

HUMANISER ET EROTISER LA VIOLENCE DU COUPLE

L'expérience infantile fonde nos capacités relationnelles et sexuelles d'adulte. On retrouve dans l'expérience du bébé à la fois des bases communes à tout être humain et les facteurs de variation qui expliquent la grande diversité des comportements. La confrontation à la différence de l'autre, l'étranger, est source de violence. Tout se joue dans le tumulte de l'attraction violente vers la mère et la fureur de vivre qui tire l'enfant vers la séparation bruyante.

Sur la scène du couple, on retrouve des partenaires qui se désirent, se déchirent, se fuient, se supplient. Les amoureux s'aiment, puis se détestent ou s'ignorent. L'enthousiasme et la spontanéité de la rencontre amoureuse se transforment en peur, en morosité et en devoir. Les rêves laissent place à la désillusion. Le désespoir s'installe. On rêve d'un autre. On le rencontre pour le perdre aussitôt. Le virtuel prend le dessus. Qu'il est difficile de se sentir heureux de façon durable !

Qu'en est-il de la dynamique profonde qui sous-tend l'aspiration à partager avec l'autre un quotidien ou des moments privilégiés ou à désirer un contact intime et sexuel ? Quelle est la place des difficultés sexuelles dans la problématique globale du couple ?

Le sujet de la sexualité reste une énigme et un immense tabou qu'il nous appartient de lever.

Comprendre Eros dans sa complexité, dans sa mobilité et dans ses motivations, permet de mettre la juste distance pour qu'il ne soit plus le seul maître à bord. Il est si difficile de reconnaître que l'autre existe en face de soi, qu'il est indispensable à notre croissance. Il se situe dans notre monde externe et fait évoluer notre monde interne qui, sans ses sollicitations, resterait figé.

« Le paradoxe de la condition humaine, c'est qu'on ne devient soi-même que sous l'influence des autres. » Boris Cyrulnik.

Fragments de discours amoureux.

« C'est difficile pour moi. Son manque de distance me blesse. Je me sens très attirée par lui. »

« J'ai envie de la toucher, de la caresser - J'ai l'impression qu'elle n'est pas là. »

« Il y a une partie de moi qui n'est pas là - J'ai pas envie d'être touchée - J'ai ressenti une violence extrême en moi. »

« Je sens sa demande comme une pression - J'ai envie de me refermer un peu plus. »

« Je suis parti, plongé dans un abîme d'incompréhension - Mon corps est tendu - Je respire mal. »

« Je me blottis contre lui, rassurée qu'il ne s'éloigne pas. »

« Quand je suis sous elle je me sens utilisé. »

« Je n'arrive pas à jouir dans la pénétration - comme si je n'y avais pas droit. »

« Je ne me supporte pas au-dessus - Me fantasmer comme une femme soumise par des hommes ne me plaît pas - Pourtant j'ai envie aussi de sentir l'homme dominant. »

« Je sens sa peur d'être rejeté et son besoin de me soumettre. J'ai besoin de sa reconnaissance. »

« Je sens sa peur de la femme et son envie de la soumettre tout en ayant besoin d'une maman. »

Ces joutes expriment des bouts d'histoires violentes enkystées dans l'ombre de chacun. Chacun dans sa différence met en mouvement la mémoire du corps de l'autre, ses fantasmes. Ce qui met en cause sa capacité à penser.

LA DYNAMIQUE SEXUELLE

Le comportement sexuel est animé par des forces multiples qui s'expriment par le désir, l'attirance, l'excitation corporelle. L'impulsion ou la motivation sexuelle est portée par des énergies dont la source profonde est difficilement reconnaissable. Cela dépasse la simple recherche d'une réparation narcissique, la reconstruction d'un lien perdu ou l'expression d'une identité de femme ou d'homme.

Il est aussi porté, et ce plus ou moins massivement, par l'envie, le désir de détruire, la nécessité de réparer les traumatismes de l'enfance, sexuels ou non sexuels, par la nécessité d'enfreindre l'interdit, de se confronter aux tabous, de baigner dans des espaces sans limite. Bien qu'il nous apparaisse difficile d'admettre que la sexualité est porteuse d'une certaine dose d'hostilité, d'un besoin de réparation, elle est un exutoire à la violence fondamentale de chaque être humain. « La perversion qui s'inscrit dans l'acte sexuel serait un des moteurs de la sexualité humaine », nous dit le psychanalyste Stoller. Le voyeurisme, l'exhibitionnisme, la soumission, la domination, le fétichisme impulseraient à notre insu notre élan vers l'autre.

Ces pulsions s'expriment en fait dans les moindres gestes des amants, maintiennent éveillés les corps, ordonnent sans mot les comportements. Parfois des mots plus doux sont là pour s'excuser de tant de trivialité dans les actes, de tant d'impudeur, voire de honte.

Le décolleté qui suggère, le bas qui s'engouffre sur une cuisse coquine; la lingerie qui se cache pour mieux inspirer ; les rêveries qui accompagnent un sourire ; des seins qui chavirent; un sexe béant ou érigé vu ou imaginé, reflètent toutes ces pulsions qui ne laissent que peu de place à l'autre.

Qu'est-ce qui fait que l'on est dans l'érotisme et pas dans la perversion ? Où est la frontière entre l'érotisme et la pornographie ? Qu'est-ce qui fait que l'on est dans l'amour et pas dans la violence exercée sur l'autre ?

La réponse est spécifique à chaque situation. Elle ne s'enferme pas dans des modèles, des théories. Elle ne peut que déboucher de la compréhension du système du couple, fait de deux vécus infantiles. Cette complexité de la rencontre est source de confusion. Elle crée de la souffrance, de l'incompréhension. Elle ouvre à l'exacerbation de la violence. L'accordage entre deux formes sexuées est difficile. Lorsque le soir vous avez attendu en vain que votre conjoint se rapproche de vous, ou que vous êtes resté dans votre coin pour faire payer à l'autre ses comportements, vous n'êtes pas enclin le lendemain au dialogue ou à la complicité. On ne se parle plus ou si peu, on ne se frôle plus. Les mots doux deviennent absents. L'agacement prédomine et envahit l'espace. L'autre devient affreux. « Elle n'est même plus belle. Son charme à lui a disparu. » Le couple oscille entre le repli névrotique et la toute-puissance perverse.

La névrose et la perversion sont symptomatiques de nos conflits infantiles. Les régressions et les fixations, qui naissent de situations angoissantes, signent un retour à une étape infantile. Elles expriment des contenus psychiques qui se trouvent chez toutes les personnes. Comme le dit C.G Jung « Les névrosés souffrent de ces mêmes complexes contre lesquels nous, aussi, hommes sains, nous luttons. Il dépend de la relation des forces qui luttent entre elles, que le combat aboutisse à la santé, à la névrose ou à des productions normales de surcompensation. »

La perversion est, à la base, l'expression des instincts sexuels qui n'ont pas pu être endigués par les forces psychiques morales. Les conflits qui en résultent se manifestent de façon plus ou moins déguisée dans les rêves diurnes et nocturnes, dans les fantasmes sexuels. Ils sont aussi présents dans les comportements réactifs et violents ou dans le passage à l'acte déshumanisé où l'autre est perçu essentiellement comme un objet de plaisir ou de punition.

Pour que l'amour puisse perdurer, se bonifier, se répandre entre deux êtres en recherche de complétude, il est nécessaire de se confronter à sa propre vie pulsionnelle, qui demande à être débusquée et domestiquée. Les forces de l'ombre sont bien là. L'énergie considérable que mobilisent certains pour les occulter les empêche de s'abandonner dans les délices du plaisir. Les risques, la peur de l'agression, le refus d'une hostilité profonde envers l'autre ou de l'expression d'une forme de masochisme dans la sexualité ne permettent pas d'entrer dans un abandon propice à la jouissance et à la gratitude qu'elle engendre. Dans la sexualité, on ne doit pas confondre la libération des forces érotiques entre les partenaires avec les valeurs sociales qui, heureusement, mettent en avant l'égalité des sexes.

LE FANTASME ET LES MULTIPLES FACETTES D'EROS

« Ce n'est pas le savoir, mais l'imagination qui va au fond des choses » dit Georges Bataille.

Nos fantasmes agissent comme des freins ou des moteurs d'Eros. Rencontrer nos pulsions érotiques c'est s'ouvrir aux inépuisables constructions de l'esprit qui prend corps. Tous les goûts, toutes les odeurs peuvent être érotisés ; de même la peau, la forme d'un visage, des yeux, des cheveux, des pieds. La créativité d'Eros est sans limite. L'exhibitionnisme des uns, le voyeurisme des autres, l'humiliation, la domination, les pulsions sadiques et masochistes, la sexualité à trois qui renvoie à la scène primitive des parents, sont source d'excitation. Les débordements sexuels en tout genre peuvent exalter les amants autant que cela peut les amener à de l'incompréhension, les blesser et les éloigner durablement.

Que de tourments dans la solitude d'une chambre, à côté d'un autre, étranger ou absent. Des images mentales troublantes, des représentations obscènes prennent toute la place sur l'écran de la conscience de la personne plongée dans sa solitude. Obsédés, les amants retournent l'énergie contre eux-mêmes en se maltraitant, calment par la masturbation, avec anxiété, leurs débordements, ou envahissent le partenaire de leur désir compulsif. Le désir est alors refusé par l'autre. Il ne trouve pas de place dans son scénario.

Le fantasme partagé avec l'être aimé peut faire appel à la figure d'inconnus qui joueront le rôle des personnages manquants de l'histoire de l'enfant. Mais l'insécurité de l'un peut être telle qu'elle exclut toute forme de partage et de complicité autour des fantasmes. Le désir qui se dessine dans une rêverie érotique est très intime. L'excitation qui l'accompagne peut être insupportable pour l'autre. Il se sent exclu :

« S'il, ou elle m'aime, je suis la seule ou le seul qui puisse le, la rendre vivant(e). S'il ou elle m'aime, il sait ou elle sait ce qui bon pour moi. »

Il n'est pas facile de déconstruire l'idée magique de l'amour. L'insécurité qui pousse à la jalousie repose sur une image de soi défectueuse ou une identité sexuée fragile. Sa reconnaissance est nécessaire à l'ouverture à la vie à deux. Faire bouger en soi ce qui s'est enraciné depuis fort longtemps n'est pas facile. Comment se confronter aux peurs infantiles et retrouver une sécurité suffisante, nécessaire à l'expression de sa propre vitalité et à l'accueil de celle de l'autre ?

Le fantasme n'est pas le réel. Il appartient à chaque individu de s'aventurer là où il se trouvera en accord avec lui-même dans le plus profond respect de l'autre.

Dans le scénario fantasmatique, le metteur en scène se crée dans une illusion de victoire sur les traumatismes de la vie. La souffrance peut être érotisée. L'expérience traumatique qui nous tire en arrière devient excitante. L'abusé devient abuseur. La honte devient excitation. Il y a renversement des rôles. D'autres scénarios permettent au rêveur la restauration de l'identité de genre et du narcissisme endommagés. Le vide maternel ou paternel peut être érotiquement comblé. Le scénario peut permettre la revanche sur un des parents, à qui l'enfant s'est identifié. Quelle puissance ! La toute-puissance de l'imaginaire érotique n'a pas de limites. Pourquoi ne pas y puiser des ressources ?

L'investigation du fantasme est une manière dynamique d'explorer les racines les plus profondes de son être sexué. La clinique montre que l'identité sexuelle fantasmatique et agissante des amants est beaucoup plus complexe, ambivalente, parfois confuse et déroutante que la seule biologie pourrait le laisser penser. Découvrir et investiguer nos préférences et nos scénarios érotiques inconnus conduit à un élargissement des possibles. Les liens avec l'histoire de l'enfant et de l'adolescent prennent forme. Le scénario peu à peu s'élargit, s'approfondit. Il condense la dynamique érotique de la personne. Il est une véritable source de vitalité. Contenu par une conscience discernante et ouverte, il permet de retrouver la confiance en soi, relance la force de l'imaginaire et conduit à la réjouissance avec l'autre et à l'amour.

L'érotisation du réel est certainement un art qu'il faut exercer sans cesse. Le temps qui passe, l'habitude, ne sont pas propices au maintien des forces qui soutiennent Eros.

SE CONNAITRE POUR RENCONTRER L'AUTRE.

« Le changement apparaît lorsqu'un sujet devient ce qu'il est et cesse de vouloir devenir ce qu'il n'est pas. » A Beisser.

Nos représentations de nous-mêmes et du monde se constituent et se modèlent tout au long de la vie. Elles sont issues d'un soi corporel, d'un soi fantasmatique et d'un JE que l'on peut appeler le soi intelligible. Ce dernier est tellement agi par les empreintes corporelles et les fantasmes inconscients qu'il est de fait peu conscient de ce qui l'anime. Le JE conscient n'est-il pas souvent une illusion ? La parole qui l'exprime cherche à dire ce qui ne peut se dire.

Préserver ou dynamiser son couple, créer la vie à deux, cela s'apprend. C'est dans l'écoute des tensions du corps, par la conscience de notre propension à créer l'autre, et dans l'engagement avec l'autre que l'on peut se trouver. Chaque relation doit créer sa propre codification pour gérer l'ambivalence de l'amour et de la haine. Aucun couple ne peut se ressembler. Deux individus, deux désirs, deux espaces psychiques uniques, en constante évolution, ne peuvent engendrer qu'une figure de couple qui ne ressemblera à aucune autre; et qui, parce qu'elle est vivante, ne cesse de se transformer. Le seul fait de permettre à nos désirs inconscients d'émerger à la conscience, de les reconnaître, de leur donner du sens, de pouvoir les exprimer et de se sentir accueilli, est de nature à alléger leur caractère impératif et à favoriser leur maîtrise. Affirmer ses préférences tout en laissant la place à celles de l'autre est nécessaire à la construction d'un NOUS. Le JEU favorise la distance, ouvre à l'humour, à la complicité; sur un fond réjouissant de liberté. C'est une façon de jouir de la revanche prise sur tout ce qui a pu briser l'élan de notre vitalité.

FAIRE VIVRE EROS.

C'est un vrai défi quotidien que de faire vivre Eros. Oser la nouveauté est un remède contre l'ennui et un aiguilleur permanent de la vitalité et de surcroît de l'amour.

C'est par l'accueil des forces de l'ombre, de leur gisement pulsionnel et de la violence qu'elles engendrent que nous pouvons nous confronter à la différence de l'autre et y trouver une source d'enrichissement et de créativité.

L'excitation sexuelle et l'amour ne sont pas sur le même registre. A ne pas les confondre, on leur permet de coexister et souvent de se bonifier l'un, l'autre.

Dans le couple, sur la base d'une meilleure connaissance de soi, la personne peut reprendre la responsabilité de ses tensions, de son hostilité, de ses besoins, et suspendre ses jugements sur l'autre. Les désirs les plus obscurs, obscènes, vulgaires, violents et jouissifs, au sens commun, peuvent côtoyer les aspirations les plus humaines, les plus généreuses, les plus douces. C'est la voie de l'intégration des opposés.

« Notre civilisation, qui prétend à une autre culture, rend en réalité la vie trop difficile à la plupart des individus et, par l'effroi de la réalité, provoque des névroses sans qu'elle ait rien à gagner à cet excès du refoulement sexuel. Ne négligeons pas tout à fait ce qu'il y a d'animal dans notre nature. Notre idéal de civilisation n'exige pas qu'on renonce à la satisfaction de l'individu. ». Cette phrase de Freud issue des *Leçons sur la psychanalyse*, dans le contexte culturel de son époque, prend tout son sens, aujourd'hui.

Humaniser et érotiser le couple pose la question fondamentale de l'amour. A la base, l'amour est manque et frustration. Il se nourrit de l'autre, l'autre qui rend aimable, l'autre qui rassure, l'autre, source de plaisir. Aimer c'est une demande adressée à l'autre pour qu'il nous comble. Par la reconnaissance, l'acceptation et le partage de ce qui se joue pour chacun dans l'entre-deux du couple, la relation évolue vers une réjouissance à deux. Chacun affirme ses besoins et son plaisir et entend ceux de l'autre. L'intimité s'approfondit. Les partenaires deviennent complices. Dans une dynamique d'ajustement créatif, l'intelligence émotionnelle se développe. C'est elle qui nous relie à nous-mêmes, à l'autre et au monde.

Michel Bonhomme.