

# Sexualités <sup>N°50</sup>

## H U M A I N E S

RÉVUE DE SANTÉ SEXUELLE & DE SEXOLOGIE DES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

DOSSIER

### SOIGNER L'AMOUR :

un défi ou une nécessité ?

NUMÉRO  
ANNIVERSAIRE !

N°50



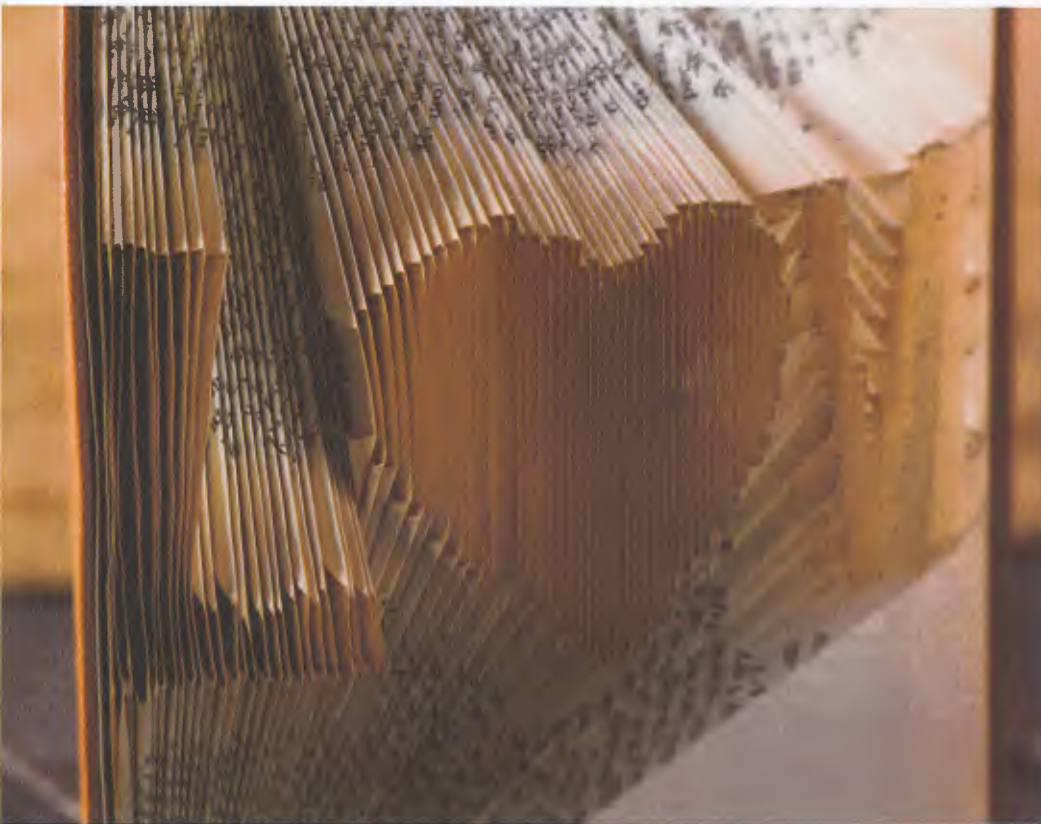
AUTISME ET SEXUALITÉ

9 € TTC France. ISBN 978-2-911610-82-0. Editions Métawalk

PSORIASIS : QUAND  
LA PEAU S'EN MÊLE...



9 782911 610820



Par Gérard Ostermann

## SOIGNER L'AMOUR, QUESTIONNER LE DÉSIR, CONTENIR LE MANQUE

« DÉFINIR », C'EST TOUJOURS CE PAR QUOI COMMENCE SOCRATE DANS LES « DIALOGUES » QUE SIGNE PLATON. SANS DÉLIMITER AVEC PRÉCISION LE SENS DES MOTS, COMMENT S'ENTENDRE ? SANS DÉBUTER PAR CET ACCORD CONTRACTUEL SUR LE LANGAGE, COMMENT PARVENIR À PENSER ENSEMBLE ? A DIALOGUER ENFIN ? OR, RIEN N'EST MOINS SIMPLE.

Circonscrire la surface sémantique d'une notion aussi plurielle que l'amour ou le désir réclame souvent bien davantage qu'un simple dictionnaire. Il faut aller certes à l'usage mais aussi à la source même de la formation du terme. Or, si l'étymologie ne dit pas nécessairement – et contrairement à ce qu'elle annonce – la vérité d'un mot, elle en indique la pente, elle en découvre « l'arrière-goût » souvent indispensable à l'appréciation connotative. Bref, il est utile de maîtriser le sens des mots du champ notionnel dans lequel on travaille, ne serait-ce que pour analyser correctement les énoncés des sujets proposés, cerner avec justesse les enjeux des textes dont la lecture et l'étude sont conseillées, pour argumenter enfin sans craindre l'imprécision. Cela passe nécessairement par une étude lexicale et notionnelle à l'occasion de laquelle on peut déjà suggérer une mise en problème, un début de questionnement, un commencement de réflexion.

L'amour et la passion apparaissent non seulement pluriels, mais aussi fondamentalement paradoxaux. Tantôt ils sont tentatives de guérison d'une blessure fondamentale ou d'une perte récente, tantôt au contraire sources de souffrance et d'autres effets délétères. Ce peut être par exemple la pente vers une position sacrificielle : se faire l'objet de l'autre. Comme le chantait Jacques Brel, « *laisse-moi devenir l'ombre de ton ombre, l'ombre de ton chien* ». Ou cela finit encore plus mal dans le tragique. D'une part, il arrive qu'amour et passion inhibent la sexualité. Dans une série d'autres cas, ils permettent son épanouissement et souvent même une levée du refoulement et

l'apparition sur la scène du couple de pulsions archaïques jusqu'alors inhibées et méconnues des sujets eux-mêmes<sup>2</sup> ; amour et passion sont tous deux tout à la fois don et manque, ou encore don de ce que l'on n'a pas. Jacques Lacan avait donné une définition aussi énigmatique que scintillante : « *L'amour c'est donner quelque chose que l'on n'a pas à quelqu'un qui n'en veut pas !* »

### L'AMOUR SE RÉDUIT-IL AU DÉSIR ET LE DÉSIR AU MANQUE ?

« *Peut-il y avoir de l'amour sans sexe ?*

- *Je crois que les deux sont différents.*

- *En quoi ?*

- *Le sexe calme la tension... et l'amour la cause. Pensez-y un instant. »*

Woody Allen, « *A Midsummer Night's Sex Comedy* », 1982

Dans leur texte, Catherine Bensaïd et Jean-Yves Leloup<sup>(1)</sup> reviennent me rappeler combien les Grecs avaient un vocabulaire riche pour ce mot *amour*. J'ai souvent perçu des degrés dans mes relations. Il me semble que les amours plurielles donnent encore plus de chance de les expérimenter, et simultanément parfois.

- **Porneia** (du grec *pomê*, prostituée) : l'amour est dévorant, on attend de l'autre qu'il nous nourrisse.
- **Pathos** (souffrance, passion) : l'amour est passionné, possessif, il s'agit d'une demande inquiète et obsessionnelle.
- **Eros** (désir des sens) : l'amour est désir. Dès que l'autre sort de cette illusion de perfection, on ne l'aime plus.
- **Philia** (amitié) : l'amour est amical, non parce qu'il exclut le désir, mais parce qu'il apprend à le découvrir, de part et d'autre,

et à le dire. Afin que chacun puisse l'entendre et s'entendre.

- **Storgé** (amour familial) : l'amour est tendresse. Pas seulement douceur, mais aussi tension : tendre vers l'autre, être attentif, attentionné.

- **Charis** (grâce, faveur) : l'amour est grâce. Le bonheur d'être ensemble est un cadeau. Cet accord profond permet d'être pleinement l'un avec l'autre. Le quotidien prend toute sa saveur, se teinte de cette folie qui nous permet d'élargir l'horizon, d'aller vers l'inconnu.

- **Agapè** (amour divin) : l'amour est don. C'est la part inconditionnelle de l'amour. Là s'ouvre la porte de l'amour véritable, qui est une œuvre à accomplir.

Comme le suggère Fabrice Midal <sup>(2)</sup>, si cette classification a l'air clair, elle ne l'est pas en réalité. Tout d'abord, écrit-il, « rien n'autorise à traduire *Eros par amour charnel ni Philia par amitié* ». Le classement hiérarchique d'Eros, Philia et Agapè repose sur le présupposé que le christianisme est l'accomplissement de l'histoire de l'humanité et la charité (Agapè) qu'il déploie, le sommeil de l'amour. Cette perspective est pour Fabrice Midal inacceptable. *Eros* et *Philia* sont des visages parfaits de l'amour et ont des étapes à surmonter.

Alors que nous n'avons en français qu'un seul vocable pour parler d'Amour, la langue anglaise en propose deux : *love* et *like* et les philosophes grecs avaient pris soin de distinguer cinq ou six sentiments différents : Eros, divinité de l'amour qui possédait un versant physique et vulgaire (Aphrodite) et un versant céleste (l'amour « platonique »). Aux côtés d'Eros propre-

ment dit, il y avait aussi la *philia* (l'amitié), la *storgè* (l'affection), l'*agapè* (l'amour de son prochain), la *philanthrôpia* (l'amour de l'humanité en général). A chaque type de sentiment correspondrait un engagement plus ou moins profond : la *philia* peut conduire au sacrifice de soi, l'*agapè* suscite la charité, la *philanthrôpia* ne peut conduire qu'à la compassion.

La psychologie contemporaine a repris le problème à sa manière. Pour Sigmund Freud, on le sait, les formes de l'amour relèvent d'une même pulsion – la libido. Elle peut s'investir sur des objets différents (un parent, l'amant, un objet fétiche, le psychanalyste...), connaît des stades d'évolution distincts (oral, anal, génital), peut être refoulée, idéalisée, détournée, etc., mais au fond c'est toujours la même pulsion qui agit. Pour le père de la psychanalyse, « le moment amoureux, c'est le plus joli moment délirant d'un être humain normal ». Dans la première optique freudienne, l'intérêt pour les origines du sentiment amoureux est lié à l'étude des relations infantiles, comprises essentiellement comme satisfaction de besoins biologiques.

L'éthologie s'est opposée à la psychanalyse sur ce point. Pour elle, l'attachement qui lie l'enfant à sa mère forme un sentiment spécifique, distinct de la libido. Comme le propose Boris Cyrulnik <sup>(3)</sup> : « On tombe amoureux et on se relève en s'attachant ! » Rappelons ici que l'attachement sécure est un puissant régulateur émotionnel et un facteur de résilience. Dès 1891, l'ethnologue finlandais Edward Westermarck soutenait que la cohabitation prolongée entre

« Aimer, c'est se réjouir », se réjouir de l'existence de l'autre, de sa simple présence, de sa liberté, de sa vérité.

Aristote

membres d'une même famille neutralisait le désir et conduisait à une inappétence sexuelle entre parents. L'attachement serait donc un inhibiteur du désir, qui détourne naturellement de l'inceste. « Mais l'amour, n'était-il qu'un désir que l'on se plaisait à s'exagérer ? », interroge le libertin du XVIII<sup>e</sup> siècle...

On distingue pour les convenances, mais au fond « aimer » et « désirer », n'est-ce pas la même chose ? Et parce qu'au sein de l'amour il y a cette lave incandescente, le sexe, que l'esprit a du mal à « fixer » – comme le soleil – quand il emporte le corps vers le paroxysme de la vie ou la « petite mort », vers l'acmé des plaisirs ou la « boueuse concupiscence de la chair », la printanière étincelante du désir ou l'« obscène et l'obscur » ; quand il lui ôte volonté et raison, l'exalte, l'exacerbe, le fait exulter, le brûle, le torture... Le chemin de la réflexion du philosophe André Comte-Sponville est dès lors tout tracé <sup>(4)</sup>. Quel amour transcende la morale ? « Ce qu'on fait par contrainte, on ne le fait pas par amour », notait Kant.

Comment le sexe, qui ne peut « se regarder en face », a-t-il été pensé par les philosophes, Platon, Lucrèce, Augustin, Montaigne, Schopenhauer, Feuerbach, Nietzsche, Kant... ? Sous la provocation

d'un Crébillon, il faut toutefois bien entendre la confusion que nourrit souvent telle ou telle traduction... La philosophie, par exemple, est-elle amour, ou bien désir de la sagesse ?

Ou faut-il encore comprendre « *philia* » dans une autre acception ? Le philosophe n'est pas quelqu'un qui a la sagesse, mais quelqu'un à qui la sagesse manque, au même titre que le mystique n'a pas Dieu, mais Dieu lui manque. Alors il est dans la quête ! Or, usuellement, on a bien pris l'habitude de dire l'attachement le plus valorisé avec le mot « amour » – « aimer, c'est ce qu'il y a de plus beau, aimer c'est aller plus haut » (sic) –, réservant le mot « désir » à une attirance charnelle, inexplicable et violente. Pourtant « amour physique » est parfois employé sans que soit nécessairement perceptible l'oxymore ! Bref, on n'en finit pas de confondre et quand on distingue, on cède finalement au préjugé.

Il y a pourtant un mode de différenciation qui s'impose au-delà de tout soupçon : le retour à l'étymologie. En effet – au contraire du désir – l'amour n'implique pas l'absence de son objet. On peut aimer un être que l'on tient dans ses bras, évidemment. En revanche, on ne peut désirer que ce qui s'est absenté.

### POURQUOI ET COMMENT TOMBE-T-ON AMOUREUX ?

Le coup de foudre est la forme la plus romantique de la rencontre. Partout il provoquerait les mêmes réactions, comparables à celles d'une révélation. Déjà, il y a plusieurs types d'Amour. En philosophie, comme le propose Olivia Gazalé<sup>(6)</sup>, on peut les regrouper dans deux principales catégories.

**Le camp des idéalistes**, avec comme chef de file Platon, qui consiste à penser que l'amour est quelque chose qui nous élève. Il parlait d'« *une paire d'ailes* » qui nous emmenait du terrestre vers le céleste, donc l'amour est une expérience proprement métaphysique qui nous amène vers quelque chose de transcendant, de divin, c'est donc une ouverture vers le supra sensible. Il s'agit d'une vision de l'amour complètement idéalisée où l'amour ne peut être que sublime.

**Le camp des philosophes** (beaucoup plus nombreux) que sont les **démystificateurs de l'amour**, on s'applique à montrer toute la part d'illusion et d'utopie et de piège qui peut y avoir dans l'amour. Donc, si on est un démystificateur, on est plutôt l'héritier de Lucrèce, d'Epicure, de Schopenhauer, ou même de Sartre, qui ont montré à quel point en fait l'amoureux pense avoir rencontré l'âme sœur, alors qu'en réalité il tombe souvent dans un piège illusoire parce qu'il y a des mécaniques qui se mettent en branle.

Le premier élément que l'on peut questionner, c'est pourquoi dit-on TOMBER ? Effectivement, tomber amoureux, comme *tomber dans les pommes...* c'est l'idée

que ce sont nos murailles, nos défenses qui s'effondrent. Car tomber amoureux devient une forme de reddition à l'autre, on s'abandonne et on ne contrôle plus. En fait, l'état amoureux du début – il y a un mot très beau en italien qui n'a pas de traduction en français, *l'innamoramento* –, c'est le fait de tomber amoureux, donc le choc amoureux. L'état naissant de l'amour et ce choc amoureux sont caractérisés par ce que Stendhal appelait la « *cristallisation* ». C'est-à-dire la propension à se laisser leurrer par son imagination. L'état amoureux du début n'est pas l'amour, mais l'amour naît au moment de la décristallisation, justement !

A la question : qu'est-ce que l'amour ? Platon répond par une double équation : l'amour est désir et le désir est manque. « *Ce qu'on n'a pas, ce qu'on n'est pas, ce dont on manque, voilà les objets du désir et de l'amour.* » Cette définition du désir comme manque va courir à travers toute la tradition philosophique pendant plus de vingt siècles, jusqu'à Sartre, qui écrit dans *L'Être et le Néant* que « *l'homme est fondamentalement désir d'être* » et que « *le désir est manque* ». Voilà pourquoi le bonheur si souvent est manqué. Voilà pourquoi, comme dit le poète Louis Aragon, « *il n'y a pas d'amour heureux* ». Mais reconnaissons avec Platon qu'il y a bien un problème quelque part et ceux qui vivent en couple depuis quelques années l'ont bien compris. Spinoza va venir sauver le couple. Le problème, c'est quoi ? Si l'amour est désir et que le désir est manque : « *Je n'aime et ne désire par définition que ce qui me manque, donc je n'aime et je ne désire que ce que je n'ai pas.* » Or, qu'est-ce que le bonheur ?

C'est avoir ce que l'on désire, pas forcément tout ce que l'on désire !

Ceux qui sont pleinement heureux vont donner tort à Platon. Tomber amoureux en langage platonicien, qu'est-ce que ça veut dire ? Ça veut dire que vous réalisez soudain que quelqu'un vous manque terriblement. Si vous aimez quelqu'un qui ne vous aime pas, le manque se transforme en souffrance. Mais si la personne vous aime et que vous construisez un couple, alors vous avez cette même personne tous les jours tous les matins. A force de partager votre vie et votre lit, inévitablement cette personne va vous manquer de moins en moins. Ce n'est pas qu'elle n'est pas bien, c'est qu'elle est là, autrement dit elle ne nous manque plus ; cela veut dire, selon Platon, que vous la désirez de moins en moins.

Hélas, vous risquez de tomber de Platon en Schopenhauer ou d'Aragon en Michel Houellebecq. André Comte-Sponville nous rappelle la phrase la plus triste de toute philosophie : « *Toute notre vie oscille comme un pendule de droite à gauche de la souffrance à l'ennui* » (Schopenhauer). Aristote, avant Spinoza, en dit tout d'un mot : « *Aimer, c'est se réjouir* », se réjouir de l'existence de l'autre, de sa simple présence, de sa liberté, de sa vérité. Comme l'indique André Comte-Sponville, la définition du désir comme manque paraît fautive, puisqu'elle n'est vraie que souvent et qu'une bonne définition doit être vraie non pas souvent, mais toujours.

Un couple heureux c'est un couple dans lequel on s'ennuie beaucoup moins à

deux que tout seul, et un couple vraiment très heureux c'est un couple où l'on s'ennuie beaucoup moins à deux qu'avec tous les autres. Le besoin de sexe qui va souvent de pair avec le sentiment amoureux n'est pas forcément un besoin d'expérience totale. Le sexe qui pour les uns est la chose à réaliser, est au contraire pour d'autres la chose à éviter. Et parfois, au lieu d'attendre une confirmation de son identité, on cherche exactement le contraire, un jeu de masques ou de rôles, un mystère qui peut justement attiser l'excitation sexuelle. Si l'amour n'était vraiment qu'un code social, cela n'aurait aucun sens d'utiliser ce concept dans le domaine animal. Pas plus que de l'utiliser dans les relations avec les animaux ; « *aimer les animaux* » serait une entreprise absurde à tous les points de vue. Il faut donc segmenter ce concept d'« amour ».

Ce qu'il y a de commun à l'amour parental (dans le domaine animal comme dans le domaine humain), à l'amour sexuel, l'amour fraternel et l'amour amical, c'est simplement que la personne qui aime se tourne vers un autre être vivant de façon intense, qu'elle « *chérit* » quelqu'un. Ce faisant, on peut distinguer entre des impressions amoureuses sensorielles ou intellectuelles, des sentiments amoureux plus complexes, et même un impératif moral tel que le commandement chrétien qui dit : « *Aime ton prochain comme toi-même* ». On peut d'ailleurs douter du sens de cette proposition, qui existe sous une forme analogue dans d'autres religions ; on ne peut provoquer des sentiments amoureux par une quelconque contrainte. « *Respecte*



ton prochain même si tu ne l'aimes pas » serait probablement le maximum de ce que l'on peut exiger.

### LE DÉSIR ENTRE LE MANQUE ET LA PUISSANCE

Le mot désir nous fait rêver. C'est un mot qui nous plaît. Le désir est l'essence de l'homme. Le désir est la totalité de la conscience mais il y a probablement une différence entre le Désir et les désirs. L'individu humain est en mouvement vers l'avenir, un mouvement pour exister, un mouvement pour compléter ses manques, un mouvement pour accéder à la satisfaction. Le désir est à la fois dynamisme et possibilités d'accomplissement. Pas de désir sans un désastre au préalable pour le susciter. C'est ce que rappellent l'étymologie et le sens premier d'un terme qui dit le regret de l'absence d'un

astre, *desiderium* (du latin *sidus*, l'étoile). Ce point qui brillait dans le ciel et grâce auquel j'avais pris l'habitude de m'orienter, cette « bonne étoile » que je croyais protectrice, elle a disparu de la voûte céleste, tombée du ciel... au sens propre : voilà le véritable dés-astre !

D'emblée du côté du manque, le désir naît d'une absence si douloureuse qu'elle insuffle la volonté de réaliser l'effort nécessaire pour la résorber. De fait, la conscience du manque révèle par le désir toute la puissance du sujet désirant. Ainsi le désir qui n'accepte pas de perdre un fragment heureux et précieux du passé, vise à en sauvegarder l'empreinte pour le futur. Il n'y a donc de désir que grâce à la conscience du futur, l'idée de ce qui n'est pas encore. Le désir est l'opinion d'un bien futur dont nous souhaiterions qu'il fut déjà présent et à notre portée (Aristote). L'idée de ce qui n'est plus est si fortement déplaisante qu'elle appelle l'idée de ce qui sera. Le désir est lié au temps futur, à cet immatériel indiscernable, cette forme interne de l'intuition qu'est le temps qui s'impose à la conscience. Voilà entre autres pourquoi les animaux n'ont pas de désir mais des besoins.

Le désir réclame à l'imagination l'effort d'une représentation. Le lieu de la réflexion sur le désir se trouve être naturellement l'Anthropologie. « *Le désir est l'autodétermination du pouvoir d'un sujet par la représentation de quelque chose qui est à venir et qui constituerait l'effet de ce pouvoir* », Kant. Le désir « enjambe » le corps pour se nourrir de l'esprit, il excède la nature et se construit dans la culture.

Bref, s'articule ainsi le manque à la puissance, attelant le désir comme manque (pensé par Platon) au désir comme puissance que découvre l'œuvre de Spinoza. Entre le désir et le besoin, la frontière est parfois confuse. Si le but du besoin et d'être assouvi, le but du désir serait lui d'être inassouvi ! « *Lorsque la tige du besoin renonce à son indéfinie croissance, éclôt la fleur du désir* », Denis Vasse <sup>(6)</sup>.

### ET SI NOUS REGARDIONS... NOS MANQUES !

Le mal-être des alcooliques et autres toxicomanes ne se formule-t-il pas ainsi par un « **je manque** » ? N'est-ce pas ce qu'il nous dit, nous rabâche, nous assène, nous ramène comme le leitmotiv de sa souffrance, ce « je suis en manque » ? N'est-ce pas sur cette impuissance à comprendre ce manque que nous butons tous ? N'est-ce pas sur ce *je suis en manque* que se fonde notre désir de comprendre la souffrance de ces sujets ? De quoi manque-t-il ? Il ne manque pas d'alcool comme s'il manquait de vitamines. Il ne manque pas ; il est **en** manque, du latin *maculus*, soit : mutilé. Cette expérience du manque est en effet comparable à cette perte consécutive à une mutilation, à quelque chose qui a été enlevé, coupé, à quelque chose dont on a été séparé et séparé définitivement. Cette mutilation est sans appel et sans retour. C'est de cette même utilisation que souffre celui qui perd l'être aimé. *Il me manque*, dit-il d'ailleurs pour signifier ce vide sans appel comme pour perpétuer par cette parole sa présence dans l'absence pour jouir de cette présence dont on espère le comblement impossible.

L'alcoolique est en manque et ne sait pas *manquer*. Il cherche à combler ce manque, à emplir ce vide impossible à combler, impossible à remplir. Alors il boit. Le sujet est là, perdu au regard de sa jouissance, envahi par elle et désorienté par et dans son désir dont la boussole indique le nord par le manque. « *L'essence même du manque réside peut-être dans le fait que l'on a l'impression d'avoir perdu une partie de soi-même* ». Il y a chez le dépendant un manque à gagner !

### LE DÉSIR ET L'AMOUR SOUS LE REGARD DE LA NEUROBIOLOGIE

Chacun a besoin d'être désiré, sauf qu'entre hommes et femmes ça ne fonctionne pas de la même façon. Le désir masculin serait automatique et permanent, tandis que le féminin exigerait du temps et de la reconnaissance de l'autre. Autant d'illusions. Aucun désir ne va de soi et la quête de l'autre se heurte au déni que lui oppose la réalité de l'autre. Dès lors, comment être sûr de l'amour de l'autre, de ne pas être aimé pour ce que l'on représente mais pour ce que l'on est ? La théorie biologique très répandue selon laquelle l'évolution a inventé l'amour comme lien social pour assurer la survie des enfants qui ont besoin de protection est actuellement fortement contestée. Les neuroscientifiques chevronnés n'ont pas tort de hausser les épaules et de froncer les sourcils quand ils doivent s'exprimer sur l'amour.

Le concept d'amour n'est en effet pas défini en biologie, mais les aires du cerveau qui commandent à nos désirs sexuels sont bien connus : en premier lieu

on trouve l'hypothalamus. Il est d'ailleurs symptomatique de constater que ce sont des centres différents qui sont à l'œuvre quand on compare l'homme et la femme. Chez la femme le désir sexuel est commandé par le *nucléus ventromedialis*, alors que chez l'homme c'est le *nucléus preopticus medialis*. Un certain nombre de neurobiologistes considèrent que c'est la raison pour laquelle les hommes sont plus excités par la vue que les femmes. D'un point de vue biochimique il y a une relation entre pulsion et état amoureux, mais qui doit être appréciée avec modération. Même si le sentiment amoureux va souvent de pair avec le désir sexuel, l'inverse n'est pas toujours vrai. Sinon les consommateurs de pornographie seraient en perpétuel état amoureux.

Une hormone joue un rôle clé dans l'état amoureux c'est l'ocytocine. Lorsque des hommes et des femmes s'adonnent aux joies du sexe, l'ocytocine libérée chez les uns et les autres a un effet comparable à celui d'une drogue : l'ocytocine est à la fois excitante et inhibante, mais aussi apaisante. Elle a été adoubee comme hormone de la fidélité ou hormone de liaison après une série d'expériences faites sur des campagnols. A la différence des campagnols de montagne qui ont peu de récepteurs sensibles à l'ocytocine, les campagnols de prairie sont monogames. Une équipe de chercheurs américains a fait l'expérience de détruire de nombreuses relations de couple très harmonieuses entre les campagnols de prairie simplement après leur avoir injecté des bloqueurs à l'ocytocine. Fini la fidélité ! Ils sont devenus aussi coureurs que leurs frères des montagnes. Et si les cam-

pagnols de prairie ont présenté un comportement de copulation en aléatoire, les campagnols de montagne sont devenus des modèles de fidélité après leur avoir injecté de la vasopressine (très proche de l'ocytocine). Mais indépendamment de cela, il y a encore bien d'autres centres et matières biochimiques à l'œuvre dans le cerveau quand on est amoureux.

### QU'EST-CE QUE CELA NOUS PERMET DE DIRE SUR L'AMOUR ?

Qu'avons-nous appris entre les récepteurs de l'ocytocine et l'auto-représentation dans le regard de l'autre ? Tout ce qui est nouveau excite, et tout ce qui surprend stimule de façon aussi bien négative que positive. La neurologie et la théorie des systèmes sont d'accord : « *l'amour est une chose improbable tout à fait normale tant du point de vue biochimique que sociologique* ». C'est une expérience de l'exception réglée selon des modèles biochimiques connus et des codes sociaux également connus. Nos cerveaux ont juste peur de l'ennui et pour eux c'est une raison suffisante pour aimer-l'amour.

### SOMMES-NOUS ÉGAUX DEVANT L'AMOUR ?

« *Parce que c'était lui, parce que c'était moi.* » La passion amoureuse aime à se présenter comme une rencontre magique et miraculeuse entre deux êtres. Un sortilège inexplicable qui échapperait aux lois psychologiques ou sociologiques. Mais la réalité est peut-être moins romantique : il existe bien des « lois d'attraction » qui suscitent la séduction. Soyons honnêtes : pour être aimé, il vaut mieux être jeune, beau, intelligent et

« Là où l'amour règne, il n'y a pas de volonté de puissance, et là où domine la puissance, manque l'amour. L'un est l'ombre de l'autre. »

Carl Gustav Jung

en bonne santé. C'est ce que révèlent d'abord les enquêtes sur l'attirance envers un partenaire. Quels que soient le pays, la religion, le sexe, il existe une redoutable constante dans les préférences pour tel ou tel partenaire.

### SOIGNER L'AMOUR BLESSÉ : ACCUEILLIR, SOUTENIR, CONTENIR, TENIR

- Différencier besoin, manque et désir est une première étape que rencontre l'homme blessé pour entrer dans la guérison et accéder à la paix intérieure.
- Avoir soin de fournir une écoute qui procure une architecture de pensée.
- Soyons des tuteurs de résilience, selon la belle expression de Boris Cyrulnik.

Le sens de l'expression « *avoir soin de* » a évolué du XII<sup>e</sup> au XVII<sup>e</sup> siècle. C'est au XVII<sup>e</sup> siècle qu'il a pris son sens médical. C'est intéressant d'enrichir notre connaissance de l'expression au départ de cette réflexion.

A l'époque de l'invention des églises romanes, avoir soin c'est procurer, fournir quelque chose à quelqu'un. Sous l'éclairage de cette flamme de désir encore vacillante dans sa nouveauté, comment fournir à celle qui le demande une vision de ce qu'il y a d'unique dans la situation

présente, où vient de naître en elle le désir de guérir ? L'alcoolologue Eric Hispard a coutume de dire, lorsqu'il fait des formations ou des interventions publiques, qu'il faut chez nos patients dépendants faire une « *greffe de désir* ». Cette image mérite que l'on s'y arrête un peu tant ses implications théoriques et thérapeutiques nous semblent fondamentales. Les personnes qui ont besoin de greffe n'ont plus en elles les ressources permettant de s'auto-alimenter, de fonctionner... Dans l'alcoolisme, le manque fondamental (pas celui de l'alcool) a été d'une telle profondeur, d'une telle douleur, que rien ne peut sembler le combler... Prendre conscience de ce manque, de ce vide, nous invite à nous rapprocher pour accompagner la personne dans la (re)découverte de ses ressources... mais il y a là un temps incompressible pendant lequel il faudra « faire avec » l'absence de désir apparent qui n'est sans doute qu'un trop-plein de désir qui n'a pas été comblé...

Ce constat, cette acceptation nous invitent à la plus grande prudence sur l'attente d'une demande, d'une formulation explicite de cette attente. N'est-ce pas avant tout un désir de regard et de bienveillance dont la personne souffrante a besoin ? Ainsi la fréquentation

et l'accompagnement des personnes de la rue (mais pas que) nous a appris que bien souvent les re-consommations sont là pour tester la solidité du lien établi entre l'intervenant et la personne en souffrance. S'agit-il bien d'une « vraie » relation, c'est-à-dire inconditionnelle, ou cette relation (comme tant d'autres antérieures) est-elle en lien avec une « réussite » et dans ce cas la réussite de la sobriété ?

Même si aujourd'hui les soins dans la précarité sont davantage orientés vers une réduction des risques et des dommages, il n'en est pas moins vrai que la « mise à l'épreuve » de la relation est bien toujours présente dans une relation avec un dépendant. L'être humain vient au monde par l'amour, et c'est la qualité des liens qu'il nourrit avec son environnement, en tant que jeune enfant, qui vont le nourrir, sur le plan psychologique. Les êtres humains poussent la porte d'un psychothérapeute pour essayer de comprendre comment ces liens altérés suscitent chez eux une inadaptation au monde. Ils ont perdu leur autonomie relationnelle. Le malaise peut prendre la forme d'une peur d'aimer, ou au contraire le visage de la dépendance affective. On observe aujourd'hui de grandes souffrances dans les relations affectives, remplies d'incompréhension, d'incapacité à s'exprimer, de solitude, de manque de tendresse et de difficile acceptation de l'autre et de soi-même.

L'amour est donc à la fois le fondement et le but de la thérapie. Tant que des souffrances relationnelles persistent chez l'individu, la tentation de combler ce manque « que l'on n'a pas reçu » ou ce

« *reflet de nos solitudes intérieures* », comme le disait le psychanalyste Erich Fromm<sup>7</sup>, est d'autant plus grand. La thérapie aide à réparer les manques narcissiques profonds, matrices à fantasmes sur le plan amoureux, qui nous projettent dans des attachements stériles. Qu'est-ce qu'un amour passif, en effet, sinon un droit d'aimer ou d'être aimé que l'on s'interdit ? Et quelle relation peut mettre mieux à l'abri de la souffrance et de la déception que celle que l'on ne vit pas ? Partant de là, le travail sur soi élaboré en thérapie est un travail de reconstruction personnelle qui aboutit à devenir capable d'aimer véritablement. Un travail qui consiste à dépasser son propre narcissisme et ses dépendances pour être capable de donner et recevoir à la fois. La grandeur de l'amour est de n'abandonner personne.

#### Gérard OSTERMANN

Professeur de thérapeutique, médecin interniste, psychothérapeute, praticien EMDR Europe. Administrateur de la Société française d'Alcoologie, président de l'Institut des conduites alimentaires - Bordeaux.



#### BIBLIOGRAPHIE

1. Bensaid C., Leloup J.-Y., « *Qui aime quand je t'aime ?* », Pocket, 1994.
2. Midal F., « *Et si de l'amour on ne savait rien ?* », Pocket, 2010.
3. Cyrulnik B., « *Parler d'amour au bord du gouffre* », Odile Jacob, 2007.
4. Comte-Sponville A., « *Le sexe ni la mort : Trois essais sur l'amour et la sexualité* », Albin Michel, 2012.
5. Gazalé O., « *Je t'aime à la philo* », Robert Laffont, 2012.
6. Vasse D., « *Le temps du désir. Essai sur le corps et la parole* », Seuil, 1997.
7. Fromm E., « *L'art d'aimer* », Desclée de Brouwer, 1956.