

Tomber amoureux

(Selon Scott Peck - *Le chemin le moins fréquenté*)

De toutes les idées fausses qui circulent à propos de l'amour, la plus répandue et la plus percutante, est que tomber amoureux, c'est l'amour ou, du moins, une manifestation de l'amour. Lorsqu'on tombe amoureux, on a tout de suite envie de dire : « Je l'aime. » Mais deux problèmes sautent aux yeux.

Le premier, c'est que **tomber amoureux est une expérience spécifiquement érotique**. Nous ne tombons pas amoureux de nos enfants, même si nous les aimons profondément - non plus que de nos amis du même sexe, même si nous nourrissons à leur égard des sentiments très affectueux. **Nous ne tombons amoureux que lorsque nous sommes, consciemment ou inconsciemment, sexuellement motivés.**

Le deuxième problème, c'est qu'être amoureux est **inévitablement temporaire : tôt ou tard, la passion s'éteint**. Cela ne veut pas toujours dire que nous cessons d'aimer, mais simplement que le sentiment d'amour extatique finit toujours par s'estomper. Invariablement, la lune de miel se termine, l'idylle se fane.

Pour comprendre le phénomène de la passion et son inévitable ternissement, il est nécessaire d'étudier la nature de ce que les psychiatres appellent **les frontières du moi**. On a pu établir que le nouveau-né, pendant les premiers mois de sa vie, ne peut faire la distinction entre lui-même et le reste de l'univers. Lorsqu'il remue un bras ou une jambe, le reste de l'univers remue, quand il a faim, le monde a faim. Lorsqu'il voit sa mère bouger, c'est comme s'il bougeait lui-même. Il ne sait pas faire la différence entre lui et son berceau, sa chambre, ses parents, ce qui est animé et ce qui ne l'est pas. Le moi et le toi se confondent. Lui et le monde ne font qu'un. Il n'y a pas de frontière, pas de séparation, pas d'identité. Mais avec le temps, l'enfant fait l'expérience de lui-même, c'est-à-dire en tant qu'entité séparée du reste du monde. Il prend lentement conscience de son identité et de ses limites individuelles.

Nous souffrons presque tous de la solitude et aspirons à nous échapper des murs de notre propre identité afin de nous sentir plus en harmonie avec le monde extérieur. Tomber amoureux permet - **temporairement** - cette échappée. **L'essence même du phénomène est un effondrement soudain d'une partie des frontières du moi nous permettant de fondre notre identité avec celle d'une autre personne. Nous-même et l'être aimé ne faisons qu'un. La solitude n'existe plus.**

D'une certaine façon, le fait de tomber amoureux est une régression. **En nous fondant avec l'être aimé, nous retrouvons l'écho de la relation d'unité vécue avec notre mère lorsque nous étions bébé, ainsi que le sentiment d'omnipotence que nous avons dû abandonner au sortir de l'enfance.** Tout paraît possible. Uni avec l'être aimé, nous avons l'impression de pouvoir vaincre tous les obstacles, que notre amour va obliger les forces d'opposition à se soumettre avant de disparaître dans l'obscurité. L'avenir ne sera que lumière. L'irréalité de ces sentiments est, dans son essence, la même que celle de l'enfant de deux ans qui se croit le roi de la famille et du monde, avec un pouvoir illimité.

Mais, tout comme la réalité vient s'imposer et démolir les illusions d'omnipotence de l'enfant de deux ans, elle vient aussi troubler la merveilleuse unité du couple amoureux. **Tôt ou tard, en réponse aux problèmes de la vie quotidienne, l'individu va se réaffirmer.** Il veut faire l'amour, elle n'en a pas envie ; elle voudrait aller au cinéma, pas lui ; il souhaite mettre de l'argent de côté, elle rêve d'un lave-vaisselle, etc.

Alors, chacun de son côté, dans l'intimité de son cœur, prend amèrement conscience qu'il ne fait pas « un » avec l'être aimé qui a et aura toujours ses désirs, ses goûts, son vécu, propres et différents des siens. Une par une, petit à petit ou brutalement, les frontières du moi se remettent en place, **la passion s'éteint.** À nouveau, les amoureux sont des individus séparés. Et c'est à ce moment-là qu'ils vont, soit dissoudre les liens qui les unissent, **soit commencer le travail du véritable amour.**

Lorsque la passion disparaît, les partenaires peuvent commencer à s'aimer vraiment. Le véritable amour ne trouve pas ses racines dans le sentiment d'être amoureux. Au contraire, il se développe souvent dans un contexte où le sentiment amoureux est absent **mais où l'on agit avec amour.**

Tomber amoureux n'implique pas le dépassement de ses propres limites ou de ses frontières ; c'est simplement leur effondrement partiel et **temporaire.** Une fois le merveilleux moment de l'idylle passé et les frontières du moi remises en place, l'individu sera beaucoup plus déçu que « grandi » par cette expérience. Tandis que, lorsqu'il s'agit du véritable amour, on élargit ses limites ; souvent pour toujours. L'amour véritable est donc une expérience d'enrichissement durable, **pas la passion.**

On le sait, tomber amoureux n'est pas un acte de volonté. Ce n'est pas un choix conscient : quels que soient notre disponibilité et notre désir d'être amoureux, il peut très bien ne rien se passer ; alors qu'au contraire on peut tomber amoureux au moment où on s'y attend le moins, dans des circonstances peu faciles ou non désirées. Malgré tout, il faut retenir que même si on ne choisit pas l'expérience elle-même, **on peut par contre choisir notre façon d'y réagir.**

Après être tombés amoureux et avant « l'extinction des feux », nous avons l'impression d'être « arrivés », que les sommets sont atteints, que nous ne voulons, ni ne pouvons aller plus haut. Nous ne ressentons aucun besoin de développement ; au contraire, nous sommes tout à fait satisfaits de notre situation. Nous ne percevons pas chez l'être aimé un besoin de développement spirituel. **Nous le sentons plutôt parfait, accompli, Et s'il lui apparaît des défauts, nous les qualifions d'insignifiants - de petites bizarreries ou d'adorables excentricités qui ne font qu'ajouter à son charme.**

On peut très bien tomber amoureux de quelqu'un avec qui on est, de toute évidence, mal assorti, autant que d'une personne qui convient mieux. En fait, nous pouvons même ne pas aimer ou admirer l'objet de notre passion, et inversement être incapable - malgré beaucoup d'efforts - de tomber amoureux d'un être que nous estimons et avec qui des relations profondes seraient, à tous points de vue, souhaitables.