

Bruxelles, le 21 janvier 2021

Lettre aux hommes de ma vie – 2

Salut, toi, homme de ma constellation vitale¹.

Quatre mois déjà depuis la dernière lettre que j'ai écrite à ton intention. Quatre mois et tellement d'émois plus tard, je reviens vers toi, rempli d'envies et de choses à te partager, seras-tu m'écouter ?

J'avais envie de réécrire depuis pas mal de temps déjà. Puis récemment, j'ai eu ma sœur cadette au téléphone qui me disait amèrement à quel point elle détestait les hommes. Je comprends sa position, son affirmation, sa colère, sa rage, son désespoir et je me remets à t'écrire, avec toujours une lueur qui brille dans le noir : le changement va arriver, c'est évident. Ce n'est qu'une question de temps avant que tu ne le sentes réellement.

La dernière fois, mon ton était empli de colère, de rage même. Là, en tout honnêteté, c'est le détachement totale. Pas l'indifférence, loin de là mais le détachement. J'ai conscience de ce qui est à ma portée et des responsabilités qui te reviennent de droit. Ça ne veut pas dire que la rage ne gronde pas, simplement que je la tourne différemment pour ne pas me rendre malade avec non plus.

Ce détachement tu vois, c'est la traduction de ma révolution de cette nouvelle année. Ce n'est pas une faute de frappe que d'écrire révolution et pas résolution. C'est parce qu'à mon niveau, ce sera révolutionnaire. J'arrête de faire des *burn out* de *care* cette année. Je vais pour un soin global où je prends soin de moi aussi. Je réalise vraiment que pour donner, ça commence par recevoir. Et que pour avoir des relations égalitaires, al² s'agit pour moi de remettre de l'équilibre dans mes comptes de *care*. De me donner la priorité, de ne pas brûler mon énergie pour autrui.

Tu vois, je réalise à quel point, j'ai intégré que pour bien aimer, je devais toujours faire acte de présence. Ecouter, penser, aider l'autre à aller mieux. Et comme j'aime écouter, comme j'adore aider, je l'ai toujours fait, souvent jusqu'à m'oublier. Mes projets, mes envies, mon emploi du temps, tout tournait autour de l'autre. Et ce n'est pas que dans le couple ! Lorsque je vois des amies, je passe beaucoup plus de temps à essayer de les aider dans leurs problèmes qu'eux à écouter mes projets. Jusqu'à ce que cette injustice me saute aux yeux et me consume d'un feu orageux.

Est-ce que tu vois une personne professionnelle pour t'aider à surmonter les difficultés ta vie ? Qu'importe ta vie, ton intérieur est fêlé et en prendre conscience et chercher à te soigner te permettrait plus que probablement de pas blesser les personnes que tu dis aimer. Franchement, vu la gueule de notre société sexiste, comment peux-tu penser en être épargné ? C'est un tel manque d'humilité ! Ne sens-tu pas à quel point le patriarcat t'a fait du mal ? Ne sens-tu pas les chaînes qui t'entravent pour être un homme véritable ?

Personnellement, j'ai une équipe de sorcières pour me permettre de me défaire de toutes mes chaînes, qui m'aident à cicatriser tous mes traumatismes passés. Et le fait que j'y consacre autant de temps, d'argent, d'énergie, que ça va te servir puisqu'on passe du temps ensemble mais qu'à côté de ça, toi tu ne fasses rien pour te soigner, ça me fait grave chier.

Je tourne autour du pot. Je cherche une manière délicate de te dire que tu n'as pas d'autonomie affective et sentimentale. Que sans les femmes autour de toi tu t'effondreras plus rapidement qu'un château de cartes. Que tu ne trompes personnes, c'est la vie qui veut ça, que les fêlures lézardent

1 Amant, ami, frère, inconnu, si nos chemins se rencontrent, tu fais partie de ma constellation vitale.

2 Ce n'est pas une faute de frappe, c'est pour écrire au neutre.

https://www.academia.edu/33035651/Un_Genre_neutre_pour_la_langue_fran%C3%A7aise

nos murs internes. Que nos coeurs soient remplis de meurtrissures et que nos oreilles saignent de paroles blessantes qui font toujours échos.

J'aimerais tellement vous appreniez à prendre soin de vous, hommes de ma constellation vitale. Parce que les femmes de vous vies n'en peuvent plus de le faire. Parce qu'al y a des violences que vous subissez, avez subies qui sont spécifiques à votre masculinité.

Je ne nie en rien les violences que vous pouvez vivre en tant qu'hommes. Mais rappelle toi, petit chat, que notre société patriarcale, te donnera toujours plus de pouvoir à toi qu'à moi. Que tout est construit autour de l'exploitation des femmes.

Je me doute que tu le refuses. Et j'ai la certitude que tu te penses *safe* et c'est là que ça m'énerve. C'est dans ces recoins de certitude que se loge la merde sexiste. C'est quand tu crois que ce ne sont que les autres les agresseurs que tu oppresses tes sœurs, tes cousines, toutes les femmes de ta vie.

Donc, je prends un peu de distance, un peu de vacances. J'ai besoin de repos, pour pouvoir me ressourcer et aussi être en mesure de prendre soin de mes sœurs ! Tu vois ça m'a blindé énervé de me rendre compte que je n'avais même plus l'énergie pour les femmes de ma vie, tellement j'en donnais aux hommes ! Quelle crasse ce sexisme interne franchement.

J'aimerais vraiment que tu comprennes qu'al y a beaucoup de douceur dans mes mots mais qu'al y a aussi de la fureur. Que j'aimerais que tu prennes le changement de ta révolution avec que tu n'y sois forcé. Personne n'aime les rapports de force. Mais s'al le faut, je l'utiliserai pour pouvoir vivre enfin en égalité.

Allez petit chat, des pistes pour toi de travail, encore et toujours !
T'es blindé en retard, mets-y toi vite :-)

Ressources :

- **Petit guide du « disempowerment » pour hommes profémnistes par Francis Dupuis-Déri** : http://redtac.org/possibles/files/2014/07/vol38_no1_s1p1_Deri.pdf
- **La répartition des tâches entre les femmes et les hommes dans le travail de la conversation** : https://infokiosques.net/imprimersans2.php?id_article=239
- **Quand les hommes m'expliquent** : https://infokiosques.net/lire.php?id_article=1501
- **Comprendre le patriarcat** : <https://infokiosques.net/spip.php?article1643>
- **Fêlures – Le silence des hommes de D' de Kabal** : <http://www.oeildusouffleur.com/produit/felures-le-silence-des-hommes-de-d-de-kabal/>
- **Les couilles sur la table – les vrais hommes ne violent pas** : https://www.youtube.com/watch?v=Tt_aOvIM6w
- **Charge mentale de Emma** : <https://positivr.fr/fallait-demander-emma/>