

L'amour transcende et peut nous transformer

De la peur à la plénitude, en passant par l'angoisse. L'état amoureux, de courte ou de longue durée, provoque des métamorphoses, souvent libératrices.

Dès la rencontre, nous sommes saisis d'un tel trouble et d'une telle agitation que nous préférons presque nous en passer. Angoisse, stupeur et tremblements prennent souvent, dans un premier temps, le pas sur le calme intérieur, la quiétude dans laquelle baignaient nos vies antérieures. La psychanalyste Monique David-Ménard (1) souligne cet effet de surprise et de déstabilisation : « Cela effraie, perturbe. Nous ne pensions pas que ce serait avec lui, avec elle. Nous sommes troublés par notre soudaine disponibilité, y compris sexuelle. Nous mesurons également à quel point l'autre attend de notre présence, a besoin de nous. Et sa demande nous perturbe tout autant que notre soudaine envie d'y répondre. »

« Une sensation de chute nous saisit »

La philosophe et psychanalyste Monique Schneider (2) insiste sur la fragilité dans laquelle l'accident amoureux » plonge et sur la « faille » qu'il creuse au début : « Notre soi déchoit tout à coup à cause de ce caractère inattendu, merveilleux que prend l'autre. D'où cette sensation de perte de verticalité, de chute qui nous saisit. Dans l'amour, c'est toujours l'autre, énigmatique, insaisissable, qui est l'objet de nos pensées. Il y a quelque chose de très angoissant dans cet état :



(Dessin Thierry Jollet)

est-il attaché à moi ? Est-ce que cela va durer ? Nous entrons dans un temps discontinu, comme si chaque moment était imprévisible. Nous n'arrivons pas à y croire. »

« L'amour déplace quelque chose en nous, analyse Monique David-Ménard. Il apaise une quête identitaire épuisante. Un nouveau monde s'impose, qui tisse la vie d'une autre manière. Nous sommes tellement étonnés de pouvoir être bien avec une personne qui nous est étrangère. Nous en profitons tout en nous rendant compte de nos différences : de parcours, de position, de convictions. Et pourtant, nous avançons l'un vers l'autre. »

Nous nous mettons à aimer les balades en forêt, à construire une vie à deux tout en tenant

compte de l'histoire passée de chacun.

Pour la psychologue et psychanalyste Malvine Zalcborg (3), « l'amour est ce qui nous enjoint de ne pas nous limiter à une vie dans laquelle il n'y aurait pas d'échanges importants, de partage d'idées et d'élaboration de projets communs. Apprendre à reconnaître l'importance qu'une autre personne peut avoir dans nos vies nous extirpe de la dynamique, si commune de nos jours, de l'isolement et de la sustentation d'un narcissisme gonflé. »

« Les formes de la vie à deux influent sur nos états d'âme, explique l'essayiste Claude Habib (4). Dans nos amours vivables – par opposition aux passions mortelles –, il y a quelque chose qui inspire confiance, nous

oxygène et procure une profonde allégresse. Quand nous regardons la vie à deux, elle prend du relief. De nouvelles facettes de soi et manières d'être peuvent se développer. Car, dans ces couples qui privilégient l'entente, la rivalité ne pénètre pas. Elle n'a pas à le faire. Il n'y a pas à importer la dureté du monde extérieur à la maison. »

« Il y a quelque chose qui nous oxygène »

Le couple, sanctuaire paisible, donne accès à un espace de jeux intimes, subtils et réjouissants. Comme cette connivence, invisible pour les autres, qui relie deux époux par-dessus la tête des invités dans une soirée, relate Claude Habib. Nous pouvons désormais exhumer nos rêves et désirs secrets que nous enfouissons depuis l'enfance sans craindre les regards extérieurs, puisque l'autre est là et que, comme l'assure Paul Éluard, « l'amour est au monde pour l'oubli du monde ».

Hélène Fresnel
avec Psychologies

(1) « Éloge des hasards dans la vie sexuelle » (Hermann, 2011).

(2) « Il y a quelque chose de très angoissant dans l'état amoureux », sur Psychologies.com

(3) « Ce que l'amour fait d'elle » (Odile Jacob, 2013).

(4) « Goût de la vie commune » (Flammarion, 2014).