

# Histoires de couples

( essai romancé )

## I

Ce jour là en entrant dans mon cabinet de travail , je pense au nouveau couple qui doit bientôt arriver . Le rendez-vous avec eux a été pris la semaine précédente.

C'est la femme qui m'a appelé au téléphone : « Je voudrais vous voir ...

[je l'ai laissé formuler sa demande, sans rien lui répondre , pour qu'elle s'exprime],

... mon mari et moi, ça va pas, ça va plus. On s'est encore disputés hier soir , je n'ai pas dormi de la nuit . Est-ce que vous pouvez nous aider? ».

Maintenant, je les attends.

Dans quelques instants, ils vont sonner à ma porte ; dans ces moments-là, une sorte d'excitation me prend : je me questionne, de nombreuses pensées m'assailent ; et d'abord :vont-ils venir? Car je sais que certains renoncent au dernier moment et qu'il arrive que je ne vois personne.

Puis, je me demande : comment sont-ils? Comment vont-ils se comporter ? Pour ma part, je dois d'abord me concentrer pour bien les accueillir.

Je me remémore la voix et les paroles de cette femme: il y a trois points sur lesquels je peux m'appuyer :

«ça va pas – dispute - aide» .

Lorsqu'il y a demande d'aide, je sais que c'est toujours bon signe ; dans ces cas-là, les couples sont plus combatifs ; ils souhaitent dépasser leurs problèmes et leurs difficultés, je sais qu'ils vont faire des efforts pour y arriver . A condition qu'ils aient confiance en leur thérapeute, qui doit par ailleurs leur montrer que l'aide, si elle est nécessaire, doit rester ponctuelle : le temps qu'il faut, sans plus.

Quand le coup de sonnette retentit, tout cela s'estompe ; je dois seulement : bien les recevoir , être attentif à tout ce qui se passe ; leurs regards, leurs gestes, leur façon de se tenir , de s'asseoir ...

Mon « bonjour » est toujours chaleureux ; je traite chacun avec respect, prévenance, soutien, sans privilégier quiconque.

Je m'assois et je questionne indirectement : « oui?», laissant ainsi la parole à qui veut la prendre, tout en observant la réaction de l'autre à ce qui se dit.

C'est la femme qui parle la première, en reprenant presque les même mots qu'elle a prononcés lors de son appel téléphonique ; puis elle ajoute :

«Voilà 15 ans que nous nous sommes rencontrés; ça n'a pas toujours été facile; on a eu deux enfants, une fille et puis ensuite un garçon; l'aînée a 13 ans et le petit gars 5 ans. Des fois ça se dispute, ça crie, surtout le petit : il l'embête souvent ; dès qu'il rentre de l'école, il va embêter sa sœur, [je note intérieurement « embêter »] et après c'est sur moi qu'il saute [= il vient m'embêter ], je suis fatiguée le soir, vous comprenez?»

-Le mari: « Je t'ai dit de t'arrêter de travailler, on n'en a pas besoin » ; il se tourne vers moi :

« Vous comprenez, Monsieur , la maison c'est celle que m'ont laissée mes parents, alors on n'a pas besoin de la payer. Mais elle, elle veut travailler! »

-Elle: « Je veux travailler, tu m'embêtes !» [signifiant déjà repéré]

-Moi : « Vous avez parlé de disputes...»

-Le mari « :Oui , on s'est disputés vendredi dernier ; le soir, je rentre fatigué vers 20h , j'aimerais que tout soit prêt à la maison, au lieu de ça , rien n'était fait. La fille était dans sa chambre à travailler et elle ( il montre sa femme) elle jouait avec le petit. Alors j'ai rouspété, le ton est monté.

Elle: «Oui, t'es toujours en train de m'engueuler, tu me laisses jamais rien faire comme je le veux. T'es tout le temps sur moi à me sauter dessus. !»

-Moi «ça fait longtemps tout ça?»[ Je coupe court à l' agressivité qui monte, en manifestant la présence d'un tiers ce qui vient stopper leur affrontement].

Elle: «Depuis trois ou quatre mois , on est toujours en train de se disputer, pour un oui, pour un non. Avant j'avais demandé à ma mère qu'elle m'aide ,mais elle est trop vieille maintenant.»

- Moi « Et vous Monsieur, vous diriez la même chose?»

- Lui « Non,ça fait plus longtemps qu'on se dispute, bien avant la naissance de Joe, quand la petite a fait ses dents».

-Elle: « C'est vieux tout ça, non c'est quand Joe a eu 2 ou 3 ans plutôt !»

[Je pense intérieurement qu' ils n'arrivent pas à se mettre d'accord sur grand-chose , autrement dit qu'ils ne voient chacun , que de leur point de vue - comme s'ils étaient tout(e) /seul (e) ].

(Cette solitude existentielle de chacun , est mauvaise pour le couple . En outre, la problématique des enfants a l'air très importante, comme si chacun d'eux était le prolongement des parents, ce que je découvre en les écoutant :le père se voit dans le fils et la mère dans la fille).

Moi :Comment vous êtes-vous rencontrés?

[ Les renvoyer à l'origine de leur rencontre me permet de voir leur évolution ; en plus, cela réintroduit le couple positivement pour chacun et brise leur solitude , en attirant leur attention vers ce qui les a rapprochés.]

-Elle: « On allait ensemble chez...»

Il lui coupe la parole : « Tout de suite je l'avais remarquée...»

[Je me demande en moi-même si le fait de les avoir renvoyés ,comme je viens de le faire aux premiers moments de leur rencontre, va avoir pour effet de les rapprocher?]

Je les observe et les écoute, en même temps que des idées me viennent en tête, je réfléchis aussi au moment où je devrai arrêter la séance : cela est fonction de plusieurs conditions que je dois percevoir rapidement pour prendre la bonne décision .

En attendant, je les laisse encore un instant se plonger dans un état psycho-affectif plus positif grâce aux échanges qu'ils vont avoir entre eux et surtout devant moi,

sur leurs premiers instants de « bonheur » .

J'attends encore un peu pour terminer cette première rencontre, puis j'ajoute:

« Il y a plusieurs choses à voir ; réfléchissez à tout ce qui a été dit ici, on se revoit dans quinze jours ».

Ma poignée de mains est chaleureuse, le regard appuyé pour chacun.

Après leur départ , je prends quelques notes : tous les points important, ainsi que mes réactions (intérieures) en rapport avec ce qui s'est passé. C'est surtout sur elles que je m'appuierai pour redémarrer la séance suivante , avec les points forts que j'ai perçus : ce sont mes repères.

Lorsque je ferme la porte le soir, puis pendant le trajet qui me ramène chez moi , me reviennent toujours à l'esprit les rencontres de la journée.

Je repense par exemple à ce premier couple dont je viens de parler ; ce sont des gens qui n'avaient apparemment pas de problème , et puis à un moment , quelque chose a eu lieu ; quoi ? Je l'ignore, et eux aussi probablement ; ensuite , ce qui paraissait normal dans leurs rapports , devient différent et tout d'un coup une souffrance déborde, le mal-être qui les habite ressort sous la forme d'une agression, contre le/la partenaire ; pour d'autres cette agressivité s'exprimera contre les enfants ou bien contre les collègues de travail...

Dans le laps de temps qui me sépare de leur prochain

rendez-vous , qui sera pour eux le premier d'une longue suite de rencontres , je me dis que cette seconde séance aura pour but de mettre en place le contrat thérapeutique, - si le couple le veut bien sûr et surtout, s'ils le désirent chacun individuellement - .

Nous nous reverrons ainsi à une fréquence qui reste à déterminer, car elle est variable, selon l'enjeu et selon leur capacité à affronter les difficultés.

Comme tout second rendez-vous , il sera exploratoire : il me faudra déterminer le plus rapidement possible, l'enjeu de la thérapie que je vais mettre en place , le type de suivi ; pour cela , je dois être attentif au maximum d'indices: les mots employés , le ton, la façon de se tenir, les regards qu'ils ont , vers moi et surtout l'un vers l'autre , les sous-entendus , les allusions qui parlent à l'autre et que je dois deviner ; en fait je n'ai aucune réponse a priori à mes questions intérieures , je dois attendre , enregistrer sur le moment et parler à bon escient.

Il me faut parfois beaucoup de séances avant de savoir où je vais.

J'ai pour habitude de ne pas faire payer la première fois, sauf si manifestement il n'y aura pas de suite . Dans ce dernier cas , je donne quelques conseils ,ou bien je suggère que chacun réfléchisse à ce que que j'ai souligné . Sinon , je propose une autre rencontre qui me permettra : -de clarifier les événements qui leur arrivent,  
-de trouver comment les aider.

Les seconds rendez-vous sont toujours très difficiles à mener : je sais , pour l'avoir vécu dans le passé, que tout peut s'arrêter si je n'y vais pas avec précaution. Personne

n'accepte facilement de se remettre en question comme cela. Je dois faire préciser ce qui s'est passé pour arriver à ce que chacun se rende compte des conséquences , pour l'autre , de ce qu'il a fait ou dit .

Deux semaines s'étaient écoulées depuis le premier rendez-vous, une fois le couple devant moi , je me concentrai intensément sur ce qui allait se passer « ici et maintenant » , en séance, avec moi.

Je leur donnai la parole, après l'accueil,toujours le même, comme je l'ai déjà indiqué.

Ce fut lui qui parla en premier ; il eut envie de revenir sur leur rencontre.

Ces amis-là chez qui ils s'étaient rencontrés, il les connaissait depuis longtemps, et lorsqu'il a vu sa «future », il l'a tout de suite trouvée séduisante et le lui a fait savoir. Mais il est tombé de haut : elle l'a totalement ignoré , souligne-t-il .

En fait, il m'apparaîtra rapidement que c'était sa manière à elle de faire : dès qu'un homme lui montrait son désir, elle le dédaignait.

[En moi-même je fis quelques hypothèses :

- Se jugeait-elle être quelqu'un de trop bien pour lui ?
- ou bien estimait-elle que cet homme qui était là en face d'elle était trop éloigné de l'homme parfait dont elle avait rêvé ?
- ou autre chose , mais quoi ? Je l'ignorais .

Seule la suite des entretiens me permettrait de trouver la bonne réponse. Dans tous les cas, cette manière de faire, lui avait permis de conserver une excellente image

d'elle-même. Mais du coup elle était restée seule, renvoyant à un temps indéterminé la possibilité d'être avec quelqu'un.]

Au cours des séances suivantes , je compris que ma première hypothèse était la bonne, son narcissisme, sa surestimation d' elle-même , elle les avait conservés assez longtemps .

«Je ne veux pas qu'on m'embête» voilà ce qui en fait l'animait , et c'est ce que je perçus en tant que thérapeute de couple.

En tout cas , il l'a eue «à l'usure» , si je puis dire ; il a conquis l'objet de sa flamme, dirait le poète.

Mais il demeure que, dans son couple, elle veut faire «ce qu'elle veut». Certes, cet homme lui a fait la cour ; oui, elle a fini par l'accepter, mais maintenant : elle «continue à faire ce qu'elle veut ».

D 'où le reproche qu'elle lui a adressé la dernière fois et qui me revient à l'esprit : «tu ne me laisses jamais rien faire comme je le veux» .

Je note tout cela intérieurement , reviens à ce qui vient de se dire et relance en m'adressant à lui, tout en la regardant , elle:

Moi -« Donc la cour a duré assez longtemps... » C'est plus une affirmation du réel qu'une question ; c'est alors elle qui réplique:

Elle-«Oui c'est vrai, j'ai fini par l'accepter , après presque un an, dit-elle dans un sourire [ sourire qui m' indique que c'est elle qui a mené le jeu et qu'elle pense l'avoir gagné. ]

Il y a là un déséquilibre: elle est en position de force, et je crois bien qu'il ne s'en rend pas compte ,( à moins que

cela ne lui convienne ,à lui ?- Ce serait dû dans ce cas, à la surestimation de l'objet du désir: le sujet – lui- , se narcissise d'avoir été accepté , mais en contrepartie , il faut «qu'il file droit» ).

Tout cela me vient en même temps à l'esprit. Mon rôle, une fois que j'ai compris quelque chose, est d'aider à voir ce fonctionnement non conscient ; ensuite ce sera à eux de décider : soit de faire avec , soit de changer ; la décision leur appartient, je ne fais que souligner quelque chose .

Cette séance ( comme assez souvent) est épuisante nerveusement et je dois reprendre des forces, après leur départ pendant quelques petits instants, avant le rendez-vous suivant.

Je reçois certains jours plusieurs personnes, seules ou en couple selon la demande qui m'a été faite au départ: thérapies de couples, dont je parle dans ce livre ou thérapie psychiques diverses : psychothérapies ou psychanalyses ces deux dernières étant individuelles , bien évidemment.

Lorsque mon travail est terminé , le plus souvent relativement tard, ( beaucoup de personnes venant après le leur en fin de journée) , je rentre chez moi à pied pour me changer l'esprit.

Sur le chemin qui me ramène chez moi, tout en longeant la Seine, entre mon cabinet de travail et mon petit studio d'habitation , situés pas trop loin l'un de l'autre, j'aime regarder les gens que je croise près du fleuve ; ils vont là où les appelle leur «destin», différent pour chacun et...

que je ne connaîtrais pas.

Il m'arrive parfois de descendre marcher tout au bord de l'eau. Ce que j'aime alors , c'est la fraîcheur qui monte, le balancement des péniches , le bruit des bateaux-mouche, les pigeons et les quelques oiseaux qui cherchent leur nourriture par terre. Sur l'eau, quelquefois , des poissons lâchent des bulles d'air qui viennent éclore à la surface sur laquelle se posent les feuilles tombées des arbres que le vent a fait vire-volter jusque là.

En rentrant chez moi , le soir dont je parle, après la venue de ce couple que je nommerai couple numéro un, je trouvai dans le courrier, une lettre de quelqu'un que je ne connaissais pas et qui désirait me voir, me fixant un rendez-vous le samedi soir de cette fin de semaine dans un troquet tout en haut de la rue Lepic.

Je me suis souvenu avoir habité quelques mois, pas trop loin de ce café en question, dans un petit logement au rez de chaussée , qui donnait sur la rue, derrière un petit jardin. Je n'aime pas ces lettres anonymes. Si cette personne veut me voir , pourquoi ne me téléphone-t-elle pas? Je n'avais rien de prévu le samedi en question, et me rendis par curiosité dans ce café.

C'était un homme jeune très brun, qui devait avoir dans les 19 ou 20 ans. Il me remercia chaleureusement d'être venu et s'excusa de sa lettre, mais me dit-il, il n'avait pas osé me téléphoner , bien qu'il fût renseigné sur moi: il semblait en effet connaître des événements de mon passé dont il me parla presque comme s'il les avait vécus lui-même. Cela faisait bien longtemps que j'avais quitté

cette belle ville de Lyon et je ne voyais pas où il voulait en venir. Il était nerveux, visiblement mal à l'aise . Je prétextai un rendez-vous urgent et lui dis au revoir en me levant. Il éclata en sanglots. Je me rassis, lui pris la main et lui demandai pourquoi il était si ému. Il me regarda, puis se leva brusquement et s'enfuit.

Inutile de dire que je fus troublé par cette rencontre ; je passai un mauvais week-end et lorsque je me rendis à mon travail le lundi suivant, j'oubliai volontairement tout cela pour me consacrer entièrement à mes prochains patients.

Un nouveau couple avait demandé à me voir ; il s'agissait de deux personnes travaillant dans un même établissement scolaire , lui comme agent d'entretien et elle à la cuisine; ils s'étaient connus sur leur lieu de travail. Ils vivaient ensemble depuis trois ans, mais envisageaient de se séparer , à cause de récentes difficultés apparues entre eux ; cependant ils n'étaient pas sûrs que ce soit la meilleure solution. Sur le conseil d'une de leurs amies que j'avais eue en psychothérapie, ils étaient venus me voir pour parler de cette séparation prochaine.

Dans ces cas-là, je ne cherche pas à faire changer d'avis: je respecte la décision prise. Mais j'écoute,comme s'il s'agissait de deux personnes demandant une psychothérapie individuelle. Mon «oreille» d'analyste est aux aguets.

Au bout d'une demi-heure, j'avais repéré :

-chez elle , l'impossibilité ( de nature inconsciente) d'être heureuse, moyennant quoi elle faisait (sans s'en rendre compte) tout pour être rejetée. (Ceci pouvait expliquer la

difficulté qu'elle avait avec son conjoint).

-et chez lui, la bonne volonté de l'aider qu'il avait eue, dès le début de son amour pour elle ; mais quelque-chose intérieurement faisait obstacle à l'aide qu'il souhaitait lui apporter.

A la fin de l'heure , j'avais souligné à chacun sa difficulté, juste en reprenant certaines de leurs phrases. A part cela, je n'avais rien dit. Il se faisait tard, aussi décidai-je d'arrêter la séance. Je demandai qu'ils me payent. Chacun sortit son carnet de chèques , tous les deux en même temps : chacun voulut payer la consultation en entier, c'est à dire offrir à l'autre le prix de celle-ci. En général, c'est un seul qui règle , mais là quelque chose s'était mis en place à notre insu à nous trois , quelque chose qu'il me fallait mettre à jour ; aussi tentai-je une explication: «vous voulez lui offrir »...

En leur disant au revoir , j'ajoutai :« je reste à votre disposition ».

J'étais sûr qu'ils reviendraient [contrairement à ce que j'avais cru au début, à savoir que je ne les reverrais pas, leur « passage à l'acte » avait mis à jour l'inverse: ils avaient agi tous les deux comme s'ils étaient ensemble, pas séparés du tout ; quelque chose les tenait réunis : ils faisaient donc :couple] et les rendez-vous suivants serviraient à leur permettre de réfléchir sur eux .

J'étais content que cette séance ait permis de débloquer un peu la situation. Ensuite advienne que pourra, je ne suis maître de rien : ni de leurs décisions de revenir en consultation, ni de leur avenir .

Ce soir-là , en rentrant le long des quais, regardant les promeneurs, je vis une vieille femme qui lançait des petites miettes de pain aux oiseaux. Les pigeons s'étaient rassemblés autour d'elle et picorait à qui mieux mieux. Il faisait presque nuit ; les nombreuses lumières étaient fascinantes, luisant comme des perles claires sur la surface de l'eau noire qui renvoyait leurs reflets argentés dans tous les sens. Cela m'évoquait le collier que portaient les belles vers 1920 , comme on peut le voir encore sur de vieilles photos en noir et blanc.

Quelques jours plus tard , lorsque revinrent chez moi les membres du premier couple dont j'ai déjà parlé, ils m'informèrent qu'au retour de la séance avec moi , dans leur voiture, ils n'avaient échangé aucun mot . Lui n'avait rien dit, parce que mes paroles lui trottaient dans la tête, et surtout, parce qu'il se demandait pourquoi je les avais questionnés sur leur première rencontre. Il avait oublié en effet, qu'il avait dû faire cette longue cour , se demandant à l'époque , et cela, sans arrêt, si elle allait continuer avec lui , ou le rejeter ; le prendre pour amant ou non. Il s'en souvenait très bien maintenant : oui, elle avait été difficile à convaincre! Il se demanda alors, en arrivant chez eux, si finalement c'était lui ou elle qui avait gagné ?

Il se rappela aussi que, quand la petite avait fait ses dents, sa femme de son côté , avait commencé à «mor dre» après lui, lui reprochant toujours quelque chose. Est-ce que tout cela avait un rapport ? se demandait-il ; ses réflexions intérieures avaient continué toute la soirée.

De son côté, sa femme, repensait aussi au rendez-vous avec moi ; il lui revint à l'esprit de nous avoir signalé que leurs difficultés avaient commencé quand leur fils était âgé déjà de quelques années, deux ou trois avait-elle dit. Or elle se rappelait maintenant que, sensiblement au même âge , son mari avait été privé de sa mère, longtemps hospitalisée et qu'il avait été placé en famille d'accueil. Autrement dit, elle se demanda dans la voiture, si son mari ne revivait pas le mal-être de cette période à travers son fils. Ceci pourrait dans ce cas expliquer son malaise et le fait qu'il « rouspétait » après elle très souvent , ne trouvant jamais bien , tout ce qu'elle faisait elle-même.

C'est ce que chacun me dit lorsqu'ils furent assis devant moi : la thérapie démarrait.

Ce jour-là , ils ne se disputèrent pas en séance , chacun commençant à trouver une explication à sa conduite, ainsi qu'à celle de son/sa conjoint-e ; ils échangèrent sereinement .

Je ne dis rien pour leur permettre d'élaborer ensemble, mais ma présence les aidait à réfléchir , puis à formuler tout haut ce qu'ils pensaient.

Quant au second couple dont j'ai parlé, j'appris lors du rendez-vous suivant que la femme avait pleuré dans la voiture, me dira-t-elle, sans trop savoir pourquoi. Son ami ne parlant pas, elle avait pensé qu'il ne l'aimait plus. La soirée fut très lourde entre eux, lui , restant silencieux, et elle perdue dans ses pensées. Ils se couchèrent sans

échanger. Dans la nuit, elle fit un cauchemar et se réveilla en hurlant : « non, non, non », puis se rendormit « comme une souche », me dit-il.

Ce rendez-vous avec eux fut très intense.

Ils ne s'étaient pas beaucoup parlé et m'avaient téléphoné pour me voir plus tôt que je ne le pensais. En arrivant elle me fit part de tout cela et lui me donna en outre quelques précisions ; puis ils se turent.

Je décidai de questionner l'homme directement [il me fallait éclaircir ce qui s'était passé pour eux].

[En effet, c'est toujours grâce à la parole que l'on va mettre à distance les émotions : grâce aux mots employés].

L'homme : « J'étais sidéré, j'avais pris conscience en sortant de chez vous que je ne suis pas à la hauteur ; quoi que je fasse ça ne sert à rien ».

Moi : « Pourquoi dites-vous ça ? »

Lui : « Vous voyez bien ! me dit-il en colère (colère due à sa détresse) elle pleure et je reste sans rien faire, sans rien dire ».

Moi : « Vous ne savez pas comment l'aider, alors que vous mourez d'envie de le faire, tant sa difficulté et sa souffrance vous touchent et vous paralysent ».

J'avais interprété.

Dans ces cas là, je ne rajoute plus rien : j'attends la réaction, afin de permettre un travail d'élaboration de la part de ceux qui sont en face de moi, réaction qui là, vint tout de suite.

Sa « femme » se tourna vers lui et dit :  
-« Je croyais que tu ne m'aimais plus ».  
Il la regarda et des larmes lui vinrent aux yeux « bien sûr que je t'aime » dit-il très ému.  
Elle : « Alors qu'est-ce qui ne va pas entre nous ? ».  
Moi, la regardant : « Peut-être y a -t-il quelque chose chez vous qui le bloque.»

J'entrais dans une dynamique avec eux : j'avais renvoyé vers elle leur questionnement, en m'appuyant sur ce que j'avais entendu la dernière fois.

Elle se tut un long moment, puis, après un grand soupir elle dit doucement :

« Je n'ai pas le droit d'être heureuse ».

J'aurais pu arrêter la séance là, pour donner du poids à cette parole, mais je jugeai bon de continuer, en tentant d'analyser les réactions de son conjoint.

Celui-ci lui prit les mains, la regarda au fond des yeux lui dit : « je t'aime ; je t'aiderai ».

Nous convînmes de nous revoir régulièrement pour trouver une sortie au piège dans lequel ils étaient.

Après la séance , je pris quelques notes et sortis.

L'air était frais en ce début d'hiver. La nuit qui tombait chaque jour de plus en plus tôt avait envahi la capitale et le froid commençait à geler les promeneurs qui auraient voulu flâner, endolorissant les joues , le nez et les lèvres , tout ce que l'on ne pouvait pas facilement protéger. Les quais étaient plus silencieux que d'habitude. Je vis alors devant moi ce jeune homme qui m'avait donné

rendez vous dans ce café de la rue Lepic. Il me fixait intensément. Je continuai mon chemin en regardant ailleurs , mais je subodorais qu'il avait vu que je l'avais remarqué. Je rentrai chez moi un peu intrigué : «quid de cet homme? ». Un temps assez long passa . On sonna. J'allai ouvrir la porte et je le vis devant moi.

« Puis-je entrer ? » me dit-il.

Je le fis entrer et l'invitai à s'asseoir.

-« Voilà,reprit-il, je suis venu vous voir parce que je viens de Lyon où vous avez passé quelques temps autrefois ; à l'époque ,vous y aviez connu ma mère. C'est elle qui m'a chargé de vous retrouver, maintenant que j'habite Paris ; elle voudrait savoir si vous avez des nouvelles de votre ami François , avec qui elle a eu une aventure amoureuse au temps de votre vie à Lyon . Ma mère s'est mariée il y a 30 ans et mon père est mort l'année passée. Elle voudrait renouer avec son ancien amour qui était parisien ; elle espère que vous pourrez l'aider. »

Je me tus ; les gens que j'avais connus à Lyon avaient disparu de ma mémoire, je les avais peu fréquentés depuis ce temps-là. Ainsi c'était cela pensai-je ; je lui dis: « J'ai perdu de vue ce François. Mais comment avez vous su que j'habite ici ? »

-Je vous ai suivi.

-Pourquoi ?

-Parce que je n'osais pas entrer dans votre cabinet, les psy me font peur. Il se leva et s'enfuit à toutes jambes. Je pensai que pour agir comme il l'avait fait ce garçon devait avoir quelques « problèmes » .

Ensuite, j'écoutai de la musique après mon repas et

m'endormis tard. La nuit ,un rêve me réveilla ; je tentai de retenir ses éléments, mais n'y parvins pas ; « ça va de travers » , pensai-je.

## II

Le lendemain matin, je partis en promenade dans la ville. Les quais étaient presque déserts, il était très tôt ; les pigeons sautaient de branche en branche , descendaient picorer les miettes qu'ils trouvaient ça et là, éparses sur le sol ; le froid assez intense me poussait à marcher vite. J'entrai dans un parc et chantonnais doucement comme je le fais souvent lorsque je marche vite .

Une joggeuse me dépassa et s'arrêta quelques pas plus loin :

- Vous chantez ? c'est rare les gens qui osent chanter tout haut dans Paris , dit-elle en riant.

-Oui, vous avez raison, j'aime chanter tout en marchant.

-Je crois avoir reconnu l'air, voyons,c'est un opéra ,ah oui ,c'est « Cosi fan tutte », non... , c'est « la flûte enchantée », je me trompe ? C'est encore plus rare de fredonner de l'opéra !

Nous parlâmes musique assez longtemps, je lui proposai de continuer nos échanges dans un café, plus au chaud qu' au dehors , dans ce froid très intense . Elle sourit, accepta et, en me retrouvant devant elle, tous les deux confortablement assis devant une boisson chaude, j'eus du plaisir à échanger tout autant sur la musique que du fait qu'elle était agréable à regarder.

Notre discussion dura longtemps , presque deux heures, nous découvrîmes que nous avions tous les deux une passion pour le classique, et chose étonnante nous avions réservé chacun une place pour le merveilleux concerto n° 21 pour piano de Mozart qui allait être donné à la salle Gaveau le mois suivant!

Ce fut un mois très long pour moi qui avais envie de la revoir, mais je n'osais pas m'imposer -par précaution-, en l'appelant au téléphone , peut-être à tort ? Je me raccrochais à l'idée que nous nous retrouverions bientôt, comptais les jours , impatient de la revoir.

Enfin le grand jour arriva. Après le concert , nous nous retrouvâmes comme convenu au café situé pas loin de la salle Gaveau, café que nous connaissions bien tous les deux pour y être déjà allés plusieurs fois, chacun de notre côté.

Ce fut une soirée très agréable ; nous nous revîmes un autre soir pour sortir écouter du Bach, puis un troisième fois pour une célèbre pianiste qui interprétait des études de Chopin et de Brahms .

Après ce dernier concert, elle m'accompagna chez moi dans mon studio , et ... vous avez deviné la suite. Après tout, ne suis-je pas un homme comme un autre ? Appréciant comme tout un chacun, les caresses données

et reçues, les échanges de toute nature entre deux personnes qui se plaisent.

Ce sont les relations intimes qui nous donnent , plus que beaucoup d'autres choses, le sentiment d'exister ; c'est l'expression la plus forte de la vie , ce plaisir , lorsqu'il est partagé .

Je découvris ensuite, en moi, des sentiments amoureux ; j'avais besoin de savoir ce qu'il en était pour elle, mais comment faire ?

Moi qui aide les gens à y voir clair dans leurs relations amoureuses , surtout quand elles commencent à mal aller devrais-je préciser , comment devais-je faire pour savoir ce qu'elle ressentait vraiment?

Ces questions-là m'agitèrent les jours suivants .

Je restais enjoué extérieurement, mais au fond de moi l'inquiétude grandissait. C'est toujours ainsi , quand une relation débute, je me demande à chaque fois si elle va se mettre en place, si elle va durer, ce qu'en pense la femme que j'ai rencontrée , ce qu'elle ressent, ce qu'elle attend, ce qu'elle souhaite. Je me demande surtout s'il va y avoir une suite tout en craignant que cela ne s'arrête. Je cherche à deviner comment notre relation peut se dérouler pour la continuer : j'imagine l'avenir avec elle , tout simplement ! En fait c'est un souhait ,or je crains qu'il ne se réalise pas, tant mon expérience d'amoureux transis s'impose à moi.

Cependant, le lendemain, je devais laisser toutes ces interrogations, car les rendez-vous de travail reprenant, il me fallait absolument être à cent pour cent présent pour

bien me concentrer , obligé de mettre de côté mes préoccupations personnelles.

Comme je l'ai souligné, le premier couple s'était construit sur un écart, sur une différence devrais-je préciser plutôt , entre eux deux : lui la voulait et elle, elle l'avait rejeté, en tout cas tout au début.

Cette façon de démarrer une relation amoureuse est assez fréquente: celui/celle qui ressent du désir, le fait savoir plus ou moins directement à l'autre ;chacun se questionne sur son propre ressenti , tout cela dans un va et vient de questions-réponses intérieures, jusqu'au moment du choix de la conduite à tenir avec l'autre .

Ici , au début du moins, elle l'avait repoussé. C'était une réalité.

Ce sont les modalités même de la rencontre qui construisent chaque couple . Tout cela s'étale dans le temps , et ensuite la relation se met en place.

Finalement, en l'écoutant , je compris que cette femme n'avait pas trop perçu ce qu'il en était vraiment pour elle; c'est ce que j'avais à lui faire découvrir : elle avait repoussé son prétendant pour des raisons liées à sa problématique inconsciente personnelle .

C'est un instant délicat, moment très difficile pour le thérapeute, quand il s'agit de mettre au jour une vérité plus ou moins consciente ( en fait, très souvent totalement inconsciente ) ; le risque est de déstabiliser

gravement les personnes , lorsque l'on dévoile trop vite des fonctionnements cachés ; il faut au contraire les amener à découvrir progressivement ce qui s'est passé pour elles .

Parfois, il n'est pas nécessaire de montrer tout le fonctionnement inconscient aux personnes qui sont devant moi, mais en même temps, c'est le devoir du thérapeute de lever le voile sur ce qui est masqué, difficulté qu'il faut savoir gérer . Il faut trouver le bon moment et procéder très prudemment comme je viens de le dire .

Je fais confiance à mon inconscient ; je me souviens toujours de ce qui s'est dit à un instant ou à un autre de la thérapie ; cela revient à mon esprit le moment venu. Ce sera souvent par allusions de ma part ou bien en reprenant leurs formulations que je pourrai le faire . Je souligne alors et donne son poids de vérité, à ce qui vient d'être dit par les personnes.

Dans un premier temps, je lui demandai quelle avait été sa réaction, quant son futur mari lui avait fait la cour.

-Elle : « J'étais surprise et flattée d'être désirée par un garçon ».

[Je me demandai intérieurement vers quoi cela allait déboucher] ,

- Mais qu'avez-vous ressenti pour lui ?

-Elle : « rien ».

Lui , écoutait sans rien dire . Il sembla surpris de ce qu'il entendait, il rougit.

Je le questionnai, afin qu'il exprime son ressenti :

-Que pensez-vous de ce que dit Madame ?

Il avala sa salive et balbutia :

- Je croyais qu'elle aussi ( sous-entendu :comme moi) avait du désir (amoureux) pour moi, comme moi j'en avais pour elle .

Comme souvent, le sujet projette et s'imagine que l'autre en face est comme son image dans le miroir : puisque lui aime, nécessairement l'autre aussi aime !

En face, bien souvent, l'être désiré va se mettre en marche vers ce qui surgit dans sa vie : « qu'on le désire , qu'il est déjà aimé » , avant même d'y être volontairement pour quelque chose, avant même que ses sentiments à lui/à elle, ne soient éveillés !

Elle reprit la parole :

-Ca m'a fait du bien de le dire , qu'au début je ne ressentais rien. C'était la première fois qu'un garçon était amoureux de moi, je ne m'estimais pas, je me croyais nulle et je pensais que jamais personne ne m'aimerait ! Alors, autant ne jamais y croire. Mais lui, il est revenu à la charge je me suis vue autre que ce que je croyais être, j'ai vu, alors, que j'avais de la valeur, ça m'a remontée dans mon estime, et c'est pourquoi je suis allée vers lui, je l'ai apprécié tout doucement et - s'adressant à lui - tu vois, je me croyais être rien et toi tu m'as donné de la valeur. Maintenant je sais ce que je te dois. »

Je pris la parole,m'adressant au mari :

-Elle est partie de très bas et vous (je le regarde) vous l'avez aidée à remonter la pente . Vous lui avez donné de l'estime pour elle-même,et vous devez accepter ce décalage entre elle et vous.

- Ah oui ! dit-il,découvrant comment leur relation avait démarré , à savoir qu'il y avait une différence entre eux :

qu' elle n' était pas comme lui, donc qu' il devait en tenir compte .

Là encore, on retrouve souvent, dans le fonctionnement d'un couple l'erreur qui consiste à projeter sur l'autre ses propres pensées intimes, en s'attendant à ce qu'il réagisse comme on le ferait soi-même . Il ne faut pas prendre le partenaire pour son double, ni non plus pour son idéal, d'ailleurs. Il faut au contraire chercher à le comprendre dans sa spécificité, dans sa singularité.

Après cette séance, je sortis et rentrai chez moi.

Dans mon studio, je tournai un peu en rond , puis je descendis faire quelques courses, ne pensant à rien, tout en regardant le monde un peu comme un poisson rouge derrière la vitre de son bocal , le temps de retrouver mes esprits.

En rentrant, je vis qu'un message était sur le répondeur : on m'avait appelé juste au moment où je venais de partir ; mon amie me disait qu'elle souhaitait me revoir le prochain week-end. Je l'appelai pour lui dire que oui, j'étais libre le samedi suivant, et c'est ainsi que nous nous vîmes de temps à autre, autant de fois que nous le pouvions, en fonction de nos disponibilités et de nos envies personnelles.

Cette fin de semaine fut assez tranquille ; les personnes qui venaient me voir en thérapie individuelle avançaient bien dans leur analyse ou dans leur psychothérapie ; les

différents couples , de leur côté ne présentèrent pas de difficultés particulières. Il y a de rares moments comme cela où le travail se passe bien ,à l'inverse d'autres périodes plus difficiles.

En fin de cette même semaine, je reçus un appel téléphonique au travail, pour une demande de rendez-vous; le son de la voix me disait quelque chose ; en tout cas ,il me semblait être celui d'un homme assez jeune et ce n'est qu'une fois qu'il fût entré dans mon cabinet ,le lendemain soir , que je le reconnus : c'était ce jeune homme qui venait de Lyon. J'évitai de sursauter en le voyant.

Il m'expliqua qu'en fait, il voulait me parler de lui, et qu'après nos diverses rencontres, il s'était senti bien de m'avoir parlé ; aussi, s'était-il demandé s'il n'avait pas intérêt à faire un travail avec moi. Cette façon «alambiquée» de prendre contact avec un psychanalyste, est finalement relativement fréquente, tant certaines personnes sont inhibées ; mes collègues vous confirmeront eux aussi ce type d'hésitations et de contournements, avant d'arriver à formuler clairement une demande .

J'hésitais, car, ayant connu très vaguement sa mère, il y avait bien longtemps, je me demandais si cela allait être un handicap dans notre travail commun ; je le laissai parler, j'écoutai très attentivement tout ce qu'il disait ; enfin, après que la dernière barrière se fût levée en moi, je lui donnai , une fois que j'en eus pris la décision, un rendez-vous pour la semaine suivante.

Petit à petit, au fil de nos rencontres,je découvris que ce

que j'avais crainit au début n'avait pas lieu d'être , que je pouvais travailler avec lui d'autant plus qu'il m'avait « à la bonne »,comme on dit . Cela lui facilitait la parole, enlevant sa timidité qui en fait, était son principal handicap.

Ce dont il se plaignait, c'était que, bien que très amoureux, il n'arrivait pas à passer à l'acte sexuel avec son amie, comme s'il était devenu impuissant avec elle, alors qu'il avait des érections normales le reste du temps. Je compris qu'il souffrait de manque de confiance en lui; il me disait : « je n'arrive pas à grand chose », faisant clairement allusion à ses échecs sexuels .

Au fil des séances ,qui ne s'égrenèrent que sur quelques mois, je fis très attention à tout ce qui avait trait à son image intérieure. Globalement je ne le reprenais pas sur ce qu'il disait , ma tactique était de souligner à chaque fois que ce qu'il avait fait, était « bien », ou aussi qu'il avait « très bien compris » la situation , lorsqu'il se demandait s'il avait bien agi ; bref ,je ne cessais pas de mettre en valeur ses propres capacités afin de lui permettre de lutter contre sa dévalorisation intérieure.

Un matin, je reçus un appel téléphonique, dans lequel il me disait « je ne viendrai pas demain à mon rendez-vous, je n'en n'ai plus besoin: hier, j'ai eu une relation sexuelle avec ma copine ».

Je raccrochai en me disant à moi-même: « bien joué ».

De leur côté, les couples que je recevais avançaient doucement dans la compréhension de leurs difficultés relationnelles.

Ce que je ne savais pas, c'est que j'allais avoir à m'occuper de mon propre couple, qui lui aussi ,commençait à avoir quelques difficultés.

En effet, ces derniers temps, j'avais eu du mal à joindre mon amie: elle était souvent sur répondeur , et m'expliquait ensuite de vive voix ,lorsqu'elle décrochait enfin , qu'elle avait du travail et ne pouvait pas facilement se libérer , me disait-elle .

J'ai alors soupçonné qu'elle était en train d'évoluer dans sa relation avec moi. Était-elle, déjà, dans le désenchantement... ?

Après le début de toute relation qui est presque toujours vécue de manière enthousiasmante, (ce que l'on nomme dans notre jargon théorique « la phase d'idéalisation »), le sujet « déchanté » : l'autre apparaît avec ses défauts ; il n'est plus question de les nier , on est bien obligé de les voir et ...de les accepter. Dans le cas contraire, on s'expose à l'inévitable rupture , celle qui survient de nos jours après un temps relativement court de fréquentation. Ce n'est pas le partenaire qui a changé, c'est le sujet, qui évolue et s'il tient à l'objet - de sa flamme- il doit « faire avec », s'habituer au fait que l'autre ait telle ou telle particularité. S'il ne l'accepte pas , il ne peut que s'éloigner puis rompre , ce qui explique toutes ces rencontres qui ne durent pas très longtemps, comme je viens de le dire.

Elle devait donc m'accepter ,« comme je suis » ; je ne pouvais de mon côté, qu'essayer de l'y aider.

C'est beaucoup plus facile à faire, lorsque je suis en place de thérapeute de couple , de décrire à la personne

les attentes imaginaires qu'elle a et de parler de la réalité du conjoint, mais là , j'étais juge et partie, cela devenait sinon difficile , du moins en fait, quasiment impossible.

Je n'avais pas d'autre solution, et décidai de donner du mou à notre relation : il fallait qu' elle soit plus active. La balle était dans son camp maintenant, c'était à elle de manifester une demande me concernant , autrement dit : j' attendis ses appels téléphoniques, sans en faire de mon côté. C'était prendre un risque, celui de ne plus la revoir, mais, insister, je savais que cela ne servirait à rien ! Il lui fallait réfléchir ,elle eut besoin de temps pour cela.

Ce ne fut qu'après une bonne quinzaine de jours , qu' elle me recontacta .

Nous nous retrouvâmes dans un restaurant ; j'avais décidé d'aborder le problème que je viens d'évoquer . Notre discussion fut compliquée : je lui demandai d' emblée si j'avais fait quelque chose qui lui avait déplu . Elle commença par nier , puis, comme j' insistai , elle finit par le reconnaître, et me dit en me regardant avec inquiétude et questionnement : « Oui, parfois j'ai l'impression que tu n'es plus le même ; tu ne réagis pas comme je m'y attends ; ça me questionne , ça me perturbe: je ne m'y retrouve pas ».

Elle avait changé son regard sur moi .

Ce qui confirmait ce que j'avais pensé : nous n'étions plus dans la phase d'idéalisation ; elle commençait à me voir comme j'étais réellement, elle ne me voyait plus comme avant, à l'époque de nos premières rencontres : elle avait cessé de ne voir que mes bons côtés, elle voyait

plus qu'avant mes défauts!

Je voulus dédramatiser , lui demandai des exemples concrets.

Elle revint sur cette fois où elle avait souhaité voir une exposition de photos, et me rappela que j'avais refusé. Cette exposition était loin, j'avais alors pensé que nous n'aurions pas le temps d'en profiter. Elle n'avait pas vraiment cru que mon refus était argumenté , tout simplement par ma faute ! Car je ne lui avait pas fait part de ma réflexion .

- Tu ne suis que tes envies et te moques totalement des miennes , me dit-elle en me regardant intensément.

Je lui fis remarquer qu' elle tirait des conclusions de ses propres interprétations: elle avait déduit qu'elle ne comprenait pas, alors que j'étais préoccupé par un problème réel : « le manque de temps pour profiter pleinement de cette exposition », lui précisai-je alors.

Je me demandai intérieurement si derrière nos difficultés , ne se profilait pas quelque chose comme: Qui est le plus fort? Qui a raison ? Qui a tort? Qui décide? Qui commande ?

Comme si la vie de couple était une suite d'affrontements et de rapports de force. Je me suis souvenu que, la seule fois où elle m'avait parlé de ses parents, c'est ainsi qu'elle m'avait décrit les rapports entre ceux-ci , quand elle était enfant : c'était à qui allait imposer quelque chose à l'autre.

Il faut reconnaître que la relation de couple dans les générations antérieures à la nôtre était assez souvent, celle d'une suite d'affrontements , au point que l'expression

«guerre des sexes » semblait exactement décrire ce qui se passait.

Mais moi, lui dis-je alors, je ne suis pas en accord avec cette façon de créer une relation entre deux personnes! Je souhaite que chacun s'engage envers l'autre , que l'on soit responsable de cet engagement , pour construire une relation qui tienne.

La relation tiendra si chacun veut créer avec l'autre un rapport humain, égal, respectueux , sain , un rapport d'égalité .

Ce qui bannit toute domination de l'un sur l'autre, tout rapport de force entre les deux .

Après notre échange, elle reconnut qu'elle s'était sans doute emballée.

Pour rattraper ce mauvais moment entre nous , je lui proposai de partir quelques jours à Monsoreau en Touraine, qu'elle rêvait de découvrir suite à la lecture du roman d' Alexandre Dumas qu'elle venait de lire quelques temps avant , la fameuse « dame de Monsoreau ».

Notre voyage se passa très bien ; la ville et le château étaient très beaux , ce qui nous permit d'oublier la grande ville d'où nous venions ; nous avons longé à pied la Loire un bel après-midi ; elle vit que je cherchais à lui faire plaisir, et surtout : que ce qu'elle avait pensé me concernant était finalement erroné.

Dans un couple, la priorité est de faire plaisir à l'autre ; nous étions sur la bonne voie.

C'est précisément cela : le rapport de force , qui se trouva en question, lorsque je reçus, à nouveau, le premier couple dont j'ai parlé.

La femme vivait la rencontre (avec celui qui deviendra son mari) , comme une lutte, qu' elle perdrait , si jamais elle « se laissait faire » , comme elle nous le dira en séance .

Elle se rappelait que sa mère obéissait toujours à son mari, son père à elle . Cela expliquait aussi pourquoi elle avait tant attendu , quand son futur époux l'avait rencontrée . D'une part, elle craignait de se retrouver piégée comme sa mère et d'autre part, elle hésitait sur ce qu'elle devait faire , n'ayant jamais encore été désirée par un homme . Elle avait attendu très très longtemps avant d'accepter ses avances. Elle s'était ensuite sentie plus forte, en tout cas, plus qu'elle ne le croyait auparavant, et surtout plus forte que lui, puisque lui était devenu à ce moment-là celui qui demandait ; elle pouvait dire non , le mettant ainsi en position d'infériorité vis à vis d'elle. Ce que sa mère n'avait pas fait , elle , maintenant, le faisait, se disait-elle ! Cela lui donnait une bonne image d'elle-même, et alors seulement elle pouvait se lâcher . Mais en même temps, cela déséquilibrait son propre couple: ils n'étaient plus deux adultes à égalité et lui , ne pouvait que mal réagir.

C'est en effet au moment de la mise en place des relations du couple, au début de leurs rencontres - selon la

manière de réagir de chacun - que l'autre se positionne, et que le couple « prépare » sans le savoir, les difficultés ultérieures.

Il y avait un nouveau travail à faire avec cette femme : l'amener à choisir d'aimer son mari pour construire son propre couple et de quitter la place -si facile- d'être celle qui domine, place où elle faisait« comme aurait dû faire» sa mère.

Toutes ces analyses que je me faisais intérieurement , finissaient par m'étourdir.

Or, je devais rester bien concentré . En fait j'étais toujours sur le fil du rasoir, entre mes réflexions, ce qu'il fallait dire, ce qu'il fallait taire , la nécessité de prévoir la suite de nos rencontres , pour réaliser correctement mon travail .

En dépit de ces difficultés, j'aimais cette place ; il me semblait que c'était MA place ; parce que je rendais service à ces personnes. C'était une place difficile à tenir , très fatigante, me demandant beaucoup d'énergie , ce qui expliquait pourquoi le soir venu, j'avais besoin de « souffler » , de m'éloigner de tout cela, de « me vider la tête » comme on dit ,en marchant longtemps . Tout mon corps se relâchait et je finissais au bout d'un moment - plus ou moins long selon les jours - , par retrouver un état plus équilibré.

Ce que je ressentais après ces instants-là, me permettait de regarder avec plus de naturel ce qui était autour de moi: les gens, les devantures de magasins, les cafés dans

lesquels ça discutait, ça riait, ça parlait, bref : ça vivait.

Ces soirs-là , je prenais le chemin le plus long pour rentrer ; je ne longeais pas la Seine, le long des quais, je faisais un détour sur les avenues toutes proches: je pouvais voir ainsi la vie telle qu'elle se montrait, sans chercher à découvrir ce qui se passait derrière , comme j'avais à le faire toute la journée , pendant mon travail.

Concernant ma propre vie affective , une autre difficulté apparut plus tard. Notre relation se trouva comme distendue : nous nous éloignions l'un de l'autre insensiblement sans que j'y prenne garde ; nos rencontres devenaient de plus en plus difficiles.

Nous étions dans la seconde phase de notre relation ; c'est à ce moment que les choses se clarifient pour chacun des deux protagonistes. D'un côté , ils sont bien ensemble et en même temps, ils ne partagent pas tout, loin s'en faut ; du coup, ils ont tendance à s'éloigner légèrement l'un de l'autre. C'est probablement ce qui nous arrivait. On se rapprochait, puis on s'éloignait au hasard des événements qui nous arrivaient à l'un et à l'autre, comme si la relation n'était plus aussi puissante qu' au début .

De mon côté , bien que je prenne conscience de cela, je me trouvais paralysé : je ne savais plus trop quoi faire, ni comment agir. J'avais envie de la voir par moments, à d'

autres je me sentais bien dans ma solitude. La dernière fois que cela nous était arrivé, je l'avais laissé me manifester son envie de me revoir ; cette fois-ci, il me semblait que je devais adopter la même attitude sans rien faire de mon côté : j'attendais qu'elle me rappelle pour savoir si elle avait envie, ou pas , de me revoir, je lui laissais la décision, car je craignais qu'elle n'accepte de me rencontrer- si c'était moi qui le lui demandait - que pour me faire plaisir, sans le désirer réellement.

Est-ce que je me trompais moi-même? je n'en savais rien, mais , comme le dit Descartes : on ne peut pas passer devant la fenêtre et en même temps se voir (depuis la chambre , derrière cette même fenêtre), passer dans la rue !

Elle ne me rappela pas.

### III

Cela ne m'empêchait pas d'écouter les couples qui continuaient à essayer d'aller mieux , en ouvrant leur cœur devant l'inconnu que j'étais pour eux. Mon écoute ne faiblissait pas ; je pouvais continuer à les accompagner. J'arrivais à dissocier ma vie intime d'avec mon travail.

La femme du premier couple , découvrit l'envie qu'avait son homme de la protéger comme lui ne l'avait pas été dans sa petite enfance , placé dans des institutions où il était tout seul, face aux autres enfants.

Vous le savez bien: les enfants , trop souvent ne sont pas « gentils » les uns envers les autres...

Ce qu'il avait connu : le manque de protection, il ne voulait pas que la femme qu'il aime vive cette souffrance; il lui donna ce qui lui avait manqué, ce qu'il n'avait pas eu: il la protégerait, se disait-il.

Celle-ci avait besoin de se sentir protégée, car elle avait peur des autres et aussi , il faut le dire, un peu d'elle-mê-

me . Elle se croyait « méchante » et craignait de faire du mal autour d'elle. Finalement, leur dyade s'équilibrait ainsi.

Je me rendais compte de tout cela, je le leur suggérai sans trop insister: mes interventions /interprétations , leur permettant d'avancer.

Eux avançaient, et moi ,je ne voyais pas bien si j'avançais ou au contraire si je ne faisais pas du sur-place, voire reculais dans mon histoire personnelle.

Je me disais : « c'est ta vie », comme quoi, quelquefois il est nécessaire de se parler comme à un autre, qui en retour nous renvoie vers quelque chose à la fois extérieur à nous et intérieur sous la forme d'un discours , d'une parole, d'une pensée, qui fixent des jalons pour soi.

Ma vie était redevenue solitaire ; la flambée n'avait pas duré ! Je ne me l'expliquais pas, je me contentais de l'observer , de le constater plutôt , devrais-je dire. C'était la même chose avec les couples que je suivais ; je n'avais souvent pas d'explications sur ce qui leur arrivait. C'était mystérieux. Mais mon regard extérieur les aidait - par ce que je disais - , à mieux percevoir leurs difficultés et au lieu de subir, ils pouvaient faire « un pas de côté », repartir, améliorer leur relation, se battre contre des difficultés réelles, celles que je soulignais, plutôt que d'agir contre des chimères, celles que leur avait fabriquées leur imagination.

Ma vie se déroulait toujours semblable, c'en était monotone.

Jusqu'à ce soir-là où elle reprit contact avec moi.

Quelque chose dans sa voix m'indiqua un changement ; elle ne parlait plus d'une voix sûre, elle hésitait entre les mots. Je la sentais « inquiète », ou plutôt devrais-je dire « désemparée ».

J'acceptai avec joie et aussi avec appréhension de la retrouver, comme elle me le demanda alors , pour nous revoir le samedi suivant, au restaurant dans lequel nous nous étions vus la première fois.

C'était un peu comme si elle voulait tout reprendre au début ; du moins fut-ce ce que je me dis une fois que j'eus raccroché. Puis ,après un instant de réflexion,je n'en étais plus très certain . Il m'était bien difficile de penser juste !

Mon inquiétude grandit au fur et à mesure que notre rencontre se rapprochait , au point de me gêner parfois dans mon travail. J'avais beau la chasser , elle revenait très rapidement. En fait , je cherchais comment trouver le meilleur comportement, lorsque nous nous reverrions , et je finis par me dire que je devais rester prudent, très prudent.

C'est pourquoi le jour de notre rendez-vous , étais-je sur mes gardes lorsque je franchis la porte du restaurant.

En entrant, j'éloignai de moi toutes mes appréhensions et lui fis un grand sourire . Dès que le serveur se fut éloigné , je lui posai d'emblée la question : que s'était-il passé pour qu'elle ne me recontacte pas ?

Une fois de plus , la vie me jouait un tour : je m'étais imaginé des raisons si diverses et variées, que bien entendu, je n'avais pas envisagé celle dont elle me fit part : « Ma mère est morte » , elle se tut un instant, puis elle reprit : « Je me suis écroulée ».

Un moment de stupeur me bloqua. C'était donc cela ! Puis , avec des yeux qui rougissent, laissant échapper des larmes elle ajouta: « Elle était tout pour moi ».

Elle me raconta son enfance :son père était mort d'un cancer quand elle avait 12 ans ; après le décès de celui-ci, sa mère avait toujours été très présente avec elle. Tout en l'écoutant , je me demandais pourquoi elle ne m'avait pas informé de tout cela. Je n'en savais rien ; je sentis monter en moi une émotion très forte pour elle et tentai de lui manifester la compassion que je ressentais . Mais je continuais intérieurement à me questionner sur son attitude. Peut-être avait-elle senti ou pensé que nous n'étions pas encore suffisamment proches affectivement, ce qui pourrait expliquer qu'elle avait préféré ne rien me dire ? Il me faudrait aborder avec elle ce problème de la confiance parce que j'avais besoin qu'elle ait confiance en moi, et me promis d'en reparler plus tard le moment venu.

Je voyais bien son état dépressif, suite à la disparition de

sa mère ; elle me le confirma en me précisant qu' elle avait dû prendre des anti-dépresseurs pendant quelques temps, et qu'elle s'était enfermée chez elle , sans même se rendre à son travail ; tout cela militait pour que je m'abstienne de revenir sur notre relation, comme sur le fait de lui demander pourquoi elle ne m'avait pas appelé. Nous nous quittâmes en nous promettant de nous revoir, lorsqu'elle le « voudrait » rajoutai-je pour la rassurer. Son état de tristesse m'inquiétait et je ne pus m'empêcher de la rappeler le soir-même, pour prendre de ses nouvelles.

Le lendemain, je dus recréer le plus de barrières possibles entre ma vie privée et mon travail .

Lorsque le premier couple dont j'ai déjà parlé entra en séance , il me sembla que quelque chose s'était produit : l'homme avait l'air sombre et sa femme semblait préoccupée.

[Je n'ai rien à supposer, me dis-je, écoutons-les et je verrai bien quoi dire ensuite.]

C'est lui qui prit la parole en premier :  
- «C'est impossible, j'en ai assez, je n'arrive à rien : quoi que je dise, elle refuse de m'écouter !J'ai beau lui dire ...

[« Et bien maintenant tu peux le lui dire, puisque je suis

là ,elle ne peut pas faire autrement que de t'écouter » pensai-je immédiatement. En effet, ma présence casse l'affrontement en miroir dans lequel ils sont lorsque je ne suis pas présent entre eux-deux ;mon corps fait barrière à leur agressivité, et cela, je le ressens! Parce qu' après la séance, j'ai mal partout.]

Et il dit ce qu'il ressentait pour elle, et tout ce qui le faisait souffrir: il parla de son amour : la forme que cela prenait chez lui, ce qu'il ressentait, ce qu'il attendait d' elle , etc...

De son côté elle dit que si un homme l'aimait, c'est autrement qu'il devait se comporter avec elle, autrement qu'il devait agir, autrement qu'il devait parler. Elle voulait qu'il soit différent de ce qu' il était !

C'est effectivement assez fréquent : on attend de l'autre, autre chose que ce que l'on reçoit.

(C'est toujours le même problème , pensai-je ; mon rôle est de permettre qu'ici chacun entende l'autre.)

Il faut qu'un tiers, dans sa réalité corporelle ,fasse lien et barrière entre les deux parties du couple.

Ça peut-être un thérapeute de couple, ça peut-être un parent, un ami , n' importe qui, mais à condition qu'il reste neutre comme je le suis moi-même ; en effet, si vous n'êtes pas neutre, mais si ,au contraire, vous soutenez plus l'un que l'autre, si vous êtes de ceux qui prennent parti, alors vous allez gêner la prise de conscience nécessaire à la réalité de la relation qui est présente à ce

moment-là. Et bien entendu : pas de jugement !

J'intervins donc en disant à sa femme : « entendez-vous ce que dit votre mari ? » Elle resta interloquée. Mon intervention, elle ne s'y attendait pas. Elle devait espérer que je me mette de son côté , que je lui dise qu'elle avait raison.

Ma pratique m'a montré que c'est souvent comme cela que les gens font : ils attendent du thérapeute qu'on les soutienne , que l'on se mette de leur côté , que l'on soit d'accord avec eux et que l'on rejette sur l'autre du couple ,les causes du malaise comme si le sujet n'y était pour rien !

C'est cette place-là qu'il faut prendre et tenir: être à la fois avec chacun et avec la dyade qu'il forme avec l'autre.

En fait ,cette femme se fermait à l'existence réelle de son homme, de celui qui l'aimait, de celui qui vivait avec elle, qui faisait tout son possible pour elle . Elle devait admettre qu'il ne pouvait pas faire autrement. Elle attendait qu' il se comporte comme elle aurait fait si elle avait été à sa place à lui, en se projetant , au lieu de le différencier d'elle, et de le reconnaître dans sa réalité propre. C'est ce que je lui expliquai alors.

Elle s'apaisa , son visage s'éclaira de tendresse ; elle comprit la réalité de son partenaire, qui avait comme beaucoup d'hommes du mal à répondre aux attentes de sa femme . Il fallait qu'elle-même fasse un pas de côté, par rapport à ses propres demandes trop centrées sur elle, et un pas en avant vers l'homme qui partageait sa vie.

Je n'étais pas au bout de mes efforts : c'est lui , maintenant, que je devais aider à recentrer sa position ; il avait lui aussi à faire un pas de côté et un pas en avant, pour qu'ils se rejoignent.

L'heure était depuis longtemps terminée , j'attendis que leurs échanges soient plus apaisés pour leur dire que nous nous reverrions dans quinze jours.

Le second couple dont j'ai déjà parlé , était arrivé depuis quelque temps, il attendait en salle d'attente , aussi le fis-je entrer , après que le couple précédent soit parti .

L'homme revint sur la difficulté qu'il avait à se rapprocher affectivement de sa compagne:

-Je ne cesse pas de me demander pourquoi « elle n'a pas droit au bonheur » (comme elle-même l'avait formulé tout haut, la dernière fois ) et me regardant, il me dit :

- Et bien dites-le moi, vous !

Me tournant vers elle, je demandai :

-Pouvez-vous nous expliquer cette phrase que vous avez dite ici la dernière fois : « je n'ai pas droit au bonheur », phrase que monsieur a du mal à comprendre ?

Dans un premier temps, il était clair qu'elle ne savait pas trop d'où ça lui était venu ; elle était comme dans un rêve, ailleurs ; puis les larmes lui vinrent aux yeux et alors elle nous dit se rappeler avoir entendu - lorsqu'elle était toute petite - , ses parents se disputer ; et elle comprenait maintenant que ces mots-là, c'étaient ceux de sa propre mère que celle-ci avait prononcés lors de cette dispute.

Paroles qui s'étaient inscrites en elle, comme une sorte de destinée fatale partagée par toutes les femmes : une femme n'a pas le droit au bonheur .

En reprenant cette phrase, elle s'était identifiée à sa mère ; elle s'était sentie « toute proche d'elle », nous dit-elle, et elle ajouta, mêlant sourire et larmes: « J'étais devenue ma mère, je faisais comme elle, c'est comme si j'avais sa place, que j'étais à sa place ....».

Je fis comme si elle était en thérapie individuelle : il fallait qu'elle prenne le temps de « souffler » , et surtout qu'elle enregistre ses propres paroles, qu'elle en symbolise la signification . Autrement dit, il fallait qu'elle pose le poids de ses paroles ici ; et après cela, qu'elle reparte, en s'en étant séparée, comme on le fait d'un colis trop encombrant. Je soulignai en verbalisant et en reprenant ses mots : « Vous avez fait comme votre mère , vous étiez devenue votre mère, comme si ,en prenant sur vous ses difficultés vous alliez l'aider à ne plus en être soumise, à la libérer , cela ,en intériorisant sa souffrance ». Pendant que je parlais, son mari ne disait rien ; il était bloqué, incrédule, immobile sur sa chaise, visiblement surpris par ce qu'il découvrait .

C'est pourquoi, elle devait abandonner ici ces mots-là, lui dis-je, et « repartir en me les déposant ». Puis, je restai silencieux un long moment, tout en la regardant avec compassion.

Je comptais terminer la séance après cela, lorsque je reçus un appel téléphonique . Lorsque je suis dérangé alors que je suis avec des patients, j'ai l'habitude d'écou-

ter sans rien dire, puis de donner un rendez-vous, mais cette fois-là, la voix était si peu audible, que je subodorai un cas d'extrême urgence ; je fus obligé de rassurer l'appelante, puis de lui dire de venir le soir-même, à la fin de mes consultations. J'encaissais le coup ; elle était visiblement au bord du suicide ; je fis un effort pour revenir à la consultation avec le couple devant moi.

A la façon dont j'avais répondu au téléphone, ils me regardèrent avec stupéfaction ; je leur souris et leur dis :

-Donc, ça commence à s'éclairer pour vous .

-Oui , dit la femme avec soulagement.

Son ami lui prit les mains, le souffle coupé ; deux larmes perlaient à ses yeux ; j'attendis, silencieux. Chacun reprit conscience et c'est ce moment d'intense soulagement qui marqua le point final de la séance .

Après leur départ, une fois que j'eus noté ces événements, la voix de l'appelante me revint en tête ; je me questionnai sur elle. Je n'en eus pas beaucoup le temps, le rendez-vous suivant sonnait à ma porte et entraînait dans la salle d'attente.

Mes journées étaient ainsi faites : je passais , en l'espace de quelques instants, d'un cas à l'autre et devais me concentrer immédiatement sur chacun d'eux. C'est une gymnastique intellectuelle intense. C'est pourquoi le soir mon cerveau réclamait de ne plus penser à rien ; il m'arrivait même de me demander : « dans quel monde est-ce que je vis? » J'étais « hors sol » ; il me fallait reprendre contact avec « la vraie vie », la vie réelle, celle du dehors.

En attendant , ce soir -là , bien que fatigué par cette lon-

que journée, je reçus cette femme qui m'avait téléphoné lorsque j'étais en séance avec le deuxième couple ; elle resta plus de deux heures.

Son histoire personnelle était faite d'une suite impressionnante de traumatismes psychiques qui avaient commencé dans la petite enfance, puis s' étaient aggravés à l'âge adulte, par des rencontres affectives sans lendemain, liées à ses mauvais départs dans la vie .C'est comme si elle était « la souffrance » incarnée ; je l'écoutai me parler très longuement, de sa vie, de ses amours ratés, de toutes ses difficultés , tâchant de l'aider au maximum. S'en est-elle mieux sentie ensuite ?

En tout cas je ne la revis jamais! Ce qui me questionna . Mais il me fallait accepter ce que l'on appelle la castration, c'est à dire de ne pas connaître la suite ,d'ignorer ce qu'elle était devenue après notre rencontre, et aussi de ne pas savoir si j'avais été suffisamment aidant pour elle.

## IV

Tard le soir de ce même jour, des questions sur ma vie amoureuse s'imposèrent à moi ; peut-être à la suite de cette journée particulièrement longue et dense , mon esprit était-il incapable de se reposer ?

J'avais été ébranlé lorsque mon amie avait cessé de me voir ; j'étais à ce moment là dans l'incertitude de ce qui se passait pour elle aussi ne savais-je quoi penser , j'alternais les explications les plus folles avec des idées toutes simples du genre : « elle n'en n'a rien à faire de toi ». Mais après notre dernière entrevue, tout s'était éclairé. J' étais plus au fait de ce qui lui arrivait ; je savais qu'elle ne m'avait pas fui volontairement . C'est alors que des bouffées de tendresse me traversèrent le corps, tout mon être réagissait . Ce n'étaient plus uniquement des pensées intellectuelles cette fois-ci qui me venaient à l'esprit ; mon entendement n'était plus seul à réagir ; mon corps me parlait : je ressentais pour elle des sensations nombreuses qui me donnaient presque des frissons, j'avais un afflux de désirs, à savoir: la protéger, l'aider, la soutenir . Tout ce que l'on ressent lorsque l'on aime. Oui, cela devenait clair à mes yeux : j'étais réellement amoureux !

Il était tard. La nuit depuis longtemps s'était étendue sur

la ville ; sur ces maisons, sur cette rue que je voyais derrière ma fenêtre où tout était noir et également très silencieux.

C'est ce silence qui s'imposa à moi ; un vent léger faisait de temps à autre s'envoler quelques feuilles mortes, que je pouvais apercevoir grâce aux lampadaires encore allumés , feuilles qui tourbillonnaient puis retombaient un peu plus loin sur l'asphalte. Je songeais au silence qui entre dans les maisons, dans les esprits, dans les cœurs ; je pensais à tous ces gens qui dormaient là , autour de moi, et dans le vaste monde plongé comme nous , du même côté obscur de la planète.

Je sus alors ce que je devais faire ; le matin commençait à laisser paraître dans le ciel les couleurs orange d'un soleil qui se levait encore tout pâle ; il ne me restait plus qu'à essayer de me reposer après cette longue nuit. Laisser mon cerveau et mon corps reprendre des forces sachant au fond de moi que je voulais la revoir, pour continuer avec elle sur le chemin de la vie.

*De son côté, elle aussi la veille , elle repensait à notre rencontre ; des idées contradictoires s'entrechoquaient rapidement :*

*« Je n'aime pas la façon dont il m'a répondu au restaurant ! Je lui explique le chagrin que j'ai eu à la mort de ma mère ; au lieu de m'aider...  
Oui, j'ai besoin d'aide.*

*S'il avait quelqu' intérêt pour moi, au moins serait-il plus présent, au lieu de me dire qu'il comprend !*

*Je voudrais qu'il me dise qu'il est avec moi, qu'il pense toujours à moi ; même quand je suis restée longtemps sans lui donner de nouvelles...*

*Des pensées agressives viennent à son esprit :*

*Et puis, on dirait qu'il le prend de haut !*

*C'est bien les hommes ça: quand tout va bien, ils se pavent devant vous et à la moindre difficulté, ils vous laissent tomber .*

*Elle se tut.*

*Après un instant de calme, elle se reprit :*

*Je suis bien mal pour avoir toutes ces pensées-là !*

*Mais c'est pourtant ce que je pense ...*

*Peut-être qu'il va me rappeler et me dire des choses gentilles?*

*Pour une fois que je trouve un homme sympa avec qui je peux échanger sur des choses qui me plaisent, comme pour la musique ...ce qui m'a rapproché de lui d'ailleurs.*

*Je me souviens avoir bien aimé l'entendre chanter quand je faisais mon jogging dans le parc.*

*Elle sourit.*

*Puis, après un instant de rêverie elle revint dans la réalité :*

*Il ne m'a même pas dit ce qu'il fait comme travail ; il faut dire aussi que je ne le lui ai pas demandé.*

*Et puis maman a eu cet cet arrêt du cœur ; et lui, je l'ai complètement oublié !*

*Ma pauvre fille, tu vois où tu en es? Tu n'arrives même plus à poser tes idées calmement; et en plus ...je me*

*traîne ...Je n'ai plus de goût à rien ...je n'ai même plus envie d'aller bosser .*

*L'autre jour, la toubib m'a proposé de me prolonger mon arrêt de travail, sinon m'a -t-elle prévenue , je vous ferai hospitaliser si votre état empire ; je n'en ai pas du tout envie.*

*Je veux rester libre ; pouvoir faire ce que je veux.*

*Après le travail, j'aime bien pouvoir me promener quand vient le soir, voir les boutiques, les gens qui passent devant moi, regarder tout autour de moi ; je regarde aussi quelquefois les hommes du coin de l'œil.*

*Leur allure peut dire beaucoup de choses.*

*Lui, je vois qu'il est bien dans son corps, dans sa tête aussi ; c'est ça qui m'a mise en confiance...*

*Elle se tut un instant, laissant ses pensées vagabonder, puis à nouveau repensa à lui :*

*Mais tout de même, qu'est-ce qui m'est donc arrivé!*

*C'est la première fois que je parle à un inconnu , et en plus lui dire : « J'aime bien les gens qui chantent ».*

*Qu'est ce qui m'a pris ? En tout cas , il a été bien gentil... Pourquoi tout à l'heure j'ai dit que je ne voulais pas qu'il me comprenne ? Au contraire!*

*Finalement il est resté discret avec moi, c'est pas comme ces gens qui questionnent sans arrêt, tout ça pour vous assommer de leurs conseils .*

*Y en a d'autres, surtout les hommes, qui ne te parlent que d'eux, toi, t'existes plus.*

*Elle se calma, but un verre d'eau pour se désaltérer, suite à toutes ces pensées qui la travaillaient, puis revint à lui.*

*Bon, voilà que je ne sais à nouveau plus quoi penser.  
Au moins avec lui , j'ai pu échanger sur ce qui me plaît,  
et j'aime bien quand je le questionne, qu'il me réponde  
directement, sans hésiter : il a l'air franc.*

*J'ai bien aimé aller au concert avec lui , la musique était  
bien jouée, et puis je ne suis pas souvent déçue avec  
Mozart, c'est très agréable, profond, ça me fait vibrer  
tout au fond.*

*Il faudrait aussi que je me décide si je reprends le travail  
ou pas.*

*-Un moment de silence suivit entre ces deux idées.Puis  
elle prit des décisions:*

*-Bon finalement, je vais reprendre mon travail et je vais  
aussi l'appeler .*

Comme elle avait passé sa soirée à se questionner sans  
arrêt , elle s'endormit très tard.

Le lendemain matin, la tête libre, elle allait bien mieux.  
Elle pensa en elle-même qu'elle commençait à faire un  
tout petit peu le deuil de sa mère. Elle retourna à son  
travail, et déclara à tous qu'elle reprenait celui-ci .

*Elle lui téléphona le soir même , mais il dit d'un ton  
qu'elle trouva désagréable, qu'il ne pouvait pas lui  
parler tout de suite et qu'il la rappellerait plus tard .  
En raccrochant , des pensées négatives l'envahirent de  
nouveau :*

*Il ne veut pas me revoir, il en a marre de moi ; enfin  
il est 20 h passées tout de même !*

*Et il a prétexté qu'il ne pouvait pas me répondre! ...*

*En fait, il est avec une autre femme !*

*Quand il va m'appeler ce sera pour me dire que c'est terminé entre nous.*

*Non, il va me mentir, et me dire...*

*Oui, c'est ça il va me dire que « c'est fini » nous deux!*

*Ces idées-là la déprimèrent encore plus, elle s'en voulut d'être comme cela, mais elle ne pouvait pas s'empêcher d'avoir des idées noires ; étant dépressive depuis si longtemps. Du coup, elle se servit un grand verre d'alcool, qu'elle but rapidement , puis en prit un second et un autre ensuite. Se rappelant certaines chansons que sa mère lui fredonnait quand elle était petite (surtout quand elle était triste), se les chanta à elle-même, puis des larmes lui vinrent aux yeux, augmentant encore sa tristesse.*

*Ce n'est que vers 22 h 30 qu'il lui téléphona .*

*Très alcoolisée , elle ne comprit pas bien ce qu'il disait, mais elle se raccrocha à cette phrase : « on se verra samedi prochain à 20 h, toujours au même restaurant , pour parler ».*

*Cependant, son état dépressif s'accentua malgré cet appel, elle ne savait plus quoi penser .*

*Les deux jours qui suivirent furent horribles : elle cacha son état à ses collègues , en surjouant la bonne humeur , mais au fond d'elle, elle se disait que son*

*histoire était terminée . Elle se forçait à rire quand quelqu'un disait une blague, sauf que le cœur n'y était pas.*

*Le jour de la rencontre avec lui , elle hésita : irai-je ou pas, à ce rendez vous ? Y aller , c'était affronter cet homme, aurait-elle le courage de l'entendre lui dire qu' il ne voulait plus la voir ? D' un autre côté, pourquoi l'avoir invitée si c'était pour lui dire adieu, il aurait pu le faire par téléphone. Elle n'arrivait même plus à penser.*

*C'est donc pleine d'appréhension et sur la défensive qu'elle se rendit au restaurant , celui qu'ils avaient aimé dans le passé, craignant que ce ne soit la dernière fois qu'ils ne s'y retrouvent . Elle s'assit et attendit longtemps, puis se dit qu'il ne viendrait pas et regardant sa montre :*

*Oh ,je me suis trompée, je suis venue une heure trop tôt ! [son acte manqué manifestant son désir de le rencontrer le plus vite possible] c'est maintenant seulement qu'il doit arriver ! Comment ai-je pu venir presque une heure en avance?*

*Tiens justement, le voilà et en plus, il fait la tête, ma parole !*

*Pourtant, il lui fit un grand sourire et s'attabla :*

*-Comment vas-tu?*

*Elle n'osa pas parler de ses inquiétudes tout de suite et répondit machinalement :*

-Ça va et toi ?

Il s'éclaircit la voix (*ça y est pensa-t-elle, il va me dire que c'est fini*), il dit :

-Et si on commandait?

*Hésitait-il lui aussi ?*

Elle choisit au hasard , elle était tellement perturbée qu'elle ne vit pas que ce plat , elle ne l'aimait pas du tout, ; aussi , une fois le garçon parti, lui demanda-t-il : pourquoi commandes- tu cela, je croyais que tu ne l'aimais pas ?

- C'est pour changer ,dit-elle sur un ton agressif .

Il reprit sans s'arrêter à son ton :

- J'avais envie que nous parlions ensemble ,c'est pour-quoi j'ai voulu que nous nous voyions ce soir.

*Avant qu'il eût continué, elle faillit se lever et partir ; quelque chose en elle s'écroulait, elle n'arrivait plus à entendre distinctement ; pourtant son ton, (à lui), était calme et presque affectueux .*

Elle se lança et lui demanda :

- pourquoi tu n'as pas voulu me parler lorsque je t'ai appelé l'autre soir après 20h?

-Comme nous ne nous connaissons pas beaucoup, j' ai pensé qu'il fallait que je t'explique ça en face à face, pour que tout soit clair pour toi. Et pour toi , ta reprise de travail, comment s'est-elle passée ?

*Il ne s'était pas encore vraiment expliqué, songea-t-elle et il me fait parler .Elle répondit laconique:Très*

*bien, tout s'est bien passé.*

Lui :

- Écoute , le plus souvent je travaille en fin de journée; mon activité consiste à aider des couples qui ne peuvent venir qu'après leurs heures de bureau donc , c'est le soir que je les vois ; ça peut durer jusqu'à 22h, même 22h 30 parfois ; ces couples vont mal, moi je les aide à se reconstruire ; ça peut durer plus d'une heure à chaque fois, alors quand il y en a deux qui se suivent , je ne te dis pas ! Je suis occupé souvent très tard certains soirs, et après ça je suis très fatigué , il me faut du temps pour récupérer, c'est pourquoi j'ai préféré te le dire ici, où l'on peut en parler tranquillement . L'autre soir j'avais des personnes en face de moi, qui n'allaient pas bien du tout, je ne pouvais pas te répondre avec eux devant moi.

*Elle respira un grand coup, et pensa :*

*C'était donc ça ! Que n'ai-je pas inventé !*

*C'était pour m'expliquer tout cela qu'ils s'étaient retrouvés ici , dans ce restaurant qu'ils aimaient tous les deux !*

*Elle sourit , son visage cessa de se fermer, l'air entra avec force dans sa poitrine, elle était soulagée.*

La discussion s'éternisa tard ce soir-là ; ils avaient beaucoup de choses à se dire .

*Elle comprit mieux ce qu'il en était de leur relation et se dit en elle même : « qu' elle commençait à se trouver*

*bien avec lui » .*

Mais, cela suffit-il d'apprécier un homme pour une femme ? N'y a-t-il pas autre chose, ce que le poète nomme « mystère » qui fait que les êtres se rapprochent? Quelque chose qui vient du fond des âges, quelque chose qui appartient à ceux qui sont là, l'un en face de l'autre ? Qui le sait ?

En rentrant chez moi ce soir-là , je songeais qu'on a beau en connaître un tout petit peu sur les relations de couple, on ignore totalement ce qui, à un moment, fait basculer quelqu'un du côté de l'amour . Je me demandais si elle m'aimait , maintenant que je savais que moi, je l'aimais.

J'étais dans l'expectative.

Je me demandais aussi comment elle allait réagir à notre discussion . J' espérais en tout cas qu'elle comprendrait pourquoi je ne pouvais pas lui parler l'autre soir. Je me doutais bien qu'elle avait dû s'imaginer... je ne savais d'ailleurs pas trop quoi ! J'espérais que nous allions tous les deux avoir une véritable relation. Certes, je ne lui avais pas dit ce que je ressentais pour elle, je n'avais pas osé parler d'amour, parce qu'il me semblait que ce n'était pas encore le moment. Pour cela , il fallait aussi qu'elle avance vers moi , qu'elle manifeste ses propres sentiments .

Ces subtilités des rapprochements entre homme et femme, sont toujours vécues très différemment selon les individus.

Sur le chemin du retour , je me demandais comment allait se poursuivre notre vie, cela me préoccupait. Rentré dans mon studio, je dormis mal , inquiet pour notre futur .

Il y a toujours des « tournants » dans une vie de couple . Je craignais que nous en ayions atteint un ; d'un côté je pouvais voir d'un œil positif ce qui venait de se passer , mais de son côté à elle , elle pouvait décider de ne pas donner suite, si quelque chose me concernant ne lui convenait pas . Avait-elle senti l'intérêt que je lui portais? Souhaitait-elle poursuivre cette relation avec moi ?

Ces moments, lors d'un rapprochement affectif , sont pleins d'incertitudes, de questionnements, de doutes , pas toujours exprimés , pour chacun des deux partenaires.

Le lendemain matin, tout en me hâtant de rejoindre mon cabinet, je me concentrais sur les couples que j'allais recevoir pendant cette nouvelle journée .

Avant l'arrivée du couple n° 1, je réfléchissais à leurs

difficultés ;il me semblait que leur relation s'améliorait, la femme commençant à accepter les particularités de l'homme qui l'aimait . Je devais l'amener à ce qu'elle cesse le plus possible de fantasmer sur lui : elle devait le prendre comme il était et accepter sa parole d'amour, sa façon de l'aimer.

Le risque étant qu'il chute de la place idéale où elle l'avait mis, jusqu'à une place plus réelle, probablement moins attirante pour elle .

Nous avons tous à faire face à ce réel ; c'est en le respectant qu'on peut aborder la vie avec le moins d'erreurs .

Quant au mari, il aurait une nouvelle marche à franchir, encore un pas à faire pour essayer de devenir un peu plus celui qu'elle souhaitait , s'il le pouvait !

Voilà en gros les multiples idées qui m'étaient venues de mes réflexions passées , et qui maintenant s'embouteillaient en moi, jusqu' au moment où ils s'assirent .

Je les regardais sans laisser deviner mes pensées.

Ils semblaient contents de la nouvelle relation qui s'était établie entre eux sur les bases qu'avaient dégagées notre dernière rencontre.

Il me revint à l'esprit ce que je viens d'évoquer : c'était à lui maintenant de faire un pas de côté ; ce qu'ils

me dirent en ce début de séance me montra qu'il ne l' avait pas fait . Il continuait sur sa lancée , lui ayant répété durant ces quinze jours « qu' il l'aimait », (rappelez vous : c'est ce qui avait été abordé ici la dernière fois). Or, la réaction de sa femme était celle de quelqu'un d'agacé par cette répétition même. Qu'en est-il de l'amour qu'on vous porte , si vous souhaitez un certain comportement qui ne vient pas ? Ce ne sont que des mots , pas des actes.

[Il y a quelque chose qui ne va pas , me dis-je, tout en les écoutant ].

J'attendais qu'elle en dise un peu plus, mais rien ne venait. Je la questionnai directement :

-Comment voyez-vous la nouvelle position de votre mari ? Elle commença par dire qu'elle était bien, très bien, trop bien.

[J'accrochai sur ce lapsus sans revenir sur ce que je songeais auparavant, car il faut utiliser ce genre de fait dès qu'il apparaît: ]

-trop ,dis-je,

-C'est ce que me disait ma mère: mon père était toujours « trop » ;elle n'arrêtait pas de dire : « ton père, il est trop ; parfois c'était : trop loin, ou trop dur, ou trop avare...Je l'entendais souvent me le répéter sur tous les tons ».

Je me tournai vers lui : et vous ?

Il rebondit sur ma question : elle, me dit-il en la regardant , elle me reproche de ne jamais en faire as-

sez!

- Je le questionnai ; il dit qu'il était bien obligé d'en faire : « trop » justement ; car elle en redemandait toujours plus ; ce qu'il faisait , c'était jamais assez, jamais complet, ni suffisant, ni fini, ni à la hauteur...précisa-t-il.

Je compris qu'il y avait chez lui un «ras le bol» et que s'il ne le faisait pas (ce « plus » qu'elle lui demandait), ce serait le drame donc , pour l'éviter , il en faisait toujours plus, il en rajoutait. Il était clair que cela lui pesait.

Je me dis que je ne devais pas le forcer à aller dans le sens opposé , mais que je pouvais seulement le soutenir ; il fallait que la réaction vienne de lui.

Mais s' il continuait à faire comme son père (à elle), elle ne pourrait pas se libérer de l'identification à sa propre mère .

Un couple n'est jamais la copie conforme des parents ; sa femme devait, elle aussi, trouver sa propre place. Il pouvait l'aider, en n'en faisant justement pas « trop » !

Je le suggérai.

Nous avons passé la séance à tourner autour de ces nouvelles difficultés , je décidai d'arrêter là.

A peine le temps de prendre quelques notes, que le couple suivant entra.

C'était le couple n°2 .

Tout de suite, ils parlèrent de leurs enfants . Ceux-ci étaient très demandeurs , il fallait toujours que les parents les satisfassent ; dès que l'un réclamait quelque chose, ils se hâtaient de lui donner satisfaction. Devant être à leur disposition continuellement, (conduire l'aîné au foot, le second à la gym, la dernière à la danse ou chez ses amies) ; ils étaient sans cesse occupés avec eux !

En les écoutant me dire tout cela , je les voyais comme étant des serviteurs , ce n'est cependant pas le mot que je prononçai ; je leur demandai :

-Quand avez-vous du temps pour vous ?

La réponse fut très claire: « on s'occupe tout le temps d'eux ,( sous-entendu nous n'avons jamais de temps pour nous ) ; alors le soir nous sommes fatigués, surtout quand nos journées de travail ont été difficiles ; c'est pourquoi, après les avoir couchés , nous sommes bien contents de nous reposer. Et il y a les tâches ménagères ; c'est elle qui en fait le plus et moi je fais surtout le taxi » rajouta-t-il .

-Moi : et les week-ends ?

-Lui : C'est pareil ; toute la journée du samedi , ils ont plein d'activités et le dimanche matin, il y a des courses et pour moi, la voiture dont je dois m'occuper, c'est à ce moment-là qu' elle fait le ménage et prépare

des repas d'avance ; alors , l'après-midi, on se repose , heureusement qu'on a la télé.

-Moi : et pour vous deux ?

-Lui : rien

-Moi: on pourrait dire que vous n'êtes que parents et c'est tout , mais entre vous deux ?[j'insiste puisqu'ils ne répondent pas].

-Eux : on n'a pas le temps .

Manifestement , ils s'étaient laissé « bouffer » par leurs enfants , ce qui leur évitait – inconsciemment - d'avoir à se comporter comme homme et femme l'un avec l'autre. D'ailleurs , l'aîné était arrivé tout de suite après leur rencontre, et cette place de parents était la seule qu'ils occupaient .

-Moi : et l'amour ?

Pour eux , il était naturel d'être papa et maman ; leur relation de couple n'existait pas.

Là, se trouvait une des causes de leurs dissensions : à trop vouloir n'être que parents , ils avaient laissé de côté leur relation amoureuse ; celle-ci s'était dégradée avec le temps , jusqu'au malaise qui avait entraîné leur demande de venir me voir ; c'était ce que nous avons travaillé au début de nos rencontres.

La séance se termina sur cette nouvelle difficulté à résoudre : comment vivre comme deux amants, comme deux amoureux, en plus d'être deux parents ?

Une fois qu'ils furent partis, après la prise habituelle de notes , je me reposai un instant pour reprendre des

forces avant de fermer lumières et porte.

Le soir était arrivé, avec l'obscurité. Je rentrai en longeant les quais sans trop me presser, en méditant sur tout cela, ignorant ce qui allait m'arriver.

En effet , à peine rentré chez moi, je découvris une lettre de mon amie, m'informant qu' elle ne voulait plus de notre relation, dans laquelle, m' écrivait-elle , elle ne se retrouvait plus. Dans un premier temps, je me rappelai y avoir songé la veille, lorsque je m'étais questionné sur la façon dont elle pouvait réagir à notre explication ; ce qui me surprit le plus ce fut la rapidité de sa réaction.

Tout en me versant un grand verre de cognac , je réfléchis à tout cela, puis l'appelai et mû par je ne sais quelle inspiration , je fis comme si je n' avais pas encore reçu sa lettre et m'enquis d'elle . Bien qu' un peu froide, elle me répondit sans difficultés. Pour elle , j'étais au courant de sa demande de rupture et ce fut comme si elle se lâchait : « oui, me dit-elle, je vais bien , depuis que je me suis dit qu'avec toi, ça ne pouvait pas marcher ».

-Moi : Pourquoi penses-tu que ça ne peut pas marcher entre nous ?

-Elle : Tu prends les choses trop au sérieux, ça me dé-

stabilise ...

-Tu as raison, lui dis je : je le fais parce que j'essaye tout simplement de tenir compte de toi, et... d'après toi, je serais à côté de la plaque ? ...

...Nous échangeâmes assez longtemps .

Je me disais en moi-même , qu'elle se donnait de fausses excuses , car en réalité notre relation commençait à s'étoffer ; certainement hésitait-elle à avancer, elle avait besoin de temps pour se décider de continuer avec moi .

Je pensai que nous devions nous éloigner un peu pour réfléchir à cette nouvelle situation ; je lui fis une proposition qui permettait de ménager l'avenir :

- Le mieux serait peut-être qu'on ne se voit pas pendant un certain temps , lançai-je ; à quoi elle me répondit :

-Oui, ça serait bien.

(Sur le moment, j'eus envie de tout laisser tomber, la déception s'empara de moi . Peut-être m'étais-je trompé sur elle ? Peut-être n'arrivions-nous pas à créer une bonne relation tous les deux ; était-on en décalage, malgré les apparences ? Présentement nous n'étions d'accord que sur ceci: « éloignons-nous » ).

- Écoute , lui dis-je, on raccroche et on fait le point chacun de notre côté pendant huit jours ; si l'un de nous deux en a envie, il rappelle .

Je souhaitais ainsi couper court à notre discussion que je voyais mal partir et je me donnais - ainsi qu'à elle - du temps pour repenser à nous .

OK, dit-elle et elle raccrocha...

*Puis elle se mit à réfléchir :*

*Qu'est-ce qui m'a pris?*

*Est-ce que je fais bien ? oui c'est vrai qu' il me déstabilise! C'est de sa faute: je n'arrive pas à le comprendre . Il n'est pas comme les autres ;eux, c'est toujours simple, quand tu les menace de les quitter, ou bien ils se mettent en colère et t'insultent en te traitant de noms désobligeants ou bien ils deviennent des enfants, ils pleurent presque et te portent aux nues : t'es devenue super formidable, tu es Tout pour eux, ils ne peuvent pas vivre sans toi !*

*Et lui, il accepte comme ça, sans rien ajouter !*

*Et c'est lui qui m'a proposé de nous éloigner quelques temps !*

*Quel drôle d'homme quand même, aller dans mon sens... c'est pas habituel pour moi.*

*Je ne sais pas ce qui se passe, j'ai besoin d'y voir plus clair .*

*Un bon whisky me fera du bien. Du moins si cela ne m'empêche pas de réfléchir à lui, à notre relation, et surtout à son comportement avec moi.*

*Après un moment , elle se dit :*

*Oui , c'est cela que je dois faire: réfléchir à sa façon d'être ...Et d'être avec moi; je n'ai pas l'habitude de ce genre d'homme, et en plus je n'ai personne à qui en parler !*

De mon côté, je passai - à nouveau- une mauvaise nuit.

## V

Le lendemain matin étant un samedi , je décidai de partir au bord de la mer par le train, puisqu'il y avait trois jours de congés: un WE plus un jour férié supplémentaire . Le bord de mer me ferait du bien et m'aiderait à y voir clair dans notre relation qui me semblait prendre une mauvaise direction, plus exactement si j'étais honnête avec moi-même :qui me paraissait être sur le point de s'achever.

Vers midi, je sortis de la gare , me dirigeant directement vers la plage.

Il faisait beau, les nuages ayant disparu du ciel, donnait à la mer une couleur très bleue, bien que nous soyons sur la côte normande ; certes, pas le même bleu que celui de la Méditerranée, c'est vrai ! Ce lieu était agréable à regarder, je ressentis alors un grand calme en moi.

On connaît tous l'effet déstressant des paysages maritimes, les vagues tombant sur le sable avec leur bruit caractéristique comme un lent roulement de tambour

sans fin , le ciel, large , éclairant la surface de la mer elle-même d'une étonnante clarté , avec, à l'horizon une frange plus claire entre le ciel et l'eau.

L'espace maritime restera toujours apaisant pour chacun d'entre nous. Je vivais intensément ce moment, oubliant mes soucis amoureux, longeant la côte à pied, tout en marchant lentement, goûtant toute la beauté de ce qui était devant mes yeux : l'espace grandiose, le ciel immense et la mer bleue, tout cela m'impressionnait.

Rien ne me pressait ; le temps s'étirait pour moi , jusqu'au moment où je commençai à avoir une petite faim. Je me mis à saliver en me dirigeant vers le premier restaurant que je vis, songeant au plat de poissons que j'allais y déguster. Il n'y avait pas grand monde à l'intérieur en ce jour de vacances. Je pris place près d'une fenêtre, regardant au loin une voile qui se déplaçait lentement. Sur les murs des photos de bateaux - surtout des navires de pêche - donnaient à ce lieu un côté tranquille et reposant.

La serveuse me conseilla leur spécialité ;effectivement celle-ci était excellente. Je goûtai avec plaisir leur plat de poissons.

Deux jeunes femmes entrèrent, toutes les deux en grande conversation, et s'assirent à la table à côté de la mienne ; elles parlaient de leur solitude, des hommes qui étaient trop rares à respecter leur point de vue de femme ; je ne pus m'empêcher d'acquiescer , et tout

en m'excusant de me mêler à leur conversation :

- Oui, rares, mais, s'ils sont rares cela veut dire qu'il en existe quand même un petit nombre qui ne sont pas comme vous le dites : ne songeant qu'à eux et /ou des dominateurs comme vous semblez l'affirmer .

- Oh ,vous les hommes, il faut toujours que vous ayez raison ,dit en souriant la femme brune .

-En vous entendant je me suis dit que je ne partageais pas votre vision des choses et que peut-être vous accepteriez de répondre à mon objection , mais, quand les hommes essayent de faire entendre leur point de vue, on dit qu'ils veulent dominer, je ne fais que vous donner mon impression, que vous pouvez totalement refuser si vous le désirez.

L'autre femme fut d'accord avec moi : «que beaucoup trop d'hommes étaient dominateurs, mais que quelques uns étaient différents » ; ainsi avait-elle souvent dû se battre pour se faire respecter, ajouta-t-elle. Elle souhaitait rencontrer un homme exceptionnel qui tout en tenant sa place, tienne compte de ses propres points de vue à elle , de ce qu'elle disait et aussi de ce qu'elle attendait .

Ses yeux rêveurs se plantèrent dans les miens. Je ressentis une décharge émotionnelle, son regard était délicieux.

Je tentai ma chance : « Essayez de voir avec moi si vous trouvez ce que vous cherchez... »

Elle rit : « vous, les hommes, vous êtes tous des dra-

gueurs »,

- oui, répondis-je, dès que notre cœur est enflammé par une femme, nous pensons tout de suite : la voilà, celle que j'ai toujours cherchée.

- Vous croyez au destin ? me dit la brune.

- Je ne sais pas.

- Elle reprit : « moi non ,et toi ? » en se tournant vers son amie,

- Non plus .

Puis après un silence, elle ajouta :« Je crois que dans les relations ça marche quand on fait tout l'un pour l'autre »

-moi : « et comment s'en rend-t-on compte? »

-« ça se sent » dirent-elles ensemble, et elles éclatèrent de rire.

Une fois le repas terminé, nous nous levâmes de table et sortîmes. Le temps était dégagé, un petit vent balayait le sable, mais guère trop. Le froid avait laissé place à une température plaisante pour la saison. La plage commençait à se remplir de monde ; nous nous dirigeâmes vers le centre ville, flânant comme de vieux amis ; je me dis que cette rencontre avec ces deux femmes ne déboucherait sur rien et pris prétexte de me chercher un hôtel, pour me séparer d'elles ; le soir commençait à se faire sentir par une fraîcheur dans l'air ; il était temps que je m'enquière d'un endroit où passer la nuit.

Quand je fus dans la chambre de l'hôtel que j'avais choisi parce qu'il était situé dans un endroit tranquille suffisamment éloigné du bruit de la ville, je repensai à mon amie et décidai de lui téléphoner.

Malheureusement, elle ne décrocha pas ; je lui laissai comme message qu'elle pouvait me rappeler quand elle le désirerait, au numéro que je lui donnais, (celui de l'hôtel), sans préciser où j'étais.

Je me sentis soudain très seul.

Elle commençait à me manquer, ce qui m'expliquait pourquoi je n'avais pas songé à essayer de passer la nuit avec l'une des deux femmes que j'avais rencontrées l'après-midi.

Je retournai à la plage , plongée maintenant dans la nuit ; elle était toute sombre ; seuls les lampadaires, le long de la route, donnaient un peu de lumière, mais ne permettaient pas de voir la mer. Comme aucun navire ne passait , tout était lugubre. Le bruit des vagues et le cri de quelques mouettes me firent un tout petit peu de bien ; il y avait quelque chose de rassurant à entendre le bruit que font les vagues sur le sable, qui s'écroulent régulièrement, sans se presser, sans jamais s'arrêter, comme une horloge qui donne le temps, le temps infini, l'infini du temps.

En remontant dans la chambre, je sus qu'elle avait essayé de me joindre ; elle avait juste laissé ce message : « Je pense à toi ». Je la rappelai tout de suite malgré l'heure assez tardive, elle ne dormait pas et fut « con-

tente » de me parler , me dit-elle. Elle réfléchissait à nous deux, et se demandait si elle n'avait pas envie de me voir tout de suite. Oui lui dis-je, je serai chez toi dans... disons... huit heures. Elle s'étonna de ce temps, je lui répondis que j'avais eu besoin de voir la mer.

C'est moi qui viens demain, répondit-elle , je te rejoins .

Je me sentis tout de suite mieux, bien mieux, euphorique même .

Cet éloignement nous avait fait du bien , avec le manque créé par notre séparation ( décidée pourtant la veille ), était apparu le besoin de l'autre, que nous avions tous deux ressenti .

Toutes mes tensions s'évanouirent et le relâchement lié à ce bien-être me permit de m'endormir enfin.

Au petit déjeuner que je pris assez tard le lendemain matin, dans la salle du rez-de-chaussée, j'étais encore mal réveillé, lorsque la porte laissa passer une femme aux traits tirés, les cheveux collés au front ; la fatigue se lisait sur elle.

Je restai bouche bée : elle venait d'apparaître et avait donc conduit toute la nuit depuis notre échange, quelque chose l'avait poussé à venir sans attendre ; je me précipitai vers elle et la serrai dans mes bras.

« Merci d'être venue » lui dis-je, « assieds-toi et prends un café pour te remettre de cette longue route ». Je m'interrogeais tout en la regardant s'installer : pourquoi avait-elle fait ce voyage en pleine nuit pour me rejoindre ? Manifestement, elle avait pris sa voiture tout de suite après notre échange - au lieu d'attendre le lendemain matin pour ne partir qu'après le lever du jour et donc arriver plus tard dans l'après-midi. Aussi était-elle là, fourbue et harassée par toute une nuit à conduire et bien sûr : toute seule et sans interruption !

Son café terminé, elle demanda à monter dans la chambre, et s'allongea sur le lit pour prendre enfin un peu de repos.

Je la regardais, la tendresse m'envahissait le cœur, tandis qu'elle respirait calmement, les yeux ouverts ; je ne bougeais pas, la laissant reprendre des forces, la regardant longtemps se reposer. Puis elle ferma les yeux et s'endormit ensuite .

Des pensées diverses m'assaillaient, pendant que je la regardais se reposer après cette longue nuit : pourquoi être venue si vite ? Qu'est-ce qui l'avait motivée ? Que voulait-elle ? Après tout, c'était elle qui avait demandé une séparation, et à peine celle-ci faite, la voilà qui conduisait toute une nuit pour venir me rejoindre.

Aurait-elle mal vécu cette distance entre nous ? Pourquoi cette hâte ? Autrement dit ce besoin d'agir, pour vérifier que... mais quoi donc ? Une idée me vint : a-t-elle besoin de moi ? Je n'oserai pas la questionner

tout de suite une fois qu'elle sera debout, il me faudra attendre le bon moment ; oui, j'attendrai qu'elle a-borde elle-même, quand elle sera prête , le pourquoi de sa venue ici, en bord de mer.

Autre chose en outre, s'agita dans mes pensées ; l'idée de ce que l'on appelle : « le manque » s'imposa à moi.

Le manque se met en place quand il y a comme un vide autour de soi et surtout en soi , un vide que l'objet a créé du fait de son absence, et ce vide, ce manque , vous poussent à l'action, rapidement ; était-ce cela qu' elle venait de faire ? Je me questionnai , puis de plus en plus , je pensais que oui , c'était la bonne explication de son geste : celui de se précipiter vers sa voiture pour venir me voir en bord de mer . Ce vide était rapidement devenu insupportable, aussi , était-elle venue me rejoindre sans attendre, en dépit des obstacles dont j'avais conscience : la distance entre nous l'avait contraint à conduire longtemps, du coup, il lui avait fallu lutter contre le sommeil et également contre la fatigue .

La tendresse envahit mon cœur, je lui savais gré de ce qu'elle avait fait ; c'était bien la preuve qu'elle tenait à moi, comme j'avais de mon côté tenu à elle depuis notre séparation, en ne cessant pas de penser qu'elle me manquait, que ma solitude était difficile à supporter , comme me l'avait montré mon comportement avec mes voisines de table : je n'avais pas eu vraiment l'

envie de chercher une aventure avec l'une d'elles.

Lorsqu'elle remua en se réveillant après son repos, un sourire s'esquissa sur mes lèvres, je la remerciai une fois encore d'être venue.

Nous échangeâmes sur le bonheur qui nous envahissait d'être ensemble, nous le goûtions chacun avec intensité ; le vide, le manque précédent, laissant chez chacun de nous place à une sorte de plénitude.

Nous allâmes le lendemain nous promener le long de la côte normande si jolie , jusqu'à Cabourg.

Cette ville conserve un côté vieillot ; ce qui lui donne son charme, même après avoir été remise à neuf, c'est à dire mise au goût du jour avec des nouveaux magasins aux grandes vitrines claires; ensuite nous entrâmes boire un café au Grand Hôtel. Penser que Marcel Proust y avait souvent séjourné, me laissait songeur . A l'intérieur, tout en regardant la mer que l'on apercevait au travers de grandes fenêtres encadrées de longs et sombres rideaux tombant du haut plafond jusqu'au sol , nous pûmes encore une fois échanger en amoureux.

Le temps passe, pour nous comme pour les choses, il nous fallut bien repartir .

Nous décidâmes de rentrer à Paris pas trop tard, en fin d'après-midi , pour éviter si possible d'être retardés le soir par les retours sur la capitale ; peine perdue, ce ne fut que vers 23h qu'elle me déposa chez moi. En effet j'avais des démarches importantes à faire, le lendemain matin aussi, lui avais-je demandé de rester seul cette nuit-là .

Il me semblait que nous avions du mal à trouver la bonne distance : nous étions tantôt trop éloignés et il nous avait été nécessaire de nous rapprocher, - ce qu'elle venait de faire en me retrouvant au bord de la mer -, ou bien comme un accordéon tout cela avait changé et nous étions maintenant trop près et devions légèrement nous éloigner , un peu, juste le peu qu'il faut pour que chacun respire, retrouve ses marques, s'habitue à la proximité de l'autre.

*Mon amie une fois chez elle, s'interrogea sur cette retrouvaille qui s'était terminée très vite, trop vite à ses yeux.*

*Il est bizarre quand même ! ça se passe bien entre nous et puis on se sépare après avoir eu à peine le temps de se retrouver. C'est vrai que, s'il doit se lever tôt demain j'accepte, comme il me l'a demandé , que l'on ne dorme pas ensemble. Mais moi, j'aurais voulu*

*rester avec lui.*

*Peut-être qu'il ne sait pas trop ce qu'il veut lui non non plus ?*

*Bien, je vais arrêter d'être négative. Examinons la situation tranquillement: j'ai eu besoin de m'éloigner et il m'a proposé un break , que j'ai accepté sans difficulté ; puis une fois toute seule, j'ai eu envie de le revoir après son appel, comme si du coup, je trouvais que nous étions trop loin l'un de l'autre alors, je me suis précipitée à la mer où il était, j'avais besoin de me rapprocher de lui!*

*Peut-être que j'ai besoin de lui ?*

*Ensuite ça s'est très bien passé entre nous.*

*Ça c'est positif.*

*Elle se tut un moment. Ses pensées oscillaient entre ce qui se passait pour elle et ce qui se passait entre elle et lui.*

*Il faut que je trouve exactement ce que je veux : est-il ou pas l'homme de ma vie ? est-ce que je ne serais pas tombée amoureuse ? C'est la seule chose que je dois savoir... Je veux dire : est-ce que je serais heureuse de partager toute ma vie avec lui? Et aussi d'avoir des enfants de lui?*

*Ça alors, j'en ai des idées!*

*Je ne sais pas encore trop bien ce que je veux , et puis ça se passe pas trop mal au lit, de même on est bien ensemble, c'est déjà ça de positif, mais ce n'est pas suffisant ; je vais laisser tout cela se décanter, j'y ver-*

*rai plus clair un peu plus tard quand on se connaîtra mieux.*

*Je dois bien m'avouer que je suis attirée par lui ;il est gentil ; on échange avec plaisir, je l'aime bien.*

*D'un autre côté, je dois être claire avec moi-même.*

*Je ne sais pas trop, mais je sais qu'il me faut attendre de mieux le connaître encore.*

*Est-ce que je n'oserais pas m'engager? Est-ce que j'ai peur ?*

*Elle se questionna longuement,avant de s'endormir.*

Elle et moi, nous cherchions tous les deux la bonne distance ; beaucoup de couples ne cessent pas de la chercher ,cette bonne distance ; heureusement, ils finissent par la trouver , avec le temps .

Parfois ils habitent des lieux différents, parfois ils aménagent des espaces de vie séparés dans leur maison. Chacun finit par trouver l'équilibre, règle sa vie en fonction de ses besoins comme de ses possibilités.

Lorsqu' elle n'était pas avec moi, je songeais à ceux qui sont seuls, je veux dire seuls tout le temps.

Les gens qui sont seuls n'ont personne avec qui échanger , parler, partager ...C'est pourquoi j'aimais nos retrouvailles, et en même temps, j'étais conscient que le moment n'était pas encore venu de vivre à plein temps avec elle.

## VI

Certains couples que je suivais avaient amélioré leur relation et n'étaient pas revenus me voir ; j'en étais content : cela montrait que mon travail avait été efficace.

J'avais choisi ce travail dans le but d'aider les gens et lorsque mon aide donnait de bons résultats, j'étais satisfait.

Chacun le sait bien il est très important d'aimer ce que l'on fait ; cela renforce -à nos yeux - notre valeur personnelle, et cela me faisait par conséquent du bien.

Je songeais à toutes ces personnes qui, au contraire de moi, n'aiment pas leur travail, y vont « à reculons » comme on dit, et n'ont qu'une hâte, celle de rentrer

chez elles le soir après leur journée de travail .  
Je pense qu'elles sont très malheureuses . Il leur manque quelque chose ; ce que d'autres ont trouvé mais pas eux : le fait de participer à l'édifice commun, ou autre chose bien sur , chacun aura sa propre explication.

J'avais très envie de revoir mon amie.

Nous avons décidé de nous retrouver le samedi suivant devant l'Opéra de Paris, à hauteur de la sortie du métro.

Celle-ci débouche sur une petite place entourée d'un flot bruyant de véhicules avec de nombreux piétons qui passent dans tous les sens autour de soi .

D'un côté, l'avenue de l'Opéra attire le regard vers le Louvre très loin de là, mais visible , au dessus de beaux immeubles. De l'autre côté on peut admirer le palais Garnier dans toute sa beauté, qui nous domine de son imposante hauteur ; mais tout ce bruit et toute cette agitation tout autour de nous sont très désagréables .

Je l'attendais avec impatience et lui fis un grand sourire dès que je l'aperçus ; nous nous serrâmes dans les bras avec bonheur. Nous décidâmes de partir à pied vers le musée Grévin , en empruntant le boulevard des Italiens, car elle voulait voir les dernières présen-

tations de gens célèbres. Bien qu'en cire, ceux-ci ont l'air très vivants comme on le sait. Je n'étais pas plus intéressé que cela, mais l'accompagner m'était agréable ; lui faire plaisir encore plus et puis, le fait de découvrir quelque chose qui ne nous attire pas a priori, peut devenir, au contraire, un moment extraordinaire. C'est pourquoi il faut accepter de se laisser guider par ceux qui, parce qu'ils aiment ceci ou cela, dont nous même ignorons l'existence, peut nous faire ainsi découvrir un monde nouveau, une merveille peut-être, qui sinon serait restée inconnue pour nous.

Je m'amusais du plaisir qu'elle prenait à admirer tantôt un savant célèbre à qui on venait de décerner un prix, Nobel ou autre, tantôt un homme politique ayant fait parler suffisamment de lui pour qu'on le rende « immortel » ou encore un artiste que tout le monde admirait. Elle semblait les côtoyer comme s'ils étaient vivants, et c'est tout juste si elle ne leur adressait pas la parole, elle se conduisait presque comme une enfant devant quelque chose de merveilleux et cela me réjouissait le cœur.

Une fois dehors, je lui proposai une promenade qui m'aurait bien fait plaisir, mais elle refusa en prétextant qu'elle n'avait plus de temps pour m'y accompagner.

*De retour chez elle, elle pensa :*

*J'ai bien aimé aller voir ces personnages en cire, ils*

*sont presque vivants ; lui, cela semblait ne rien lui dire ; mais moi ça m'a plu.*

*Pourtant ,s'il n'a pas été intéressé par cette visite, il n'a pas refusé de m'y accompagner ; c'est vraiment gentil de sa part ; mais j'étais très fatiguée après ça et n'ai pas eu l'envie de repartir pour aller là où il voulait . J'espère qu'il ne m'en voudra pas ! Il ne faudrait pas qu'il croie que je n'en fais qu'à ma tête ! Mais là où il m'a demandé d'aller ça ne m'intéressait pas du tout. Il faudrait par contre que je revois ça avec lui, pour ne pas qu'il se fasse des idées sur moi, il pourrait croire que je ne pense qu'à me faire plaisir, sans songer à ce qui l'intéresse lui !*

*Sinon, il va faire comme P. qui m'a laissé tomber en me reprochant de toujours faire que ce qui me plaisait. Il faut dire que P. je ne l'aimais pas et je voulais qu'il me quitte ; pas lui, je reconnais que je l'aime bien.*

*Il faudrait peut-être que l'on fasse un essai de vie commune pour voir si ça irait suffisamment bien entre nous deux, mais je crois aussi qu'il est trop tôt encore pour le faire ; et puis d'un autre côté, ça serait préférable qu'il aborde cela en premier ; ça me rassurerait.*

De mon côté, rentré chez moi , je vaquai à mes occupations, relu des notes de travail, puis un livre que

je n'avais pas terminé ; après cela, j'avais besoin d'écouter de la musique, ce que je fis jusque vers l'heure du repas. Le soir, après mon dîner, réfléchissant à ma journée, je fus intrigué par la réponse négative qu'elle avait donnée à la demande que je lui avais faite de m'accompagner. Quelque chose me chiffonnait, me gênait. Moi j'avais accepté d'aller dans un lieu qui ne m'attirait pas, en tout cas, pas a priori, ce qui signifiait que j'avais fait un effort pour elle, (ce qu'elle savait pour le lui avoir dit entre les lignes) ; elle, de son côté, n'avait pas effectué la réciproque avec moi. C'était cela qui m'intriguait.

Le lendemain, une analysante, me parla de son mari qui se comportait presque de la même façon que mon amie l'avait fait avec moi, le jour précédent.

Pour celle-ci, son mari la dominait - ce dont ma patiente s'était plainte bien souvent à moi - , elle souhaitait changer cette relation et pour cela avait besoin de mon aide. Elle me disait que, s'il apparaissait à un regard superficiel qu'elle faisait toujours ce qu'elle-même souhaitait, en réalité, c'était lui qui dirigeait tout dans leur couple. Elle était venue me voir, « parce qu'elle avait l'impression qu'elle ne faisait jamais ce qu'elle voulait » m'avait-elle dit à la première consultation. Le faisait-elle par amour ? Par faiblesse ? Les deux réunis ? Ainsi par exemple, le lieu de leur ha-

bitation, comme celui de leurs vacances ; le nombre de leurs enfants et aussi les gens qu'il fallait rencontrer ou recevoir à la maison : tout cela, c'était lui qui le décidait et elle ajouta qu' il l'avait « manipulée » . Je fis intérieurement le rapprochement entre ce qui se passait pour elle et la manière dont mon amie avait refusé de m'accompagner ce jour passé . Je revins à mon analysante et j'attirai son attention sur ce qu'elle venait de me dire : je repris son signifiant : « manipulée », ajoutant : « qu'elle faisait ce qu'il lui demandait ? », et elle fit le rapprochement avec des souvenirs de son enfance où ses parents déjà la « manipulaient », eux aussi ils lui demandaient sans cesse de faire ce qu'ils voulaient, se rappela-t-elle alors.

Lorsqu'elle fut partie , je revins à mon propre couple: est-ce que ce scénario dont on sait qu'il est assez fréquent lorsque l'un des deux se trouve en position dominante (et même parfois sans qu'il ne s'en rende compte lui-même ! ) , n'était pas en train de m'arriver à moi ? Tout cela a rapport avec une question de pouvoir, ce qui est fréquemment un problème pour beaucoup de couples: qui a , qui veut avoir , qui a peur de perdre , le pouvoir ?

Ma réflexion fut interrompue par les personnes suivantes qui venaient d'arriver ; je me concentrai sur leur cas , en oubliant mes réflexions sur la relation que

j 'avais avec mon amie.

Dans le couple qui venait d'entrer, pour leur premier rendez-vous , je découvris assez vite une symétrie . Celle-ci - probablement inconsciente - structurait leur relation : chacun était allé chercher la même chose chez son partenaire ; d'abord la confiance ( l'on sait à quel point faire confiance , c'est compliqué et difficile ) , cette similitude d'attentes était un des ciments de leur couple. Mais apparut en plein jour, autre chose qui était resté masqué , à savoir : que l' autre était un rempart. Ce rempart étant devenu insuffisant face aux difficultés de la vie, ils ressentirent la nécessité d'une aide . Du malaise s'était inséré entre eux ; la peur que cela soit le début de la fin de leur histoire d'amour avait précipité leur demande de me contacter.

Dès le début de leur rencontre, chacun avait demandé à l'autre une protection , [c'était aussi la même chose qu'ils me demandaient : une protection contre la désagrégation de leur couple ]. Cette protection nécessaire pour chacun d'eux semblait avoir, avec le temps, totalement disparu , comme si elle s'était évaporée.

C'était aussi de l'aide, qu'ils s'étaient demandé l'un à l'autre : aide-moi à devenir un homme, pour lui, adressé à elle et aide-moi à devenir une femme , pour elle, adressé à lui. Ça on le voit souvent dans beau-

coup de couples, ce qui ne posait pas de difficulté pour moi, je savais comment les aider sur ce point . La protection demandée était aussi d'ordre affective, comme s'il y avait une demande faite par un tout petit enfant à un grand Autre protecteur.

Mais la demande de reconnaissance attendue par chacun s'opposait à la question du pouvoir ; pouvoir qui apparaissait masqué derrière tous ces fonctionnements. Chacun avait un certain pouvoir sur l'autre (celui en position de quémendeur : reconnais moi, accepte moi, comme je suis avec ce qui me manque et que je te demande, se trouvait ipso facto en position inférieure puisqu'une réponse négative ou même l'absence de réponse l'annihilait ) . Et pour corser le tout, ils avaient – chacun, à sa façon bien sûr - : l'idée d'un « couple idéal » qu' il leur fallait absolument réaliser !

Je dois préciser, qu' après les avoir questionnés sur leur passé, il apparut que chacun d'eux avait été un enfant soumis dans la petite enfance et le pli une fois pris, ils l'étaient restés jusqu'à l'âge adulte, c'est-à-dire jusqu'au moment de leur rencontre.

Laquelle rencontre, leur avait heureusement permis - à l'époque - , de s'émanciper de leurs parents respectifs ; parents qui leur entravaient la vie jusque-là . Ils avaient cherché chez leur partenaire la protection demandée et non reçue dans leur enfance .

Une grande incompréhension s'était installée lentement dans leur couple , c'était le motif de leur deman-

de de rendez-vous, en tout cas c'est ce qu'ils me dirent dans cette première séance.

Au cours de la cure, je leur fis découvrir ces aspects de leur relation , que j'ai résumés succinctement précédemment et en même temps je leur donnai les moyens de trouver sinon des parades du moins des actions concrètes à faire , pour dépasser leurs difficultés. Avec le temps, sous l'effet de ce que l'on appelle le « transfert » ils finirent par rejouer avec moi, cette posture infantile de soumission ; puis ensuite, apparut une certaine agressivité toujours envers moi [ du fait de la lutte contre la soumission, pour s'en démarquer et donc s'en débarrasser] . C'est là que je pus agir en interprétant celle-ci comme leur étant nécessaire pour s'affirmer, - parce qu'ils n'avaient pas réussi à s'opposer à leurs parents respectifs lorsqu'ils étaient plus jeunes- : je leur permis de le faire avec moi. Mes interprétations les aidèrent à dépasser cette étape nécessaire à leur structuration individuelle et par conséquent nécessaire à la bonne relation qu'ils souhaitaient avoir entre eux, pour assumer sereinement chacun sa place de partenaire adulte et sexué l'un vis à vis de l'autre .

A cette époque, la relation que j'avais avec mon amie,

ne me satisfaisait plus : nous vivions séparés toute la semaine et ne nous voyions que les week-ends ; cette distance entre nous me pesait ; je me disais que j'aurais bien aimé que nous soyons plus souvent ensemble.

La question de la bonne distance se transformait avec le temps, elle n'avait plus cet aspect qu'elle avait eue précédemment , au contraire on pourrait dire qu'elle (cette distance) « rétrécissait » ; elle évoluait vers un besoin de rapprochement ce qui n'était pas le cas à l'époque de mon déplacement en bord de mer.

L'occasion d'en parler se présenta impromptue : un jour où nous étions tous deux dans un café sur les quais , au bord de la Seine, au moment où regardant les diverses embarcations sur le fleuve , je vis une petite barque qu' un homme qui paraissait de loin très âgé , manœuvrait seul . Derrière lui , sur la berge il y avait beaucoup de badauds qui se promenaient ou qui se reposaient au soleil.

Lui montrant d'abord l'embarcation puis les quais derrière celle-ci, je lui demandai si elle aimerait aller là-bas au soleil.

- Tu me demandes cela , car tu as envie d'y aller toi ! me répondit-elle et moi je ne te le refuse pas , car tu pourrais croire que je t'empêche de le faire .

-Non , répondis-je , je ne suis pas d'accord avec ta phrase, tu ne m'empêches pas d'agir parce que je n'ai pas émis le souhait d'y aller ; mais bien sûr, j'ai eu en-

vie de nous y promener au soleil ; je ne t'ai pas dit qu'il nous fallait absolument le faire. En fait je me suis demandé, en voyant les gens au chaud , là-bas , si à toi aussi, cela te ferait plaisir d'y être. Je nous ai imaginés en train de nous y installer ; c'est pourquoi je t'en ai parlé , moi comme tu le sais, je n'aime pas forcer qui que ce soit, et surtout pas toi !

- En fait oui, répondit-elle, j'ai bien envie de m'y promener avec toi; on le fera dès que notre repas sera terminé, si tu le veux bien naturellement !

Comme nous étions d'accord, nous nous rendîmes au soleil sur la rive droite de la Seine, nous cherchant un endroit agréable pour nous asseoir , tout en observant les gens autour de nous.

Des enfants jouaient avec d'autres enfants ou avec leurs parents ; des personnes riaient et d'autres discutaient ; certaines rêvaient le nez en l'air ; des amoureux s'embrassaient.

C'était agréable de voir tout cela , nous finîmes par trouver un banc. Le soleil commençait à descendre ; il était moins fort lorsque nous nous assîmes , nous étions maintenant face aux maisons de la rive gauche qui , elles, à l'ombre, étaient devenues très sombres , presque toutes noires, ce qui se voyait sur leurs façades dominant le fleuve .

*En elle-même, elle songea :*

*J'aime bien quand il me propose quelque chose, ça me*

*donne l'occasion de le suivre et quand ça me plaît j'en suis très contente, ça nous réunit. C'est joli en face ça doit être bien agréable d'habiter ici, tout près du fleuve, avec les péniches, les oiseaux, les promeneurs.*

- Aimerais-tu vivre là, lui demandai-je, en indiquant les maisons de l'autre côté du fleuve, bien que cette rive soit trop souvent à l'ombre ?

Sautant sur l'occasion, elle me répondit :

- Avec toi ?

- Pourquoi pas ? C'est une nouvelle aventure, la vie à deux ; ensemble tout le temps, tu ne crois pas ?

Cela implique d'aborder la vie avec de nouvelles données, peut-être même avec des contraintes, des obligations et aussi des interdits, pensai-je en silence.

Il semblait que cette nouvelle vie - dont nous étions en train de parler-, était un sujet que nous n'avions encore jamais abordé et cela pouvait tout à fait nous mener à remettre en question le type de relation que nous avons. Je m'embrouillais intérieurement en moi-même dans de multiples considérations sur cette nouvelle possibilité de vivre tous les jours avec mon amie, qui me vinrent à l'esprit en même temps, concernant notre future vie en commun.

Je les chassai de ma tête, pour aborder tranquile-

-ment cette possibilité de vie à deux . Habiter ensemble nous l'avions déjà fait lors de nos WE ; mais il n'y avait pas les différentes contraintes de la vie liées à ce que l'on nomme « tâches ménagères » et qui allaient inmanquablement se présenter à nous , sans oublier les diverses promiscuités incontournables , celles qui parfois éloignent les couples qui n'y ont pas songé : salle de bain, cuisine, etc...sans compter des modes de vie, des rythmes de vie parfois différents.

-Comment vois-tu cela ? , lui demandai-je,  
- Est-ce qu'on ne verra pas au jour le jour ? Ne pourrions-nous pas tout simplement les aborder le moment venu, ensemble ? Je fais confiance à notre capacité à réagir avec ouverture sans nous disputer ; nous sommes des adultes , non ? Nous avons déjà un peu vécu tous les deux et connaissons la vie !

Cela me paraissait effectivement une attitude possible, mais comme j'aime mieux prévoir à l'avance pour trouver ce que je dois faire quand il y a un problème , je lui demandai ce sur quoi elle serait intraitable.

-C'est simple : ton refus de discuter.

-Rassure-toi , dis-je, je ne refuse jamais la discussion, en particulier avec toi, surtout quand il y a des difficultés, parce que je veux les régler, et seule la discussion permet de trouver des solutions.

*Elle :*

*Il me fait la proposition que j'attendais depuis longtemps, ça me fait plaisir ; il fallait que cela vienne de lui. Je n'aurais jamais osé lui en parler en premier, je ne sais pas trop pourquoi.*

*Oh si, je ne le sais que trop, hélas ! A chaque fois que j'ai parlé en premier à un homme, d'une vie en commun, il a fui sans explications, comme s'il avait peur. C'est comme cela très souvent aujourd'hui, les hommes ils ne recherchent que les relations passagères, je ne sais pas pourquoi ils ont peur de s'engager.*

*En tout cas, lui, ce n'est pas le cas, et c'est tant mieux. Si on n'y arrive pas, eh bien au moins, on aura essayé!*

Nous avons donc décidé de chercher un appartement, puisque les studios que nous habitions étaient trop petits pour une vie en commun ; ainsi allions-nous mettre en application ce que nous désirions maintenant l'un et l'autre : vivre côte à côte.

Dès ce moment, nous allions devoir faire beaucoup de choses concrètes : de nombreux choix, qui nous demanderaient de ne plus décider seul/e, et de tenir compte de l'autre .

Une fois le lieu trouvé, ce fut la décoration qui fut l'occasion, d'échanges fructueux . Nous y mettions tous les deux de la bonne volonté. Cependant, je ne

me serais jamais douté avant cela, de la complexité de l'affaire ! Sur chaque détail, comme nous souhaitions tous les deux que tout soit réussi , que chacun y trouve sa propre satisfaction , il nous fallait dire ce que nous en pensions , puis questionner l'autre, puis réagir à ce qui était dit, puis choisir quoi décider en tenant compte du possible, en fonction de ce que nous trouvions dans les magasins , compte tenu de notre budget et de ce que nous souhaitions .

Bref, ce n'était pas si évident que cela, mais j'étais persuadé qu'il fallait absolument procéder de cette façon , pour éviter qu'ensuite l'un de nous deux ne reproche à l'autre de lui avoir forcé la main et en même temps, comme nous avons le désir de faire plaisir, nos choix devaient s'accorder avec ce que l'autre demandait.

Très vite, nous avons découvert comment procéder l'un vis à vis de l'autre. Ni elle ni moi ne souhaitions imposer notre point de vue , sans pour autant accepter quelque chose qui ne nous aurait pas plu. Ce n'était pas une négociation comme dans un marché, lorsque l'on cherche un avantage pour soi. Au contraire et c' était cela qui était intéressant : avoir le sentiment qu'il n'y avait pas de perdant, que ni l'un ni l'autre n'avait imposé quoi que ce soit .

Enfin, dernier aspect: les paiements.

J'avais d'entrée de jeu , au moment de nos sorties communes, proposé de faire comme le dit si bien la Loi pour les couples mariés, bien que nous ne l'étions pas, ou en tout cas pas encore. A savoir : que chacun de nous participe aux frais de la communauté en fonction de ses revenus ; aussi , nous décidâmes d'abonder un compte que nous allions ouvrir en commun , chacun y déposant un pourcentage de ses propres revenus .Cet aspect de notre relation avait déjà été abordé par nous plusieurs fois, lors de nos échanges précédents, à chaque fois que nous avions des activités ensemble. Nous voulions éviter une « prise de pouvoir » par celui qui paye.

De même, le partage de l'espace et celui des tâches ménagères, furent discutés et nous trouvâmes les actions à faire, après des échanges qui , ma foi, ne furent pas si complexes que cela !

Quand on s'entend bien, on règle facilement ce genre de problèmes ; si on reste attentif à ne pas surcharger l'un des deux dans des actions répétitives ou d'autres certes nécessaires mais pas spécialement agréables, comme s'occuper des poubelles, faire les courses, le ménage etc... et lorsqu'on alterne les contraintes, on maintient ainsi un équilibre , on se partage les soucis , comme les difficultés .

C'est un point sur lequel il faut rester vigilant, car la réalité montre que ces charges d'intendance inégalement supportées (trop souvent par les femmes) finis-

sent par détruire beaucoup de couples.

Nous avions à cœur de mettre tout cela en pratique et notre vie se déroulait agréablement, avec de grands moments de bonheur.

Cependant je croyais qu'on allait éviter les disputes mais c' était une erreur de ma part ; lorsque l' on vit à deux, quelque-fois l'humeur de l'un ou de l'autre peut varier . C'est ainsi qu' une même action, un même mot, peuvent être interprétés ( par l'autre) différemment de ce qu'il faisait auparavant.

Il est vrai que dans la vie, chacun a ses propres évolutions ; ainsi étais-je surpris lorsqu'elle avait des réactions à des paroles ou à des actes qui avant n'avaient pas eu le même effet !

Probablement qu'il en était de même pour elle, concernant ma façon de réagir. Mais revenons de mon côté.

Dans ces cas-là, je sais qu'il faut se hâter de faire marche arrière et chercher à découvrir ce qui se passe ; attention, le fait tout simple de demander des explications sur la réaction peut causer une aggravation de celle-ci.

Régler cela n'est pas toujours facile ; notre couple aussi avait des moments qui pouvaient le mettre en danger, comme pour tout le monde .

Accepter intérieurement de se remettre en question, réfléchir à ce que l'on a fait et à la réaction du partenaire ; cela je ne me l'épargnais pas. J'avais moi aussi bien des efforts à faire dans ma vie privée !

En dehors de ces difficultés dont je viens de parler , la vie était pleine de plaisir. L'amour qui nous unissait était si agréable et si fort, que ces moments difficiles étaient abordés par nous avec courage pour trouver les moyens de les régler. Nous parlions à tête reposée, à des moments choisis par nous ,dans une bonne ambiance, par exemple lors de nos promenades, ou aussi dans des lieux propices , bref là où nous étions bien tous les deux .

## VII

Dans ma vie professionnelle également , comme je vais l'indiquer maintenant, j'avais des efforts à faire pour trouver la bonne attitude à avoir avec tous mes différents types de patients.

Dans le cadre de ma profession , je fus confronté à quelque chose d'intéressant à noter, - pour ce qui concerne ma façon de réagir- , par rapport à ce que j'entendais.

Je reçus un homme qui vint me parler de ses difficultés de couple.

Il me présenta la situation qui était la sienne , le plus objectivement possible. Sa femme et lui se trouvaient dans une mauvaise passe, et comme son épouse n'avait pas pu venir au rendez-vous, il m'expliqua longuement leurs difficultés . En l'écoutant , pour moi, cela était en effet très clair ( je me fis la remarque intérieure qu'il était probablement victime du com-

portement de sa femme ) et je lui dis sans m'avancer trop : « oui, je vois bien de quoi il retourne, mais il faudrait que je reçoive également votre femme , avec qui je verrai comment faire pour que les difficultés entre vous deux disparaissent. »

Lorsqu'il fut parti, je pris note de tout ce qu'il m'avait dit ; incontestablement , songeais- je, sa femme est responsable de la situation : c'était à elle de faire des efforts, et tout allait s'arranger pour eux.

Ce ne fut que 10 jours plus tard qu'elle vînt . Je l'écoutai attentivement et je me dis tout en l'écoutant qu'il était clair, que tout ce qui n'allait pas dans leur couple était de la faute de son mari et que c'était à lui de faire des efforts.

Je demandai à cette femme, maintenant que je l'avais reçue, de venir avec son mari .

Bien évidemment, lectrice/lecteur , vous allez dire que je dis n'importe quoi !

Et bien non: cela s' est passé exactement ainsi : le point de vue de chacun était si parfait, que cela me parut -sur le moment - plausible!

Chacun semblait avoir raison , ils m'avaient - dans un premier temps- totalement « bluffé » : c'était bien évidemment à l'autre de faire des efforts et comme par miracle tout se serait arrangé entre eux, pensaient -ils chacun de leur côté.

C'est ce qu'ils réussirent à me faire croire au moment où ils me le dirent !

Comme quoi, l'adage qui conseille de ne pas écouter qu'un seul son de cloche se vérifiait une fois encore ; reconnaissant « m'être fait avoir » par leurs explications si bien arrangées par eux , je me promis de ne plus avoir de solutions immédiates , concernant la difficulté des couples ; mais qu' au contraire je me devais d'être, à l'avenir, plus prudent , et attendre d'y voir plus clair, avant de tirer des conclusions.

C' était une leçon !

Une fois que la femme fut partie, je compris que pour les faire bouger tous les deux, cela allait être mission impossible, ou en tout cas mission très difficile pour moi, compte tenu de leur certitude à chacun d'être irréprochable, c'est à dire en fait, de ne rien changer de leur part personnelle et d'attendre que ce soit l'autre qui bouge.

Ce qui se révéla exact, car chacun avait « bétonné » sa propre explication de la situation en excluant toute participation personnelle au malaise, pour en rejeter toute la cause sur l'autre .

C'est ce qui ,hélas, arrive souvent : chacun voit de son côté « de la lorgnette »; il/elle est incapable de se mettre à la place de l'autre , et c'est vrai dans bien des relations humaines, pas seulement dans les relations

de couples.

Pour eux, en tout cas , la thérapie de couple, leur permit de dépasser les blocages .

Après réflexion, j'avais trouvé comment agir avec eux et quelle attitude je devais avoir.

Une fois réunis devant moi, n'étant plus seuls, chacun de son côté, à réfléchir sur leurs difficultés, leur discours ne fut plus aussi assuré dans sa logique propre. Et le fait de l'énoncer devant l'autre et devant moi allait me permettre d'agir : chaque réaction de l'un, à ce qui était affirmé par l'autre, m'amenait à rebondir sur cette réaction . Je la soulignais puis posais mes propres questions , à celui/celle qui venait de parler, pour avancer dans leur thérapie.

C'est ainsi qu'un long travail se mit en place, très laborieusement , où je passai beaucoup de temps à déconstruire les affirmations de chacun des protagonistes, afin de mettre à jour la participation - inconsciente , de celui qui venait de parler - , dans les difficultés que le couple traversait . Je m'appuyais sur la fameuse phrase de Freud : « regarde en toi-même en quoi tu es responsable de ce qui t'arrive », plutôt que de dire que tout vient de l'extérieur, de l'autre, du monde, de la fatalité, des circonstances, de ton karma, du destin, des autres... tout ce que vous voulez quoi ! Phrase du fondateur de la psychanalyse qui, si on l'écoute bien et si on la suit, permet une remise en question de nos certitudes quant à ce qui nous arrive. Et

bien lecteur, lectrice, ça a marché! Mon travail a consisté à les éclairer sur leur participation non consciente , comme je le souligne encore une fois, à ce qui leur arrivait.

Voilà ma place, voilà mon travail.

Comme je l'ai déjà dit, ce qui arrive aux personnes que je reçois, peut, bien sûr, m' arriver .

Ainsi, une autre occasion me fut donnée quelques temps plus tard de réfléchir à une situation de heurts entre mon amie et moi.

Elle avait réagi avec colère, à quelque chose que je venais de dire sans que je ne voie sur le moment, quoi que ce soit qui puisse justifier cette dite colère.

Avais-je été indélicat ? Ou peut-être une ambiguïté s'était-elle glissée à mon insu ? Ou une mauvaise prononciation ? Ou quelque chose d'autre? En tout cas, elle me répondit sèchement, comme si elle avait été blessée . Sur le moment, je n'osai pas la questionner, sachant qu'elle pourrait mal le prendre ; nous étions dans un affrontement totalement inattendu ; je tentai des paroles apaisantes, dites tranquillement à voix posée, en m'excusant de ce que je venais de faire ; une fois que la tension fut moins forte, nous sortîmes nous

promener et je lui demandai alors le pourquoi de sa réaction.

Elle me répondit : « tu m'as dit ça... mais en fait tu voulais me dire ... » Ses mots réels sont peu importants maintenant ; c'était l'ensemble de notre altercation qui nécessitait que j'y réfléchisse après coup. Son reproche , je l'acceptais, mais je ne comprenais pas ce qui lui arrivait .

Dans ces cas-là, je m'enferme dans une méditation négative, me reprochant tout et le contraire de tout, prenant sur moi la responsabilité de ce qui ne va pas. Je sais que c'est comme cela que je réagis. Heureusement , mon analyse m'a permis de voir clair dans mon fonctionnement, ce qui me permet ensuite de me reprendre pour poser plus sereinement les données du problème à résoudre. Puis dans un deuxième temps , qui peut advenir plusieurs jours après , j'essaye de réfléchir à la situation concrète qui se pose à moi.

Tout ce que j'arrivais à percevoir c'est qu'elle interprétait, ce que j'avais dit, à sa façon, en déformant mes mots, en leur prêtant en tout cas un sens pour elle.

Comme disent les théoriciens de la psychanalyse: « le sujet réagit à ce que la parole lui fait » ; ce que cela lui faisait était probablement douloureux ; par mes excuses, je lui ai permis -sur le moment -, de passer le cap de sa souffrance.

Mais cela n'était pas clair pour moi.

*Quant à elle, voilà ce qu'elle pensa dans un premier temps, en y réfléchissant après-coup :*

*Il exagère de me dire ça comme ça ! C'est vraiment méchant de sa part .Il ne faudrait pas qu'il réutilise ce genre de paroles avec moi ; cette façon de me parler , je n'aime pas du tout !*

*Après de longues minutes de silence, elle réussit à se calmer , puis se dit :*

*Peut-être que je me monte la tête ? Puisqu'il s'est excusé et qu' ensuite il m'a précisé ce qu'il voulait dire. Elle se reprit elle-même :*

*Est-ce moi qui exagère maintenant ?*

*Elle ne savait plus où elle en était : d'abord sa colère et maintenant quelque chose en elle qui lui disait de se calmer . Elle constata :*

*Voilà une difficulté avec lui que je n'avais pas encore connue. Je ne m'étais jamais sentie comme cela !*

*A nouveau un silence, puis sa mémoire revint, sans doute mise en marche par ses ressentis contradictoires : Je me le rappelle maintenant ,quand j'y repense, oui, c'est ça ! C'était en colonie de vacances, j'avais 12 ou plutôt 13 ans quand la monitrice m'avait giflée pour une histoire de vol ; elle croyait que c'était moi la fautive ;en fait c'était ma copine qui avait volé des objets dans son sac ;ce sac qu 'elle avait oublié dans notre chambre. Je n'étais pas là dans la chambre moi ce jour-là et elle ,(la monitrice),elle l'ignorait: en*

*plus, elle m'avait traitée de menteuse ,croyant que c'était moi qui lui avait pris ses boucles d'oreilles !  
Oui ça me revient clairement.*

*Il a employé les mêmes mots et la même tournure de phrase qu'elle et ça m' a ainsi rappelé ce souvenir, du coup j'ai mélangé le passé et le présent !*

De mon côté, je n'apparis toute cette histoire de gifle et de vol , que bien plus tard, lorsqu' elle me parla de ses amies , celles qu'elle avait connues dans son enfance, lorsqu'elle était en colonie de vacances ; en particulier de cette fille qui avait failli lui faire endosser le vol que celle-ci avait commis .

Pour en revenir aux accès de colères soudaines, des mésententes se mettent parfois en place dans les couples, suite à ce dont je parlais tout à l'heure quand des paroles sont mal interprétées. Il faut en thérapie revenir tranquillement dessus, revoir la séquence et rétablir les liens entre les paroles et ce qui a fait « disjoncter » l'autre ; ce qui peut se faire, parce que le tiers est présent. Dans un couple, la relation duelle est en miroir donc sans tiers séparateur, ( celui qu'est le thérapeute ) , cela devient alors une agression ; l'autre se sent atteint en profondeur, voire nié, ce qui ouvre une faille entre les personnes.

Lorsqu'il n'y a pas de tiers, il est presque impossible

d'agir ; même quand on se rend compte de la situation , l'expérience montre qu'il faudra éviter , au moins, de reproduire la même séquence de paroles . Pour ce qui nous concerne, je n'ai pas compris sur le moment ce qui s'était passé pour elle , puisqu' elle ne s'était pas encore expliquée avec moi. La vérité d'une situation peut, comme dans ce cas, apparaître plus tard - ou jamais ; et ainsi créer des éloignements dans la relation.

Chacun au départ se trouve sur un chemin différent et tout l'art de la vie à deux consiste à éviter de répéter les mêmes fautes .

Il y avait quelque chose de semblable dans la situation du couple dont j'ai évoqué la thérapie: chacun se croyait sans faute et j'avais dû travailler assez longtemps pour leur faire dépasser tout cela, comme je l'ai dit.

Je reçus, à la même époque, deux autres couples qu'on nomme « narcissiques » dans la terminologie, terme qui signifie que chez eux , dans leurs relations de couple la question du pouvoir est le nœud central de la préoccupation de chacun de ses membres.

Pour le premier de ces deux couples, la situation était la suivante :

Ils travaillaient ensemble dans la même petite entre-

prise qu'ils avaient montée en commun. Mais, ils s'opposaient sur beaucoup de problèmes. Ainsi , lorsque l'un avait fait quelque chose, l'autre le lui reprochait, s'il avait contacté un fournisseur, naturellement ce n'était pas celui-là qu'il aurait fallu voir, s'il avait contacté le comptable, c'était inutile etc.... Heureusement - si je puis dire - ils avaient investi émotionnellement énormément dans leur entreprise, et pour ne pas la fermer , ils acceptaient de revoir ce qui n'allait pas dans leur comportement l'un vis à vis de l'autre. C'est là-dessus que je m'appuyai lorsque je vis la rupture arriver entre eux . En plus, comme je ne les recevais qu'à l'occasion de ces disputes avec menaces de séparation, j'avais mis au point comme protocole : « Vous avisez de votre côté, mais, si vous n'arrivez pas à trouver la solution à vos disputes, dès que vous voyez que vous ne vous en sortez pas, venez en parler ici, et on verra comment traiter ce qui pose difficulté» . Ce travail s'étala sur plusieurs années, par éclipses : quand ils arrivaient à trouver des solutions, ils ne venaient pas me voir, bien sûr !

Pour l'autre couple, hélas , ce n'était pas du tout pareil. Car les enfants étaient en question. Ce furent eux le centre des difficultés, l'enjeu principal.

Chacun voulait que ça se passe comme lui l'entendait, l'autre faisant toujours mal ; les pauvres enfants au milieu de cela finirent par être régulièrement ma-

lades, manquant l'école trop souvent pour mener à bien leur scolarité. C'est le pédiatre qui avait conseillé de venir me voir! Finalement, la femme avait demandé le divorce et voulait la garde des enfants, ce que bien entendu le mari refusait. Devant moi, ils s'affrontaient sans relâche, je ne pouvais placer une parole! S'ils étaient venus plus tôt, j'aurais pu les aider, mais les dissensions étaient devenues trop importantes pour que mon action serve encore à quelque chose. Je ne les reçus que trois séances, puis je n'eus plus de nouvelles. C'était un échec pour moi, car je souhaite aider et là, je n'avais pas réussi.

Heureusement, dans ma vie amoureuse, tout allait bien, ce qui me fit oublier l'échec dont je viens de parler. Cette année là, nous partîmes en vacances à l'étranger, découvrir d'autres pays, d'autres cultures. L'été se passa bien.

Puis l'automne était arrivé, nous étions sortis un vendredi soir, il faisait très froid; nous avons décidé d'aller voir un film qui nous intéressait tous les deux. Il ne devait être projeté dans cette salle qu'une seule fois. Après la séance, une discussion avec le metteur en scène eut lieu, aussi ce ne fut que très tard dans la nuit que nous rentrâmes chez nous. J'étais très fatigué,

la journée ayant été particulièrement épuisante : un couple s'était agressé en séance juste avant notre départ au cinéma, cela avait été très éprouvant pour moi. Elle voulut quand même aborder des aspects de notre vie qui lui posaient difficulté, celles que lui avait rappelé ce film, et bien que je lui eusse au préalable dit que j'étais épuisé par ma longue journée, elle voulut tout de même en parler sans attendre avec moi.

Je dus faire un grand effort pour ne pas tomber dans le sommeil, et finis par comprendre, dans les brumes de mon cerveau endormi, que quelque chose s'était mal passé un soir entre nous. Elle avait souhaité faire l'amour, mais comme je n'en avais ce jour-là aucune envie j'avais refusé. Elle me dit sur un ton de reproche : « oui, quand c'est toi qui en a envie, moi je dois l'accepter, mais quand c'est moi qui le veux, tu refuses, on dirait bien qu' il n'y en a que pour toi ! » s'exclama-t-elle en colère et sur un ton plein de reproches.

Une dispute importante eut lieu entre nous, je sentais qu'elle avait raison de son point de vue ; toute la difficulté en matière de relations sexuelles tourne autour de la nécessité que chacun des deux en ait envie en même temps. Quelques fois, l'un en manifestant son désir, peut faire naître aussi du désir chez l'autre, mais pas toujours.

-T'es comme tous les hommes, seul ton désir importe, il n'y a que toi qui compte, ajouta -t-elle, en se tour-

nant vers le mur .

Des difficultés relationnelles de cette nature, tous les couples doivent apprendre à les gérer. Comment faire pour qu'une relation reste de bonne qualité ?

Pour nous, je pensais que l'amour que j'éprouvais pour elle m'amènerait à tout faire pour qu'à l'avenir, nous soyons tous les deux plus en phase dans ce domaine , comme j'essayais de le faire dans d'autres.

De mon côté je savais que je ne souhaitais pas lui forcer la main, pour quoi que ce soit. Et surtout pas pour des relations sexuelles ! Elle n'est pas un objet à ma disposition, tout de même ! J'étais désarçonné par ce qu'elle m'avait dit précédemment , je ne voulais pas être profiteuse, ni macho, et pourtant elle disait que je l'avais été - malgré moi !

Le lendemain ,je voulus, à nouveau revenir sur cet aspect de notre relation, mais elle refusa d'en parler ;la nuit avait dû la calmer suite à mes excuses? Elle me demanda « qu'à l'avenir, je sois plus attentif à elle ».

Bien des personnes que je reçois n'ont pas compris que, lorsque l'on impose à l'autre quelque chose : quoi que ce puisse être , qu'il s'agisse d'une relation sexuelle, ou bien d'un achat, ou quoi que ce soit : on provoque un malaise qui tôt ou tard rejaillit sur la façon

dont on est aimé: une distance se crée puis s'agrandit lentement , insidieusement entre les membres du couple et un jour, l'on est tout étonné quand ça casse. C'est l'accumulation de ces petites failles entre les amants qui érode lentement les relations, jusqu'au moment où l'écart est devenu tel, que le lien qui les réunissait éclate je devrais plutôt dire casse .

En effet :qu'est-ce qui pourrait (re)tenir quand justement « ça ne tient plus » ? Ça ne tient plus parce que chacun s'est éloigné, ou plutôt c'est l'autre qui s'est éloigné de vous. C' est comme si vous l'aviez déçu, il est moins attiré ; il vous aime moins. Pour parer à ces difficultés-là, il faut réussir à en parler, à tête reposée, revenir dessus pour faire savoir qu'on est déçu par l' autre, demander des explications sur ce qui s'est passé, et celui/celle qui est en cause, doit se remettre en question pour ne plus se retrouver à cette mauvaise place .

Cela, le fait qu'il ne faut pas imposer à l'autre quoi que ce soit , un homme qui vint me voir quelques temps plus tard, ne l'avait pas compris . Il se plaignait que sa femme le trompait, bien qu' il continuât de l' aimer, me disait-il , en insistant sur son amour encore très fort ; sa femme souhaitant le quitter , ils vivaient pour lors séparés. Il restait cependant entre eux quelque chose qui faisait que ni lui ni elle n'arrivait à terminer totalement leur

relation , aucun des deux - pour le moment- , n'ayant encore entamé de procédure de divorce.

Au début, je me concentrai sur une écoute plus personnelle de ce qu'il me disait sans aucunement le questionner sur sa femme. Au fil des séances, je vis qu' il semblait avoir de grandes capacités d'observation et d'analyse . Il faisait avec moi l'effort d'accepter de réfléchir sur ce qu'il faisait. Comme il pouvait examiner tout ce qu'il découvrait en lui, avec mon aide , il commença à regarder sa femme autrement. Il passa ainsi d'une position où il la regardait comme objet d'amour, donc comme un objet passif , on pourrait dire :sans vie,sans autonomie, à une vision où il se mit à la considérer comme active, autrement dit comme sujet .

Cela prit du temps , mais ses progrès furent suffisamment importants pour qu'elle accepte de le revoir plus souvent. Ils s'étaient séparés et habitaient loin l'un de l'autre, mais se rencontraient pour des dîners qu'ils avaient décidé d'avoir un soir par mois. Ils recommencèrent à sortir ensemble quelques WE , sans encore passer des nuits dans le même lit. Il était clair que c'était sa nouvelle façon d'être - à lui -, qui lui avait permis, - à elle -, de trouver ce dont elle avait besoin: quelqu'un qui la respecte, qui l'écoute et la comprend, se conduise donc de façon désintéressée ; elle se sentait plus libre d'exister, plus libre de vivre comme elle en avait besoin.

Ce ne fut qu'au bout de plusieurs mois, que je les re-  
çus tous les deux ensemble.

Ils vivaient encore chacun de leur côté, donc séparés,  
mais la place subjective de chacun s'était reposition-  
née en tenant compte de l'être réel de l'autre . Car lui  
avait comme je l'ai indiqué changé dans la perception  
qu'il avait de sa femme et par voie de conséquences,  
elle aussi l'avait vu sous un jour différent. Dès que l'  
un « bouge » dans un couple, l'autre aussi va transfor-  
mer la façon dont il voit le/la partenaire.

Un nouveau travail se mit en place , celui de leur faire  
comprendre ce qui se passait entre eux, pour qu'ils  
puissent recommencer à vivre ensemble, comme fi-  
nalement ils le souhaitaient alors.

De mon côté, les choses s'étaient mises en place avec  
ma compagne ; nous avions commencé à bâtir en  
commun notre relation. Je savais que je ne devais pas  
laisser la vie s'écouler sans me poser régulièrement  
des questions sur nous ; il faut au contraire revenir ré-  
gulièrement sur ce qui se passe au jour le jour dans  
toute vie à deux, ; cela nécessite d'avoir un regard  
clair, pour voir où l'on va. C'était vrai de mon côté,  
car bien sur, je ne savais pas comment elle, elle fai-  
sait du sien. Cependant, je subodorais qu'elle aussi  
devait réfléchir à la relation qu' elle avait avec moi.

J'avais l'image d' un dériveur , il faut que celui qui tient la barre redresse sans cesse les embarquées : il convient de tenir le gouvernail,- celui de notre relation-, sans le lâcher, pour toujours garder le cap désiré ; il va sans dire que le gouvernail est tantôt de son côté, tantôt du mien. Cela sert à éviter les obstacles qui vont être rencontrés tout au long d'une vie de couple ; ceux causés par des erreurs qui seront commises -souvent sans le vouloir- , dans les relations entre les partenaires. En effet, si vous avez le malheur de laisser croire qu'une réaction de votre part a tel sens plutôt que tel autre, ou de ne pas faire savoir que quelque chose ne vous plaît pas dans la réaction ou dans l' action de votre partenaire, alors, insensiblement un écart , une séparation entre vous deux, se met insidieusement en place.

Prenons l'important aspect de la confiance : si votre partenaire, à un moment ou à un autre, se comporte d'une façon qui vous déplaît , qui vous heurte et que vous pensez que vous ne pouvez pas lui faire confiance, votre relation a de grandes chances d'exploser dans l'avenir. Pour l'éviter, il faut revenir sur ce qui s'est passé et aborder avec elle/lui ce qui vous a déplu ; au minimum dire comment vous, vous avez compris son comportement .

J'ai l'impression d'enfoncer des portes ouvertes en disant cela, pourtant, dans la vie de chaque jour , pour

tout un chacun, il y a toujours un moment ou un autre, où vous êtes déstabilisé , d'où la nécessité d'en parler.

J'évoquerai un autre aspect de notre relation, suite à un événement qui nous est arrivé un jour, et qui me fit réfléchir sur la manière dont je devais gérer nos rapports à l'avenir.

Nous étions sortis nous promener et comme il ne faisait pas très beau, j'avais emporté un parapluie. C'était un vieux parapluie acheté il y a très longtemps, lors d'un séjour à Londres. Je me souvenais être entré chez Marks and Spencer, une chaîne de grands magasins dont il y avait peu d'équivalents à cette époque-là en France, le souvenir de ce voyage à Londres me réchauffait toujours un peu le cœur. Bref, ce parapluie, en plus d'être le témoin d'un bon moment que j'avais passé à découvrir cette belle ville, était très grand ; il convenait peut-être très bien aux londoniens qui subissent des pluies très fréquentes et surtout plus « mouillantes » ; mais ici ,en France , il détonnait totalement.

Lorsque mon amie me vit avec ce parapluie, elle me dit : « Tu ne vas quand même pas prendre ça ! » indiquant par un mouvement de tête le dit parapluie. Je pris mal sa remarque, peut-être parce qu'elle l'avait dit sur un ton désapprobateur et sarcastique. « Et pourquoi pas ? » répondis-je sèchement. Elle vit que je n'

étais pas content , et en « rajouta » comme on dit;pour elle, cela faisait vraiment bizarre, ce genre de parapluie qui ne se faisait pas ici !

Je vis bien qu' elle repoussait quelque chose à la vue de cet objet, mais sur le moment, je crus qu'elle me faisait des reproches quant à un côté « snob » que j'aurais pu avoir, avec ce parapluie anglais, ici en France. J'insistai toutefois pour l'emporter et nous sortîmes. Une demi-heure plus tard, la pluie tomba et mon fameux parapluie se montra fort utile, ; mais elle refusa de considérer que j'avais eu raison de l'emporter ! Quelque chose la gênait, c'était visible ; j'en ignorais totalement la cause .

Nous étions en plein malentendu.

Pour faire cesser son malaise, j'utilisai un moyen très voyant : je jetai le fameux parapluie dans la première poubelle venue, une fois l'averse terminée.

Cela la fit éclater de rire.

Le rire étant communicatif, je ris moi aussi et la tension nerveuse entre nous disparut .

Nous entrâmes dans un café, c'est alors qu'elle s' expliqua : un ancien amant , qui l'avait faite souffrir , avait le même genre de parapluie acheté lui aussi outre-manche ,ce qui l'avait ramenée à ce passé douloureux avec cet homme .

J'avais désarmé le malaise, au prix d'un sacrifice :le bon souvenir de mon voyage à Londres au cours de ma jeunesse .

Mon geste , l'ayant déridée, l'avait aidé à se distancer de ce mauvais moment passé.

Je tirai comme conclusion de cette histoire de parapluie qu'il faut d 'abord faire marche arrière quand quelque chose ne va pas, puis tenter d'en savoir plus et enfin, chercher quelle parade trouver face à la difficulté rencontrée .

Cette histoire de parapluie n'était rien comparé à ce qui m'arriva le mois suivant avec elle ; mon apprentissage de la vie à deux était en train de se faire avec des soubresauts et des difficultés que je me devais de dépasser .

Cela avait démarré de façon tout à fait banale . Un voisin était venu me dire bonjour , j'étais allé ouvrir à son coup de sonnette alors que je n'attendais personne ; il se présenta à moi et tout en s'excusant de me déranger , entra et s'installant dans un fauteuil, me parla de choses et d'autres. Nous nous étions mis à discuter autour d'une boisson que je partageais tranquillement avec lui , quand ma compagne rentra plus tard que d'habitude , puis , une fois les présentations faites, nous continuâmes à parler tous les trois.

Comme l'heure avançait, il fallait que nous songeâmes à dîner ; il me paraissait évident qu'elle allait tout naturellement lui proposer de se joindre à nous pour le

repas. J'attendis donc qu'elle parle , mais elle n'en fit rien. Je pensai qu'elle ne se conduisait pas comme il le faudrait, et une pointe de malaise vint et m'énervant intérieurement je lui en voulus de son impolitesse, (supposée par moi) . Finalement ce voisin partit assez tard et je laissai mon mécontentement se manifester : Je lui dis sur un ton plutôt coléreux :

-Pourquoi ne lui as-tu pas proposé de rester dîner avec nous?

Elle s'étonna de ma façon abrupte de lui parler ; je réitérai ma question, impatient de connaître sa réponse, lui précisant que vu l'heure , elle aurait dû l'inviter, ce qui est la moindre des choses chez des personnes bien éduquées !

Mon ton était violent tellement j'étais indigné. Elle aussi haussa le ton ,ce qui me fit réfléchir . Je vis que tout cela était mauvais pour nous et me repris tout de suite en lui disant: « je ne sais pas pourquoi je me suis énervé, je ne comprend pas ce qui m'arrive. Peut-être que cela touche en moi quelque chose d'ancien et que la crainte que cela ne recommence m'ait énervé , malgré moi ? Excuse-moi et donne-moi ta réponse, s'il te plaît, ajoutai-je en me reprenant et en baissant la voix.

Elle me répondit que cet homme était un pique-assiette bien connu des voisines qui lui en avaient parlé plusieurs fois. C'était pourquoi à aucun moment elle n'avait voulu l'inviter.

Je tombais des nues. Je m'étais fourvoyé en croyant

qu'elle ne voulait pas le recevoir, lui supposant je ne sais trop pourquoi qu'elle se conduisait comme quelqu'un de mal élevé ! J'avais jugé trop vite.

A l'avenir, je devrais être plus attentif aux idées qui me viendraient la concernant . J'avais en tout cas émis intérieurement un jugement de valeur totalement erroné sur elle. Je m'en apercevais après coup, et me morigénant intérieurement, me promis d'être plus prudent la prochaine fois .

Comme quoi, il faut toujours s'y reprendre à deux fois avant de tirer des conclusions sur le comportement de l'autre, (ce que m'avait appris le couple dont j'ai déjà parlé) . De plus, il faut réussir à se calmer quand une dispute démarre, chercher à apaiser l'autre et bien sur d'abord soi-même .

Nous convînmes, après en avoir discuté tous les deux, d'aborder ensemble les prochaines difficultés de ce genre . Comment faire , lorsqu'un comportement de l'autre nous pose problème, surtout lorsque cela nous stresse ou nous énerve.

On peut prendre de bonnes décisions mais cela ne veut pas dire que ce soit facile de les mettre en acte . La gêne , l'inhibition, la pudeur, la crainte de revenir sur quelque chose qui peut blesser, tout cela nous empêche quelquefois d'aborder avec l' autre ce qui nous gêne, au risque de rester dans un malaise qui peut avoir des conséquences dommageables.

A moins que l' amour fort entre les êtres, ne permette en fin de compte, de régler toutes ces difficultés relationnelles en étendant sa cape protectrice sur les amants que nous sommes ?

Du temps passa, la vie s'installa, nous habitions depuis longtemps ensemble, faisons notre travail chacun de notre côté et nous nous voyions le soir, en amoureux, dans notre petit nid .

Je reçus à mon cabinet , un couple sans enfants, dont le malaise n'était pas clair tant les explications qu'ils me donnaient étaient embrouillées ; je ne savais pas trop comment prendre ce qu'ils me disaient ; je vais résumer un peu leur situation.

En tout état de cause , lui avait du mal à s'affirmer , tandis que chez elle, je découvris, après quelques séances et beaucoup de questions, un passé d'enfant mal ou plus exactement : pas aimée du tout.

Elle était devenue boulimique quelques temps après le mariage, ce qui avait eu un impact sur la disparition du désir sexuel de son mari envers elle . Ils travaillaient à des heures décalées, aussi ne se voyaient-ils réellement que le week-end.

Je vais résumer volontairement l'enchaînement des

évolutions de leur relation de couple. J'avais compris assez vite , dès leur premier rendez-vous avec moi, qu'ils ne se regardaient pas l'un l'autre.

Aussi au second rendez-vous, je mis les fauteuils face à face de façon à ce qu'ils se regardent pour de bon. J'avais en outre pensé qu'il fallait les renvoyer à leurs premières rencontres, recréer ce premier regard qui fait découvrir chez l'autre quelque chose qui vous attire. Ici chacun voyait son/sa partenaire et ne se cachait pas de lui : c'était le contraire de ce qui se passait chez eux.

Tous les deux étaient restés des enfants : ne faisant jamais rien ,sans se demander chacun intérieurement, ce qu'en penseraient leurs parents. Voilà ce qui m'apparut assez vite.

Au fil des séances, nous avons travaillé la distance que chacun devait prendre d'avec ses propres parents dans le réel de leur relations , et dans leur imaginaire intérieur , où ces parents en question étaient en place de commandement.

Avec le temps, ils prirent petit à petit leurs distances avec eux , dans la réalité concrète .

Ne se sentant plus obligés d'agir selon ce que leurs parents voulaient, attendaient ou désiraient d'eux , ils purent commencer à se rapprocher l'un de l'autre sans se sentir contraints par leur surmoi , lequel se construit toujours en fonction des parents que l'on a eus ; cette instance intérieure est « toujours obscène et fé-

roce », autrement dit : impitoyable, ( comme le signalait Lacan ) .

Le face à face que j'avais institué en séance, facilitait la prise en considération de l'autre.

On aborda aussi par petites touches d'autres difficultés dont ils me signalèrent l'existence ; on avançait pas à pas. On parla aussi de sa fuite (à elle) dans la nourriture, ce qui demanda là aussi de nombreuses séances.

Enfin, ils se rapprochèrent et retrouvèrent l'amour qu'ils avaient connu au début de leur relation, parce que notre travail , en décortiquant tout ce qui créait des difficultés entre eux, fût efficace.

Pour finir, ils partirent vivre à 350 km, loin des influences parentales.

## VIII

L'hiver suivant, nous décidâmes d'aller faire un peu de ski ; il y avait longtemps que je n'avais pas respiré l'air froid et agréable de la montagne , avec son ambiance si particulière : de la neige partout, sur les sapins comme sur les toits, parfois de rares oiseaux, - souvent des corbeaux freux- coassant dans leur vol, puis disparaissant derrière une rangée d'arbres , dont les branches laissent s'écrouler , de temps à autre, des paquets de neige. J'aime regarder les gens près des remontes pentes, dans leurs vêtements colorés, avec des lunettes sombres qui leur protègent les yeux ; ils s'amusent, bavardent, et souvent poussent des cris que le vent emporte , le ciel bleu si particulier, si pur, ce bleu des ciels de montagne , qui nous fait presque oublier tout le reste. J'aime le bruit des skis qui crissent sur la neige, surtout après la longue attente en bas des remontes pentes, une fois que le tire-fesses vous propulse en avant , avec le vent qui gèle les oreilles que l'on se dépêche de couvrir parce que le bonnet a glissé, puis à nouveau , le bruit des skis, qu'

accompagne celui des passages de la perche sur les accroches des poteaux, jusqu'à l'arrivée, où , au moment de quitter le remonte pente , on va enfin pouvoir descendre la piste.

J'aime les pistes pentues où il faut souvent tourner , pour ralentir un peu la vitesse, et vite , pivoter sur la bosse suivante ; celle que l'on doit se décider rapidement de choisir, planter son bâton pour tourner, tout en gardant l'équilibre . Quelques distances sans virages, la vitesse que l'on ressent quand l'air vous siffle de plus en plus fort aux oreilles, la peur de la chute, l'équilibre à conserver, les jambes qui font mal , les skis qu'il faut garder parallèles cherchant l'inclinaison la meilleure sur la neige pour aller vite, éviter la chute, puis à nouveau : le mur, avec encore des bosses sur lesquelles le skieur tourne sans trop ralentir, quand la respiration commence à manquer, que le cœur bat de plus en plus fort aux tempes , jusqu'à l'arrêt sur une nouvelle bosse pour reprendre haleine. J'aime alors admirer le paysage , tout en me gardant des skieurs qui ne savent pas se contrôler et risquent de vous envoyer trois mois à l'hôpital.

Quel plaisir d'admirer les montagnes de là-haut , en reprenant haleine, voir les nuages blancs qui traversent le bleu brillant du ciel, avec, si on baisse le regard vers le bas des pistes, apercevoir tous ces villages au loin s'étagant sur les diverses petites collines en contre-bas de soi .

Puis reprendre la descente et à nouveau : les bosses, les autres skieurs, le vent, le froid ...

Nous skiions tous les deux ensemble, puisque nous avions à peu près le même niveau, ce qui nous permit de descendre les pistes côte à côte et lorsque nous étions arrivés à la station nous décidions s'il y avait assez de forces pour remonter ou s'il fallait au contraire rentrer.

Ce furent des vacances bien agréables, que purent nous rappeler les photos que nous y avions prises .

Une fois de retour chez nous, la vie reprit son cours , du temps passa jusqu'à un nouvel événement qui allait transformer notre vie. Moi , j'ignorais ce qui se passait, mais...

*De son côté , elle : Quel bonheur , que je suis contente! J'attendais cela avec impatience et voilà que c'est arrivé. Comment vais-je lui annoncer cette merveilleuse nouvelle ?*

Aussi un soir où je rentrais moins tard que d'habitude, elle était déjà à la maison, ; je la trouvai toute songeuse, écoutant je ne sais plus quel concerto pour piano et orchestre de Beethoven , ah si ! Le n°5, oui, cela me revient, c'était le largo, le passage central, ce-

lui qui vous tord intérieurement et vous fait monter des larmes tant il est expressif et tendre.

Je me demandais ce qui pouvait bien la rendre comme cela, mais je n'osais pas la questionner ; la musique transformait notre espace de vie en paradis. Comme vous le savez, une musique telle que celle-là, il nous faut du temps, après l'avoir reçue en nous , pour reprendre contact avec le monde.

Enfin, elle ouvrit la bouche : « Je suis enceinte » .

Des vagues d'émotions me transpercèrent ; notre vie prenait une dimension plus forte, nous n'étions plus deux mais trois ! Le temps marquait sa scansion.

Une autre vie s'ouvrait à nous , renforçant notre lien, nous qui devenions « parents ». Je la serrai dans mes bras avec passion et tendresse, fort de cette nouvelle position dans ma vie personnelle qu'elle me permettait d'avoir avec ce qui était en elle, enfoui bien au chaud dans son ventre.

Cette nouvelle vie avait des conséquences pratiques, outre l'aspect émotionnel dont je viens de parler ; nous devons aménager notre espace de vie avec un petit enfant . Il fallait lui trouver un endroit tranquille pour qu'il ne soit pas dérangé par les adultes, un espace bien à lui. Le trois pièces allait-il être suffisamment grand ?

Je ne cessais plus de réfléchir à tout cela dans les se-

maines suivantes ; puis de discuter avec elle de tous les aménagements à prévoir , dans l'espace et dans le temps.

En parallèle je ne cessais pas non plus de tenter de l'aider à faire face à tous les petits désagréments liés à la grossesse: les vomissements bien sûr, les fatigues, les mauvais sommeils. Je faisais les courses chaque samedi pour qu' elle ne se fatigue pas trop .

Parallèlement, son humeur était ce à quoi je devais être le plus attentif car il lui arrivait de pleurer sans raison apparente, d'être perdue dans ses rêves en pleine journée, de se rappeler son enfance , et aussi sa mère ; elle s'en ouvrait à moi souvent :le souvenir de son décès lui ravivant des souffrances encore très fortes .

Ceci ne nous empêchait nullement dans les moments où elle allait mieux , de partager notre joie d'être parents , et j'espérais qu'à l' idée d'être à son tour mère, elle ne serait plus envahie par ses tristes pensées.

*Lorsqu'elle était seule , il lui arrivait de songer à sa situation :*

*J'attends mon enfant, je le sens grandir en moi, au plus profond de moi ; cela me satisfait, même quand je suis fatiguée d'avoir mal dormi , je supporte aussi mes douleurs lombaires, et j'accepte de ne plus faire d'écart alimentaire. Tout ça c'est pour son bien et j'en ferais encore plus s'il le fallait. Je me rattraperai plus*

*tard ; chaque chose en son temps.*

*Quant au papa, il est bien à sa place , il fait tout ce qu'il faut , et je l'en remercie du plus profond de moi. Vivement l'accouchement que je serre ma petite fille dans mes bras; oui je le sais maintenant : c'est une fille ; vous deux ,vous êtes mes deux amours.*

La grossesse se passa lentement. Ma compagne se transformait petit à petit, je voyais avec plaisir son ventre s'arrondir tous les jours un peu plus . J'aimais tâter les mouvements du bébé , ce qui ne fut possible qu' au bout d'environ 5 mois . A la fin de la grossesse il remuait beaucoup , et donnait souvent des coups de pieds que la maman percevait avec douleur et attendrissement.

Puis enfin vint le moment où il fallut se précipiter à la maternité .

Nous sommes arrivés lorsque le soir commençait à tomber. Elle avait perdu les eaux en toute fin d'après-midi, quand le soleil venait juste de se cacher derrière les arbres ; nous partîmes avec sa voiture que je conduisais assez vite- tout en restant prudent - , forçant le passage si besoin était , tous feux de route ouverts et en klaxonnant lorsque cela devenait nécessaire. Ce qui fit que nous nous retrouvâmes dans la salle de travail à la nuit juste arrivée .

Les lumières des lampes de la salle d'accouchement,

trop fortes, éclairaient trop intensément la pièce : il n'y eut pas moyen de les faire diminuer car elles s' étaient bloquées ! Il y a toujours des difficultés ; mais elle avait mal et cela lui fit oublier l'éclat lumineux trop intense. Je la soutins comme je pus .

Puis la sage-femme prit avec compétence les choses en main ; les conseils qu'elle donna permirent à la maman de mener à bien la venue au monde de notre enfant. Il ne fut même pas nécessaire d'appeler le médecin accoucheur. Une fois que la tête apparut le bébé sortit presque naturellement.

J'étais content de voir que c'était un beau bébé, la maman avait vu juste en me disant qu'il s'agissait d'une fille.

Cela la positionnait dans une lignée maternelle qui reliait sa mère et la mère de celle-ci d'un côté puis, elle et sa fille du côté de l'avenir, cette petite fille qui un jour aussi mettrait au monde un autre enfant.

Je pensai en moi-même, c'est son bébé , c'est aussi « notre » bébé, notre fille ;oui c'était la nôtre !

Je me répétait ces mots : « son enfant, mon enfant, notre enfant » .

Je restais près d'elles toute la nuit, l'aidant comme je le pus dans ce moment si fort et ce ne fut que le lendemain à l'aube que je rentrai chez nous pour enfin pouvoir m'endormir.

Les pères du monde contemporain connaissent tous cela.

## IX

Une fois de retour tous à la maison, nous devions organiser notre nouvelle vie , j'avais prévu de cesser de travailler quelques jours.

La maman , rentrée de la clinique très fatiguée, comme le sont beaucoup d'accouchées, demanda à s'aliter assez rapidement ce soir-là.

Nous installâmes bébé dans son couffin, après lui avoir donné ses soins corporels et la nourriture prescrite par la maternité.

La maman, épuisée, s'endormit sans tarder.

Je me rappelai qu'autrefois lorsque je la regardais dormir, je caressais de mon regard son visage qui, apaisé par le sommeil, était comme celui d'un enfant confiant. Là, le dur travail de l'accouchement se lisait sur ses traits et en accentuait les particularités . L'absence de maquillage la rendait plus fragile et je

songeai qu'il lui faudrait du temps pour retrouver son état antérieur.

Me disant que la petite allait lui ressembler, il me semblait que c'était comme si, à travers celle-ci, c'était ma femme - plus jeune - que j' allais découvrir.

Très vite, les jours suivants, il m' apparut que c'était comme si la maman en fait n' était pas là ! Elle se levait tard, plongée dans je ne sais quel monde, répondant à peine à mes questions. Je voyais ses yeux dans le vide, elle avait des mouvements lents, refusant de s'occuper de la petite, traînant dans la maison avec l'œil hagard ; elle allait à la cuisine, prenait ce qu'elle trouvait à manger, puis retournait se coucher en gromotant.

Je dus m'occuper entièrement du bébé.

Je m'inquiétais à l'idée que, devant retourner à mon travail très prochainement je ne pouvais pas laisser les choses en l'état. Comment ferions-nous, sinon ? Le mieux serait qu'elle reprenne pied dans la vie, qu'elle cesse d'être ailleurs ; il n'est pas bon de se couper de la réalité, surtout avec une petite qui a besoin de vous. Je comprenais qu'elle était dans ce qu'on nomme : le blues de la naissance; l'objet était perdu : elle était vide. Son blues de la naissance se poursuivit par une dépression, appelée dépression post-partum.

Plus rien n'avait de sens pour elle .

Alors qu'en fait ce n'était que son ventre qui était de-

venu vide mais le vide avait envahi son âme. Je me disais qu'il me fallait attendre quelques temps avant de lui en parler ; je m'occuperais de la petite, en attendant le bon moment pour aborder tout cela avec elle.

Quelques jours plus tard la trouvant plus éveillée , je saisis l'occasion d'aborder avec elle cette difficulté. Je commençais par attirer son attention sur sa façon d'être, puis j'en vins ensuite à ma préoccupation de fond : -Tu es dans le baby blues, comme on dit, souhaites-tu que je cherche une nounou, jusqu'à ce que tu ailles mieux ?

Dans un premier temps, elle fut surprise de cette phrase , puis elle prit conscience qu'elle ne s'occupait plus de son bébé .

Je lui avait tout simplement décrit comment elle était , comment elle vivait depuis son retour à la maison ; elle comprit qu'elle devait se replonger , ou plus exactement retourner dans la réalité , tout faire pour sortir de ce monde imaginaire qui l'éloignait de son enfant.

Il ne lui fallut heureusement que peu de jours pour sortir de cet état d'absence.

J'avais craint que cela ne dure très longtemps , heureusement elle revint assez vite dans la réalité.

## X

Comme vous avez déjà vu comment je fonctionne dans mes consultations ; je vais résumer la situation d'un nouveau couple qui était venu me voir à cette époque-là .

Il y avait à peine quelques mois qu'ils vivaient ensemble. Chacun avait eu des parents très autoritaires . Pour la femme , son mari, était devenu dominant au bout de quelques temps après leur mariage , c'était comme s'il lui avait fallu prendre la place de son père à elle : il parlait peu et lui donnait des ordres.

Mais chose étonnante, la situation était pratiquement symétrique concernant la femme : d'un seul coup elle devenait directive avec lui , le transformant totalement de dominateur en dominé !

Tous ces changements de comportements suivaient les aléas de la vie , en fonction des divers événements qui se produisaient. C'était donc tantôt l'un ou tantôt l'autre qui décidait de ce qu'il y avait à faire comme s'il était seul(e) à gérer les problèmes et intimait à sa/son partenaire de faire ce que lui/elle décidait. Le/la conjoint-e obéissait comme totalement fasciné-e par l'autoritarisme de l'autre qui lui imposait l'obéissance ! Évidemment ça ne pouvait pas fonctionner longtemps comme cela . Aussi finirent-ils à peine quelques temps après leur début de vie commune , par ne plus se parler en se disputant régulièrement .

Ce furent les raisons de leur venue chez moi . Ce couple était au point mort ; c'était comme si tout était mort entre eux.

Mais subsistait un petit espoir , c'était cet espoir qui les avait poussé à me téléphoner pour demander de l'aide, sinon, ils se seraient séparés.

J'avais répondu à leur appel téléphonique de façon telle, qu'ils eurent envie de venir sans attendre me rencontrer, et maintenant , ils étaient là, en face de moi.

Après les avoir écoutés , je mis au point ma stratégie : d'abord les faire renouer affectivement l'un avec l'autre dans un premier temps , puis ensuite, découvrir avec eux, au cours des prochaines séances, ce qui au fond se passait , pour qu'ils en soient là où ils en étaient.

L'enjeu que je leur formulai, était de réussir en premier à se retrouver, comme au premier jour ; puis reconstruire une relation saine comme ils l'avaient eue auparavant, c'est à dire avant cette vie commune (qui semblait bien avoir détruit leur couple).

[Je me doutais que la promiscuité avait été à l'origine de leur mésentente].

Il fallait pour cela que chacun cesse de mettre l'autre en place (subjective) de parent autoritaire.

L'aide d'une psychanalyse personnelle me paraissait nécessaire, sauf qu'il m'était impossible de la faire; je ne pouvais même pas le leur dire ni leur donner des adresses de collègues, car ils m'avaient prévenu tout de suite : qu'ils refuseraient une psychothérapie individuelle, au prétexte que : c'est trop long, trop cher trop, trop... Tout ce que vous voulez : on trouve toujours de bonnes raisons pour refuser ce type d'effort, c'est à dire, pour refuser surtout de se remettre en question.

Au fil des séances, je m'astreins donc à travailler sur l'objectif dont nous avons convenu: recréer de l'échange entre eux sans que cela ne prenne la forme d'ordres ou d'injonctions de l'un et d'obéissance de l'autre ; déjà au moins, nous convînmes qu'ils arrivent, dans un premier temps, à se parler simplement. Je leur servais - dans les séances - de tampon à chaque fois qu'ils émettaient contre l'autre des mots autoritaires ou des jugements de valeurs négatifs (donc

agressifs).

On aborda beaucoup d'aspects différents de leur relation, de la peur à la haine, de l'amour à la soumission ; la question de la bonne distance se posait à chaque fois.

Alternativement, je soutenais l'un des deux par rapport à l'autre tout en expliquant la position subjective du « dominant » : je cherchais sans arrêt à rééquilibrer leur relation . Nous avançons lentement ; je leur décrivais également les places (subjectives) auxquelles chacun se tenait quand l'autre était le parent autoritaire ; je donnais des repères plus précis sur la soumission de nature infantile que le/la partenaire subissait alors.

Au bout d'environ cinq à six mois de rencontres hebdomadaires, les relations s'améliorèrent entre eux , chacun écoutait l'autre et les comportements agressifs diminuèrent.

Leur couple d'aimants se reforma lentement .

## XI

Mais revenons à mon propre couple au moment où la maman sortit du « blues », juste après la naissance du bébé .

Le soir , lorsque je rentrais après mes longues journées de travail, j'étais rassuré: je voyais qu' elle s'occupait bien de l'enfant, jouait beaucoup avec elle , lui parlait , l'entourant de ce bain de langage dont ont besoin les petits d'humains pour appréhender ce qui se passe et ce qu'ils ressentent ; ceci , comme on le sait, les aide à découvrir le monde, et leur permet de mûrir. Elle avait repris des couleurs, il me semblait qu'elle faisait face maintenant, s'occupant bien de la petite comme d'elle-même : elle arrivait à nouveau à reprendre pied dans les multitâches de la vie, du moins était-ce ce que je croyais .

En réalité, je m'en aperçus par la suite, elle ne s'occupait plus que de son bébé ; la petite était devenue le centre de son attention, c' était son seul intérêt dans la vie, seule celle-ci avait de l'importance à ses yeux.

Je n'ignorais pas que parfois, certaines accouchées se focalisent sur l'enfant au détriment de leur vie de femme et négligent leur mari, en s'identifiant uniquement à leur rôle de « maman » ; c'est vrai également lorsque l' homme , pour ces femmes-là , n'est qu'un géniteur.

La concernant , je savais que ce n'était pas son cas : il me semblait plutôt qu'elle surcompensait le vide de l' objet perdu : celui qu'elle avait ressenti juste après la naissance . Comme beaucoup de jeunes mères se comportent ainsi, je ne lui en tenais pas rigueur, je devais lui laisser le temps de se retrouver, tout cela n'était qu'une question de patience de ma part.

C'est juste après cette époque-là qu' il nous fallut faire face aux nuits agitées, quand, à peine endormis, les pleurs du bébé nous réveillaient : la petite avait besoin que l'on s'occupe d'elle ; soit la faim, soit besoin d'être changée , d'être bercée parfois. Il arrivait aussi que le rôl d'après biberon étant lent à venir, nous devions rester plus longtemps éveillés ; nous nous déplaçons avec l'enfant dans la pièce tout en la berçant pour la calmer, jusqu'à ce qu' elle se rendor-

me. Pendant environ deux mois, nous nous relayâmes, la maman et moi. Si nous ne l'avions pas fait, celui ou celle qui se serait levé-e seul-e aurait fini par en vouloir à l'autre de le/la laisser s'épuiser. Cela me paraissait si évident, que je le faisais à mon tour sans même me poser de question.

C'est avec contentement que nous remarquâmes au bout d'à peu près deux mois, deux mois et demi, que la petite ne se réveillait plus la nuit ; le ouf ! de soulagement fut réciproque.

Tout doucement, nous reprîmes notre ancien rythme de vie, maintenant que nos nuits étaient réparatrices. La petite se régularisait, mais le comportement de ma compagne avec moi restait le même: elle ne tenait toujours pas compte de moi.

Comment lui faire prendre conscience que j'étais mal du fait qu'elle ne me considérait plus, comme si je n'existais pas ?

Pour qu'elle cesse d'être uniquement captivée par son enfant, j'essayais le plus souvent d'échanger avec elle en manifestant ma présence, je lui parlais le plus possible, tentais de la faire rire, bref lui montrais que j'étais présent, que j'existais.

Lentement, elle finit effectivement par me reprendre en considération, recréant avec moi une relation plus saine.

Comme elle avait demandé un congé parental et qu'

elle commençait à aller mieux, je pus reprendre assez vite mon travail à plein temps.

Le soir, il m'arrivait de lui parler de mes soucis - sans déroger au secret bien sûr-, ce qui me permettait de prendre de la distance et d'y voir plus clair. Elle échangeait avec moi volontiers, manifestant une intelligence des situations tout à fait subtile, me facilitant les actions futures avec mes patients.

Ce n'étaient pas toujours des couples qui venaient chercher une solution : une ancienne analysante, qui était venue il y a très longtemps, vint me voir pour le problème suivant : un de ses collègues de travail l'attirait , elle avait eu avec lui des rencontres intimes. Elle me parla de son mari et d'elle, en me disant qu'ils avaient été très heureux ensemble, surtout au début de leur relation , mais que ,depuis quelques années, chacun semblait s'être endormi ; et finalement leur couple était devenu terne. Au point qu'un jour, elle ne savait pas trop comment, elle avait accepté les avances de ce collègue , puis elle avait fini par « presque l'aimer ». Maintenant qu'elle était entre deux hommes, c'est à dire entre deux amours, elle ne savait plus quoi faire.

Elle se trouvait au milieu de sa vie, l'âge était là avec son poids : l'image qu' elle avait d'elle-même s'était dégradée et le fait « qu'on la désire » , « qu'on lui fasse la cour » - comme elle me le formulait elle-mê-

me -, avait réveillé un désir d'exister comme « femme », ce qui était à cette époque en train de s'estomper, voire avait quasiment disparu, avec son mari. Cette rencontre lui offrait une seconde jeunesse, d'autant plus que son amant ayant presque six ans de moins qu'elle ; la fraîcheur de son jeune corps, son regard chargé de désirs, étaient un remontant dont elle ne se sentait pas la force de se passer. Elle était prise entre l'amour qu'elle avait trouvé avec son mari – nous nous rappelions tous les deux combien cela avait été difficile à mettre en place, du temps où elle venait en analyse – et celui qu'elle vivait aujourd'hui : c'était comme un nouveau départ. Nous avons convenu de nous voir tous les dix jours, pour qu'elle élabore cette problématique, et qu'elle trouve ensuite quoi faire.

Maintenant que moi aussi dans ma vie je me trouvais « installé », je pouvais entre-apercevoir, en pensant à l'expérience négative que cette femme avait eue avec son époux, ce qui pourrait nous arriver, dans mon propre couple, si nous restions sagement l'un avec l'autre en train de nous endormir, nous aussi.

Il s'agissait de maintenir entre nous deux ce que nous avions déjà trouvé chacun de notre côté au début de notre rencontre : quelqu'un qui répondait à notre attente, qui était capable de créer chez nous une demande

et une offre d'amour, - pour parler comme les économistes.

Pour le moment , le problème ne se posait pas , peut-être devrais-je dire : pas encore . Cependant, si je n'y faisais pas assez attention , je pouvais me trouver -moi aussi - dans cette situation-là : l'un de nous deux pouvait se sentir moins aimé et regarder ailleurs, comme le font hélas trop de personnes de nos jours, quand leur besoin de satisfaction immédiate prime sur l'avenir.

Pour éviter cela, il me fallait être très attentif à elle, et pour qu'elle le soit avec moi ? Je ne connaissais pas la réponse, encore aurait-il fallu pouvoir aborder ensemble cette difficulté , mais cela me paraissait totalement impossible.

Il me restait une solution que je m'empressai de mettre en acte: lui faire la cour à nouveau, lui donner envie de se retrouver « femme » avec moi.

Le soir , je rentrais avec un bouquet de fleurs, ou bien je lui disais qu'elle était belle, ou qu'elle m'avait manqué, que j'avais pensé à elle et que j'avais même failli lui téléphoner dans l'après-midi mais que , craignant de réveiller bébé ou elle-même, je m'en étais abstenu .

Il me vint l'idée de lui parler de cette femme entre deux hommes, pour lui demander son avis , ce qu'elle en pensait, comment elle me voyait aborder les cho-

ses ; après nos échanges, je lui fis des compliments sur ce qu'elle m' avait indiqué pour cette thérapie. J'espérais qu'elle allait se demander pourquoi je lui avais parlé précisément de cet exemple-là , alors qu' habituellement, je ne lui parlais jamais avec autant de détails des thérapies individuelles.

Effectivement mon « stratagème » réussit, car il eut pour effet de la faire devenir encore plus présente avec moi.

J'avais tenté plusieurs approches et leur effet cumulé me permit de retrouver totalement l'amour et l'intérêt de ma femme. Tous mes efforts aboutirent enfin à ce que je cherchais depuis un certain temps : qu'elle redevienne la femme amoureuse que j'avais connue antérieurement .

Finalement, en parlant indirectement de ce qui nous préoccupe, on peut amener quelquefois notre partenaire à réfléchir sur lui-même.

Dans mon travail, j'eus à faire avec un nouveau cas difficile .

Ce couple allait mal, bien que chacun eût déjà fait un

travail sur soi avant leur rencontre : une psychothérapie pour lui , une psychanalyse pour elle, ou bien l'inverse, (aujourd'hui je ne me souviens plus exactement ) .

On aurait pû penser que de se mieux connaître leur permettrait de savoir gérer leur relation de couple.

Certes , chacun avait pu dépasser des difficultés anciennes qui les avaient bloqués jusqu'alors dans leurs relations avec les autres. Mais cela ne leur permettait pas , aujourd'hui, de vivre en harmonie ensemble.

Le défi qui était le mien était de travailler chaque différend entre eux en allant au fond , jusqu'à ce qu'une issue se trouve. J'étais dans le brouillard quant au but que je m'assignais car je n'avais pas d'autre piste. A chaque fois, il me fallait aller jusqu'au fond des questionnements sur leurs actions comme sur leurs difficultés ; avancer pas à pas tout en les accompagnant. Nous avons abordé beaucoup d'aspects habituellement difficiles à traiter : la peur de la mort ou celle de la déchéance en cas de maladie invalidante, mais également des pensées « inavouables », qu'habituellement on cache, liées à des fantasmes inconscients. Rien ne fut tabou ; ils avaient , grâce à leurs anciennes pratiques sur eux, la capacité d'arriver à tout aborder ; bien que cela soit pénible pour chacun d'en prendre conscience et aussi d'en parler devant l'autre .

Ceux qui n'ont pas fait de travail sur eux-mêmes , ne

peuvent pas aller au fond de leurs difficultés personnelles comme cela, tandis qu' avec eux, la mise à jour de ces problématiques inconscientes fut possible. Ils s'étaient rencontrés dans une clinique psychiatrique lors d'un séjour qu'ils firent à une époque où ils traversaient tous les deux des dépressions assez graves, et s'étaient rapprochés en se soutenant l'un l'autre . Cela avait été le fondement de leur couple : l' aide qu'ils s'étaient donnée ; ce que je découvris assez rapidement.

Aussi c'est sur le fait que chacun avait besoin de l' aide de l'autre et chacun d'eux aimait aider son/sa partenaire, que je m'appuyais pour les faire avancer, en tant que couple.

Quand au cours de la thérapie je faisais face à des difficultés , je m'appuyais donc sur cet aspect positif, utilisant ce lien entre eux, pour aborder ce qui n'allait pas, découvrant au jour le jour un nouveau chemin dans ma pratique .

Nous travaillâmes intensément, mais après chaque séance, compte tenu de l'investissement émotionnel que cela leur demandait , je me demandais s'ils allaient revenir car , je peux le dire maintenant, ils furent très atteints intérieurement par ce qui se découvrait en séance. Au fond de chacun, une agressivité contre la vie qui les avait tant malmenés ressortait, et naturellement se portait sur le conjoint, qui n'était jamais assez à la hauteur de ce qu'ils auraient voulu, lui

demandant beaucoup plus que ce que l'autre était capable de donner , en dépit de sa bonne volonté et de son amour. Bien qu'avançant lentement, notre travail d'élucidation progressa ; la mise à jour de l'aspect négatif des attentes, une fois clairement abordées, permit de trouver comment chacun pouvait découvrir une solution pour aider à régler positivement l'attente de l'autre ; surtout : comment prendre sur soi pour réaliser ce qu' au fond ils souhaitaient chacun , et réussir ce qu'ils voulaient : que leur couple continue d' exister parce que chacun aidait, épaulait, soutenait l'autre, en fait, parce qu'ils s'aimaient.

Un autre couple vint me voir quelques temps plus tard ; il s'agissait de deux jeunes adultes qui vivaient ensemble depuis quelques temps ; ils s'aimaient, mais « n'arrivaient pas à se rapprocher » , me disaient-ils. Tout rapprochement entraînait chez elle des pertes de connaissance, elle lui disait : « je me sens mal », puis allait s'allonger dans sa chambre, s'endormait rapidement et ne se réveillait que quelques heures plus tard, un peu hagarde, sans trop se rappeler ce qui lui était arrivé juste avant.

Elle aussi avait été malmenée par la vie, mais ne pouvait pas en dire plus.

Dans un premier temps, nous avons travaillé ensemble la façon dont son mari – en fait ils n'étaient pas

mariés, mais souhaitaient le faire et s'étaient présentés à moi comme mari et femme - essayait de se « rapprocher » d'elle. Très vite il m'apparut que ce n'était pas la bonne direction à prendre : nous n'avancions pas.

Je le leur dis et du coup, elle demanda à me parler seule ; j'acceptai sa demande, tout en me questionnant sur l'efficacité de cette nouvelle approche.

Heureusement, je me rendis compte assez vite que je ne faisais pas faute route en lui permettant de passer d'un travail de couple à une psychothérapie individuelle.

Le fait qu'elle parle sans la présence de son mari, lui permit d'aborder des problèmes plus intimes. Il ne me fallut pas trop de temps pour découvrir le fond de ce qui n'allait pas.

Ce furent comme souvent, ses rêves qui me mirent la puce à l'oreille. Au fur et à mesure que nous avançons dans ses problèmes, tout en remontant le temps, nous découvrièmes, ou plutôt devrais-je dire elle découvrit - ce que j'avais deviné quelques temps plus tôt lorsqu'elle m'avait raconté ses rêves - , la cause de ses difficultés dans un épisode infantile, qu'elle avait me disait-elle oublié, mais qu'en fait elle refoulait. Elle avait été violée petite, vers ses 11 ou 12 ans par un adulte qui devait être un voisin. Celui-ci l'avait gardée un soir, tandis que ses parents, ayant dû s'éloigner en urgence de leur domicile, la lui avaient confiée. Cet homme, une fois seul avec elle en avait profité pour

abuser d'elle. Cela avait bien sûr laissé des traces qu' elle refoula alors pour ne plus y penser. Elle n' avait pas osé en parler à ses parents à l'époque puis avait fini par ne plus trop s'en souvenir.

Mais son mari, ou plutôt comme je l'ai précisé: celui qui voulait devenir son mari , lorsqu'il souhait se rapprocher sexuellement d'elle, réalisait ce qu'avait fait ce voisin en lui montrant son propre désir sexuel , et alors elle perdait conscience , moyen pour elle de ne pas s'affronter à cela.

Le travail s'arrêta quand , ayant pu se distancer de tous ces tristes souvenirs, elle les laissa chez moi pour s'en débarrasser une bonne fois.

## XII

Un peu plus d'une demi-année s'était écoulée depuis la naissance de notre petite fille. Nous avions dépassé depuis longtemps les nuits blanches, et avions retrouvé une relation homme-femme plus normale.

Vis à vis de notre enfant, nous ne nous comportions pas de la même façon : la maman avait tendance à la prendre dans les bras pour la bercer systématiquement, dès le moindre pleur ; pour ma part je pensais qu'il ne fallait pas le faire trop vite , il me semblait qu' il fallait au préalable se questionner sur le pourquoi des pleurs.

Une fois que je lui eus dit ce que j'en pensais, ma compagne me répondit que pour elle, il était normal de prendre la petite dans les bras puis de la bercer et donc de répondre à sa demande de soins et de proximité corporelle, ajoutant que de toutes façons la prendre dans les bras était sans conséquences ; clairement elle avait une position maternante.

Je lui dis que, pour moi , pleurer est l'une des façons qu'ont les petits-enfants pour s'exprimer et que notre rôle de parents était d'essayer de comprendre ce qu' elle nous manifestait avant d'agir. J'argumentai que chacun de nous avait sa façon de réagir conformément à notre sexe mais que cela ne nous interdisait pas d'en parler ensemble pour examiner ce qui était en question pour notre enfant. J'ajoutai, qu'il était bon de la faire attendre un peu et que, de ne pas répondre tout de suite , c'était lui apprendre, tout doucement - par la petite frustration qu'elle ressent- à faire face au manque, compte tenu de son âge, maintenant qu'elle n'était plus toute petite. Clairement j'avais de mon côté une manière d'être avec l'enfant, de nature plus paternante. Notre façon de réagir tenait à nos identifications sexuelles plus qu'à une nature originelle.

Ni l'un ni l'autre n'avait raison, bien sûr ; c'est pourquoi il faut échanger avec l'autre parent lorsque des disparités ou des fonctionnements différents se produisent dans l'éducation que nous donnons à nos enfants , pour agir le mieux possible, au cas par cas, pour décider ensemble quoi faire.

Tout n'est pas relatif , chacun se trompe plus souvent qu'il ne le croit, c'est aussi ce que la vie nous apprend. En général , les parents doivent accepter l'idée qu'ils peuvent parfois avoir mal agi.

Pour elle au contraire de moi, elle disait qu' il fallait répondre à l'enfant immédiatement, car c' était le com-

portement maternel le plus adéquat , que la faire attendre même un peu n'était pas bon . Nos deux points de vue étaient très éloignés ; chacun ayant avancé ce qu'il pensait, une discussion s' ensuivit. Nous convînmes finalement de commencer par écouter le genre de plainte, afin d'essayer d'agir en conséquence : soit tout de suite si elle pleurait très fort ou la faire attendre un peu si nous pensions qu'il s' agissait d'un pleur destiné seulement à nous faire réagir . Nous étions en train d'apprendre à être parents , dont le rôle est aussi d' apprendre à vivre à l'enfant , sans trop souffrir, et à pouvoir - autant que faire se peut bien sûr - , affronter les difficultés que chacun rencontrera dans la vie.

Ces difficultés-là, nous nous en rendions compte , allaient être assez longtemps des moments d'échanges entre nous , chacun réagissant selon sa personnalité , ses expériences, son cœur, sa raison, ce qui créait des discussions fructueuses : c'était le bon côté des choses. Au final, il me semblait que nous étions « ensemble » concernant l'art et la manière d'être parents, cela nous rapprochait.

En même temps, il nous fallait continuer à vivre comme adultes , la présence du bébé ne devant pas être un handicap dans notre vie de couple, ajoutai-je alors.

Elle comprit ce que je voulais dire et avec un sourire de connivence , elle confirma qu'elle allait penser encore plus à nous.

Comme nous n'avions ni elle ni moi de famille, nous cherchâmes une nounou pour s'occuper de notre petite fille et c'est ainsi que nous avons pu nous retrouver un soir, dans notre restaurant, celui de nos premières rencontres.

Attablés devant un repas « de fête », nous avons sablé le champagne à cette occasion .

-Nous voilà parents, dis-je avec beaucoup de bonheur, aurais-tu imaginé cela quand on s'est connus ?

-Bien sûr que non.

-Et maintenant comment vois-tu notre vie ?

-Bien agréable, je suis contente.

-Le travail ne te manque pas ?

-Pas encore, mais on va avoir besoin d' un peu plus d' argent, je vais reprendre du travail dans une autre entreprise, ajouta-t-elle avec un sourire.

Tout se déroulait au mieux et c'est le cœur content que nous rentrâmes à la maison ce soir-là. La petite dormait à côté de la nounou que je raccompagnai en voiture jusque chez elle. Sachant que je m'occupais de couples, elle me demanda un conseil : elle avait des « problèmes » avec son ami. Nous parlâmes longtemps, en tout cas suffisamment pour que je rentre assez tard .

-Tu m'as manqué, me dit ma compagne lorsque je suis rentré , je crois qu'elle te plaît...

-Oui, elle est pas mal, mais toi seule m'intéresse.

Je ne fus pas mécontent de sa jalousie ; la question de la confiance , à nouveau, se posait ente nous ; je décidai de l'aborder, il me semblait que c'était le bon moment.

-J'aime bien que tu sois jalouse, ça me montre que tu m'aimes et que tu tiens à moi, moi aussi je tiens à toi, et je suis jaloux dès que je te vois avec un homme.

C'est par le biais de la jalousie que nous ressentions chacun , que nous abordâmes la difficile et cependant nécessaire question de la confiance.

Notre couple mettait en place, par des échanges fructueux , les bases de sa cohésion.

Elle trouva un emploi au cours du mois suivant : des responsabilités nouvelles dans une autre entreprise toujours dans le même secteur ; nous rentrions à la maison à des heures différentes, le premier arrivé préparait le repas du soir, et s'occupait de la petite.

A mon cabinet, un nouveau couple était venu me demander de l'aide.

Chacun de ses membres avait été une bouée de sauvetage pour l'autre - ceci arrive relativement fréquemment - mais une fois ce sauvetage effectué, ils s'étaient très vite affrontés , car rien n'avait été mis en place dans leur relation. Au point que lui était parti

quelques temps vivre avec une autre femme, puis il était revenu vivre avec elle, quelques semaines après, car « c'était pas ça » me dit-il. Les difficultés entre eux reprirent, et les affrontements recommencèrent. En séance ce fut la même chose, dès que l'un disait quoi que ce soit, l'autre haussait le ton, avec des reproches, des interprétations et même des cris.

Je dus, assez longtemps, servir de contenant, leur permettant petit à petit de décrypter ce qui se passait : pourquoi l'autre partait en flèche, se sentant « agressé » par celui qui venait de parler, jusqu'au moment où je réussissais à faire enfin baisser la tension entre eux ; alors c'était comme un éclair de lucidité de la part de celui/celle qui venait de parler, ponctué de : « Ah bon ! », ou bien de : « oh c'était donc ça », comprenant après-coup, ce qui avait créé l'affrontement et aussi l'effet de ses paroles sur l'autre.

Comme ils ne voulaient pas se séparer, et qu'ils avaient envie de comprendre et de gérer au mieux leurs difficultés, cela prit un temps assez long à chaque séance, qui durait souvent plus d'une heure, parfois une heure et demie.

Tout doucement cependant, ils apprirent à ne plus s'énervier, à comprendre ce que les paroles qu'ils émettaient ou même certains des actes qu'ils avaient accomplis, faisaient à l'autre.

Ce ne fut qu'une demi-année plus tard que leur couple trouva enfin un équilibre satisfaisant.

### XIII

Entre ma compagne et moi, il y eut quelques fois des moments de tension .

Quand ça n'allait pas entre nous deux, l'un de nous sortait faire un tour, le temps que le malaise diminue, puis à son retour, nous abordions sereinement le différend en cherchant ensemble les solutions à apporter à nos difficultés.

Nous préférions cela aux disputes, sachant qu'elles enveniment les choses quand on s' affronte trop rapidement. La colère, mauvaise conseillère, fait regretter ensuite ce qu'elle a produit.

Il faut éviter de faire comme ce qu'a fait l'homme dans le cas suivant dont je vais parler maintenant, à savoir agir trop vite, quitter la femme avec qui il vit, dès qu' un problème se pose.

Bien que marié depuis presque 5 ans , ce mari m' apprend qu'il a le sentiment de ne pas s'épanouir avec son épouse et donc l' a-t-il quittée , sur un coup de tête, après une dispute, pour rejoindre une autre femme. Mais n'ayant pas demandé de séparation , il est venu (avec sa femme officielle ) me consulter, pour trouver ce qu'il doit faire après tous les événements dont il va me parler en séance. Ensuite, je les questionne sur leur relation de couple aujourd'hui : personne n'est prêt à se sacrifier pour l'autre, mais ils veulent que « ça se passe bien ! »

Tous les deux ont eu des parents très directifs et autoritaires qui ne les laissaient jamais tranquilles, les ayant presque forcés à se marier.

Chacun se comporte avec l'autre comme si cet autre était le parent autoritaire qu'il a eu en face de lui lorsqu'il était petit enfant , et par conséquent lutte contre l'autre , comme s'il recherchait son autonomie personnelle. Tout ça sous forme d' affrontements plus ou moins nets dirigés contre le/la partenaire, d'où les disputes.

Quant à l'homme,il me dit que cette autre femme lui donne, ce qu'il n'a pas trouvé avec son épouse : quelqu'un qui l'accepte comme il est, avec qui il n'a pas besoin de s' opposer comme il le fait « avec elle » la montrant alors de la tête . Inutile de préciser que ces

mots sont durement ressentis par celle-ci et que des pleurs éclatent en séance devant moi.

Je pense alors à la remarque de Freud sur le second mariage plus réussi pour le sujet que le premier . On a retrouvé l'ambivalence ( amour- haine) éprouvée dans notre enfance avec un de nos deux parents ; souvent il faut se séparer de celui/celle avec qui on est marié(e) pour avoir une relation saine avec une nouvelle personne.

Après leur départ, je ne sais quoi penser. Il me semble que le prochain rendez-vous me permettra de mieux les comprendre pour les aider. Cela ne se passe pas du tout comme je le croyais. En effet quinze jours plus tard l'homme de ce couple, vient me voir seul : il m'informe avoir quitté cette nouvelle personne avec qui il vivait.

On refait le point ; après sa séparation d'avec son épouse il a réussi à se séparer de l'influence intériorisée parentale , il s'est senti libre ; puis il a quitté cette seconde femme (sans m'en donner les raisons) et il est parti vivre seul. Or maintenant il me dit qu'il a envie de renouer avec une très ancienne maîtresse, retrouvée dernièrement , ce pourquoi il vient me demander conseil.

Huit mois après , celle-ci et lui viennent ensemble . Les rapports entre eux - qui s'étaient biens passés au début de leur vie commune - , se sont transformés avec le temps : leur problématique actuelle tourne au-

tour de la confiance et de la jalousie.

En fait et pour résumer : il se demande si elle - la femme actuelle avec laquelle il vit, celle qu'il avait connue il y a de nombreuses années, qu'il avait quittée pour son épouse, - je sais c'est compliqué - est capable elle aussi de « mal faire » , comme lui l'avait fait en quittant sa première femme, puis en quittant sa maîtresse .

Ces questions : qui choisir, avec qui vivre, liées aux comportements de chacun/e avec l'autre , sont souvent abordées en séance, parce que ce sont celles qui sont à l'origine des choix que les gens font dans leur vie privée et donc dans leur vie affective.

Il se sentait coupable et s'excusait de ce qu'il avait fait : ses anciennes compagnes ayant payé le prix de ses choix intimes. Il n'est pas le seul, hélas à être pris par des contradictions semblables à celles-là.

Il en était de même pour elle : ici, avec moi , elle osera lui dire qu' elle aussi avait hésité entre deux hommes après sa séparation d'avec lui, lorsqu'il était avec sa première femme .

Nous avons travaillé là-dessus plusieurs séances.

Après un long travail lui s'est senti rassuré et soulagé : il ne se sentait plus inférieur. Elle aussi de son côté était soulagée de n'être pas « une mauvaise femme » ; ce que nous avons fait tous les trois portait ses fruits : chacun attendait que l'autre « montre sa faiblesse » , ce fut l'interprétation que je fis pour les

relancer dans leur nouvelle vie, avant de leur dire au revoir .

## XIV

De notre côté, notre petite famille continue sa vie tranquille , en contraste avec ce que je vois chez les gens qui viennent me voir : pour nous, tout se passe au mieux.

Cependant, je crains toujours ,(crainte irrationnelle ?) que celle avec qui je partage ma vie, celle que j'aime , ne se lasse de cette vie de famille trop bien réglée. Peut-être, est-ce dû à mon expérience professionnelle moi qui ne vois que des couples en déséquilibre ; couples dans lesquels c'est le plus souvent la femme, insatisfaite de la vie qu'elle mène, qui va faire la rencontre d'un autre homme , puis qui trouve avec lui, un nouvel amour. Moins souvent je vois des hommes dans la même configuration .

Si cela nous arrivait , quelle serait ma réaction? Je l'ignore . Pour l'éviter, je tente par tous les moyens de conforter notre relation, essayant que notre amour s'enrichisse continuellement, par des attentions, des paroles, des actes. Il me semble aussi que le fait que nous soyons parents est un plus pour nous rapprocher. Grâce à ma place de père - que j'assume – cela ne peut que renforcer chez elle le sentiment qu'elle est soutenue dans sa place de mère .

Pour ce qui concerne mes sentiments amoureux , je les lui manifeste aussi souvent que je le puis , aiguillonné par l'amour que je ressens pour elle , ce qui ajoute encore du lien entre nous.

Côté travail, de nouveaux couples viennent demander de l'aide. Comme par exemple celui dont je vais parler maintenant.

Dans ce couple-là, l'homme a de nombreux enfants d'un premier lit . Il a perdu sa femme d'une maladie neurologique foudroyante et s'est retrouvé seul avec ses trois enfants, avant de rencontrer celle avec qui il vient me voir. Celle-ci a deux enfants d'un homme parti sans laisser d'adresse. Oui ,c'est plus fréquent qu' on ne le croit ! Leur relation de couple est bloquée par l'absence de discussions de fond entre eux concer-

nant leurs engagements réciproques, donc leur lien. Ils ont le désir d'être de bons parents et n'osent pas dire « non » aux demandes sans cesse réitérées de leurs cinq enfants. Sans compter la plus jeune, la petite dernière, qui a perdu sa maman trop petite et n'a pas pu ni en faire le deuil, ni surtout trouver une « vraie » maman. Elle est constamment en train de leur poser des « problèmes » : caractériels et somatiques .

Dans un premier temps, je les écoute et leur propose une véritable thérapie de couple avec les règles à suivre que vous connaissez, ce qui me permet assez rapidement de « tamponner » les écarts entre eux et faire qu'ainsi ils parviennent à se parler , à s'écouter et à se distancier d'une position de parents . Celle qu'ils voulaient avoir avant tout , cela au détriment de leur relation de couple . Je vous résume tout cela sous la demande inconsciente non formulée, mais que j'entends très bien : « mariez-nous », que nous soyons homme et femme l'un avec l'autre .

C'est une demande souvent adressée au thérapeute de couple.

Petit à petit , en insistant, j'arrive à les faire agir concrètement pour qu'ils puissent se trouver du temps pour eux , et ne pas répondre aux enfants uniquement en place de parents, mais comme deux personnes adultes qui s'aiment, et qui, par ailleurs, s'occupent des enfants . Comme trop souvent, les enfants de chaque couple font bloc contre la pièce rapportée et contre les

enfants de l'autre parent. C'est très embrouillé , mais j'arrive avec le temps, à les faire mieux se comporter lorsqu'ils s'adressent à chacun des enfants que ce soit les leurs ou ceux de l'autre : à chaque fois, il faut qu'ils soient en position d'adulte responsable. De même, je les aide à débrouiller les situations que leur font vivre les enfants pour leur permettre de trouver des réponses à chacun de ceux-ci en fonction de la spécificité de leur interlocuteur du moment : on ne répond pas à une demande d'un tout petit comme on le fait avec un enfant plus âgé.

Au bout d'un an d'un travail dense , leur couple commence à nettement aller mieux.

Comme cela arrive quelques fois, je vous en ai déjà parlé, la femme me demande de faire une psychothérapie avec moi ; ce qui est maintenant devenu possible puisque leur couple est bien plus stable, et que les échanges entre eux sont équilibrés et fréquents. Cela implique l'arrêt de ma thérapie du couple, pour passer à des entretiens avec elle seule . Lorsque je les préviens tous les deux de cette nouvelle approche que je vais faire, l'homme le prend bien, il comprend qu'elle a besoin de travailler plus particulièrement sur elle, maintenant que leur couple se trouve plus équilibré. Ce qui va lui permettre - à elle -, de se situer mieux dans sa relation avec lui , car elle refusait d'avoir des relations sexuelles depuis très longtemps . La question de sa culpabilité , dans toutes les difficultés qu'

elle rencontre tant dans sa vie en général que dans sa vie de couple puis de mère sera abordée en séances . Encore un an avant qu'elle ne se sente mieux et cesse de venir me voir.

Lorsque je compare ce que je rencontre dans ma profession avec notre couple, je vois que le nôtre évolue dans le bon sens. Notre vie va se transformer prochainement avec la rentrée en maternelle qui est pour bientôt . Le jour dit, nous accompagnons notre fille cela me fait tout drôle, cette nouvelle place de papa qui accompagne sa « grande fille » pour l'entrée à l'école .

Puis au retour, nous parlons de cette nouvelle partie de notre vie, c'est la première fois que notre enfant n'est pas avec nous toute une journée .

Une page se tourne.

Ma reprise de travail le lendemain laissera des traces pour moi.

Je reçois un nouveau couple à aider , cette thérapie va me laisser bien amer. Je vais vous résumer un peu.

La communication entre les partenaires de ce couple vivant maritalement depuis très longtemps , est devenue totalement absente .

Chacun est renfermé sur lui-même, reprochant à l'autre leurs difficultés , avec en plus, des enfants de premiers lits ayant eux aussi des problèmes .

Tout cela crée des situations explosives, chacun reprochant à l'autre, tout et même le contraire de tout.

J'essaye de parer au plus pressé, mais la situation est si bloquée, que mes rares conseils de se parler, de s'écouter, de ne pas faire de reproches incessants et de prendre son temps avec les enfants, restent sans effet.

Au bout de trois mois, chacun va vouloir me parler seul à seul, mais ce seront encore des récriminations excluant toute avancée . Je me désespère de ne pas arriver à les aider. C'est tellement bloqué de partout, qu'une séparation finit par arriver ; je pense qu'au stade où ils en sont c'est le moindre mal, mais surtout je pense qu'ils auraient dû venir voir un thérapeute de couple bien avant que tout ne se bloque entre eux.

A leur décharge, leurs enfances respectives d'enfants mal ou pas aimés, plus ou moins abandonnés et laissés pour compte sans aide ni soutien parental a fait d'eux des personnes malheureuses dans leur vie d'adulte ; avec reprise par la génération suivante : leurs enfants souffrent de parents pas stables, créant alors, par ce fait, un nouveau et dramatique dommage chez eux.

Comme quoi, il ne faut pas attendre quand ça bloque chez les adultes et comme quoi aussi, toute enfance a des répercussions sur les propres enfants que l'on aura dans l'avenir.

Freud parle de trois générations pour faire un psychotique : les enfants suivants risquent d'être en danger.

Autrement dit, les répercussions des mauvaises relations qu'un enfant aura eu avec ses parents seront étalées jusqu'à ses petits-enfants à lui !

Le malheur du monde me touche et le fait que , dans ma famille , les choses se passent sans mal , me remonte le moral.

Ma compagne a repris son travail à temps complet, il faut nous débrouiller avec nos horaires respectifs, comme tous les parents, pour aller chercher la petite à la sortie de l'école, ce que nous faisons en alternance. Ainsi certains soirs , quand je ne travaille pas, je peux aller la retrouver au sortir de son école , tandis que sa maman , lorsqu'elle sort plus tôt de son travail le fait, les autres fin de journées.

C'est le lot de tous les gens qui ont à mener de front travail et famille, cela n'est pas ennuyeux.

## XV

La vie de notre couple se déroule sereinement , tranquillement . Trop ?...

Il faut rester toujours vigilant comme j'ai essayé de le sous-entendre ici : ne pas s'endormir.

La routine est dangereuse : l'on s'habitue trop facilement à répéter les mêmes comportements, les mêmes gestes, finalement, ne risque-t-on pas l'engourdissement et même l'ennui ?

Je me faisais souvent ces réflexions et me demandais comment éviter cela. De son côté , ne pourrait-elle pas penser aussi que nous étions trop dans la répétition ? Notre couple de ce fait, ne serait-il pas en danger?

Je m'interrogeais régulièrement ; je ne savais trop comment mieux faire encore. J'avais bien essayé diverses actions toutes différentes les unes des autres ; j'avais proposé des voyages, mais n'emmène-t-on pas son couple en vacances ? ou bien des sorties diverses et variées, impromptues quelques fois ou bien longuement préparées. Mais j'avais peur que ce ne soit pas suffisant, cette peur faisait partie de mon « caractère »

comme on dit , je dirais plus sérieusement que mon enfance et mes soucis de toujours m' amènent plus du côté de l' inquiétude que de celui d'un optimisme « béat ».

Il m'arrivait de me demander quelque fois si elle pourrait un jour, se lasser de moi. Comment le savoir ?

Je m'interrogeais sans cesse ; la crainte qu'elle ne se lasse de moi et finisse par aller voir ailleurs, me tenaillait souvent .

Abandonnerait-elle notre couple, peut-être alors, me retirerait-elle la petite, et ne me retrouverais-je pas comme ces nombreux pères, éloignés de leur enfant, sans rien pouvoir faire , obligés de couper la relation intime qui se joue entre l'enfant et son père au jour le jour ?

Notre société me montrait tellement de cas de ce type, que je craignais à tout moment de me retrouver moi, tout comme beaucoup d' autres, dans cette situation.

J'avais construit ma famille et celle-ci pouvait-elle disparaître comme cela, rapidement ?

Je me sentais à la merci du bon vouloir de ma compagne, comme me le montraient tous les jours ces couples qui venaient me voir chez lesquels, trop souvent, la femme avait dit qu'elle en avait assez et, soutenue par nos lois et nos nouvelles manières de penser et de vivre, nos nouvelles coutumes , elle s'était éloi-

gnée du père des enfants, emmenant ses petits avec elle , « avait refait sa vie » comme on dit, créant du malheur intime au fin fond des enfants comme du père rejeté, déstabilisant en conséquence les enfants . Je faisais tout ce qui était en mon pouvoir pour être avec elle un bon compagnon, la soutenant , la respectant, mais au fond de moi ma crainte était toujours présente. Notre amour risquait-il de disparaître sans que je n'y puisse rien ? J'avais jusqu'à présent fait tout ce que je pouvais pour que cela ne nous arrive pas. Mais compte tenu de l'évolution de notre société individualiste, la puissance de ce comportement du chacun pour soi, du moi d'abord, ne risquait-il pas de gâcher notre propre couple et détruire les engagements que nous avons pris? L'exemple de tous ces gens autour de nous qui , pour un oui ou un non , se trompaient , avaient des aventures intimes et sexuelles avec d'autres , se séparaient facilement n'allait-il pas déteindre sur nous ? Le poids de la société agit malgré nous , je le sais bien c'est pourquoi je devais le combattre.

Mais serions-nous assez forts pour résister?

Le véritable amour seul peut lutter contre ce genre de choses, il me fallait être sûr qu'elle m'aimait vraiment, comme moi je l'aimais.

On reste avec l'autre, parce qu'on trouve ce dont on a

besoin pour être heureux-se.

Moi je trouvais avec elle ce que je demandais à la vie : elle m'aimait, me respectait , acceptait mes erreurs et surtout me faisait confiance. Je pensais et je souhaitais qu'il en soit de même de son côté.

Pour ma part, j'étais très attentif à ce qu'elle-même souhaitait, je cherchais constamment à lui faire plaisir, j'étais à son écoute, je respectais ses choix, j'essayais de me montrer digne de ce qu'elle attendait de moi. J'étais prêt à tout faire pour qu'elle continue à m'aimer.

Chacun doit donner à l'autre ce qu'il attend : cela passe par une écoute de ses besoins , surtout lorsqu'ils se manifestent clairement ; oui, l'on doit être constamment à l'écoute et prêt à réagir comme l'on sait que l'autre l'attend de nous.

Voilà ce que m'ont appris les personnes qui venaient me voir : l'autre , un jour, avait failli et il/elle s'est éloigné/e affectivement de vous , doucement, souvent sans même s'en rendre compte, jusqu'au moment où une autre rencontre, une autre personne a semblé pouvoir donner ce que l'on ne trouve plus avec le/la compagnon/compagne habituel/le.

Je faisais tout pour éviter que cela ne nous arrive.

## XVI

Voilà, toi qui m'as lu, lectrice/lecteur, je vais arrêter ici ce livre où j'ai parlé de mon travail et de ma vie, dans le but de t'aider à trouver, par toi-même, des comportements à avoir, lorsque tu vois que ton couple est en danger, pour éviter ce danger.

Autrement dit, dans le but de faire que - lorsque tes relations amoureuses auront des difficultés - ,tu trouves ton chemin pour améliorer ce qui ne va pas, et si ton action te devient trop difficile, je t'ai montré qu'il ne faut pas hésiter à demander qu'un/une professionnel-le te/vous vienne en aide.

FIN