

Le passage de *l'adolescence*

Une initiation à retrouver

par Brigitte Chavas



crédit photos: Brigitte Chavas

Souvent envisagée comme une simple transformation personnelle, l'adolescence a pourtant besoin de rituels permettant de réintégrer toutes les dimensions de ce passage.



PORTRAIT

Brigitte Chavas est psychologue transpersonnelle et formatrice à l'IRETT et à l'Isthme. Elle propose avec Manu Friedli des stages-rituels pour les ados et les jeunes depuis 2007. Auteure du « Manuel de psychothérapie transpersonnelle », Nouvelles Évidences InterEditions 2011, co-écrit avec Bernadette Blin, www.souffletherapie.net

Dans les sociétés traditionnelles, des rituels accompagnent tous les passages importants de la vie, mais quand un jeune occidental des années 2000 devient-il adulte ? A ses premières règles pour une fille, avec le permis de conduire, à sa première beuverie ? L'adolescence, c'est toute une période de vie qui continue de s'allonger. Les garçons et les filles de nos sociétés occidentales ne vont pas « passer » en un jour, en un mois, ou avec un rituel ponctuel, de l'enfance à l'âge adulte. Ils ont besoin d'être guidés et soutenus pour une longue traversée, faite de nombreuses étapes et embûches, jusqu'à s'engager vraiment dans le monde sur leur propre chemin. Depuis 2007, j'organise et co-anime des séminaires « spécial jeunes », à partir de 15 ans. Plus de 130 jeunes, entre 14 et 27 ans, y ont déjà participé. En suivant leur évolution et en les écoutant, nous avons abouti, au long de ces années, à la proposition de séminaires ritualisés de bout en bout, qui offrent la possibilité d'étapes sur le chemin de l'adolescence.

Une deuxième naissance.

C'est en prenant appui sur les contextes physiques, psychologiques, sociaux et culturels que l'être humain se construit. Sans un contexte suffisamment contenant, clair dans les limites et les possibles, suffisamment accueillant aussi, l'ado ne peut pas bien « grandir ». Pour ce passage dans notre monde consumériste, il s'identifie aux objets de son désir : son portable, son jean, ses baskets... Plutôt que de lui offrir de posséder davantage, nous pouvons lui proposer d'apprendre à se différencier et à trouver du sens et du lien en étant contenu : poser un cadre avec des limites claires qui autorisent une liberté d'être soi-même et en relation.

Dans les stages que je co-anime, chacun s'engage à respecter des règles devant tout le groupe comme témoin : respect de soi et de l'autre, non jugement, confidentialité, non-passage à l'acte violent et sexuel, avec la possibilité de dire et d'exprimer tout... Pas d'alcool, ni de drogue. C'est dans le groupe que les ados trouvent à la fois une enveloppe qui les protège dans ce moment crucial de « changement de peau » et des repères pour apprendre le réglage des distances relationnelles, la capacité d'être seul en présence des autres. Ces espaces sont des rituels puissants pour eux : la force des liens, l'engagement du corps, la plongée dans la transe (avec l'expérience de la respiration holotropique) et la puissance de la nature portent la transformation. Dans ces conditions, les corps peuvent lutter, se détendre, les cœurs pleurer, s'apaiser, se déplier, et les consciences s'ouvrir, les liens fleurir. Ce sont des temps d'initiation qui concernent le corps, le cœur et l'esprit, qui

accompagnent les jeunes vers l'accès à leur propre désir et à trouver du lien et du sens à leur existence et à la vie.

L'initiation des rituels traditionnels consiste à convier le jeune à une deuxième naissance. Après la naissance de chair, il doit naître à la dimension mystérieuse de la vie. Les ados d'aujourd'hui qui se lancent des défis dangereux, qui pratiquent des sports extrêmes, qui se cisailent, se tatouent, qui brûlent, détruisent, sont certainement dans une recherche d'épreuve initiatique. Mais où apaiser cette soif quand l'éducation de masse en Occident a perdu toute référence à l'ouverture, au mystère et à la beauté qui habitent chaque être humain ? ■

Pour + d'infos, consultez le carnet d'adresses p. 60