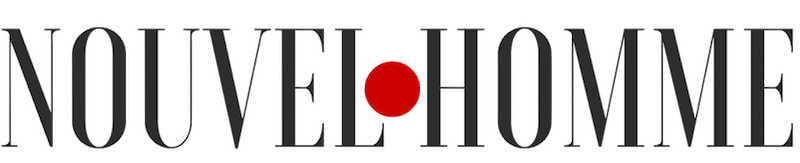
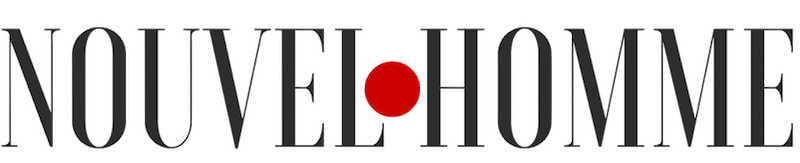
[](https://www.nouvelhomme.fr/)

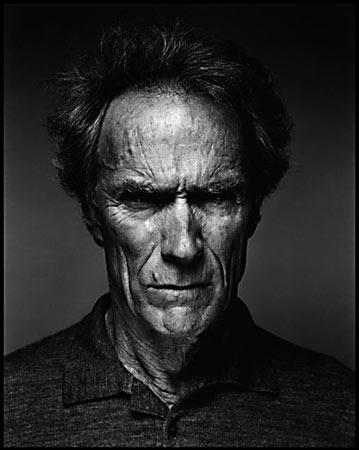
[INSCRIVEZ-VOUS](https://www.nouvelhomme.fr/lettre/)

[](https://www.nouvelhomme.fr/)

**Comment être un homme ?**

* jeudi 25 février 2010

*Un des articles les plus intéressants sur comment être un homme (donc, qui offre des solutions inédites et cohérentes) a été écrit par*[*Steve Pavlina*](http://www.stevepavlina.com/blog/2008/05/how-to-be-a-man/)*. Steve Pavlina est rédacteur d’un des blogs les plus influents en matière de développement personnel.  Dans cet article, que vous ayez 20, 40 ou 60 ans, vous trouverez 10 idées qui caractérisent****un homme, un vrai.***



Ça veut dire quoi être un homme aujourd’hui ? Comment les hommes peuvent consciemment exprimer leur masculinité sans être traités de macho d’un côté… ou efféminés et trop sensibles de l’autre ? Alors, quelle est la façon la plus saine pour un homme d’exprimer qui il est ?

Voici 10 façons de mieux vivre sa vie en tant qu’homme :

**1. Prendre de vraies décisions**

Un homme comprend et respecte le pouvoir du choix. **Il vit une vie qu’il façonne lui-même**. Il sait que sa vie stagne quand il ne décide pas et que sa vie s’épanouit quand il choisit un chemin bien défini.

Quand un homme prend une décision, il s’ouvre des portes et ferme celles qu’il ne veut pas. Il s’approche de plus en plus de sa cible comme un missile téléguidé. Il n’a aucune garantie d’atteindre sa cible, et il le sait, mais il n’a pas besoin de telles garanties. Il apprécie simplement le fait de prendre des décisions.

Un homme n’a pas besoin de l’approbation des autres. Il est prêt à suivre son coeur partout où il l’emmènera. Quand un homme suit son chemin, le fait que le monde entier soit contre lui n’a que peu de conséquences.

**2. Mettre ses relations sur le second plan**

Un homme qui prétend que son engagement numéro 1 dans la vie est sa relation avec sa femme (ou sa famille) est soit malhonnête soit trop faible pour qu’on lui fasse confiance. Sa loyauté est à remettre en question. Un homme qui estime les autres comme étant au-dessus de sa propre intégrité est “faux”, et n’est pas un libre-penseur.

Un homme sait qu’il doit s’engager dans quelque chose de plus grand que satisfaire les besoins de quelques personnes. Il n’est pas disposé à être domestiqué, mais il est prêt à accepter la responsabilité qui découle des grands challenges de sa vie. Il sait que lorsqu’il fuit ses responsabilités, il n’est pas à la hauteur de l’homme qu’il doit être. **Quand les gens voient un homme sûr de ses valeurs et idéaux, cet homme gagne leur confiance et respect**, sans pour autant avoir leur soutien. La façon la plus sûre de perdre le respect des autres (tout comme sa propre dignité), c’est de violer ses propres valeurs.

La vie testera l’homme afin de voir s’il est prêt à placer sa loyauté envers les autres devant sa loyauté envers ses principes. L’homme se trouvera devant de nombreuses tentations. Sa plus grande récompense est de vivre avec intégrité, et sa plus grande punition viendra des conséquences d’avoir placé autre chose au-dessus de sa propre intégrité. A chaque fois qu’un homme sacrifie son intégrité, il perd sa liberté… et se perd lui-même. Le seul sentiment qui ressortira à son égard est de la pitié.

**3. Être prêt à échouer**

Un homme commettra des erreurs. Il aura parfois tort. Mais il préfère essayer et échouer plutôt que de ne rien faire.

Sa foi envers lui-même, son estime de soi est un de ces plus grands atouts. Quand il doute de lui en pensant à l’échec, il se diminue. Un homme intelligent envisage l’échec, mais il ne se préoccupe pas d’inquiétudes futiles. Il accepte qu’un échec puisse avoir lieu, il sait le gérer.

Un homme s’éduque plus dans les échecs que dans les succès. Le succès ne teste pas sa détermination autant que l’échec. Le succès a ses challenges, mais un **homme apprend beaucoup plus sur lui-même quand il accepte un challenge qui implique des risques**. Quand un homme joue la sécurité, il perd de son dynamisme et ses aptitudes.

**4. Avoir confiance en soi**

**Un homme parle et agit avec confiance**. Son attitude exprime qui il est.

Un homme n’adopte pas une attitude positive parce qu’il pense qu’il va réussir. Il sait que l’échec est un résultat possible. Mais quand les chances de succès sont clairement contre lui, il exprime toujours sa confiance. Non pas qu’il soit ignorant, ou arrogant. C’est parce qu’il se prouve qu’il a la force de surpasser ses propres doutes. Ceci construit son **courage et sa persistance**, 2 de ses plus valeureux alliés.

Un homme est prêt à perdre contre le monde entier. Il sait qu’il peut perdre à cause de circonstances en dehors de son contrôle. Mais il refuse d’être écrasé par ses propres doutes. Il sait que quand il arrête d’avoir foi en lui-même, il s’égare. **Il capitulera face au destin, mais jamais devant la peur**.

**5. Exprimer son amour**

Un homme distribue son amour activement, il ne fait pas qu’en recevoir passivement. L’homme est le premier à initier une conversation, le premier à faire la demande lorsque son groupe à besoin de quelque chose, le premier à dire “je t’aime”. Attendre que l’autre fasse le premier pas n’est pas digne d’un homme. L’univers ne répond pas positivement à ses hésitations.

L’homme est communicateur d’énergie. C’est son job – son devoir – de partager son amour autour de lui. Il doit s’empêcher d’aspirer l’énergie des autres et se doit de transmettre activement de l’énergie autour de lui. Il doit permettre à cette énergie de circuler de la source, à travers lui, jusque vers les autres. Quand il assume se rôle, il n’a aucun doute de “vivre”  réellement qui il est.

**6. “Recanaliser” son énergie sexuelle**

**Un homme ne cache pas sa sexualité**. Il n’y a aucun mal à afficher sa masculinité, même si ça gêne certains. Il n’a pas à la dissimuler uniquement pour éviter d’offusquer les timides. Un homme accepte les conséquences d’être un mâle, il n’y a pas d’excuse à faire pour ce qu’il est.

Un homme ne tombe pas dans la vulgarité. Il doit savoir recanaliser son énergie sexuelle vers son coeur et son cerveau, quand ça peut l’aider à servir des plus grands intérêts que son instinct animal. (Cela fonctionne avec la visualisation, visualiser son énergie augmenter, se développer, et éventuellement parcourir tout votre corps et au-delà).

Un homme canalise son énergie sexuelle pour des intérêts qui lui tiennent à coeur. Il sent cette énergie en lui, le poussant à l’action. Avec toute cette énergie, il n’est pas à l’aise en restant sans rien faire. Il permet à son énergie sexuelle de s’exprimer à travers ses actions et pas seulement avec ses organes génitaux.

**7. Affronter ses peurs**

Pour un homme, être effrayé par une chose est une raison suffisante de faire cette chose. **Les peurs des hommes sont faites pour être affrontées**. Quand un homme cache ses peurs, il sait qu’il n’est pas aligné avec qui il est réellement. Il se sent faible, déprimé, sans force. Il a beau essayer d’atteindre un état de paix intérieure, il ne pourra pas surmonter ce sentiment peur. Uniquement lorsqu’il fait face à ses peurs, un homme connait l’expérience de cette paix intérieure.

Un homme doit être lié avec le risque. Il ne fuit pas devant la peur. Il se retourne face à ses peurs et se livre franchement.

Un homme réussit ou échoue. Un lâche n’essaye jamais. Les résultats spécifiques sont moins importants pour un homme que la direction qu’il prend.

**Un homme se sent homme lorsqu’il qu’il affronte ses peurs et les regarde en face**. Il se sent encore plus homme lorsqu’il avance vers elles.

**8. Honorer la masculinité des autres hommes**

Quand un homme voit un autre ami s’engager dans une nouvelle aventure qui l’emmènera clairement à l’échec, que doit faire un homme ? Est-ce qu’il avertit son ami du chemin qu’il prend ? Non, l’homme encourage son ami à continuer. L’homme sait qu’il est bien mieux pour son ami d’y aller avec confiance et d’apprendre des échecs. L’homme honore la décision de son ami d’agir et d’essayer. L’homme ne démentira pas les bénéfices d’un échec auprès de son ami. L’homme peut offrir à son ami ses conseils, mais il sait que son ami devra échouer plusieurs fois afin de développer sa foi envers lui-même et son courage.

Quand vous voyez un homme qui essaye de soulever un poids énorme à la gym, est-ce que vous arrivez pour lui dire : “Attends… je vais t’aider. A 2 ce sera plus facile de soulever ça” ? Non, ça lui enlèverait toute l’expérience qu’il en tirera.

Le chemin d’un homme est parsemé d’embuches. Il est même composé de plus d’échecs que de réussites. **Ces obstacles aident un homme à découvrir ce qui est réellement important pour lui**. A travers ses échecs répétés, un homme apprend à persister dans la poursuite de ses objectifs les plus nobles et abandonner les objectifs indignes de ce qu’il est.

Un homme peut être mis au sol plusieurs fois. Pour chaque revers subi, il apprécie l’avancée spirituelle qu’il a faite, et c’est suffisant pour lui.

**9. Accepter la responsabilité de ses relations**

Un homme choisit ses amis, amours, et associés consciemment. Il recherche activement la compagnie des personnes qui l’inspire et qui le challenge. Et il se déleste volontairement de ceux qui le tirent vers le bas.

Un homme n’accuse pas les autres pour ses problèmes de relations. **Quand une relation n’est plus compatible avec son projet de vie, il entame la rupture et part sans se sentir coupable ou responsable**.

Un homme est responsable des relations qu’il engage dans sa vie. Bien sûr, c’est la responsabilité des autres d’avoir tel ou tel comportement, mais c’est sa responsabilité de tolérer ou non de tels comportements.

Un homme montre aux autres comment agir avec lui par les relations qu’il est disposé à avoir dans sa vie. **Un homme refuse de remplir sa vie de relations négatives ou destructives**, il sait que c’est une forme d’autodestruction.

**10. Bien mourir**

Un grand challenge dans la vie d’un homme est de développer sa force intérieur afin d’exprimer qui il est. Il doit apprendre à partager son amour avec le monde sans aucune retenue. Une fois qu’un homme a réalisé cela, il peut mourir tranquille. Mais s’il échoue dans cette quête, la mort devient son ennemi qui le hantera tous les jours de sa vie.

Un homme ne peut mourir correctement s’il na pas eu une belle vie. Un homme vit une belle vie quand il accepte le fait d’être mortel et de développer ses forces en sachant que son existence est temporaire. Quand un homme affronte et accepte le caractère inéluctable de la mort… quand il apprend à voir la mort comme un allié plutôt qu’un ennemi… il est finalement capable d’exprimer ce qu’il est. Donc un homme n’est prêt à vivre tant qu’il n’accepte pas qu’il est déjà *mort*.

**Bonus Vidéo**

Aussi surprenant que ça à l’air, Rocky nous fait un très bon speech sur la détermination et ne pas porter la responsabilité sur les autres (*in english*) :

**38 réflexions au sujet de « Comment être un homme ? »**

1. **Quentin** dit :

[25 FÉVRIER 2010 À 19 H 34 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-149)

Aussi surprenant que ça puisse paraitre l’extrait de Rocky est vraiment pertinent pour illustrer ton article.

Quand j’ai vu ce passage du film Dimanche jme suis dit “mais attend c’est trop bien ce qu’il raconte” !!!

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=149#respond)

1. [**Alexis**](https://www.nouvelhomme.fr/) dit :

[25 FÉVRIER 2010 À 19 H 53 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-150)

J’ai eu la même réaction que toi en voyant un extrait dimanche soir

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=150#respond)

* 1. **anouar** dit :

[16 NOVEMBRE 2014 À 18 H 56 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-80208)

On veut savoir comment un etre normal un garcon peut I’ll devenir un homme que doit I’ll faire des etapes qu I’ll fera petit a petit durant sa vie pour qu I’ll. Puisse atteindre l homme souhaite c cela la question. Moi par exemple j ai des qualites mais j ai egalement des defaux. Je veux partir d une base vers quelque chose d homme. Vous voyez c cela.

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=80208#respond)

1. **Mama Zen** dit :

[28 FÉVRIER 2010 À 1 H 50 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-171)

Hi hi une femme encore en intruse sur cet excellent blog  J’ai beaucoup aimé cet article, car il est authentique et moderne. Authentique car on sent que tu tends vers ces idéaux comme lignes directrices.

Moderne car même s’il est questions de valeurs et que dans certains points si on reste au 1er degré on peut se dire «mais on se croirait 50 ans derrière!»… je crois à mon avis que c’est ancré dans ce que cherchent souvent les hommes de mon âge.

Je vais t’avouer que les premières lignes du point 2 m’ont choquée, mais à la fin de ce même élément j’étais convaincue hi hi!

Je comprends que cet article serait une adaptation d’un de ceux de Pavlina? Si tel est le cas je trouve que tu en as transmis l’esprit sans te limiter à la traduction. Bravo et merci d’avoir pris le temps de partager cela avec nous (notamment pour ceux qui n’auraient pu le lire en anglais).

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=171#respond)

1. Ping : [C’est toujours de votre faute | Nouvel Homme](https://www.nouvelhomme.fr/cest-toujours-de-votre-faute/)
2. **Isabelle** dit :

[15 MAI 2010 À 0 H 29 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-517)

“Le mâle est un accident biologique; le gène Y (mâle) n’est qu’un gène X (femelle) incomplet , une série incomplète de chromosomes. En d’autres termes, l’homme est une femme manquée, une fausse couche ambulante, un avorton congénital. Etre homme c’est avoir quelque chose en moins, c’est avoir une sensibilité limitée. La virilité est une déficience organique, et les hommes sont des être affectivement infirmes.” Valérie Solanas

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=517#respond)

* 1. **big male** dit :

[28 MARS 2012 À 11 H 25 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-7676)

voilà bien une réflexion typique de connasse mal baisée, fondée sur une erreur grossière d’un point de vue scientifique destinée à alimenter une vision haineuse des hommes. pas besoin de ce genre de femmes là

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=7676#respond)

* + 1. **sdsds** dit :

[23 JUILLET 2015 À 9 H 51 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-112889)

Je plussoie

* 1. [**Nadia**](http://www.loveconseils.fr/) dit :

[1 JUILLET 2014 À 17 H 20 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-50895)

Encore une femme ! D’abord bravo, je vais de ce pas faire un lien de cet article sur mon blog parce que c’est ce que je me TUE à dire en permanence.

Ensuite je me permets de répondre à Isabelle. Franchement ma fille avant de pouvoir parler ce qu’est un vrai homme peut-être faut-il savoir ce qu’est une vraie femme ! Compte tenu du fait que la majorité des hommes dont nous femmes nous plaignons ont été élevé par des femmes castratrices croyez vous vraiment que votre commentaire soit pertinent et intelligent ?

Nous n’avons plus besoin de ces soit-disantes féministes qui ne savent pas faire la différence entre égalité et identicité. Les hommes et femmes sont égaux en droit mais certainement n’ont aucune raison d’être identiques ! Pour qu’il y a de vrais hommes il faut de vraies femmes et réciproquement et vos remarques font honte à celles qui aiment et respectent leurs homologues féminins comme eux les aiment et les respectent.

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=50895#respond)

* + 1. [**sipi lhoe candide**](http://google/) dit :

[21 JUIN 2018 À 7 H 09 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-129038)

Ces formidable ces 10 façon d’ogment notre principe de nos vie alors que les fane qui est l’hoe candide de prennent leur responsabilité de vivra bien bien atravers ses façon de faire le respect pour être trouver votre valeur d’un hoe candide

* 1. **francis** dit :

[18 SEPTEMBRE 2015 À 2 H 58 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-113268)

En faite oui tu doit etre mal…… mais si le gene des hommes Y est incomplet bien oui c’est vrai mais le gene de la femme est incomplet aussi sans celui de l’homme…. et tant qua etre sur le sujet et bien si on reste avec les genes bien levolution marche aussi donc les femaile aurrais fait quoi sans male pour les proteger du temps des caverne quelle etaient en ceinte ou non c grace au hommes que les femmes existe aujourdhui et vise versa donc pourquoi sortir des argument stupide aussi rapidement et en revenant au histoires de genetique bien les femme devrais ecouter les homme vue que ca fait des centaine de millier danner quon s’occupe des femmes et que depuis environs 80 ans elle on libre parole et que la guerre ravage la terre haha

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=113268#respond)

* 1. **Jaliil** dit :

[8 MARS 2020 À 11 H 25 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-152904)

Je ne sais pas si tes propos sont sincères mais saches qu’aucune femme ne peut procréer d’elle meme.

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=152904#respond)

1. **Audrey** dit :

[15 MAI 2010 À 0 H 34 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-518)

Ce qui le différencie des autres mâles c’est sa capacité de compréhension de la femme moderne et sa faculté d’adaptation aux besoin qu’elle manifeste. Le new man est ni dominant, ni coléreux; il parle doucement et les tâches ménagères ne lui font pas honte. Sa plus grande qualité est, sans conteste, son investissement dans la vie de famille. Voilà qui explique qu’il sache changer les couches des enfants, qu’il se lève la nuit pour donner le biberon, qu’il pousse la poussette de son petit pour le déposer a la crèche avant d’aller travailler, qu’il fasse les courses et la cuisine sans créer de dégâts dignes de tom et Jarry. Pour la même raison, cet homme nouveau surveille les devoirs pour l’école. Souvent, il sait repasser ses propres chemises. Il ne boude pas le jour ou sa femme lui annonce un salaire plus élevé que le sien; il peut même spontanément lui proposer de rester a la maison pour s’occuper à plein-teps des enfants afin qu’elle puisse poursuivre une carrière qui se révèle, à l’évidence, plus rentable que la sienne. L’homme nouveau n’est pas un homme parfait ( tel n’est pas le sens de on discours) . Par exemple, il ne faut pas compter sur lui pour vous acheter le dernier sac à la mode ou le manteau de fourrure de vos rêves, mais après tout, maintenant, vous pouvez vous les acheter vous même, non ? Comment le nouvel homme est arrivé? : C’est à la suite de la nouvelle femme.  
Lucy Vincent. ” Ou est passé l’amour? “

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=518#respond)

1. **ANsar** dit :

[27 JUILLET 2010 À 1 H 14 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-732)

je vois pas ce qui a de masculin dans ce qui été dit dans l’article. Ce sont des qualités que tout être humain doit avoir. Penser que ces qualités devraient être propres aux hommes relève de l’orgueil.

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=732#respond)

* 1. **Mayi** dit :

[14 MAI 2015 À 15 H 25 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-110636)

Tout à fait d’accord. Il n’y a rien de masculin là dedans. Une femme peut tout aussi s’y reconnaitre. Merci pour ce blog qui laisse une grande place pour les homosexuels (être un homme, un vrai!!!), les transexuels, sans stéréotypes… Manque de représentativité de la population masculine… c’est le moins qu’on puisse dire. AU SECOURS!

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=110636#respond)

1. **Seb** dit :

[6 NOVEMBRE 2010 À 13 H 11 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-1114)

@Isabelle: Je trouve le choix de ta citation particulièrement extrémiste. Je peux comprendre qu’à l’époque de Solanas, elle est pu développer une haine envers les hommes; mais rabaisser l’homme de cette façon, je ne trouve cela guère mieux que la mentalité sur la supériorité masculine de cette époque.

@Audrey: Je suis pour la parité Homme-Femme mais je trouve dommage que tu définisse l’homme (ou le nouvel homme) par rapport à la femme. J’ai un petit l’impression que c’est revenir à des préceptes vieux de 50 ans en inversant les rôles. Il est préférable de définir l’homme et la femme indépendamment l’un de l’autre, comme des personnes entières, et non, l’un par rapport à l’autre.

Audrey, Isabelle, en lisant vos commentaires, j’ai l’impression que vous n’avez pas perçu le sens du texte d’Alexis. Son but n’est pas de rappeler aux hommes la façon de penser des années 50-60; mais de permettre aux hommes de trouver leur place dans ce monde moderne où, heureusement, la femme est libre de ces mouvements. Le féminisme vous à libérer de certains dictats de la société, mais elle a bousculé les repères des hommes; nous ne faisons que rechercher de nouveaux repères dans cette nouvelle société.

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=1114#respond)

1. **Isabelle** dit :

[7 NOVEMBRE 2010 À 22 H 42 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-1121)

C’est du second degrés. Je ne suis pas féministe et encore moins extrémiste.  
Je suis a 100% pour que le nouvel homme cultive sa masculinité (pour lui et pour le plus grand bonheur de la femme.)  
Tu as raison. Le but du texte d’Alexis n’est pas de rappeler les façons de penser des année 50/ 60.  
J’invite chaque homme a suivre ses conseils.

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=1121#respond)

1. **Seb** dit :

[9 NOVEMBRE 2010 À 22 H 15 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-1130)

Désolé, je n’avais pas compris le second degré :).  
Au moins, je suis prévenu; je prendrais plus de recul la prochaine fois que je lirai un de tes commentaires :D.

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=1130#respond)

1. **Isabelle** dit :

[10 NOVEMBRE 2010 À 20 H 23 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-1133)

En réalité c’est la femme qui est incomplète. Il lui manque le chromosome Y. C’est moi qui suis désolé d’avoir heurté ta sensibilité masculine. Les femmes vivent trop dangereusement de nos jours!   
En tout cas, c’était bien répondu!  
« Le chemin d’un homme est parsemé d’embuches.  » ^^

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=1133#respond)

1. [**Yoann Romano**](http://www.yoannromano.com/) dit :

[14 NOVEMBRE 2010 À 17 H 47 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-1159)

Concept bonus : admirer ceux qui réussissent. Un (vrai) homme ne cultive pas la jalousie. Au contraire, il sait reconnaitre quand il est battu. Il respecte celui qui est meilleur. Il apprend de lui.

Comment peut-on réussir dans un domaine si l’on déteste ceux qui y réussissent déjà ? Si l’on dénigre et jalouse ceux qui ont les résultats visés ? Indice : impossible.

P.S : J’ai apprécié cet article. Si tu ne l’as pas déjà lu je te recommande The way of the superior man de David Deida. Must-have sur le sujet.

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=1159#respond)

1. **Corps & Santé** dit :

[24 JANVIER 2011 À 17 H 54 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-1477)

Je viens de lire ton article. Je le trouve très intéressant, et reviens sur des essentiels souvent perdus dans la métro-sexualité. Non pas que je trouve ce concept mauvais, car je le cultive un peu moi-même, mais nous tendons à oublier les bases..

Je vais me noter quelques phrases en guise de rappel dans mon petit journal. Merci!

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=1477#respond)

1. **michael** dit :

[22 MARS 2011 À 20 H 28 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-1956)

bonjour et merci pour cet article, pour moi c’est un bon repaire pour construire mon côté masculin, ayant été victime d’inceste durant mon enfance, je me suis toujours considéré comme un enfant ne voulant surement pas ressembler à mon bourreau de père…

j’ai maintenant 30ans et je me rends compte après plusieurs années de psychothérapies que je dois devenir un Homme tel que décrit dans cet article et non pas l’image de l’homme pervers auquel je ne voulais absolument pas ressembler…

la photo de Clint Eastwood a bien été choisie, il représente pour moi vraiment l’archétype de l’Homme!!

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=1956#respond)

1. Ping : [Quelle est votre mission ? | Blog Nouvel Homme](https://www.nouvelhomme.fr/quelle-est-votre-mission/)
2. **zenie** dit :

[17 JANVIER 2012 À 9 H 25 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-3393)

Rebonjour Alexis, la vidéo n’est plus accessible ?

Super article !

Etre soi même, pour un homme ou une femme est ce qu’il y a de plus passionnant à vivre.

Cherchons qui nous sommes vraiment, c’est la plus belle des aventures !

zenie

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=3393#respond)

* 1. **vincent** dit :

[30 AOÛT 2012 À 17 H 30 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-9341)

Aimer,c’est croire en l’autre ,en ce qu’il ou elle est en tant qu’individu,combien de femmes et d’hommes ont de vraies valeurs,une éthique,le respect de l’autre,une vraie conscience comportementale.Comment donner sa confiance ?Vivre heureux en couple c’est s’épanouir ensemble.Comment gérer ce qui est un véritable trahison lorsque l’autre vous plante le couteau dans le dos.Comment éviter le désastre si il n’y a plus de communication parce qu’on ne croit plus en vous ou que vous ne correspondez plus aux critères qui font de vous l’être aimé.L’homme doit être fort et compréhensif et accepter d’être castré because ,une domination de plusieurs siècles.Mais si un homme n’est pas un homme(c.a.d éventuellement plus lucide qu’elle) la femme est frustrée car elle ne peut pas se donner à n’importe quel homme.Si l’homme est un homme!!!la femme se sent épanouie et vice versa.Nous avons plusieurs métro de retard car comme me disait une amie,ça fait 30ans que l’on se prépare,tu n’as qu’à acheter MARIE-CLAIRE et tu comprendras.

[**RÉPONDRE**](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/?replytocom=9341#respond)

1. **jhbgkljhg** dit :

[26 AVRIL 2013 À 21 H 19 MIN](https://www.nouvelhomme.fr/comment-etre-un-homme/#comment-20486)

Que de beaux objectifs et de belles qualités !!! Dommage qu’elles soient, selon cet article, l’apanage des hommes… Donc si l’on en croit cet article, une VRAIE femme est:

1/ Un être qui vit au jour le jour, incapable de prendre les décisions essentielles pour son avenir. Un être qui a sans cesse besoin de l’approbation des autres, terriblement influençable, donc faible.

2/ Un être qui ne vit que pour ses enfants, sa famille, un être domestiqué au sens qu’il a pour unique lieu de vie le foyer, la maison : aucune conscience ou préoccupation concernant le monde extérieur (qui est donc le domaine du VRAI homme que la VRAIE femme ne doit pas occuper). Aucune vision globale, toujours une vision subjective, restreinte et floue de la réalité et de l’avenir.

3/ Un être faible qui aime la sécurité ! (c’est pour cela que la VRAIE femme reste au domicile familial). Aucun épanouissement dans la prise de risque, car une faible estime de soi, chose naturelle pour la vraie femme (bien féminine).

4/ une VRAIE femme n’a pas confiance en elle, pas de courage, ni de persévérance, elle ne teste pas ses forces, évite les épreuves. Elle capitule facilement devant la peur.

5/ La femme est un être qui reçoit l’amour, elle est principalement passive, donne très peu. Elle attend qu’un homme l’aborde dans la rue, dans un café, au travail. Elle attend qu’on la demande en mariage (sous peine de menacer la virilité de l’être aimé !).

6/ Une femme cache sa sexualité (??? étrange…). Elle accepte les conséquences d’être une femelle… (il faut qu’on m’explique…). La sexualité de la femme = encore taboue ?

7/ Les peurs des femmes sont faites pour être évitées : la femme évite les situations où sa peur va s’exprimer, elle fuit : féminité ne rime pas avec risque ! Donc la femme est lâche.  
Une femme se sent encore plus femme lorsqu’elle laisse ses peurs la dominer, et surtout lorsqu’elle les fuit (en hurlant le plus souvent, faisant dos à ses peurs, en pleine crise d’hystérie, phénomène purement féminin, rappelons-le).

8/ Une femme doit honorer la féminité des autres (?). (“sympa ta robe !”).

9/ une femme ne choisit pas ses amours (elle est choisie, passive, elle laisse faire et se laisse faire = VICTIME,…). Elle se laisse porter, mener au gré du vent, selon les objectifs supérieurs du mâle qui lui tient le bras et ce jusqu’à ce qu’elle devienne un poids trop lourd, et que celui-ci décide de la lourder… (car LUI, il choisit ses relations, et y met fin dès qu’elle empiète sur sa liberté, valeur supérieure masculine.

10/ La femme ne développe pas de force intérieure, elle ne cherche pas réellement à savoir qui elle est, vivant au jour le jour, sans objectifs supérieurs à atteindre, subissant les relations qui se sont construites autour d’elle.

Je vous épargne le bonus vidéo aux œstrogènes…

Voilà, si l’on en croit cet article, être une femme est bien peu de choses. Toutes ces qualités défendues plus haut me semble des qualités essentielles dans une vie… mais pas uniquement dans une vie d’homme.  
On préférera donc prendre le terme “homme” employé tout au long de cet article dans son sens le plus large, c’est-à-dire “être humain”. Dans ce cas, et uniquement ainsi,  
cet article est enrichissant, intéressant, pertinent, et apporte des réponses sur l’attitude “gagnante” dans la société contemporaine, et même sur les clés du bonheur humain. Car en l’état actuel, il semble que sa vision de l’homme et donc de la femme soit très largement dépassée, arriérée.

Bonne journée à tous…