



AMOUR SOYONS POLY

LE POLYAMOUR, C'EST AIMER PLUSIEURS PERSONNES À LA FOIS DANS LA PLUS GRANDE TRANSPARENCE. BIZARRERIE SENTIMENTALE OU CHOIX D'AVENIR ? ENQUÊTE SUR UN MODE DE VIE QUI PULVÉRISE LES NORMES.

PAR DANIELÉ GERKENS

Lola, 25 ans, aime Arthur, 28 ans, et vit avec lui. Mais Lola aime aussi Gaspard, 23 ans, tandis qu'Arthur passe parfois le week-end avec Esther, 30 ans. Esther, elle, vient en parallèle de craquer sur Benjamin, 29 ans, et Gaspard revoit parfois Marie, 26 ans, sa meilleure « amie-amante »... Inventant une nouvelle manière d'aimer, ces jeunes gens créent un réseau sentimental original, bien éloigné de la vision classique du couple rimant avec exclusivité sexuelle. Interrogés, ils réfutent tout militantisme. « Rien n'est volontaire, explique Lola. J'aime Arthur, c'est mon mec, mais ce serait dingue de refouler mes désirs. J'ai plusieurs amis, pourquoi ne pourrais-je pas avoir plusieurs amoureux ? » En effet, pourquoi ? Entre triomphe de l'individu, lutte contre l'érosion du désir, tentative d'aménagement de la « passion toujours », curiosité des corps et introspection, ces aventuriers de l'amour défrichent des territoires vierges. Le polyamour sera-t-il bientôt la norme ? Il ouvre en tout cas des perspectives inédites sur et sous la couette.

Un + un + un + un = moi... Le polyamour, c'est le droit de ne pas avoir à choisir entre plusieurs amours. S'il paraît moderne, ce concept n'est pas neuf. Dès les années 20, l'URSS balbutiante découvrait l'« amour camaraderie » opposé à la famille monogame capitaliste. Dans les décennies suivantes, les polyamoureux se font



PHÉNOMÈNE

rare, hormis quelques pionniers tels Jean-Paul Sartre et Simone de Beauvoir, avant les 70's qui verront éclore des communautés prônant l'amour libre. Après trois décennies de frilosité (merci le sida, le chômage et les crises), la fin des années 2010 voit réapparaître la tentation du polyamour. Certains vivent une histoire à trois, c'est-à-dire en « troupe », allant jusqu'à élever des enfants ensemble. D'autres inventent un équilibre, parfois précaire, à quatre, en « quadrouple », comme dans le film « Happy Few » d'Anthony Cordier. Les plus audacieux s'essaient à cinq, six ou sept... Ces nouvelles géométries sentimentales font même l'objet d'une série polyromantique, « You Me Her », sur Netflix, qui raconte les tribulations amoureuses d'un jeune couple et d'une escort girl. Comment y vient-on ? Pour Nadia, 25 ans, cela a toujours été une évidence. « Je ne me vois pas tout promettre à un seul être », dit-elle. En sus des jeunes désireux de tester des combinaisons sensuelles inattendues, nombreux sont les couples quarantennaires poly. « La gestion du désir est la grande question du couple, d'autant que jamais nous n'avons eu autant de temps à vivre ensemble. Or, ce désir s'étiole inmanquablement, et la vie à deux est frustrante par essence, car l'autre, au final, reste un étranger, analyse Fabienne Kraemer, psychanalyste (1). En répondant aux envies à court terme, le polyamour peut permettre de passer un cap. Pour éviter la rupture amoureuse, ce qui fait le plus souffrir aujourd'hui, certains aménagent ainsi le contrat initial. Reste que, en amour, plus on est de fous, moins on rit, et que cela ne changera rien à la "prison du couple". On repousse juste les murs. » Psychiatre, psychanalyste (SPP), spécialiste du couple et anthropologue, Eric Smadja (2) va plus loin, affirmant que « nos sociétés favorisent l'individualisme croissant, la mobilité, la centralité de la sexualité, l'accomplissement personnel, contribuant à rendre les couples instables, fragiles, polymorphes et exigeants. Les attentes à l'égard du partenaire devenant énormes, on est tenté de chercher hors de notre couple ce qui nous manque en termes de satisfaction de désirs et de besoins psychiques protecteurs. Ce qui correspond à une difficulté à renoncer à la toute-puissance infantile de nos désirs, toujours bien vivante en chacun des adultes ». Un point de vue que ne partagent pas les poly. « Le polyamour n'est pas une solution de facilité, affirme Jonas, 38 ans, polyamoureux depuis plus de dix ans. Cela demande de l'introspection, de l'honnêteté, de la lucidité, de la communication... »

Respect est le mot-clé des poly. Respect des autres, de leurs besoins, de leurs envies et de leurs sentiments. « On peut dire que les libertins s'interdisent de tomber amoureux des personnes avec lesquelles ils couchent, tandis que les poly s'interdisent de coucher avec les personnes pour lesquelles ils ne ressentent pas de sentiments forts », détaille Audren Le Rioual, mari trompé qui a viré poly et auteur du blog « Les fesses de la crémière » (3). Cela garantit-il l'absence de souffrance ? « Non. La grande différence, c'est qu'on s'efforce de ne pas faire souffrir les autres gratuitement et que, au lieu de prendre des décisions à l'emporte-pièce, on tient compte des besoins et des limites de chacun. » Contrairement à ce que peuvent laisser entendre les images de corps emmêlés, polyamour

ne rime pas avec partouze. « Le polyamour, ce n'est ni de l'échangisme ni du libertinage, martèle Franck, 48 ans. Et ça n'a rien de simple. Définir les modalités de fonctionnement de relations poly est ardu. Après vingt ans de vie commune, je me suis lancé en amour pour ma femme, qui s'ennuyait dans notre couple. On a tâtonné, on a défini un cahier des charges en s'inspirant des informations de polyamour.info, on participe à des cafés poly, on synchronise nos agendas avec l'appli The Poly Life... » Un mode d'emploi réinventé à chaque relation et qu'il faut mettre en œuvre dans une société oscillant entre incompréhension et rejet. « Cela nous a aidés à structurer les relations entre couple primaire, le nôtre, et couples secondaires. Mais le plus difficile a été de gérer la jalousie », concède Franck.

Peut-on « éteindre » la jalousie ? « J'avais beau savoir que Manuel m'aimait, l'imaginer dans les bras d'une autre m'horripait alors que c'était moi qui l'y avait poussé », raconte Estelle, 36 ans. Renaud, 42 ans, a ressenti la même chose. « Après que j'ai trompé Stéphanie, nous avons joué cartes sur table. On voulait que notre couple

perdure sur de nouvelles bases. On a opté pour un contrat poly. Reste que, lorsqu'elle a craqué pour Hugues, j'ai viré jaloux pathologique, en dépit de mes bonnes intentions et de sa transparence. » Catherine Millet, libertine revendiquée et auteure de « Jour de souffrance » (4), en sait quelque chose... Paradoxal ? « Contrairement aux apparences, le polyamour n'a rien de libre, juge Sophie Cadalen, psychanalyste (5). C'est un système ultra contraignant qui nécessite une analyse folle des rapports. Or l'emballage amoureux est, par essence, opposé au polyamour. Il balaie tout sur son passage et n'a que faire d'un cadre contrôlé. Vouloir soumettre les pulsions charnelles à un cadre élaboré est illusoire. » S'il est plus rigide qu'on ne le croit, le polyamour sauvera-t-il tout de même les couples ? Psychologue, sexologue, auteure de « Fragments d'un discours polyamoureux » (éd. Michalon), Magali Croset-Calisto déclare qu'« avec le polyamour, on pourrait rompre la litanie

mariage-divorce-mariage-divorce nourrie par le dépit, l'adultère et le mensonge ». Face à une société globalement réticente, les polyamoureux détiennent peut-être la martingale d'une vie de couple épanouie au long cours, comme l'expliquent Julia Kristeva et Philippe Sollers dans leur dernier ouvrage (6). Malgré un cadre, nécessaire à la vie ou aux relations à plusieurs, le polyamour aurait pour vertu de libérer l'homme comme la femme. « Un jour, j'ai réalisé que j'étais heureux quand ma copine s'épanouissait dans mes bras ou dans ceux d'un autre. Ça a provoqué un déclin. Je me suis libéré des normes patriarcales auxquelles je me référais de manière inconsciente », confesse David, 30 ans. Plus qu'une transformation des rapports sociaux, peut-être est-ce cela la véritable magie du polyamour : via le sexe, une véritable évolution des rapports de cœur. ■

1. Auteure de « 21 clés pour l'amour slow » (éd. Puf). 2. Auteur de « Couple et son histoire » (éd. Puf). 3. lesfessesdelacremiere.wordpress.com
4. Ed. Flammarion. 5. Auteure de « Vivre ses désirs, vite ! » (éd. Philippe Rey) et « Inventer son couple » (éd. Eyrolles). 6. « Du mariage considéré comme un des beaux-arts » (éd. Fayard).

