

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-Din 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 » (H-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 filial, amour fraternel, amour conjugal, amour paternel ou maternel, amitié, bienfaisance, charité, philanthropie, 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.

*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'ayant besoin de rien ni de personne car « complets » n'avaient aucun souci de relations et pouvaient consacrer tout leur temps à leurs ambitions. Ils étaient devenus, grâce à leur manque de besoins, 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. Quand l'Androgyne eut été dédoublé, chacun, regrettant sa moitié, tentait de la rejoindre. S'embrassant, s'enlaçant, l'un à l'autre, désirant ne former qu'un seul être. Ces êtres avaient découvert la notion de besoin et consacraient tout leur temps et leur énergie à essayer de retrouver leur double ou, à défaut, un autre être incomplet leur correspondant. Leur force d'ambition en était d'autant affectée.

Zeus eut pitié de l'homme. Il leur fabriqua des organes de génération et fit que par ce moyen, les hommes engendrèrent les uns dans les autres, par l'organe mâle dans celui de la femelle, ce qui permet de fixer ces unions.

C'est le thème de l'amour fusionnel d'une complétude par la recherche de l'autre. C'est l'interprétation romantique par excellence, celle de la jeune fille qui attend son prince charmant et rêve d'amour sans nuage et d'entente parfaite entre des êtres qui se complètent.

Caractéristiques de l'amour

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 : emballement du cœur, émotions vives, manque de l'autre lorsqu'il est absent, sentiment de complétude lorsqu'il est présent ou qu'on va le retrouver. Ces symptômes peuvent même évoquer un état de dépendance : l'autre indispensable pour apprécier la vie (« *un seul être vous manque et tout est dépeuplé* »), pensées obsédantes, angoisse de séparation, etc...

Nous verrons que l'état amoureux n'est en fait pas unique mais composé de plusieurs états (passion, désir, attachement intime, don de soi, amour-amitié) qui peuvent, au gré du temps, s'associer ou se dissocier, naître ou disparaître.

Dans ce sens, « tomber amoureux » possède une dimension biologique, comme c'est le cas des objets d'addiction. Et c'est cet état si particulier qui va permettre les conditions nécessaires à la naissance de l'attachement. C'est cet attachement (idéalement réciproque) qui va créer la relation de couple.

Pour fonder un couple, le sentiment d'amour est donc nécessaire ; mais pas suffisant pour garantir le bonheur car la qualité de la relation va dépendre de la capacité de chacun à vivre un attachement intime, en fonction de sa personnalité, de son éducation et de son histoire. Certaines personnes seront incapables d'être heureuses avec un autre car incapables d'un attachement intime.

La relation amoureuse n'est que le révélateur de notre monde intérieur (« *ferme les yeux et 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 et 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 que l'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 (nda ; : 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, on n'aime pas Dieu pour tout ce qu'il peut donner mais pour ce qui lui manque, c'est-à-dire l'existence...)

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. Et ce ne sont pas ces signes en eux-mêmes qui provoquent le cycle, mais seulement leur présence ou absence. 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. 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

Distinguer le désir de l'amour. Le complexe d'Œdipe : l'enfant doit renoncer à l'amour le plus pur, celui qu'il porte à la mère, pour pouvoir accéder au désir (pour l'Autre). Lorsque ce type de sacrifice n'opère pas, soit parce que la mère le refuse ou du fait de l'enfant qui s'en sent incapable, la mise en place du désir, notamment sexuel, se trouve sérieusement compliquée. Le renoncement à l'amour-désir porté à la mère, voire de l'amour porté par la mère à son enfant qui ainsi lui échappe n'entraîne bien-sûr pas la disparition de l'amour filial/maternel mais sa sublimation.

En effet, à ce stade, cet amour sera dépouillé de toute motivation (désir d'appartenance, d'exclusivité) et constituera un amour absolu et inconditionnel, indépendant de la relation.

Biologie de l'amour

L'état amoureux a pour objectif premier 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, à l'instar des addictions, devient un besoin.

Les ébats amoureux vont à leur tour provoquer une libération de **testostérone** (déclenchement du désir), de **lulibérine** (qui maintient la motivation pendant l'acte) et, si tout se passe bien, une explosion d'**endorphines** aboutissant au plaisir. L'acte sexuel va également provoquer la libération d'**ocytocine**, neurotransmetteur qui se transforme en hormone (via l'axe hypothalamo-hypophysaire) et qui permet de prendre conscience de la qualité de l'attachement (ressentir la sensation d'amour). Cette hormone a de nombreuses fonctions et ne limite pas son action au seul amour physique (aussi présente pendant l'accouchement car participant aux contractions, pendant l'allaitement, etc.). 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 donnant un sentiment de sécurité, réduisant l'anxiété et favorisant la confiance et l'absence de danger dans la relation.**

Au sein du couple, l'acte d'amour (surtout quand il procure du plaisir) induit une élévation de la sécrétion d'**ocytocine** et, via le système de récompense, incite à recommencer et renforce les liens d'attachement. Il y a un objectif biologique : maintenir l'attachement dans le couple afin de rester ensemble pour élever les enfants...

Le système de récompense va inhiber la « partie raisonnable » 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.

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 chez les grecs

Le terme « amour » recouvrait cinq sentiments distincts dans la Grèce antique : la Pornéia, l'Eros, la Philia, l'Agapè et la Storgé.

Pornéia : Amour du bébé pour sa mère

Eros : Désir (ventre)

Ces formes d'amour ne s'excluent pas les unes les autres et peuvent être simultanément présentes dans les relations (ce qui peut parfois être pathologique lorsque certaines frontières sont trop floues ou franchies)

Pornéia – L'amour du bébé pour sa mère

L'amour du bébé pour sa mère est à la fois concentré et diffus. Il aime le lait, la chaleur, la sécurité maternelle, l'odeur. C'est reçu (ou pas), c'est concret, c'est de la consommation. C'est cette forme d'attachement archaïque qui donnera progressivement lieu à la symbolisation (l'introjection remplaçant l'incorporation, l'attachement allant au-delà des besoins concrets et perdurant hors de la présence de la mère). Très importante, elle participera fortement à la constitution 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. **Le partenaire est plus vécu comme objet du désir que comme sujet d'une relation.**

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 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 :

- Une forme de désir archaïque et indifférenciée, née des pulsions sexuelles, nous incitant à aimer sans distinction à condition que l'Autre réponde à certains critères personnels, d'attraction.
- Un désir plus élaboré qui se concentre sur une personne unique. On connaît alors l'objet spécifique de notre amour. Eros, pour exister, 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 partiel, ne concerner qu'une partie de la personne (son physique, ses performances sexuelles, son âge, etc. Dans l'exemple suivant, Platon montre 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. Et 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"

Platon, Premier Alcibiade, 130-131.

A l'Eros succédera progressivement la *philia*, à condition toutefois que 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). On peut aussi basculer dans la haine : les émotions exacerbées demeurent, mais changent de pôle. Ou dans la

dépendance : « Sans lui, je me sens vide », « Sans elle, je ne suis rien. » Resté à l'état d'objet, le partenaire devient indispensable pour vivre.

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, une libération de l'état fusionnel absolu en quelque sorte (aveuglé par la passion) et une découverte de l'autre avec ses défauts et ses qualités. C'est le prolongement de la passion.

Les deux phases peuvent co-exister mais ne sont pas forcément en interrelation.

Les relations amicales relèvent également de la philia.

Le schéma est : moi, l'autre, la relation à l'autre, la relation de l'autre à moi. Moi et l'autre sont 2 entités distinctes et indépendantes, liés par la relation réciproque. L'attachement n'est pas 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'agapè c'est l'amour du prochain, l'altruisme (rare). 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 ; il nous invite à faire du bien à l'autre sans penser à notre propre intérêt.

Cet amour est plus rare qu'on le pense en général, à ne surtout pas confondre avec la dépendance affective ou le manque d'estime de soi qui nous pousse souvent à acheter l'amour ou le respect de l'autre.

Dans un couple qui vit la Philia, il est possible de faire l'expérience de l'Agapé. A ne surtout pas confondre avec de la soumission ou de la 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 imposer 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.**

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 d'un parent pour son enfant : l'aimer de façon **inconditionnelle** mais sans vouloir ne le posséder ni le contrôler.

L'amour maternel absolu pourrait être celui que Romain Gary expose dans son roman autobiographique « *La promesse de l'aube* » mais est-ce vraiment l'amour idéal ?

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 qu'il puisse diriger son désir vers 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 storgè :

- Etre 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

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.

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.

Les paraphilies : Désirs ou comportements sexuels déviant des normes communément admises dans la société (voyeurisme, fétichisme, etc.)

La jalousie pathologique

Soit délire paranoïaque, soit grand manque d'estime de soi ou dépendance affective. Incapacité à être rassuré(e) sur la fidélité de son conjoint, voire même nourrir un grand sentiment d'exclusivité envers ses amis. Peut même s'étendre à toute personne importante pour le malade.

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 » continuels 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 pour l'éviter. Elles ne peuvent exister que si elle se sentent aimées. Deux formes :

- La dépendance concerne une personne en particulier (attention aux pervers narcissiques...)
- 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,

Elle n'est pas amoureuse de l'autre ni de la relation qu'elle entretient avec l'autre, mais son amour d'elle-même dépend du regard de l'autre.

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 de la vie :

- **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.

- **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 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 névrotique et progressive de ruptures douloureuses ou de trahisons.** 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**

« Un seul être vous manque et tout est dépeuplé » : le chagrin d'amour selon Lamartine

L'isolement

*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 !*

