

Construire son couple

Désormais, dans toute rencontre amoureuse, il faut apprendre à compter jusqu'à trois : toi, moi et notre relation. Celle-ci est-elle épanouissante ou "enfermante" ?

Peut-on lui insuffler davantage de liberté et d'originalité ? Les couples doivent inventer de nouvelles voies pour faire vivre leur amour et perpétuer le désir : une communication plus authentique, un mode de vie qui leur ressemble... Comment y parvenir ? ©Pascale Senk

Nous deux, c'est différent. Qui n'a jamais cru sincèrement à cette devise ? Il y a quelques décennies, on la clamait haut et fort pour revendiquer la force de son amour, l'ardeur de sa passion, l'invulnérabilité de ses sentiments. « Nous deux, c'est pour toujours, une relation exceptionnelle, indicible. » Évidemment... Sauf que la réalité, peu à peu, a battu le rappel de nos certitudes : les nombreux divorces et les ruptures à répétition nous ont échaudés.

Comment penser encore pouvoir échapper à une telle faillite ?

Après tout, qu'est-ce qui protégera « notre union à nous » de la séparation, de la lassitude ou, pire, de l'indifférence ? Les couples contemporains ont leur réponse.

« Chacun se bricole un contrat amoureux », comme l'a résumé le sociologue Serge Chaumier (in "Libération" du 25-26 mai 2002). Tout est désormais possible : « chacun chez soi », union libre, pacs, mariage ; avec les enfants de l'un, de l'autre, ceux que l'on fait ensemble ; ou, comme Julien et Sophie, filmés par Daniel Karlin qui les qualifie de « vrais héros de l'évolution de la sexualité » (in "Et si on parlait d'amour...", documentaire, avril 2002), vie familiale avec transparence sur les aventures amoureuses grappillées à l'extérieur.

Être original pour exprimer la singularité de son histoire d'amour, ses valeurs, son individualité et celle de l'autre, telle est la nouvelle norme. Et de couple en couple – puisque de nos jours, on en vit souvent plusieurs –, chacun cherche à affiner davantage le scénario. « Avec lui, avec elle, ce sera différent. » Entendez : « Je ne commettrai pas les mêmes erreurs, je ferai mieux, je ne veux plus de ce que j'ai déjà vécu... »

Mais peut-on vraiment innover ?

Comment échapper aux inévitables compromis imposés par la vie à deux ? Nicole Lapierre, qui vient de publier *Le Nouvel Esprit de famille* chez Odile Jacob, rappelle deux données immuables : « Toute nouvelle union provoque la rencontre, ou le choc de deux cultures familiales. » Via le mariage, les belles-familles d'antan influent sur la relation à deux. Aujourd'hui, ce rôle un peu dérangeant est dévolu aux enfants des unions précédentes... Deuxième constat : « Tout couple répare ou compense les unions des générations passées. » Notre histoire d'amour est toujours une réponse – reflet ou rejet – à celle de nos ascendants.

Chargés de telles "valises", nous pouvons toutefois nous essayer à une autre créativité. Celle-ci, pour être porteuse, doit s'inscrire au cœur même de la relation. Elle se déploie sous différentes formes : attention consciente à soi et à l'autre, tendresse, désir d'une communication authentique, de ne pas se scléroser dans une sexualité insatisfaisante ou de stagner dans des rôles que seule une thérapie pourrait faire bouger... « C'est un vrai travail », scandent psychanalystes et thérapeutes. Certes, mais un travail quotidien qui repose sur l'essentiel. « Tout amour initie, toujours », rappelle l'écrivain Josette Stanké (in *Nos amours, difficiles mais nécessaires*).

Contrats amoureux

On peut donc échafauder toutes sortes de contrats amoureux, inventer de petits arrangements avec la vie, le socle du couple n'en reste pas moins le désir d'apprendre de chaque partenaire, malgré les violentes remises en cause que cela implique. Le psychologue Carl Rogers a tenté de concevoir la formule qui exprimerait le mieux l'engagement durable entre deux amants : « Nous nous engageons à travailler ensemble à l'évolution de nos relations, parce que celles-ci enrichissent constamment notre amour et notre vie, et parce que nous voulons qu'elles progressent. »

A chacun de s'approprier ce serment et d'imaginer, avec cet autre qu'il aime, sa manière de le vivre.