

le polyamour ?

Certains le décrivent comme une solution anti-routine, anti-lourdeurs de la monogamie. Alors, le polyamour, une idée sage ? Réaliste ? Altruiste ? Égoïste ? Décryptage d'une pratique sentimentale de moins en moins anecdotique.

On connaissait l'infidélité, l'amour libre, voilà le « polyamour » ou art de vivre plusieurs histoires simultanément avec la bénédiction du conjoint. Prérequis : transparence totale et principe de non-exclusivité réciproque. Cette dernière notion est importante : la femme a le droit de faire l'amour avec d'autres, comme l'homme. De ce sujet complexe, Isabelle Broué, jeune réalisatrice, en a fait une comédie documentaire avec des interviews, *Lutine*, réalisé grâce au financement participatif et diffusé en salle courant 2017. C'est l'histoire d'Isabelle amoureuse de Gael. Elle veut tout partager avec lui, jusqu'à son désir pour Philippe. Une utopie. Gael s'en va et ainsi que Philippe, déstabilisé. Le film pose la question du jardin secret, de la limite entre ce que l'on peut dire, ce que l'autre peut entendre. Dans l'idéal, le polyamour, c'est la fin de l'infidélité, du mensonge et du divorce. Il n'y aurait plus d'ex, plus de déménagements, que du bonheur partagé avec les anciens, les nouveaux. Mais pas facile de trouver des âmes sœurs aussi larges d'esprit. Il faut gérer la jalousie, les ego, les émotions, les siennes et celles des autres. Tout est dans le script du film : plus on est nombreux, plus c'est compliqué. Vincent Estellon, psychanalyste, professeur de psychopathologie clinique et

auteur⁽¹⁾ aborde la question des limites, d'une sexualité addictive parfois cachée sous le concept du polyamour.

Les hommes sont vraiment plus « poly » que nous ?

Est-ce un effet de la testostérone ? Ils seraient plus facilement poly, polygames, poly amoureux, polysexuels, pervers polymorphes. S'engager ? Difficile pour eux de s'engager, car en choisir une, c'est renoncer aux autres. Le polyamour leur permettrait de réaliser ce vieux fantasme : un harem, le plaisir sans la culpabilité. Là où cela se complique, c'est lorsqu'il faut admettre la réciprocité. Hein, quoi ? Jeannette passerait la soirée avec un autre ? Et lui, en attendant son retour, il irait promener le chien ?

Ça ne va pas ? Voilà pourquoi le concept de polyamour, idéaliste et cérébral, conviendrait mieux aux femmes. Parler de ses désirs, de ses émois, échanger des conseils, on le fait spontanément entre amies alors pourquoi pas avec son partenaire ? Quelle liberté de pouvoir dire à Roland « il est sexy, John. Demain, je mets les cuissardes pour lui donner envie de m'épouser ». Et quelle joie de séduire John puis de retrouver ensuite son bon vieux nounours de Roland. Du jamais vu... Au polyamour, l'homme préférerait souvent le concept de l'infidélité, qui lui permettrait de passer pour le gendre idéal, monogame, fidèle, attentionné et comble de l'ironie, lui permettrait même d'être jaloux !

Pourquoi on est « poly » ou « mono » ?

Cela serait lié à l'enfance. Freud parle de polysexualité ou sexualité infantile : l'enfant vit des amours intenses avec ses parents, sa fratrie, ses cousins et cousines. Et

Il n'y aurait plus d'ex, plus de déménagements, que du bonheur partagé avec les anciens, les nouveaux

... puis il apprend l'interdit de l'inceste. Une leçon plus ou moins cuisante selon les individus. Selon Vincent Estellon, « l'infidélité à l'âge adulte serait une manière de se venger de ces premières amours déçues, les liens œdipiens se déplaçant sur des figures parentales, professeurs, personnes mariées... » La polysexualité illustrerait cette quête du paradis perdu avec, sous-jacent, le besoin de combler un vide : « les objets à consommer sont des objets de substitution et sont interchangeables », reprend le psychanalyste. Une sexualité compulsive cacherait une forte demande affective. « Fais-moi ci », « fais-moi ça » signifierait « aime-moi ». En société, on avouerait ainsi plus facilement être « polyamoureux » que sex addict, ce serait plus politiquement correct... Le contexte encourage le goût pour les amours plurielles. « Les applis de rencontres avec géolocalisation, encouragent la consommation immédiate, l'obsolescence programmée, continue Vincent Estellon, on n'est plus dans le désir mais dans le besoin, la pulsion ». On est d'autant plus « poly » qu'il y a l'embarras du choix, un clic et hop, on se retrouve embarquée dans une e-discussion érotique ou dans un lit. Pour Fabienne Kraemer, psychanalyste et auteure⁽²⁾, c'est l'éducation à la frustration qui construit la personnalité poly ou mono et la capacité à résister aux tentations : « ceux et celles à qui on a dit "non" ont appris l'attente, la frustration. Ceux et celles à qui on a tout passé deviennent égocentrées et ne supportent pas les périodes d'ennui dans le couple, inévitables, mais pour eux insupportables ». Peut-on changer, avec le temps ? Un mono pourrait ainsi être un poly qui s'ignore. Un poly pourrait deve-

nir mono (avec pas mal d'efforts), pour les beaux yeux de quelqu'un.

Faut-il affirmer sa « poly-nature » ?

Tous les « poly » le diront : pour ne pas provoquer de lourdes déceptions, il faut en parler vite, juste après la rencontre, dès les présentations. Puisque le point d'orgue, c'est l'honnêteté. Mais comment faire, en pleine période de roucoulade pour balancer les gros dossiers qui tuent : « chéri, j'ai d'autres chéris sur le feu, mais, pas d'inquiétude, on te trouvera une place », sans faire fuir l'objet du désir à toutes jambes. Comment annoncer la couleur ? Il y a d'abord la manière directe : « bonjour, je suis poly et toi ? » si l'autre répond aussi sec « moi poli et toi grossière »,

la messe est dite, passez votre chemin. S'il rebondit « plus on est de polys, plus on rit », bingo, vous partagez a priori le même logiciel amoureux. S'aimer, c'est regarder ensemble dans la même direction, c'est écrit sur les assiettes du Mont Saint-Michel. Pour les adeptes de subtilité et les timides, il y a la manière douce : Selon Selim Niederhoffer, coach en séduction : « les mots clé tels que "liberté", "plaisir", "curiosité" mettent sur la voie. La personne 100 % mono va tout de suite poser des limites. Le ou la poly va parler de ses lectures axées libertinage. À la tête de l'autre, on sera fixé(e) sur son profil mono ou poly ». Au détour d'une conversation, on peut aussi poser des jalons rassurants : « dans polyamour, il y a "amour", ce n'est pas de l'échangisme ». On peut même partir en vacances tous ensemble, les ex, les nouveaux, les futurs, à deux ou trois voitures direction La Bourboule. Finalement, à part au Vatican, où croit-on encore que l'on ne peut être que deux dans un couple ? ●

⁽¹⁾ Les folies compulsives (Dunod)

⁽²⁾ 21 clés pour l'amour slow (PUF)

ET AUSSI

Sur www.polyamour.info, une communauté de partisans du polyamour échange des expériences, des événements, des articles sur le sujet. Un calendrier propose des dates de « Cafés Poly » sur toute la France ainsi que des rencontres et des groupes de parole.

