

## L'amour dans tous ses états

« Si personne ne me demande ce qu'est l'amour, je le sais ; mais si on me le demande et que je veuille l'expliquer, je ne le sais plus » - Saint Augustin

« Aimer, c'est trouver sa richesse hors de soi » - Alain

« Je t'aime non seulement pour ce que tu es mais pour ce que je suis quand nous sommes ensemble » Roy Croft

« J'entends ta voix dans tous les bruits du monde » - Paul Eluard

« L'attirance non consommée ne se consume jamais » - Anonyme

« Dans un couple, peut-être que l'important n'est pas de vouloir rendre l'autre heureux mais de se rendre heureux et d'offrir ce bonheur à l'autre » - Jacques Salomé

« Les nouvelles amours sont comme les jeunes oiseaux, qui n'ont besoin d'abord que de chaleur et d'être couvés ; plus tard il leur faut de la nourriture » - Jean-Paul Richter

« Ta tâche n'est pas de chercher l'amour, mais simplement de chercher et trouver tous les obstacles que tu as construits contre l'amour » - Djalal al-dîn Rûmi

« Ne vous imaginez pas que l'amour, pour être vrai, doit être extraordinaire » - Sœur Theresa

« Le moyen d'aimer une chose est de se dire qu'on pourrait la perdre » - G.K. Chesterton

« L'amour maternel, c'est un amour sans réserve qui ne demande aucune récompense » - A. Maurois

« L'amour maternel donne beaucoup et reçoit peu, mais il vit de son propre fond » - H-Frédéric Amiel

« L'amour maternel ne veut que le bonheur de l'être aimé, même sans en être la source » - Frédéric Amiel

« L'amour filial est terrifiant : son but est la séparation » - Grégoire Delacourt

« Je n'avais jamais senti qu'une passion dans mon petit être, l'amour filial ; cette passion se continuait en moi ; ma véritable mère y répondait tantôt trop, tantôt pas assez. J'avais besoin d'une mère sage, et je commençais à comprendre que l'amour maternel, pour être un refuge, ne doit pas être une passion jalouse » - G. Sand

« Il n'est pas bon d'être tellement aimé, si jeune, si tôt. Ça vous donne de mauvaises habitudes. On croit que c'est arrivé. On croit que ça existe ailleurs, que ça peut se retrouver. On compte là-dessus. On regarde, on espère, on attend. Avec l'amour maternel, la vie vous fait à l'aube une promesse qu'elle ne tient jamais. On est obligé ensuite de manger froid jusqu'à la fin de ses jours. Après cela, chaque fois qu'une femme vous prend dans ses bras et vous serre sur son cœur, ce ne sont plus que des condoléances » - Romain Gary, La Promesse de l'aube, 1960

L'amour, sous toutes les formes, domine notre vie entière : amour charnel, amour spirituel, amour filial, amour fraternel, amour conjugal, amour paternel ou maternel, amitié, altruisme, affection, ... L'amour est partout, il est notre vie même.

En Français, nous n'avons qu'un seul verbe pour parler de l'amour, d'où souvent une interprétation imprécise de ce que l'on ressent vraiment lorsqu'on affirme « aimer ». On aime sa mère, ses enfants, son conjoint, Dieu, mais aussi les fraises, le soleil, courir ou chanter, le travail bien fait...

Le but de cette réunion est d'une part de débattre sur les différentes formes d'amour qui nous habitent et, d'autre part, de prendre conscience des mécanismes psychiques en jeu dans chacune de ces formes, certains pouvant devenir pathologiques lorsque nous en attendons des choses qu'elles ne peuvent pas nous apporter.

## Définitions

Etymologiquement : du latin « amor »

1) **Sentiment intense et agréable qui incite les êtres à s'unir.**

2) **Affection profonde pour quelqu'un ou quelque chose.** (*Psychologie*) Affect éprouvé lié à la libido qui fait tendre le sujet vers un objet affectif qui peut être une autre personne ou une partie d'une autre personne ou un objet.

[...] *ce cœur qui s'ignorait soi-même avait tourné toutes ses pensées vers ses enfants, qu'elle s'était mise à adorer de toutes les forces virginales de l'amour maternel, le plus beau et le plus sain de tous.* (Gustave Aimard, Les Trappeurs de l'Arkansas)

3) **Attirance vers quelqu'un ou quelque chose :** aimer les pommes, les barbus, le piano, les couchers de soleil, ...).

4) **Plaisir**, intérêt à faire quelque chose. *Elle accomplissait humblement et avec amour toutes les minuties de la vie* (Louis Pergaud),

5) **Amour physique, charnel.**

6) **Amour altruiste** - Désir d'accomplir le bien d'autrui sans en attendre de retour. Amour du prochain.

7) **Amour spirituel**

8) Etc..

## Le mythe des Androgynes

La notion d'âme-sœur vient du texte « Le Banquet » de Platon. Il raconte qu'auparavant il existait des créatures à la fois mâle et femelle, ayant quatre pieds, quatre mains, deux têtes : les androgynes. Ces êtres n'avaient besoin de personne car, « complets », ils n'éprouvaient aucun manque et ignoraient ce qu'était l'amour. Ils pouvaient donc consacrer tout leur temps à leurs ambitions. Ils étaient devenus si forts qu'ils tentèrent d'escalader le ciel pour y combattre les dieux.

Zeus dut se résoudre à leur infliger une leçon. Il décida de les couper en deux. Une fois dédoublé, chacun d'entre eux, regrettant son autre moitié, tentait de la rejoindre. Lorsqu'il y parvenait, ils s'embrassaient et s'enlaçaient en espérant ainsi fusionner et ne plus former qu'un seul être, comme avant la scission. Ayant découvert la notion de besoin, ils consacraient tout leur temps et leur énergie à rechercher leur double et découvrir ainsi l'amour. Ils pouvaient aussi rencontrer un autre être incomplet leur correspondant et, à défaut d'amour, calmaient pour un temps leur frénésie de recherche. La recherche de l'autre prit alors le pas sur leurs ambitions qui en furent grandement affectées.

Zeus eut pitié de l'homme. Il les dota d'organes permettant, par emboîtement, de solidifier et de fixer ces unions.

C'est l'interprétation romantique par excellence, celle de la jeune fille qui attend son prince charmant en rêvant d'amour fusionnel et d'entente parfaite avec ce prince qui sera son âme sœur.

## Caractéristiques de l'amour amoureux

Carl Jung disait que « *la rencontre de deux personnalités est comme le contact de deux substances : s'il y a réaction, les deux sont transformées* ». Lorsque l'on tombe amoureux, la façon de voir le monde change, un peu comme s'il y avait un avant et un après.

Les symptômes ressentis sont toujours les mêmes quelle que soit l'histoire d'amour : cœur qui bat vite, sensation d'euphorie, manque de l'autre lorsqu'il est absent, sentiment de complétude en sa présence ou lorsqu'on va le retrouver. Ces symptômes peuvent même évoquer un état de dépendance : l'autre indispensable pour se sentir vivant (« *un seul être vous manque et tout est*

dépeuplé »), angoisse et pensées obsédantes à son égard quand il est absent, angoisse à l'idée de se séparer même pour une courte durée.

Nous verrons que l'état amoureux peut prendre plusieurs formes qui ne s'excluent pas et qui peuvent varier au fil du temps : désir charnel, attachement intime, amour-amitié, altruisme.

Pour fonder un couple, le sentiment d'amour est donc nécessaire mais pas suffisant. Il faudra également que les deux partenaires soient en mesure d'établir une relation intime que l'on pourrait qualifier de confiante, non anxieuse et parfaitement transparente. Ce concept pourrait être résumé par l'expression « être sur la même longueur d'onde ».

Et ce n'est pas le cas de tout le monde. En effet, certaines personnes sont dans l'incapacité d'établir une telle relation avec l'Autre, pour des raisons de personnalité, d'éducation ou de vécu. Nous pourrions citer les personnes immatures, jalouses, narcissiques, méfiantes ou insécures à l'excès, les personnes profondément blessées ou trahies dans leur passé sentimental, etc. Le fait d'être capable d'établir ou non une relation intime avec l'Autre dépendra du *style d'attachement* propre à chacun.

### Quelques mots sur les styles d'attachement

S'inspirant de Bowlby, Bartholomew et Horowitz ont défini quatre grands styles d'attachement qui facilitent, compliquent ou compromettent la relation intime. Ils sont élaborés dès précocement, en fonction de l'expérience ressentie de l'enfant pendant son éducation et son vécu.

Pour définir le style d'attachement d'une personne, les deux chercheurs ont considéré d'une part la représentation qu'elle se faisait d'elle-même (*modèle de soi*) et, d'autre part, la représentation qu'elle se faisait des autres (*modèle des autres*). Voici ces quatre styles :

- 1) **Style d'attachement sécure** : les personnes ont confiance en elles et confiance en les autres (modèle de soi et des autres positif) ; elles s'engagent avec facilité dans une relation intime, sans crainte ni arrière-pensées.
- 2) **Style d'attachement craintif** : Les personnes ont une image négative d'elles-mêmes et se sentent inférieures à l'Autre qu'elles jugent aussi négativement, comme une personne incapable d'offrir la sécurité et capable de les rejeter. Elles vivent la relation comme étant fragile et susceptible de se rompre à tout moment car persuadées qu'elles ne se sont pas dignes d'amour.
- 3) **L'attachement anxieux** : les personnes pensent ne pas mériter l'amour de l'Autre qu'elles jugent supérieur (modèle de soi négatif, modèle des autres positif). Elles font en permanence le maximum pour paraître à la hauteur de l'Autre, d'où une peur permanente de l'abandon et par suite un manque d'autonomie et d'épanouissement.
- 4) **L'attachement évitant** : Les personnes estiment qu'elles sont supérieures à l'Autre (modèle de soi positif) et que celui-ci ne pourra rien leur apporter qu'elles ne possèdent déjà (modèle de l'Autre négatif). Ce narcissisme les pousse à ne pas s'engager dans une relation intime à laquelle elles ne croient pas.

Les styles d'attachement insécures (craintif, anxieux ou évitant) n'empêcheront pas une personne de tomber amoureuse mais, une fois la passion émuée, elles seront incapables d'établir et d'assumer une relation intime avec l'Autre. L'idéal est lorsque les personnes ont toutes les deux un attachement sécure.

La relation amoureuse n'est que le révélateur de notre monde intérieur « *ferme les yeux, tout ce que tu vois t'appartient* ». Par exemple, une personne narcissique pourra tomber amoureuse mais n'aura pas accès au ressenti de l'autre à cause du focus sur ses propres sentiments ; elle sera donc incapable d'accueillir l'attachement de l'autre, l'amour se transforme alors en besoin. Concernant l'amour, il va falloir distinguer les personnes elles-mêmes et les relations qui les unissent.

## L'amour selon Lacan : donner ce qu'on n'a pas

A méditer ☯️ réservé aux intrépides...)

« *Ce qui intervient dans la relation d'amour, ce qui est demandé comme signe d'amour, n'est jamais que quelque chose qui ne vaut que comme signe. Ou pour aller encore plus loin, il n'y a pas de plus grand don possible, de plus grand signe d'amour que le don de ce qu'on n'a pas. [...]. Comme nous l'affirme la méditation sociologique (Marcel Mauss), le don est quelque chose qui circule, le don que vous faites est toujours le don que vous avez reçu. Mais quand il s'agit de deux sujets, le cycle des dons vient encore d'ailleurs, car ce qui établit la relation d'amour, c'est que le don est donné, si l'on peut dire, pour rien. [...]. Dans le don d'amour, quelque chose est donné pour rien, et qui ne peut être que rien. Autrement dit, ce qui fait le don, c'est qu'un sujet donne quelque chose d'une façon gratuite, pour autant que derrière ce qu'il donne il y a tout ce qui lui manque, c'est ce que le sujet sacrifie au-delà de ce qu'il a* ». Par exemple, voler des médicaments pour les donner à quelqu'un qui en a besoin...)

En résumé, la relation d'amour, contrairement au lien social en général, se construit dans l'échange symbolique, lui-même initié par la loi du phallus et du désir. Le cycle des échanges qui intervient dans la relation d'amour est différent de celui qui régit les autres relations. Dans ces dernières, il est nécessaire de rendre ce que l'on a reçu, et ce sont les objets qui circulent qui perpétuent ce cycle. Dans la relation d'amour, ce ne sont pas des objets qui circulent, mais des signes (*quand on offre des fleurs, ce ne sont pas vraiment les fleurs qui comptent mais l'intention*). Et ce ne sont pas ces signes en eux-mêmes qui provoquent le cycle, mais seulement leur présence ou absence (*par exemple offrir des fleurs à son conjoint pour son anniversaire montre qu'il y a pensé*). Le signe d'amour reçu n'est pas la réponse à un signe donné. Tout est donné de l'un à l'autre, dans la réciprocité, mais rien n'est rendu (exemple : *ce n'est pas parce que son conjoint lui a offert des fleurs pour son anniversaire que l'Autre va lui offrir un cadeau en retour pour le remercier ; par contre l'Autre lui souhaitera sans doute également son anniversaire le moment venu, mais cette célébration ne sera pas une réponse comme « tu m'as souhaité mon anniversaire, je te souhaite le tien »*). Le cycle des dons se perpétue par le désir permanent de combler son propre manque en comblant celui de l'autre.

**On pourrait dire que dans le domaine de l'amour, c'est le don qui établit et renforce le lien de dépendance qui unit les sujets alors que, dans les autres relations sociales, le don a pour objectif au contraire de libérer les êtres humains de tout sentiment d'obligation vis-à-vis de leurs semblables.**

## L'amour selon Freud, le complexe d'Œdipe

Il se doit de distinguer le désir de l'amour. Le complexe d'Œdipe s'explique ainsi : Afin d'avoir accès au désir pour l'Autre, l'enfant doit renoncer à l'amour le plus pur, celui qu'il porte à la mère. Lorsque ce type de sacrifice n'opère pas, soit parce que la mère le refuse ou parce que l'enfant ne s'en sent pas capable, la naissance du désir, notamment sexuel, se trouve sérieusement compliquée. Lorsque le complexe d'Œdipe se résout sans problème, le renoncement au désir porté à la mère ne provoque bien-sûr pas la disparition de l'amour envers celle-ci mais l'enfant est libéré et peut prendre son envol amoureux. Il en est de même pour la mère qui accepte de voir son enfant lui échapper.

En effet, à ce stade, cet amour sera dépouillé de tout désir d'appartenance réciproque, il deviendra inconditionnel, indépendant de la relation parent/enfant et dénué de toute attente.

## Amour et biologie

Moins romantique et mystérieux que nous le pensons, l'amour et son cortège d'émotions et de comportements, comme bien d'autres fonctions, sont préprogrammées biologiquement pour assurer la survie de l'espèce. Et c'est plutôt bien pensé...

### Biologie de l'amour

Comme la plupart des fonctions biologiques, l'état amoureux a pour objectif premier d'assurer la survie de l'espèce.

Pour encourager l'acte nécessaire à la reproduction, le cerveau possède un système de récompense, le **plaisir**, assuré par deux neurotransmetteurs : les **endorphines**, qui provoquent via des neurones spécialisés la sensation de plaisir, et la **dopamine** qui entretient la motivation et le désir de retrouver ce plaisir qui, même s'il n'est pas vital, devient un besoin (nous retrouvons le même système dans les addictions).

Les ébats amoureux vont à leur tour provoquer une libération de plusieurs hormones/neurotransmetteurs : la **testostérone** (déclenchement du désir), la **lulibérine** (qui maintient la motivation pendant l'acte) et, si tout se passe bien, une explosion d'**endorphines** révélant le plaisir.

L'acte sexuel va également provoquer la libération d'**ocytocine** (neurotransmetteur se transformant en hormone via l'axe hypothalamo-hypophysaire) qui permet de prendre conscience de la qualité de l'attachement et ainsi de ressentir l'état amoureux. Elle est également libérée chez la mère en présence de son enfant ainsi que dans toute relation affectueuse. **Elle favorise le rapprochement entre deux personnes en réduisant l'anxiété et en favorisant la confiance et le sentiment de sécurité.** Il est à noter que l'ocytocine a beaucoup d'autres fonctions, notamment pendant l'accouchement où elle participe aux contractions, pendant l'allaitement, etc...

Au sein du couple, l'acte d'amour (surtout quand il procure du plaisir) induit une élévation de la sécrétion d'**ocytocine** qui, via le système de récompense, incite à recommencer et renforce les liens d'attachement. Ce système de récompense va également inhiber la « partie raisonnée » de notre cerveau, responsable du jugement et des émotions négatives. L'affectif prend le pas sur la pensée et, en inhibant la lucidité, empêche la critique objective de l'être aimé et ne retient que ses bons côtés.

Toute cette programmation a un objectif biologique : maintenir l'attachement dans le couple afin de rester ensemble pour élever les enfants. Il semblerait que cet afflux régulier d'ocytocine dure environ sept ans, âge à partir duquel un enfant peut éventuellement survivre seul avec sa mère car capable de chasser-cueillir à minima.

Notre machine interne est donc programmée pour créer le désir de passer d'une vie en solo à une vie à deux (l'amour solitaire délivre beaucoup moins d'ocytocine que les rapports avec un partenaire).

### L'amour vu par les grecs

Le terme « amour » recouvrait cinq sentiments distincts dans la Grèce antique :

- **Pornéia** : l'amour du bébé pour sa mère
- **Eros** : le désir charnel et la passion pour l'autre
- **Philia** : L'amitié ou l'amour-amitié - la relation à l'autre est plus importante que l'autre lui-même
- **Agapé** : l'amour altruiste, aimer son prochain sans attente de retour
- **Storgé** : Amour maternel/paternel/filial

Ces formes d'amour ne s'excluent pas les unes les autres et peuvent être simultanément présentes dans les relations, apparaître ou disparaître, augmenter ou diminuer. Elles peuvent être pathologiques lorsque certaines frontières sont trop floues ou bien franchies.

### **Pornéia : L'amour du bébé pour sa mère**

L'amour du bébé pour sa mère est à la fois focalisé et diffus. Il aime le lait, la chaleur, la sécurité maternelle, l'odeur. C'est donné, c'est reçu (ou pas), c'est concret, c'est de la consommation. C'est cette forme d'attachement archaïque qui donnera lieu à la symbolisation, laquelle se substituera progressivement (mais pas complètement) à l'incorporation. Dans la symbolisation (introjection), l'attachement va au-delà des besoins concrets et perdure même hors de la présence de la mère). Cette phase est très importante car elle contribuera fortement au fondement de la résilience et de l'amour de soi (voir document sur l'estime de soi).

### **Eros : L'amour passion**

L'Eros désigne l'attraction sexuelle, le désir, la passion. C'est le corps qui parle, pas l'esprit. **Dans la relation, le partenaire est plus vécu comme objet du désir que comme sujet.**

C'est la forme d'amour qui inhibe notre objectivité (voir paragraphe sur l'ocytocine) et peut ressembler à une addiction car il supprime la notion de choix, les repères et les convictions sont bousculés, l'indépendance sacrifiée au profit de la fusion. Il révèle parfois un puissant potentiel de vie et des émotions jusqu'alors inconnues.

L'Eros peut revêtir 2 formes principales :

- Un désir archaïque et indifférencié, né des pulsions sexuelles, nous incitant à aimer sans distinction à condition que l'Autre réponde à certains critères personnels d'attraction (petit, grand, gros, mince, musclé, etc.).
- Un désir plus élaboré qui se concentre sur une personne unique qui sera l'objet spécifique de notre amour. Eros, pour exister durablement, a en effet besoin d'un objet spécifique et non interchangeable (exemple de 2 jumeaux qui se feraient passer l'un pour l'autre, leur partenaire aura autant de désir pour l'imposteur mais à condition de pas connaître la supercherie).

- Le désir Eros peut également être conditionnel, ne concerner qu'une partie de la personne : son physique, ses performances sexuelles, son âge, etc. Il peut aussi s'attacher à la personne telle qu'elle est aujourd'hui en tant qu'objet. Dans l'exemple suivant extrait du *Premier Alcibiade*, Platon exprime la différence entre un Eros Absolu et un Eros conditionnel :

*SOCRATE : Dès là, si quelqu'un a été amoureux du corps d'Alcibiade, ce n'était pas d'Alcibiade qu'il était épris, mais d'une chose appartenant à Alcibiade. Aussi celui qui aime ton corps, quand ce corps a perdu sa fleur de jeunesse, s'éloigne et te quitte. Mais celui qui aime ton âme ne s'en ira pas, tant qu'elle marchera vers la perfection. Eh bien, moi je suis celui qui ne s'en va pas, mais qui demeure, quand le corps perd sa fleur et quand les autres se sont retirés.*

*ALCIBIADE : Tu fais bien, Socrate, puisse-tu ne pas me quitter !*

*SOCRATE : Fais donc effort pour être le plus beau possible*

A l'Eros succédera progressivement la *philia*, à condition toutefois que, comme nous l'avons vu, les 2 partenaires soient capables d'attachement intime. Sinon, la réalité de l'autre peut être insupportable et ce sera la rupture ou l'extinction du sentiment d'amour (fin de l'Eros). L'amour peut alors s'inverser et se transformer en haine. Ou devenir de la dépendance : « *Sans lui, je me sens vide* », « *Sans elle, je ne suis rien* ». Dans ce cas, le partenaire restera un objet indispensable à la vie sans devenir le sujet d'une relation satisfaisante.

## La philia – Amour amitié

**L'autre peut être encore vécu comme objet du désir mais surtout comme sujet de la relation.**

C'est l'amour qui allie désir et raison, on s'aime mais on ne s'appartient pas. L'amour profond commence avec la prise de conscience que l'autre est un autre et pas une partie de nous-mêmes. Les partenaires se libèrent progressivement, à leur rythme propre, de l'état fusionnel qui maintenait leurs yeux fermés ; chacun découvre l'autre avec ses défauts et ses qualités. C'est le prolongement de la passion, l'amour entre dans sa phase de maturité.

Les deux formes peuvent coexister, Eros ne laissant pas complètement la place à la philia ; dans le cas contraire, la relation amoureuse se transforme en amitié.

En effet, les relations amicales relèvent également de la philia.

Le schéma de la philia est le suivant : Moi, l'Autre, la relation à l'Autre, la relation de l'Autre à Moi. Au contraire de ce qu'il se passe dans l'Eros, Moi et l'Autre sont 2 entités distinctes et indépendantes, c'est la relation réciproque qui cimente le couple. Eros peut toutefois coexister avec la philia et maintenir le désir charnel. L'attachement n'est pas de la dépendance, chaque partie se respecte.

## L'agapè

**L'Autre peut être vécu comme objet du désir et comme sujet de la relation, mais ce désir est le sien et non pas le nôtre.**

Dans son sens général, L'agapé c'est l'amour du prochain, l'altruisme. Dans la tradition chrétienne, il est assimilé au concept de charité. L'amour du prochain, c'est un amour sans attente de réciprocité, inspiré par la négation de soi et le dévouement à l'autre (abnégation) ; il nous invite à faire du bien à l'autre sans penser à notre propre intérêt.

Cet amour est plus rare qu'on ne le pense en général, surtout à ne pas confondre avec la dépendance affective ou le manque d'estime de soi qui, par peur de l'abandon ou du rejet, nous pousse à faire passer les besoins ou les désirs des autres avant les nôtres. Dans ce cas, l'amour n'est pas tourné vers l'Autre mais vers nous-même.

Dans un couple qui vit la Philia, il est possible de faire l'expérience de l'Agapé. Il ne s'agit pas de soumission ou de dépendance affective : c'est aimer sans vouloir posséder l'autre, respecter son désir (et son non désir), ne pas le manipuler, ne pas lui donner ce qu'il ne veut pas recevoir. C'est l'empathie pure, c'est donner ce que l'autre aimerait recevoir et non pas ce que nous possédons « *le plus grand signe d'amour est de donner ce qu'on n'a pas* » - Lacan) ou ce que nous aimerions recevoir. **Donner le meilleur de soi n'est pas forcément le meilleur pour l'autre** (il ne faut pas confondre bienveillance et bienveillance).

Eros interdit souvent l'accès à cette empathie, Philia la favorise mais la cantonne souvent à la qualité de la relation sur la base du dialogue. Agapé est le désir profond de satisfaire l'autre sans tenir compte de ses propres aspirations et sans attente de retour.

## La storgè

**L'amour familial, l'amour d'un parent pour son enfant et réciproquement.**

L'amour maternel/paternel, c'est aimer son enfant de façon **inconditionnelle** mais sans vouloir le posséder ou le contrôler.

Avoir des attentes envers ses enfants, vouloir le meilleur pour eux, n'a rien à voir avec l'amour. Cela consiste souvent à projeter sur eux nos propres désirs (« *plus tard, tu nous remercieras* »). Parfois il peut être bénéfique de pousser un enfant hésitant ou peu motivé

dans une voie, mais il ne faut surtout pas qu'il puisse penser que l'amour que lui portent ses parents est conditionné par la réussite des projets qu'ils font pour lui.

Le franchissement du complexe d'Œdipe lui donnera (en principe) sa forme aboutie : La mère doit autoriser l'enfant à se libérer de l'amour absolu et exclusif qu'il lui porte afin de rendre possible son désir pour l'Autre. Lorsque le renoncement à cet amour exclusif ne se fait pas, soit parce que la mère le refuse ou bien parce que l'enfant en est incapable, la mise en place du désir, notamment sexuel, se trouve sérieusement compliquée par le sentiment de culpabilité (trahir sa mère). Ce renoncement à l'amour exclusif n'est pas une rupture, il n'entraîne pas la disparition de l'amour, mais permet à l'enfant de distinguer l'amour du désir et de porter ce dernier vers d'autres personnes.

#### Caractéristiques de la Storgê en tant qu'amour parental :

- L'amour doit être inconditionnel, c'est-à-dire ne pas dépendre de ce que l'enfant est ou fait.
- Être là quelles que soient les circonstances, sans rien attendre en retour
- N'avoir aucune attente de réciprocité de cet amour car il n'est pas de même nature chez l'enfant que chez le parent (exemple d'une mère blessée que son enfant préfère passer le dimanche avec ses copains plutôt qu'avec elle)
- Ne pas manipuler pour obtenir des preuves d'amour
- Ne pas confondre aimer et éduquer, ces deux concepts sont indépendants

Les frontières sont souvent floues entre amour amoureux et amour maternel/filial, notamment chez des personnes qui n'ont pas de vraie vie amoureuse et qui ont besoin de cet amour familial. Elles ont parfois autant d'attente envers leurs enfants/parents qu'elles auraient envers un conjoint, notamment des preuves d'amour.

Il peut également arriver que la relation parent-enfant s'inverse, l'enfant prenant le rôle du parent ou vice-versa.

#### **L'amour filial**

« *L'amour filial est terrifiant : son but est la séparation* » - Grégoire Delacourt

Comme nous l'avons vu, l'amour filial n'est pas comme l'amour parental, absolu, constant et éternel. La résolution du complexe d'Œdipe permet à l'enfant de distinguer le désir sexuel, qu'il tournera vers l'Autre, de l'amour pur qu'il conservera pour ses parents. Cette distinction n'altère en rien l'amour qu'il porte à ces derniers, ce qui est parfois dur à admettre pour ces derniers qui voient leur enfant « s'envoler », c'est-à-dire s'autonomiser.

L'excellent film « *La famille Bélier* » d'Eric Lartigau illustre parfaitement le conflit de loyauté auquel est confrontée une adolescente qui a décidé de quitter ses parents pour réaliser ses rêves de musique. Ce conflit est d'autant plus difficile à vivre que les parents sont handicapés et ont grand besoin de leur fille au quotidien.

#### **Les pathologies amoureuses**

##### **L'érotomanie syndrome de Clérambault)**

L'érotomanie est la conviction délirante d'être aimé. Il s'agit d'une forme de psychose paranoïaque donnant au patient la certitude d'être passionnément aimé par certaines personnes qui, le pense-t-il, n'expriment jamais cet amour pour différentes raisons.

### **La jalousie pathologique**

Cette forme de jalousie, inadaptée et la plupart du temps sans objet est déclenchée soit par un délire paranoïaque soit par un grand manque d'estime de soi ou une dépendance affective. La personne présente une incapacité à être rassuré(e) sur la fidélité de son conjoint, même en présence de preuves.

*Exemple : Jean-Pierre est très jaloux de sa femme Aurélie, il est même convaincu qu'elle le trompe impunément avec n'importe qui, notamment avec les commerçants du quartier à chaque fois qu'elle fait ses courses, vite fait dans l'arrière-boutique. Suite à une scène encore plus éprouvante que d'habitude au moment où Aurélie s'apprêtait à faire ses emplettes, celle-ci invite son mari à l'accompagner, il aurait ainsi la preuve que sa jalousie est déplacée et ridicule. Les commerçants ne le connaissant pas, il aura tout loisir d'observer leurs réactions. Jean-Pierre accepte. Lui et Aurélie entrent dans chaque boutique, en faisant mine de ne pas se connaître. Jean-Pierre n'observe aucune réaction de la part du commerçant mais il croit voir sa femme faire des signes d'avertissement discrets à ce dernier pour l'avertir de la présence de son mari. Et c'est la même chose dans chaque boutique. Jean-Pierre n'est pas rassurable, son obsession paranoïaque l'empêche de percevoir la réalité.*

### **La dépendance affective**

Touche généralement les personnes qui manquent d'amour de soi. Elles feront tout pour se faire aimer, allant jusqu'à oublier qui elles sont et à sacrifier leurs besoins et désirs propres pour satisfaire ceux des autres. En amour comme en amitié, elles multiplieront les preuves d'attachement et exigeront des autres des preuves en retour (les « je t'aime » continuel qui veulent dire « est-ce que tu m'aimes ? »).

Dans les formes graves, les personnes ne supportent pas la solitude, notamment celle du cœur, et sont prêtes à tout accepter de n'importe qui pour l'éviter. Elles ne peuvent exister que si elles se sentent aimées. Deux formes :

- La dépendance concerne une personne en particulier (attention aux pervers narcissiques pour lesquels elles sont des proies faciles...)
- Ou bien elles sont « amoureuses de l'amour » et les objets de désir sont interchangeables

### **L'amour narcissique : s'aimer à travers le regard de l'autre**

*Aurélie a une vie amoureuse bien remplie, elle a une sexualité épanouie et une vie professionnelle gratifiante. Très sensible et intuitive, elle va spontanément vers les hommes qui lui plaisent et entame les jeux de séduction sans détour, c'est une spécialiste des coups de foudre. Après quelques jours ou semaines, elle se lasse et met fin à la relation sans état d'âme. De toute sa vie, elle n'a jamais été abandonnée, ayant toujours pris l'initiative de la rupture. Cette fois-ci, elle est tombée amoureuse d'un homme plus âgé qu'elle, c'est très intense, il l'inonde de compliments sur sa beauté, son intelligence, sa finesse, son élégance... Une lune de miel qui va durer 15 jours torrides puis, brutalement et sans aucune explication, le galant ne répond plus aux messages ni aux appels téléphoniques, il est injoignable et ne donnera plus signe de vie.*

*Aurélie ne connaît même pas son adresse et ne sait rien sur lui. Elle est effondrée et mettra plusieurs mois à se remettre de son chagrin d'amour. Aurélie s'aime à travers le regard des autres, ses amants la confortent dans son image d'elle-même, elle a besoin de ces regards pour maintenir son estime et son amour de soi. Le fait d'avoir subi la rupture, d'avoir été « zappée », comme si elle n'existait pas, la plonge dans un doute profond sur sa féminité, son âge qui avance et sa capacité à séduire.*

Aurélie n'est pas amoureuse de l'Autre ni de la relation qu'elle entretient avec lui, mais pour s'aimer elle a besoin de se regarder dans ses yeux car c'est l'Autre qui la fait exister.

**Remarque :** La dépendance affective et l'amour narcissique peuvent sembler être des concepts assez proches. La dépendance affective se traduit principalement par la peur de l'abandon et la crainte de la solitude. L'amour narcissique est aussi une forme de dépendance mais concerne le besoin de se mirer dans le regard de l'autre pour pouvoir s'aimer tant l'estime de soi est faible.

### **Facteurs favorisant la solitude et l'isolement amoureux**

La solitude et l'isolement constituent des obstacles importants à l'expérience amoureuse. Citons des facteurs qui les favorisent, liés à la personnalité ou bien acquis au fil du vécu :

- **Caractère introverti et personnalité solitaire.** Le sujet se nourrit de sensations internes (pensées, rêveries, dialogues intérieurs, lecture, musique, etc.) et ne s'enrichit pas au contact des autres qu'il considère comme étrangers à son monde. Cette caractéristique dure souvent depuis l'enfance et ne provoque pas de souffrances particulières mais défavorise l'intégration sociale et la quête amoureuse (attachement évitant).

- **Habiletés sociales déficientes** (timidité, phobie sociale, manque d'amour de soi), parfois associées aux accidents de la vie (veuvage, séparation, chômage, maladie, éloignement de la famille proche). La personne aimerait parfois faire des rencontres mais une forme d'anxiété sociale et de résignation l'empêche de passer à l'action, la solitude fait partie de sa vie. Elle en souffre de manière ponctuelle et se contente de « survivre », avec parfois l'impression d'être restée « sur le quai de la gare ».

- **Conséquence d'une dépression** où le désir envers les autres s'est progressivement éteint, en même temps que le désir des choses. Les amis se sont lassés et ont souvent jugé cette indifférence comme un abandon. Si l'état dépressif s'améliore, la personne devra prendre l'initiative de renouer les contacts, au risque sinon de se résigner à la solitude. La solitude ressentie peut être de nature amoureuse ou simplement amicale.

- **Conséquence post-traumatique de ruptures douloureuses ou de trahisons parfois répétées.** La personne, souvent hypersensible, vit ces séparations comme un traumatisme et développe une véritable phobie des contacts pour éviter de souffrir à nouveau. Cette surprotection entraîne à la longue une *anesthésie affective* (pauvreté des affects) et la résignation. Cette dernière peut parfois laisser croire à la personne qu'elle est heureuse ainsi.

- **Complexes sur le physique :** La personne a changé d'apparence au fil du temps ou suite à une maladie ou un accident. Elle ne souhaite pas partager son nouveau corps avec un autre et se résigne à la solitude.

\*\*\*\*

*L'isolement Lamartine)*

*Souvent sur la montagne, à l'ombre du vieux chêne,  
Au coucher du soleil, tristement je m'assieds ;  
Je promène au hasard mes regards sur la plaine,  
Dont le tableau changeant se déroule à mes pieds.  
Ici gronde le fleuve aux vagues écumantes ;  
Il serpente, et s'enfonce en un lointain obscur ;  
Là le lac immobile étend ses eaux dormantes  
Où l'étoile du soir se lève dans l'azur.  
Au sommet de ces monts couronnés de bois sombres,  
Le crépuscule encor jette un dernier rayon ;  
Et le char vaporeux de la reine des ombres  
Monte, et blanchit déjà les bords de l'horizon.  
Cependant, s'élançant de la flèche gothique,  
Un son religieux se répand dans les airs :  
Le voyageur s'arrête, et la cloche rustique  
Aux derniers bruits du jour mêle de saints concerts.  
Mais à ces doux tableaux mon âme indifférente  
N'éprouve devant eux ni charme ni transports ;  
Je contemple la terre ainsi qu'une ombre errante  
Le soleil des vivants n'échauffe plus les morts.  
De colline en colline en vain portant ma vue,  
Du sud à l'aquilon, de l'aurore au couchant,  
Je parcours tous les points de l'immense étendue,  
Et je dis : " Nulle part le bonheur ne m'attend. "  
Que me font ces vallons, ces palais, ces chaumières,  
Vains objets dont pour moi le charme est envolé ?  
Fleuves, rochers, forêts, solitudes si chères,  
Un seul être vous manque, et tout est dépeuplé !*

*Que le tour du soleil ou commence ou s'achève,  
D'un œil indifférent je le suis dans son cours ;  
En un ciel sombre ou pur qu'il se couche ou se lève,  
Qu'importe le soleil ? je n'attends rien des jours.  
Quand je pourrais le suivre en sa vaste carrière,  
Mes yeux verraient partout le vide et les déserts :  
Je ne désire rien de tout ce qu'il éclaire ;  
Je ne demande rien à l'immense univers.  
Mais peut-être au-delà des bornes de sa sphère,  
Lieux où le vrai soleil éclaire d'autres cieux,  
Si je pouvais laisser ma dépouille à la terre,  
Ce que j'ai tant rêvé paraîtrait à mes yeux !  
Là, je m'enivrerais à la source où j'aspire ;  
Là, je retrouverais et l'espoir et l'amour,  
Et ce bien idéal que toute âme désire,  
Et qui n'a pas de nom au terrestre séjour !  
Que ne puis-je, porté sur le char de l'Aurore,  
Vague objet de mes vœux, m'élancer jusqu'à toi !  
Sur la terre d'exil pourquoi resté-je encore ?  
Il n'est rien de commun entre la terre et moi.  
Quand la feuille des bois tombe dans la prairie,  
Le vent du soir s'élève et l'arrache aux vallons ;  
Et moi, je suis semblable à la feuille flétrie :  
Emportez-moi comme elle, orageux aquilons !*