUR !*

*Moi
Simon Plourde
Celui qui ne pensait pas avoir d'enfant
Me voilà au-delà du rêve
Une future naissance s'amorce
Dans un déménagement pour la grande ville
Montréal !*

*9 mois plus tard
Dans un loft de Rosemont
Les jarrets enflés de Maude
Annonce d'un été caniculaire
Les contractions débutent
Lentement et sûrement
Pendant trois jours durant
Ta mère sur le sélect
Accompagnée de marraine Cynthia
Force, pousse et force et pousse
Inspirée de la musique de Manowar
Des chansons courage et power
Tu sors enfin après des heures de poussées
Tes yeux grands et allumés
Illuminent déjà
Le monde entier*

*Et te voilà
Propulsée dans ce monde imparfait
Dans cette famille québécoise
Des plourdes/levasseurs/coté/bélanger
Et tout le reste de la lignée
Ma grande fille
Laisse-moi te raconter d'où tu viens
Tu es l'arrière-petite-fille de
Jeanne D'Arc Lévesque
De Raymonde Levasseur
De Felix Plourde
Et de Jeanne St Amand
Tu es la petite fille
De Jean Plourde
Surnommé « le Zo »
Né sous le totem du chien par sa loyauté*

*Il a la force du Carcajou
Et l'endurance de l'orignal
Tu es la petite fille de Raymonde Levasseur
Femme artiste
Au cœur espérant
Qui se relève toujours et toujours
Des embuches de la vie
Tu es la petite fille de Mario Coté
Plombier et dévoué
Qui ne mesure pas la puissance qui l'habite
Celle de l'amabilité et du don de soi
Tu es la petite fille de Fernande Bélanger
Une artisane aux mains d'argent
Qui offre aujourd'hui
Tout son savoir à ses descendants
Tu es la fille de Maude Coté
Une mère dévouée
Une femme loup protectrice du clan
Née au jour du solstice
Qui garde tout proche
Dans sa poche
Dans son cœur
La lumière céleste du soleil
Tu es la fille miracle de Simon Plourde
D'Helsim le Scalde
Qui apprend à devenir père
Grace à toi
Et qui cherche par-dessous tout
À s'ouvrir le cœur
Tu es la sœur d'Agathe
A la plume d'or
Et d'Anais
La fille cheval*

*Tu es Alice Heidi Plourde
Qui est née dans la lenteur
Qui suit son propre rythme
Au cœur de sa musique
Du jazz à la K-pop
Tu es celle qui chante son âme*

*Aujourd'hui tu deviens femme
Dans ce clan qui t'accompagne
Aux yeux de ceux qui t'élèveront
Dans ce monde d'incohérence
Alice/ femme du 21^{ème} siècle*

*Je te souhaite de devenir
Le fruit que toi seule vas découvrir
Sois cette femme et sois-en fière
Sois cette femme qui prend matière
Sois cette femme qui transforme le monde
Et non le monde qui te conditionne
Nous sommes la terre, ton potager
Tu es l'arbre qui s'enracine
Peu importe le temps le lieu
Peu importe si je suis vieux
Peu importe la circonstance
Le clan est là pour ta portance
Bonne fête mon amour
Je te souhaite une vie bonne
Sois curieuse
Et parfois il ne s'agit que de consentir à ce qui s'offre
Pour en goûter toute la saveur !
Belle vie
Je t'aime*

Ce moment est l'aboutissement et l'amorce d'intégration. J'ai déjà performé des textes mais quelque chose de neuf se donne ici : j'habite enfin une parole vulnérable. Je laisse monter l'émotion à mes lèvres, je me laisse toucher par ce rituel. Je ne suis plus en train de performer ayant cette sensation anxieuse de fuite, de peur. Je reste là avec moi-même, avec ma fille, et tous les autres. Je me sens plus complet, plus humble et plus puissant par le respect que je porte à mon talent et à son investissement. Je me sens aussi puissant dans une liberté durement acquise d'être ce que je veux et d'être le témoin de moi-même, de celui qui œuvre courageusement à ouvrir son cœur et celui des autres. Je prends le temps de recevoir les remerciements ; je ne me sauve plus du cœur ouvert des autres. J'apprends à être aimé à mon tour. Dans cet acte, il y a tout de ma maïeutique : le cœur qui ouvre et qui s'ouvre, l'humilité, la puissance, l'intime et une vulnérabilité plus incarnée. Grâce à l'artiste, j'apparais dans mes plus beaux atouts, comme celui qui ouvre à la dimension du cœur et qui se sait désormais initiateur de cette dimension. Je reconnais mon talent, il est de ma responsabilité de l'investir !

5.4. Masculinité d'avenir

Il faut donc prendre au sérieux la crise du masculin (et jusqu'à ce sentiment de crise), car c'est une brèche dans laquelle on peut s'engouffrer : la refondation commence par le diagnostic d'une fragilité.

Ivan Jablonka

Je suis un homme privilégié. J'ai eu de bonnes conditions pour mieux saisir les enjeux liés au genre masculin. D'abord je suis né avec un sexe différent, ce qui m'a permis de comprendre davantage le rapport de supériorité qui existe entre se sentir un vrai gars et les qualités qui relient son pénis à un statut d'homme dominant. Aussi je travaille dans l'accompagnement des hommes en difficulté, ce qui m'a permis d'être aux premières loges des enjeux intimes qui habitent les hommes, et finalement je suis père de 3 filles et amoureux d'une femme, ce qui fait de moi une minorité dans ma maison qui demeure un lieu où les enjeux de notre société sont dialogués, débattus, actualisés. C'est à partir de l'évènement Metoo⁴⁶ que j'ai pris conscience de toute cette violence du masculin qui lacère le féminin. Je me suis vu craindre pour mes filles et me sentir encore plus responsable dans mon éducation. Il m'a fallu éduquer mes filles, les mettre en garde, les préparer à la nécessaire prudence face au monde des hommes. J'ai eu le besoin de les prévenir que dans les bars, il vaut mieux y aller à plusieurs amies. Que des gars droguent des femmes et les violent. Que des hommes voient les femmes comme des objets et s'en servent en tant que tels. Que des hommes touchent le corps des femmes sans consentement. Qu'elles devront se battre plus que les hommes pour le même résultat parce que moins considérées.

⁴⁶ Le mouvement a été lancé en 2007 par Tarana Burke, une travailleuse sociale et militante de New York qui voulait créer une communauté de soutien aux victimes d'agressions sexuelles. Reste que c'est le 15 octobre 2017 que le mot-clic est devenu viral. Uniquement sur Facebook, le réseau social a enregistré plus de 12 millions de messages, commentaires et réactions en 24 heures. Et pourquoi ? Parce que l'actrice Alyssa Milano a suggéré sur Twitter à « toutes les femmes qui ont été agressées ou harcelées sexuellement d'écrire Me Too ». Source : <https://www.lapresse.ca/actualites/2020-01-02/l-onde-de-choc-metoo>

Alors comme homme, qu'est-ce que je lègue à la génération d'hommes et de femmes qui vont me survivre, et plus particulièrement à mes filles ? Je crois que ma recherche m'a fait prendre conscience de deux enjeux majeurs de notre temps. D'abord, l'ampleur de la crise masculine avec d'un côté ses contraintes de genre qui aliènent et de l'autre ses privilèges reliés au système patriarcal, et ensuite le manque d'éducation, ou encore une socialisation aliénante qui les tient loin de leur cœur et qui est en quelque sorte une résultante de ce même système d'assujettissement. On dit du patriarcat que c'est : « un système où le masculin incarne à la fois le supérieur et l'universel, au profit d'une majorité d'hommes et d'une minorité de femmes. » (Jablonka, 2019, p. 118). J'ai besoin ici de nuancer la définition de Jablonka. Pour moi le patriarcat est certes un système où le masculin incarne le supérieur et l'universel par contre, je pense que cela se fait au profit d'une minorité d'hommes. Je crois que cette norme masculine et cette suprématie patriarcale opprime en premier lieu les femmes ainsi que les personnes vivant une diversité de genre. Mais, j'observe dans ma pratique qu'il y a un grand nombre d'hommes qui sont aussi aliénés et opprimés par le système patriarcal. On le voit, le patriarcat tue les hommes aussi. En effet, je crois que les hommes et les femmes comme les personnes trans ou non-binaires devraient tous être solidaires dans une lutte contre le patriarcat. J'observe que dans la société actuelle les hommes sont souvent surreprésentés dans plusieurs problématiques sociales : toxicomanie, comportements à risque, suicide, violence conjugale et familiale, homicide, etc. (Dulac, 2001 ; Rondeau et al, 2004 ; Tremblay et al, 2005).

Le patriarcat me semble donc être un système vraiment nocif, système qui entretient l'aliénation et l'oppression des femmes et des hommes qui n'entrent pas dans les normes des masculinités dominantes. Je ne tente pas de nier ici, que les femmes sont depuis très longtemps et de manière très prégnante opprimées par le patriarcat, ni le fait que depuis des millénaires dans plusieurs sociétés les hommes profitent de ce qu'ils croient être leur suprématie pour opprimer les femmes, parfois les déshumaniser, souvent les violenter voire les tuer. Je tiens seulement à montrer que ce type d'hommes est déjà déshumanisé par le même patriarcat et qu'ils sont loin d'être dans une vie belle et enviable. De nos jours, beaucoup d'hommes prennent conscience de ce paradoxe et de plus en plus deviennent non seulement alliés des femmes dans leurs luttes, mais surtout alliés des hommes qui cherchent

à se libérer de cette emprise patriarcale qui menace la vie en soi, dans les liens comme sur la terre.

Je n'avais jamais réalisé qu'être homme portait son lot de privilèges étant donné que je me vivais comme un sous-homme face aux autres hommes et je n'avais jamais réalisé non plus que ce système dans lequel s'inscrit ma culture aliène les hommes plutôt que de les élever. Me fallait-il me poser l'ultime question que chaque homme devrait se poser : « Existe-t-il des situations où je tire profit de mon statut d'homme, même sans le vouloir, même sans le savoir ? » (Jablonka, 2019, p. 13). Et la réponse est honteusement oui...

Je suis tellement heureux d'avoir eu des filles, car mon amour pour mes filles, mon envie de les protéger de la domination masculine, m'a incité à vouloir faire un réel examen de conscience et à reconnaître mes privilèges d'homme. J'en ai vu un grand nombre. Si ce n'est que dans l'intensité de ma parole qui coupe celle de l'autre, dans cette rumeur au fond de soi qui assure que l'idée mâle ait une valeur ajoutée au discours de l'autre, de la femme en l'occurrence. Je réalise aussi que cette posture d'homme m'éloigne d'une partie de moi, de mon être. Je deviens sec, car coupé de mon anima.

C'est véritablement dans cette recherche, dans le rapport que j'entretiens avec l'anima que je prends conscience qu'au fond de moi, je ne veux pas rejeter le féminin, mais plutôt l'assujettir. Et pourtant : « Le défi pour les hommes n'est pas « d'aider » les femmes à devenir indépendantes, mais de changer le masculin pour qu'il ne les assujettisse pas ». (Jablonka, 2019, p. 10). Le masculin a besoin de changer, de trouver un nouveau rapport et sortir de l'assujettissement qui se joue dehors et malheureusement dedans, sortir de l'assujettissement de l'âme au détriment de l'esprit, c'est-à-dire de l'intellect qui rationalise, garde son contrôle sur les élans inconscients et intuitifs et sur ces émotions jugées négatives. Je voudrais sortir d'une logique d'une masculinité qui se prouve, pour tenter de vivre une masculinité qui s'éprouve. En ce sens, l'un des éléments porteurs d'un potentiel de changement pour l'homme en devenir, est que ce dernier soit en contact avec la dimension du cœur. Parce que le cœur, ouvre, et par sa qualité de non-jugement éprouve ce besoin de mettre en relation : de créer du dialogue ! Le dialogue à partir de la dimension du cœur met en échec tout jugement de valeur et laisse apparaître l'être non-genré.

Cette mise en relation avec son cœur, avec celui de l'autre permet de revisiter son schème de valeurs masculines, de revoir son éducation masculine, et de comprendre que certaines réactions que j'entretiens viennent du dehors et n'ont rien à voir avec comment je souhaite devenir. Que je discute avec une femme, un homme viril, une personne qui vit avec un handicap, non-binaire, transgenre, transsexuel, etc., si je parviens à me connecter à mon cœur, j'entends le cœur de l'autre.

Je me suis vu tout le long de cette recherche, rêver de sortir du bruit de mes jugements, de mes peurs et du besoin patriarcal de dominer les autres, la nature et la vie. La peur souvent inconsciente de la perte du privilège mâle met en échec toute tentative d'ouverture. L'homme investi et responsable ne perdra pas son identité d'homme, mais sera en mesure de choisir ce qu'il garde ou non et au nom de qui et/ou de quoi ? Une maxime de Ivan Jablonka nomme bien où l'homme a besoin de mettre son attention pour qu'advienne un système plus égalitaire et où les hommes et les femmes peuvent devenir ce qu'ils ont le plus besoin d'être : « *Agis avec une femme de telle sorte que son genre et le tien puissent être investis* » (Jablonka, 2019, p. 472).

Finalement, ce dont l'homme d'avenir a le plus besoin, c'est d'apprendre à avoir d'abord du cœur et d'entretenir cette dimension par et pour lui-même. Ce cœur, il en sera responsable et pourra l'utiliser comme catalyseur à un changement de paradigme, c'est-à-dire qu'il sera en mesure d'entreprendre son advenir non par les blessures agissantes du passé, ou de croyances apprises mais par un espace agrandi, responsable, étant le gardien de sa dignité et de son intégrité en relation. Il sera en mesure d'agir l'action non par le besoin de se prouver absolument pour se mesurer à l'idée d'une masculinité déchue, mais s'investir dans une action où il pourra à la fois se mettre en jeu et s'éprouver.

5.5 Le lègue de l'humble souverain

Que vos rêves ne se réalisent pas, et que vos espoirs ne s'accomplissent pas, car ils sont fondés sur ce que vous savez. Vous devriez explorer des possibilités jamais encore touchées ou réalisées auparavant.

Sadhguru

Pour terminer ce mémoire, j'invite la parole de l'humble souverain. Apparu lors de ma quête de vision de 2016, il est le devenant et l'enseignant. Je suis en fin de parcours d'écriture et l'humilité me percute ; mes idéaux se meurent. Je ne deviens pas celui que j'espérais, l'idéalisé. Je marche un chemin qui me désire et qui m'attend avec bienveillance. L'humble souverain s'engage d'un pas espérant vers le ré-enchantement des cœurs. Il est l'autorité de l'homme qui apprivoise sa féminité, son ouverture et ses larmes. Il veut prendre corps, s'incarner dans ses blessures et en finir avec la honte. D'ailleurs le souverain se soucie peu du regard des autres, il a appris à s'aimer et être aimé de ses proches, de la nature, de sa nature. En ce sens, l'humble souverain prête serment à une masculinité plus juste et égalitaire et de non-domination. On dit que :

La masculinité de non-domination repose sur la volonté de partager la parole, l'autorité, le savoir, les armes, les richesses, la spiritualité. Elle consiste à reconnaître l'égalité des sexes, mais aussi à lutter contre le patriarcat, la misogynie, les discriminations, les violences et à *refuser que la masculinité soit l'expression d'un pouvoir*. (Jablonka, 2019, p. 387)

Parce que le pouvoir dans ce système déshumanise, il plonge au nom de la force brute, de l'assujettissement au nom de « mon père est plus fort que le tien », et l'une de ces résultantes est de retrouver la planète, notre planète, la maison de nos enfants dans un état lamentable. L'homme de demain n'a plus besoin de guerre pour se prouver mais bien d'un cœur pour s'éprouver. Je laisse place à celui qui éprouve, celui qui ouvre mon chemin de cœur : l'artiste. Voici mon lègue, mon souhait, mon cœur. *Je suis un marcheur qui tombe et me relève !*

Le Legs du Scalde

*Hier j'idéalisais le monde
Aujourd'hui je m'en dégage
J'abdique à me performer mâle
Je me suffis
Ça me suffit !
Il est temps d'une nouvelle éthique*

*D'une nouvelle Bereshit
Une ode à la liberté
Il est temps de me libérer
Et mettre à mort mes représentations
Honte prends ma main
... Suis-moi !*

*J'invoque mon cœur
J'invoque le Scalde
Prends parole
Et prends corps
Fais acte d'initiation
Comme un appel à la rébellion
Ouvreur de dimensions
Créateur d'espérance
Ciseleur de mouvance
Honore ton chemin
Larme à la main*

Avec toutes mes relations !

*Je suis homme
Un mâle
Un masculin
Un père
Un repère
Un amant
Un enfant*

*Je suis le legs
Des générations futures*

*Je lègue
La volonté des hommes
De mon arbre
À connaître l'art de s'en sortir
Et ne jamais renoncer à donner ses fruits*

*Je lègue
La sainteté des femmes
De mon arbre
Grâce à elles
Dieu trouve demeure en moi*

*Je lègue
Ma fierté d'être père*

*D'accompagner le grandir
De mes filles
Et de mes descendantes*

*Je lègue
Le courage du petit gars
Qui tombe et se relève
Entre cicatrice et beauté
Son cœur vivant a vaincu*

*Je lègue
Mes ombres
Et leurs apprentissages
L'anima entre les mains
La flamme de la délivrance*

*Je lègue
Le chercheur qui tracte
Mes inaccomplis
Mes lâchetés, ma honte
Et me pousse à m'y adresser*

*Je lègue
La poésie des temps anciens
Tissée par les araignées primordiales
Créant de la musique nouvelle
Et ré-enchant le temps*

*Je lègue
L'émerveillement du soleil, de la lune et la pluie.
Des créatures des bois et des mers
Je suis la nature
Et non un empire dans la nature*

*Je lègue
Ma foi
Gardienne des univers invisibles
L'insaisissable mystère
Du cœur au cœur de la vie*

*Je lègue
Mon souhait du dialogue
Pour mettre un frein
A tout ce qui assujettit
Et assassine*

*Je lègue
Mon chemin de cœur
L'humilité du souverain
Ma peur de devenir
Mes extases du grandir*

*Je lègue
Ma gratitude
Pour tous ceux qui ont marché à mes cotés
A tous les cœurs rencontrés et éprouvés
Je demande pardon à ceux que j'ai blessés*

*Je lègue

Helsim
L'artiste
Le scalde
Le kasàleur
Le poète
Le chercheur
Le trouveur
Le ciseleur de chanson
Le chanteur
Le bassiste
Le Multi-instrumentiste
L'intervenant
Le Plourde
L'Homme-Simon
Le-femme*

*Je lègue

Mon temps
Un point final
Une fin
Une mort symbolique
Cette recherche
Une oasis... en fin
HO!*

L'humble Souverain, 2021

CONCLUSION

Tout ce qui est précieux est aussi difficile que rare.

Baruch Spinoza, conclusion de *L'Éthique*

Quand survient l'ordre du départ, le guerrier va trouver tous les amis qu'il s'est faits pendant qu'il suivait le Chemin. A certains il a enseigné comment écouter les cloches d'un temple englouti ; à d'autres il a raconté des histoires autour d'un feu. Son cœur est triste ; mais il sait que son épée est sacrée et qu'il doit obéir aux ordres de Celui à qui il a offert sa lutte. Alors le guerrier de la lumière remercie ses compagnons de route, respire profondément et va de l'avant, chargé des souvenirs d'un voyage inoubliable.

Paulo Coelho

Cette démarche de recherche dans le cadre de la maîtrise en étude des pratiques psychosociales, s'inscrivant dans une perspective heuristique (Moustakas, 1968 ; Craig 1978), m'a permis d'abord de consolider la figure de l'artiste et également de saisir toute la cohérence de sa fonction dans la mise au monde de mon cœur. Le processus de recherche a créé des conditions d'apparition d'un chercheur mettant au monde une nouvelle façon d'aborder son expérience humaine au masculin. En effet, en s'engageant sur une voie qui devait lui permettre d'appivoiser la vulnérabilité et l'intimité, ce qui est souvent difficile pour les hommes traditionnels, l'apprenti chercheur que je suis s'est mis en quête de voies de passage. C'est par le biais de sa pratique de création que l'artiste que je suis a su se mettre au service de l'intervenant, du père, de l'amoureux et du chercheur. Ce processus m'a permis de poser un regard neuf sur mes enjeux vécus au masculin et de conscientiser

les impacts relationnels issus de mon articulation, avec les nouveaux enjeux de genre tels qu'ils se présentent dans la culture actuelle.

J'avais besoin de transformer mes manières d'être avec moi et avec les autres comme homme. Mes manières de vivre et d'agir. J'avais besoin de changer de regard et de me réinventer par un agir conscient, choisi et plus juste. À partir de ces constats, une responsabilisation invite le praticien chercheur à s'incarner et à sortir de ses conditionnements. Par un effort de lucidité, ce même regard m'a obligé à revoir et à agir sur la cohérence entre ma théorie professée et ma théorie pratiquée, et ce, dans les différentes sphères de mes terrains de recherche.

Des limites de cette recherche et perspectives d'avenir

Malgré l'effort de répondre aux objectifs de recherche, il n'en demeure pas moins que la masculinité est dans une période évolutive et mouvante. Cette recherche qui s'est produite sur quelques années a vu apparaître certains enjeux cachés dans l'ombre, absents de mon champ de conscience individuel et collectif. Je me rends bien compte que s'actualiser prend du temps, et espérer un changement de paradigme rapide est de l'ordre de l'utopie. La persévérance demeure l'alliée la plus efficace dans un monde surexposé à l'information. Une autre limite est le rapport au temps. Il m'a fallu un certain temps pour comprendre et amorcer une intégration nouvelle de mes connaissances. Aujourd'hui, l'humain est propulsé dans une société qui peine à comprendre faute de temps, qui peine à avoir le temps de le faire. L'évolution demande un effort de volonté, d'engagement et un temps de maturation.

Je suis un marcheur, qui tombe et se relève. Cette recherche se termine et un autre chapitre s'ouvre. Je ne serai plus jamais le même, je me marche désormais : homme et femme !

Références bibliographiques :

- ALLIX, S. (2015). *Le Test une expérience inouïe : la preuve de l'après-vie*. Albin Michel.
- AMAR, Y. (2005). *L'effort et la grâce*. Albin Michel.
- Argyris, C. et Schön, D. (1974). *Theory in Practice Increasing Professional Effectiveness*. Jossey-Bass Publishers.
- BARBIER, R. (1997). *L'Approche transversale : l'écoute sensible en science humaine*. Anthropos.
- BARRAQUÉ, P. (2004). *La voix qui guérit : techniques de guérison par les thérapies vocales*. Éditions Jouvence.
- BERGSON, H. (2003). *L'énergie spirituelle*. Quadrige.
- BERGSON, H. (2007). *L'évolution créatrice(1907)*. Presses Universitaires France.
- BERTRAND, P. (2009). *Le défi de vivre*. Liber.
- BERTRAND, P. (2007). *L'intime et le prochain : essai sur le rapport à l'autre*. Liber.
- BLONDIN, R. (1994). *Le guerrier Désarmé :vers une nouvelle masculinité*. Boréal.
- BLY, R. (1990). *Iron John. A book about Men*. Addison Wesley.
- BONDI, J. (1989) *Amour, sexe et clarté*. J'ai lu New Age.
- BROUSSEAU, M. et ZEKINA, D. (2012). *Retrouver la femme en Soi : la quête d'une féminité épanouie*. Le Dauphin Blanc.
- BROUSSEAU, M. (2017). *KINTSUGI : un voyage initiatique au cœur de l'être*. Le Dauphin Blanc.
- BRUNON, G. (2002). *L'Art et le Feu Créateur*. Edition du Dauphin

- BOYER, R. (2002). *Les vikings*. Les éditions Perrin.
- BOYER, R. (1987). *Sagas islandaises*. Gallimard.
- BROWN, B. (2012). *Le pouvoir de la vulnérabilité*. Édition Guy Trédaniel.
- BRUGÈRE, F. (2010). L'éthique du care : entre sollicitude et soin, dispositions et pratiques. *La Philosophie du soin*, (69-86). <https://www.cairn.info/la-philosophie-du-soin--9782130582038-page-69.htm> .
- BURNS, S. L., & Poissant, L. (2006). La parole de l'artiste chercheur. In P. GOSSELIN & É. LE COGUIEC (Eds.), *Recherche création: Pour une compréhension de la recherche en pratique artistique* (1st ed., pp. 57–64). Presses de l'Université du Québec. <https://doi.org/10.2307/j.ctv18ph3x1.9>.
- CASTANEDA, C. (1972). *L'herbe du diable et la petite fumée*. Édition du soleil noir.
- CARRIER, C. (1997). *L'expérience du rapport à soi lors d'un changement actualisant* [Thèse de doctorat, Université Laval]. <https://www.collectionscanada.gc.ca/obj/s4/f2/dsk3/ftp04/nq25223.pdf> .
- CHABOT, M. (1987). *Des hommes et de l'Intimité*. Éditions Saint-Martin.
- CLOUTIER, R. (2004). *Les vulnérabilités Masculines « Une approche biopsychosociale*. Édition de l'hôpital Ste-Justine.
- COELHO, P. (1988). *L'Alchimiste*. Moebius.
- COELHO, P. (2013). *Manuel du guerrier de la lumière*. Édition J'ai lu.
- Direction des Communications du ministère de la Santé et Services Sociaux, (2004). *Les hommes : s'ouvrir à leurs réalités et répondre à leurs besoins*. Rapport du comité de travail en matière de prévention et d'aide aux hommes. https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2004/04-911-01_rap.pdf .
- CORNEAU, G. (2003). *Père manquant fils manqué : Que sont les hommes devenus ?* Les éditions de l'homme.
- COTTRAUX, J. (2010). *A chacun sa créativité : Einstein, Mozart, Picasso...et nous*. Odile Jacob.

- CRAIG, P.E. (1978). *La méthode heuristique : Une approche passionnée de la recherche en sciences humaines*. Boston University.
- CRÊTE, S. (2021). *Marquer le temps : entre profane et sacré, la recherche de nouveaux rituel*. Éditions Le jour
- STEINEN, G. (2005). *Les monologues du vagin*. Éditions Denoël.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. (1996) *La créativité : Psychologie de la découverte et de l'invention*. Les éditions Robert Laffont.
- CYRULNIK, B. (2001). *Les vilains petits canards*. Odile Jacob
- DAIGNAULT, J. (2002). *Opéra pour Geneviève : Herméneutique, acousmatique et roman de formation*. Éditions GREME
- D'ANTOINE, R. (1996). *Petit référentiel de l'auteur-compositeur :pour l'harmonie des sons chantés*. Triptyque.
- DESLAURIERS, J-P. (1991). *Recherche qualitative : guide pratique*. MvDrawHill.
- DESLAURIERS, J-P., TREMBLAY, G., GENEST DUFAULT,S., BLANCHETTE, D. et DESGAGNÉS, J-Y. (2010). *Regards sur les hommes et les masculinités « comprendre et intervenir »*, Université Laval.
- DE CHAMPLAIN, Y. (2011). L'écriture en recherche qualitative : le défi du rapport à l'expérience. *RECHERCHES QUALITATIVES* , Hors-Série, numéro 11, 51-67. http://www.recherche-qualitative.qc.ca/documents/files/revue/hors_serie/hors_serie_v11/RQ_HS11-de_champlain.pdf.
- DE CHAMPLAIN, Y. (2013). L'analyse de pratique en tant que posture épistémologique. *Présences, revue d'étude des pratiques psychosociales Vol. 5, p-3.UQAR* https://www.uqar.ca/uqar/universite/a-propos-de-luqar/departements/psychosociologie_et_travail_social/revue_presences_vol5_de_champlain_y.pdf.
- DEROLEZ, R.L.M. (1962). *Les Dieux et la religion des Germains*. Payot.

- DEPRAZ, N. (1999). *Écrire en phénoménologie : une autre époque de l'écriture*. Encre Marine.
- DESLORIERS, J-M., LAFRANCE, M. et TREMBLAY, G. (2019). *Réalités masculines oubliées*. Presses de l'Université Laval.
- DESLAURIERS, J-P. et KÉRÉSIT, M. (1992). *La question de recherche en recherche qualitative : La construction de l'Objet de recherche et la recherche qualitative en science social*. Université du Québec à Hull
- DOUGLAS, B. G. et Moustakas, C. (1985). *Heuristic inquiry: the internal search to know*. Journal of Humanistic Psychology.
- DILTHEY, W. (1947). *Origines et développement de l'herméneutique : Le monde de l'espoir*. Aubier.
- ESTÉS C. P. (1995). *Le jardinier de l'Éden : Conte de sagesse à propos de Ce qui ne peut mourir*. Grasset.
- FOURNIER, M. (2015). *Nous, c'est qui ? Une histoire des hommes et des femmes du Québec*. Édito.
- GADAMER, H-G. (1960). *Vérité et méthode*. Le seuil.
- GALVANI, P. (2004). L'exploration des moments intenses et du sens personnel des pratiques professionnelles. *Interactions, Vol 8, n° 2*. 95 -121.
- GALVANI, P. (2014). L'accompagnement maïeutique de la recherche-formation en première personne. *Éducation Permanente et utopie éducative, No-201*. 98-112.
- GALVANI, P. (2015). *Pratiques psychosociales et productions de savoir : recueil de textes*. UQAR
- GIBRAN, K. (1993). *Le Prophète*. Édition du Rocher.
- GILLIGAN, C. (1982). *In a Different Voice: Psychological Theory and Women's Development*. Harvard University Press.
- GIULIANO, B. (2011). *Le bonheur selon Spinoza : L'éthique reformulée pour notre temps*. Almora.

- GOMEZ, L., GAUTHIER, J-P., LEGER, D., GALVANIE, P., TREMBLAY, M.B. , RUGIRA, J-M. et BOUTET, D. (2016). *Démarche de recherche réflexive psychosociale, Méthode de recherche de la maîtrise en étude de pratiques psychosociales*, collectif d'auteurs. UQAR.
- GOUGAUD, H. (1995). *Les sept plumes de l'aigle*. Édition du Seuil.
- GRONDIN, J. (2011). *L'herméneutique, Que sais-je ? (3^{ième} édition)* Presses Universitaires de France.
- HEIDEGGER, M. (1986). *Être et temps*. Gallimard.
- HEIDEGGER, M. (1988). *Herméneutique de la facticité : Œuvre complètes*. Klostermann.
- HEIDEGGER, M. (1959). *D'un entretien de la parole : Acheminement vers la parole*. Gallimard.
- HEFEZ, S. (2007). *Dans le cœur des hommes*. Hachette Littératures.
- HÉON, D. (2014). *La voie du poète : pour une mise en forme de soi et du monde par la mise en œuvre transformatrice, parcours poïétique d'un praticien-chercheur-créateur*. [Mémoire de maîtrise en études des pratiques psychosociales, inédit]. UQAR
- HILLMAN, J. (1993). *La beauté de la Psyché : L'âme et ses symboles*. Édition Le Jour.
- HONORÉ, B. (1977). *Pour une théorie de la formation, dynamique de la formativité*. Payot.
- HONORÉ, B. (1992). *Vers l'œuvre de formation : L'ouverture à l'existence*. L'Harmattan.
- JABLONKA, I. (2019). *Des hommes justes : Du patriarcat aux Nouvelles masculinités*. Édition du Seuil.
- JUNG, C.G. (1938). *New Paths in Psychology. Collected Work : Psychology and Religion : West and East, Princeton, « Bollingen Series », p.399*. Princeton University Press.
- KABUTA, N. S. (2010). *De la connaissance à l'éveil de soi*, P.I.E Peter Lang.
- KAUFMANN, J-C. (1996). *L'entretien compréhensif*. Édition Nathan.
- KNUDSTON, P. et SUZUKI, D. (1992). *La sagesse des Anciens*. Édition du rocher.
- KILMARTIN, C. (2007). *The Masculine Self, Cornwall-On-Hudson*. Sloan Publishing.
- KUHN, T.S. (1972). *La Structure des révolutions scientifiques*. Flammarion.

- LAJEUNESSE, S-L. (2007). *La masculinité mise en jeu : Construction de l'identité de genre chez des jeunes hommes sportifs*, [Thèse de doctorat inédit]. Université Laval.
- LAROCHE, M. (2018). *L'ÉTHIQUE DU CARE : Les enjeux de la relation de soin asymétrique*, [Mémoire de maîtrise, inédit]. Université de Sherbrooke.
- LEBLANC-CASAVANT, M. (2015). *De la Désespérance à l'Apprenance : Parcours heuristique au contact du suicide*, [Mémoire de Maîtrise en études des pratiques psychosociales, inédit] UQAR.
- LEBRUN, P. (2013). *Quête de vision quête de sens : un grand rite de passage amérindien*. Éditions Véga.
- LELOUP, J-Y. (1994). *Manque et plénitude*. Albin Michel.
- LELOUP, J-Y. (1997). *L'Évangile de Marie : Myriam de Magdala*. Albin Michel.
- LELOUP, J- Y. (1986). *L'évangile de Thomas*. Albin Michel.
- LENOIR, F. (2017). *Le miracle SPINOZA : une philosophie pour éclairer notre vie*. Fayard.
- LENOIR, F. (2015). *La puissance de la joie*. Fayard.
- LINDSAY, J., G. RONDEAU et J.-Y. DESGAGNÉS (2010). Bilan et perspectives du mouvement social des hommes au Québec entre 1975 et 2010. In dans DESLAURIERS, J-P., TREMBLAY, G., GENEST DUFAULT, S., BLANCHETTE, D. et DESGAGNÉS, J-Y. (2010). *Regards sur les hommes et les masculinités « comprendre et intervenir »* (pp 13-43). Université Laval.
- LUPASCO, S. (1951). Le principe d'antagonisme et la logique de l'énergie : Prolégomènes à une science de la contradiction. *Actualités scientifiques et industrielles, n° 1133*, Paris. Hermann.
- MIDAL, F. (2005). *La voie du chevalier*. Petite Bibliothèque Payot.
- MISRAHI, R. (2005). *Spinoza, Entrelacs*.
- MONBOURQUETTE, J. (2001). *Apprivoiser son ombre*. Novalis.
- MONBOURQUETTE, J. (2002). *De l'estime de soi à l'estime du Soi*. Novalis.

- MONBOURQUETTE, J. (2006). *La violence des hommes : Essai de psychologie et de spiritualité masculine*. Novalis.
- MORIN, E. (1970). *L'homme et la mort*. Seuil.
- MOUSTAKAS, C. (1990). *Heuristik Research: Design, Methodology and Applications*. Sage.
- NIETZSCHE, F. (1995). *Humain, trop humain*. Le Livre de Poche.
- NOLIN, D. (2007). *L'acte créateur comme processus de formation existentielle du sujet apprenant artiste : expérience d'un roman d'autoformation herméneutique et phénoménologique sur le vécu de la marginalité* [Thèse de doctorat, inédite]. UQAR.
- OSHO. (1997). *La vie, L'amour, Le rire*. Édition de Montagne.
- PAILLÉ, P. et MUCCHIELLI, A. (2008). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*. Armand Colin.
- PHANEUF, Y. (2000). *Les masques des hommes : comment et pourquoi les hommes cachent-ils leurs émotions ?* DAHLIA.
- PIERRAT, E. (2017). *L'érotisme pour les nuls, histoire et pratiques*, Edition First.
- PILON, J-M. (2009). Principes et méthodes de la maîtrise en étude des pratiques psychosociales , *Revue Présences, vol. 2, 41 pages*.
- PLECK, J. H. (1981). *The myth of masculinity*. Institute of Technology Press.
- PLOURDE, S. (2018), *Le Pisseur*. Dans S. PLOURDE (Dir), *Traversées d'hommes, réalisé par C-TA-C, (p 67-74)*. Les éditions Ibuntu.
- POLYA, G. (1954). *Mathematic and plausible reasoning: induction and analogy in mathematics*. Princeton university press.
- PORTELANCE, C. (1996). *La liberté dans la relation affective*. Les éditions du CRAM inc.
- RIEL, J. (1983). *Heq : le chant pour celui qui désire vivre*. Domaine Étranger.
- ROCHON, S. (2011). *Solitude en Nature : Regards sur les quêtes contemporaines de Vision*. Presse de l'université du Québec.

- RODIN, A. (1967). *L'art : Entretiens réunis par Paul Gsell*. Éditions Gallimard
- ROY, V. (2008). *L'expérience de socialisation aux rôles d'un homme et d'une femme vécue par les conjoints ayant des comportements violents dans le cadre de leur participation à un groupe de thérapie animé par un homme et une femme* [Thèse de doctorat, inédit]. Université Laval.
- RUGIRA, J-M. (2004). *La souffrance comme expérience formatrice : Lieu d'autoformation et de coformation*, [Thèse de Doctorat en éducation, inédit]. UQAR.
- SINGER, C. (2001). *Où cours-tu ? Ne sais-tu pas que le ciel est en toi ?* Albin Michel.
- SINGER, C. (1996). *Du bon usage des crises*. Albin Michel.
- SINGER, C. (2007). *Derniers fragments d'un long voyage*. Albin Michel.
- SPINOZA, B. (2011). *Éthique*. Livre de Poche. 2011.
- ST-ARNAUD, Y. (1970). *J'aime : essai sur l'expérience d'aimer*. Édition du CIM.
- TREMBLAY, G. (2000). *La détresse des hommes : comprendre pour mieux intervenir*, dans Association québécoise de suicidologie(dir.), *Actes du congrès international de la francophonie en prévention du suicide, Montréal*. AQS.
- TRUNGSPA, C. (1990). *Shambhala, la voie sacrée du guerrier*. Seuil.
- VAN FRANZ, M-I. (1978). *La voie de l'individuation dans les contes de fées*. La fontaine de Pierre.
- VAN FRANZ, M-L(1980). *L'homme cosmique, image du but de l'individuation et de l'évolution humaine*. La fontaine de Pierre.
- VAN FRANZ, M-L. (1992). *Reflets de l'âme*. Éditions Entrelacs.
- VAN GENNEP, A. (1981). *Les rites de Passage : Étude systématique des rites*. Picard.
- VERMERSCH, P. (2006). *L'entretien d'explicitation*. ESF.
- VIGNEAULT, G. (1997). *Entre musique et poésie, 40 ans de chansons*. Bibliothèque québécoise.

ZIELINSKI, A. (2010), L'éthique du care, Une nouvelle façon de prendre soin, Revue Études 2010/12, Tome 413, p 631 à 641. <https://www.cairn.info/revue-etudes-2010-12-page-631.htm>.

