

# La Physiologie de l'Amour

par Bertrand Reine

Wojtek SIUDMAk (<http://www.fantasya.net/>)

**Mémoire pour la titularisation en psychosomatothérapies et sexothérapies**

**Ecole de formation : Centre Elysées-Monceau (promotion 2003-2004)**

Remerciement

Je tiens d'abord à remercier madame Espérance de Moura, ma directrice de mémoire, pour sa non-directivité - ce qui peut paraître paradoxal pour une directrice - et ses conseils avisés. Je remercie le Docteur Erick Dietrich pour avoir permis mon inscription à la formation et pour son soutien et son aide. Je remercie toute l'équipe pédagogique de la formation pour la richesse de leurs apports : le Professeur Ado Huygens (Daseins Analyse et Phénoménologie), le Docteur Erick Dietrich (Thérapeute, spécialisé en sexologie, stratégie de la communication et victimologie), Philippe Violès (Cadre Infirmier et Thérapeute Bio-énergéticien), le Docteur Georges Byll (Médecin homéopathe et thérapeute, spécialisé dans la Sophrologie), le Docteur Anne-Marie Brieude (Médecin addictologue de l'Hôpital de Blois), le Professeur Nicole Grenier (Psychanalyste et Professeur à l'université de sciences humaines de Tours), Martine Joseph (Psychothérapeute-sexologue, Thierry Bunas (Psychothérapeute-sexologue et consultant socioprofessionnel), Espérance de Moura (Psychologue clinicienne, thérapeute et formatrice en relation d'aide), Christophe Rouleaud (Enseignant, thérapie systémique et familiale), Evelyne Tourlet (Infirmière en Psychiatrie et Psychosomatoanalyste), Armelle Epineau (Thérapeute, hypnothérapeute, formatrice en auto-hypnose et Danse thérapie), Gislaine Duboc (PNL et communication), Karine Peltier (Psychologue clinicienne et Psychothérapeute), Jean Bagard (psychothérapeute spécialisé dans l'art des couleurs), Patricia Mortier (Psychothérapeute et cadre infirmier,), Philippe Touzin (Psychosomatoanalyste, Relaxologue), Claire Sanson (Psychosomatoanalyste), Michel Babillot (Professeur de Théâtre).

Je remercie tous les auteurs qui, au travers de leurs œuvres, ont enrichi mes connaissances, apporté la matière nécessaire à ma réflexion, et plus particulièrement Sigmund Freud, Wilhelm Reich, Alexander Lowen et Jean-Michel Fitreman.

Je remercie toutes les personnes qui ont participé de loin ou de près à la réalisation de ce mémoire, mes amis et, pour finir, je remercie tous les défenseurs passés, présents et à venir, de toutes les formes de libertés.

## Avant Propos

**Créé dans l'Antiquité par Aristote et Hippocrate, le terme « physiologie » est originellement attaché à la médecine. C'est une science qui étudie l'intégration des systèmes vivants complexes, du noyau cellulaire à l'organisme complet. Sa signification a également évolué vers un modèle littéraire où l'on définira la physiologie comme une étude analytique globale sur un comportement humain ou sociétal, avec pour devoir constant l'objectivité. La plus connue de ces études est la *physiologie du mariage* écrite en 1828 par Balzac.**

Par l'union de ces deux significations, littéraire et médicale, ce mémoire a pour but de vous présenter nos méditations étayées par de nombreuses références scientifiques et théoriques. Nous entendons donc par « physiologie de l'amour » l'étude objective et globale de ce sentiment. Nous vous souhaitons bonne lecture.

## Introduction

Ô Amour, complexe vocable, dans tes acceptions subtiles je me perds. Tantôt tu es synonyme de désir, attachement, passion, adoration, luxure... Tantôt tu représentes la personne aimée, adulée, possédée. Nous pouvons te gagner ou te perdre, te faire, te sentir ou te ressentir, te subir, te choisir, te sublimer. Nous pouvons aussi te vivre comme un besoin ou une maladie. La pluralité de tes interprétations, tes nombreuses définitions, ton omniprésence dans le langage courant, mais aussi, visiblement, les désastres occasionnés par ton absence nous montrent à quel point tu es important pour tout à chacun. « Muse » privilégiée des écrivains, poètes, dramaturges, tes plus belles lettres t'ont été offertes par la littérature. Les artistes, eux aussi, t'ont immortalisé dans d'innombrables œuvres. Quant aux sciences, elles ont cherché à te décrypter, à comprendre tes mécanismes sous tous tes aspects. C'est en dissertant sur toi, entre stagiaires, durant l'un des séminaires de la formation, que nous nous aperçûmes qu'il était difficile d'établir une définition de toi à la fois simple et commune. Pour certains, tu n'existes pas, n'étant que pure illusion, pour d'autres, tu apparais indispensable, vital ou viscéral ; pour d'autres encore, selon tes phases, tu es bonheur infini ou insupportable douleur. Bien que nous devisions sur le même sujet, il nous a semblé évident que chacun de nous ne s'exprimât qu'en considération de son propre ressenti, de ses propres expériences.

Au travers de ces constatations, la richesse des multiples conceptions polysémiques nous encourage à nous interroger dès lors : Qu'est-ce que l'amour, réalité humaine ou conception créative et récréative de l'homme ? Si elles existent, quelles pourraient être les lois universelles qui le régissent ? Sa durée est-elle limitée ou au contraire peut-il s'étendre éternellement ? Est-il monolithique, polymorphe ? Quels sont ses origines et ses causes ?

Pour répondre à ces questions et pour mieux l'appréhender, nous allons, dans un premier temps, par recension herméneutique de divers écrits concernant le sujet, ainsi qu'au travers des différentes définitions encyclopédiques, philosophiques, psychanalytiques, étymologiques, poser les délimitations du mot Amour. Par la suite, nous nous intéresserons d'avantage aux mécanismes biologiques qui investissent notre corps soumis à l'état amoureux et à la dimension transcendante du sentiment

amoureux. Nous tenterons de soutenir la théorie dyadique suivante : l'amour biologique (neurobiochimique) est le moteur d'une relation amoureuse ; l'amour métaphysique, psychologique et spirituel son carburant. Puis nous essaierons de mettre en évidence à quel point l'interaction entre ces deux pôles peut permettre au grand Amour d'exister et de perdurer.

En dernier lieu, avant de conclure, je porterai ma réflexion sur mon implication personnelle dans le cadre de la formation et sur sa cénesthésie résultante. En effet, par le choix de ce sujet — La physiologie de l'amour— mon inconscient semble m'indiquer qu'au travers de mes souvenirs (ma mémoire, le mémoire) se trouve le chemin qui mène aux émotions (à l'Amour)

## PREMIERE PARTIE

### 1/ETYMOLOGIE

Ce mot est apparu pour la première fois au IX<sup>e</sup> siècle (842) sous la forme " *amur* " venant du latin " *amor* ", " *amoris* ", dont le sens s'apparentait à « serment ». Au départ entièrement féminin, le masculin est dû à la domination du latin. Aujourd'hui, exception de la langue française, le terme est masculin au singulier et féminin au pluriel. Par une évolution de la langue induite par l'influence littéraire du provençal, le " *u* " s'altère et devient " *ou* ". En ancien français, le mot amour possède déjà un très large champ sémantique. Il désigne à la fois la dévotion religieuse, l'affection familiale, l'estime, l'amitié, le dévouement, la charité envers autrui et aussi l'attachement à une autre personne, la passion, l'instinct sexuel.

### 2/DEFINITION

#### ***a) Sentiment affectif éprouvé pour autrui (l'amour).***

Dans cette définition, le sentiment affectif peut être asexué ou accompagné de comportements ou d'actes sexuels selon qu'il résulte d'un attachement familial, conjugal, amical ou social. Cependant une différenciation se fait (normalement) ipso facto entre les sentiments éprouvés pour un parent, un(e) ami(e), ou pour un(e) petit(e) ami(e) ou un conjoint. Chacun sait quand je dis : j'aime mon frère ou j'aime ma femme que le sentiment d'amour éprouvé n'est pas de même nature, pourtant parfois, dans la réalité des agissements psychologiques, il arrive que les nuances se confondent, amour et désir par exemple, notamment lors de relations incestueuses. En amour, la nature du sentiment éprouvé dépend de sa finalité sexuelle et, ou de sa construction basée sur l'attachement. La confusion du terme peut s'expliquer en partie par le fait que l'amour est émotionnel, souvent somme de plusieurs émois, mais n'est pas intrinsèquement une émotion. Les impressions d'amour ressenties, qu'elles soient amicales, passionnelles, spirituelles ou sexuelles, se positionnent sur un continuum unique d'émotions, allant de la sympathie à l'adoration.

**Continuum :**

Inclinaison	Affection	Désir	Sympathie	Adoration
Tendresse	Engouement	Attachement	Passion	

Ce sentiment affectif éprouvé envers l'élu de son cœur est le premier sens attribué au terme, celui qui transcende le poète, interroge le philosophe, intrigue l'anthropologue. La littérature abonde en descriptions des effets innombrables de l'amour dont chacun a pu se rendre compte dans ses expériences personnelles. Qui n'a pas ressenti la perte d'un être aimé et fait sien ce vers de Lamartine : « Un seul être vous manque et tout est dépeuplé », ou encore dans un sens commun, cette phrase de la marquise de Sévigné à sa fille : « Je vous cherche toujours, et je trouve que tout me manque, parce que vous me manquez » ? La perte de l'amour ou de l'objet d'amour est presque toujours vécue comme une épreuve douloureuse et parfois elle aboutit à des actes désespérés pouvant aller jusqu'au suicide. Dans un lyrisme reconnu urbi et orbi, Shakespeare décrit dans Roméo et Juliette, l'essentiel de ces affres, édictés par l'amour. La psychanalyse nous explique à ce sujet que le sentiment de perte s'associe bien souvent à une névrose d'étiologie précœdipienne, la névrose d'abandon. Celle-ci n'implique pas pour autant la réalité de l'abandon, mais se remarque en sa croyance. Qui n'a pas vécu d'amours impossibles par refus de l'autre ? Celles que décrit parfaitement Corneille dans *Le Cid*, où chacun aime celui qui ne l'aime pas. Dans cette pièce dramatique, l'un des vers « Va, je ne te hais point », que nous interprétons ainsi : je t'aime même si tu ne m'aimes pas et je n'y peux rien, met en évidence la force et concurrentement l'impuissance de l'amour. Ce que Jules Bureau (1994) affirme - lui même inspiré par l'humaniste Bugental - en opposition à certains courants de pensées idéologiques et didactiques que nous exposerons plus après, par la soutenance de l'idée que l'être humain nécessite plus un besoin " d'aimer " que " d'être aimé ". Il définit cette dernière notion non pas comme un besoin, mais une attente, expliquant par la même que, aussi fort soit le sentiment ressenti, il ne s'enseigne ni se communique à l'autre et donc ne se partage pas si celui-ci n'en éprouve rien. L'amoureux transi a encore de beaux jours (de souffrances) devant lui. Remémorons-nous Ronsard (1552) qui dans ses recueils lyriques, a exploré en sonnets, les paroxysmes exacerbés souvent cruels ou amers, de ses passions amoureuses, tout comme Victor Hugo qui en a exprimé admirablement la douloureuse dimension dans *Ruy Blas* (1838) dont voici un extrait:

« Madame, sous vos pieds dans l'ombre, un homme est là  
 Qui vous aime, perdu dans la nuit qui le voile,  
 Qui souffre, ver de terre amoureux d'une étoile. »

Quant à Stendhal, dans *De l'amour* (livre I, 1822), œuvre expiatoire écrit après une rupture, Il détermine quatre catégories distinctes de l'amour : amour passion, amour goût, amour physique et amour de vanité. Il invente au delà de la naissance du sentiment une attitude qu'il nommera la « cristallisation ». Il définira celle-ci comme « l'opération de l'esprit, qui tire de tout ce qui se présente la découverte que l'objet aimé a de nouvelles perfections ».

Nous constatons à la lecture de nombreux ouvrages sur, ou traitant de l'amour, qu'ils ont été inspirés à leurs auteurs par des vives déceptions vécues. L'Amour est force en soi qui motive les être jusqu'à

en devenir esclave. Nous ajouterons, dans le cadre de la thématique abordée, quelques extraits de texte qu'il nous semble judicieux de reprendre ici afin de montrer que l'amour peut-être extrêmement blessant, amenant ses victimes à haïr le sentiment pour ne pas haïr les élus de leur cœur. C'est l'un des pouvoirs de l'aporétique Amour de ne pas se soucier du raisonnable, d'occire notre discernement et de se jouer de notre conscience, car comme dit Pascal dans ses *Pensées*, « le cœur a ses raisons que la raison ne connaît point. » Nous commencerons nos citations par ce passage d'un poème anonyme japonais cité dans *le Kokinshû*. Nous remarquons de par celui-ci, au travers d'une culture différente, l'universalité des ressentis :

« Qui a donc donné

Le premier son nom

À l'amour ?

Du nom Agonie, bien mieux,

Il eût pu se servir. »

Pour Thomas dans *Tristan et Iseult*, la peine est le pendant de l'amour en ce sens qu'elle ne peut habiter le cœur qu'en proportion de l'amour qui l'habite.

« Qui jamais ne connut ce que c'est que l'amour, n'a jamais pu savoir ce que c'est que la peine. »

Pour Alfred de Musset dans *Premières poésies* et William Shakespeare dans *Peines d'amour perdues*, l'amour est une calamité dont souffre l'humanité.

« Amour, fléau du monde, exécration folie. » (A. de Musset).

« L'amour est un esprit malin ; l'amour est un démon ; il n'y a pas d'autre mauvais ange que l'amour. » (W. Shakespeare).

Mais l'amour ne s'exprime pas uniquement dans la douleur. Heureusement, car il serait difficile d'admettre un masochisme universel qui pousserait à vouloir aimer, avec pour seul bénéfice la souffrance. Non ! Assurément non. L'amour, avant d'être vécu solidement, est avant tout un espoir de communion soit intellectuelle, soit spirituelle, soit sexuelle soit matérielle, ou une association de plusieurs ou de tous ces traits qualificatifs. Ce qui suffit largement à motiver l'humanité en son espérance. Il nous faut faire ici une différenciation entre " être amoureux " et " aimer ". "Être amoureux ", sentiment égoïste de désir de l'autre, correspondrait à cette période d'espoir suscitée, période durant laquelle naît la passion amoureuse, ainsi que Paul Reboux dans le Nouveau Savoir-Ecrire l'énonce : « Être amoureux, c'est voir dans celui ou celle qui vous aime ce qu'on y souhaite, et non pas ce qu'on y trouve. ». Par définition elle ne peut donc pas durer dans le temps, quand une autre réalité (la réalité ?), maîtresse en la matière, secondée sans la moindre trahison par la vie ordinaire, apparaît. Nous trouvons dans ces analyses une réponse possible à la courte durée des mariages de nos jours. En admettant une légère avancée laïque et un recul de la pression judéo-chrétienne par l'usage plus fréquent du divorce, nous obtenons la confirmation que la passion amoureuse s'essouffle vite et ne résiste pas à l'usage du quotidien. De nombreuses enquêtes semblent confirmer ce point de vue en montrant que la durée de cette passion n'excéderait que très rarement la deuxième année, étant naturellement suivie par la complaisance et enfin, irrémédiablement par l'ennui. Aujourd'hui un mariage sur trois est concerné et la courbe des divorces se situe, dans nos sociétés occidentales, dans la quatrième année du mariage (étude réalisée dans le monde par les

Nations–Unies) ; ce qui achève de nous convaincre de la fragilité des relations amoureuses. Erick Dietrich explique que cette mutation sociétale des comportements s'est imposée par le fait que chacun d'entre nous a, aujourd'hui, la possibilité de choisir son partenaire et son destin amoureux. Ainsi nous avons le choix de prendre ou de nous séparer d'un partenaire en fonction de notre bien-être, de nos besoins psychologiques et physiologiques, au travers de ses compétences amoureuses et sexuelles mais aussi de son apport en sécurité, ce qui « facilite les névroses du couple » selon lui. Nombre des consultations en sexologie adviendraient de cette discordance et de ses conséquences, entre ce choix " moderne " et les morales sociales, culturelles et religieuses atavique.

En revanche " aimer " (l'amour durable) serait par choix conscient ou inconscient, l'une des étapes succédant à l'état amoureux. Les sentiments passionnés, à ce stade de la relation, sont solidifiés par un attachement plus profond et plus intime, empreint d'estime et de respect en général. Les autres étapes successives à la passion peuvent être soit, une relation de couple par obligations consensuelles, soit la rupture. Nous trouvons donc, à l'origine de quasiment toutes les relations de couple, une attraction émue du désir, lui-même par essence starter de la passion amoureuse. Celle-ci dans son évolution finale, aboutit à trois possibilités

- 1) La rupture.
- 2) L'union consensuelle sans amour.
- 3) L'union d'amour mature

À la lumière de ces faits et en peaufinant la signification du dicton populaire, nous dirons que l'amour ne rend pas aveugle, mais qu'il éblouit un certain temps, parfois durablement. Abondant dans ce sens, Bureau nous enseigne que l'amour est l'évolution naturelle du désir, que celui-ci est le moteur des relations humaines et sexuelles et serait à l'origine de nos prédilections amoureuses. Il admet qu'il arrive parfois que l'amour puisse être antérieur au désir. Quoiqu'il en soit, pour lui, le désir est pratiquement toujours en amont de l'amour et fait office de catalyseur interactionnel entre deux individus. Les éléments de l'interaction seraient composés par 90% de goût et d'intérêt pour les partenaires et de 10% de désirs sexuels (nous vous laissons juge de ces chiffres).

L'écrivain suisse Denis de Rougemont, dans *L'Amour et l'Occident* (1939) utilise le parangon de Tristan (Tristan et Iseult) pour asseoir sa thèse sur la passion amoureuse dont voici l'idée directrice : la passion est exacerbée par les obstacles qui la limitent et pour se prolonger, l'Amour cherche et crée ses propres obstacles, rendant ainsi la passion toujours plus véhémente jusqu'à une fin paroxysmale. Il fait de l'Amour une entité quasi mystique, se nourrissant des forces de la passion unificatrice et rejetant les pulsions sexuelles, considérées comme déliquescentes. La psychanalyse s'est aussi largement inspirée des mythologies pour expliquer l'origine de nos comportements et notamment nos comportements amoureux. Otto Rank (1922) a recensé soixante-dix mythes influençant nos croyances inconscientes relatives à nos regroupements éthno-religieux. Parmi ceux-ci nous trouvons des écritures de toutes époques et de toutes civilisations. Voici une liste non exhaustive des textes de la mythologie les plus représentatifs de ces croyances :

Judéo-chrétien : Adam et Eve, Caïn et Abel...

Celtique : Tristan et Iseult, Arthur...

Hellénique : L'Illiade et l'Odyssée, Œdipe...

Britannique : She et Leo, Roméo et Juliette...

Romain : Rémus et Romulus.

Aryen (inde) : Bishma et Amba, Karna...

Egyptien : Isis et Osiris.

Pour la psychanalyse, l'amour se définit comme : « un sentiment d'attachement d'un être pour un autre, souvent profond, voire violent, mais dont l'analyse montre qu'il peut être marqué d'ambivalence et surtout qu'il n'exclut pas le narcissisme. » (Larousse, Grand dictionnaire de la psychologie). Il est entendu par ambivalence la possibilité de trouver conjointement des sentiments, attitudes et tendances opposées, Amour et Haine par exemple, dans une relation entre deux personnalités. Ainsi nous pouvons haïr celui ou celle que nous avons aimé(e) ou, éprouver dans une relation actuelle, des sentiments, par substance, de natures contradictoires indépendamment de leurs puissances respectives. Georges Thibon révèle une autre ambivalence des sentiments amoureux : « L'Amour parfait se reconnaîtra à deux signes ; et ces deux signes sont humainement contradictoires : le premier est le besoin d'une fusion, d'une unité absolue entre les amants, c'est à dire le refus d'une dualité, et le second est le respect de la personnalité, de la liberté de l'autre, c'est à dire l'acceptation de cette même dualité. ».

Avec *Pulsion et destin des pulsions*, Freud, dans son étude sur les pulsions sexuelles (renversement de l'activité en passivité, retournement de la personne propre, refoulement et sublimation) préfigure la future définition psychanalytique de l'Amour. Il imagine la possibilité d'une bipolarité singulière des sentiments amoureux en opposant l'Amour, originaire des pulsions sexuelles, à la haine, originaire des pulsions d'auto conservations. Ce dualisme pulsionnel est un des thèmes de l'ambivalence. Freud conçoit et oppose donc les pulsions de vie aux pulsions de mort ; et c'est du nom du Dieu de l'Amour, Eros, qu'il nomme les pulsions de vie. Freud pense que l'amour est conséquent à une inadéquation construite dans la psyché lors de la circulation ou l'enracinement des pulsions sexuelles (libido), au cours des différents stades psychosexuels (oral, anal, phallique, latence et génital) de l'évolution de l'enfant vers l'adulte. Il considère notamment qu'un manque se crée et se fixe lors du complexe de castration (menace de perte du pénis pour le garçon et remarque de l'absence de celui-ci pour la fille) et se renforce au moment du complexe d'Œdipe par la compréhension des interdits incestueux. L'amour établi en fonction de ce manque renvoie systématiquement l'être à l'amour du représentant objectal de ses complexes. Plus philosophiquement et en opposition au commandement religieux : " tu aimeras ton prochain comme toi-même ", Freud au chapitre V de *Malaise dans la civilisation*, récuse la validité morale et pratique de ce précepte. Il arrête que l'Amour est trop rare et trop précieux pour être gaspillé, ainsi pour être aimé, mon prochain doit mériter mon Amour. Lacan, disciple de Freud dans ses principes théoriques, mais aussi Jean Michel Fitreman (2002) soutiennent que l'homme a un besoin fondamental inconscient, le besoin " d'être aimé " et que son comportement, indépendamment du bien et du mal, est mu par ce désir impérieux : « Aimer, c'est essentiellement vouloir être aimé » (Lacan) et « Aimer équivaut à chercher à être désiré. » (Fitreman). Selon Lacan toujours, le plaisir est proportionnel aux résistances à réaliser ses désirs et plus les désirs sont inhibés, plus leurs décharges sont importantes. En ce sens Lacan pense que les contraintes et les obligations, mais aussi les interdits, bien plus que les libertés, sont nécessaires à la formation du

désir, ce qui l'oppose très nettement à Wilhelm Reich. Celui-ci, ancien élève, à la fois disciple et dissident de Freud, Précurseur de la végétothérapie (Modèle psychosomatoanalytique de la vie archaïque) et de la Bio-énergie, préconise la libération des mœurs. Pour lui, l'oppression sexuelle - et les barrières à l'orgasme qu'elle constitue - qu'elle soit d'ordre social ou religieux, favorise les névroses et les maladies psychosomatiques. La liberté morale et l'Amour libéré, selon lui, sont les conditions sine qua non à l'obtention du plaisir et de l'orgasme et favorisent une bonne santé physique et mentale. Alexander Lowen élève de Reich, promoteur de ses idées et inventeur du concept de la « bioénergie » (synergie d'une analyse verbale et d'une analyse corporelle avec exercices associés, en rapport avec l'émotion et l'orgasme) dans les années 50, conçoit lui, l'Amour comme un sentiment de complétude. Ce sentiment ne s'impose qu'au respect de certaines règles. Il faut notamment vouloir s'abandonner à l'amour, régler les conflits internes entre son ego et son cœur et celui de son Œdipe, se respecter soi-même en ayant confiance en soi, respecter l'autre et partager avec lui, apprendre à se connaître et à s'accepter. Selon lui, lorsque nous tombons amoureux, la plupart du temps, nous faisons une régression dont le but inconscient est de retrouver l'Amour pur que nous éprouvions à l'égard de l'un de nos parents. Cette régression implique collatéralement le travestissement des attitudes et comportement de l'enfant que nous étions alors. Cet état ne peut durer perpétuellement et occasionne de nombreuses déconvenues. Lowen définit un Amour plus réel qu'il qualifiera " d'adulte ", comme un abandon à soi et non un abandon de soi. Ainsi, pour qu'une relation soit un accomplissement de l'Amour avec une sexualité épanouie et heureuse, il faut que chacun des partenaires aient un moi fort et unique qu'ils partagent l'un avec l'autre. En opposition à toute cette lignée freudienne, Carl Jung réfute la théorie de la libido et de son contrôle sur la psyché, en proposant la notion d'un « élan vital » d'ordre religieux, transcendantal et ontologique et nomme « Ombre » la partie de nous-même que l'on rejette et qui s'oppose à la partie de nous-même naturellement investie pour s'en protéger. Nous pourrions comparer cette " Ombre " à " l'inconscient " freudien. Il remet également en question les stades du développement conçus par Freud, et subodore la présence inconsciente d'archétypes de la psyché. Pour la femme, il présuppose « l'animus », trace psychique d'une énergie sexuée masculine et pour l'homme, « l'anima », trace psychique d'une énergie sexuée féminine.

Outre la psychanalyse, l'anthropologie a tenté de découvrir les mécanismes de l'amour et du couple en comparant les comportements du règne animal. Il se dégage de ces études l'existence de plusieurs types comportementaux des liaisons amoureuses dont voici les descriptions :

- Les Amours durables.

Les anthropologues ont constaté la rareté de ce comportement associatif dans les rapports de l'ensemble des être vivants, et remarqué que dans les espèces sujets à ce mode d'union il apparaissait peu de différences morphologiques entre les femelles et les mâles. Nous connaissons tous ces oiseaux au dimorphisme adiré que l'on nomme les " inséparables ". Chez l'homme, ce modèle comportemental existe, mais semble être conséquent aux normes religieuses et sociétales.

- Les Amours successives

Les Amours se suivent régulièrement et la durée des relations est limitée dans le temps ; chez certaines espèces la périodicité se vit annuellement.. Chez l'homme, ce modèle comportemental

existe, notamment dans les cultures occidentales judéo-chrétiennes actuelles où se succèdent assez souvent mariages et divorces . nous noterons simplement que parfois ce sont des infidélités successives qui l'organisent : celles-ci déclenchent la fin des relations et enclenchent les suivantes.

- Les amours simultanées

Nous trouvons dans cette catégorie les Amours libres ou dites " infidèles ". Ces Amours sont parfois établies sur un mode orgiaque comme chez certaines espèces (batraciens, ophidiens...), mais dans ce cas-là, elles sont toujours à visées reproductives, ou sur un mode systémique (harem ou polygamie) à domination patriarcale ou, beaucoup plus rarement, matriarcale. Chez l'homme, ces modèles comportementaux existent.

- Les Amours éphémères ou temporaires.

Ces amours sont réduites à l'acte sexuel, souvent de caractère génital chez les espèces animales et de l'ordre de l'assouvissement de pulsions sexuelles avec recherche du plaisir chez les humains. La durée des Amours se coordonne autour d'une cour furtive accompagnée immédiatement d'un coït qui marque la fin de la relation. Ce modèle de comportement existe chez les hommes

Nous pouvons remarquer que soustrait aux et en dépit des contingences normatives sociétales et religieuses presque toujours liées, l'homme agit, en Amour, de toutes les manières qu'il soit possible de concevoir. Des études ethnologiques ont mis en évidence le fait que sur 588 sociétés représentatives, pratiquement 76% sont polygames et sur ces 76%, seulement 0,5% de ces cultures sont polyandriques. Les résultats montrent aussi que dans les sociétés polygamiques, uniquement 5 à 10% des hommes ont plusieurs femmes simultanément. Les anthropologues, pour expliquer le choix majoritaire de sociétés polygyniques plutôt que polyandriques, théorisent une motivation biologique de reproduction. La polygynie serait plus importante en raison d'une capacité à engendrer plus conséquente chez l'homme que chez la femme. De plus, les anthropologues ont remarqué que la polyandrie génère de remarquables déficiences psychologiques et troubles pratiques chez les enfants nés d'un tel système. Contrairement à ces points de vue, la polygynie chez les musulmans aurait été mise en place conséquemment à un manque d'hommes, tués durant des guerres successives, et non pour des raisons exclusivement reproductives, c'est-à-dire pour combler le déficit d'hommes par rapport aux femmes. Pour Helen Fisher (1998), " l'animal humain " est commandé par sa biologie génétique. L'Amour est l'aboutissement d'une attraction primaire animale et l'adultère la conséquence de la fin de ce béguin. Pour l'éthologiste Konrad Lorenz (1965), l'Amour est le pendant de l'agressivité. Il considère que les espèces aux comportements agressifs ont, en quelque sorte, institué l'Amour pour équilibrer les rapports entre les individus.

Nous complétons cette recension par l'ajout d'études taxinomiques théoriques, par ordre chronologique, qui nous paraissent prépondérantes dans la compréhension des mécanismes fondateurs de l'Amour.

Lee (1977) établit une relation entre les couleurs et les différentes manières d'aimer. Sa théorie s'étaye sur le principe des couleurs pour montrer les différents types d'Amour. Selon lui il existe six types principaux décomposés comme suit

-Trois types d'Amours primaires (couleurs primaires) :

- 1) Éros ; Amour romantique.
- 2) Ludus ; Amour ludique et passe-temps.
- 3) Storge ; Amour conjugal et durable.

-Trois types d'Amours secondaires (couleurs secondaires) :

- 4) Mania (Eros + Ludus) ; Amour obsessionnel, jalousie et possessivité.
- 5) Agape (Eros + Storge) ; Amour altruiste.
- 6) Pragma (Storge + Ludus) ; Amour pragmatique.

Lee précise dans cette étude que certaines associations entre les différents types d'Amour coordonnent une compatibilité entre des partenaires prédéfinis. D'autres chercheurs (Hendrick et Hendrick en 1987 ; Feeny et Noller en 1990 ; Dion et Dion 1993) ont, à partir des types conceptuels d'Amour de Lee, étudié notamment le dimorphisme sexuel. Pour Dion et Dion, les femmes organisent leurs choix de partenaires en considérations des besoins pratiques (Pragma) et sur des bases amicales durables (Storge). En revanche les hommes auraient une prédilection à tester la résistance de la passion amoureuse de leurs conquêtes par jeu (Ludus). Feeny et Noller, quant à eux, enregistrent que les hommes auraient une propension à favoriser le type « agape », mais pour Hendrick et Hendrick il n'existe pas de déséquilibres significatifs entre les deux sexes d'appartenance à un type d'Amour précis. Ces divergences sont peut-être dues aux méthodes de recensements différentes appliquées par les chercheurs.

Sternberg et Grajek (1984) imaginèrent la théorie des liens pour expliquer les fondements d'une relation amoureuse. Pour eux, ceux-ci se décomposent en parties distinctes et associatives :

- Avoir le désir de promouvoir le bien-être de l'autre.
- Être heureux avec.
- En avoir une haute estime.
- Pouvoir compter sur elle/lui.
- Avoir une compréhension avec.
- Partager ses biens avec.
- Recevoir un soutien émotionnel.
- Avoir une communication intime avec.
- Le/la valoriser.

Par la suite et en extension de ses précédentes analyses, Sternberg (1986, 1988) définit finalement l'Amour sur la base de trois composantes interactives. La première est émotionnelle, c'est **l'intimité** ; la seconde est motivationnelle, c'est **la passion** ; la troisième est cognitive, c'est **la décision-engagement**. Il nomme cette théorie « la triangulaire de l'Amour ». En combinant les différentes composantes auxquelles il donne une valeur de niveau bas ou élevé, il caractérise après les avoir identifiés, les multiples formes, huit au total, de l'Amour. Selon lui, le degré d'intensité de l'Amour ressenti dépend de la force globale des trois composantes alors que les types d'Amours s'étagent hiérarchiquement en fonction de leurs forces relatives. L'intimité est, pour Sternberg, une proximité émotionnelle, sexuelle, mais pas nécessairement, avec dans tous les cas de la tendresse, une

communication établie et une compréhension commune. La passion, elle, est l'expression d'un désir physique, C'est un manque de l'autre difficilement supportable dès lors qu'il est absent. La décision-engagement est le choix mature d'une relation, à la fois stable et durable, construite dans le respect des besoins de chacun mais avec l'idée de projets communs. Leuleu rejoint cette vision de l'Amour mature et préconise, pour sceller l'union, d'établir un contrat où les partenaires s'engagent solennellement à respecter des règles prédéfinies conjointement.

**Tableau récapitulatif de la théorie triangulaire de Sternberg :**

TYPES D'AMOURS	INTIMITE	PASSION	DECISION-ENGAGEMENT
Absence d'Amour :	Bas	Bas	Bas
Amitié :	Elevé	Bas	Bas
Coup de foudre :	Bas	Elevé	Bas
Amour romantique :	Elevé	Elevé	Bas
Amour responsable :	Bas	Bas	Elevé
Amour affection :	Elevé	Bas	Elevé
Amour hollywoodien :	Bas	Elevé	Elevé
Amour idéal :	Elevé	Elevé	Elevé

D'autres chercheurs ont établi leurs raisonnements sur des théories triangulaires, Levine (1984), lui, intègre le concept de trois sphères interactives et interdépendantes dans le désir sexuel :

La biologie.

La motivation psychologique.

Les aspirations cognitives.

Nous verrons dans la deuxième partie de ce mémoire comment nous transposerons cette vision du désir sexuel à une notion intégrative de l'Amour. Hatfield (1988) définit l'Amour sous un aspect développemental et conçoit une triangulaire de styles d'Amours :

- 1) L'Amour passionné.
  - Début de la relation amoureuse.
  - Attirance intense, base sexuelle solide.
  - Peu de connaissance du partenaire.
  
- 2) L'Amour romantique.
  - Intense.
  - Idéalisation du partenaire (plus que sexualité).
  - Début de la relation durable.

### 3) L'amour conjugal.

- Moins intense.
- Les partenaires se connaissent bien.
- La passion est remplacée par de l'amitié et/ou de la confiance.
- La passion peut renaître en certaines occasions.
- Ce n'est pas de l'indifférence mais plutôt un lien stable et permanent, une confiance basée sur une connaissance accrue de l'autre. L'Amour est tourné vers l'enfant, la famille et la réussite professionnelle.

En 1993, dans une autre étude sur les comportements amoureux et en collaboration avec Rapson, Hatfield réduit sa définition de l'Amour à deux grands types. Le premier est la passion amoureuse et le second l'Amour de compagnonnage.

Nous achèverons cette première définition conceptuelle de l'Amour par ces interprétations idéologiques. Le docteur en philosophie contemporaine André Comte-Sponville (1995), s'appuie sur les textes des plus éminents philosophes de l'histoire (Platon, Epicure, Spinoza, Nietzsche, Sartre...) pour exprimer sa vision de l'Amour. Comte-Sponville s'inspire de la mythologie greco-romaine pour définir trois styles d'Amours. Éros\* le premier, est l'Amour rêvé, Philia\*, le second, est l'Amour réel et Agapé\* le dernier, est l'Amour pur et divin, désintéressé et sacrificiel. Il caractérise deux formes interprétatives et visibles du désir ; l'une comme manque et l'autre comme puissance. Pour Comte-Sponville, le bonheur n'existerait pas, si nous ne vivions que dans une succession de désirs pour l'autre et incompris par l'autre, origine de manques et par expansion de souffrances, et si, une fois nos manques comblés, les désirs disparaissaient. Nous serions pour lui, dans sa vision du désir comme manque, dans une frustration permanente. En revanche, pour que le désir devienne puissance, il faut désirer l'autre quand il ne nous manque pas. Enfin, selon Comte-Sponville, la passion décline invariablement dans le couple, ainsi pour que l'Amour perdure, il doit se transformer en un attachement solide, l'Amour sage et pour cela nous devons être inlassablement fidèle à notre histoire d'Amour.

\*Eros = Cupidon dieu de l'Amour dans la mythologie grecque ; Philia, utilisé en médecine pour traduire une attirance compulsive (zoophilie, pédophilie...) ; Agapé = relatif à un repas copieux et gai.

Subissant le paradigme judéo-chrétien il préconise la fidélité absolue, en admettant tout de même que certains couples libertins sont fidèles dans leurs Amours tout en étant infidèles dans leur non-exclusivité sexuelle. Selon lui enfin, le bonheur de désirer est préférable au désir de bonheur, qui n'est qu'espérance.

Platon, pour qui l'Amour est passion et manque, le personnifie sous la forme d'Eros dans *le banquet*. Éros est à la fois le fils de l'Aphrodite Pandemia (populaire), incarnant par là même un désir fruste primaire et terrestre et de l'Aphrodite Ourania (céleste), l'âme du monde. L'Amour est, pour celui-ci, un moyen d'élever son âme vers la contemplation des idées et du beau en soi. Pour Platon, l'Amour conjugal est le plus grand de tous les Amours, mais il est empreint de souffrance et sujet à la possessivité. Pour Spinoza (1677), l'Amour n'a pas la même substance, il est puissance, c'est à dire prégnant et actif, épanoui dans la joie et sans manque. Il accorde un caractère positif constant au plus

beau des sentiments, c'est la définition de l'Amour Philia de Comte-Sponville. À son plus haut degré, l'Amour amène le philosophe à une connaissance adéquate de l'unité de la nature. L'Amour sublimé, c'est-à-dire intellectuel de Dieu, permet aux sages d'atteindre la béatitude et la liberté spirituelle

***b) Relations sexuelles, unions des corps et de l'esprit (faire l'amour).***

Selon les époques, les cultures et les croyances, faire l'Amour n'avait pas la même finalité. Nous comprenons que le libertin du XVIII<sup>e</sup> siècle n'envisageait pas les relations sexuelles comme le catholique pratiquant d'aujourd'hui, ou comme le pédéraste initiatique de la Grèce Antique, presque toujours bi-sexuel. Nos comportements sexuels obéissent vraisemblablement aux lois des sociétés dans lesquelles nous vivons, et dépendent de facteurs régissant comme les maladies sexuellement transmissibles qui modifient aussi à grande échelle nos mœurs et attitudes amoureuses. De nos jours, les préservatifs ont été " remis à la mode " avec l'arrivée du sida, servant à la fois de moyen de contraception et de protection contre la maladie.

Cette notion d'union charnelle, corollaire du désir, n'implique pas nécessairement le coït. Faire l'amour évoque simultanément, dans l'imagerie génésique commune, l'acte génital, aussi bien que la recherche des plaisirs physiques érotiques orgasmiques ou non. L'usage aisé de contraceptifs efficaces, principalement les pilules féminines, a rendu possible la multiplication des relations sexuelles sans risque de grossesse et, par là-même, favorisé l'exploration illimitée des jouissances possibles en libérant en partie les femmes de la pression judéo-chrétienne, qui institue l'acte sexuel en primauté reproductif. En contradiction aux préceptes des trois grandes religions monothéistes, faire l'Amour est aussi une recherche de plaisirs que l'on peut trouver, selon ses goûts et affinités, dans des relations indépendantes ou liées entre elles, d'homosexualités, de triolismes, de mélangismes, d'échangisme (notion machiste d'échange de femmes), de gang bang, de partouzes, de sadomasochisme, de voyeurisme ou d'exhibitionnisme, etc.... Pour Freud, l'amour n'est en fait que de l'investissement d'objet à visée exclusivement sexuelle. Pour lui, " l'amour commun " est instamment un désir de copulation. Ce sont des pulsions libidinales non inhibées qui le caractérisent. Par opposition, il mesure l'intensité de l'état amoureux à la quantité et à la qualité des pulsions sexuelles résiduelles " inhibées quant au but ". Dans ses recherches, Freud a tenté de mettre en évidence que l'objet désiré, et donc notre choix d'objet, est déjà existant dans notre inconscient : « trouver l'objet sexuel n'est, en somme, que le retrouver. ». Dans La rencontre : hasard ou nécessité (2003), Erick Dietrich développe cette hypothèse et conçoit que le couple existe avant même la rencontre, c'est-à-dire que la rencontre n'est pas due au hasard mais à une ou plusieurs nécessités psycho-induites. Nous ajouterons pour notre conception personnelle que si la rencontre est de facto le fruit du hasard, la réunion de deux êtres est la dérivée de la nécessité, c'est-à-dire que si nous n'interférons pas dans le choix du moment et par extension du lieu, nous sommes asservis par les préconceptions inconscientes dont nous sommes les sujets. C'est pour cela que nous savons dire comment nous nous sommes rencontrés mais non pourquoi.

Faire l'Amour, c'est unir nos corps dans un fantasme commun, qui lui-même est l'union intestive des fantasmes de chacun. Dans cette union des chairs se mêlent l'instinct de reproduction et la recherche du plaisir afin de libérer (décharger) ces mêmes chairs des tensions sexuelles accumulées. Faire

l'Amour, c'est réaliser le fantasme universel de l'engendrement, de la perpétuation génétique ; c'est assouvir ce pour quoi nous sommes faits, c'est-à-dire nous reproduire pour maintenir notre lignée et par extension notre espèce, et il n'est nul besoin d'orgasme\* pour cela. Faire l'Amour, c'est rechercher, au delà de son aspect reproductif, les plaisirs de l'union sexuelle mais aussi la satisfaction épanouissante de nos désirs souverains. Le point d'orgue, le sommet, l'apothéose de cette recherche est l'obtention de la décharge complète des tensions libidinales que l'on appelle l'orgasme.

Avant de traiter le sujet des fantasmes, nous allons faire maintenant l'état des connaissances actuelles sur l'orgasme. Chez l'homme, l'atteinte de l'apogée orgasmique s'accompagne la plupart du temps d'une éjaculation avec émission spermatique. Il arrive cependant que les orgasmes masculins soient secs ou rétrogrades (émission spermatique dirigée vers la vessie). L'anorgasmie masculine, souvent confondue avec l'anéjaculation, est une plainte relativement rare en consultation. Elle sous-tend très souvent une angoisse de domination ou de lâcher-prise. L'orgasme féminin, quant à lui, est de nature plus complexe car il dépend plus amplement de l'état psychologique de la femme. Cet état influe directement et puissamment sur le désir et donc sur le plaisir. À ce propos, l'anorgasmie coïtale féminine, pour ne pas dire vaginale, est l'un des facteurs courants de plaintes en sexologie, surtout à notre époque où le thème est largement abordé dans les médias et principalement dans la presse féminine. Certaines études montrent qu'environ deux tiers des femmes (60 à 70%) n'atteignent pas l'orgasme vaginal. En ce sens, Masters et Johnson (1968) prétendent qu'il n'y aurait qu'un seul orgasme, l'orgasme clitoridien ou, tout au moins, qu'il n'y aurait pas de différence physiologique entre les sensations vaginales et clitoridiennes. Seule une stimulation proprioceptive adéquate du clitoris et/ou une stimulation efficace des zones vaginales permettant par leurs liaisons directes ou indirectes avec le clitoris de l'exciter, favorisent la montée orgasmique. Sherfey (1972), Hite, (1975), Kaplan (1979), LoPiccolo (1986), corroborent l'idée d'un orgasme exclusivement d'origine clitoridien. Françoise Dolto (1982), quant à elle, reconnaît quatre types d'orgasmes féminins, le premier est l'orgasme clitoridien qui est un orgasme non satisfaisant tout comme le deuxième, l'orgasme clitorido-vulvaire. Le troisième est l'orgasme vaginal. Celui-ci permet la décharge complète des tensions libidinales et en ce sens il est totalement satisfaisant, tout comme le quatrième, l'orgasme utéro-annexiel qui n'est cependant pas reconnu en tant que tel par les

\* Forme verbale dérivée du mot orgasme créée par Shere Hite et citée dans le rapport Hite. femmes, mais confondu avec les autres types d'orgasmes.

Alzate (1985) effectua des recherches sur la notion de pression intravaginale. Il eut l'idée originale d'utiliser un petit ballon dans lequel il modifia alternativement la pression pour démontrer que le vagin, indépendamment du clitoris, permet l'accession à l'orgasme. Par ce procédé, il montra que 89% des femmes testées obtiennent un orgasme vaginal autonome, mais aussi que ce type de stimulation est plus efficace qu'un classique va-et-vient. Eicher (1992), dans la même idée, suite à des mesures effectuées sur 130 femmes, établit une corrélation entre la capacité orgasmique et la pression musculaire interne du canal vaginal. Il obtint de cette expérience, toutefois limitée par le nombre de participantes, les résultats suivants :

Avec une pression musculaire  $y < 10$  mmHg pour 1/3 d'entre elles, seulement 30% orgasment toujours ou souvent.

Avec une pression musculaire  $y > 10$  mmHg pour 2/3 d'entre elles, 85% orgasment toujours ou souvent.

Cette expérience montre l'importance de la puissance des muscles pubo-coccygiens dans l'anorgasmie féminine où un manque de puissance musculaire est très souvent accompagné de difficultés orgasmiques. Il ne faut toutefois pas oublier l'importance du mental sur le physiologique, ce qui pourrait expliquer le fait que les résultats ne soient pas absolus, mais quand toutes les raisons psychologiques et organiques sont écartées ou résolues, nous pouvons recommander à ces femmes la pratique des exercices de Kegel\*.

Gräfenberg (1953, 1979, 1983) distingue une zone sur la face antérieure du vagin qu'il nommera de l'initiale de son nom : le point G. Cette zone éminemment sensible permettrait l'obtention d'un orgasme vaginal supérieur par stimulation directe, et dans certains cas provoquerait une éjaculation d'un substrat encore sujet à controverses quant à sa nature et son origine. Cependant quelques découvertes récentes sur les glandes de Skène comme l'ancienne trace masculine de la prostate non développée

\*En 1952, le docteur Kegel détermine qu'en pratiquant un travail musculaire, les femmes peuvent renforcer leur sangle périnéale. Il crée une série d'exercices dans ce dessein.

chez les femmes, confirmeraient l'origine de la production du liquide expulsé. Cette éjaculation féminine au moment de l'orgasme a été décrite par Gilbert Tordjman (1984). Ce dernier conçoit également deux types d'orgasmes aux axes neurologiques spécifiquement indépendants.

Il résulte de toutes ces recherches scientifiques, mais aussi des études basées sur des témoignages féminins, qu'il existe au moins deux types d'orgasmes distincts. Freud dès 1905 supposait une dualité orgasmique et la définissait ainsi : Apparition dans un premier temps dans le développement psychosexuel des femmes d'un érotisme clitoridien suivi chronologiquement, en se substituant au premier, d'un érotisme vaginal considéré comme supérieur et témoin de la maturité sexuelle féminine. Mélanie Klein, en contradiction avec Freud, soutient que le vagin aussi bien que le clitoris sont investis d'affects très tôt chez les filles.

Dans sa vision énergétique et psychodynamique de l'orgasme, Wilhelm Reich (1978) parle de jouissance lorsqu'il s'agit de sensations localisées aux organes génitaux et d'orgasme lorsqu'il s'agit de contractions réparties sur l'ensemble du corps. Alexander Lowen (1976), dans le même sens, conçoit deux types d'orgasmes : l'orgasme partiel de source clitoridienne et l'orgasme total d'origine vaginal impliquant une décharge complète des tensions sexuelles au travers de l'ensemble corporel et émotionnel.

Certains chercheurs vont " plus loin " avec l'orgasme et décrivent " l'ESO ", l'Extended Sexual Orgasme. Alan Brauer et sa femme Donna, Créateurs de l'école de Palo Alto (1975), ont étudié des couples à la sexualité remarquablement aboutie. Ils conclurent qu'en suivant un entraînement spécifique, les couples peuvent vivre des orgasmes d'une durée pouvant aller de quinze minutes à une heure, ce qui n'est pas sans contredire totalement les conceptions à ce sujet de Master et Johnson ou de Shere Hite, pour ne citer qu'eux, pour qui l'orgasme n'excède guère quelques

poignées de secondes. Nick Douglas (1968), initié du tantrisme avait déjà, précédemment à l'école palo altiennne, défini quatre niveaux orgasmiques et les méthodes qui y conduisent. D'autres recherches aboutissent invariablement aux mêmes conclusions, celui de l'existence d'un orgasme de nature supérieure symbolisé dans sa forme suprême par une notion de " vagues " orgasmiques successives. L'une d'entre elles nous a intéressés tout particulièrement. Il s'agit de la méthode d'influence néo-reichienne pratiquée par Margo Anand (1992), qui, au travers de six paliers d'apprentissages cognitivo-comportementalistes et de travaux sur les bio-énergies, permet l'accession à l'ultime agrément.

Nous avons vu que le désir est une montée de tension que l'orgasme dissout. Nous allons voir maintenant l'interaction entre le désir et les fantasmes où chacun peut être alternativement source ou aboutissement. Nous trouvons dans les écritures de Martine Joseph un résumé intégrant parfaitement l'importance des fantasmes dans la genèse de la sexualité : « Les fantasme érotiques, qui sont à la fois cause et conséquence du bon fonctionnement de la sexualité, sont le reflet de l'érotisme individuel. »

Nos fantasmes conscients, résultat de nos imageries mentales conscientes, se fabriqueraient dans le foyer de nos fantasmes subconscients construits soit lors de la structuration psychique originaire, soit par l'acquisition des croyances culturelles, religieuses ou mythologiques prégnantes, soit sous la pression d'émotions anciennes ou actuelles, d'affects non régulés. En conséquence, nos fantasmes conscients, apparemment maîtrisables par l'action de la volonté, ne seraient en quelque sorte que les résidus consensuels élaborés à partir de nos fantasmes inconscients. Ainsi nous retrouverions dans la démystification de nos fantasmes les causes de nos comportements ou de nos troubles psychologiques. Nous noterons toutefois, chez les hystériques, la formation de fantasmes conscients établis sur des traumatismes fictifs perçus comme origine des symptômes de la pathologie. Dans ces cas spécifiques, les fantasmes servent à placer derrière un écran de fumée les activités auto-érotiques infantiles en magnifiant le vécu des premières années, et nous révèlent : « dans toute son ampleur la vie sexuelle de l'enfant. » (Freud, 1914).

Freud, précurseur en la matière, pour décrypter les fantasmes, partit du postulat que les rêves sont l'un des langages de l'inconscient et s'intéressa à leurs significations.

\* Celles des Américains David Ramsdale et Ellen Dorfman (1985), du Canadien Jean-yves Desjardins ou des Allemands Michaël Plesse et Gabrielle Saint Clair (1988).

Ainsi dans les rêves de l'endormi, qui ne sont par les faits que des fantasmes non contrôlés par la conscience de l'éveillé, nous trouvons tout le matériel représentatif de sa libido. Nous comprenons dès lors l'utilité pour le thérapeute d'organiser un travail sur la matière onirique et fantasmagorique (hypnose, sexothérapie, relaxation...). De fait en sexologie, le fantasme est un outil thérapeutique à part entière. En effet, il a été mis en évidence qu'une baisse du désir sexuel coïncide toujours avec un appauvrissement partiel ou total (alexithymie) de la fantasmagorie. Un travail sur les fantasmes (sexoanalyse, fantasmothérapie, onirothérapie érotique...) permet au thérapeute d'évaluer la dimension érotique du patient ou son évolution érotico-pathologique, mais aussi d'amener celui-ci à recouvrer un équilibre érotique en supprimant, par exemple, le pouvoir des fantasmes anxiogènes et anti-érogènes qui peuvent et doivent être substitués par des fantasmes positifs.

Afin de compléter cette étude, nous vous proposons maintenant une classification thématique des fantasmes érotiques inspirée par les écrits sur le sujet de Gilbert Tordjman (1992) et d'Erick Dietrich (1998). Celle-ci nous paraît organiser avec simplicité un condensé adapté

Les fantasmes de triangulations.

Ce sont des fantasmes d'étiologie œdipienne dont les scénarios tournent autour de scènes avec un ou plusieurs participants indépendamment du partenaire habituel ou de partage du partenaire, d'incestes consentis, de toutes scènes faisant intervenir un tiers. L'acteur principal de ces films mentaux est indépendamment exhibitionniste ou voyeur.

Les fantasmes sadomasochistes.

Les perversions sexuelles, sadique et masochiste, furent abordées et analysées en premier par le sexologue Krafft-Ebing qui en fixa la terminologie\*. La psychanalyse reprit ses conceptions et étendit la signification en conférant au terme des notions d'activité et de passivité, de persécuteur et de persécuté ou encore de domination-soumission dans le cadre des structurations psychiques originaires. Les fantasmes

\* Krafft Ebing inventa le mot Sadisme en référence à l'œuvre du marquis de Sade et le mot masochisme en référence à l'œuvre de Sacher Masoch.

sadomasochistes exhument nos mécanismes génésiques infantiles. Le sadisme est une perversion sexuelle où le sadique se réjouit des souffrances physiques ou morales infligées à l'autre ou aux autres en transgressant les interdits. Le masochisme est une perversion sexuelle où le masochiste retourne contre lui ses pulsions sadiques, s'administre ou se fait administrer, pour en obtenir satisfaction, des sévices aliénants (humiliations) physiques ou moraux. Les scénarios mentaux se construisent sur des bases de viols, incestueux ou non, de sévices physiques, de tortures, de sodomies forcées et de toutes scènes de violence dont l'imagination humaine est capable.

Les fantasmes homosexuels.

Très communs, surtout chez les adolescents, les fantasmes homosexuels servent très souvent d'émulateur de la vie sexuelle. Ces fantasmes peuvent être particulièrement mal vécus par le sujet, s'ils ne correspondent pas à son image d'hétérosexuel établie et consolidée par l'homophobie sociétale.

Les fantasmes pervers autres.

Nous classons dans cette catégorie tous les autres fantasmes érotiques pervers comme les fantasmes de nécrophilie, de pédophilie, de pédoclastie, de zoophilie, de scatologie, de coprolagnie, d'urolagnie... Si l'on admet que le seuil de perversion se situe au delà de l'acte sexuel de reproduction, vous remarquerez que nous établissons ici une hiérarchie de niveau de perversion, en omettant les perversions telles que, la masturbation, la fellation, le cunnilinctus, la sodomie hétérosexuelle, l'homosexualité... Qui nous semblent, quand elles sont pratiquées dans la réalité, moins tenir de déviations psychologiques profondes. Ajouterons à cela que les fantasmes pervers de pédophilie et de pédoclastie doivent amener le thérapeute à interroger le sujet sur la réalité ou la volonté d'un passage à l'acte, dans la visée de protéger de futures victimes éventuelles.

**c) Symbolisation de la personne aimée (mon amour).**

Toi mon Amour, mon bel Amour, tu es l'origine de mon sublime sentiment. Mon amour pour toi fait que tu es mon amour ! C'est donc mon amour que je vois en toi ? Concomitant au sentiment de possession de l'autre apparaît dans l'expression populaire la marque visible du narcissisme dans l'amour. En ce sens Freud distingue deux formes d'Amours :

a) L'Amour objectal par lequel j'aime une personne autre que moi. Ce dernier se décline sous deux formes opposées :

- Le choix d'objet par étayage, consécutif à l'appui originare que prennent les pulsions sexuelles sur les fonctions vitales et d'autoconservations. Ce choix s'échafaude dans la satisfaction de la tétée du sein maternel où à l'évidence nous apprenons à aimer le substitut de notre mère, puis ensuite, dans la compréhension que le sein n'est qu'une partie de notre mère. Mon choix d'Amour en tant qu'adulte serait induit par une réminiscence de mes sentiments pour mes objets d'amour originaires (mère et/ou père) et de leurs bons soins, c'est-à-dire que l'objet de mon Amour d'aujourd'hui ressemble aux engrammes des modèles parentaux inscrits dans ma mémoire inconsciente.

- Le choix d'objet narcissique, consécutif à la désignation de soi-même comme objet, c'est-à-dire la structuration d'une relation à l'objet comme un modèle de relation interpersonnelle. C'est soi que l'on aime dans l'autre.

b) L'Amour narcissique :

Selon Freud, le narcissisme se constitue par l'intériorisation d'une relation intersubjective sur le modèle de l'image que se fait le sujet de l'Amour qu'on lui a porté. **Pour s'aimer soi-même il faut d'abord avoir été aimé.** Freud avoue ne pas comprendre les femmes, mais prétend qu'elles ne peuvent aimer que sur un mode narcissique, car, selon ce dernier, l'Amour des femmes ne s'élabore que principalement sur la satisfaction des pulsions d'autoconservation. Il admet le principe que la femme est nourricière en opposition à l'homme qui est un protecteur.

De là, nous voyons apparaître une logique circulaire de l'Amour ; l'Amour objectal est un substitut de l'Amour pour l'objet (pour la mère), or c'est l'Amour reçu de l'objet (l'Amour maternel) qui est à l'origine de l'Amour de soi, qui lui-même rend possible l'Amour objectal. L'Amour pour autrui, c'est donc l'Amour pour l'objet (pour la mère) rendu possible par l'Amour perçu de l'objet (l'Amour de la mère). Par conséquent, nous aimons en autrui l'Amour que l'objet (notre mère) nous portait, c'est-à-dire que nous aimons par personnes interposées, l'Amour de nos objets (nos mères) pour nous, ce qui revient à dire que nous aimons en l'autre que nous-même. En ce sens il est clair que si tout Amour est imprégné de narcissisme, nous ne pouvons aimer l'autre autrement que nous nous aimons nous-même.

Lacan théorise aussi sur le fait d'une composante narcissique dans le sentiment amoureux. Pour lui, le moi n'est pas un régulateur équilibrant les exigences du surmoi, ni celles du ça, selon la réalité.

Ainsi en percevant sa propre image dans un miroir, chacun a pu se reconnaître, s'admirer et s'aimer. Ce miroir peut être l'autre, ce qui rend fondamentalement narcissique l'amour humain : **c'est soi qu'on aime dans l'autre et nous ne pouvons aimer l'autre que si nous nous aimons nous-même**. Nous ajouterons à l'inverse de cette théorie, qu'un être n'appréciant en rien son image, cherchera en l'autre des réponses pouvant rassurer un moi faible. Pour s'aimer lui-même, cet être aura besoin du regard de l'autre et de l'image que l'autre lui renvoie de lui-même.

**d) Goût immodéré, attachement solide à une idée, un concept, un objet... (Amour du travail bien fait, des fleurs...)**

*« La libido c'est l'énergie des tendances se rattachant à ce que nous résumons dans le mot Amour. Le noyau de ce que nous appelons Amour est formé naturellement par ce qui est communément connu de l'Amour, c'est-à-dire l'Amour sexuel dont le dernier terme est constitué par l'union sexuelle. Mais nous ne séparons pas toutes les variétés de l'Amour telles que l'Amour de soi-même, l'Amour pour les parents, pour les enfants, l'amitié, l'Amour des hommes en général, pas plus que nous séparons l'attachement à des objets concrets et à des idées abstraites. »* Pour Freud, l'Amour est, quelque soit le vecteur qui l'initie, de même nature. Ainsi la genèse libidinale des sentiments dans l'Amour est la même pour tous les vecteurs, même sans la finalité d'union sexuelle

Que répondez-vous lorsque l'on vous demande qu'elle est votre passion ? Vous ne répondez certainement pas « mon homme ou ma femme », mais plutôt l'intitulé de votre passe-temps favori. Il arrive très souvent même, que cette passion passe-temps passe avant tout, tout avant votre conjoint ou les membres de votre famille. Après analyse, nous trouverons bien souvent dans l'ontologie de votre comportement incoercible, une compensation protectrice contre un ou plusieurs événements marquants lors de votre évolution psychique infantile. Ainsi, par exemple, nous avons le collectionneur obsessionnel qui, s'il tente de retrouver en premier lieu le plaisir originel de sa relation à sa mère dans l'oralité, doit avant tout sa névrose compulsive à une tendance marquée au plaisir lors d'une fixation excessive au plaisir excrémental, mettant en place un caractère sadique anal.

**e) Sentiments bibliques.**

Nombre des acceptions du mot « amour » sont directement liées aux préceptes judéo-chrétiens ou découlent du discours théologique (adoration, ferveur, luxure, etc..). Le langage courant a très souvent étendu leurs significations aux usages de la vie courante sans correspondance toutefois avec les croyances. Ainsi par exemple, nous pouvons dire que nous adorons le chocolat jusqu'à la crise de foie (foi). Augustin d'Hippone, inspiré par la définition d'Aristote précédemment vue, agrémente celle-ci de sa vision. Il définit trois modèles d'Amours comme constituant de l'Amour vrai. Nous trouvons donc en premier, sous la forme « Aimer être aimé » un sentiment narcissique nécessaire pour croire en soi et ainsi commencer à croire en l'autre ; en deuxième, sous la forme « Aimer aimer » un élan qui nous rapproche des autres, une joie de partager qui nous valorise et nous permet d'exister en société ; en troisième, sous la forme réduite : « Aimer » qui représente ici l'Amour don, l'Amour désintéressé.

Dans les Ecritures selon Jean, le principal sens donné au vocable « Amour » est l'expression d'un engagement sacrificiel en faveur d'autrui. Nous trouvons dans les représentations symboliques du sens biblique du terme les concepts chrétiens suivants :

- L'amour de Dieu pour les être humains et des êtres humains pour Dieu.
- L'amour de Jésus Christ pour ses congénères et des enfants de Dieu pour Jésus Christ

Pour Matthieu (5.46-48) le meilleur test de l'Amour biblique est de s'astreindre à un profil comportemental établi même si cela s'oppose à notre envie. Qu'elle bonne idée !!!! Selon Luc (6.27-38) et Jean (3.16-18 ; 4.18-21) nous devons nous plier et pratiquer celui-ci contre toutes attentes. L'Amour biblique possède les obligations caractérisées suivantes :

- 1) **L'Amour est patient** ; il doit résister aux difficultés en restant constant face aux épreuves.
- 2) **L'Amour est plein de bonté** ; il retient vos velléités agressives, il ouvre votre cœur et vous permet l'accès à la compréhension.
- 3) **L'Amour n'est pas envieux** ; il nous protège de toutes les formes de jalousies envers tes prochains. Il agit pour le bien et le bien-être des autres.
- 4) **L'Amour ne se vante pas** ; il tait sa puissance au bénéfice des autres qu'il exalte et édifie.
- 5) **L'Amour ne s'enfle pas d'orgueil** ; il reste humble même quand vous êtes certain de ne pas avoir tort. L'Amour ne s'affirme pas.
- 6) **L'Amour ne fait rien de malhonnête** ; il cherche la justesse et la justice en toute situation, en toute attitude et ainsi honore le Seigneur.
- 7) **L'Amour ne cherche pas son intérêt** ; il est volonté d'être aux services des autres et non pour lui-même.
- 8) **L'Amour ne s'irrite pas** ; il reste stoïque et mesuré, il ne succombe pas aux pressions adverses.
- 9) **L'Amour ne soupçonne pas le mal** ; il n'est pas rancunier et offre sa complaisance en toutes circonstances, pas de vengeance, pas d'opposition violente à la violence... Il couvre une majorité de péchés.
- 10) **L'Amour ne se réjouit pas de l'injustice** ; il regarde complaisamment les péchés d'autrui. Il rapproche ses ouailles près du Seigneur.
- 11) **L'Amour se réjouit de la vérité** ; il cherche toujours la vérité en toutes circonstances, même si le mensonge est plus avantageux.
- 12) **L'Amour excuse tout** ; il tolère, comprend tout car il considère les événements dans une vision globale et intemporelle.
- 13) **L'Amour croit tout** ; il opte pour la présomption d'innocence, attend la preuve du contraire. Il instaure la confiance pour la restaurer.
- 14) **L'Amour espère tout** ; il se voue au Seigneur et fait confiance aux volontés souveraines du divin.

15) **L'Amour supporte tout** ; il reste constant même dans la souffrance ou l'adversité. Il apporte une bénédiction.

16) **L'Amour ne périt jamais** ; il ne disparaît pas dans la difficulté. Il perdure fidèlement dans l'adversité.

À partir du Moyen-Âge, l'influence de la chrétienté rend l'activité sexuelle sans visée reproductrice, répugnante, dégradante et honteuse et réduit celle-ci à sa plus simple expression. Nous trouvons dans cette influence une grande majorité des tabous de la sexualité contemporaine. Le plaisir est banni, la morale casuistique s'impose, surtout aux femmes d'ailleurs, car obligation leur est faite de confesser leurs péchés de concupiscences. Les portes de l'enfer s'ouvrent aux pécheurs qui ne respecteraient pas scrupuleusement les préceptes religieux. L'un de ceux-ci précise que nous commettons un péché mortel dès lors que nous retirons un quelconque plaisir lors de nos ébats sexuels. Un autre nous rend coupable si nous désirons ardemment notre conjoint. Un autre encore interdit les préliminaires, les caresses sont des péchés véniels. Les baisers sur la bouche, plus graves encore s'il y a introduction de la langue et les fellations ou autres cunnilingus, anilingus, etc.... sont des péchés d'une gravité mortelle. L'infidélité, l'adultère, l'homosexualité, la masturbation ou tout autre comportement sexuel que ceux autorisés, sont strictement et violemment interdits et réprimés. Aujourd'hui encore ces superstitions crédules sont toujours et encore largement présentes dans les croyances occidentales à majorité judéo-chrétienne. Le plus grave est qu'elles se sont infiltrées insidieusement dans les systèmes législatifs, faisant subir aux laïques et aux athées ses conceptions aliénantes, contraignantes et liberticides. La libération sexuelle des années 60-70 sous-tendue par le mouvement de libération des femmes, n'a permis qu'une faible avancée dans le sens de l'épanouissement sexuel. Historiquement, l'incrimination répressive du plaisir n'a pas toujours été de rigueur. Elle est l'apanage des grandes religions monothéistes actuelles instituées sous l'égide de volontés humaines politiques dont le but est de régir les systèmes sociaux pour mieux les contrôler. L'anthropologie nous révèle que les peuples du néolithique jusqu'à l'âge de bronze mais aussi les peuples aux cultures animistes, paganistes ou encore chamanistes, plus prompts à respecter les instincts naturels, conféraient au plaisir une importance primordiale, allant pour certains d'entre eux jusqu'à l'enseigner. Nos ancêtres directs, les Celtes, non pervertis par les mythes judéo-gréco-romains, procédaient d'une toute autre façon que nous-même aujourd'hui vis à vis des besoins naturels primaires. Ils respectaient en les valorisant, le corps, la féminité et l'enfantement (bonding et allaitement), et vivaient sans contrainte des mœurs sexuelles très libres.

#### **f) Représentation emblématique de l'Amour.**

Par allégorie et empiriquement, l'Amour est souvent présenté sous les traits d'un enfant nu, ailé, empoignant un arc et des flèches. Il est synonyme de Cupidon. Son rôle est de transpercer le cœur des hommes ou des Dieux avec ses flèches, et ainsi faire naître en eux l'Amour. Cupidon parfois nommé Eros, création de la mythologie gréco-romaine, est le fils d'Aphrodite (Venus romaine), déesse de l'Amour, née de chairs immortelles tombées dans l'océan, et d'Ares, Dieu de la guerre. Enfant " vivant " taquin et gai, il accumule les facéties. Sa mère, courroucée par ses agissements détestables,

l'enferme pour le punir. Nous le retrouvons sous un aspect différent dans le conte antique d'Amour et de Psyché. Le Dieu de l'Amour se voit incarné par un beau jeune homme troublant et tourmentant Psyché qu'il aime pourtant. Il se voue à lui procurer le bonheur idéal. Dans ce conte mythologique, Psyché incarne l'âme humaine assujettie aux troubles des sentiments amoureux. Symboliquement, un parallèle se fait entre les épreuves initiatiques successives subies par celle-ci, et les étapes purificatrices transformant les désirs dus aux bas instincts terrestres en un Amour sublimé aux essences spirituelles.

### L'Amour vainqueur de Caravage

### 3/ TABLEAU DES SIGNIFICATIONS DU MOT « AMOUR »

SIGNIFICATIONS :	SYNONYMES* :
Sentiment.	Amour.
Tendresse.	Affection, Amitié.
Attraction.	Attirance.
Inclinaison.	Attirance. Affection, Penchant.
Considération.	Estime, Déférence, Egard.
Penchant.	Inclinaison.
Affection.	Inclinaison, Penchant, Estime, Goût, Amitié.
Attachement.	Affection.
Flamme.	Désir, Amour, Ardeur, Passion.
Désir.	Libido, Sensualité, Tentation, Concupiscence
Passion.	Amour.
Engouement.	Tocade.
Béguin.	Flirt, Aventure, Amoureux.
Ivresse.	Exaltation, Excitation, Intempérance, Extase.
Ardeur.	Ferveur, Passion, Elan.
Idolâtrie.	Adoration, Animisme, Totémisme, Fétichisme.
Culte. Vénération.	Adoration, Adulation, Admiration, Prostration.
Ferveur.	Adoration, Dévotion.
Adoration.	Extase, Passion, Ferveur, Vénération, Attachement
Luxure. Religions, représente l'amour sexué	Libertinage, Paillardise, Débauche, Pornographie,

négativement.	Lascivité.
Chéri (e).	Aimé, Affectionné, Adoré, Idolâtré, Vénéré...
Faire l'amour.	Copuler, s'accoupler, forniquer + les termes du langage familial (baiser, niquer, forniquer...).
Don d'amour.	Faveur, Offrande.
Cupidon, Eros.	Amour.

#### 4/ CONCLUSION DE LA PREMIERE PARTIE

Nous aurions pu compléter notre analyse de l'Amour au travers d'autres exemples explicatifs comme la musique, la danse, le cinéma, mais nous n'aurions fait que répéter les mécanismes déjà soulignés.

La concaténation des hypothèses scientifiques précédemment exposées pourraient déplaire, peut-être même choquer les idéalistes, les rêveurs de sentiments absolus, les poètes de l'Amour. Tous ceux qui en subliment les vertus, auront trouvé dans cette première partie quantité de définitions bien froides et surtout démystifiantes. Il est parfois très difficile d'appréhender autrement ses rêves et ses croyances. Les nombreuses théories sur l'Amour ont des interconnexions remarquables, cependant quelques divisions subsistent chez les auteurs. Pour certains l'Amour est une norme, un fait sociétal, pour d'autres c'est une adéquation comportementale et psychique, pour d'autres encore (Freud) c'est une inadéquation, une recherche des errances sentimentales archaïques, un déséquilibre entre manque et besoin. Enfin il y a ceux (beaucoup plus rares) qui pensent que l'Amour prend ces racines uniquement dans un substrat physiologique indépendamment du psychisme. Ces visions ontiques définitivement limitatives quant à leurs approches nous incitent à concevoir celles-ci comme les différents miroirs d'une boule à facettes. Chaque auteur semble avoir mis en lumière une partie du mystère de l'Amour, laissant dans l'ombre certains aspect et ne percevant que les reflets et les couleurs réfléchis. Nous avons souvent remarqué dans les différentes œuvres traitant le sujet, la délicate attention des auteurs eux-mêmes à ne pas briser le mystère des origines de l'Amour, préférant analyser les causes et les conséquences, tout ce qui est visible, sans jamais se poser la question du fondement et remettre en question les paradigmes consensuels. Freud lui-même présupposait une corrélation de fait entre une base primaire biologique des comportements et l'évolution psychique de chaque individu sans toutefois s'attarder sur les mécanismes biochimiques (ce qui n'était pas son champ de recherche d'ailleurs). Nous précisons, pour leur défense en général, que la science n'a que récemment fait les découvertes probantes - notamment en psychoneuroendocrinologie - qui mettent en évidence les liens entre les systèmes de communication

endocriniens et les pouvoirs de la psyché. Ces avancées confirment ce que la plupart des chercheurs niaient ou reléguaient au second plan : la genèse biologique du merveilleux sentiment.

Nous allons, dans la seconde partie de cette étude, développer une théorie de l'Amour s'inscrivant dans cette idée. Arguant, pour établir notre définition, sur la prépondérance des réactions neurobiochimiques de la sphère biologique comme support de la naissance originelle de l'Amour et de sa croissance dans les sphères conscientes et inconscientes de la psyché. En d'autres termes, pour reprendre l'image de la boule à facettes, nous allons tenter d'apporter un éclairage complémentaire à celle-ci (sans être redondant) pour montrer les liens entre les différents aspects du sentiment et ainsi établir une explication globale de l'Amour.

## **DEUXIEME PARTIE**

### **1/L'ORIGINE DE L'AMOUR : *Le moteur biologique.***

#### ***a) L'aspect visuel***

Au cours de notre évolution, nous avons opté pour une plus large utilisation de la vue au détriment de l'odorat qui demande une certaine proximité avec la source émanante, alors que la vision, elle, permet l'obtention d'une information immédiate à distance. Cette lors du passage de notre statut de quadrupède à celui de bipède, éloignant ainsi notre organe olfactif de la source des odeurs naturelles. L'odorat reste toutefois prépondérant chez l'homme sans qu'il en perçoive les bénéfices directement. Nous verrons cela plus tard.

C'est avec notre vue que commence la sélection consciente et inconsciente, moïque, surmoïque de notre partenaire. Consciente, par exemple, car " l'autre " correspond à l'idée que l'on se fait de l'esthétisme et de la beauté. Ce choix conscient trouve ses racines dans l'inconscient, réminiscence cénesthésique d'un certain plaisir pris lors de la vision d'un proche dans la prime enfance, un parent, un voisin, un ami de la famille... D'autres critères subconscients s'imposent simultanément, comme la reconnaissance du milieu social, de l'éducation du sujet source, de la possibilité de réaliser ses propres ambitions ou la nécessaire satisfaction de ses besoins en général. Ainsi un masochiste aura plaisir à rencontrer et sera attiré par une psychopathe dominatrice, ou le bourreau sera lui-même aimanté par sa victime potentielle. Une femme-enfant hystérique recherchera pour contrebalancer un homme-papa calme et compréhensif, etc... Un grand nombre de couples se créent sur un mode névrotique opératoire où chacun trouve dans l'autre un complément stabilisateur et essentiel à sa névrose. Dès lors que l'un des partenaires change de névrose ou l'abandonne tout simplement, le couple se trouve déstabilisé, des oppositions se mettent en place et les conflits s'intensifient et se généralisent.

Cette prédilection pour la vue a favorisé le paraître et l'apparaître. Ainsi tout ce qui touche à l'image est devenu primordial. Les modes en général (vestimentaire, de coiffures, les nouvelles séries, les

nouveaux modèles) sont des résultantes de l'utilisation privilégiée de la vue. Pour être reconnu, il faut être visible, et donc, tout ce qui permet de se différencier afin d'être reconnu devient une valeur de valeur. C'est bien connu, il est plus facile de séduire avec une voiture rouge de luxe qu'avec une vieille guimbarde bas de gamme. Nous pourrions même attribuer à la voiture rouge des vertus aphrodisiaques. La vue est très souvent à l'origine du choix pulsionnel du partenaire. C'est le sens privilégié par l'homme comme source d'informations pouvant le rassurer dans ses besoins de sécurité sociale, intellectuelle, financière, émotionnelle, etc... Nous montrerons plus loin, dans la partie traitant sur le cerveau, les réactions chimiques conséquentes que la vision engendre lors de la rencontre de deux partenaires potentiels.

### ***b) Les odeurs de la séduction***

Au travers des siècles et en rapport avec l'amélioration de l'hygiène corporelle et domestique, notre sélection olfactive s'est affinée, dépréciant les odeurs sudorales et génitales fortes au bénéfice de fragrances synthétiques au pouvoir non pas de couvrir les mauvaises exhalaisons mais de les anéantir. Cependant nous dégageons au travers de notre peau, au niveau des aisselles, des tétons, du cuir chevelu et des organes génitaux, par le biais de la transpiration, des molécules odorantes ou non que l'on appelle phéromones. Ces substances chimiques sont utilisées par certaines espèces pour informer leurs congénères d'un danger, d'une période de réceptivité sexuelle, d'un espace possédé, ou encore de la place de l'individu dans une société donnée, etc. C'est un mode de communication avancée. Nous trouvons par exemple chez les fourmis et les abeilles l'usage de phéromones spécifiques pour annoncer une attaque par un ennemi de la colonie et les abeilles ouvrières restent au statut d'ouvrière car elles sont assujetties par une phéromone puissante, aux effets velléitaires, stérilisant toute rébellion possible, produite uniquement par les abeilles soldats.. La plupart des mammifères utilisent aussi l'odeur pour délimiter un territoire acquis. Les phéromones sexuelles sont abondamment utilisées par de nombreuses espèces animales à des fins spécifiquement variées. Chez le porc, dès que la truie en chaleur hume des effluves d'androsténol, phéromone produite par l'haleine du verrat, elle s'immobilise immédiatement et se positionne pour l'accouplement. Lorsque l'on fait sentir à un singe *Macarus Réshus* des copulines (acide gras à activité phéromonale) présentes dans les sécrétions vaginales de la femelle, il se produit une vive érection suivie d'une presque immédiate éjaculation. Chez le rat, les signaux olfactifs permettent l'attraction entre les deux sexes, mais mieux encore, ils peuvent provoquer chez les femelles un œstrus anticipé qui la rend totalement réceptive. Ces trois exemples montrent l'importance et l'influence des phéromones dans le comportement sexuel animal.

En revanche des expériences sur les effets des copulines vaginales féminines n'ont pas obtenu de résultats significatifs quant à l'augmentation de l'intérêt et du désir des hommes. Chez les humains cependant, certaines phéromones pourraient être influentes sur le choix du partenaire.

L'androsténone naturelle ou plutôt sa forme dérivée l'androsténolone que l'on trouve principalement dans la sueur et les larmes augmente remarquablement l'intérêt sexuel de l'homme. (Faut-il faire

transpirer et pleurer les femmes pour être excité ? Serait-ce là l'une des explications du viol). L'androsténone de synthèse semble ne pas avoir les mêmes résultats que celle produite naturellement, ce qui tend à prouver que d'autres facteurs, notamment psychologiques interviennent parallèlement. Ces facteurs peuvent d'ailleurs transformer n'importe quelle odeur symbolique en puissant aphrodisiaque.

La chimiste Martha McClintock de l'université de Chicago a fait en 1998 le constat suivant : après plusieurs semaines d'application d'un tampon imbibé de phéromones masculines (secrétées par des glandes sudoripares situées sous les aisselles) trois fois par jour sur leur lèvre supérieure, les femmes aux menstruations irrégulières retrouvent un cycle menstruel normal. La scientifique avait, dès 1971, mis en évidence l'influence des phéromones féminines sur l'ovulation. Après un temps d'adaptation, les menstruations d'un groupe de femmes en contact régulier (bureaux, couvent, etc.) se synchronisent, et ce synchronisme est plus marqué chez les amies intimes.

Un groupe de chercheurs dirigé par le Dr Dick Neave de l'Université de Northumbrie ont présenté en avril 2003 à la conférence annuelle de la Britain Society of Psychology un rapport concluant sur les effets des phéromones sur les comportements humains. Ils ont demandé à 32 femmes, dont 16 utilisaient la pilule contraceptive, d'effectuer un classement par ordre d'attractivité des aspects physiques corporels d'une part, et des visages de ces mêmes hommes de l'autre, sur photographie. Ces femmes durent par la suite refaire cette expérience mais cette fois-ci sous l'influence inconsciente de phéromones mâles préalablement ajoutées dans l'atmosphère du laboratoire. Puis elles réalisèrent un troisième classement quinze jours plus tard, toujours sous influence phéromonale pour en mesurer l'incidence selon les différentes phases de leur cycle menstruel. Les résultats montrèrent que chacune des femmes avait augmenté pour chacun des hommes son niveau d'attraction sous le diktat des phéromones. La plus forte progression fut celle de l'homme le moins bien classé lors de la première expérience. Les phéromones masculines ont eu une plus forte emprise sur les femmes en milieu de cycle, mais les femmes sous l'effet de contraceptifs oraux sont moins sensibles aux pouvoirs des substances olfactives mâles.

Ces expériences démontrent un lien entre la vue et l'odorat dans les mécanismes de la séduction sexuelle. Quand les récepteurs olfactifs perçoivent des éléments chimiques volatiles caractéristiques d'un membre du sexe opposé, ils modifient imperceptiblement le jugement visuel des personnes soumises. De plus, en 1994, des physiologistes de l'université de l'Utah ont confirmé les travaux du Dr David Berliner (1991) sur la présence et l'activité prépondérante chez l'homme de l'organe voméronasal. Ce dernier, longtemps considéré comme un vestige atrophié de l'évolution, est une petite poche percée d'un trou minuscule et directement reliée à des structures sous-corticales appartenant au système limbique : les noyaux hypothalamiques. Le système limbique joue un rôle essentiel sur le comportement (émotions, affectivité) et intervient dans les mécanismes de la mémoire. Les expériences réalisées par ces chercheurs ont confirmé que l'organe voméronasal contribue à formater de manière évidente nos comportements sexuels en captant ces fameuses phéromones.

D'ailleurs si l'on détruit cet organe chez un animal, il ne manifeste plus aucun intérêt pour les activités sexuelles et quand on opère une stimulation de l'hypothalamus chez l'homme, on induit un besoin d'Amour et une adynamie caractéristiques. Françoise Dolto disait avec humour que les déodorants ont été inventés pour éviter que les déplacements en zones confinées tel qu'en métro ne finissent en orgies.

Une autre expérience a été menée sur un groupe de femmes à qui les scientifiques ont demandé de s'asseoir sur un siège de leur choix dans une salle d'attente. L'un des sièges avait été préalablement imbibé par pulvérisation de phéromones mâles et un autre de la même manière de phéromones femelles. Le résultat fut sans appel : une très grande majorité de femmes a préféré instinctivement le siège aux effluves masculines et très nettement évité le siège aux substances volatiles féminines.

De cette expérience, deux conclusions s'imposent :

- Les phéromones agissent sur l'attraction instinctuelle des sexes opposés.
- Les phéromones n'interviennent pas dans le marquage du territoire. Aucune femme n'a tenté inconsciemment de remplacer les phéromones féminines d'origine inconnue par les siennes.

Forts de ces découvertes, certains chercheurs se sont évertués à découvrir les substances magiques qui auraient le pouvoir de rendre séduisant qui ne l'est pas. Ce fut le cas du Docteur Cutler (1994) qui découvrit le premier filtre d'amour féminin utilisé pour attiser le désir masculin, la « phéromone 1013 ». Elle participa également à la découverte de la « phéromone 10X » qui rend les hommes plus attractifs

aux yeux des femmes. La scientifique américaine a analysé les différences d'activités sexuelles de 46 hommes hétérosexuels d'une tranche d'âge allant de 26 à 42 ans divisés en deux groupes. Les membres d'un premier groupe ont reçu une lotion après-rasage qui contenait la « phéromone 10X » inodore. Les relations sexuelles ont augmenté de 47% chez les sujets qui avaient reçu la fragrance enrichie tandis que les sujets de l'autre groupe voyaient leurs activités sexuelles n'augmenter que de 9,5% par effet placebo. Si la potion magique permet d'attirer plus facilement les femmes, il n'en demeure pas moins qu'elle n'est pas un aphrodisiaque et donc ne peut aider en aucun cas un homme à être à la hauteur lors de l'acte sexuel.

Une autre étude réalisée par Norma McCoy (2002) de l'Université de San Francisco a mis en évidence le pouvoir des phéromones à décupler la force de l'attraction sexuelle de la femme sur l'homme. La recherche réalisée sur 36 femmes célibataires a permis de constater que 74% de celles qui portaient leur parfum habituel mêlé à des phéromones spécifiques avaient noté une augmentation de leur activité sexuelle, contre 23% de celles qui portent leur parfum auquel avait été ajouté un placebo. L'une des participantes avait habituellement des rapports sexuels moins d'une fois par semaine ; la fréquence était montée à quatre

fois par semaine quand elle portait le parfum contenant la substance. L'auteur de la recherche affirme que *« la phéromone envoie un signe biologique à l'homme qui suggère que cette femme peut se reproduire, et celui-ci répond par un comportement visant à s'assurer d'une relation intime avec elle. L'odeur n'est pas décelable, l'homme ou la femme n'en sont pas conscients, mais c'est très puissant. Cette substance paraît influencer le désir masculin d'avoir un rapport sexuel. »*

Si ces récentes découvertes sur la biologie des passions montrent la nette influence des phéromones sur nos comportements, il n'en reste pas moins que les informations visuelles dominent l'interaction vue-odorat. Une comparaison phylogénétique du génome humain effectuée par l'équipe du professeur Peter Mombaerts a montré que huit séquences d'ADN humain sensées intervenir dans la perception olfactive, étaient identiques à celles qui sont présentes chez les souris et les rats. Cependant sept de ces gènes se sont montrés inopérants chez l'homme. Ce fait tend à prouver la théorie selon laquelle nous aurions perdu nos capacités olfactives au fil de notre évolution, certainement au détriment du système visuel au développement plus récent, dans le cadre de la progressive augmentation des spécialisations, modulations et intégrations des structures du système nerveux central (SNC) au cours de la phylogenèse.

Si l'évolution a entraîné la disparition de ces récepteurs, on a du mal à expliquer une telle hécatombe : plusieurs dizaines de gènes prévus à cet effet chez les mammifères inférieurs et un seul rescapé chez l'homme : le V1RL1 ! Ce huitième gène mis en évidence par l'équipe du scientifique semble être resté opérant et pourrait produire une protéine similaire à celle qui permet la reconnaissance des phéromones des rongeurs par l'organe voméronasal. Argumentant en ce sens, le Dr Yvan Rodriguez affirme que *« les comportements humains sont de toute évidence bien plus motivés par la vue que par l'odorat. Il ne faut pas espérer que des phéromones humaines vendues en flacon de 100 ml permettront un jour à certains d'attirer celles ou ceux qu'ils désirent. Ceci fonctionne très bien chez certains animaux, les insectes et les rongeurs, mais nous utilisons un nombre d'informations supplémentaires à celles qui proviennent de notre nez lorsque nous faisons un choix de partenaire. »*

Il semble tout de même que si les phéromones n'ont pas un pouvoir absolu d'attraction sur nos congénères de sexe opposé, elles permettent toutefois de faire une sélection subconsciente d'adéquation. Une étude du zoologiste suisse Klaus Wedekind de l'Université de Berne a démontré que les phéromones jouent un rôle très important en véhiculant les informations génétiques du complexe majeur d'histocompatibilité (CMH). Ce dernier aide l'organisme à reconnaître ses propres cellules saines, à identifier les cellules pathogènes et à rejeter les tissus étrangers. Les gènes du CMH sont à l'origine de l'odeur détectable caractéristique et unique de chacun. Cette étude a été réalisée sur 49 femmes et 44 hommes qui furent examinés pour s'assurer qu'ils portaient une vaste rangée de gènes du CMH. Pour savoir si les gènes du CMH jouent un rôle dans la sélection humaine de partenaires, chaque homme a reçu un T-shirt propre avec l'instruction de dormir pendant deux nuits avec afin de le saturer entièrement de son odeur. Les T-shirts furent ensuite rassemblés et placés dans des boîtes aux couvercles percés. Chaque femme fut amenée au laboratoire au milieu de

son cycle menstruel où on lui demanda de choisir entre les émanations olfactives de sept boîtes en opérant un classement des odeurs de plaisantes à déplaisantes. Trois boîtes avaient un T-shirt d'un homme ayant un CMH similaire à celui de la femme, trois autres un T-shirt au CMH dissemblable et enfin la dernière boîte contenait un T-shirt propre comme témoin. Il fut ainsi constaté que les femmes préféraient les odeurs des hommes ayant des gènes de CMH différents et qu'elles associaient celles-ci à l'odeur de leurs conjoints respectifs. Dans cette étude, le lien est fait entre les phéromones produites par les glandes exocrines donnant une empreinte olfactive personnelle unique et la recherche non conscientisée d'un partenaire à la génétique " idéale " où les caractéristiques génétiques doivent être complémentaires et non identiques.

### ***c) Les autres sens (l'ouïe, Le toucher et le goût)***

Moins influents sur le déclenchement d'une passion amoureuse, l'ouïe, le toucher et le goût interfèrent tout de même dans le choix du partenaire et participent surtout à la consolidation, la prolongation ou à l'inverse au refus d'une relation amoureuse.

Les vibrations sonores captées par nos oreilles se transforment, par le biais des récepteurs auditifs de l'organe de Corti, en messages neuronaux bipolaires qui véhiculent les informations vers l'aire de projection auditive située dans le lobe temporal des deux hémisphères cérébraux. Ces informations auditives perçues par l'ouïe peuvent, associées ou non à d'autres facteurs, provoquer un attrait irrésistible pour un congénère. Nous connaissons tous le pouvoir de certaines voix sur notre libido. Le charme (caractères sensuels, hypnotiques, rassurants) d'une belle voix grave masculine ou d'une douce voix caressante féminine, peut induire une attirance pour l'objet source et même provoquer une excitation sexuelle parfois très intense. Les mots eux-mêmes possèdent une force séductrice, excitante. Une résonance par essence où les sens s'allient aux sonorités pour caresser nos âmes. Nous pouvons ainsi reconnaître la nécessité de l'usage de mots adaptés (doux ou crus) avant, pendant et après l'acte sexuel. À ce propos, nous savons à quel point les femmes adorent et ont besoin de quelques mots rassurants après l'abandon amoureux. (F. Dolto). La voix et les mots sont des outils de séduction majeurs efficaces, tous les chanteurs, les beaux parleurs, vous le confirmeront. Leur support, la musique, a depuis l'antiquité été considérée comme un fluide capable de guérir. De cette perception ancienne de l'importance des sons mélodieux sur l'ensemble de nos facultés a été créée la musicothérapie.

L'une de nos premières perceptions, presque oubliée à l'âge adulte, est la perception tactile. Au cours de notre croissance intra-utérine nous reconnaissons les limites du bassin amniotique par les perceptions sensorielles émises par notre ensemble corporel. Après la naissance, la main devient progressivement l'instrument principal du toucher. Le corps reste nonobstant variablement sensible au tact selon les individus, particulièrement sur certaines parties : les zones érogènes, parmi lesquelles nous trouvons les zones extra génitales (lèvres, face latérale du cou, nuque, parties latérales du tronc,

ventre, fesses, faces internes des bras et des cuisses), les zones génitales (le clitoris, le vagin, le grand pénien, scrotum, lèvres vulvaires, vestibule, pubis) et toutes les zones péri et para génitales (seins, bas-ventre, régions périnéales et anales). Ces zones sont dites primaires lorsqu'elles agissent sur l'orgasme (zone génitale) et secondaires quand elles participent aux plaisirs érotiques (extra, péri et para génitales). Les récepteurs tactiles opèrent par différents types d'énergies physiques, ceux-ci peuvent être classés comme mécanorécepteurs, thermorécepteurs et chémorécepteurs (cellules gustatives et olfactives). Les sociétés occidentales, sous l'égide des préceptes religieux, ont donné une connotation perverse aux caresses mutuelles ou solitaires en les diabolisant. Cependant, certaines cultures ont toutefois favorisé et conservé l'usage du tact lors de protocoles sociaux : la coiffure réciproque des femmes africaines, l'épouillement des indiens d'Amazonie, les massages des cultures asiatiques... Quelques courants de pensées modernes, dit New-Age, tentent de réhabiliter (et ce n'est pas sans heurts) le toucher dans nos sociétés politiquement et bibliquement anesthésiées. Des salons aux arts thérapeutiques de toutes origines (thérapies psycho-corporelles, massages californiens, hydrothérapies, fasciathérapie, etc.) ouvrent leurs portes, offrant à leurs clients la possibilité de se relaxer, de " s'energétiser ", d'éliminer la fatigue ou le stress, ou de se libérer de poids psychosomatiques. Bref, de se sentir mieux dans leur corps et par conséquent dans leur tête.

Pour ce qui est du goût, nous connaissons tous l'importance de la première invitation à dîner dans la parade amoureuse humaine. Moment rendu d'autant plus plaisant que le repas est appétissant, que le vin amène au spirituel, comme prélude augurant de la rencontre physique. Nous pourrions souligner aussi le caractère " aphrodisiaque " d'une coupe de champagne et de quelques grains de caviar. Peu résiste à l'élan sentimental qu'ils créent. Finalement le goût intervient par ce biais dans le choix du partenaire, de celui qui sait si bien vous combler. Tout comme le cliché de la voiture rouge précédemment utilisé, ce n'est pas le produit qui a des vertus aphrodisiaques intrinsèques, mais la rassurante imagerie positive de la sécurité, dans ces exemples, financière, qui incline l'élan. À ce propos Willy Pasini établit un rapport étroit entre les comportements culinaires et les comportements amoureux.

#### ***d) Le cerveau***

Le cerveau est le chef d'orchestre de toutes nos perceptions, de nos pensées, de la mémoire. Il joue un rôle essentiel au sein du système nerveux central (SNC), un formidable réseau de communication qui avec 20 milliards de neurones, 250 milliards de cellules gliales apportant nourriture et soutien aux neurones et 16 millions de milliards de connections synaptiques, véhicule une infinité d'ordres. Le cerveau émet vers des éléments corporels et reçoit de ces mêmes éléments des informations qu'il analyse et traite en fonction des besoins vitaux et psychologiques. Dans toutes les étapes de la rencontre amoureuse et sexuelle, le cerveau joue un rôle de premier ordre. Pendant longtemps les hommes ont pensé que les mécanismes de l'Amour se situaient dans le cœur, certainement à cause des tachyarythmies parfois ressenties par certaines personnes lors des premières rencontres. Nous

avons déjà tous entendu des phrases de ce style : « Mon cœur a cessé de battre. Dès qu'elle apparut devant moi, j'étais subjugué » ou encore « il s'approcha de moi avec un grand sourire, je sentis mes joues rosir, mon cœur battait la chamade ». Il reste toujours aujourd'hui des traces de cette croyance : le cœur symbole de l'Amour. En fait nous savons depuis longtemps que le cœur n'intervient pas dans les sentiments mais que tout ce qui concerne ceux-ci se situe en lieu et place du cerveau. De nombreuses découvertes, parfois assez récentes, ont permis de mettre en évidence une grande partie des mécanismes qui engendrent le sentiment amoureux. Nous allons maintenant montrer comment le cerveau intervient structurellement et biologiquement dans l'Amour.

-

#### § Cartographie structurelle du cerveau selon Mac Lean.

Mac Lean, après avoir fait une étude phylogénétique de l'encéphale humain, a défini au début des années 80 un cerveau tripartite évolué chronologiquement composé comme suit :

- Un cerveau reptilien (ou structure spinale) constitué de la moelle épinière et du bulbe rachidien qui gère et contrôle de manière innée et non modifiable les fonctions primaires respiratoires, circulatoires, alimentaires, locomotrices, posturales et sexuelles de reproduction. C'est le cerveau des instincts qui, en fonction des situations vécues, provoque des réactions adaptées comme la fuite, l'agression ou le désir sexuel.
  
- Des structures paléoencéphaliques ou (vieux cerveau des mammifères) constituées de la formation réticulée, du plafond du quatrième ventricule, de l'hypothalamus, du rhinencéphale et du système limbique. Ces parties gèrent les processus affectifs, agnostiques, maternels et sociaux qui peuvent tous être modifiés. C'est le cerveau des émotions et de la trace mnésique de nos ressentis. C'est dans la partie de l'arc supérieur du système limbique du cerveau humain que se situe le siège du centre de l'orgasme. De ce centre, modulant les émotions reçues par la stimulation du diencephale, dépend chaque réponse neurovégétative et cérébro-spinale observable pendant " l'état de grâce ". Ce centre est la seule zone du système nerveux central à présenter, à l'électroencéphalogramme, une activité fonctionnelle orgasmique (Betts ; Zwang ; Carani & coll.).
  
- Des structures néoencéphaliques (ou cerveau rationnel) constituées du thalamus et du cortex. Ces parties gèrent les fonctions discriminatives, intégratives, adaptatives, acquises par l'apprentissage. C'est le cerveau logique qui contrôle les réactions provoquées par le cerveau des instincts ou celui des émotions. La communication verbale a été rendue possible par les mécanismes nerveux autorisés par le néocortex.

Nous voyons que par ses structures multiples, acquises au cours de son évolution, le cerveau humain permet aussi bien de faire valoir des pulsions primaires de reproduction tout comme la modulation de

ces mêmes instincts, quoique que chaque partie puisse régir des comportements indépendamment des autres. Ainsi des comportements instinctifs archaïque reptiliens peuvent échapper aux contrôles et à la censure des parties supérieures de l'encéphale (système limbique et néocortex).

Quand notre corps perçoit des informations visuelles, tactiles ou plus subtiles comme des informations olfactives provenant d'un homme ou d'une femme susceptible de devenir un partenaire sexuel, celui-ci les envoie au cerveau des instincts. Ce dernier demande au cerveau des émotions, qui va chercher dans sa mémoire si les souvenirs liés à la situation sont bons ou mauvais, son avis. Simultanément, le cerveau logique analyse la faisabilité de l'action en fonction des règles et croyances sociales et sociétales. Si les réponses sont positives, le cerveau des instincts pourra libérer les facteurs déclenchant les sécrétions hormonales qui commandent les réponses sexuelles appropriées. Le désir se met en place dès lors que le cerveau reptilien a reçu l'autorisation d'agir. Un flot d'hormones, de neurohormones et de neurotransmetteurs envahit notre corps. Certaines substances chimiques spécialisées vont stimuler d'une part, le système limbique provoquant une irrésistible envie d'assouvissement du besoin de plaisir et d'autre part, l'ensemble cortical pour qu'il produise des phantasmes érogènes et qu'il provoque l'affaiblissement de tous les blocages qui pourraient paralyser l'action. Il arrive parfois que le cerveau des émotions agisse sans l'approbation du cerveau logique, et libère inconsidérément les neurotransmetteurs et les neurohormones de l'excitation (adrénaline, dopamine, noradrénaline). C'est le coup de foudre, avec tous ses symptômes, hausse du rythme cardiaque, de la tension artérielle, sensation de chaleur et de tous les autres phénomènes physiques de l'émotion amoureuse soudaine. La présence de la personne aimée et désirée renouvelle les décharges hormonales, mais au fil du temps - certaines études disent de six mois à deux ans, une autre précise 317 jours et demi - avec la répétition, les glandes endocrines diminuent leurs sécrétions. Moins excité, moins troublé par la présence de l'autre devenue habituelle, le cerveau des émotions réagit de plus en plus faiblement. Le désir disparaît, l'excitation sexuelle s'amenuise, c'est le phénomène de la routine. Nous le verrons par la suite, dans la partie " le carburant métaphysique ", que ce fait peut ne pas être une fatalité.

Une étude réalisée par les scientifiques Andreas Bartels et Semir Zeki du Collège universitaire de Londres a permis, selon leurs allégations, de déterminer que le sentiment amoureux correspond à un type particulier d'activité cérébrale localisée. Pour réaliser ce projet, ils ont recruté 17 volontaires répartis de la manière suivante : 11 femmes et 6 hommes. Le critère de sélection était que tous devaient être follement amoureux. Après avoir utilisé un détecteur de mensonge pour vérifier les émotions des amoureux " autoproclamés ", dans la foulée l'équipe a montré des photos de l'être aimé et celles d'un(e) ami(e) du même sexe que leur partenaire. Alors que les photos des amis(es) n'ont provoqué aucun effet sensible, la vision de leur conjoint a activé quatre parties du cerveau inactive lors de l'examen précédent. Ces zones encéphaliques sont les mêmes que celles qui sont actives dans les états d'euphorie générés par des substances psychoactives comme la cocaïne. Les expériences limitées en nombre n'ont pas permis de noter de différences significatives entre les réactions féminines et masculines.

Deux autres études, intéressantes à reprendre ici, ont montré les liens entre la perception visuelle et l'excitation sexuelle. La première a analysé les réactions de 9 hommes hétérosexuels âgés de 21 à 39 ans aux projections successives de six vidéos silencieuses de trois minutes chacune allant d'un documentaire humoristique à des images féminines graduellement suggestives jusqu'à la projection finale d'actes sexuels. Il a été demandé aux participants de noter leur niveau d'excitation sexuelle en réponse à chaque vidéo sur une échelle graduée de 1 (très faible) à 9 (très forte). Durant cette expérience, des enregistrements de l'activité cérébrale, du pouls, de la tension artérielle et du degré d'érection ont été effectués. Ce sont des zones particulièrement profondes et centrales du cerveau qui ont particulièrement réagi et ceci dans les deux hémisphères. Elles ont pour nom claustrum, putamen et cortex cingulaire antérieur. Les réponses aux stimuli visuels sexuels se sont déroulées en corrélation avec le degré d'excitation sexuelle perçu et avec les autres indicateurs. Quant aux régions désactivées par les stimuli sexuels, elles se situent surtout dans les lobes temporaux et plus superficiellement au niveau du cortex. Il faut tout de même noter que les stimulations sensorielles ne conduisent pas forcément au passage à l'acte. Celui-ci dépend parallèlement à d'autres facteurs comme l'intervention des décisions du cerveau logique et des émotions générées par le système limbique.

La seconde étude est toute récente, elle a été effectuée en Hollande. On a demandé à des femmes de regarder de petits films très érotiques dans une pièce isolée. En même temps, on a mesuré à l'aide d'un système lumineux complexe le niveau d'irrigation sanguine du vagin de chacune de ces femmes. Le résultat est catégorique : toutes les femmes ont un niveau d'irrigation sanguin augmenté à la vue de scènes érotiques et ceci, quel que soit leur degré d'appréciation, de répugnance ou d'indifférence. Les femmes ne sont pas sensibles à cette réaction physiologique naturelle qu'elles ne perçoivent pas. Il y aurait fort à parier que cette réaction est une réponse du cerveau primitif aux stimuli visuels sexuels, et que le contrôle des parties supérieures de l'encéphale réduit cette conséquence à néant au niveau conscient.

##### *5) Neurobiologie amoureuse ou les sentiments du corps*

Le cerveau commande les glandes endocrines (hypophyse, hypothalamus...) et exocrines (glandes sébacées, mammaires...) qui produisent les hormones et les phéromones nécessaires à la vie amoureuse et sexuelle. Les cellules nerveuses encéphaliques utilisent des neurotransmissions synaptiques de type chimique. L'encéphale diffuse des substances endogènes neuroactives comme les neurotransmetteurs (neurorégulateurs et neuromodulateurs) parmi lesquels nous trouvons principalement les monoamines (dopamine, noradrénaline, sérotonine), mais aussi les aminoacides (glycine, taurine, acétylcholine...), les neurohormones hypothalamiques (TRH, somatostatine, ocytocine, vasopressine et LH-RH), les neuropeptides hypophysaires (ACTH, GH, PRL et TSH). Quoiqu'elles interagissent entre elles, certaines hormones jouent des rôles particuliers remarquables et définis.

Nous allons faire ici une liste explicative des principales substances actives dans le protocole amoureux :

- La follilibrine (LH-RH ou GnRH) est un décapeptide isolé dans l'hypothalamus qui provoque l'émission de l'hormone lutéinisante (LH) par le lobe antérieur de l'hypophyse. Elle est responsable de l'enclenchement de l'ovulation quand son niveau de concentration excède un certain dosage et stimule la sécrétion endocrine d'estradiol. La follilibrine permet aussi la libération de la lulibrine, un messenger polypeptidique que l'on trouve dans les cellules nerveuses du ganglion sympathique qui innerve les organes de la reproduction. L'estradiol et la lulibrine participent à l'établissement d'un comportement sexuel et de la lordose d'accouplement (chez certains mammifères quadrupèdes).
- L'ocytocine est considérée comme une des principale hormone de l'amour. Cette neurohormone, synthétisée par l'hypothalamus et transmise par les fibres nerveuses à l'hypophyse postérieure, intervient dans de nombreux mécanismes liés à la reproduction et à l'enfantement. Les cris de son petit et le contact avec celui-ci augmentent progressivement le taux d'ocytocine de la mère. Elle encourage les contractions pendant l'accouchement, incite, en durcissant les tétons, à l'éjection du lait, provoque les contractions de l'utérus qui arrêtent les saignements et détachent le placenta. Ce neurotransmetteur assure, comme nous l'avons vu précédemment, la liaison avec les centres limbiques (hypothalamus, hypophyse) intervenant dans la création et la modulation des sentiments. Il stimule les muscles lisses et sensibilise les nerfs, et plus l'excitation est grande, plus le taux d'ocytocine sécrétée est élevé. Cette hormone, reine du câlin, permet chez les adultes de susciter un éveil sexuel qui conduit les amants à se lover et augmente le plaisir pendant qu'ils font l'amour par l'embrasement des nerfs des parties génitales jusqu'à l'orgasme.

La production d'ocytocine – et c'est en cela qu'elle diffère des autres hormones – peut avoir des causes aussi bien physiques qu'émotionnelles : un regard, le son d'une voix, un geste, un léger contact, comme toutes imageries fantasmagoriques peuvent suffire à la déclencher. Les femmes répondent mieux aux effets émotionnels de l'ocytocine, sans doute en raison du rôle de cette hormone dans la maternité. D'ailleurs, les femmes qui ont accouché naturellement disent parfois avoir connu une sorte d'orgasme pendant la naissance de leur enfant. Certaines femmes qui ne connaissaient pas l'orgasme ont trouvé plus facile d'y parvenir après avoir enfanté, et plus le nombre de couches est important, plus l'accès à l'orgasme est facile. La sécrétion d'ocytocine pendant l'accouchement et l'allaitement vient à bout de leur blocage sexuel.

Chez les hommes, le taux d'ocytocine est cinq fois supérieur à la normale lors de l'orgasme, mais une étude de l'Université de Stanford a montré que chez les femmes, le taux d'ocytocine pendant l'Amour est encore plus élevé que chez l'homme. En revanche, il faut plus d'ocytocine aux femmes pour atteindre l'orgasme, mais elles ont l'avantage (veinardes), quand elles sont submergées par l'hormone de pouvoir avoir des orgasmes locaux et même de tout le corps.

- La vasopressine est un neurotransmetteur proche de l'ocytocine qui se fixe sur les mêmes récepteurs. La vasopressine est davantage associée à l'excitation, l'agressivité et la défense du territoire contre l'envahisseur et joue un rôle dans le comportement conditionné d'évitement contrairement à de l'ocytocine notamment. En revanche, associées, les deux hormones permettent le rétablissement optimal des connections neuronales affectées par le stress. Lorsqu'elles agissent ensemble, la sociabilité est améliorée. La vasopressine est active dans le choix d'un partenaire et pourrait être un facteur essentiel dans le comportement de l'union monogame. Sous l'influence androgène de la testostérone, le taux de vasopressine peut croître.

Le système parasympathique qui favorise la sécrétion de cyprine chez la femme et l'érection chez l'homme est activé par l'ocytocine alors que la vasopressine agit sur le système sympathique, qui lui favorise l'orgasme de la femme et l'éjaculation de l'homme. Les deux molécules hormonales sont capables de modifier la vitesse d'activation de certains neurones et les anomalies de leurs taux peuvent fabriquer un cerveau différent avant même la naissance d'un enfant. Une différence qui pourra se traduire par une diminution ultérieure de la sensibilité et de la sociabilité.

- La sérotonine est une hormone monoamine qui induit la sécrétion des tropines hypophysaires, en particulier une hormone découverte assez récemment : la prolactine qui intervient dans la production de lait. Celle-ci modifie, quand elle est surproduite, les capacités sexuelles. Lorsque un être nous manque (tout est dépeuplé) c'est en conséquence d'une baisse de nos réserves de sérotonine due aux souffrances opérées par le sentiment insupportable de la séparation. Nous devenons dépendants de l'autre par addiction à ce neuromédiateur. Quand les taux de sérotonines sont faibles, nous sommes moins enclins à l'attachement émotionnel, à la sociabilité et à la gentillesse, mais aussi au toucher et aux caresses. En revanche, quand ils sont élevés, nous nous sentons apaisés, détendus, reposés ; nos croissances et nos guérisons sont améliorées. De même, nos démonstrations d'affection et d'attachement sont proportionnellement augmentées. La sérotonine est parfois sécrétée simultanément avec l'ocytocine, agissant de concert pour refouler la souffrance.
- La phényléthylamine (PEA) est une amphétamine encéphalique naturelle. Lorsque deux personnes éprouvent une attirance mutuelle, les corps frissonnent sous un jaillissement de la PEA. Cette molécule précipite un flot d'informations neuronales entre les cellules nerveuses. Le cerveau sous son emprise entre dans une sorte de frénésie qui rend les amants euphoriques, optimistes, pleins d'énergie, moins dépendants du sommeil et de la faim. La PEA intervient dans le " coup de foudre " et les sensations d'allégresse, d'exultation et d'exaltation qui font dire à ses " victimes " qu'elles sont tombées amoureuses. Ce qui parfois peut créer une addiction inconsciente à cette réaction hormonale. La phényléthylamine, qui agit comme une drogue, peut provoquer une dépendance aux états

physiques et psychologiques qu'elle engendre. Ainsi certaines personnes choisissent subconsciemment un partenaire qui ne leur convient pas, ou elles se trompent aveuglement sur les intentions amoureuses et les sentiments de l'être choisi. Un comportement cyclique se met en place, un coup de foudre lance le mouvement en plaçant la personne dans un océan d'Amour dévastateur qui bientôt sera suivi par une prise de conscience amenant à la rupture qui elle-même place le sujet dans une dépression. Pour se sortir de cette étape douloureuse, la personne recherche rapidement à tomber en Amour. Ces " accros de la séduction " cherchent en fait à renouveler leur dose d'amphétamines naturelles qui leur font perdre la tête en faisant se succéder les rencontres et les relations amoureuses.

- Les endorphines (morphine endogène) sont des hormones opiacées secrétées par l'hypothalamus qui présentent des propriétés antalgiques. Les endorphines tendent à apaiser le fougueux et irraisonné volcanisme sentimental de la passion. Elles procurent calme et sérénité en participant à la mise en place d'un climat interne de détente, de stabilité et de tranquillité.
- Les œstrogènes, principalement l'œstradiol et œstriol sécrétés par les ovaires et les androgènes, principalement la testostérone et la progestérone sécrétés par les testicules, participent très largement aux mécanismes de la sexualité, notamment chez les adolescents. Nous savons que ces hormones sont responsables de l'apparition des pulsions sexuelles au cours de cette période de croissance pour les deux sexes. Les recherches montrent que si un taux minimum de testostérone est requis pour ressentir du désir, un taux supérieur ne l'augmente pas. En revanche un apport de l'hormone en cas d'insuffisance permet de retrouver ses fantasmes et de faire à nouveau des rêves érotiques.

## **2/ LA NOURRITURE DE L'AMOUR: *Le carburant métaphysique***

### ***a) L'attachement ou les sentiments du cœur***

- La théorie de Bowlby :

Indépendamment des conceptions psychanalytiques, Bowlby (1958 à 1980) définit l'attachement comme un système primaire spécifique présent dès la naissance avec des caractéristiques propres à l'espèce. Il conçoit que tous les comportements du nouveau-né, qui ont pour conséquence et fonction d'induire et de maintenir la proximité ou le contact avec la mère ou un substitut maternel de remplacement, sont des comportements d'attachement. Toutes les manifestations comportementales présentes à la naissance, innées, comme les pleurs, le sourire, la succion, l'agrippement, le babil, etc, mettent en place des liens interpersonnels.

· Enquête théorique :

L'attachement infantile créerait un style d'Amour se reproduisant dans la relation amoureuse adulte. Trois comportements amoureux adultes dérivent de trois types d'attachements.

a) Les amoureux " *sécurés* " : Ces personnalités ont la capacité aisée d'être proches de leurs partenaires, d'être à l'aise avec l'interdépendance ; ils ne vivent pas dans la peur d'être abandonnés ou de l'intimité. Cette catégorie a été choisie par 53% des sujets étudiés.

b) Les amoureux " *évitants* " : Ces personnalités ne sont pas à l'aise avec l'intimité. Ils ne supportent pas qu'un partenaire recherche une trop grande proximité. Ils trouvent que leurs partenaires veulent trop se rapprocher. Cette catégorie a été choisie par 26% des sujets étudiés.

c) Les amoureux " *anxieux/ambivalents* " : Ces personnalités cherchent avant tout la fusion. Ils souhaitent plus d'intimité, de proximité avec leurs partenaires. Ils éprouvent le sentiment de ne pas être aimé et pensent qu'ils vont être quittés. Cette catégorie a été choisie par 20% des sujets étudiés.

· Théorie personnelle :

Bien avant notre naissance officielle apparaissent les prémices des liens qui nous unissent aux autres. Baignés dans la douce protection du liquide amniotique, nous croissons, poisons, nourris par notre attache ombilicale, notre premier lien maternel. Ce cordon, pipeline, véhicule les nourritures nécessaires à notre création et notre évolution mais malheureusement aussi, les substances nocives ingérées par notre mère. Les apports, indispensables ou non, des éléments qui alimentent nos besoins génétiques de croître sont acheminés dans le sens unique de la mère vers le fœtus. Cette relation privilégiée crée les dépendances substantielles vitales aux apports de l'autre : la rompre, c'est mourir. Ce lien physique in utero est le socle fondamental de l'attachement psychologique entre les êtres vivants. Sur ce socle primaire, viennent s'étayer les conditions environnementales qui permettent normalement de favoriser le développement du lien.

Pendant cette période d'immersion complète dans la poche aquatique, l'une des premières conditions est la découverte, avec bonheur et délectation, en déglutissant, du goût de notre mère. Cette capacité est due au fait que la gorge du fœtus est couverte de bourgeons gustato-olfactifs et à la liaison non vicariante mais associative et complétive du goût et de l'odorat.. Ce comportement n'est pas anodin, il conditionne par anticipation la reconnaissance future de l'odeur unique maternelle. Notre croissance intra-utérine achevée, des forces inscrites commandées par d'impérieux besoins génétiques tant chez la mère (contractions utérines) que l'enfant (frénésie d'expulsion) favorisent notre sortie du bassin originel vers un monde nouveau. Imaginons le choc pour le naissant : partir d'un univers protecteur, chaud, nourrissant, où les sons sont atténués et doux, où les secousses sont amorties, souffrir le passage et découvrir un monde hostile où tout est agression, sentir le froid, la force des sons, l'odeur des éthers et malheureusement dans notre culture, les rituels coups que l'on assène au nouveau-né

pour obtenir son premier cri. Cette violence marque à tout jamais son être dans ses rapports aux autres et à lui-même.

Des études sur la reconstruction de l'archaïsme ont montré que si l'on procède à la section du cordon ombilical avant même la première respiration naturelle de l'enfant, celui-ci, devenu adulte, n'accède pas à la maturité et à la liberté d'invasion orgasmique, quelle que soit son évolution sexuelle ontogénique. Nous précisons aussi que les difficultés de passage sont indispensables car elles sont à l'origine de la production des catécholamines nécessaires (adrénaline, noradrénaline, dopamine...) à la survie de l'enfant dans le nouveau monde, en lui procurant des capacités de résistances (au froid par exemple). Les enfants nés par césarienne ne produisent pas et n'apprennent pas à produire ces catécholamines indispensables à la genèse salutaire de mécanismes biologiques d'autoconservation et de circulations énergétiques. Ils sont, pour cette raison, moins résistants et souffrent par la suite de difficultés à l'accession orgasmique. Les enfants nés avec des difficultés (sièges, cordon autour du cou...) ont des taux de catécholamines énormes en comparaison aux enfants nés normalement. Cependant ces taux nettement plus élevés ne leur octroient pas de résistances et de capacités de survie particulières ou supérieures aux enfants nés normalement. D'ailleurs, au bout de deux heures, les taux de catécholamines de tous les nouveaux-nés sont revenus presque à zéro.

Les mécanismes de l'attachement se poursuivent lors de l'étape suivant l'immédiate naissance. Cette étape primordiale s'initialise principalement par trois facteurs concomitants : la vue et le duo goût-odorat. C'est la théorie de l'empreinte (imprinting). Cette théorie corroborée par de multiples chercheurs (Heinroth, 1910 ; Lorenz, 1935-1937 ; Harlow, 1958-1959 ; Levinson, 1972 ; Karsh et Turner, 1987) met en évidence les liens qui se créent et se nouent entre le bébé et sa mère ou le substitut de sa mère, à partir de la naissance. Au premier stade, l'enfant pour compenser les effets du chaos de la naissance a besoin de la douce protection (chaleur, nourriture) du seul lien qu'il a toujours connu, celui de sa mère, ou à défaut, d'une mère de substitution. Ce moment caractéristique de l'enfement impose le respect de certaines règles de réassurance pour l'enfant déconnecté. C'est ce qu'on appelle le bonding, la mise en contact peau à peau de l'enfant et de la mère le plus rapidement possible et pendant une durée suffisamment longue. Quand il s'agit de sa mère biologique, il en reconnaît immédiatement l'odeur par rappel du goût amniotique au premier contact externe. La chaleur retrouvée, l'odeur reconnue réconfortent et apaisent le nourrisson qui retrouve les sensations du bonheur utérin. Plus tard, quand il associe l'odeur de sa mère au goût du lait maternel, l'attachement nourricier se perpétue et le processus d'attachement se renforce chez l'enfant naturellement. Psychologiquement se met en place la reconnaissance du besoin de liaisons protectrices et vitales. L'attachement s'inscrit comme un besoin naturel de liaisons. Les capacités d'adaptation étonnantes de nouveau-né lui permettent de substituer la mère originaire par une autre mère. Si celle-ci est normalement protectrice et nourricière, la substitution n'engendre pas de trauma psychologique majeur. Nous comprenons par ces mécanismes que, dès lors qu'un enfant est nié, rejeté ou détruit par une mère toxique, abandonnique, les conséquences sur le psychisme de celui-ci sont des plus graves et profondes puisque ces mécanismes tendent à désagréger les pulsions de vie

originaires. Privés des liens sains archaïques, détachés de l'autre, l'enfant " errent " dans son monde froid proche du néant psychique, ce qui le protège du monde réel hostile et perçu comme tel. Les tendances psychotiques caractérisent les défenses mises en places. Nous pourrions même nous demander si le terme " aliéné " -originaire de l'expression latine mentem alienare (ôter la raison) - qui veut dire malade mental dont l'état justifie l'internement ne trouve pas sa justification dans la privation de lien (a privatif et lien : aliéné, privé de lien).

Maintenant intégrés par la psyché, les mécanismes de l'attachement se perpétuent tout au long de l'évolution ontologique humaine. L'attachement objectal primaire peut s'étendre à n'importe quel objet de son choix. À la période de la triangulation œdipienne se joue une étape psychologique supplémentaire importante. C'est le détachement des filles de leur mère pour aller vers leur père. Celui-ci s'opère par le complexe de castration féminin qui amène la petite fille à accepter son manque pénien (féminité) et à désirer le pénis paternel (féminité). Cette étape ne se produit pas pour les garçons qui restent fidèles à leur premier amour : leur mère. Pour compenser, les garçons opèrent une identification comportementale au père référent (masculinité) tout en se plaçant comme rival de celui-ci (masculinité) dans leurs tentatives de séduction de leur mère. Une différence majeure s'inscrit dès lors dans la psychologie de chacun des deux sexes. Pour les filles, nous trouvons Attachement/Détachement œdipien et pour les garçons Attachement/renforcement. Ces derniers, plus tardifs, découvriront à partir de l'adolescence, lors de leur première rencontre amoureuse, le détachement (de leur mère). Dans les cas d'œdipes réalisés, les filles comme les garçons finissent par accepter qu'ils ne posséderont jamais sexuellement le parent de sexe opposé, le père pour la fille, la mère pour le fils. Globalement, l'enfant ressent de l'attachement, souvent très fort, pour les êtres qui l'entourent, ce qui est toujours assimilé à de l'Amour. En fait, il n'en est rien. C'est par le processus primordial de l'acquisition de la capacité à se reproduire à l'adolescence que l'attachement peut se transformer en Amour et ceci pour les deux sexes. La confusion entre l'Amour et l'attachement est entretenue par le vocable limitatif « aimer » qui ne permet pas de distinction évidente. Si vous entendez :« j'aime cette personne », vous ne pouvez pas savoir s'il s'agit d'un simple attachement ou de l'amour ou les deux à la fois. Les pouvoirs politico-religieux ont intérêt à cette limitation du mot « aimer » car il est à l'origine de notre conception du couple comme base fondatrice de la société : LA FAMILLE NOMINATIVE ! Comment pourrait on gérer une société humaine basée sur la liberté des pulsions sexuelles ? Mais pourquoi vouloir gérer, si ce n'est pour asseoir son pouvoir ?

Passé ce dernier stade, nous pouvons alors nous attacher à une autre personne sans l'aimer (relation familiale, amicale), aimer une personne sans s'attacher (relation de reproduction, sexuée) et bien sûr, s'attacher à une personne que l'on aime ou aimer une personne à qui nous nous sommes attaché (relation durable, Amour mature). L'Amour peut naître instantanément au contraire de l'attachement qui se crée progressivement. Dans de nombreux cas de relations adultes, l'attachement, qui n'est en fait qu'un besoin de lien psychologique et un instinct de conservation de soi-même, est confondu avec l'Amour, qui lui n'est qu'un instinct de reproduction et de conservation de l'espèce. Cette dualité

d'instincts antithétiques se pose à l'origine des pulsions de vie " Eros " opposées aux pulsions de mort " Thanatos " (théorie freudienne).

Les sentiments d'attachement sont plus durables que les sentiments amoureux qui, s'ils ne sont pas ou peu entretenus, par leurs caractères évanescents, disparaissent lentement. Cela est dû au fait que l'attachement est un comportement résultant de la psychogenèse et de la sociogenèse individuelle, et par là-même c'est un besoin inscrit au plus profond de l'être. L'Amour qui s'instaure sous l'effet, toujours suractivé, d'hormones produites en surabondance par notre cerveau, s'amenuise parallèlement à la diminution du taux de celles-ci. Les femmes battues sont un exemple précis d'attachement pathologique. Il faut parfois que la violence borde plusieurs fois l'ère de thanatos avant que la victime ne décide réellement de ne plus être victime et de se séparer de son bourreau. En général, dans les relations humaines, les liens sont trop souvent des chaînes et l'attachement de structure névrotique.

### ***b) La fusion spirituelle ou les sentiments de l'esprits***

Qu'en est-il des couples qui résistent et perdurent au delà du retour à la normalité hormonale ou qui recréent cycliquement, périodiquement, les conditions neurobiologiques de la rencontre initiale ? Il semble qu'il faille, pour que cela soit possible, que certains critères soient présent dès le départ d'une relation ou mis en place rapidement. Ceux-ci doivent accompagner la foudre amoureuse pour assurer la pérennité du couple bien après l'évanescence disparition du béguin initial. Ces critères s'articulent autour du respect de notre partenaire dans ses besoins de liberté, de réalisation, de soutien, de proximité et de distance, et enfin de satisfaction affective et sexuelle. L'équilibre, variable et instable, dépendant d'événements externes au couple, est toujours fragile et, seule la communication, tant dans l'expression positive de nos doutes, doléances et autres états d'âme que dans l'écoute attentive des arguments de l'autre, permet de le maintenir avec constance. Le dialogue doit s'imposer comme une arme de compréhension (ouverture d'esprit, apprentissage...) et surtout pas comme une arme de combat (manipulation, domination, agression...). Dès lors qu'un couple né d'une impulsion d'Amour crée ce climat de compréhension réciproque, la durée devient possible. Il reste cependant un grand danger pour un tel couple, celui d'une relation construite autour d'autosatisfactions névrotiques. Que l'un de ses membre abandonne ou change de névrose et l'équilibre se rompt.

Quand le choix de notre partenaire est indépendant de nos névroses, de nos manques à combler, de nos blessures à soigner, quand nous n'avons plus besoin de l'autre dans une quelconque dépendance névrotique, quand nos liens avec l'autre ne sont plus toxiques, nous sommes alors devenus matures. Nous pouvons nous attacher à l'être de notre choix et l'aimer librement et spirituellement. Cette vision est idyllique et peu de personnes ont accès à cette totale liberté et ceux qui la possèdent ont pour la plupart effectué un travail sur eux-mêmes, souvent pendant de longues années. La joie profonde de vivre, reflet d'un libre épanouissement personnel, ne s'acquiert qu'en se libérant des entraves que les sociétés humaines ont mises en place au travers des croyances religieuses, mythologiques, éducatives et en redécouvrant nos énergies internes et spirituelles qui permettent de se détacher de

nos peurs, de nos colères et de nos tristesses enfouies dans notre inconscient, mental et corporel. Parmi les méthodes de compréhension et de libérations psycho-corporelles, le Tao, ou plutôt les Taos sont des sciences chinoises de la vie qui enseignent à ses pratiquants l'art de la sagesse infinie. Le taoïsme qui comprend huit disciplines (le Tao de la philosophie, de la revitalisation, de l'alimentation équilibrée, des aliments oubliés, de l'art de la guérison, de la sagesse sexuelle, de la maîtrise parfaite et du succès) est une recherche de la sagesse spirituelle et de la longévité heureuse et saine (immortalité).

Le Tantra, d'origine indoue, invite ses adeptes à trouver au travers de l'incorporation spirituelle de divinités mâles et femelles et par la pratique régulière de rites de possession et de transe, les voix intégratives de la dualité pour aboutir à l'intégration intérieure. Le chemin initiatique commence par un long nettoyage émotionnel avec pratiques strictes de rencontres et de pénétrations. Ces pratiques doivent permettre aux initiés de se libérer de toutes leurs peurs inconscientes en revivant, une à une, toutes les douleurs et violences infantiles vécues.

Les thérapies bioénergétiques d'influence loweniënnne, en utilisant la mémoire du corps et des énergies corporelles (tensions corporelles), permettent de retrouver la joie profonde de vivre auparavant asphyxiée. Comme pour le tantra, c'est l'évacuation lente et progressive des émotions négatives infantiles enkystées dans le corps qui autorise l'accession à cette joie naturelle oubliée de vivre.

Cette liste n'est pas exhaustive car toutes les thérapies, qui permettent l'accession à une totale liberté personnelle mais aussi de connaître et de reconnaître l'Amour de soi et en soi et l'Amour des autres et pour les autres, sont des bonnes solutions. Celles-ci offrent à tout à chacun les chemins de la spiritualité individuelle. Dans ces dimensions, l'Amour devient une fusion spirituelle entre deux êtres libres. Il se sublime par le respect interpersonnel absolu des besoins physiologiques, affectifs, érotiques (sensuels et sexuels), de réalisation personnelle et d'indépendance de l'autre. La jalousie, la peur de l'abandon, de ne pas être aimé, mais aussi la peur d'aimer ne sont plus que de lointains sentiments aliénants. L'infidélité n'est plus un problème ; la fidélité s'impose d'elle même ; l'homme ne cherche plus à séduire sa maman (Attachement/renforcement comme vu précédemment) ou à retrouver sa protection bienveillante. La femme épanouie dans sa relation amoureuse et sexuelle ne cherche pas à trouver le bonheur ailleurs. L'un et l'autre d'ailleurs, n'y pensent même pas, et idéalement n'en ressentent pas le besoin.

### **3/ CONCLUSION DE LA DEUXIEME PARTIE**

L'Amour est donc, si nous synthétisons notre étude, un " mixage multifactoriel ". Il est le résultat de mécanismes psychologiques, résurgences d'impressions (appréciations) et d'attachements infantiles ; de productions réactives neuro-endocrino-biologiques qui inondent notre corps et shootent notre esprit ; et enfin, de spiritualités métapsychologiques qui propulsent les amoureux au sommet de la pyramide des Amours. Pour reprendre l'image du moteur biologique et du carburant métaphysique, nous avons

donc, lors de la rencontre, deux individus qui possèdent déjà en eux la cartographie psycho-corporelle de l'autre. À ce stade, la reconnaissance du partenaire pré-conscientisé démarre le moteur biologique qui, suralimenté dans l'instant, s'emballe. Le corps et l'esprit, submergés par les invasions morphiniques et autres amphétamines, ne sentent plus la faim ni la fatigue. Une joie profonde irradie les regards empreints d'un intérêt remarquable. Durant cette période, chacun pourra remarquer l'attrait que lui porte l'autre à la taille de ses pupilles. Ainsi Messieurs, vous pourrez vérifier votre capacité de séduction, car dans la clarté du jour, quand ces dames vous apprécient, la corolle irisée de leur yeux laisse place à une large prunelle sombre, tout en gardant un éclat lumineux. Léger, votre cœur sustenté d'allégresses se nourrit des vertus qu'il attribue. Les modes d'expression habituels sont remisés, l'homme et la femme se parent d'atours et d'appareils qui enjolivent le réel. S'écoulent les jours et les mois, les drogues naturelles agissent de moins en moins, puis n'agissent plus. Le quotidien s'ancre dans la réalité et active un retour progressif des usages de chacun. Ce qui n'était pas visible ou important, au début de la relation, pèse aujourd'hui sur la tolérance de l'un et l'autre. Une rupture s'amorce si rien n'est fait pour contrer cette irrémédiable conclusion. Seuls des compromis et des interactions équilibrés et prégnants d'intercompréhension, vectorisés par une communication saine, favorisent la durabilité heureuse et épanouie d'un couple. Les besoins et/ou les peurs peuvent aussi permettre à un couple de durer, mais stérilisent les possibilités de la joie de vivre ou tout simplement du bonheur d'être dans la relation.

Les ruptures ne manquent pas d'arriver si l'on en juge par le nombre de cas de divorces en constante augmentation et par le non moins croissant nombre de célibataires (divorcés, jamais mariés, ex-concubins ou pacsés, etc.). Aujourd'hui les rencontres et les séparations sont très nombreuses, ce qui caractérise notre époque. La plus grande autonomie féminine explique en partie ce phénomène. Moins dépendantes financièrement de la gente masculine, les femmes s'émancipent à leur guise, obligeant du coup les hommes à respecter et à être plus en accord avec les besoins féminins. Cette période transitoire fait que les hommes auparavant " machos " sont maintenant devenus " paumés ". Il faudra encore quelques générations pour que les hommes nés de ces nouvelles femmes se soient adaptés à cette nouvelle donne. Les comportements amoureux dépendent en grande partie des usages d'une société. Le rééquilibrage progressif récent des droits de la femme et l'acceptation intégrative des droits des homosexuels, modifie incontestablement les rapports entre les individus et notamment les rapports amoureux. Encore confronté à d'anciennes valeurs, d'anciennes croyances, au poids des traditions ataviques, cette mutation comportementale laisse en souffrance ceux qui ne veulent pas ou qui ne peuvent pas s'adapter aux nouvelles normes sociétales. Le miracle de l'Amour moderne a ses victimes, le couple en est une.

Les sites de rencontres via Internet témoignent du comportement de millions de nos contemporains. Nos sociétés axées sur la consommation comme passage obligé du progrès incitent les personnes à se consommer entre elles. Nous choisissons notre partenaire selon des critères prédéfinis et sur photo, comme nous pourrions choisir un objet dans un quelconque catalogue pour se l'offrir, juste pour contenter nos désirs. Nos désirs de réaliser le rêve absolu du couple réussi (plutôt féminin) ou

encore de copulation (plutôt masculin). En fait les désirs de contenter nos besoins sous-jacents de reproduction et ceux de rompre avec l'isolement et la solitude ou de se sécuriser face aux rudesses de la vie. Cette sélection virtuelle affinée favorise les choix névrotiques et évidemment l'illusion fonctionne le temps du mirage ( " mariage ") biologique. Bientôt les désillusions claironnent et annoncent la fin proche, souvent douloureuse, de la relation. La consommation impose une nouvelle recherche apaisante. Vos tolérances se limitent. L'idée inconsciente qu'un " produit " de qualité supérieure, un partenaire plus idéal vous attend, vous incite à multiplier les contacts tout en augmentant vos exigences. La société économique moderne fondée sur le matérialisme crée un modèle amoureux identique à ses valeurs.

Pour qui en a ressenti les délices, l'Amour est l'ultime allégresse, une joie à la vie intense, la voix de l'éternité. Sur les chemins sinueux du merveilleux sentiment se dressent bien souvent des obstacles qui limitent ou même anéantissent son développement. Heureux ceux qui les contournent invariablement, progressant ainsi vers une union spirituelle des cœurs, des esprits et des corps. Malheureux, ceux qui buttent inlassablement sur ces obstacles, souffrant toutes les insupportables douleurs de l'être. Notre rôle en tant que thérapeute est d'aider le patient à percevoir, à comprendre et enfin à dépasser les obstacles qui minent et empêchent son évolution personnelle vers le (son) bonheur.

#### Bibliographie

Auteurs Anonymes, " Ces hormones qui nous gouvernent ", Bibliothèque pour la science, Diffusion Belin, 1989.

Auteurs multiples, " Le processus de changement en thérapie ", Edition la Louvière, 1991.

" Le couple et son désir ", Edition la Louvière, 1992.

" Les fantasmes ", Edition la Louvière, 1992.

" Le choc des émotions ", Edition la Louvière, 1993.

" L'énigme du masochisme ", Presse Universitaire de France, 2000.

" La psychanalyse ", Encyclopoche Larousse, 1976.

" Le dialogue Klein-Lacan ", Edition In Press, 2001.

AUGUSTIN D'HIPPONE, " In éthique à Nicomaque " Edition de poche, 1988.

ABRAHAM G. & MARRAMA P. & CARRANI C. & GAILLARD J-M., " Psychoneuro-endocrinologie du plaisir ", Simep, 1985.

ACKERMAN D., " Le livre de l'amour ", Grasset, 1995

ANAND M., " L'art de l'extase sexuelle ", Trédaniel, 1992.

BENSAID C. " Histoires d'amours, histoire d'aimer ", Robert Laffont, 1996.

BUREAU J., " Intérêt sexuel ou désir érotique ", Médecine et Hygiène, 1975.

COMTE-SPONVILLE, A., " Petit traité des grandes vertus ", PUF, 1995.

CREPAULT C., " La sexoanalyse ", Payot, 1997.

DIETRICH E., " Précis de Sexologie et de Sexopathologie ", L'Alpha Oméga Editions, 1998.

" Moi, mon couple et mon psy ", Jacques-Marie Laffont, 2003.

DOLTO F., " La sexualité féminine ", Gallimard, 1996.

DOUGLAS N. & SLINGER P., " Les secrets de l'extase ", France Amérique, 1984.

DOUGLAS N., " How I came to know Kali ", Tantra The Magazine, 1994.

FISHER H., " Anatomy of love " ou " Histoire naturelle de l'amour ", Robert Laffont, 1992.

FITREMAN J-M. " ABC de la sexualité ", Grancher, 2002.

DE LA FOREST M. & DURAN D. & CORMAN A., " Fantômes ", Balland, 2003.

FREUD S., " Essais de psychanalyse ", Payot, 1985.

    " Trois essais sur la théorie de la sexualité ", O.C. Tome VI, PUF, 1988.

    " Totem et Tabou ", PUF, 1998.

    " Malaise dans la civilisation " PUF, 1998.

    " L'interprétation des rêves " O.C. Tome IV, PUF, 1988.

    " Au delà du principe de plaisir ", O.C. Tome XV, PUF, 1988.

    " Cinq leçons sur la psychanalyse " Payot, 1984.

GOLEMAN D., " L'intelligence émotionnelle 1 ", Robert Laffont, 1997.

GRUYER F. " Du bonheur sexuel ", Robert Laffont, 2000.

HEFEZ S., " La danse du couple " Hachette, 2002.

HIRIGOYEN M-F., " Le harcèlement moral ", La découverte & Syros, 1998.

HITE S., " Le nouveau rapport Hite " Robert Laffont, 1977 à 2002.

JUNG C. G., " La psychologie du transfère ", Albin Michel, 1980.

    " AÏON ", Albin Michel, 1983.

LAPLANCHE J. & PONTALIS J-B., " Fantôme originaire, fantôme des origines, origine du fantôme ", Hachette Pluriel, 1985. " Vocabulaire de la psychanalyse ", PUF/ Quadriga, 2002.

LEULEU G., " La fidélité et le couple ", Flammarion, 1999.

LORENZ K., " Trois essais sur le comportement animal et humain ", 1965.

LOWEN A., " La Bio-énergie ", Sand, 1978.

    " La spiritualité du corps. Pratique de la Bioénergie " Dangles, 1993.

    " La joie retrouvée ", Dangles, 1995.

MONTAGNIER H., " L'attachement, les débuts de la tendresse ", Odile Jacob, 1988.

NEUBURGER R. " Nouveaux couples ", Odile Jacob, 1997.

REINISH J. & BEASLEY R., " L'amour, le désir, le corps ", Robert Laffont, 1993.

NOZARE-AGA I., " Les manipulateurs et l'amour ", Les éditions de l'homme, 2000.

PASINI W., " Nourriture & Amour " Payot, 1994.

    " A quoi sert le couple ", Odile Jacob, 1996.

    " Le temps d'aimer ", Odile Jacob, 1997.

    " La force du désir ", Odile Jacob, 1997.

    " Les nouveaux comportement sexuels ", Odile Jacob, 2003.

REICH W., " La fonction de l'orgasme ", L'arche, 1970.

    " L'Irruption de la morale sexuelle ", Payot, 1981.

    " L'analyse caractérielle ", Payot, 1996.

SELLEM G., " Le guide de la sexualité masculine ", Editions Mazarine, 1999.

TORDJEMANN G., " Hypnosexe ", Payot, 2001.

T.CHANG S., " Le tao de la sexologie ", Louis Gérard, 1990.

#### Filmographie

DAY R., " La déesse de feu ", Film Britannique (Histoire de She et Leo), 1965.

#### Internet

**<http://www.elysees-monceau.com>**

<http://www.sospsy.com/salles.htm>

<http://www.doctissimo.fr/html/sante/sante.htm>

<http://www.aihus.org/pages/indexSom.html>

[http://www.espace-francophone.com/cadeaux-virtuels/1998\\_1999/amour.html](http://www.espace-francophone.com/cadeaux-virtuels/1998_1999/amour.html)

<http://science-univers.qc.ca/sexualite/23-definir.html>