

Recontacter le masculin *en soi*

Un parcours initiatique

par Arnaud Mattlinger

Arpenter le chemin de la connaissance, la voie de la corporalité, nous amène à nous redéfinir sans cesse, en tant qu'homme, en tant que femme. Arnaud Mattlinger nous partage son aventure initiatique à travers sa pratique du mouvement.

Quel sujet, le masculin ! Alors que mon cheminement a justement été depuis des années de raccorder le féminin et le masculin en moi, pourquoi revenir sur une seule de ces polarités alors que je suis convaincu que le chemin de maturité et d'éveil de la conscience passe par la reconnaissance et la réunion de ces deux polarités en soi ? Les deux étant intimement liées, plus j'éclaire ce que je réunis, plus l'alchimie peut se réaliser. Plus je prends conscience de l'histoire et de la charge émotionnelle qui animent le féminin et le masculin en moi, plus je peux les en libérer et me réaliser. C'est ce chemin que j'ai souhaité ici vous partager.

Une histoire des hommes

Quand on dit masculin, on entend plutôt homme. Scinder le féminin et le masculin entre homme et femme, tout comme faire la part du monde entre les bons et les méchants, les noirs et les blancs peut être utile à l'enfant afin de structurer sa compréhension du monde, mais c'est une scission simpliste. Elle s'avère erronée dès lors que l'on prend conscience de la réalité de ce qui nous fait : nous sommes tous et toutes faits d'un père et d'une mère, d'un homme et d'une femme. L'image que nous nous construisons par la suite des rôles des uns ou des autres dépend du contexte familial et social. La suite réside dans l'histoire des liens que nous tissons, gardons, rompons ou transformons avec les modèles qui nous ont faits.

Je fais partie de la génération qui se doit de remettre en question les rôles et les relations hommes-femmes. Simplement parce que dans mon parcours de vie, j'ai pris conscience des manques profonds, des crimes et des blessures de la lignée des hommes qui m'a précédé, que celle-ci a rendu impossible de me projeter dans une idée du masculin : austérité, absence de contact, parole retenue, sexuali-

Arnaud Mattlinger

té taboue, abus, inceste, suicide, etc. Mis bout à bout, ces mots font sens et réveillent ma colère. Ceci est l'histoire des hommes et des femmes de ma famille, une histoire malheureusement ordinaire, liée souvent à une morale dévastatrice.

Le masculin n'a pas d'histoire

Pour autant, le masculin n'appartient pas à cette histoire, il la traverse. Ce faisant, il se teinte de l'histoire des hommes, celle qui se transmet de génération en génération. Aussi, lorsque l'histoire des hommes se coupe de l'histoire des femmes, le masculin perd son altérité et son intégrité. Il m'a fallu rendre à l'histoire ce qui lui appartenait, tout en transformant ces schémas qui se jouaient en moi. En remontant l'histoire, je comprends que le contact entre les hommes et les femmes de mon arbre a été rompu sur plusieurs générations et je comprends pourquoi mon chemin de vie m'a amené à chercher à réparer cette rupture.

Peu à peu j'apprenais à reconnaître l'autre et finalement, moi aussi.

Ainsi reprendre contact avec mon être profond, laisser s'éveiller ma sensorialité et célébrer mon souffle par la respiration a été un acte salvateur et régénérateur pour rouvrir le chemin vers un masculin éclairé.

Reprendre contact

C'est par l'alchimie métissée du Wutao que j'ai appris à reprendre contact avec moi-même. Le chemin avait commencé quelques années auparavant. Il m'aura d'abord fallu passer par les arts martiaux, plus accessibles depuis cet espace où je me tenais, loin de moi et des autres. Entrer en contact avec l'autre... mais pour le repousser ! C'était une façon de ne pas me laisser toucher, de ne pas entrer en contact avec ce que j'étais. En en prenant conscience, je me mettais en quête de ce que je suis. C'est alors que j'ai posé les mains sur mon propre corps pour écouter ce qui pouvait s'y passer. D'autres mains bienveillantes d'hommes et de femmes m'aidaient sur le chemin. Ce ne fut pas facile, mais l'espace que je découvrais était un espace de confiance. Petit à petit, j'ai perçu que ce corps n'était pas que pratique, pas qu'un outil, ni une machine à performance. Au fur et à mesure, le contact de mes mains devenait plus tranquille, plus sensible. Il aura fallu voir la blessure, les blessures, les reconnaître et les accueillir consciemment pour qu'au-delà du sentiment s'ouvre la porte du sensoriel : une sagesse en soi.

Retour à la source

En posant les mains de part et d'autre du bassin, la pratique du Wutao propose de revenir à l'origine de la vie. En reprenant contact avec le plancher pelvien, nous pouvons réintégrer cette zone trop peu souvent touchée, si ce n'est

L'ART DU WUTAO

Retrouvez les principes fondamentaux et les 12 mouvements de base du Wutao à travers l'ouvrage : « Wutao, pratiquer l'écologie corporelle » de Pol Charoy et Imanou Risselard, Le Courrier du livre.



**La porte
du sensoriel :
une sagesse
en soi.**

dans le seul but d'en tirer une satisfaction d'ordre sexuelle. En posant les mains, et en écoutant la pulsation interne, de détente en dilatation, d'inspir en expir, l'onde orgasmique émerge et se propage. Car cette onde, comme la décrit Wilhelm Reich n'est pas seulement « génitale », elle parcourt naturellement tout le corps et laisse apparaître des mouvements qui tendent vers l'extase. Le plancher pelvien devient alors le socle d'une nouvelle relation à soi et au monde.

L'onde « s'expande » de toute part, notamment le long du buste. Ce faisant, elle traverse les trois creusets alchimiques que sont l'abdomen, la poitrine et la tête. Du plancher pelvien et de l'abdomen, l'onde révèle la force primitive, la puissance et la capacité d'engagement. De la poitrine, elle laisse apparaître les qualités de cœur, les sentiments, la vulnérabilité et la compassion. De la tête, elle ouvre les pensées et les met en lien avec les deux creusets précédents. Nous retrouvons la tradition de la chevalerie et des parcours initiatiques qui mènent un chevalier au trône du roi.

De la verticalité à la transcendance de l'onde

Le mouvement de l'onde nous traverse ainsi de part en part, d'abord dans l'axe de la verticalité. C'est dans cet axe que l'être humain se trouve « entre ciel et terre ». Mais si cela reste statique, il ne dépasse pas sa condition. Or, l'onde est une dynamique. Elle traverse, accorde et unit les trois creusets. La respiration devient le catalyseur de cette union et ouvre les perceptions sensorielles de la conscience. Elle dépasse l'individu et transcende les polarités pour ouvrir un espace transpersonnel. Alors, nous pouvons toucher à la fois le féminin et le masculin en nous, défait des a priori de notre condition sociale. ■



© François Lollidon

PORTRAIT

Dessinateur et designer, Arnaud MATTINGER rencontre l'équipe de Gtao en 1999. Il devient professeur et formateur certifié de Wutao® et se forme à la Trans-analyse®. Il nourrit également sa pratique d'une recherche picturale en calligraphies de gestes et crée les « Calligraphies lumineuses ». www.arnaom.com

