

LE BOUQUET DE L'AMOUR*



J.-D. NASIO

LES 12 FLEURS DU BOUQUET DE L'AMOUR

- *Désir sexuel*
 - *Fantasme*
 - *Admiration*
 - *Narcissisme*
- *Amour de soi*
 - *Satisfaction - frustration*
 - *Culpabilité*
- *Sollicitude*
 - *Apaisement*
 - *Peur d'être quitté*
- *Jalousie*
 - *Dépendance*

L'amour est un thème universel qui a toujours été une énigme et qui le restera. Cependant, je voudrais aujourd'hui oublier ce constat et vous proposer une nouvelle approche de **l'amour en couple** tel que nous le vivons au quotidien.

*

L'autre jour, une jeune thérapeute m'a soumis le problème d'un patient soucieux de savoir s'il était amoureux

* Ce texte est un complément de la vidéo intitulée « *Le Bouquet de l'amour* », visible sur YouTube.

ou non de sa compagne. Je lui ai répondu que l'amour n'était pas une entité unique, à l'état pur, mais un composé d'émotions et que pour savoir si l'on était amoureux, il fallait se reconnaître dans la plupart de ces émotions. Du coup, l'idée m'est venue de penser l'amour comme un bouquet de fleurs. En effet, l'amour serait un éclatant bouquet tenu par une main à la manière du lumineux tableau de Picasso « *Mains aux fleurs* ». C'est ainsi que l'expression *Bouquet de l'amour* s'est imposée à moi. Un bouquet formé d'une douzaine de tiges représentant chacune un élan amoureux. Aussi, je voudrais vous décrire en détail, l'un après l'autre, les différents composants de l'amour.

Mais tout d'abord, il me faut définir la main qui tient le bouquet ou, si vous préférez, vous soumettre une définition générale de l'amour qui vaut pour toutes les fleurs.

Qu'est-ce donc que l'amour ? L'amour est par essence un attachement, le plus viscéral des attachements à la personne qui, par le seul charme de sa présence, me promet, sans mot dire, de me rendre pleinement heureux. J'aime celui ou celle qui me laisse croire, sans nulle intention de me tromper, qu'avec lui et lui seul je serai comblé demain. Bien sûr, je sais qu'aucun être sur terre ne pourra jamais me procurer le bonheur suprême, et pourtant je ne cesse de m'attacher à lui et de tout faire pour qu'il réponde à mon attente. Or, c'est

cette attente illusoire et active qu'est l'amour. Oui, l'amour est avant tout une attente, une illusion, l'espoir innocent d'un bonheur que l'on sait pourtant impossible. Disons-le autrement. Aimer n'est pas un aboutissement, mais une marche en avant qui nous rapproche d'un idéal inaccessible, une succession d'actes animés par l'illusion de jouir d'une félicité qui n'arrive jamais. En un mot, *j'aime celui qui, par la magie de sa personne, me promet le bonheur.*

L'amoureux, en s'adressant à son partenaire, lui déclarerait : *en attendant le bonheur, je suis heureux mais parfois malheureux de t'aimer. Oui, malgré nos inévitables scènes de ménage, je t'aime profondément en espé-*

rant qu'un jour tu tiendras ta promesse de me donner ce qui me manque. Et moi, de même, je suscite en toi l'espoir qu'un jour je tiendrai ma promesse de te donner ce qui te manque.

Et c'est ainsi, sans que jamais les promesses ne s'accomplissent, sans que jamais le bonheur rêvé n'advienne, que nous sommes heureux et malheureux d'aimer, que nos corps s'unissent, que nos enfants naissent et qu'une famille se fonde. Sans doute, nos illusions sont-elles immatérielles, mais elles sont aussi une source foisonnante de vie. Grâce au virtuel, nous engendrons du réel. Du non-être, nous engendrons l'être.

*

Je viens de définir l'amour comme une **illusion**. Cependant, il me faut le définir aussi comme un **besoin**. Pour m'expliquer, je tracerai une ligne oblique qui part du sol et monte vers le ciel. Si nous pensons à l'amour en tant qu'illusion, nous le définissons d'après son horizon comme un mouvement ascendant qui aspire au bonheur. C'est la définition que je vous ai proposée au début. Si, en revanche, nous pensons à l'amour en tant que besoin, nous le définissons d'après sa source corporelle comme un jaillissement d'émotion. Absolument, l'émotion amoureuse est la manifestation affective d'un besoin physique d'attachement. Pour le dire en une phrase : *je ne peux pas m'empêcher de m'attacher à quel-*

qu'un et de l'aimer ; je ne peux m'empêcher d'aimer. J'ai besoin d'aimer. Notre corps a toujours faim d'un autre corps et notre âme, soif d'une autre âme. Petit enfant immature, nous avons tous été naturellement obligés de nous attacher et dépendre de notre mère. Et depuis, nous restons enclins à nous lier à un élu, à celui ou celle qui nous attire et nous promet le bonheur. Comme si nous étions mus par une saine pulsion de parasitisme, par une tendance à nous emparer d'un semblable – homme ou femme –, à lui conférer le pouvoir de nous rendre heureux, nous y agripper fortement et déverser sur lui notre trop-plein d'amour. Ce besoin qui nous pousse à élire une personne qui se laisse aimer et que

nous laissons nous aimer, je l'appelle : *pulsion d'aimer* ou, plus joliment, *aimance*. Dans ce terme d'*aimance*, je condense les mots « aimer » et « tendance » pour désigner la force qui nous précipite dans les bras de notre élu jusqu'à nous y attacher.

*

L'amour étant ainsi doublement défini comme **illusion** et comme **besoin**, nous allons maintenant isoler chaque fleur du bouquet, je veux dire chacun des douze élans qui composent le sentiment amoureux.

- Première fleur du bouquet, la plus importante de toutes, c'est la sexualité, le **désir sexuel**. Je dis « la plus importante de toutes » parce que sans le sexe

l'amour du couple devient tendresse, amitié ou fraternité. En revanche, avec le sexe, l'amour du couple s'enflamme, se colore de passion et se consolide.

Lors des moments les plus ardents de la rencontre sexuelle, l'homme amoureux déclarerait ainsi son désir à sa partenaire : *si mon corps pouvait crier, il clamerait : je suis fou de toi, j'ai envie de te posséder. Et, en écho, j'entends ton corps me répliquer : j'ai envie non seulement que tu me possèdes, mais encore de me fondre en toi.* Et l'homme de poursuivre : *plutôt que de me satisfaire simplement avec un orgasme, je serais plus heureux encore si tu atteignais la cime de ta jouissance et qu'alors nous nous sentions deux en un.* Désirer sexuelle-

ment, c'est plus que vouloir atteindre le plaisir d'un orgasme, c'est avant tout s'exciter mutuellement, jouer, rire ensemble dans le feu follet de nos sensations jusqu'à oublier d'être nous-mêmes.

- Deuxième fleur du bouquet. A vrai dire, mon aimé est un **fantasme**. *Je l'aime non seulement pour ce qu'il est, mais pour ce que j'imagine qu'il est.* Nous aimons et, en aimant, nous forgeons l'être que nous aimons. *Nous n'aimons que ce que nous créons.* Aussi, notre partenaire est-il un mélange de réalité et de fiction, un être hybride, mi réel, mi fantasmé.

- Troisième fleur du bouquet : l'**admiration**. Je ne peux pas être amoureux de quelqu'un que je n'idéalise pas. *J'admire celui que j'aime*, quel que soit son domaine d'excellence. Je peux l'admirer, par exemple, pour sa jovialité appréciée également par tous, ou pour ses qualités de père, ou encore pour ses talents de cuisinier. « *Mon compagnon est un vrai chef ! Il a l'art de préparer le canard à l'orange comme personne !* » Ou bien « *Ma compagne est une redoutable femme d'affaires !* » Bref, sans admiration, il n'y a pas d'amour.

- Quatrième fleur du bouquet : le **narcissisme**. *J'aime celui qui est un peu moi-même. Dès le premier regard,*

je l'ai choisi sans m'apercevoir qu'il me ressemblait par certains traits de sa personnalité, même s'il s'est avéré que nous avons des caractères diamétralement opposés. Si je suis une femme, il m'arrive parfois de choisir et aimer un homme qui ressemble davantage à ma mère qu'à moi-même ! Mais, dans tous les cas, celui que j'aime porte en lui quelque chose de moi.

- Cinquième fleur du bouquet : **l'amour de soi**. Assurément, l'amour allant à l'autre et venant de l'autre nourrit l'amour de soi. C'est pourquoi *j'aime celui qui me rend heureux et fier d'être moi-même, et que je rends heureux et fier d'être lui-même.*

Quelle belle définition de l'**amitié** ! Car qu'est-ce que l'amitié dans un couple, sinon de partager des projets d'avenir et des moments de loisir en ayant la joie d'être soi-même en présence de l'autre ? Être amis, c'est encore une manière d'aimer et de s'aimer.

- La Sixième fleur du bouquet est une rose avec des épines. C'est la dyade de la **satisfaction** et de la **frustration**. *J'aime celui qui tour à tour me satisfait et me frustre.* L'aimé me satisfait et pourtant il est aussi celui qui, par le seul fait d'être différent, me limite, réfrène mes désirs, me frustre et me fait souffrir. Mon aimé est tantôt le plus gratifiant des partenaires, tantôt le

plus décevant. Décidément, il est un génie à deux visages qui me donne des ailes et les coupe à la fois. C'est pourquoi je ressens envers lui **une délicateuse et douloureuse ambivalence**.

- La Septième fleur du bouquet, elle aussi a des épines : la **culpabilité**. *J'aime celui dont je me sentirais coupable si je lui faisais du mal ou si je pensais à lui faire du mal.* Me sentir coupable envers l'aimé est l'un des signes les plus sûrs attestant que je suis amoureux.

- La Huitième fleur du bouquet est la **sollicitude**. L'amour est toujours réparateur. Aussi, l'amoureux prend soin de son partenaire quand celui-ci traverse

une épreuve difficile, se sent affaibli ou malade ; et, en même temps, il sait se réjouir quand son partenaire s'occupe de lui. La sollicitude, c'est justement l'attention affectueuse et soucieuse portée à celui que nous aimons et, au-delà, au lien qui nous lie. C'est une délicate fidélité à l'amour lui-même. Aussi, nous dirons : *j'aime celui dont je prends soin et qui prend soin de moi, mais au-delà j'aime l'amour qui nous unit.*

- Neuvième fleur du bouquet : l'**apaisement**. *J'aime celui qui écoute mes plaintes et tempère mes angoisses.* Un aimé sait toujours dire les mots qui redonnent confiance ou garder le silence qui apaise.

- La Dixième fleur du bouquet, encore une rose avec des épines, est la **peur d'être quitté**. *J'aime celui dont j'ai peur qu'il me quitte*. Si je ne ressens pas cette crainte, aussi diffuse et fugitive soit-elle, je ne suis pas amoureux. La crainte d'être délaissé est inhérente à l'amour : plus j'aime et suis heureux d'aimer, plus je redoute la douleur que signifierait d'être un jour abandonné et me retrouver seul.

- La Onzième fleur du bouquet comporte elle aussi des épines : la **jalousie**. *J'aime celui qui me rend jaloux*. La jalousie, bien que parfois ravageuse, est un sentiment parfaitement normal car il n'y a pas d'amour sans jalousie. Pourquoi ? Parce que l'amour est natu-

rellement possessif et que le propre de l'amoureux est d'exiger l'exclusivité. Aussi, la jalousie est-elle l'exacerbation de notre naturelle possessivité amoureuse.

- Douzième et dernière fleur du bouquet : la **dépendance**. *J'aime celui dont je dépends*. Contrairement à ce que beaucoup d'entre nous imaginent, **il ne peut pas y avoir d'amour sans dépendance**. Si l'amour est attachement, la dépendance en est le ciment. Mais quelle dépendance ? Il faut distinguer deux espèces de dépendance amoureuse. Une dépendance nocive quand l'amoureux a horreur de se sentir enfermé dans son couple et craint de perdre sa liberté. Il s'imagine que plus

grand est son attachement, plus cruelle sera la souffrance si un jour il est abandonné. Ensuite, nous avons une dépendance saine quand l'amoureux, insoucieux, ne se demande pas s'il est ou non soudé à son aimé. Il vit la dépendance et il en est heureux. Incontestablement, la personne qui aime vraiment n'a pas peur d'aimer, même si parfois elle sent frémir dans son cœur la menace d'un abandon.

Parmi les exemples d'une dépendance saine, je pense au cas douloureux de Marc, cet homme qui, ayant perdu tragiquement la compagne avec qui il partageait sa vie, ressent sa perte comme l'arrachement d'une partie de lui-même. Devant un tel déchirement, nous pouvons être sûrs que l'amour qui

l'unissait à son aimée était profond et authentique. Comme si Marc nous confiait : *c'est seulement maintenant, en éprouvant cette affreuse sensation de solitude, que je réalise à quel point Valérie m'était vitale, et à quel point je me sentais vital pour elle. Peut-être, en la perdant, j'ai perdu mon image, l'image de moi-même qu'elle me renvoyait. Ou encore, j'ai perdu une illusion, la joyeuse illusion du bonheur qu'elle me laissait espérer. En fait, je ne sais pas ce que j'ai aimé en elle pour m'attacher autant ni ce que j'ai perdu d'elle pour pleurer autant.*

*

Concluons. Quand je désire sexuellement mon aimé, quand je l'admire et qu'il ne cesse de me surprendre, quand nous nous disputons avant de nous réconcilier aussitôt, quand je me sens coupable de lui avoir fait du mal, quand je prends soin de lui ou que j'ai peur de le perdre, quand je me sens heureux d'être moi-même en sa présence, et surtout, quand tous ces élans conjugués me transportent vers lui, je me dis sans hésiter que je suis amoureux.

- Paris, février 2018 –
nasio@orange.fr

*Nous n'aimons que
ce que nous créons*

J.-D. N.