

BERNARD BALLY

vous répond



Mon père ne m'a jamais prise dans ses bras, et je n'ai jamais su s'il m'aimait vraiment. Comment savoir ?

A vous entendre, je ne pense pas que vous souffriez d'un manque affectif. Est-ce parce que votre père ne vous a jamais prise dans ses bras que vous êtes en manque d'amour ? Je peux même imaginer que vous en avez beaucoup reçu de votre mère et d'autres personnes de votre entourage.

Mais alors, où est le problème ? Comment auriez-vous aimé que votre père vous manifeste de l'amour ? D'après votre question, je ne crois pas me tromper si je vous dis que vous souffrez d'un manque de reconnaissance. Vous aimeriez tellement qu'il vous prête un peu d'attention, qu'il manifeste que vous êtes digne d'être aimée, qu'il vous dise ce qu'il apprécie chez vous. Mais non, il ne semble pas conscient que vous avez besoin de lui. A tel point que vous doutez de son amour. Vous aime-t-il vraiment ? Une chose est sûre : vous l'aimez au point de désirer qu'il vous témoigne son amour.

Vous savez, moi aussi je suis un homme et un père, pas forcément meilleur que les autres. J'ai un peu appris à me connaître. J'ai constaté que nous avons souvent de la peine à exprimer nos sentiments, même dans leur expression physique. L'éducation reçue y est pour beaucoup. Un homme ne pleure pas, il doit se montrer fort, même s'il se sent faible ou triste à l'intérieur. Je me demande si votre père n'a pas peur de vous exprimer son amour parce qu'il ne sait pas gérer ses émotions, sa sensibilité. Il a peur de perdre la maîtrise et de paraître ridicule. Et pourtant, n'avez-vous pas entendu des personnes qui le connaissent vous répéter tout le bien qu'il pense de vous, sa fierté à votre sujet ? Cela, il ne vous le dira hélas pas en face.

Le partage émotionnel, qui est assez naturel pour une femme, est un domaine où l'homme se sent souvent mal à l'aise. Il ne veut pas perdre la face, même si l'amour est quelque chose de tout à fait naturel. Pourquoi est-ce si difficile ? A côté de l'éducation, il y a aussi les circonstances de la vie qui ont pu provoquer des blessures, des manques affectifs. Il a dû se protéger, peut-être se construire une carapace empêchant les autres de s'approcher trop près. Il peut être bloqué dans une amertume qui a envahi tout son être. Certains hommes peuvent même ressentir une grande colère, sans l'exprimer. Ils se sont sentis incompris. Tout le domaine affectif s'est bloqué. Comment alors exprimer leur amour ? Cela passera souvent par des biens matériels, de l'argent. Ils croiront sincèrement faire tout ce qu'ils peuvent pour aimer leurs proches, mais il manquera cette relation de cœur à cœur.

Alors, comment savoir s'il vous aime vraiment ? Si vous souhaitez qu'il change, c'est peine perdue. Peut-être pensez-vous qu'en jouant au bébé que vous étiez, il s'attendrira ? Ça ne peut que l'agacer. Ou alors en usant de davantage de séduction ? C'est beaucoup trop d'efforts auxquels il ne sera pas sensible. Un très beau livre le dit magnifiquement : « Cessez d'être gentil, soyez vrai. » Autrement dit, faites-en moins, ne vous énervez pas contre lui, allez à sa rencontre avec courage et parlez-lui de vous, de votre attente envers lui !

Proposez-lui un repas en tête à tête, ou une balade dans la nature. Demandez-lui ce qu'il pense de vous, de votre vie, de vos projets. Rappelez-lui les bons souvenirs de votre enfance en famille. Soyez personnelle. Exprimez votre besoin de ses conseils, de ses encouragements, de son intérêt pour ce que vous devenez. Il a été jeune comme vous. Eveillez son coeur à ce qui reste encore vivant en lui, bien que caché derrière sa carapace. C'est ainsi que vous ferez les petits pas qui vous rapprocheront de lui.

Je me dois de faire une réserve. Certains hommes restent inaccessibles. Ou encore ils manifestent la plus grande indifférence à l'égard de leurs enfants. Ils sont restés immatures et ne veulent être dérangés sous aucun prétexte. Même leur épouse a perdu tout espoir. Il est possible que cela reste une souffrance d'avoir un père « absent ». Même si c'est difficile, vous aurez à accepter cette réalité, et faire le deuil du père que vous n'avez pas eu.

Cependant, restez persuadée que votre attente envers lui était juste. Vous trouverez avec d'autres personnes la reconnaissance dont vous avez besoin, sans toutefois tomber dans le piège de la dépendance des autres. La construction de votre personnalité ne sera complète que lorsque vous aurez suffisamment intégré cette reconnaissance à l'intérieur de vous, sans avoir à la chercher à l'extérieur. Une relation équilibrée avec vous-même vous permettra ensuite de construire des relations saines avec les autres.

