

## " se réconcilier avec le père"

Soumis par Cristina Buffon

23-08-2010

Dernière mise à jour : 23-08-2010

### « SE RECONCILIER AVEC LE PERE »

L'essence du père nous parle de verticalité, de soutien, de cadre, de structure et de ressources pour se réaliser, de protection, de limite, de délimitation pour définir son identité, de légitimité, d'autorité, de droit et d'assise.

Elle nous parle également de sens, de direction et de guidance, de reconnaissance et de recevoir, elle nous parle finalement de cet amour du père qui nous permettrait d'aller, de faire, de réaliser, d'oser, d'entreprendre et de s'affirmer sans peur.

Elle nous parle encore d'unité, d'un regard entier qui se poserait sur notre être, notre âme, notre cœur et notre corps, un regard qui permettrait de rassembler, ce qui le plus souvent se vit séparé, jugé et coupé.

Or, entre l'essence du père et la réalité de notre relation à papa, un fossé se creuse.

Devenir père pour un papa participe d'un vrai choix, un apprentissage durant lequel le lien se tisse, se construit et se nourrit. L'enfant en nous attend et espère un papa qui incarne toutes les ressources du père, mais ce papa, s'il ne fait pas un chemin pour se rencontrer intérieurement, ne pourra qu'offrir ce qu'il croit être un père, enchevêtré dans ses propres croyances et son histoire et sera à son tour guidé dans ses réactions face à sa progéniture par un petit garçon intérieur encore blessé et sans valeur.

Devenir père devient alors une vraie responsabilité intérieure : offrir à cet enfant que je reçois dans ma vie, une main qui le tient vraiment, un regard qui lui permette, une sagesse qui lui ouvre et un amour qui l'élève.

Cette véritable qualité de présence ne peut s'offrir en profondeur (et non seulement en surface) que quand la propre histoire de ce père aura été guérie suffisamment pour qu'un espace se crée à l'émergence de ces ressources.

### LE LIEN AU PERE : GUERIR ET TRANSFORMER LE LIEN

Qu'il soit absent, manquant, présent, omniprésent, qu'il soit parti, qu'il soit resté, quelle que soit l'histoire qui nous attache et nous rattache à ce père, l'empreinte est là, inscrite de manière indélébile dans notre mémoire cellulaire et c'est sur cette empreinte que nous aurons construit une partie de notre histoire.

Ce père aura laissé une empreinte, des vides, des absences et des trop, des schémas, des croyances, des liens de loyautés, des ressources et une hérédité &hellip;

Un enfant s'est construit sur ce socle, sur ce morceau de vie et d'humain.

Quelle a été cette histoire ?

Quelle était la nature de ce lien ?

sur quels schémas, quelles empreintes, quelle hérédité cet enfant s'est-il construit ?

Quelles blessures ont émergé de ce vécu ?

Quelles rages, quelles émotions n'ont pu se dire ?

Quels liens de loyautés ont emprisonné et emprisonnent encore notre liberté d'être ?

Quelles ressources ont manqué pour se construire ?

Quelles croyances ont nourri et nourrissent encore notre scénario de vie ?

Quelles ruptures, absences, fermetures et incompréhensions ont meurtri et fermé ce cœur d'enfant ?

Toutes ces questions fondamentales sont essentielles pour commencer à regarder la toile sur laquelle l'enfant en

nous a tissé son histoire.

Se réconcilier avec le père est un chemin qui demande d'abord aller regarder, comprendre, guérir et transformer cette toile : en percevoir les empreintes, les blessures et les manques, comprendre et intégrer le sens de ce lien, grandir à travers toutes les prises de conscience, se défaire à travers toutes les libérations, s'enrichir à travers toutes les transformations pour tirer la quintessence de ce parcours.

Tant que l'intimité de cette histoire n'aura pas été reconnue, acceptée et intégrée, nous resterons prisonniers de nos manques, de nos croyances et de nos certitudes, pétris dans la peur du pouvoir d'autre et mendiant éternel des ressources qui nous auront tant manqués.

Guérir le lien au père veut dire&hellip;.

Comprendre et accepter que j'ai choisi ce père pour évoluer, c'est-à-dire expérimenter le vide pour choisir le plein, l'abandon pour choisir le lien, le rejet pour choisir l'accueil, la trahison pour choisir la foi et la loyauté, l'injustice pour choisir la reconnaissance, l'humiliation pour choisir la dignité et toutes les formes de la souffrance humaine noyée dans la peur, l'ignorance et le pouvoir pour faire un vrai choix de foi, de sagesse et de puissance.

L'être humain est ainsi fait que pour faire un vrai choix de lumière il aura fallu qu'il morde la poussière de l'ombre jusqu'à en goûter le prix.

Guérir le lien au père veut dire comprendre et accepter que nous pouvons transformer nos blessures et nos empreintes en ressources, au-delà même de les identifier et de les libérer, nous sommes alchimistes et nous pouvons les transmuter.

Guérir le lien au père sera autant plus déterminant si la mère aura été trop présente et qu'il n'aura pu remplir son rôle de séparateur : il sera difficile pour cet enfant de définir et protéger son territoire, il sera en osmose avec son environnement, autant dans le pouvoir qu'il donnera à l'autre de le définir que dans les exigences qu'il aura par rapport à lui. L'absence de père ne veut pas dire qu'il n'y a pas d'empreinte à guérir bien au contraire.

Guérir le lien au père veut dire comprendre qu'à travers chaque prise de conscience, chaque lâcher, chaque renoncements, chaque acceptation, chaque transformation, nous pourrons grandir et modifier notre regard sur cet homme et nous permettre de le regarder plus large, plus grand pour, finalement, ne le voir que comme un être humain dans toute sa limite et sortir du pouvoir que nous lui donnions comme enfant de nous permettre, de nous autoriser, de nous définir, de nous donner reconnaissance, sens et valeur.

Guérir le lien au père veut dire choisir de prendre la responsabilité de cet enfant en nous et de devenir son propre père.

Guérir le lien au père veut dire faire le deuil du père idéal, permettre un chemin de réconciliation, de paix et de pardon, et plus loin se demander « pourquoi ce père &ndash;là » ?

Pardonnez, au sens d'accepter et non de cautionner, permet de pleinement lâcher les liens de pouvoir et de dépendance pour ouvrir la porte à l'amour, la compassion et pouvoir regarder avec gratitude cet être qui aura rempli ce rôle de père.

Guérir et transformer le lien au père veut dire reconnaître combien ce père m'aura permis et le plus souvent surtout à travers ce qu'il ne m'aura pas donné, puisque, c'est depuis ces espaces carencés que j'aurais fait le choix d'aller me rencontrer et de devenir mon propre parent.

## INTEGRER LE PERE EN SOI

Se libérer et faire la paix avec l'empreinte de notre père permet d'apprendre à devenir son propre père et, par ce chemin de transformation intérieure, de permettre l'espace à l'essence et aux ressources du père en soi d'émerger.

Libérer le père extérieur pour permettre le père intérieur&hellip;.tel est le chemin initiatique.

Intégrer le père veut dire pourvoir se protéger et poser des limites pour soi et non contre les autres&hellip;&hellip;.

se sentir légitime simplement par notre juste présence sans se justifier ni s'expliquer sur qui nous sommes ou ce que nous pensons&hellip;.

&hellip;.sentir son autorité intérieure comme une présence qui peut s'exercer dans l'amour, ni dans la force, la

contrainte et les cris&hellip;

&hellip;pouvoir diriger sa vie dans la confiance et se faire confiance dans les choix et décisions que nous prenons, en s'appuyant sur notre intuition pour intégrer le féminin&hellip;.

&hellip;.se réaliser et manifester son pouvoir créateur en toute sérénité&hellip;

.s&rsquo;affirmer dans la paix et la douceurIntégrer le père en soi permet de retrouver pleinement son pouvoir personnel, accepter et recevoir l&rsquo;amour de l&rsquo;homme, trouver une harmonie dans le rapport à l&rsquo;autorité et savoir décider pour soi.

Intégrer le père pour une femme veut dire retrouver son propre pouvoir, se réaliser depuis l&rsquo;intérieur, se sentir légitime dans son féminin et tout ce qu&rsquo;il représente et sortir de l&rsquo;illusion du pouvoir qu&rsquo;elle confère à l&rsquo;homme. Intégrer le père pour un homme, c'est la possibilité d'intégrer et de faire émerger l'essence du masculin ni dans la lutte, ni dans la résistance, ni dans le pouvoir, mais dans une juste assise intérieure.

## SE RECONCILIER AVEC LE PÈRE

Se réconcilier avec le père veut dire que j&rsquo;ai fait la paix : la paix avec mon père humain, mon père intérieur, l&rsquo;essence du père et du masculin. Je peux choisir d&rsquo;accepter ce qui a été, de m&rsquo;ouvrir et de me laisser toucher par l&rsquo;amour du père, par la vie et la grâce. Tant de souffrances perdurent dans ces choix de fermeture et de ranc&oeil;ur, de ressentiment que nous entretenons par delà la mort de nos parents.

Notre Ego, garant de notre protection, nous coupe le plus de notre c&oeil;ur et quand ce c&oeil;ur est fermé, il ne peut certes donner, mais il ne peut surtout pas recevoir.

Se réconcilier avec le père veut dire se réconcilier avec l&rsquo;essence même de la vie, l&rsquo;étincelle dont nous sommes les porteurs.

## STAGE " SE RECONCILIER AVEC LE PERE"

13 et 14 novembre 2010

Centre Espace temps