

XIII<sup>e</sup> FORUM TERRE DU CIEL

# L'aventure d'être deux

*table ronde avec*  
**Christiane Singer,**  
**Gilles Farcet,**  
**Yves Réquéna**  
*et la participation de*  
**Bettina De Pauw**



**Christiane Singer, romancière et essayiste,  
Gilles Farcet, écrivain et psychothérapeute,  
Yves Réquéna, médecin et directeur de  
l'Institut Européen de Qi Gong,  
et Bettina De Pauw,  
psychologue et thérapeute,  
débatent ici du couple et de ses enjeux.  
Si l'on trouve à la fois dans ce creuset  
amour, désir, et image sociale,  
la vie en couple est aussi  
l'occasion privilégiée d'un travail sur soi,  
d'une transformation de soi-même  
par le respect du devenir de l'autre,  
comme de la reconnaissance du réel.  
De cet engagement, dans la persévérance, et  
après l'indispensable phase de purification,  
peut naître une relation véritable  
qui aboutira peut-être à une communion.**

**BETTINA DE PAUW** - Bienvenue à cette table ronde sur le couple, qui est selon moi l'une des plus grandes aventures que l'on connaisse. Lorsque l'on pense à l'amour, on pense souvent au couple, à cette alchimie qui peut exister entre deux êtres, et c'est peut-être là que le voile est levé sur ce grand mystère. Si nombreux sont les couples qui se lassent et se séparent, mais si le couple connaît de multiples crises, nombreux demeurent ceux qui se mettent en couple et se marient.

Le but que nous nous proposons au cours de cette table ronde est de tenter d'éclairer tous les méandres, toutes les formes que peut prendre l'amour dans le couple, et comment l'amour peut transformer ses membres. Si, comme elle me l'a confié, Christiane Singer est mariée depuis trente-huit ans, Yves Réquéna, lui, ne l'est que depuis deux ans. Yves, qu'est-ce qui t'a incité à vivre en couple ?

**YVES RÉQUÉNA** - J'ai déjà été marié, j'ai vécu aussi en compagnonnage, et puis je suis resté célibataire pendant huit années car je voulais goûter la liberté d'être seul.



Ce qui m'a décidé à m'engager à nouveau dans la voie du couple, c'est que j'avais envie d'avoir un alter ego, quelqu'un avec moi pour évoluer et travailler, car si l'on est seul, même avec de nombreuses relations – ce qui est mon cas avec mes proches, mes amis, comme avec les patients de mon cabinet médical ou mes élèves de Qi Gong –, ce n'est pas pareil qu'en couple. J'ai lu aussi le livre de Christiane Singer, *Éloge du mariage, de l'engagement et autres folies*, et je veux témoigner et moi aussi faire l'éloge du couple. Ce qui a été déterminant, bien sûr, c'est la rencontre avec quelqu'un qui correspondait à la personne avec laquelle j'avais envie de vivre. C'est ainsi qu'au bout d'une année de relation, j'ai médité quelques mois dans le secret de mon cœur et avec un trac pas possible, je l'ai demandée en mariage le jour de la saint Valentin...

**BETTINA DE PAUW** - Mais pourquoi le mariage ?

**YVES RÉQUÉNA** - Pour cesser de m'engager à moitié et honorer l'autre à partir de l'engagement lui-même.

**BETTINA DE PAUW** - Christiane Singer, vous qui avez défendu cette notion d'engagement, pouvez-vous nous apporter des éclaircissements ?

**CHRISTIANE SINGER** - Oui, même si j'ai l'impression d'en savoir de moins en moins sur le sujet. Il y a trente ans, j'aurais été imbattable pour théoriser allègrement. Aujourd'hui je m'émerveille seulement du fruit qu'apporte une certaine continuité dans l'existence. Je vais me contenter d'évoquer la première scène du livre que vous venez de citer, car dans notre existence il y a toujours des scènes fondatrices.

J'ai cinq ans, nous sommes après la guerre, et ce qui reste de notre famille, disséminée par l'Holocauste, se retrouve à Lyon dans un quartier misérable. Autour de mes grands-parents, qui ont survécu à la guerre et trouvé là leur dernier refuge, mon père, ses sœurs et leurs époux. Nous entrons ensemble dans la pièce où ce grand-père sous sa couronne de cheveux blancs vit ses derniers jours. Il est mourant. Assise à ses côtés, et c'est la première fois que je la rencontre, ma grand-mère, d'une fragilité extrême, comme ces coquillages



*La plus subtile  
discipline du quotidien  
c'est celle qui consiste  
à se maintenir étonné.*

Christiane Singer

travaillés par la mer jusqu'à la transparence finale de la nacre. On devient plus fin, plus délicat en la regardant. Elle se penche vers lui pour lui apprendre que « les enfants » sont arrivés.

Je vois cette vieille femme se pencher vers ce vieil homme et lentement lui caresser le front. Derrière tous les charniers de l'histoire, tous les désastres dont est tissé ce siècle, ce geste, ce paraphe lumineux – la caresse de cette vieille femme sur le front de ce vieil homme mourant – transforme tout. Ce geste d'infinie tendresse sauve le monde du néant. Ce message fou s'est brûlé en moi : s'il n'y avait plus personne au monde pour perpétuer cette loyauté – pour oser la traversée de l'impossible –, la nuit tomberait sur le monde.

Ne croyez pas que j'idéalise le mariage ; je ne suis pas naïve. Le mariage nous mène – comme la vie – de sommets en vallées, de vallées en sommets ! Et surtout nous fait âprement travailler ! Ici même, Yvan Amar avait eu cette phrase inoubliable : « Si nous ne sommes pas des êtres de friction, nous devenons peu à peu des êtres de fiction ». Le « travail » est là jour après jour, impossible à escamoter. Mais à travers tous ces méandres : le fil rouge. L'éblouissement de la première rencontre – l'instant où nous nous sommes tous deux reconnus. Cette mémoire-là permet de traverser toute épreuve. Et puis savoir du fond du cœur que nous nous fermerons les yeux – soit toi les miens, soit moi les tiens – c'est là une force incroyable !

Mais dans la vie de chaque jour – bien sûr et Dieu merci – rien n'est jamais acquis. Tout est à recommencer chaque jour de neuf. Le piège a si vite fait de se refermer – le piège dans lequel nous nous tenons prisonniers l'un et l'autre dès le moment où nous croyons nous connaître. « Je te connais, je sais qui tu es » est un poison – la négation de la force créatrice des êtres et de la vie, cette force qui nous veut neufs chaque matin. S'habiller c'est s'entre-tuer.

La plus subtile discipline du quotidien c'est celle qui consiste à se maintenir étonné. Oui l'étonnement nous maintient à distance l'un de l'autre, autorise ce hiatus, cet espace qui nous permet d'advenir.

Et quand j'entends opposer souvent la solitude à la vie à deux, j'en suis très surprise. La vie à deux nécessite que dans un respect aigu de la solitude de l'autre et de soi-même. « Se faire le gardien de la solitude de l'autre... », dit Rilke. Oui la solitude n'est pas une alternative à la vie commune, elle en est le noyau.

**BETTINA DE PAUW** - Ce que je relève, c'est l'importance de la survie de l'amour malgré toutes les épreuves, une victoire de l'amour presque dans l'impossible. Nous connaissons tous cet amour qui arrive comme le prince ou la princesse, mais comment se fait-il qu'après un certain temps il se transforme en bourreau ? Il ou elle va alors faire exactement les choses qui nous mettent hors de nous, et commence alors un grand défi. Comment l'amour opère-t-il dans l'alchimie d'un couple ? Comment peut-on retrouver la voie de l'amour lorsqu'on l'a perdue ?

**GILLES FARCET** - Dans le livre que je viens de publier, *Le Manuel de l'Anti Sagesse*, se trouve un chapitre intitulé « La guerre du couple ». Ce texte a été inspiré par ma propre expérience, et par celle des êtres que je rencontre quotidiennement au cours de mon travail d'accompagnateur sur le chemin à Hauteville, l'ashram dirigé par Arnaud Desjardins, ou lors des stages que j'anime. Comme tous ceux qui, à un titre ou un autre, reçoivent des confidences, je suis amené à accueillir beaucoup de souffrances et d'espoirs souvent déçus. Moi-même ai connu comme tant d'autres, des vicissitudes dans ce domaine : mariage très jeune et immature, divorce, « vie de célibataire », vie en couple sans être marié, la grande passion qui finalement n'aboutit pas... Puis, à trente-six ans, je me suis remarié avec, forcément, une perspective plus mûre et suis donc aujourd'hui, à quarante-trois ans, marié depuis sept ans et demi. Et je dois dire que si je me considère aujourd'hui heureusement marié, j'ai dû, là aussi, nous avons dû, même en nous étant unis avec un très fort sentiment d'engagement personnel et spirituel, passer par des turbulences. J'en suis donc venu à m'interroger, à titre

personnel et à titre universel, ce qui est la même chose, sur cette expérience du couple.

Il me semble qu'au départ, le couple repose sur un malentendu. Un malentendu délicieux, inévitable et sans doute nécessaire mais malentendu tout de même : c'est la phase « amoureuse », la période de fascination. Que se passe-t-il ? Deux moi sont en présence. Et chacun de ces moi sidéré d'« amour » se dit : Voilà ! J'ai enfin trouvé ce que j'ai cherché toute ma vie ! Un autre qui « même » (épeler : m-ê-m-e), un autre qui n'est pas un autre tout en étant quand même autre... J'ai enfin trouvé en cet Autre exceptionnel l'absolu, la réponse, celui ou celle qui va donner son sens à ma vie. Disant cela, je ne crois pas exagérer : voyez ce que se murmurent les amoureux... C'est terrible parce qu'ainsi l'autre se trouve investi d'un pouvoir immense et bien lourd à porter. En faisant de l'autre l'Autre avec un A majuscule, je lui donne sur moi un pouvoir de vie et de mort psychique. Évidemment, dès lors que je m'aperçois qu'il ou elle est en fait un autre, que je suis dans l'incapacité de le réduire à un miroir de moi-même, de le modeler à mon image, je lui en veux. L'autre me ramène à mon impuissance et cela fait lever en moi de la rancune plus ou moins consciente. Je lui en veux de ne pas être cet Autre fantasmé par moi au départ, ce double différent tout en ne l'étant pas... Bien sûr, ce processus est mutuel puisque chacun des partenaires, au départ, fantasme l'autre comme l'Autre avec une majuscule. C'est le début de la friction, pour reprendre le terme d'Yvan Amar rappelé par Christiane. Cette friction naît du décalage entre une représentation idéale, la fiction de l'« Amour », et la réalité du lien. Cette friction nous arrache à la fiction, à l'imaginaire, mais cet arrachement ne se fait pas sans résistance. Qui dit résistance dit douleur. Voilà pourquoi je parle de « guerre du couple » : quand, une fois revenus du vertige amoureux, deux moi se trouvent face à face au quotidien, la guerre, plus ou moins insidieuse, plus ou moins ouverte, ne peut que commencer. Cette guerre est elle aussi inévitable et nécessaire, c'est une phase de purification pour parvenir au stade suivant : de la guerre, on peut passer à la collaboration, puis peut-être, souvent après de longues années de travail, à la communion.

Beaucoup de couples, malheureusement, ne dépassent pas le premier stade. Alors, comment passer de la guerre à ne serait-ce que la collaboration ? Il serait évidemment ridicule et présomptueux de prétendre détenir des recettes. J'essaie au jour le jour, comme chacun, je fais de mon mieux ; mais ce qu'il me paraît quand même très important de souligner, c'est que le couple, s'il est certes un émerveillement, une « histoire

d'amour », est aussi un travail au sens le plus noble, le plus profond du terme, un travail sacré. A la rencontre avec celui ou celle que je reconnais comme la personne avec laquelle je pourrai peut-être cheminer toute une existence, succède un labeur. Le couple est un laboratoire, un creuset alchimique dans lequel nous avons à souffrir, à transpirer, à nous combattre pour déboucher sur autre chose. C'est un accouchement. Comme de nombreux pères aujourd'hui, j'ai assisté à la naissance de mes deux enfants. J'ai vu ce « travail » là. Dans le cas du couple, il s'agit aussi d'un accouchement, dans la douleur souvent, mais aussi les rires, les sourires, les regards, l'accouchement d'une présence qui dépasse complètement les deux individus. Il est important, je crois, d'avoir le sens de ce travail.

**CHRISTIANE SINGER** - Oh oui ! Et il s'agit de ne pas se tromper de travail ! Ce n'est pas l'autre que nous avons mission de trafiquer comme on le fait d'un moteur de voiture volée, ce n'est pas l'autre qu'il s'agit de transformer ! Mais hélas nous-même ! Tant que nous nous acharnons – sous couvert d'amour – à cette terrible et perverse entreprise de transformer l'autre – de le vouloir autre – ne serait-ce qu'un tout petit petit peu ! –, c'est l'enfer. L'amour commence au lieu où nous nous inclinons devant l'autre – quels que puissent être pour notre regard ses défauts (?) ! –, où nous lui concédons son destin.

Le laisser où il est – comme il est – dans un ordre de choses que vous ne comprenez pas, que vous ne comprendrez peut-être jamais, que vous n'êtes pas appelé à *comprendre* ! Lorsque du fond du cœur je parviens à m'incliner devant l'autre, se produit alors quelque chose d'assez étrange – parfois ! Il commence alors à se transformer !...

**YVES RÉQUÉNA** - On peut sans doute gagner du temps quand on a la chance d'avoir déjà commencé un cheminement spirituel, mais le couple lui-même, de toutes façons, est un cheminement spirituel. C'est l'acceptation de la différence et l'amour quand même à travers cette différence. Cela n'empêche pas certain démon bien intentionné de vouloir changer l'autre, mais s'il est bien intentionné, ce démon, l'autre peut accepter de modifier quelque chose de lui-même. Chaque personne dans le couple est supérieurement intelligente et intuitive, mais s'il y a une part de démon dans le désir de faire changer l'autre, c'est-à-dire de s'approprier ou de faire acquérir une qualité qui nous arrange, alors l'autre s'en aperçoit parce qu'il se sent manipulé.

Le psychosociologue Francesco Alberoni est l'au-



*Un saint disait que parler d'amour  
divin est un pléonasme,  
l'amour étant toujours divin.*

Bettina de Pauw

teur d'une série de livres, dont *Je t'aime* et *Le Choc amoureux*. Après dix ans d'enquête sur des centaines de couples, il est parvenu à cette conclusion, qui est aussi la mienne au contact de patients déçus de leur couple ou dont le couple est en crise, c'est la nécessité absolue de communiquer. Le bienfait de la communication est incontestable, et il ne faut pas laisser s'accumuler les rancœurs mais dire. Evidemment, dans certains couples, l'un des membres, souvent l'homme, refuse de communiquer.

L'avantage quand on est en cheminement spirituel c'est que d'abord on accepte l'idée de ne pas être parfait, et donc l'idée de changer. Théoriquement du moins, en tout cas on le prétend et on risque donc d'être pris au mot par l'autre. A partir du moment où l'on a ce désir de s'améliorer, il est beaucoup plus facile d'entendre l'opinion d'un autre, qui n'est pas nécessairement critique, mais qui est une observation. Ce qui fait souvent le drame dans les couples, c'est que pour celui qui ne veut pas changer, s'améliorer, être lucide sur soi-même, toute observation de l'autre est considérée comme une grave critique à son égard, et c'est souvent ce qui crée la guerre.

Selon Alberoni, ce qui fonde le couple, c'est un projet commun : qu'il soit social, de réussite matérielle ou autre. Le couple qui a ce projet commun est un couple qui dure. Si le projet du couple est la réussite matérielle, ses membres s'enrichiront, et ils auront donc à la fois réussi leur vie, au sens où ils l'entendent, et réussi leur couple. Si le projet du couple est de se développer spirituellement, on a alors affaire à deux personnes solidaires dont le projet est de rayonner et de restituer aux autres membres de la communauté humaine un peu de cette alchimie élaborée à l'intérieur du couple.

Voilà pour moi l'essentiel sur le sens du couple, mais bien entendu on pourrait décliner d'autres aspects : le désir, qui mène à la sexualité ; l'amour, qui conduit à s'interroger sur le sens ; et l'interrogation sur le sens du couple dans la vie sociale. S'il en est isolé, il peut vivre en autarcie, et on est alors dans un syndrome fusionnel qui tôt ou tard se fissure et met alors le couple

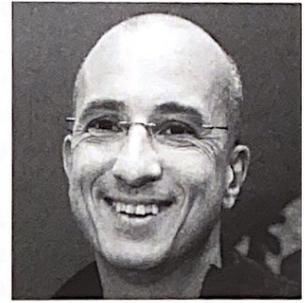
en danger. Si par contre le couple est inséré dans la vie sociale et ressent en lui-même une dynamique intérieure, sa reliance avec la société ouvre alors de très belles éventualités non seulement pour le couple et chacun des partenaires, mais aussi quant au rôle du couple dans le changement social.

**GILLES FARCET** - Le couple, c'est dur parce que c'est réel. Il y a quelque chose de presque effrayant dans cette relation à un autre. Nous avons nos idées, nos théories, tout à fait légitimes, nos idéaux surtout notre romantisme, y compris spirituel, et puis il y a ce autre qui est là, autre, différent, imprévisible, qui parfois a simplement le défaut d'être là au moment où je préférerais être seul. Pour moi, ce qui fait à la fois la merveille et la difficulté de cette relation, c'est qu'elle me renvoie constamment à mon impuissance et à mon incapacité. Impuissance à faire de l'autre une extension de moi, incapacité d'accepter cette impuissance, donc incapacité d'aimer, d'accepter, de lâcher. Cependant, cette incapacité peut se muer en une invitation. Si je me prends en flagrant délit d'incapacité, peut-être puis-je sentir au fond de moi-même une aspiration à précisément lâcher, accepter, ouvrir, essayer de vivre ce qui est plutôt que ce qui devrait être, c'est à dire des théories, des idéalizations ou du romantisme. L'idéal du couple – ce que dans mon livre j'appelle le Kouple, avec K majuscule – est imaginaire. Le couple, lui, est réel. Ce qui nous fait souffrir, ce n'est la plupart du temps pas tant le couple que l'écart refusé entre l'idéal et le réel. Attention : renoncer à l'imaginaire du couple ne signifie pas se résigner à une existence médiocre à deux, sans joie ni feu. C'est au contraire la possibilité de découvrir un feu qui brûle plus profondément et durablement que celui de la fascination passagère.

**BETTINA DE PAUW** - Apprendre à aimer, c'est très difficile. Il y a la peur de l'autre, comme on l'a entendu dire à plusieurs reprises, et la découverte de l'amour dans ses méandres, son obscurité. Un saint disait que parler d'amour divin est un pléonasme, l'amour étant

*Ce qui fait à la fois la merveille et la difficulté de cette relation, c'est qu'elle me renvoie à mon impuissance et à mon incapacité. Impuissance à faire de l'autre une extension de moi, incapacité d'accepter cette impuissance, donc incapacité d'aimer, d'accepter, de lâcher.*

Gilles Farcet



toujours divin. C'est ce que j'entends un peu lorsque Gilles pose la question de ce qu'est aimer, lorsque Yves parle d'un projet spirituel pour entrer dans cet amour ou pour en nourrir le couple.

**YVES RÉQUÉNA** - Je partage entièrement ce que vient de dire Gilles. Chaque couple est unique, c'est la rencontre de deux personnes elles-mêmes uniques. La preuve en est que le même homme ou la même femme avec successivement différents partenaires ne vit pas la même chose dans sa vie de couple. On ne peut pas faire de théorie, mais par contre si on analyse les attentes générales de la femme et son comportement dans un couple, et si par ailleurs on analyse la même chose chez l'homme, on peut parfois repérer des incompatibilités, théoriques certes, cependant assez bien partagées, mais pas de façon absolue. On se rend compte alors d'un certain nombre de pièges, d'archétypes de comportement qu'il est possible de corriger.

Sur le plan de l'engagement spirituel comme force du couple, il s'agit d'un témoignage personnel. Cependant, en tant qu'enseignant de Qi Gong, comme en tant que médecin, j'ai rencontré des personnes qui ne partageaient pas de projet commun et qui avaient néanmoins la volonté, le désir et cette force irrationnelle qui s'appelle l'amour de vouloir malgré tout réussir leur couple. S'attacher à la réussite peut être aussi un piège, car c'est vouloir que les choses soient définitivement ainsi, sans accepter qu'elles puissent changer. Or le changement existe, et on le voit bien malheureusement dans notre société où de nombreux couples se séparent. Quand deux personnes se choisissent, peut-être faut-il se dire qu'on se choisit aujourd'hui avec l'envie de faire quelque chose ensemble, qu'on ne sait pas si demain on sera ensemble, mais, comme l'a dit Christiane, chaque jour peut renouveler la magie de cet amour. Un proverbe amérindien dit que pour nous, Occidentaux, l'amour est comme un grand feu où l'on met tout son bois – cela flambe fort puis il ne reste que des cendres – alors que, du côté amérindien, chaque jour on ajoute une petite branche...

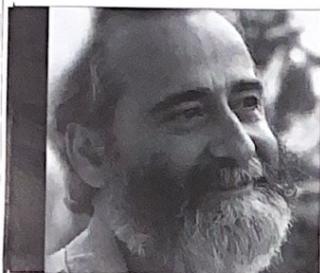
**CHRISTIANE SINGER** - J'aimerais pourtant faire l'éloge de la durée ! Yves faisait remarquer qu'au cours de chaque amour, une autre facette surgit. Oui et non. Dans la phase de séduction, c'est en somme toujours la même séquence que nous répétons. Et lorsque la ligne mélodique se hasarde plus loin, c'est inconnu, irritant – on arrête l'expérience. Inutile de dire qu'à la longue, la répétition de la même séquence va irrémédiablement perdre de sa saveur. On se zappe en somme à travers les relations. La profondeur se dérobe. On danse toute une vie au bal des ombres !

La persévérance recèle un mystère. C'est la discipline qui fait de nous des disciples de la vie – et de l'amour ! Il est temps de faire la différence entre la discipline honnie imposée de l'extérieur – et celle à laquelle amoureuxment se soumet le jardinier... Alors seulement il arrive qu'on traverse les voiles... « Qui sert-elle, l'épouse, à travers son époux ? » module un chant hindou.

La persévérance donne à la longue une certaine porosité à l'essentiel. Ah ne nous donnons pas trop d'importance ! Laissons-nous devenir passage... délivrons-nous les uns des autres et de nous-même ! Tant que nous sommes dans la séduction, nous faisons paravent entre celui ou celle qui nous aime et l'Amour. Nous bouchons le passage !

Un autre thème encore qui me tient à cœur. Si je vous dis : « Ne fuyez pas trop vite une situation difficile », n'entendez pas une injonction moralisante ! Il ne faut pas couper les arbres du verger en hiver sous prétexte qu'ils ont l'air mort. Il existe un miracle nommé printemps qui va les rendre à la vie ! Je ne peux m'empêcher de penser que bien des relations sont sacrifiées à la méconnaissance des saisons ! Que d'impatience ! Que d'« *amor interruptus* » !

**GILLES FARCET** - Je voudrais revenir sur l'engagement et la dimension spirituelle. Il était question du mariage, au début de notre entretien, quand on a demandé à Yves pourquoi il s'était marié après des années de vie maritale. Je précise qu'il n'y a aucune



*A travers l'expérience de chacun,  
il faut s'attacher, par l'intuition  
et la délicatesse, à transmuter,  
à magnifier, à rendre merveilleuse  
cette aventure d'être deux.*

Yves Réquena

intention moralisatrice, sociologique ou autre dans ce que je m'appête à dire : j'en suis venu personnellement, après beaucoup d'errances, d'erreurs, de recherches et de souffrances, à être convaincu de l'importance du mariage, de l'engagement, de préférence à l'intérieur d'une réalité plus grande.

On ne peut pas s'engager uniquement par rapport à soi. Dans la société où nous sommes, on nous fait croire que c'est par rapport à soi-même, ou éventuellement à un autre que l'on a choisi et qui nous a choisi, que l'on s'engage. C'est une vision linéaire, plate, toi et moi nous contemplant dans les yeux sans regarder autour ou au dessus... Quelle pauvreté ! Cela me paraît complètement ridicule, absurde et faux, parce que deux personnes ensemble, deux moi ensemble, même de bonne volonté, ce n'est pas grand chose...

On ne peut en effet s'engager que par rapport à plus grand, ce plus grand pouvant être ne serait-ce que la société. A mon âge intermédiaire – plus jeune mais pas encore père de grands enfants – je suis de moins en moins invité à des mariages, mes amis finissant par être tous casés, mais chaque fois que cela se produit je suis très ému, ne serait-ce que par la cérémonie civile. J'ai redécouvert cette cérémonie dans sa simplicité, avec la lecture du Code civil où il est fait mention des engagements et des obligations des époux l'un envers l'autre comme à l'égard de la société. Ce simple mariage civil, laïque, situe déjà l'engagement par rapport à quelque chose qui nous dépasse, la société dans laquelle nous vivons et dont nous sommes membres, que nous le voulions ou non et quoi que nous en pensions, à l'égard de laquelle nous avons non seulement des droits mais aussi des devoirs. Donc, le simple fait de passer devant le maire situe les choses dans une plus vaste perspective, alors que si je me contente de dire à l'autre, en toute naïveté et en toute bonne volonté, que je vais mettre mes affaires chez lui, c'est seulement lui et moi que cela engage un peu tant que cela durera, et ce n'est pas grand chose.

J'ai redécouvert aussi la dimension du mariage religieux, catholique la plupart du temps dans notre tradi-

tion, mais qui peut bien sûr prendre d'autres formes. Nous avons eu le privilège, mon épouse et moi, d'avoir été mariés par un ami qui pour nous représente une grande autorité spirituelle et qui a joué un rôle important dans nos existences. Chaque fois que j'ai senti une difficulté, une rébellion de ce moi qui ne veut se référer qu'à lui-même, le fait d'avoir été marié en présence et en référence consciente à cette dimension plus vaste m'a profondément aidé. On se souvient de ce moment-là mais aussi de l'engagement que l'on a pris face aux autres, parce que dans un mariage, famille et témoins sont là. Cela équivaut à dire : « Regardez tous ce que nous posons comme acte, l'engagement que nous prenons devant vous. » Et il y a quelque chose de déchirant, de terrible à voir ces mariages prétendument religieux qui ne sont en fait que des formalités vidées de leur substance.

**YVES RÉQUENA** - Un rituel scelle quelque chose qui nous dépasse et nous engage de façon plus solennelle. Quoi qu'il en soit, c'est nous qui avons souhaité cet engagement au départ, puisque c'est à partir de l'amour à l'intérieur de chaque cœur qu'on se promet et qu'on se marie. Cela dit, il est évident que dans cette assemblée, comme dans la société en général il n'y a pas que des gens mariés à vivre heureux en couple.

L'essentiel de la réussite et de l'aventure du couple ne réside évidemment pas dans les liens du mariage, mais dans la magie de l'amour qui est en filigrane et donne valeur à la relation. Si cela disparaît, il est à craindre que le couple ne traverse une passe périlleuse, voire fatale. L'amour entre deux êtres, même très fort, est fragile et des dangers le guettent, notamment le manque de respect. Quels que soient les différends, les oppositions, les conflits, l'amour doit toujours nous inspirer du respect pour l'autre. A travers l'expérience de chacun, il faut s'attacher par l'intuition et la délicatesse, à transmuter, à magnifier, à rendre merveilleuse cette aventure d'être deux.

**BETTINA DE PAUW** - J'entends beaucoup parler de

dépassement, d'austérité, de discipline, et aussi de fragilité, de délicatesse...

**CHRISTIANE SINGER** - Un mot sur la notion de témoignage. Dans le livre d'Isaïe, Dieu adresse ces mots à son peuple : « Vous êtes mes témoins et je suis votre Dieu ». Enigmatique. Un commentaire talmudique l'interprète ainsi : si vous n'êtes pas mes témoins, je ne peux pas être votre Dieu.

Appeler nos amis à être les témoins de notre amour crée un champ de conscience puissant. C'est dire : « Votre présence nous porte et nous soutient. Nous avons besoin de sentir que tous ceux qui aiment, tous ceux qui s'aiment croient en nous, misent sur nous ! » Il est un temps pour le secret et un temps pour rejoindre la fraternité des humains, la « sangha », la « chimra ». Soyons les témoins les uns des autres – les témoins de notre plus haute espérance.

**BETTINA DE PAUW** - J'imagine que de nombreuses questions du public vont chercher à éclaircir le mystère du couple.

**QUESTION** - Ne faut-il pas se méfier du désir, qui est bien sûr quelque chose d'extraordinaire mais qui d'un autre côté est extrêmement sournois parce qu'il peut nous faire croire à la fois que l'on aime quelqu'un subitement et que l'on n'aime plus l'autre. N'y a-t-il pas souvent confusion entre désir et amour ?

**CHRISTIANE SINGER** - Je crains qu'il n'y ait deux niveaux d'être incompatibles. D'un côté la catastrophe de la passion – de l'autre la conjugalité, cette longue loyauté. Il faut faire la distinction.

La conjugalité se construit au fil du temps – comme on prend soin d'un jardin. C'est dans la continuité.

Mais vous ne pouvez éviter l'irruption d'une harde de sangliers qui laboure tout ni le surgissement d'un déluge qui emporte les terres. La catastrophe naturelle existe. Elle crée de nouveaux espaces. Elle renouvelle le monde.

**GILLES FARCET** - Le désir est une force infinie, et il me paraît normal et nécessaire que nous soyons soulevés par lui, par le vertige de la vie. Cependant, ce que nous cherchons vraiment, n'est-ce pas d'incarner le vertige ? N'importe qui peut ressentir un vertige, se laisser mener par le désir, et peut-être est-ce parfois nécessaire, mais ce n'est pas à la portée du premier venu de commencer à incarner ce vertige.

A cela on oppose souvent, et c'est d'ailleurs affreux, le couple bien gentil, et on parle à son propos de « ten-

dresse » pour désigner quelque chose d'ennuyeux, comme s'il n'y avait plus d'éros. Je crois qu'il existe un éros qui nous sollicite à certains moments, très fortement peut-être, mais qui est superficiel, et un désir plus profond que nous pouvons petit à petit découvrir en cheminant ensemble.

Le couple qui essaie de durer demeure le lieu du désir, le lieu de la flamme, une flamme qui mûrit, que l'on travaille, une flamme qui rougeoit peut-être plus secrètement, plus discrètement. Ce que nous cherchons, me semble-t-il, c'est d'allier cette force vertigineuse du désir, qui peut se lever n'importe quand et se diriger sur n'importe qui, à ce foyer du désir dans le quotidien du couple. Précisément, on dit que l'on « fonde un foyer ». Un foyer n'est pas une cheminée dont plus personne ne se sert, c'est un âtre où il y a des braises, où cela crépite, où il se passe quelque chose. Le couple doit demeurer un lieu de désir jusqu'à la fin.

**YVES RÉQUÉNA** - J'ai cru entendre la question différemment : quand on est une personne libre et qu'on éprouve un désir fort et violent pour une personne, ne risque-t-on pas d'être emporté dans la confusion alors qu'on est seulement sous l'emprise du désir ? Cela pose un autre aspect que celui de la relation de fidélité, du désir à l'intérieur du couple.

La maturité psychologique est en relation avec la capacité de distinguer le désir de l'amour. Le désir nous emporte très rapidement vers un sentiment fusionnel qui nous aveugle au point de nous faire croire que tout l'autre est comme le désir ou le plaisir que j'éprouve avec lui. Cet aspect fusionnel c'est la nostalgie du paradis perdu, de la mère ou du sein maternel. Voyez comme les adolescents sont dans des amours fulgurantes. Mais plus on avance en âge, plus la façon de s'engager prend de la patine, de la profondeur, et perd en passion, en aveuglement. Cela signifie que même physiologiquement il y a une évolution. Evidemment, si l'on est capable de repérer pourquoi on entre dans la fascination et la fusion à partir du désir, si l'on fait donc son propre chemin pour s'éclairer soi-même, on parvient plus rapidement à faire la distinction entre désir et amour.

**QUESTION** - Je voudrais simplement témoigner. Je vis en couple depuis douze ans sans être mariée, avec quatre enfants. Vivre en couple est une grande chance, et même s'il y a guerre, il faut accueillir cette guerre qui est là pour nous apprendre à accepter l'autre avec sa différence, à aller vers quelque chose de plus spirituel, à aller chercher l'amour plus haut. Quant au désir, il suffit de l'accueillir pour voir ce que j'ai envie d'en

faire, car il n'y a pas incompatibilité entre amour et désir dès lors qu'on ne fait pas la confusion. Je peux aussi faire quelque chose de ce désir dans mon couple, même s'il me porte vers quelqu'un d'autre.

**QUESTION** - Je voudrais savoir comment on peut réagir par rapport à la peur d'aimer dont il a été question tout à l'heure. Par exemple à l'égard de la personne qui dit : « je veux que tu fasses ceci, et pas cela », « que tu sois ceci, que tu ne sois pas cela »... Comment se « préparer » lorsque l'on est seul à toutes ces éventualités de rencontres à problèmes ?

**GILLES FARCET** - Tout commence, me semble-t-il, par la relation avec soi-même, pas seulement avec moi en surface, mais avec ce que je suis. Si je ne me suis pas exercé à me respecter moi-même, au sens le plus profond du terme, je risque d'attirer des relations à l'intérieur desquelles je ne serai pas respecté et où je laisserai faire. La relation que vous avez évoquée m'apparaît comme étant sans espace, une relation où l'autre impose arbitrairement quelque chose.

Il faut distinguer d'une part l'ajustement, l'écoute et le dialogue nécessaires pour essayer de vivre ensemble harmonieusement, et d'autre part l'attitude qui consiste à « s'écraser », comme on dit couramment, pour essayer désespérément de répondre à l'attente de l'autre par peur d'être rejeté, abandonné, ce qui constitue bien sûr une impasse, un chemin de désespoir. Christiane disait que c'est seulement quand deux vivants se rencontrent qu'une relation peut commencer. Si j'aborde une relation en étant prêt à me laisser dominer par un autre qui veut simplement prendre le pouvoir sur moi au nom de l'amour, je me place moi-même dans cette position d'être dominé. La meilleure manière dont je puisse me préparer est de me respecter moi-même. Dès lors, je peux commencer à vivre avec l'autre sur une base d'égalité et non de domination ou de manipulation.

Cela dit, il me semble que l'on passe presque inévitablement par la phase de « guerre » où il y a affrontement, tentative mutuelle de modeler l'autre à son image idéale.

**YVES RÉQUÉNA** - J'ai perçu deux peurs dans cette question : celle de s'engager dans une nouvelle relation, et celle, qui vient d'être évoquée par Gilles, de ne pas avoir la capacité de résister.

La peur d'aborder une nouvelle relation vient souvent de la peur d'avoir souffert dans une relation précédente, ou d'avoir été abandonné. On peut toujours suivre une thérapie pour recevoir une aide, mais au

bout du compte ce qui est intéressant est d'accepter l'idée que l'on puisse éventuellement souffrir une fois de plus. La vie apporte de toute façon son lot de plaisirs et de déplaisirs, eros et thanatos. Le courage est de s'engager en se disant tant pis si j'en crève, tant pis si j'ai mal.

Le deuxième aspect est la peur de ne pas pouvoir tenir la route avec quelqu'un. On peut s'aider par la lecture d'un livre, *Le harcèlement moral*, de Marie-France Hirigoyen, ouvrage-clé pour percevoir comment, dans la relation en couple, l'un peut faire du harcèlement, de façon souterraine et tellement insidieuse qu'on ne le voit pas venir. Ensuite être éventuellement aidé par quelqu'un en thérapie afin de reconstruire son estime de soi, ses défenses et sa solidité.

**QUESTION** - J'ai entendu dire un jour : « Personne ne trouverait admissible de s'entendre dire : "Tu es mon ami et tu n'as donc pas le droit d'avoir d'autres amis que moi". Pourtant on trouve cela parfaitement évident dans le cadre d'une relation amoureuse. » Je suis un peu jalouse mais cette remarque me trotte dans la tête depuis quelques années. Qu'en pensez-vous ?

**CHRISTIANE SINGER** - La sexualité est quelque chose dont nous ignorons tout, et les propos relatifs à la liberté sexuelle à notre époque sont des fadaises écœurantes. Il y a une totale ignorance de ce qu'est le mystère de la sexualité et les propos que l'on entend à cet égard sont aussi naïfs que ceux relatifs à l'utilisation pacifique de l'énergie atomique.

Votre instinct est juste. A propos de la sexualité et de la nourriture, Marguerite Kardos disait : « Veillons à ce que nous laissons entrer en nous... » En effet, chaque relation sexuelle est une empreinte que vous n'effacez plus, elle demeure dans la profondeur de la chair. L'issue est de respecter ceux avec qui on a brûlé dans la profondeur de l'amour, de ne pas maudire qui on a accueilli dans son corps.

Ah la sexualité ! Un abîme inconnu. En parler est un peu comme parler de la mort dont nous ne savons rien : bavardage de passants !

**YVES RÉQUÉNA** - La véritable fidélité ne tient pas, selon moi, à une promesse. L'autre est donc libre et, de toutes façons, comment pourrait-il ne pas l'être : son corps lui appartient, ses désirs lui appartiennent, comment pourrais-je avoir le monopole des désirs de l'autre et de son corps ? A partir de là une construction de fidélité peut se faire ou non, cela dépend de l'économie du couple, de chaque personne, de chaque sensibilité.

La véritable fidélité ne s'établit pas sur un engagement de fidélité. Comment peut-on s'engager à être fidèle en corps et même en pensée, et comment pourrait-on avoir le contrôle absolu de ses désirs ou de ses fantasmes ? A partir du moment où deux personnes ne se promettent pas fidélité, elles ont le respect mutuel de ce que chacun peut avoir à connaître de spontané, d'essentiel qui se produit en lui. Il n'existe pas de liberté surveillée, sous contrôle, sous contrat. C'est ce que je vis et cela ouvre un espace formidable pour être fidèle de pleine foi. C'est là une façon de vivre la fidélité, mais sans doute en existe-t-il d'autres reposant sur l'engagement. Les réponses à la question posée ici sont sans doute multiples, car là encore il n'y a pas de recette, il s'agit de la situation de deux personnes qui vivent ensemble, et j'ai envie de dire que cela ne nous regarde pas.

**GILLES FARCET** - Dans le chapitre auquel j'ai fait allusion tout à l'heure, il y a un paragraphe intitulé « Sexe, mensonges et vie d'ego ». Si heureusement on ne peut rien dire de général à ce sujet, il me semble, par mon expérience et celle des gens qui se confient à moi tous les jours, que la dispersion sexuelle est la plupart du temps un évitement. Nous nous servons courageusement de ce que nous appelons la sexualité, en fait de l'attrance sexuelle, mécanique, pour éviter la relation.

En ce qui me concerne, et tout en me gardant bien de juger, je crois que l'exigence de fidélité qui était posée dans le mariage traditionnel n'était pas une exigence de contrôle.

C'est la dégénérescence de cet idéal du mariage qui le pose comme un contrôle biologique. Je rejoins parfaitement Yves sur ce point, de quel droit quelqu'un prétendrait-il me contrôler biologiquement ? Dans la promesse de fidélité, je vois tout autre chose, une exigence plus profonde d'aller jusqu'au bout de la relation. Or, je ne peux aller au bout de la relation si je passe mon temps à l'éviter en allant voir ailleurs. Là encore, la référence à plus grand, à davantage que « moi et toi », peut faire la différence : non comme un impératif moral mais en tant que perspective. Être « fidèle », ce n'est pas tant, me semble-t-il, être fidèle à un autre qui exigerait de me garder pour lui seul mais être fidèle à ce tout qui est plus que la somme de deux personnes et que l'on peut appeler le couple. Evidemment, la fidélité vécue comme un épanouissement plutôt qu'une restriction suppose un approfondissement. D'une certaine façon, la fidélité vraie ne supporte pas la médiocrité.

*Le prochain Forum TERRE DU CIEL aura lieu les 31 octobre, 1<sup>er</sup> et 2 novembre 2003 à Aix-es-Bains, sous le titre « RETOUR À L'ESSENTIEL - Une nécessité, aujourd'hui, pour l'individu comme pour la collectivité ».*

