



Polyamour : le new deal amoureux

© THINKSTOCK

Revoir les ressorts de la vie de couple tradi pour s'ouvrir à d'autres possibilités de relations, tel est le credo des adeptes du polyamour. Ni libertins, ni polygames, ils prônent le consentement et la bienveillance. Focus sur un phénomène en vogue. **Par Alexandra Da Rocha**

Il existe plusieurs termes pour parler de ce phénomène qui séduit de plus en plus de personnes, de San Francisco à Paris en passant par Bruxelles ou Montpellier : polyamour, polyamorie, amours plurielles, lutinage, etc.

Pour une première approche, peu importe les débats étymologiques. Il faut juste savoir qu'il existe aujourd'hui des hommes et des femmes qui reviennent sur la notion de couple avec ses promesses et sa réalité. Côté promesses, le couple traditionnel, tel qu'il est en tout cas posé au XIX^e siècle, se jure amour et fidélité. Une fidélité entendue comme une exclusivité. Côté réalité, le couple traditionnel n'est pas à l'abri des désirs qui jaillissent chez l'un, chez l'autre et s'orientent vers une tierce personne. À la clé : un passage à l'acte possible et son corollaire fait de mensonges, de culpabilités et de jalousies. Mais ce n'est pas tout.

L'amour en partage

Les adeptes du polyamour accueillent la nature humaine telle qu'elle est, c'est-à-dire prompte à aimer. Ils rappellent que l'amour familial trouve de la place pour chaque

membre de la famille, que l'amour filial s'enrichit à l'arrivée de chaque nouvel enfant, que l'amour amical embrasse un grand cercle de membres. De là, ils tirent une conclusion : l'amour amoureux peut lui aussi couvrir plus qu'une seule et même personne. L'expérience montre que c'est même fréquent. On aime son mari d'une certaine façon, son amant d'une autre, son dernier coup de cœur encore d'une autre, etc. À partir de là, les adeptes du polyamour revendiquent le droit de dire que les amours peuvent être multiples au lieu de se mentir et de mentir. Ce mouvement, né dans les années 20 dans les milieux marxistes et anarchistes marqués par la détestation de l'amour bourgeois, a fait son grand retour à partir des années 2000. Certains livres théorisent même cette nouvelle donne amoureuse. Aux États-Unis, *La Salope éthique* des thérapeutes Dossie Easton et Janet Hardy sort en 1997. En France, la journaliste Françoise Simpère contribue en 2002 à faire connaître ce dispositif amoureux avec *Aimer plusieurs hommes*. Bien sûr, les non-initiés amalgament vite le polyamour avec l'adultère, la polygamie et le libertinage. ▶

► Mais ces associations sont fausses. La personne poly n'est pas infidèle car elle n'a jamais juré l'exclusivité. Elle se dit même fidèle si l'on comprend ce mot dans son sens étymologique de « confiance ». Le fondement du polyamour étant le consentement, il est convenu dès le départ que chacun et chacune peuvent vivre plusieurs histoires, avec ou sans sexualité d'ailleurs. Et que les modalités de ces relations peuvent faire l'objet de négociations ou du moins de discussions au moment opportun pour les personnes concernées. Les poly ont même inventé un mot, la « compersion », qui désigne la capacité de se réjouir du bonheur de sa, son ou ses partenaires, même si c'est avec quelqu'un d'autre.

Rien à voir avec la polygamie

Ensuite, le polyamour se distingue de la polygamie, qui est une non-exclusivité conjugale, du fait que la conjugalité n'est pas nécessaire. Mais aussi du fait que la polygamie se traduit la plupart du temps par la polygynie, c'est-à-dire un homme et plusieurs épouses. Les poly sont féministes et le droit aux relations multiples s'applique naturellement à tous les genres. Enfin, le polyamour ne peut pas se confondre avec le libertinage. Non seulement parce que le libertinage est une mise entre parenthèses momentanée de l'exclusivité sexuelle, mais aussi parce que le libertinage ne repose que sur la sexualité. Les poly n'entrent pas systématiquement dans une relation sexuelle avec leurs partenaires. Rien à voir non plus avec l'injonction à jouer tous azimuts des années 70. Car avec le polyamour, tout doit se vivre dans la bienveillance appliquée à toutes et tous. Voilà pour la théorie. Dans la pratique, être poly, c'est

SOIRÉES POLY, RESTEZ POLI !

Il existe un peu partout en France des cafés poly où adeptes et novices du polyamour échangent sur le concept, mais aussi sur les modalités de mise en place de ce fonctionnement qui peut dérouter, au moins au début. Une des questions les plus fréquentes concerne la gestion des émotions, et notamment ce que l'on appelle la jalousie qui, pour les poly, est plus profondément une question de peurs. Celles et ceux qui appréhendent ces rendez-vous comme des occasions de drague sont malvenus, de même que tous les prédateurs appâtés par un préjugé : « Les poly couchent facilement ! » Eh bien, non.
Polyamour.info

un boulot à temps plein. Il faut beaucoup s'écouter, beaucoup écouter, beaucoup discuter, beaucoup débriefer. Et cela n'est possible qu'entre personnes suffisamment adultes sur le plan affectif, donc assez « secure », mais aussi qu'entre personnes qui « travaillent » leur connaissance d'elles-mêmes et maîtrisent les rudiments de la communication non violente. Si les poly glorifient le temps présent pour vivre des relations multiples, ils sont comme tout le monde, exposés au risque de désamour et aux histoires qui s'achèvent. Mais ils le sont sans mensonge. Sans serment d'hypocrite.



Témoignage: « Je vis en Polyamorie »

La réalisatrice Isabelle Broué est entrée en polyamorie, comme elle dit, et a réalisé *Lutine*, une comédie documentée sur le sujet. Rencontre avec une adepte du sur-mesure relationnel.

« Je fais partie de celles et ceux qui préfèrent utiliser le mot "polyamorie". Ça sonne comme un continent à explorer. Et c'est bien de cela qu'il s'agit. Aussi parce qu'être "poly" ne signifie pas "être amoureux ou amoureuse de plusieurs personnes", mais bien "être en relation avec plusieurs personnes dans un cadre consensuel et éthique". À partir du moment où l'on sort du cadre traditionnel du couple et de ses pendants, l'adultère et le mensonge, tout est possible. On peut vivre en couple et être poly, on peut vivre en solo et être poly ou encore vivre à plusieurs et être poly. Les seules contraintes pour vivre de cette façon ses amours sont le consensus et l'éthique. Une personne qui se dit "poly" alors que ses partenaires l'ignorent, ne l'est pas. Car la polyamorie suppose que chaque personne concernée soit au courant, et d'accord. De même, l'éthique : c'est prendre soin de chacune de ses relations en faisant preuve d'écoute, de bienveillance et de respect. Il y a une forme de légèreté et de sérieux dans ces relations. C'est la raison pour laquelle j'ai appelé mon film *Lutine*,



© LUTINE && CIE

d'après le mot "lutinage", inventé par Françoise Simpère, l'auteure du *Guide des Amours plurielles*. Inspiré du vieux français "lutiner", qui signifie "charmer, faire la cour" et du monde des lutins et lutines, ce mot rend bien compte de la dimension facétieuse de mon film, qui est avant tout une comédie, même s'il traite d'un sujet sérieux. Un de mes objectifs avec *Lutine* est, en effet, de faire connaître ce mode relationnel libre et nouveau, afin que chaque personne sache qu'elle a le choix de vivre ses relations de la manière qui lui convient le mieux. »

Sites : lutinefilm.com
et lutineetcie.com

