

## **Le passage de l'adolescence, une initiation à retrouver**

**Brigitte Chavas 2011**

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

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.

### **Mourir**

Quitter l'enfance c'est en faire le deuil, et plus l'enfance était douloureuse plus il est difficile de la quitter en restant entier. C'est au moment de cette séparation que les blessures et les manques du passé peuvent ressurgir parfois violemment. Alors nos ados ne peuvent abandonner leur enfance en un jour, ils ne cessent de la laisser et d'y revenir. Ces allers-retours sont légitimes et représentent des étapes de ce deuil fondamental. Dans les sociétés traditionnelles, le rituel peut arracher l'enfant à la mère qui ne le reconnaîtra plus, à son retour, après les épreuves... L'attrait pour la mort de certains adolescents, leurs tentatives pour mourir, parlent peut-être de cette étape essentielle du processus de l'adolescence.

### **Traverser**

Les ados, sans doute davantage que certains adultes plus endormis, sont en contact avec un désir profond de changement et de vérité. Ils ont besoin de faire face à la difficulté, à la rencontre de la différence, ils ont besoin d'apprendre à vivre dans leur nouveau corps. Ils cherchent l'ivresse et l'élargissement de conscience. Et s'ils ne peuvent vivre des expériences vraies, intenses, d'existence et de lien avec la nature et avec l'autre, ils ne peuvent pas trouver un nouveau lien avec eux-mêmes. C'est la traversée des épreuves, la manifestation du courage et de la peur, la confrontation avec l'inconnu et la solitude qui forgent la transformation.

### **Revenir neuf**

Et le jeune de la tribu, quand il revient transformé, neuf, est non seulement accueilli mais fêté: un rituel puissant valide son courage et manifeste la volonté des anciens de lui faire une nouvelle place. C'est sans doute ce qui nous manque le plus : une prise de conscience de la communauté sociale sur l'importance de ces passages, en

particulier celui de l'adolescence. La plupart des jeunes manquent de ressources intérieures, familiales et sociales pour franchir cette étape essentielle de la vie et trouver une autonomie. Il y a beaucoup d'initiatives isolées qui mériteraient d'être reconnues, rassemblées. Car s'il s'agit d'accompagner les jeunes dans leur cheminement vers l'autonomie, il est indispensable ensuite d'accorder une vraie valeur à leur transformation et de leur faire une véritable place au milieu de nous.

### **Un autre contenant**

Depuis 1997, j'organise et co-anime des groupes de thérapie transpersonnelle et Respiration Holotropique et les rituels y tiennent une place de choix. C'est en 2007, avec un collègue, Manu Friedli, que nous avons décidé d'adapter ces séminaires pour les ados à partir de 15 ans. Nous avons co-animé depuis 18 séminaires « spécial jeunes ». Plus de 130 jeunes, entre 14 et 27 ans, ont participé à un ou plusieurs de ces week-ends ou journées. En suivant l'évolution des jeunes 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. La force de ces stages et les ouvertures qui en résultent tiennent en grande partie au contexte que nous installons.

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, l'ado s'identifie aux objets de son désir : son portable, son jean, ses baskets... Plutôt que de lui offrir de posséder davantage, nous lui proposons, dans nos stages, d'apprendre à se différencier et à trouver du sens et du lien en étant contenu : un cadre est posé avec des limites claires qui autorisent une liberté d'être soi-même et en relation. 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.

Chacun s'engage à respecter ces règles devant tout le groupe comme témoin. Car nos stages donnent toute l'importance qu'il mérite au groupe, particulièrement fondamental pour l'ado. De nouvelles formes de socialisation se tissent là, très différentes de celles de l'enfance. C'est dans le groupe que les ados trouvent une enveloppe qui les protège dans ce moment crucial de changement de peau, et des repères pour apprendre le réglage des distances relationnelles et la capacité d'être seul en présence des autres.

Ces stages sont des rituels puissants pour les ados et les jeunes, avec un contenant fort dans le temps et dans l'espace pour les différents niveaux de leurs êtres : physique, émotionnel, énergétique et spirituel. La force des liens que nous leur proposons, l'engagement du corps, la plongée dans la transe (avec l'expérience de Respiration Holotropique) et la puissance de la nature portent la transformation.

Nous créons les conditions et les corps peuvent lutter, se détendre, les cœurs pleurer, s'apaiser, se déplier, et les consciences s'ouvrir, les liens fleurir.

### **Une initiation**

Nous considérons nos séminaires comme des temps d'initiation : une initiation qui concerne le corps, le cœur et l'esprit, qui accompagne 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 ?

L'adolescence est souvent envisagée comme une simple transformation personnelle. Or un rituel traditionnel remplit trois fonctions : psychologique, sociale et spirituelle. Il est temps d'œuvrer davantage pour réintégrer des rituels puissants et qui font donc la place à ces trois dimensions. Voilà un défi pour les années qui viennent, pour les générations qui vont nous succéder et pour le monde qui va reposer entre leurs mains.