

Entrevue avec Michel Pruneau
Auteur du livre *Plaisirs et défis*
du lien amoureux
(VLB éditeur 2000)
Revue Corps et Âme

1^{ère} partie
LE CONCEPT OMNIGAMIE

Michel Pruneau, vous venez de publier un ouvrage de réflexion sur les relations amoureuses où vous critiquez sévèrement la monogamie traditionnelle. Pourtant, la majorité des êtres humains espèrent vivre une relation amoureuse significative, non?

Bien sûr que tous les êtres humains veulent être amoureux et ce désir est l'expression d'un attachement à la vie, essentiel à préserver. Sauf que la réalité des couples nous montre que très peu de personnes réussissent à construire une véritable relation satisfaisante. Il est assez rare que les femmes et les hommes soient de véritables alliés. En moyenne, une union sur deux éclate après seulement deux années de vie commune, alors que les dernières études révèlent que pour les couples unis, soixante pour cent des hommes ont des aventures extraconjugales et presque la même proportion des femmes font de même (il y aurait un écart de quatre points!). Et malgré tout, nous prétendons encore que nous sommes monogames ! Il est selon moi urgent de comprendre que la monogamie est devenue une culture du mensonge. Si nous continuons à penser la vie amoureuse selon ce modèle, il deviendra bien difficile de comprendre les problèmes des relations amoureuses et il sera surtout impossible de proposer des solutions adéquates.

Mais qu'est-ce qui crée le malheur des êtres amoureux ?

Le désir d'une relation monogame est tout à fait légitime car ce désir porte presque toujours le rêve d'une vraie communication, entre deux êtres égaux qui tentent d'unir leur

existence sur la base d'un plaisir partagé. Lorsque nous tentons de séduire une personne qui nous plaît, nous espérons toujours que le sentiment de passion amoureuse très puissant qui en résulte, soit éternel et exclusif. Nous souhaitons que le climat de passion sexuelle, émotive et intellectuelle, qui caractérise une nouvelle relation, dure toujours. C'est pour cette raison que nous formons des couples. En souhaitant que cette alliance nous permette de mieux traverser l'existence et ses multiples défis.

C'est là que les problèmes surviennent ?

Les problèmes surviennent lorsque la distance entre les deux partenaires, qui existait au début d'une relation, s'estompe peu à peu. La vie quotidienne transforme l'être extraordinaire, désiré et inconnu, en une personne connue qui a aussi des défauts. Lorsque les êtres amoureux s'impliquent dans une relation à long terme, les défis économiques viennent parasiter la relation passionnelle qui finit souvent par être conflictuelle.

Mais ces conflits relationnels ne sont-ils pas indissociables de toute relation ? Ces tensions peuvent approfondir la communication pour lui donner une valeur humaine.

Tout à fait ! C'est là tout l'idéal du rêve monogame. Les hommes et les femmes peuvent apprendre à devenir des alliés. Mais pour y parvenir, il faut aussi se sortir de ces états conflictuels récurrents qui semblent souvent être l'état naturel des couples. Trop souvent, les conjoints se perçoivent mutuellement comme des êtres qui empêchent le plaisir de vivre. Il y a quelques années, deux de mes amis avaient participé à un rallye automobile et ils s'étaient amusés comme des fous durant toute une journée. Alors qu'ils racontaient les détails de leur expérience délirante, ils avaient conclu leur récit en déclarant que plusieurs équipes avaient vécu des conflits importants. Vous le devinez sans doute, ces équipes étaient

formées de personnes qui avaient fait la gaffe de s'inscrire en couple !

C'est une histoire triste.

C'est une histoire pathétique, répétée à des millions d'exemplaires. Et pourtant tous ces couples conflictuels ont d'abord été amoureux fous ! Mais avec le temps, l'espace de liberté et de plaisir a disparu. Nous attendons tellement de l'état amoureux, qu'il croule souvent sous le poids de l'idéal. Dans notre rêve monogame, nous croyons que l'amour de l'autre est une force assez puissante pour annuler notre douleur de vivre. En fait c'est le contraire qui se produit. L'état amoureux est très souvent douloureux.

Mais l'idéalisation n'est-elle pas justifiée par le début de la relation amoureuse, qui est toujours caractérisée par des expériences érotiques intenses et fusionnelles ?

Exactement. Ces expériences nous font croire, sans doute inconsciemment, que l'état amoureux est assez fort pour faire disparaître la mort elle-même. Dans les faits, c'est encore le contraire qui se produit. Plus nous sommes amoureux, plus la mort semble cruelle. Rien ne peut faire disparaître la mort, et les êtres amoureux se retrouvent fréquemment aux prises avec un sentiment de solitude extrêmement difficile à supporter. L'autre ne réussit jamais à être le miroir parfait de notre âme. Et son corps vieillit comme le nôtre. Il lui arrive aussi d'être mal dans sa peau et de vivre des conflits. Comme le Titanic, l'amour n'est pas insubmersible.

Comment les couples peuvent-ils surmonter ces défis ?

En devenant de véritables alliés, ce qui suppose que les êtres amoureux intègrent les notions de liberté et d'engagement. Au début d'une relation, les femmes et les hommes sont chargés de désir parce qu'ils doivent se conquérir. Ils sont excités par

l'incertitude et la nouveauté et ils sont aussi angoissés par la possibilité de ne pas séduire et de perdre l'autre. Cette insécurité est essentielle à une alliance érotique. La sécurité que nous recherchons dans une relation, pour ne plus souffrir des rejets et des blessures de notre histoire, ne doit pas nous isoler comme dans un cocon. Dans un premier temps, cette exclusivité est sécurisante, mais avec le temps, elle crée les conditions de l'ennui amoureux.

Mais sans la sécurité émotionnelle, la vie serait un peu cruelle, non ?

La vie est cruelle, car elle nous est donnée et elle nous sera reprise un jour. Si la sécurité émotionnelle est essentielle, à long terme elle a un effet secondaire méconnu car elle finit par tuer le désir. Les partenaires se considèrent souvent comme des acquis. Le sentiment amoureux cache souvent des attitudes de domination et de possessivité. Lorsque la possibilité de perdre l'autre n'existe plus, nous ressentons de moins en moins le désir de le conquérir. Il est impossible de désirer un être qui nous appartient comme un objet. Un être à notre disposition n'est pas un partenaire, c'est un esclave.

Dans votre livre, vous dites que les relations «extraconjugales» peuvent maintenir la tension du désir dans un couple. Mais dans la réalité, l'infidélité sexuelle est presque toujours le point final de la relation de couple.

Les relations extraconjugales peuvent maintenir la tension du désir, dans la mesure où la relation amoureuse est une véritable alliance. En réalité, toutes les formes de plaisir sont essentielles à la santé et à l'équilibre des êtres humains, pas seulement le plaisir sexuel. La structure biologique des êtres humains est directement liée au plaisir. Une personne qui éprouve du plaisir dans sa vie demeure une personne vibrante et allumée. Dans la culture monogame, même le simple désir de vivre un plaisir sexuel à l'extérieur de la relation de couple, est

interprété comme une trahison ou même comme une agression contre l'autre.

C'est souvent le cas non ?

C'est souvent le cas parce que l'idéologie monogame ne prend pas en compte le fait que les êtres humains sont animés par des pulsions qui ne connaissent aucunement nos contraintes morales. Ces pulsions demandent à être satisfaites parce que notre santé globale en dépend. Lorsqu'une relation amoureuse est détériorée et qu'elle est devenue une torture réciproque, l'infidélité est effectivement une trahison. Mais cette trahison est devenue essentielle parce que la relation n'était plus un lieu de désir et de satisfaction.

Vous citez l'anthropologue Helen Fisher qui dit que la monogamie a été une stratégie essentiellement féminine visant à former une alliance avec le mâle pour mieux assurer la survie de sa progéniture. Dans cette perspective, la monogamie est aussi un lieu d'évolution, de culture et de communication.

Je n'ai rien contre cette vision, mais pour la rendre possible nous devons comprendre les êtres amoureux. Cette monogamie a quelque chose de noble, mais il ne s'agit absolument pas de la monogamie des femmes dominées de la société industrielle où l'exclusivité est devenue un instrument de domination essentiellement mâle pour s'assurer la fidélité sexuelle des femmes. Malgré leurs prétentions monogames, les hommes ont toujours gardé le droit à une certaine polygamie. D'ailleurs, lorsqu'il est question de l'infidélité féminine, les hommes dominateurs sont littéralement terrorisés et deviennent souvent violents.

La monogamie obligatoire est donc fondée sur un mensonge ?

Mis à part le rêve relationnel égalitaire qu'il faut préserver, la monogamie stricte est fondée sur une fermeture autoritaire et infantilissante qui ne prend pas en compte la complexité des êtres humains. C'est pour

cette raison que tant de personnes étouffent dans leurs relations amoureuses. Et puisque l'autorité religieuse n'est plus là pour contraindre les individus à demeurer unis pour le meilleur et pour le pire, face aux conflits, la séparation devient la seule option possible et elle est de plus en plus utilisée. Comment l'idéal monogame en est-il arrivé à créer autant de solitude et d'incompréhension entre les hommes et les femmes ?

C'est la raison pour laquelle vous proposez un nouveau cadre de référence que vous appelez l'omnigamie ?

L'être amoureux n'est ni monogame ni polygame, mais il devrait selon moi, apprendre à devenir les deux ! Puisque nous tentons d'entrer en relation amoureuse significative sur la base d'un désir animal qui est fondamentalement polygame, l'omnigamie est une invitation à lier l'engagement amoureux et la liberté fondamentale de l'être humain. « Omni » veut dire tout. Ce n'est plus l'un **ou** l'autre, mais bien l'un **et** l'autre.

Qu'y a-t-il de différent dans une relation omnigame ?

La première chose qui change c'est qu'il n'y a plus de règle autoritaire qui contrôle la relation amoureuse. C'est curieux comme nous nous sommes libérés de la notion infantilissante du péché mais que l'exclusivité sexuelle soit demeurée comme une loi divine. L'exclusivité sexuelle n'est pas une loi immuable, mais une règle culturelle que nous pouvons remettre en question sagement. La relation amoureuse est un passage de l'enfance à l'âge adulte et un adulte devrait être une personne libre qui réfléchit et qui apprend à communiquer pour pouvoir vivre avec la totalité de ce qu'il est.

Mais la perspective de la liberté sexuelle de l'être que l'on aime entraîne une douleur «anti-amoureuse»

Je ne dis pas que l'omnigamie oblige les êtres amoureux à vivre des relations sexuelles extraconjugales. Je dis que le désir peut difficilement survivre à une absence totale de liberté. Il appartient à chaque couple de décider comment ils veulent vivre. Non pas en fonction d'une autorité ou d'un tabou mais en fonction d'une communication réelle entre des adultes concernés et consentants. Dans son film posthume *Eyes wide shut* (*Les yeux grands fermés*), Stanley Kubrick présente un couple qui aborde le désir extraconjugal. Mais plutôt que de faire évoluer ses personnages vers une soumission à une morale monogame déprimante, il démontre comment le thème du désir extraconjugal est générateur de désir et de goût de vivre.

Mais qu'en est-il de la souffrance de ces hommes et de ces femmes qui font face au désir extraconjugal de leur partenaire ?

La liberté est un projet adulte difficile à assumer, et cette liberté est indissociable du désir. Le couple de Kubrick n'a finalement pas de relations extraconjugales mais il a ouvert la porte des fantasmes par la communication. Il s'en trouve nourri et ravivé. Lorsqu'il est possible de perdre l'autre, nous retrouvons le désir de le séduire. L'essence du projet omnigame vise à créer un espace de communication où la totalité de ce que nous sommes peut être pris en compte. Dans ce projet, notre regard est orienté vers la construction d'une véritable alliance où le désir et la vitalité des partenaires ne sont pas perçus comme des menaces contre le couple.

Vous ne craignez pas que l'omnigamie soit mal interprétée et que plusieurs s'en servent pour justifier des comportements blessants ?

Ceux et celles qui fondent leur relation sur un rapport de domination vont sans doute continuer. Il faut comprendre que le projet omnigame n'est pas un nouveau modèle. C'est une reconnaissance de l'état fondamental de liberté des êtres humains qui entrent en relation amoureuse. L'omnigamie

est basée sur la reconnaissance de l'égalité entre les hommes et les femmes qui désirent communiquer et se connaître passionnément.

Entrevue avec Michel Pruneau
Auteur du livre *Plaisirs et défis*
du lien amoureux
(VLB éditeur 2000)
Revue Corps et Âme

2^{ème} partie

QUAND LES AMANTS
DEVIENNENT PARENTS

Michel Pruneau, lors de notre première entrevue, vous avez présenté ce nouveau cadre de référence que vous nommez l'omnigamie. Qu'est-ce qui distingue cette nouvelle proposition de la révolution sexuelle des années soixante dix ?

Il est effectivement difficile d'imaginer un espace de liberté et de communication sans en faire un modèle qui dicte une ligne de conduite. La polygamie des années soixante dix était, à bien des égards, une réaction tout à fait compréhensible à une société autoritaire et castratrice au plan sexuel. Dans la tradition judéo-chrétienne, le corps a toujours été dévalorisé et associé au mal. Le diable, l'enfer, l'animalité et la sexualité étaient presque des synonymes. Dans l'imaginaire collectif, l'histoire d'Adam et Ève, dans le jardin d'Éden avec la pomme et le serpent, est encore très souvent associée au désir sexuel illicite. La libération sexuelle des années soixante dix est venue remettre en question cette honte cosmique, ce « péché originel » qui est d'ailleurs à la source de notre existence. Si nous sommes vivants, c'est parce que nos parents ont fait l'amour.

D'autre part, il faut aussi signaler que cette époque a aussi été celle de l'accès à la contraception qui a libéré les femmes des grossesses obligatoires et multiples. Mais, avec le temps, la libération sexuelle a aussi révélée des aspects plus troubles. Malgré les prétentions d'amour universel, lorsque des enfants sont nés, les hommes ne se sont pas beaucoup plus impliqués auprès de leurs enfants. À cet égard, cette « révolution » a plutôt été conservatrice. La polygamie ou la

promiscuité sexuelle a toujours été un droit plus masculin, alors que les responsabilités familiales ont toujours été assumées par les femmes. Et puis au cours des années quatre-vingt, le Sida est venu réintroduire le spectre de la mort dans le monde des fantasmes et du désir sexuel. Comme si la notion de péché avait enlevé son manteau religieux pour revêtir celui de la biologie et de la pathologie, avec la même peur fondamentale de la mort en arrière plan.

Considérez-vous que cette révolution sexuelle a été un échec ?

Ça dépend pour qui ! La révolution sexuelle a été un mouvement collectif de libération qui correspondait à une époque. Pour déterminer si elle a été une réussite ou un échec, il faudrait interroger les personnes qui l'ont vécu afin de savoir si elles ont été libérées ou aliénées par les expériences qu'ils ont vécues. Ce qui est certain c'est que le cadre des relations amoureuses était totalement éclaté. À travers les drogues, la méditation ou les plaisirs sexuels, la quête d'absolu en était une de sensation pure. La rationalisation ou la compréhension psychologique n'était pas vraiment valorisée. Mais ce qui me fascine maintenant et qui nous rapproche de votre question de départ, c'est que nous nous retrouvons encore aujourd'hui aux prises avec l'idée que les relations extraconjugales constituent une faute grave. Le « péché d'infidélité » fait encore partie de nos schèmes de pensée, comme si la révolution sexuelle n'avait jamais eu lieu.

Est-ce que la jalousie est une pathologie pour vous ?

La jalousie n'est pas une pathologie en soi. Il est compréhensible qu'une personne qui en aime une autre éprouve le désir d'être l'objet d'amour exclusif. Nous avons besoin de nous sentir choisi par l'autre pour accepter d'entrer en relation. Mais la jalousie cache aussi des blessures d'enfant mal aimé et des angoisses non élaborées qui peuvent aussi entraver le plaisir réel d'une

relation amoureuse. Lorsque les partenaires s'interdisent mutuellement le droit de se ressourcer à l'extérieur de la relation, la jalousie devient une réaction infantile, comme l'enfant qui casse ses jouets plutôt que de les partager avec ses amis. Et je ne parle pas précisément de liberté sexuelle. Pour plusieurs couples, même les amitiés ou les loisirs du partenaire sont en compétition avec la relation.

Ce « péché d'infidélité » dont vous parlez, ne fait pas partie de votre cadre omnigame.

Si nous voulons vraiment comprendre l'être humain, il est clair que la notion de péché ou de faute transcendante doit être abandonnée ! Les couples doivent se donner le droit de vivre le style de relation qu'ils définissent eux-mêmes, ce qui implique une communication adulte, intelligente et stimulante. La contrainte monogame acceptée comme une loi cosmique autoritaire entraîne tôt ou tard la mort du désir. Pour demeurer intense, le plaisir sexuel a besoin de trouver un équilibre entre l'excitation de la nouveauté et la connaissance du corps de l'autre. Il faut bien connaître une personne pour éprouver une jouissance réelle avec elle, mais si nous avons l'impression de trop la connaître, le désir s'éteint et l'ennui ou les conflits se chargent d'assassiner ce qui reste de la relation.

Pour bien comprendre le cadre omnigame, pourrions-nous dire qu'il permet les relations extraconjugales sans les obliger ?

Puisque l'omnigamie est une quête de liberté, il ne peut en effet être question d'obligation. Mais cette liberté implique aussi que chaque individu doit assumer lui-même ses choix. Si un membre d'un couple décide d'éviter une occasion de relation extraconjugale, il ne peut pas en faire le reproche à son ou sa partenaire. C'est son choix d'adulte libre. Et que nous le voulions ou non, il arrive fréquemment que les êtres amoureux soient aux prises avec des désirs ou des fantasmes qui ne sont pas

compatibles avec l'obligation monogame. Dans un cadre omnigame, la relation est fondée sur l'authenticité des partenaires, et ces pensées ou ces désirs peuvent et doivent faire partie de la communication amoureuse. Car non seulement le concept d'omnigamie reconnaît le droit mutuel des hommes et des femmes au plaisir, mais il se sert de ce droit absolu comme un moteur du désir. Il est d'ailleurs intéressant d'observer l'explosion du désir dans un couple où la communication est saine, lorsque l'homme ou la femme révèle un fantasme extraconjugal. La plupart du temps, les amants se retrouvent comme s'ils venaient de se connaître ils font l'amour passionnément, même s'ils pouvaient avoir l'impression de s'ennuyer, quelques secondes auparavant. Mais malheureusement, la culture du mensonge monogame transforme très souvent les fantasmes extraconjugaux en règlements de compte agressifs. La culture monogame stricte nous dit que le désir d'une autre personne que notre conjoint est le symptôme d'un échec amoureux. Par conséquent, ces désirs illicites ne deviennent conscients ou ne sont communiqués que lorsque la relation est véritablement détériorée. Les partenaires irrités par les défis de la vie quotidienne se reprochent alors mutuellement de ne plus éprouver de désir, jusqu'à ce que l'infidélité de l'un d'eux vienne confirmer l'échec de la relation, trop fermée pour pouvoir respirer et s'épanouir. Le monde des fantasmes est pourtant indissociable de la survie du désir. Et il est faux d'affirmer que les désirs « polygames » expriment toujours le désaveu d'une relation. Ces désirs sont d'abord l'expression des êtres sains qui sont habités par le goût de vivre et de développer leur sentiment d'appartenance au monde.

Une bonne partie de votre livre est consacré à la compréhension des amants devenus parents. Le désir érotique n'est pas une chose évidente lorsque le couple devient une famille.

C'est en effet périlleux ! La transformation d'une amante en mère et d'un amant en père

ne garantit pas que l'amante et l'amant vont survivre à l'opération. Les transformations du corps de la femme enceinte, l'arrivée concrète d'un bébé au milieu du couple et les nombreux défis de la maternité et de la paternité ont souvent raison de la fougue des amants.

Vous dites aussi qu'il se produit un inceste symbolique dans la relation de couple. Pouvez-vous expliquer ?

Lorsqu'un couple est vraiment happé par les responsabilités parentales, ce qui est à peu près inévitable, l'homme finit inmanquablement par personnaliser le père de sa compagne, alors que la femme devient une représentation de la mère de son conjoint. Même si les parents modernes ne s'appellent plus mutuellement « papa » et « maman » comme autrefois, espérons-le ! (rires), la fonction parentale est tellement exigeante qu'elle prend souvent toute la place. Les parents doivent alors reconquérir leur personnalité d'amant qui a présidé à la naissance des enfants.

Mais l'inceste symbolique est un problème ou un état inévitable lorsqu'on élève des enfants ?

Les enfants ont besoin de parents pour être aimés et pour qu'on réponde à leurs besoins. Les femmes et les hommes qui prennent la responsabilité de mettre des enfants au monde se rendent compte du caractère éternel de cette décision. Devenir mère et devenir père c'est changer de statut pour toujours. En devenant parents, nous ne pouvons pas mesurer l'ampleur de cette transformation et il arrive fréquemment que la fonction parentale engloutisse peu à peu les amants. On pourrait penser qu'un tel sens des responsabilités et de l'abnégation est une chose merveilleuse, sauf que dans la réalité c'est catastrophique ! Lorsque les couples sont épuisés et vidés de désir, la plupart du temps les femmes se retrouvent encore seules avec la responsabilité des enfants alors que les hommes désinvestissent la cellule familiale. Très souvent, ils

fusionnent avec la seule maîtresse qui soit socialement acceptable, c'est-à-dire leur travail ! Lorsque le désir des amants n'est plus assez puissant pour faire contrepoids aux responsabilités parentales, la vie devient vide de sens et les enfants souffrent de cette dévitalisation globale. Ils ont vaguement l'impression que le monde est une activité économique, froide et sans passion. En fait, ils se sentent inconsciemment coupables d'avoir tué la passion de leurs parents.

Qu'est-ce que les amants peuvent faire pour contrer cet inceste symbolique ?

Ce sont effectivement les amants qui peuvent faire quelque chose pour ne pas sombrer dans l'inceste symbolique. C'est en prenant conscience de cette projection où les partenaires jouent mutuellement le rôle d'un parent critique ou autoritaire, qu'ils peuvent renouveler leur alliance initiale qui en était une de plaisir partagé. S'il est vrai que l'inceste symbolique est inévitable pour les amants qui deviennent parents, il est essentiel d'imaginer un espace de folie et d'agir en ce sens. Car dans le cas contraire, le couple humain devient un lieu de régression où les parents redeviennent des enfants l'un pour l'autre. C'est pour cette raison que plusieurs femmes évoquent les comportements de leur mari comme s'il s'agissait d'un autre de leurs enfants. De leur côté, les hommes demeurent aux prises avec le syndrome de la vierge et de la putain, où la conjointe est associée à un monde asexué, alors que toutes les autres femmes symbolisent la liberté, le plaisir et la pulsion animale. Comment voulez-vous que les enfants liquident leurs conflits œdipiens, si les parents ne font que reproduire les leurs devant eux ?

Vous rappelez dans votre livre qu'Œdipe ne savait pas qu'il tuait son père et qu'il ne savait pas non plus que la femme qu'il mariait était sa mère.

C'est exactement ce qui se passe lorsque les amants deviennent parents. Ils ne savent pas que cet être aimé et chargé de désir érotique

va symboliser le parent de l'autre sexe, vestige de leur enfance. Mais en confrontant l'inceste symbolique, les amants alliés peuvent élaborer un nouvel espace érotique, tout en permettant à leurs enfants de découvrir le monde à travers le désir d'un homme et d'une femme qui aura survécu à leur naissance et aux conflits de leur croissance.

Ce n'est tout de même pas une tâche facile...

C'est sans doute la plus difficile tâche qui soit. Et c'est la raison pour laquelle il est urgent de nous donner des lieux de communication et de réflexion. C'est incroyable de constater la somme des ressources humaines et financières qui sont employées pour gérer les séparations et les divorces. Il faudrait bien en faire au moins autant pour permettre aux couples de vivre en état de désir. Mais je ne suis pas en train de réclamer des budgets gouvernementaux ! (rires) Je dis seulement que cet espace de communication est possible dans la mesure où les hommes et les femmes s'en donnent le droit. Il est clair que pour nous donner le droit d'ouvrir la porte des désirs et des fantasmes essentiels, nous devons faire preuve de courage amoureux. Et ce courage n'est pas un don du ciel. Ce courage est tributaire de la réponse que nous donnons à la question suivante : Sommes-nous prêts à assumer totalement notre liberté à travers l'engagement amoureux ? Avouons que cette question nous fait peur. C'est le début du vertige de la liberté.

En terminant, que souhaitez-vous aux couples du troisième millénaire ?

Je leur souhaite de trouver l'équilibre entre les exigences de l'engagement et le courage de la liberté, pour que les relations amoureuses redeviennent un lieu de plaisir et de fête.