

En cueillant la bruyère...

Essaie de psychologie

«En Fédération de Russie il y a cinq millions de familles incomplètes avec des mères seules; un demi million avec des pères seuls; un demi million d'orphelins ou d'enfants privés d'autorité parentale. C'est plus de la moitié des couples ayant des enfants. D'autre part cinq millions de couples n'ont pas d'enfants»

(Du rapport du Secrétaire d'état pour les droit des enfants).

Il y a longtemps, j'ai écrit un livre qui s'appelait «Les contes pour les hommes d'affaires». Pourquoi «contes»? Mais parce que les personnages des contes permettent d'expliquer les problèmes de crises dans le monde des affaires. En effet, où est la source des problèmes dans «Cendrillon»? Faut-il vraiment aider Tania qui est «en larme parce qu'elle a laissé tomber son ballon dans la rivière»? Que peut-on faire pour ce «veau qui marche sur une planche et a peur de tomber»? (citations des versets pour enfants).

Plus tard un autre de mes livres a eu du succès dans le milieu des entrepreneurs et gestionnaires: «Urgent attendre!». C'est un essaie de psychologie où j'ai essayé d'expliquer qui sont ces spécialistes de crises, comment ils proposent d'en sortir dans les conditions d'incertitude générale, surtout quand les attentes et les relations des partenaires ont tendance à changer.

Dix ans ont passés depuis. Les dernières années je me suis occupé – un simple jeu de circonstances – de la même chose, mais dans un milieu tout à fait différent; je me suis intéressé aux relations hommes – femmes. Pas dans des affaires, mais... comment dire? Dans «l'amour». Non, je dis n'importe quoi, puisque l'architecture relationnelle ne s'appelle pas l'amour!

Ici à Perpignan mes longues soirées d'hiver sont consacrées à une «pseudo-psychothérapie». Pourquoi «pseudo»? Mais parce que je ne suis pas psychothérapeute, je ne suis que spécialiste de crises. Néanmoins, ceux qui se souviennent de mes succès dans le domaine, me contactent sur wat-sap ou scape. De jeunes artistes, des poétesses. Toutes de Saint-Pétersbourg, mais qui sont aujourd'hui un peu partout – à Moscou, à Paris, au bord du Pacifique; il y a aussi celles qui sont tout près – à Barcelone. Elles sont parties de Saint-Pétersbourg avec leurs maris. Mais au bout de quelques années elles constatent que tout ne va pas très bien, pas comme elles auraient voulu, «pas heureuses dans leurs couples», comme elles disent. Quelle bêtise! Le bonheur ne consiste pas uniquement dans le mariage. Une «entreprise» – et le mariage c'en est une – ne peut être heureux ou malheureux par définition. Entre les époux, les fiancés les conflits ont toujours existé! Ces jeunes filles formées par des romans et des contes de fées attendent leurs princes. Elles confondent tout: amitié, attirance, sympathie, amour, passion... Elles ne se rendent pas compte qu'une fois mariées elles deviennent – tout comme dans une entreprise – «partenaires», enregistrées en qualité de «personnes civiles», et que désormais elles subissent tous les problèmes qui en résultent. C'est cela qu'il faudrait avoir dans la tête. Anna Karénine ou Natacha Rostova – ce n'est pas de l'amour, ni les romans de Tolstoï de la vraie vie. Pauvres filles, que de déceptions!

«Une femme, tout forte qu'elle puisse être, attend un homme plus fort qu'elle. Pas pour qu'il limite sa liberté, mais pour qu'il lui offre le droit à la faiblesse» (1 - Erich Maria Remarque «Liebe Deinen Nächsten»)

Ce que nous appelons «amour» n'est, le plus souvent, qu'une passion. Ce mot désigne d'habitude une excitation sexuelle de très haut degré conjugué avec l'attirance émotionnelle générale vers son partenaire. La passion et l'attirance sont des états psychiques où la personne n'est pas du tout ou pas assez consciente de ses propres attentes. Ces attentes soit s'éteignent sans conséquences, soit se concrétisent, deviennent désir, intention, rêve. La passion, – sentiment bref et passager – est souvent prise pour l'amour. Entre autres, il faut préciser, que «l'excitation sexuelle» est une émotion bien plus complexe que les émotions de base, à savoir colère, joie, chagrin, surprise ou dégoût. Par ses composantes l'excitation sexuelle est plus proche des émotions telles que orgueil, honte, culpabilité, mépris. La passion agit directement sur la stabilité ou l'instabilité des relations du couple en général. On se demande, si la passion est un sentiment qui caractérise la période initiale d'un amour fougueux et romantique, et si elle est progressivement substituée par des sentiments où la tendresse prévaut sur la flamme? Est-ce que la passion joue son rôle dans la stabilité d'un couple? Est-il possible que la passion sexuelle, cette condition, ce garant d'un couple, soit en même temps une menace potentielle à l'existence de ce couple? N'est-il pas mieux d'avoir des relations calmes, sans ardeur et sans danger?

Les poètes et les philosophes ont depuis toujours évoqué dans leurs écrits cette différence entre la tendre attirance chez un couple heureux dans sa stabilité et la passion dévorante de brèves aventures amoureuses. Notons quand même qu'une passion peut accompagner certains couples durant de longues années de

leur vie commune. Cela devient possible si à l'amour délicat et profond de chacun s'ajoute la conscience que le partenaire a aussi son propre mystère.

Mais voici qu'un petit détail surgit au milieu du chaos sentimental qui accompagne une attirance passionnelle. Le désir érotique évolue et se convertit en relation stable et concrète où l'expérience du passé et les attentes de l'avenir se trouvent réunis dans la volonté de construire des idéaux communs. Cela s'appelle «la sympathie». Celle-ci sous-entend certains contrats et devoirs dans le domaine de la sexualité, des émotions et des valeurs. Ce qui évoque l'entrée en scène de la raison. La sympathie ne surgie jamais sur un terrain vague; elle est une réaction aux apparences, à la conduite, au caractère de l'autre. La sympathie a pour résultat la ressemblance des opinions, des intérêts, des valeurs qui, de leur côté, s'expriment d'une façon socialement «sympathique»: en intérêt approfondi, en générosité, en aide altruiste.

Mais pour l'instant laissons la sympathie de côté; là où la raison entre en jeu tout devient plus facile, plus évident. Le plus souvent, toutefois, nous avons affaire avec d'autres sentiments – passion, coup de foudre, fascination. Qu'ont ils de commun? Premièrement, ils sont tous passagers, deuxièmement, ils n'ont rien à voir avec la raison. Une autre chose – ils sont basés sur l'égoïsme. On peut s'indigner: pourquoi parle-t-on d'égoïsme, puisque ces émotions nous sont si chères, puisqu'on les a toujours considéré comme éternelles? Justement, elles nous sont chères parce qu'elles sont nôtres! Nous sommes habitués de romancer nos défauts et prendre nos désirs pour des réalités. Nous voyons nos vices sous le jour plaisant, ils ont pour nous un certain charme. Nous pensons à nos défauts si charmants comme si nous écrivions nos mémoires; comme si nos tares étaient repensées, revisées, re-souffertes. N'est-il pas amusant de raconter sa vie à soi-même – on se regarde comme une personne inconnue, on se surprend de mentir, de cacher les choses honteuses.

Ce qui est montré sur les écrans, ce qui est décrit dans des romans – ce n'est pas «la sympathie» et surtout ce n'est pas «l'amour». Ce sentiment est intime, imperceptible et durable. Il n'attire pas le spectateur ou un lecteur commun. Si un polard est construit autour d'un suspense, un roman ou un film d'«amour» est fondé sur la passion. Les sentiments qui ont une chance d'être de longue durée n'intéressent pas! Le cinématographe écarte l'amour et la tendresse de tout élément érotique, en acceptant juste de légères allusions dans le cas d'un personnage idéalisé.

Il n'est pas étonnant qu'en évoquant leurs sentiments, certaines jeunes femmes, dans une logique d'émotion dévorante ou bien en souvenir d'un postulat de Baudelaire sur la dualité in contournable du beau, disent:

«...j'avais pensé que l'amour est un sentiment si complexe, si contradictoire: d'une part romantique, donnant des ailes, mais d'autre part douloureux et déchirant!...»

– N'est-ce pas, dis-je en rentrant dans leur jeu, encore un peu et le miracle serait là, mais «l'attente de l'impossible s'égrène à chaque instant» (2 - paroles de la chanson «Se dire adieu»).

– ...mais tout à coup, continue la «parisienne» sans prêter attention à ma réplique, ...une fausse intonation, un regard éteint... et le coeur est brisé!»

Vraiment, me suis-je dit, ces pauvres «créatrices» sont insupportables! Et j'ai ajouté:

– C'est qu'on cherche toujours le coupable! L'un n'a pas «assez aimé», il est collant comme le mari Karénine; l'autre, tout comme Vronsky, a «trop aimé» et veut enfin s'occuper tranquillement de ces affaires. Pour lui un très grand attachement lui pèse.

Dans les passions les plus dévorantes il y a des instants, où l'un des deux comprend qu'il n'aime plus, qu'il n'éprouve plus aucun plaisir en pensant à l'autre. La vie avec cet autre lui semble désormais privée d'intérêt. Le vide le plus morne et accablant vient remplacer la passion certes angoissante, mais si fascinante. Fini! L'amour est fini! «Le vent poussa la pluie dans ma vitre éplorée...» (3 -«Une étolle couleur framboise» Irène Serguéeva).

Il est évident qu'une union prolongée et vive engendre inévitablement une nouvelle consolidation des liens. La tendresse des gestes, les étincelles dans le regard, la douce chaleur éliminent tout ce qui est gênant, négatif. Même l'intermittence dans les rapports peut être bénéfique et protectrice. Elle peut aider à établir une harmonie, à stabiliser la relation.

Mais parfois vient le moment où la chaleur dans les regards et dans les gestes devient éphémère, même superflue. Le couple n'essaie plus de rester dans l'illusion de cette tendresse devenue artificielle – tout tombe dans le néant. Des déceptions et rancunes se multiplient, se figent. Elles deviennent insurmontables même par de brefs moments d'intimité. Désormais il est plus aisé de mettre les sentiments de côté, essayer d'établir la paix de l'âme en fractionnant ses rapports. Le besoin d'entendre l'autre s'émousse. Un cocon se forme autour de toi, il est étanche, il repousse tous sauf celui qui «a le courage d'être responsable», qui «ne se fait pas plaisir au détriment des autres», qui «n'a envie que de toi», et qui ne joue pas avec les sentiments communs en imitant une vraie famille.

Elle et lui ne vivent pas de la même façon cette intermittence des relations amoureuses. La femme établit une frontière stricte entre le vieux et le nouvel «amour». L'homme qui a une plus grande capacité de supporter la distance entre l'émotionnel et l'érotique peut, au contraire, continuer une relation sexuelle avec une femme, tandis que ses attractions émotionnelles sont fixées sur une autre.

Oui, il arrive que celui qui était parti ait envie de revenir pour de bon, au lieu de continuer la routine habituelle. Cela arrive quand il a un sentiment d'avoir perdu ou oublié quelque chose d'important, de nécessaire. Il revient encore et encore vers ses souvenirs, il cherche la rencontre. Parfois il y arrive. Mais le plus souvent il se retrouve devant une perte définitive. Il n'y aura plus de longues conversations au téléphone de tout et de rien; ils ne pourront plus se perdre l'un dans l'autre, se boire, respirer le parfum exaltant des deux corps. Le coeur en souffrance est blessé par ces vers d'Apollinaire: «J'ai cueilli ce brin de bruyère/ L'automne est morte / Nous ne nous verrons plus sur terre...» (4- «L'Adieu» Guillaume Apollinaire). La réalité est telle que le retour vers la page tournée ne provoque presque aucune émotion. Tu n'es pas ici, mais quelque part; ce que tu trouvais important, ce que tu ressentais, ce qui te faisait plaisir, enfin, ce qui avait été ton présent, est devenu désormais ton passé. Cela fait peur, cela fait frissonner: le présent est devenu un trou béant.

Ou bien un espace de liberté?

On oublie trop facilement ce «grand secret de la vie: soignez votre âme avec des sensations, et laissez les sensations soigner votre âme» (5 -«Le Portrait de Dorian Gray». Oscar Wilde). En prononçant des paroles habituelles: l'amour, la chaleur, le vide – nous ne nous rendons même pas compte que chacune d'elles est une sensation verbalisée qui frappe et guérit. Notre état général, notre humeur dépend de la façon de sentir, de comprendre. Le vide – c'est l'absence: ce qui avait été important est parti, perdu, évaporé. «Là, derrière la forêt les rayons respirent à peine//Ils naissent du coucher de soleil.//Et sur nos destins une perte se pose//Brève, soit, mais douloureuse quand même» (6 -«Un rayon sur la main». Ekaterina Ignatieva). A un moment de la vie tous ressentent cette perte et se croient seuls. En général, on est toujours seul. Puisque «Vivre c'est à chaque instant dire adieu à ce que nous étions et rentrer dans ce que nous serons – ce devenir

étranger à jamais» (7 - Poèmes. Octavio Paz). Dévastation ou libération? Une ouverture pour de nouvelles possibilités qui vont se présenter les unes après les autres?

Impossible de me retenir – j'ai une envie irrésistible de continuer ce thème – la perte. «...Mais le matin nous fera oublier cette perte, la terre, la forêt; nous ouvrirons les yeux vers les rayons de soleil et la rosée du ciel tombera sur notre visage...». Puisque rien n'est plus banal que les changements de saison, quand quelques mois après l'automne le printemps arrive et de nouvelles branches de bruyère fleurissent... Nous attendons toute notre vie les retrouvailles avec cet «air du Temps» d'Apollinaire. Il sera là tôt ou tard, mais à une petite condition – il faut savoir attendre, il faut être capable de «...voir le monde dans un grain de sable//Et le paradis dans une fleur sauvage//Tenir l'infini dans le creux de la main//Et l'éternité dans un instant qui vient» (8 - «Esprit d'Hayam» William Blake). Tout finit dans la vie, le bon et le mauvais, le vide prend la place. Pourtant, «...le vide qui reste après «le mauvais» s'emplit tout seul. Mais pour remplir le vide resté après le «bon» il faut trouver le meilleur...» (9 - «Paris est une fête». Ernest Hemingway). On va se demander: «Est-ce que c'était de l'amour? Peut être pas du tout?». Parce que la panoplie des sentiments est très large: coup de foudre, passion, attirance, sympathie, amitié; enfin, famille et mariage. Une foule de concepts! Comment comprendre ce que c'est, comment le deviner? Y a-t-il un moyen de pénétrer le mystère de «la raison ardente»? Pour commencer on va dire que tout ce qui n'est pas de l'amour est compréhensible et explicable. Le problème est ailleurs, d'abord il faudra se dire si c'était-ce du «bon» ou du «mauvais».

Avez-vous retenu cette foule de concepts? Où en est le «mauvais»?

Quand vous avez envie d'être caressé, excité – c'est de la passion; si vous attendez qu'on vous chouchoute, qu'on vous couvre de cadeaux – c'est de l'infantilisme. Si vous aspirez à un amour fou quand l'autre ne peut vivre sans

vous, vous consacrez tout son temps, c'est de l'égoïsme. Quand votre objectif est d'avoir un enfant de cet homme – c'est de la biologie.

En passant, je veux préciser que l'égoïsme ce n'est pas vivre comme vous l'entendez, c'est exiger de l'autre qu'il vive et pense suivant vos désirs à vous. Il n'est pas évident de s'en rendre compte: quand l'autre est presque une partie intégrante de toi-même, tracer la frontière est compliqué. «Si vous avez fait quelque chose pour votre proche, mais sa réaction ne vous convient pas, si vous n'y voyez pas de reconnaissance ni d'attention particulière, cela signifie que vous l'avez fait pour vous-même, pas pour lui» (10 - «Liebe Deinen Nächsten». Erich Maria Remarque).

Non, il n'y s'agit pas de l'amour, c'est une autre chose. cela ressemble à «une source d'auto mensonges qui se concrétisent dans le jeu conflictuel des reflets» (11 - «Esquisse d'une théorie des émotions» J-P Sartre). Bien dit, très juste. Il est vrai que notre monde ressemble à un miroir. Ce qui nous entoure est le reflet de nous-même. C'est avec l'aide des autres que nous comprenons qui nous sommes et ce qui nous constitue. Le mécontentement de notre entourage, de nos collègues, n'est qu'un reflet de notre mécontentement de nous-même. Les gens sont le reflet de notre nature. «Ce qui est dans moi, est en dehors de moi». Notre monde intérieur est lié au monde intérieur de ceux qui nous entourent. Si vous croyez que votre entourage ne comporte que des gens aimables, lumineux et pleins de bonté, cela veut dire que vous êtes plein de bonté vous-même. Pour changer le monde qui nous entoure il suffit de nous changer, nous. Notre proche, celui que nous aimons – c'est celui pour qui nous pouvons endurer le pire, pour qui nous sommes capables d'être meilleur, celui que nous acceptons avec tous ses défauts.

L'amour est simple, il est naturel. Il nous ramène directement vers la réalité. D'autre part il est actif et «appliqué» puisqu'il n'est pas enfermé en lui, il

est «pour» l'autre. En plus il est précautionneux. Stendhal l'a compris il y a longtemps, en l'appelant «cristallisation» - une condition sine qua non d'un «amour mûri» (12 - «De l'amour» Stendhal). C'est là que l'autre est reconnu en tant que personnalité égale à nous-même. Désormais on va découvrir en l'autre une quantité de mérites inattendues. Une empathie devient réciproque, notre «moi» s'identifie par les douleurs et les joies de l'autre.

Toutefois l'amour ne contient ni douleur ni déchirure dont parlait ma «parisienne», il n'y a pas d'acuité, pas de coeur brisé, pas de coeur en pierre. On n'a pas besoin de prouver quoi que ce soit à qui que ce soit. Un brin d'espoir suffit pour que l'amour naisse; cet espoir peut être fragile, peut disparaître au bout de deux jour, mais l'amour est là – il naît et meurt sans aucune volonté. Autour tout change, bouge, tourne et pivote comme dans un kaleidoscope de notre enfance. L'amour est au milieu de tout ça comme une paix lumineuse de l'âme, ou comme le bruit régulier du coeur, ou encore comme une profonde inspiration et une longue expiration. Pas une seule petite larme, pas un seul reproche.

Il n'est pas impossible que notre «parisienne» y voit de la douleur («quelque chose ne va pas, mais pas du tout!») en raison de l'inversion des concepts. Elle n'est pas toute seule dans cette perception de l'amour – le poète mexicain Octavio Paz a eu la même réflexion. C'est lui qui est l'auteur de la formule méthaphysique: «L'amour est un point de croisement du désir et de la réalité. Il fait *découvrir le réel au désir*, il ouvre le chemin qui mène de l'«objet érotique» à un «être aimé». Cette découverte est toujours *douloureuse* puisque la personne qu'on aime est en même temps le corps qu'on peut posséder, et l'esprit où il est impossible de pénétrer» (13 - «Theatro de Signos / Transparencias», Octavio Paz). La contradiction naturelle de l'amour, dit Octavio Paz, est que *le désir aspire à l'accomplissement* en détruisant l'objet désiré.

C'est une impasse. On sent que le futur prix Nobel avait été sour l'emprise des surréalistes. Ce sont eux qui en quête des profondeurs de l'inconscient recouraient à l'hypnose, l'alcool, aux stupéfiants ou à la sous-alimentation. La théorie de «libération du désir» est également leur oeuvre.

Le prix Nobel n'est jamais donné pour une «Insoutenable *légèreté de l'être*» (14 - titre du roman de Kundera), il vaut mieux trouver de la souffrance, de la *douleur*, mais pas dans la passion – tout le monde le peut, mais dans l'Amour! Ne fusse qu'en théorie, en songe fantasmagorique ou en «Labyrinthe de solitude». Ayez de la «Nausée» avec son impossibilité d'amour et de confiance; attrapez «La peste» et son infaillibilité de la mort et demandez-vous: que faire? Ensuite sortez de l'étroit «labyrinthe» et quelque part au milieu de la jungle perdue plongez dans «Cent ans de solitude». Ou bien mettez votre coeur dans un «Noeud de vipères» et devenez un grand assassin de tout sentiment qui rentre dans votre âme pour se contenter des relations sans aucune complexité. (15 - «Labyrinthe de la solitude», «La nausée», «La peste», «Cent ans de la solitude» titres des oeuvres des prix Nobel de littérature Octavio Paz, J-P Sartre, Albert Camus, Garcia Marquez et François Mauriac).

Vers le rêve par les souffrances! N'est-ce pas? «Per aspera ad astra» – c'est Sénèque et pas n'importe qui, qui a dit ça! Les autres – Sartre, Camus, Marquez, Mauriac, même Paz – n'ont fait que répéter. En le faisant passer, il est vrai, par leur expérience, leur «Ego» de grand artiste.

La philosophie et la vision de monde occidentale sont contaminées par la primauté des changements; sauf que les changements prévoient les conséquences. Imaginez que le «désir» une fois apparu se réalisent instantanément... Horreur! Quelles souffrances! Quelle *douleur*!

Et à quoi ça sert? L'Orient regarde le monde d'une façon différente: rejoindre la nature, s'y confondre avec harmonie sans la défigurer. Ne pas changer, ni détruire mais organiser l'architecture des relations. Surtout entre les

individus! Savoir être patient. Tout vient en son temps à ceux qui savent attendre. Évidemment, ce n'est pas simple. Souvenez-vous ce qui est l'essentiel? «L'essentiel est de ne pas effaroucher son rêve, de s'ouvrir à l'infini du monde» (16 - paroles de la chanson «Le Petit Prince». Nikolai Dobronravov). C'est alors que l'océan des sensations s'engouffrira, tel une bouffée d'air frais, par votre fenêtre largement ouverte, en pénétrant votre âme, la comblant d'extase, d'attendrissement, d'incompréhensible mélancolie...

Si la dialectique existe, qu'elle se manifeste ici-même! En respect, ou en simple tolérance pour toute vision du monde. Octavio Paz a étudié la culture occidentale ainsi qu'orientale, il a traduit Apollinaire et Matsuo Bashō! D'où vient alors cette conception surréaliste d'un «point de croisement du désir et de réalité» promulguée avec une maîtrise du «fabuleux bûcheron». (17 - de l'essai d'Octavio Paz, «The Fairry-Feller's Masterstroke» dans «El mono gramático»).

L'amour ce n'est pas un partenariat qu'on appelle mariage, ni la passion avec ses affects inconscients et maladifs, ni l'instinct aveugle qui éteint la pensée et paralyse la volonté. C'est un sentiment d'attachement profond, d'élan vers la vie de la personne aimée, l'aspiration de l'embellir avec de la joie et du sublime. Est-il vraiment nécessaire, pour respecter et embellir, d'être dans la souffrance!

Et si c'est de l'Amour? Alors tout devient simple. Quand vous aimez, vous n'avez besoin de rien, vous aimez, point. Vous allez et venez, vous écrivez des lettres, vous vous faites une tasse de thé, vous parlez au téléphone – et en même temps vous aimez. Elle (ou lui) peut être n'importe où, avec n'importe qui. Il est possible qu'elle (ou lui) n'est même pas au courant que vous l'aimez. D'accord, c'est n'est pas pratique, c'est irrationnel et bizarre. Mais ça c'est l'amour; le reste – n'est que passion.

«Il est possible d'aimer très fort une femme et quand même de ne pas rêver de passer avec elle toute sa vie» (18 - «The Painted Veil». William Somerset Maugham). Et «la meilleure façon de garder l'amour d'un homme – c'est de ne pas l'épouser» (19 - Catherine Deneuve). N'est-elle pas significative – cette interférence des pensées de deux personnes si différentes – d'un côté un britannique, auteur de 78 livres et membre du British Secret Service, et de l'autre côté – une des plus belles et élégantes françaises que nous aimons tous depuis «Les parapluies de Cherbourg».

Des relations se construisent, parfois même avec beaucoup de peine. Il est impossible de «construire» l'amour. On peut lutter pour la place sur le podium ou pour ses droit – pas pour l'amour. Il est normal d'attendre des autres de l'honnêteté, de la compréhension ou de la responsabilité que ce soit en gestes ou en paroles; il est paradoxal d'attendre de l'amour. L'amour n'a pas de résultat pratique. Il suffit d'appeler les choses par leurs noms, et tout va être clair.

L'amour c'est tout simplement une chaleur bienfaisante dans notre corps. C'est quand on ne veut rien de celui ou de celle qu'on aime – ni paroles, ni contact sexuel, rien... J'exagère un peu, bien sûr... Pourvu que cette personne existe avec tous ses défauts, marié déjà ou avec des enfants. Mais quand il ou elle surgit dans mes pensées ou dans une conversation, une chaleur tendre remplit tout mon être. C'est tout! L'amour est lié avec notre être. C'est notre façon d'exister. C'est une propriété, une qualité de la personne humaine – savoir aimer.

En effet, si la personne aimée est partie, vous ne cessez pas de l'aimer. Ceux qui partent pour l'éternité restent aussi dans notre coeur. Quelqu'un a dit, que «nous sommes habitués de nous servir de l'autre comme d'une clé – pour ouvrir ce qui est en nous depuis toujours. Il n'y a ni serrure, ni porte, ni murs... mais quand enfin cette clé est à nous, nous avons très peur de la perdre!». Comme dans notre enfance, nous pourrions suspendre cette clé à une ficelle

autour du cou, mais à force de le faire, les deux vies prennent une vitesse centrifuge extraordinaire vers le désastre.

Alors, quoi faire?

Se rappeler que l'âme se soigne avec nos sensations. Gérer nos joies, notre bonheur par nous-même, sans compter sur une aide extérieure. Se rappeler que l'amour vit en nous et pas en quelqu'un d'autre. Si on s'en rend compte, on est libre: liberté est une nécessité comprise, nous enseignent les philosophes!

La liberté intérieure nous donne la plus grande confiance en nous-même, celle qui n'est ni achetée ni gagnée par des mérites. Chacun de nous serait heureux d'avoir à ses côtés une personne remplie de lumière, de bonté, d'amour et de bien-être.

Quoique... comme il n'existe pas de matières totalement insolubles, il n'existe peut-être pas non plus d'amour absolument «pur». Étant un sentiment profond et pérenne, l'amour n'exclut pas des élans de sympathie, du désir, de la passion. Certains en sont bouleversés et prennent ces manifestations pour de l'amour. Ils ont tendance de vouloir arrêter ces instants, les convertir en quelque chose de solide et durable. Hélas! Le plus souvent ce comportement provoque une antipathie, parfois même une aversion. L'auteur de la «Comédie humaine» a dit que «Le mariage est une guerre entre un homme et une femme, celui qui gagne a la liberté» (20 - Honoré de Balzac).

Quand nous sommes trop attaché à quelqu'un, au lieu de considérer cette personne comme un être ayant sa propre vie, on a tendance à se briser le cœur. Pourquoi nous essayons de retenir notre amour à tout prix en oubliant que l'amour est la liberté sans contrainte? En insistant nous souffrons de frustration;

et même si nous obtenons l'objet de nos désirs, il finit par se transformer ou disparaître provoquant une nouvelle souffrance.

En essayant de nous protéger en avance de nos pertes – au sens psychologique ou matériel – nous nous y accrochons de plus en plus fort. Sauf que plus nous nous y accrochons, plus notre situation devient catastrophique puisqu'il n'est pas dans nos moyens de contrôler des êtres vivants. Tout dans ce monde doit respirer et éprouver un changement. Nous oublions que personne ne nous appartient: ni nos époux, ni nos enfants ou petits enfants, ni nos amis ou amants. On ne peut que donner et partager. Comme on est mécontent lorsqu'on désire et n'obtient pas. Lorsqu'on ne nous donne pas ce à quoi on s'est attendu. Ne faut-il pas plutôt se demander de quoi la Providence nous a épargné en refusant de satisfaire nos désirs. Tout vient et tout s'en va en son temps.

Libérer l'objet de nos désirs, ce n'est pas y renoncer; au contraire, nous pouvons en être aussi près que nous le souhaitons. Personne ne nous oblige à refuser le bonheur que nos relations nous procurent. Il faut tout simplement comprendre qu'aimer veut dire permettre à la personne aimée de rester elle-même.

C'est comme regarder un coucher de soleil – on est plongé dans ce spectacle, loin de penser qu'il est éphémère, que bientôt il sera fini. Le soleil est couché, et nous sommes toujours en pleine forme. Les parents sages élèvent leurs enfants, les entourent d'amour, se préoccupent d'eux, tout en se rendant compte que ce sont des personnes à part entière, qu'ils vont grandir, avoir leur propre vie. Si les parents aiment leurs enfants, ils ne les envisagent pas comme leur appartenant, ils les laissent partir sans scrupules ni craintes.

Nos conjoints – de même. D'ailleurs ce mot – «con-joints» – n'est-il pas une ineptie? Puisque aimer veut dire reconnaître qu'ils vivent, respirent et leur

accorder le droit d'être imparfaits, leur laisser l'espace pour qu'ils puissent commettre des erreurs. Aimer veut dire écouter, apporter de la tendresse, accepter l'expérience de l'autre tout comme la sienne. L'amour c'est l'attention sans destruction, sans étouffement; l'amour n'est pas une crainte d'une part éventuelle, ou une «l'attente de l'impossible qui s'écoule à chaque instant...»

Qu'est-ce qu'on aimerait que nos relations se stabilisent sur le champs ! Mais non, la stabilité vient avec le temps. Ici et maintenant on n'a qu'une liaison émotionnelle qui prendra des années pour mûrir, et nous, pour justifier notre impatience, nous parlons d'un «coup de foudre». À la moindre attirance pour une personne, la relation démarre avec légèreté pour, un peu plus tard, être rompue avec la même légèreté – comme dans «L'Eclipse» d'Antonioni. Et ce n'est pas parce que nous pensons trouver «mieux» plus tard, mais bien parce que nous avons la paresse de découvrir du nouveau et du meilleur dans cette même personne. Nous voulons que l'autre soit idéal ici et tout de suite. Nous sommes incapables de voir le positif dans toute situation, encore moins de l'apprécier. Partout que du néfaste! Comme à la télé – incendies, inondations, accidents – puisqu'on ne retient que les mauvaises nouvelles. Il en résulte que nous sommes toujours déçus à l'avance et ... que avons peur de nous tromper.

Ces jeunes d'aujourd'hui! Ayant goûté au désordre permanent et ayant ressenti des catastrophes latentes, ils ont peur de tout: de tomber amoureux, de se marier, subir un échec, souffrir, se briser le coeur, enfin, avoir un bien immobilier. Ils ne laissent personne les approcher et ne s'approchent de personne. Ils ont oublié ou n'ont jamais su que «...le succès c'est d'être capable de traverser des échecs sans perdre son enthousiasme» (21 - «Mémoires». Winston Churchill).

Ils veulent que tout soit facile et rapide; un obstacle suffit pour qu'ils baissent les bras. Ils ne laissent leur amour mûrir, partent trop tôt; ils cherchent

juste des sensations fortes tout en étant persuadés qu'ils sont en quête de l'amour. Ils cherchent un compagnon (ou une compagne) pour aller voir un film ou prendre un café ensemble. Mais ils ne cherchent pas une personne avec laquelle ils puissent se comprendre même sans parler. Ils passent du temps ensemble sans créer de souvenirs communs.

Ils ne veulent pas se lier pour la vie, mais avoir un partenaire avec qui ils sont bien ici et maintenant. C'est très temporaire. Il suffit que la passion s'éteigne pour se rendre compte qu'ils ne sont pas prêts à une vie de tous les jours. Plongés dans la turbulence des grandes villes – vaine mais «très importante», ils ne laissent pas de place à l'amour. Ce sont des personnes occupées, ambitieuses; leurs rêves sont matériels et l'amour n'a pas de place dans l'architecture de leurs attentes.

Ils se cachent derrière de hautes murailles qu'ils ont érigé autour du cœur et ils attendent que l'amour vienne; mais dès qu'il pointe à l'horizon, ils le fuient de peur de paraître vulnérables. Comme Charles Baudelaire, ils ne tiennent pas à mettre leur âme à nu. Des habits baroques dissimulant les formes, des mets très épicés, visages féminins sous un plâtre de fard – tout cela n'est qu'une manifestation de leur peur devant la vie imprévisible, indomptable – «vivante». Cette vie leur semble trop chaotique, c'est pourquoi ils essaient de la dissimuler sous une couverture qu'ils ont tissée. C'est une révolte contre tout ce qui nous entoure, tout l'Univers. Mais puisque ces gens ne peuvent rien changer, ils recourent à cette façon de se cacher, de détourner l'attention de ceux qui les entourent et de ne pas permettre aux autres de les voir tels qu'ils sont en vérité.

Nous surestimons trop souvent la valeur de ce que nous possédons. Nous avons peur de perdre: notre amour, notre travail, nos connaissances, notre voiture ou notre maison. Mais nos peurs ne nous évitent pas nos pertes – nous perdons ou tout simplement nous oublions. On ne sait plus être heureux. Je dirai

plus: c'est surtout lorsqu'on reste seuls qu'on ne ressent pas son bonheur. Et pourtant les relations avec soi-même sont les plus durables.

Vous vous êtes connus à cause de la sympathie mutuelle, de l'attirance. Être ensemble vous semblait fascinant. Même après la rupture cette période de la vie restera en mémoire. Vous ne serez pas heureux à tout moment; il y aura des instants où vous vous sentirez énervé, exaspéré. Il faudra s'adapter, mettre les choses au point, s'affronter. Par fois les relations sexuelles sembleront horribles, les conversations fatigantes, les sorties au cinéma ennuyeuses. Ce n'est que le cours de la vie – compréhensible et ordinaire. Il vaut mieux surmonter tout cela, chercher ce qui est d'intéressant dans l'autre, le réconforter dans ses initiatives, le consoler dans ses déceptions.

Et si votre relation n'est qu'un attachement maladif? Pour le comprendre il suffit de répondre à une seule question: puis-je me retirer de la vie de cette personne tout en restant indulgent, affectueux? Puis-je dissocier ses paroles cordiales de ses actions qui le sont moins? Puisqu'il n'y a que les actions qui comptent, qui nous parlent de la personne et de ses sentiments.

«Ne croyez pas les paroles. Observez pour savoir la vérité» (22 - George Bernard Shaw).