

LE COUPLE OUVERT

par Michel LOBROT

Le couple est une réalité fermée presque par définition. En effet il implique non pas seulement des liens d'ordre affectif, intellectuel, professionnel ou sexuel, mais surtout un certain partage de biens matériels, une certaine communauté de vie, une certaine présence physique des deux partenaires.

Un couple, c'est une association de fait et non pas seulement morale. C'est une entité visible et localisable.

Le problème de l'ouverture est central pour le couple, car cette ouverture menace fortement son identité et même son existence. Le plus souvent elle apparaît comme un risque de désagrégation et d'éclatement. Elle est redoutée et on prend des précautions contre elle.

Et pourtant le monde extérieur ne peut être éliminé, comme une réalité gênante et parasitaire. Il est là, qu'on le veuille ou non, à l'intérieur des partenaires eux-mêmes, qui sont habités par lui et qui ont reçu de lui l'essentiel de ce qu'ils sont. Le monde extérieur, ce sont les parents, les autres hommes et femmes, la société, la rue, les loisirs, le monde en un mot. Troisième terme du triangle fondamental dans lequel s'inscrivent les membres du couple, il faut définir sa place, aussi importante que celle de chacun des membres, C'est ce que je vais essayer de faire dans ces quelques pages.

Deux formules de base sont possibles, qu'on trouve toutes deux réalisées dans notre entourage :

Selon une première formule, le monde extérieur s'introduit de force à l'intérieur du couple, contre la volonté de ses membres, et menace son

intégrité. Il engendre la tension, la crise, parfois l'explosion et la séparation.

Dans une deuxième formule, qui n'est d'ailleurs pas incompatible avec la première, le monde extérieur est bien accueilli, même si c'est avec précaution ; on lui fait une place, on lui donne un sens ; bien loin de séparer les partenaires, il les réunit, contribue à leur accord.

Nous allons examiner successivement ces deux formules et finirons en réfléchissant sur les choix qui apparaissent souhaitables et sur les règles qui peuvent être adoptées concernant l'ouverture du couple...

Le lien amoureux

La première formule est de loin la plus courante. Peu de couples y échappent, car elle découle de la nature même des liens qui unissent les membres du couple. Ces liens sont en fait de deux ordres et c'est leur interférence qui finit par poser problème. Selon un premier axe, le lien entre les membres du couple découle des processus d'attraction-sédution, sur tous les plans possibles, c'est à dire sexuel, affectif, intellectuel, de l'échange, matériel, etc. Il y a attraction plus ou moins forte d'un des membres par l'autre, désir de l'un pour l'autre, volonté d'être ensemble et de faire des choses ensemble. Faut-il appeler amour ce lien ? En réalité l'amour désigne aussi bien ce qui se passe sur l'autre axe que sur celui-ci, si bien qu'il faudrait plutôt appeler celui-ci "état amoureux".

L'état amoureux, composé complexe de désir et de plaisir, est rarement absent dans les couples modernes, alors qu'il pouvait l'être totalement autrefois. On conçoit mal de pouvoir vivre ensemble sans aucune attraction au moins au départ. Il caractérise ce qu'on appelle le coup de foudre. En fait, il n'a pas pour seule fonction d'unir les deux partenaires, Il possède une autre fonction que Stendhal a parfaitement

analysée avec sa théorie de la cristallisation dans *"De l'amour"*, La cristallisation n'est rien d'autre que le phénomène de "réduction de dissonance" que certains psychologues américains comme Festinger ont mis en lumière, Il s'agit d'un processus qui suit la prise de décision et qui permet à celle-ci de se maintenir et de ne pas 'aboutir à des tensions insoutenables. L'alternative qui n'a pas été choisie, par exemple l'ensemble des autres partenaires réels ou possibles, se trouve fortement dévalorisée et rejetée au niveau psychologique et cela d'autant plus qu'elle était plus forte antérieurement, plus attirante pour celui qui a fait le choix, Cela ne veut pas dire qu'elle ne possède plus d'attrait réel ; bien au contraire, elle garde cet attrait et c'est pourquoi elle apparaît comme dangereuse. Le problème est de se défendre contre elle, et on réalise cela en se centrant fortement sur le partenaire et sur les qualités qu'il possède, oubliant tout le reste, se perdant pour ainsi dire en lui, dans une attitude qui ressemble beaucoup à une fuite ou à un aveuglement volontaire. De là, la force du premier amour ou de l'amour commençant, qui résulte de la difficulté des débuts. Le proverbe qui dit qu'il n'y a que le premier pas qui coûte" explique cet autre qui dit que "tout beau, tout nouveau". À un moment où la centration sur un objet n'est pas encore réalisée, où le monde dans son ensemble garde un pouvoir de séduction considérable, où l'harmonie entre les deux partenaires n'est pas encore faite concrètement, les menaces de dissolution apparaissent considérables. C'est pour lutter contre ces menaces qui caractérisent "le premier pas", qu'on procède à cette idéalisation de l'autre et de la relation avec lui qui fait devenir "tout beau", qui engendre cette impression de bonheur idéal, de perfection dans le plaisir des débuts. Il faut insister sur les menaces auxquelles cet état a pour but de répondre, car ce sont elles qui définissent l'autre axe et les dispositifs qu'on adopte pour les supprimer. Les menaces, quelles sont-elles ? D'une part, ce sont toutes les réalités de

l'ordre de la sécurité et de la survie qui impliquent de la part des partenaires des relations de collaboration, des accords, des engagements réciproques, des aménagements divers, qui ne font pas nécessairement partie du domaine du plaisir. C'est d'une manière générale, tout ce qui concerne le foyer et ultérieurement la famille quand il y a des enfants. Il faut contribuer à la subsistance commune, s'occuper des choses matérielles, résoudre les problèmes quotidiens, prendre des décisions communes, toutes choses qui ne sont pas évidentes. L'un ou l'autre des deux partenaires peut se montrer inadapté, incapable ou malveillant et menace alors la survie du couple. D'autre part, les menaces concernent aussi la zone du plaisir, mais sous le point de vue où il y a risque d'abandon, de frustration et de manque, Le couple est fait pour assurer une base habituelle de satisfaction sexuelle, pour rompre la solitude existentielle, pour assurer un échange quotidien satisfaisant. Si l'un ou l'autre des membres du couple se montre défaillant, préférant s'abstenir dans certaines activités essentielles, par exemple sexuelles, ou préférant aller ailleurs ou ne répondant pas à l'attente de l'autre, il provoque inévitablement une crise, une insécurité, voire la souffrance, la peur, l'angoisse.

Si l'état amoureux suffit dans les débuts à prémunir contre tous les risques venant des exigences du foyer et de la famille du fait qu'il détourne l'attention sur le positif, il est loin de pouvoir jouer longtemps ce rôle. Stendhal signale que la cristallisation est passagère et ne dure pas longtemps. Roméo et Juliette se retrouvent en ménage au milieu des casseroles et des loyers à payer et leur amour se montre insuffisant à la fois pour les pousser à faire ce qu'il faut et pour accepter les insuffisances de l'autre.

Le contrat d'exclusivité

Un autre lien intervient alors, qui définit le **second axe** que tous les couples, dont le mariage n'est qu'une des formes institutionnelles.

On présente souvent ce contrat sous sa forme la plus extérieure, à savoir sous son aspect économique. Mais il a une portée bien plus considérable, car il définit en fait, tout le mode de vie qui va s'établir, le détail des rapports entre les deux partenaires. Disons-le tout net : ce contrat institue une domination de l'un sur l'autre, une domination réciproque. C'est un acte de pouvoir, qui a une véritable dimension politique. Comme toute défense contre l'angoisse, il se fonde sur la contrainte et oppression. L'homme, élément fort du système, demande à la femme, de se mettre à son service non pas certes pour être son esclave mais pour assurer une espèce de permanence, de présence continue, de "garde", que lui-même, qui va vers l'extérieur, ne peut pas assurer. Il sait très bien qu'il ne peut obliger la femme à se centrer psychologiquement sur lui et il connaît trop le goût de la femme pour la rêverie, l'imaginaire ; la communication avec autrui qu'il appelle "bavardage", pour lui demander de renoncer à cela. Il accepte cela, mais en même temps il fait une sorte de chantage qui consiste à poser comme condition, pour lui apporter le soutien dont elle a besoin, d'assurer la permanence dont je parle. La femme se sent sécurisée par ce pacte qui lui permet d'avoir une aide considérable à condition qu'elle soit là présente quotidiennement, qu'elle travaille ou non professionnellement.

Un autre système de possession de l'homme vers la femme intervient souvent mais avec moins de fréquence et concerne cette fois la sexualité, L'homme veut avoir une femme pour lui sexuellement, même s'il ne s'oblige pas lui-même à une fidélité absolue. Il veut que la femme soit là quand il en a besoin : là non plus, il ne se préoccupe pas trop de savoir ce qu'elle a dans la tête, et il accepte même assez bien qu'elle se montre

séduisante et attirante pour tout le monde, y compris pour les autres hommes. La seule chose qu'il lui demande, c'est d'être là. La présence psychologique de la femme dans l'acte sexuel, qui se traduit en plaisir, orgasme, satisfaction commence seulement à préoccuper les hommes depuis quelques décades. Jusque-là, cela leur restait étranger. Ils voulaient un "objet sexuel" à la maison, et cela faisait partie du contrat. La femme devait accepter cela si elle voulait être tranquille pour se livrer à son goût pour l'imaginaire, l'échange et la réflexion.

Dans l'autre sens, c'est à dire dans le sens Femme-Homme, on observe un autre contrat, exactement inverse mais qui découle en grande partie du contrat précédent. La femme sédentarisée est rendue impuissante par les exigences de stabilité qui lui sont imposées, et elle doit en conséquence s'en remettre à l'homme pour assurer sa subsistance ou au moins pour lui assurer un soutien indispensable. Etant donné que sa sécurité est engagée là-dedans, elle utilise à son tour le chantage et demande à l'homme de lui apporter ce soutien s'il veut qu'elle assure la "permanence évoquée plus haut. Elle sait très bien que l'homme ne peut pas être contraint à rester là et à avoir ses activités sur place et c'est pourquoi elle ne le lui demande pas. Par contre, elle lui demande une présence psychologique, une centration sur elle et sur ses besoins, une attention profonde. Le "pense à moi" de la femme répond au "reste à la maison" de l'homme. Ce que la femme redoute le plus, ce n'est pas que l'homme s'en aille et ait des activités ailleurs, mais c'est qu'il s'attache à d'autres et en particulier qu'il aime d'autres femmes. Autant elle accepte ses "passades sexuelles" si elles consistent en relations épisodiques plus ou moins satisfaisantes, autant elle redoute l'investissement de son partenaire sur des étrangères qui risque de lui faire perdre son seul soutien dans l'existence.

De ces différents contrats résultent des formes complexes d'abandon et d'étouffement, qui jouent un rôle capital dans la vie du couple. L'homme risque de se sentir abandonné si la femme n'accepte pas de le rassurer par sa présence et de jouer son rôle d'objet sexuel. Inversement, il risque de se sentir étouffé par une femme qui l'empêche d'avoir des investissements ailleurs et en particulier avec d'autres femmes. En revanche la femme risque de se sentir abandonné si l'homme ne pense plus à elle comme à un objet privilégié, mais elle peut aussi se sentir étouffée par un homme qui l'enchaîne au foyer et qui l'empêche de sortir comme elle le voudrait.

Apogée et dégradation du couple

Le contrat d'exclusivité que je viens de décrire intervient -très vite dans la vie d'un couple et vient s'ajouter au rapport amoureux proprement dit. Il en résulte un sentiment de sécurité intense qui caractérise les débuts de la vie commune, qu'il faut distinguer des débuts de la relation amoureuse. La relation amoureuse remonte à l'origine, à l'époque où les membres du couple se sont rencontrés. Cette rencontre a été suivie d'une période plus ou moins longue de fréquentation, au cours de laquelle l'homme et la femme ont appris à se connaître et à trouver du plaisir ensemble. Puis, ils se sont mis à faire des projets pour l'avenir, à vouloir fonder un foyer, et c'est alors qu'ils ont voulu assurer leur sécurité, en faisant à l'autre des demandes qui étaient en réalité des exigences.

Des recherches récentes qui ont été faites sur l'évolution des couples ont montré que le moment le plus fort dans cette évolution se situe autour des débuts de la vie commune, souvent juste avant et un peu après : le moment du mariage pour beaucoup de couples. C'est généralement à ce moment-là qu'une femme, habituellement anorgasmique, connaît les

seuls orgasmes de sa vie, qu'un homme essaie d'échanger avec sa femme à un niveau personne. Ils se sentent en effet sécurisés par ce contrat d'exclusivité qui calme leur angoisse respective, et d'autre part les sentiments amoureux n'ont pas encore disparu comme cela se passera souvent après.

Moment crucial, moment de grâce, qui risque hélas d'être de faible durée, de disparaître, pour faire place à une dégradation qui va introduire en force le monde extérieur dans le couple !

Une telle dégradation ne fait aucun doute. On la constate dans la plupart des cas. À quoi faut-il l'attribuer ? Sa cause essentielle réside dans l'influence du contrat de pouvoir sur la relation amoureuse, influence complexe qu'il faut maintenant analyser.

Au début de la vie commune, à l'époque où le contrat de pouvoir s'élabore et se constitue, les deux partenaires voient surtout l'avantage pour eux d'un tel contrat. La femme, qui autour de 22-23 ans est satisfaite à la pensée qu'un homme pense à elle et l'assistera pendant toute sa vie, prêt à avoir des enfants avec elle, prêt à lui faire confiance entièrement. L'homme, qui a autour de 26 ans, pense qu'il ne sera jamais privé de la présence de cette femme qu'il aime et qu'il désire. Que peut-il y avoir de mieux ? Ce faisant, ils ne voient pas, l'un et l'autre le sacrifice immense qu'ils font en signant un tel contrat et les inconvénients qu'ils devront tôt ou tard subir. L'homme ne voit pas les limitations considérables à sa liberté, la femme, à quel point elle va être emprisonnée, Cela, ils le découvriront plus tard, petit à petit. Cette découverte progressive aura une influence désastreuse sur la relation amoureuse et aboutira très souvent à la supprimer, créant un état de non-désir, d'indifférence, parfois d'hostilité, qu'on constate dans un grand nombre de cas. Il se produira aussi une désérotisation au niveau sexuel, qui empêchera les relations ou les obligera à s'espacer considérablement. Les deux partenaires se

trouveront pris l'un et l'autre dans un processus inévitable, du fait des possibilités que l'autre a été obligé de leur laisser. L'homme, je l'ai dit, ne peut empêcher la femme de penser et d'imaginer. C'est un thème littéraire fréquent que celui de l'univers romanesque de la femme qui va d'Eugénie Grandet à Thérèse Desqueyroux, en passant par Madame Bovary. Embarquée dans un tel monde, exacerbée souvent par la solitude et l'ennui, la femme ne peut pas s'arrêter en si bon chemin et se trouve tentée de sortir effectivement du milieu familial pour aller faire des choses passionnantes ailleurs. Ce mouvement, elle ne veut pas l'accomplir seule ; elle a trop peur que l'homme n'en profite pour s'éloigner ou pour la quitter, et elle a aussi envie de faire des choses avec lui. Elle lui propose donc de sortir avec elle ou de vivre avec elle des échanges nombreux et passionnants et elle se heurte souvent à un refus.

L'homme préfère le repos du foyer qui n'est rien d'autre bien souvent que "*Le repos du guerrier*". La femme se sent enfermée dans son foyer, malgré les satisfactions qu'elle y trouve. À ce sentiment d'étouffement de la femme répond le sentiment d'abandon de l'homme. Celui-ci sent que sa compagne ne peut plus supporter son enfermement, et il vit son désir de sortir comme une menace permanente pour lui. Il a peur de se retrouver seul, désarmé et impuissant, livré à son incompetence et à sa maladresse dans le domaine ménager et familial, Même si cela se réalise rarement, cela n'en est pas moins un fantasme qui hante un grand nombre d'hommes.

Parallèlement, cet homme qui n'arrête pas professionnellement et socialement d'aller ailleurs, de fréquenter d'autres gens, d'être occupé à des tâches étrangères aux tâches familiales, se trouve vite tenté d'aller plus loin et d'enlever à la femme même l'attention et l'intérêt qu'il lui témoignait initialement. Malgré l'engagement implicite qu'il a pris de centrer ses pensées sur Sa compagne et sur son foyer, il ne peut résister

aux tentations qui se présentent et en particulier aux autres femmes, toujours présentes sous forme de secrétaires, de collègues ou autres. Nombreux sont les hommes qui rêvent d'autres femmes, même s'ils ne font rien effectivement et restent en apparence d'une fidélité absolue.

La femme naturellement réagit, souvent agressivement, quand elle sent que l'homme dépasse les limites de simples aventures passagères ou de contacts sans importance. Elle rentre dans un état d'angoisse profond et d'insécurité qui l'amène à exercer sur l'homme un contrôle et une tyrannie que celui-ci ne supporte pas. Il se trouve étouffé par la surveillance et la méfiance de cette femme qui est devenue comme une ennemie pour lui et qu'il ne peut plus désirer. Il n'aspire plus qu'à se libérer d'une tutelle qu'il juge insupportable.

La peur de l'abandon et de l'étouffement, réalités symétriques et réciproques, s'installe dans le couple et va le miner de l'intérieur.

Le risque du divorce

C'est une loi psychologique bien connue que la peur et le plaisir ne peuvent coexister et s'excluent réciproquement. La peur de l'abandon ou de l'étouffement neutralise les sentiments amoureux qui existaient initialement et les amène à disparaître. L'homme, menacé par sa compagne dans son aspiration vers d'autres femmes et d'autres plaisirs, voit diminuer son attirance vers celle-ci. Souvent, il ne peut plus la désirer. La femme, menacée par l'homme dans son aspiration vers l'aventure intérieure ou extérieure et vers la communication, perd l'attrait affectif qu'elle avait pour lui et se trouve amenée à rêver d'autres hommes qui la comprendraient et pourraient réaliser ses rêves. L'un aspire à des maîtresses et à des délices de sensualité, l'autre aspire à trouver l'âme

sœur" et le partenaire idéal. L'extérieur fait irruption dans le monde du couple.

Le mouvement, d'après des recherches récentes, commence souvent peu après le début de la vie commune — le mariage — parfois quelques mois seulement après, dans les meilleurs cas avec un décalage d'un ou deux ans. Cela se traduit par l'installation d'un état d'ennui à l'intérieur du couple, ponctué de "scènes de ménage", de querelles, d'agressivité.

L'évolution dans le sens d'une séparation possible qui est très fréquente, est retardée par l'arrivée des enfants, qui se produit justement au moment de cette période de dégradation et qui a des effets ambigus. D'un côté, les enfants resserrent les liens entre les conjoints, du fait qu'ils créent des préoccupations, satisfactions et aspirations communes, incontestablement positives, Mais d'un autre côté, ils diminuent la disponibilité des conjoints et la flexibilité du couple. Ils sont sources d'innombrables contraintes, qui peuvent fort bien être utilisées dans un but de chantage et de pression et qui ne font qu'accroître le sentiment d'étouffement" et corrélativement le sentiment d'abandon. Les enfants sont la meilleure et la pire des choses.

C'est à ce moment de crise où le monde extérieur s'introduit en force dans le couple, qu'interviennent aussi les liaisons avec d'autres partenaires, passagères où durables.

Cette intervention, d'après le Rapport Simon, est beaucoup plus fréquente pour les hommes que pour les femmes. Environ 30% des hommes de tous âges disent avoir eu des rapports extra-conjugaux fréquents ou non, contre seulement 10% des femmes. Il faut noter que seulement 5% des hommes disent en avoir eu souvent ou très souvent, et 3% des femmes. Cela revient à dire que l'infidélité conjugale n'est pas aussi courante qu'on pourrait le penser. Cela s'explique en partie par

l'intolérance réciproque, que j'ai évoquée précédemment. D'après Simon, 52% des hommes et 49% des femmes pensent qu'un homme marié doit considérer une infidélité occasionnelle de la femme comme impardonnable"; de même, 50% des hommes et 45% des femmes pensent qu'une femme mariée doit considérer une infidélité occasionnelle de son mari comme impardonnable". À cela, il faut ajouter que l'infidélité conjugale ne réside pas uniquement dans le 'passage à l'acte" sexuel, On peut rêver d'autres partenaires sans véritablement rien faire qui rompe le contrat.

D'après Simon toujours, une nouvelle tendance semble se dessiner dans la génération de 20-29 ans (dans les années 70), dans le sens d'une infidélité accrue chez les jeunes femmes de cet âge. Elles sont presque aussi nombreuses que les hommes à déclarer avoir eu des rapports extra-conjugaux : 13% contre 19%. Par contre les femmes de 50 ans et plus ne sont que 8% à avoir eu une telle expérience contre 34% des hommes du même âge. Manifestement, les femmes ne veulent plus se sentir à la traîne sur le plan sexuel et elles n'hésitent plus à aller ailleurs si elles ne sont pas satisfaites.

Les rapports extra-conjugaux sont souvent vécus sur un mode de difficulté et d'angoisse. Beaucoup d'hommes viennent consulter parce qu'ils se sont trouvés impuissants dans cette situation. Ils en ressentent une forte culpabilité qui leur enlève leurs moyens. Ils l'avouent difficilement à leur femme. Leurs aventures extérieures aboutissent d'ailleurs souvent à un échec, du fait qu'ils ne sont pas vraiment disponibles, et ne peuvent s'engager suffisamment avec une autre femme. Cet état, de fait favorise la prostitution qui permet le rapport passager sans aucun engagement.

Les femmes de leur côté, nouvellement engagées dans cette voie, éprouvent encore plus de difficultés à s'affranchir de normes qu'elles ont

fortement intériorisées. Elles vivent plus mal encore que les hommes leurs infidélités.

Malgré cela, le monde extérieur conserve son attrait, du fait qu'il est connoté en termes de libération et d'ouverture. C'est le lieu où l'on peut respirer, par opposition au foyer conjugal où l'on est fortement contraint, Le divorce se profile à l'horizon et commence à devenir plus fréquent dans les faits. Il atteint son maximum d'intensité autour de la trentaine. C'est en effet après 7 ans de mariage, en moyenne, que l'on divorce le plus, c'est à dire quand les deux conjoints ont autour de la trentaine. D'après les chiffres donnés par A. Girard (1) le pourcentage de divorces (pour 100 mariages) suivant la durée du mariage était le suivant en 1970 (la tendance est la même dans les autres années).

Durée du mariage	-2 ans	2-4 ans	5-9 ans	10-14 ans	15-19 ans	+20 ans	Moyenne
% de divorces	6%	20%	26%	17%	13%	18%	11,8 %

Autrement dit, un ménage sur quatre a connu le divorce en 1970 parmi ceux qui avaient en moyenne 7 ans de vie commune.

Cela est beaucoup, et plus révélateur que la moyenne générale de divortialité 2 autour de 12 %. Les ménages qui sont le plus affectés par le divorce sont ceux des gens qui se sont mariés jeunes, à moins de 21 ans. Le tableau suivant, établi en 1960, donne le pourcentage de divorces en fonction de l'âge au mariage et de la durée du mariage.

(1) GIRARD (A.) *Le mariage dans la société française*, P.U.F., 1975 – Ch.

Âge au mariage	Durée du mariage de l'homme	
	5 ans	9 ans
- de 21 ans	9,2 %	21,0%
21 - 24 ans	3,6 %	8,7 %
25 - 29 ans	2,7 %	5,7 %
Âge/ au mariage de la femme		
- de 20 ans	6,6 %	15,9%
- de 21 ans	5,8 %	12,9%
21 - 24 ans	3,5 %	7,2%
25 - 29 ans	2,3 %	4,8%

Cela confirme l'idée d'une crise retardée qui commencerait quelques années seulement après le mariage et qui éclaterait en moyenne après 7 ans de mariage. À 36 ans se situe la moyenne d'âge au divorce, considérablement retardée à cause de l'étalement des âges. Ce chiffre est important, car il se situe peu avant la quarantaine où un renouvellement semble s'opérer, qui correspond à ce qu'on appelait autrefois "le démon de midi". L'homme et la femme commencent à respirer, du fait que les enfants ont atteint un âge suffisant pour qu'on ne s'occupe pas d'eux en permanence. Ou bien ils ont divorcé, dans un cas sur dix environ et ils sont amenés à refaire leur vie, ce qui signifie aussi de nouveaux types de rapport et peut-être une nouvelle éthique, ou bien, ils sont restés ensemble et peuvent reconsidérer leurs rapports, s'ils ont surmonté la crise. Bien des couples certes ne l'ont pas surmontée et sont amenés à vivre une vie commune monotone fondée sur l'éloignement et l'indifférence.

Les divers types d'ouverture du couple.

Le tableau que je viens d'esquisser de l'évolution de la vie du couple marque Seulement une tendance majoritaire, extrêmement marquée, mais à l'intérieur de laquelle il existe des extrêmes, dans un sens ou dans l'autre, et à l'extérieur de laquelle il existe des exceptions. Une typologie plus ou moins fouillée englobant l'ensemble des cas rencontrés, telle que celle qu'a esquissée Simon dans son rapport (voir III ème partie, ch. IV}, permettrait de situer plus précisément les différentes formules.

Ce qui m'intéresse ici étant l'ouverture du couple, je vais me contenter d'indiquer les principaux modes d'ouverture que l'on rencontre dans la pratique, On peut distinguer trois types :

1. Le premier type correspond en gros à la pratique habitue le chez nos grands-pères, les gens de 1900, qui consistait à aller ailleurs contre l'avis ou malgré l'avis du ou de la partenaire. C'est l'infidélité conjugale, celle qui est décrite dans les Vaudeville, qui aboutit au cocufiage de l'homme ou de la femme et qui les rend ridicules. Les aventures vécues à l'extérieur apportent une libération à quelqu'un qui étouffe dans le couple, précisément parce que l'autre reste attaché au contrat d'exclusivité et ne montre aucune tolérance à cet égard. Nous aboutissons à une espèce de forcing, à base de camouflage, de tromperie, de ruse et plus profondément de mépris. On peut vraiment parler dans ce cas de "tromper" le partenaire. Cette attitude se rencontre surtout chez les gens jeunes, au moment de la crise du couple, et se maintient rarement telle quelle.
2. Le Second type est intermédiaire entre les deux types extrêmes, L'homme et/ou la femme, acceptent que l'autre prenne une certaine liberté et ait certaines aventures à l'extérieur, mais en posant de nombreuses conditions. Une de ces conditions, c'est que le lien conjugal ne soit pas

mis en question, ce qui ne peut être qu'un vœu pieux car on ne peut jamais être sûr dans la pratique que le mouvement de sortie de l'autre ne l'amènera pas à investir ailleurs plus qu'on ne le souhaite et jusqu'à rompre le lien conjugal. Cela signifie surtout que l'autre ne doit pas dépasser certaines limites. Par exemple, il ne doit pas découcher, il doit passer l'essentiel de son temps libre avec son (ou sa) partenaire, etc. Une autre condition, c'est qu'on ne doit pas évoquer dans le couple les aventures de chacun (ou de l'un des deux). C'est un sujet tabou, une affaire privée. L'autre préfère ignorer ce qui se passe. S'il veut absolument savoir, il n'est pas sûr qu'il soit accepté dans sa demande. Il est rare que les deux soient d'accord pour en parler, Cela crée trop d'insécurité. Concrètement, cette formule aboutit au fait que chacun (ou l'un des deux) va de son côté sans se préoccuper de l'autre et reste le plus discret possible. C'est un peu l'infidélité honteuse même si elle est acceptée et reconnue. Elle est lourde de frustration et d'échecs, dans la mesure où l'investissement à l'extérieur étant trop faible ne permet pas d'accomplir une vraie démarche amoureuse satisfaisante pour tous. Le tiers — celui qui est à l'extérieur — se lasse, étant insatisfait et ne se sentant pas vraiment reconnu et risqué, en partant, de causer des dégâts importants.

3. Une troisième formule, que l'on rencontre surtout chez les gons évolués (niveau social élevé, grandes villes, pratique religieuse absente) et chez les plus âgés, représente un essai pour ne pas vivre les amours extérieurs dans la séparation et la rupture mais au contraire dans le partage. Concrètement, cela se traduit dans l'échangisme, le triolisme, et les formules du même genre, qui impliquent un fonctionnement sexuel collectif dans lequel les désirs circulent et ne se centrent pas sur un seul partenaire. À vrai dire, de telles formules ne sont valables que si elles correspondent à certaines attitudes psychologiques, sur lesquelles je reviendrai plus loin. Elles impliquent en effet une diminution de la jalousie,

une certaine bisexualité, une aptitude à se centrer sur plusieurs partenaires à la fois, une sensualité assez riche, etc... Si cela n'est pas réalisé, elles peuvent aboutir à des caricatures. Par exemple l'échangisme peut n'être qu'un moyen pour surveiller le partenaire et être sûr qu'il ne s'éloigne pas trop du lieu où l'on se trouve ; le triolisme peut être une formule qu'on impose à l'autre pour concilier des attachements multiples, mais que l'autre n'accepte pas vraiment.

Dans la même ligne, il faut situer les tentatives de vie communautaire dans lesquelles des formules d'amour de groupe ou d'échanges systématiques sont proposées. Les plus extrêmes dans ce sens sont les ex. AAO, aujourd'hui reconvertis, qui ont renoncé à la communauté des biens et à bien d'autres choses, et qui se définissent surtout par la pratique de la S.D. (Selbst-darstellung), c'est à dire par un certain mode de thérapie. Ils ont tout de même gardé la pratique de l'amour tournant, pratiquement obligatoire et une grande rigidité dans les structures communautaires. Cela aboutit à mon avis, plus à la suppression de la sexualité qu'à son exaltation. Celle-ci réduite à un fonctionnement génital qui doit se faire bien et rapidement, exclut en même temps l'homosexualité ou d'autres formes de déviance. On revient au moralisme par méfiance vis à vis du désir, censé aller dans le sens de l'exclusivisme et de la possessivité, et empêcher la vie communautaire.

Le problème est en effet non pas de neutraliser les sources de la vie pulsionnelle, qui engendrent l'attachement, le désir, le plaisir et éventuellement la possessivité, l'exclusivisme, la jalousie, mais au contraire de les développer au maximum, de manière / re qu'ils n'aboutissent pas à la séparation et au cloisonnement mais au contraire au partage. C'est le problème que je vais poser maintenant.

Les origines de la fermeture

L'obstacle à l'ouverture du couple, c'est ce contrat d'exclusivité que j'ai décrit comme le ciment du couple, le fondement sur lequel il est en général construit, et qui consiste dans une contrainte qu'on impose à l'autre par le chantage pour l'obliger à rester dans le groupe conjugal. Ce contrat, je le répète, est plus important que le mariage en tant qu'institution et peut fort bien exister même dans des couples fondés sur "l'union libre".

Qu'est-ce qui est à l'origine de ce contrat lui-même ? Qu'est-ce qui le motive ? Essentiellement la jalousie, la possessivité, qui découlent de l'angoisse d'abandon. Peut-on aller plus loin dans l'analyse ? À mon avis oui, si l'on considère que la peur de l'abandon résulte à son tour d'une faiblesse pulsionnelle caractérisée, qui se traduit dans l'impossibilité d'investir facilement sur d'autres partenaires à la fois d'une manière habituelle et en situation de crise, par exemple quand on se trouve abandonné. La possessivité prend diverses formes, dans lesquelles on retrouve toujours cette faiblesse pulsionnelle :

Dans une première forme, la possessivité consiste à craindre les moments où l'on va se retrouver seul, sans le partenaire, ce qui peut évidemment se reproduire quotidiennement. L'absence de celui-ci crée une espèce de vide extrêmement douloureux, de frustration profonde qui peut prendre des formes pathologiques. Il est clair que, dans ce cas, il ne faut pas accuser l'attachement, qui est normal, mais l'attachement unique. Ce qui fait souffrir, c'est le fait qu'on est incapable de remplir le vide, c'est à dire d'avoir d'autres objets d'attachement. Le problème serait d'ailleurs mal posé s'il s'agissait seulement de "remplir un vide", c'est qu'il n'y ait pas de vide, du seul fait que la vie affective est assez remplie pour que celui-ci n'existe pas. La forme précédente est évidemment la pire forme, car elle affecte la vie courante et risque de se produire incessamment.

Une autre forme, plus édulcorée et probablement plus répandue est la peur de perdre un jour le partenaire, même si celui-ci ne crée actuellement aucune menace et ne manifeste aucune intention de s'en aller. C'est la jalousie d'Othello, celle qui fait suspecter - le partenaire qui peut être aussi fidèle que Desdémone et qui provoque pourtant la méfiance. Si cette idée est assez présente, peut provoquer une souffrance latente et difficilement supportable – À l'origine, très évidemment, il y a l'impuissance où l'on se trouve et que l'on sent en soi, de pouvoir trouver d'autres partenaires pour remplacer celui (ou celle) qu'on risque de perdre. On le considère comme unique, irremplaçable, ce qui est évidemment faux. Là non plus, il ne faut pas penser les choses en termes de substitution et de remplacement. Tout le mal vient du fait qu'il n'y a ' pas actuellement d'autre partenaire susceptible de devenir un jour objet d'investissement et aussi important que celui (celle)qu'on risque de perdre. Enfin, une dernière forme, beaucoup moins pathologique, consiste à souffrir excessivement et jusqu'à l'angoisse, du départ d'un partenaire auquel on était fortement attaché. Si la souffrance est normale dans ce cas, l'angoisse ne l'est par contre pas. Elle aboutit en effet à survaloriser l'être qui s'en va, à le désirer cent fois plus que quand il était présent, et à tomber dans un Véritable délire passionnel. L'absence, dit-on, avive le désir. Cela est vrai ici, non pas parce que l'objet du désir change mais parce que l'angoisse le rend sans cesse présent. À la limite, il est plus présent maintenant qu'il l'était autrefois. Donc il est plus désiré. Là encore, tout le mal vient du caractère irremplaçable du partenaire qui n'est évidemment qu'un mythe et qui n'a de sens que subjectif. La personne qui souffre à ce point et qui tombe dans cet état passionnel n'a pas en elle-même les ressources - pour se trouver d'autres investissements. Cette incapacité qu'on valorise généralement, est en réalité une très grande faiblesse. "Une de perdue, dix de retrouvées" dit le proverbe, qui va loin sous son apparence de

désinvolture. Il dénote seulement un possible qui devrait toujours l'être pour chacun de nous. Plus profondément, il y a évidemment l'éducation et les influences subies dans l'enfance et l'adolescence. Tout est fait dans notre monde pour empêcher l'être jeune d'avoir d'autres attachements que ses parents, à la fois objectivement et subjectivement. Objectivement, parce que la famille nucléaire fermée est la règle qui ne permet pas au jeune d'aller habituellement vers d'autres adultes ou vers d'autres jeunes, comme dans une société plus communautaire. Subjectivement, parce que les interdits sexuels et l'absence de modèles valables dans ce domaine empêchent le jeune de faire des expériences qui susciteraient en lui des pulsions et des désirs. Les quelques pulsions et désirs qu'il a, le rendent extrêmement vulnérable, car ils l'orientent d'une part vers ses parents, considérés comme irremplaçables, et d'autre part vers quelques rares partenaires difficilement rencontrés qui ne constituent pas un milieu véritable mais des individus isolés. Le jeune fait donc précocement l'expérience du manque et cette expérience à n'étant pas compensée engendre en lui l'angoisse. C'est cette angoisse qu'il retrouvera dans son âge adulte, et qui sera seulement réactivée. De telles tendances font boule de neige. Non seulement elles sont dangereuses en elles-mêmes, mais elles limitent le champ des possibles et la qualité des attachements qui risquent de se produire. Le jeune, en effet, confronté à sa faiblesse libidinale, en arrive vite à avoir peur du désir de l'autre, car il sait fort bien que ce désir, s'il provoque le sien, est lourd de menaces. Au lieu d'y voir une promesse de bonheur, il y voit une source de souffrances, à travers les infidélités et les ruptures possibles. Il a donc tendance à limiter ses désirs, et à se précipiter sur la première occasion qui se présente, et même si elle n'offre pas toutes les garanties d'accord et de bonheur. Ainsi s'expliquent d'une part la précocité de plus en plus grande du mariage dans le monde moderne et d'autre part le fait déjà signalé que ce sont les

gens qui se sont mariés le plus jeune qui divorcent le plus. Si on cumule le risque de tomber sur un partenaire qui ne vous convient pas et la tendance à l'exclusivité, on obtient un tableau assez sombre, qui ne recouvre heureusement pas la totalité des cas.

La dialectique de l'abandon et de l'étouffement

Le sentiment d'étouffement est corrélatif du sentiment d'abandon. Celui qui craint l'abandon tyrannise le partenaire, qui se sent dévoré, possédé, étouffé et qui n'aspire qu'à se libérer. L'étouffement ne se définit pourtant pas uniquement par la domination exercée par le jaloux. Il se définit encore plus par les réactions de celui qui se trouve empêché, à la fois dans le sens d'une inhibition venant de lui et d'une réaction trop violente à l'égard de celui-ci. L'empêchement en effet n'est pas un absolu. C'est un obstacle mais un obstacle surmontable. Les sanctions qui en résultent sont certes terribles, colère, ressentiment, violence, elles ne doivent cependant pas arrêter quelqu'un qui est vraiment décidé. Si la frustration s'installe chez celui qui est étouffé, c'est en grande partie parce qu'il ne se sent pas assez motivé pour aller à l'encontre de la volonté du tyran, parce qu'il n'est pas assez attiré par les objets auxquels il aspire. Par exemple, l'homme qui se plaint d'être emprisonné par une femme jalouse accepte finalement la jalousie de cette femme, Il pourrait ne pas en tenir compte, passer outre, faire quand même ce dont il a envie. S'il ne le fait pas, il ne doit s'en prendre qu'à lui-même. C'est qu'il est lui aussi atteint d'une grande faiblesse pulsionnelle. C'est que ses désirs ne sont pas assez forts. C'est qu'il accepte quelque part cette domination. Sa frustration répond à la frustration de celui qui le tyrannise. Le tyran à peur de la frustration résultant de l'abandon, donc il tyrannise, donc la victime de cette tyrannie se trouve elle aussi frustrée. La frustration de l'un

entraîne la frustration de l'autre, parce que la faiblesse pulsionnelle est la même des deux côtés. Un autre effet de l'étouffement est l'éloignement qu'il crée par rapport à la personne qui exerce cette tyrannie. Comme je l'ai déjà dit, la peur est incompatible avec le désir. Le désir s'évanouit face à quelqu'un de jaloux, qui obtient de ce fait le résultat inverse à celui qu'il cherche, c'est à dire son rejet. Une contre-violence apparaît en réponse à la violence qu'il exerce, qui consiste cette fois-ci en froideur, indifférence, rejet délibéré de la part de l'être aimé. Celui-ci se crée pour ainsi dire un espace de survie, qui respecte en même temps le contrat car il ne va pas jusqu'à la rupture, mais qui le protège contre les dangers de l'amour et de la fusion. Celui qui se sent emprisonné connaît une situation aussi peu enviable que celui qui emprisonne. D'un côté, il se sent impuissant à rompre ce lien qui lui apporte bien des avantages et il n'est pas assez motivé pour courir le risque de les perdre. Il doit donc accepter un mode de vie et une situation qui lui déplaisent et dont il souffre. Le monde extérieur après lequel il soupire en même temps lui fait peur, du fait de ses insuffisances pulsionnelles. De l'autre, il ne ressent plus pour celui (ou celle) qu'autrefois il aimait les mêmes sentiments, du fait de la peur que crée chez lui l'emprisonnement. La vie des couples est littéralement polluée par cette dialectique de l'abandon-étouffement qu'on peut encore traduire en jalousie-emprisonnement et par bien d'autres formules. Cette dialectique se retrouve à tous les niveaux. Au niveau de la rencontre et de la pré-conjugalité, chez les gens jeunes qui commencent leur expérience amoureuse, l'étouffement vient de l'homme qui a des demandes plus fortes que la femme et qui fait peur à celle-ci. Dans les liaisons qu'il entretient, il trouve des femmes plus détachées que lui, plus lointaines, du fait de leur peur du désir de l'homme, et qui se sentent bousculées et trop sollicitées, même si elles acceptent l'attention qu'on leur porte. L'homme ressent fort la menace de l'abandon, et comme Othello — personnage

typiquement masculin — il tombe dans la méfiance et la jalousie. Ceci ne contribue pas à rassurer la femme qui a déjà tendance à se détourner du monde libidinal, et qui s'en détourne encore plus du fait de la peur que ses partenaires lui inspirent. Les choses se retournent littéralement après le mariage et dans la conjugalité, où c'est la femme cette fois-ci qui se met à étouffer l'homme du fait de sa demande de protection et de sa peur de voir l'homme la laisser tomber, sans soutien et sans moyen de subsistance. La jalousie de la femme dans ce cas est davantage existentielle que sexuelle, C'est l'effet d'une insécurité profonde face à la vie économique et sociale, dont l'homme est en grande partie responsable du fait de la sujétion dans laquelle il maintient la femme. La dialectique abandon-étouffement qui en résulte explique en grande partie l'échec des couples entre 20 et 40 ans et le phénomène de divorce. Enfin, les choses se retournent 'encore bien souvent après 40 ans, en tous cas, chez les hommes qui recommencent leur vie, qui vont vers des filles nettement plus jeunes qui leur plaisent et envers lesquelles ils risquent d'avoir des demandes trop fortes. Ces demandes qui font peur poussent les femmes vers d'autres, moins pressants et plus dégagés, et elles se trouvent entravées, dans ce mouvement par ces hommes séduisants mais tellement possessifs. L'étouffement en résulte avec toutes ses conséquences.

Être ouvert sur le monde

Toutes les analyses qui précèdent prouvent que l'ouverture du couple est un problème secondaire par rapport au problème de l'ouverture des personnes qui forment le couple. Quelle est en effet l'origine du "contrat d'exclusivité", de la possessivité, de la jalousie, qui détruisent les couples et les sentiments amoureux, sinon la pauvreté des désirs, la fermeture sur

soi-même, la sècheresse du cœur, l'indifférence libidinale ? Comme j'ai essayé de le montrer, la peur, qui engendre des systèmes de défense et des attitudes de domination, a elle-même pour origine l'insuffisance des pulsions. L'expérience d'abandon qui est fondamentale, n'aurait pas ces conséquences désastreuses s'il existait des recours contre l'abandon et en particulier la capacité du sujet à trouver d'autres investissements.

Des individus qui ont des pulsions suffisamment développées sont aussi ouverts sur autrui, largement ouverts, Leur vie amoureuse est riche, polyvalente, multiple. Essayons de voir ce qui se passerait si un tel type d'individus était plus répandu ! Irions-nous vers une désagrégation générale, comme on le prétend souvent, ou au contraire vers une normalisation ? Tout d'abord, cela permettrait de résoudre ce problème central de toute vie amoureuse, à savoir le choix du partenaire. Un tel choix est déterminant, car si on ne trouve pas de partenaire satisfaisant, tant au point de vue sexuel que relationnel qu'intellectuel, il est impossible d'entretenir longtemps un véritable lien, fondé sur l'amour et la satisfaction. On se trouve rapidement déçu, frustré, mécontent, et on risque de souffrir même si on ne va pas jusqu'à la rupture. À mon avis, le seul principe valable de stabilité dans la vie de couple réside dans la force du lien amoureux et non dans les contrats divers qu'on peut passer qui aboutissent à créer des contraintes insupportables, même si elles sécurisent dans un premier temps. Un lien amoureux fort ne rend certes pas sensible au reste des hommes et des femmes, mais supprime la tentation de refaire sa vie, de la remettre en question, de faire un autre choix. Ce n'est certes pas un principe mécanique d'union et de cohésion mais un principe vivant, ce qui vaut cent fois mieux. La deuxième conséquence qui résulterait de cela serait, à l'inverse, que l'ouverture serait possible dans le couple du fait qu'elle ne menacerait pas des dispositifs de sécurité solidement établis. Mais serait-elle souhaitée ? Les

partenaires auraient-ils envie d'aller ailleurs alors qu'ils seraient épanouis avec ceux qu'ils auraient choisis ? Evidemment oui. Il est clair qu'aucun être humain au monde ne peut nous satisfaire complètement, surtout si nous avons des pulsions riches et diversifiées. Tout être humain est limité et on trouve vite ses limites. La possibilité d'aller ailleurs permet l'équilibre de l'individu, qui rejailit à son tour sur le couple et qui le rend plus stable et plus solide. Cela ne veut pas dire qu'il n'y ait pas des risques de remise en question. Mais ceux-ci n'apparaissent pas comme dramatiques puisque de toute façon le changement est possible à cause de la capacité de réinvestissement. Il peut se faire en effet qu'on fasse d'autres choix, mais d'une part cela est moins probable que dans le contexte actuel à cause d'une meilleure capacité à trouver ce qu'on cherche, et d'autre part, cela n'a pas les conséquences mortelles qu'on constate actuellement ;

Un tel type de couple, à la fois fortement uni et aussi ouvert que possible, est-il possible actuellement, je veux dire : peut-on espérer actuellement, en se mettant en couple, réaliser cet idéal ? À mon avis non. Je pense que le couple actuellement est compromis, du fait des limites énormes de tout le monde y compris de ceux qui se croient les plus libérés.

Ces limites suscitent presque automatiquement des sentiments d'abandon, de possessivité, de jalousie, de domination, qu'il est presque impossible d'éviter.

La solution est peut-être de ne pas vivre en couple. La solution est peut-être de trouver une formule assez proche du couple mais qui ne le réalise pas tout à fait, par exemple, d'avoir une ou plusieurs relations fortes en ayant son lieu à soi et sa vie à soi. Des formules transitoires sont à trouver, que beaucoup actuellement cherchent, par exemple, à travers les communautés. Espérons qu'ils trouveront et qu'on pourra, à partir de ça, repenser le couple et peut-être le retrouver sur de nouvelles bases et avec un nouvel esprit.