



UNIVERSITÉ CATHOLIQUE DE LOUVAIN-LA-NEUVE

Facultés des Sciences économiques, sociales,
politiques et de communication (ESPO)

Ecole des Sciences Politiques et Sociales (PSAD)

Femmes « *Polyamoureuses* » : se choisir pour s'aimer

Ethnographie des amours plurielles au féminin de Bruxelles à Lille

Enquête en milieu polyamoureux d'août 2016 à février 2017

Mémoire réalisé par

Decae Nathalie

Promoteur

Pierre-Joseph Laurent

Lecteurs

Jacinthe Mazzocchetti

Pierre-Yves Wauthier

Année académique 2016 – 2017

Mémoire présenté dans le cadre du master 120 en Anthropologie.

Finalité spécialisée en socio-anthropologie de l'interculturalité et du
développement.

« Je déclare sur l'honneur que ce mémoire a été écrit de ma plume, sans avoir sollicité d'aide extérieure illicite, qu'il n'est pas la reprise d'un travail présenté dans une autre institution pour évaluation, et qu'il n'a jamais été publié, en tout ou en partie. Toutes les informations (idées, phrases, graphes, cartes, tableaux, ...) empruntées ou faisant référence à des sources primaires ou secondaires sont référencées adéquatement selon la méthode universitaire en vigueur. Je déclare avoir pris connaissance et adhérer au Code de déontologie pour les étudiants en matière d'emprunts, de citations et d'exploitation de sources diverses et savoir que le plagiat constitue une faute grave. »

Table des matières

Table des matières.....	5
Remerciements.....	7
Avant-propos.....	8
Polyamoureuse : catégorie aux multiples visages.....	9
Les doubles sens du titre	13
Femmes « Polyamoureuses » : se choisir pour s’aimer.....	13
Anthropologie des amours plurielles au féminin	15
Introduction.....	16
Partie 1 : Avant l’enquête.....	19
Iris	19
Iris raconte Valence	24
Caroline.....	27
Quand le polyamour se demande.....	30
Partie 2 : Début de l’enquête.....	49
Au domicile de Caroline	49
En Week-end « polyamoureux »	50
Café poly de Lille et Bruxelles	52
Autour d’un verre.....	54
Cercle de femmes.....	55

Partie 3 : Intimités partagées en récit de vie	56
Caroline	56
Ariane	64
Mélodie.....	75
Carlie	81
Cristal	87
Lina.....	93
Du singulier à la convergence	102
 Partie 4 : Transversalité des récits.....	106
Des récits mythologiques et des Disney : des croyances et des imaginaires	106
Ethique partagée	116
Etre captif	120
Contrats relationnels impermanents	123
Sphères différenciées.....	126
Parentalité individualisée	129
 Conclusion	134
 Bibliographie.....	138

Remerciements

Ce travail est signé d'un seul nom et pourtant sans l'étroite intimité des récits qui m'ont été offerts, il n'aurait pu être écrit. Je remets donc à toutes mes enquêtées mes très sincères remerciements. A toutes celles qui m'ont glissé quelques petits mots entre deux portes. A toutes celles qui se sont assises à mes côtés pour partager anecdote, une histoire. A toutes celles qui m'ont accueillie pour un long moment de partage autour du récit intime de leur vie et de leurs amours. A toutes celles qui m'ont expliqué ce qui fait sens ou non dans ce qu'elles ont vécu et vivent aujourd'hui. Et tout particulièrement à Iris, Caroline, Ariane, Mélodie, Carlie, Cristal et Lina.

Un merci affectueux à mon époux pour son écoute. Un merci fier à mes enfants pour leur autonomie dans notre vie de tous les jours. Elle m'a permis de disposer du temps nécessaire pour mes enquêtes, mes lectures et l'écriture.

Un tout doux merci à ma maman pour les nombreux échanges. Un tout beau merci à mon papa, pour le temps accordé à mes enfants.

Un merci d'amie à Sophie qui très professionnellement m'a apporté sa correction orthographique, son questionnement judicieux, son accueil et son écoute.

Et enfin, un immense merci à vous Pierre-Joseph Laurent qui avez accepté d'être mon Promoteur, ainsi qu'à tous mes professeurs universitaires pour leur enseignement et ces trois années partagées.

Avant-propos

Bon nombre de travaux tentent de définir et de décrire le mot amour. La psychologie, la sociologie, la philosophie, la science, la théologie, la spiritualité, la littérature, l'anthropologie et bien d'autres cherchent un lieu ou des lieux de compréhension.

Existe-t-il une sensation universelle de l'amour? La rencontre amoureuse obéit-elle à une forme de déterminisme? L'amour est-il sagesse ou déraison ? L'amour n'est-il qu'un ensemble d'interactions chimiques? Est-il bonté envers son prochain ? Tout enfant venant au monde est-il un être d'amour ? L'amour est-il une notion fondamentale de la nature humaine? L'amour a-t-il un langage propre? La singularité de chaque personne, traversée par sa culture, donne-t-elle à l'amour plusieurs visages? Quelles sont les constructions culturelles de l'amour?

La rationalité sociale intellectuelle définit, catégorise et code les expressions de l'amour mais « *L'amour est d'abord affaire d'interprétation* » (Bozon M., 2016, p. 9). Les sociétés, dans leur savoir et imaginaire, déterminent chacune des réponses et imposent des manières d'être pour cadrer socialement les sensations singulières de l'amour. Elles régulent culturellement l'organisation au sein du couple afin d'assurer la stabilité et la pérennité du groupe social. Depuis la nuit des temps, les sociétés mettent en place des cadres sociaux qui régissent les relations intimes, comme la sexualité et organisent les alliances. La sexualité et la formation des familles sont soumises depuis bien longtemps au regard de la réglementation sociale déterminant ce qui est bien ou mal, socialement acceptable ou non. Mais « *de quelles pratiques l'amour est-il donc le nom ?* » (Bozon M., 2016, p.9).

Aujourd'hui, certains remettent en question ce que nos sociétés occidentales judéo-chrétiennes et capitalistes ont créé comme régulation du couple, de la sexualité et de l'amour.

Les femmes de mon enquête expérimentent d'autres manières d' « être en amour », de vivre leur sexualité, et de concevoir la famille.

Elles vivent l'amour au pluriel.

Elles sont nommées et se nomment « polyamoureuses ».

Polyamoureuse : catégorie aux multiples visages

Chaque société a son « nous social ». Un « nous » fait d'une multitude d'individus qui font société. Un « nous » ancré dans des croyances, des symboles, des mythes et de représentations communes. En dedans de ce « nous social », il y a aussi les « Autres ». Ceux qui dérogent aux normes culturelles de la société dans laquelle ils vivent. Les polyamoureuses font parties des Autres de notre société.

Caroline : J'ai fait mon coming out de polyamoureuse. (...) J'aurai commencé ma vie d'amour en tant que polyamoureuse.

Mélodie : C'est un homme qui m'a appris le polyamour. On n'est peut-être pas tous polyamoureux.

Carlie : Bastien est plus libertin que polyamoureux. Moi je suis polyamoureuse et libertine. Mario est plutôt exclusif même s'il accepte que j'aie plusieurs partenaires. Même si c'est mon amoureux, pour la famille il est le meilleur ami de Bastien.

Cristal : J'ai été éduquée pour être monogame. Je pense au polyamour comme une forme de culture dans laquelle je suis en adéquation avec ce que je vis intérieurement. Mais il n'y a pas qu'une culture, c'est peut-être un peu dans ma nature. Le poly c'est quelque chose que l'on vit de l'intérieur ce n'est pas quelque chose qu'on s'impose.

Lina : Je suis femme, je me sens femme et je suis mère aussi, mais maman séparée et c'est bien différent. Mère d'un côté et polyamoureuse de l'autre. J'ai été longtemps libertine. C'est par là que j'ai commencé.

Ariane : Il y a autant de polyamours que de polyamoureux. Ne nous enfermons pas dans un mot sinon il deviendra une norme de plus. Il n'est pas pertinent

d'essayer de définir la relation. Ce serait la figer et l'empêcher d'évoluer. Je laisse les autres [non-poly] venir à ma rencontre mais pour l'instant je m'entoure de gens comme nous, qui partagent nos valeurs.

Les femmes s'estiment polyamoureuses soit en raison de relations amoureuses plurielles dans un même temps, soit par ce qu'elles vivent cet état intérieur d'amour multiple et simultané pour plusieurs personnes.

Un paradoxe rencontré durant mes enquêtes est ce double mouvement qui les tire entre désir d'individualisation et nécessité d'appartenance. Les femmes souhaitent être reconnues dans leur expérience de vie polyamoureuse sans vouloir être enfermées dans un stéréotype. Une catégorisation sociale s'établit dans le grand public faisant la différence entre le « nous social » monogame exclusif et un groupe autre « les polyamoureux » qui vivent plusieurs relations amoureuses de multiples manières différentes dans un même temps.

Isou : Je suis en couple depuis neuf ans. Je vais au « café Poly », parce que le couple s'essouffle et je ne crois pas à la monogamie.

Caroline : J'organise des « week-ends Poly », oui bien sûr les « mono » y sont les bienvenus.

Ariane : La plupart des gens en couple ne l'envisage même pas ou rejettent totalement cette idée pour y mettre une idée d'appartenance à l'autre et d'exclusivité absolue et incontournable sous peine de séparation : « Aimes moi, moi et moi seul(e) pour toute la vie ! ».

On le voit bien quand on essaye d'expliquer aux autres ce qu'on vit, nos explications leur semblent confuses ou ils se sentent en désaccord, comme remis en question dans leur propre réalité et leurs valeurs. Ils semblent nous vivre comme bizarres, voire même dangereux ! Et si on donnait des idées à leur conjoint ?

Les femmes de mon enquête se sentent inévitablement catégorisées, ou se catégorisent elles-mêmes. Elles souhaitent avoir une place dans le « nous social », y être reconnues sans préjugé. La remise en question des valeurs judéo-chrétiennes de la monogamie exclusive qui fondent la manière de faire couple du « nous social » plonge la société dans une peur. Celle de la déconstruction des valeurs qui soutiennent certains fondements.

Ces femmes distinguent également le polyamour et le libertinage. Cette distinction est d'une grande importance pour elles. La femme polyamoureuse s'engage sentimentalement. La libertine en revanche pratique les jeux du corps, au travers de la sexualité, sans engagement du sentiment amoureux avec l'injonction même de se l'interdire. Il s'agit de jeux codifiés entre des amoureux ou des non-amoureux qui le pratiquent soit ensemble, soit séparément. Mes enquêtées peuvent être polyamoureuses et ou libertine tout autant que certains monogames qui pratiquent le libertinage.

Lina : On a beaucoup questionné les couples libertins. Souvent ensemble depuis longtemps, ils semblaient des couples très solides. Cette expérience a boosté notre sexualité. On avait trouvé le moyen d'explorer notre sexualité sans devoir tromper notre conjoint. J'en avais enfin fini avec l'histoire de triangle amoureux douloureux [à ce moment-là Lina est monogame]. Finie la prise de tête. Je n'étais jamais amoureuse des autres hommes. J'étais sexuellement en lien. L'homme avec qui je me suis mariée, que j'aime. Celui que j'ai fait père et qui m'a fait mère. On a construit une vie ensemble. J'accepte de le prêter à des amies sachant que j'ai confiance en mes amies. C'était très beau entre nous. Vivre cette intimité avec des amis c'est très différent que les liaisons avec des libertins qu'on ne connaît pas.

Mon mari et moi on se validait mutuellement. Il me plait, il te plait, c'est ok. On libertinait ensemble.

Puis un jour, en dehors du libertinage, j'ai couché avec un autre homme dont j'étais amoureuse et je n'ai rien dit à mon mari. Être amoureuse ça change les choses.

Carlie : Dans cette acceptation du libertinage, il y a des règles. On peut aller voir ailleurs mais on ne tombe pas amoureux, pas de sentiments. On n'entretient pas de relation en dehors. Pas de relation avec des amis proches.

Ariane : On est aussi libertins tous les deux. On découvre les choses ensemble. Nous sommes libertins, ensemble. On a des soirées privées avec d'autres couples. La jalousie, c'est une peur qui n'est pas facile à vivre, c'est un travail sur soi. Il faut se libérer de cette possessivité. Dans les clubs libertins, on crée de la distance du point de vue des sentiments, par contre dans les soirées libertines privées où l'on revoit régulièrement les mêmes personnes, les sentiments émergent parfois. Quand une personne nous plait plus qu'une autre et qu'on veut la voir en dehors de manière plus régulière, on en parle dans le couple polyamoureux.

Françoise Simpère, que certaines de mes enquêtées ont lue, auteur, du *Guide des amours plurielles*, fait une distinction supplémentaire. Il y a le polyamour et le lutinage. Pour elle, le polyamour porte son attention sur les relations amoureuses sans tendre vers les autres dimensions de la relation. Elle y place la notion de la relation principale et des relations secondaires. Un couple « poly » devient central et les autres relations sont dites satellites. Dans le lutinage par contre la notion de hiérarchie se doit de disparaître et les rivalités aussi puisque toute relation est unique. Les relations sont de nature différente et chacune a son propre projet. Il n'y a pas de modèle standard. Chacun vit selon ses désirs et ses disponibilités. Françoise Simpère traite du polyamour et d'une manière de le vivre tout en sachant qu'il y a autant de manières de vivre le polyamour qu'il y a de polyamoureuses.

La société a donné le nom de « polyamoureux » à ceux qui vivent des amours multiples dans un même temps toutefois les polyamoureuses de mon enquête me signifient que cette définition du polyamour est minimaliste et loin d'être suffisante. A leurs yeux, pas de polyamour sans valeurs de bienveillance, de consentement, de loyauté, et de liberté. Il n'en reste pas moins que chaque relation se vit et se construit selon chaque singularité qui la compose. La relation elle-même est à chaque fois unique et singulière.

Même si la catégorisation permet de « reconnaître » et « d'être reconnu » elle contient aussi un risque de limitation et d'enfermement. Ce que les femmes de mon enquête souhaitent éviter.

Les doubles sens du titre

Femmes « Polyamoureuses » : se choisir pour s'aimer

Le titre de mon mémoire est à double sens. D'une part, les femmes « Poly » de mon enquête disent choisir leur partenaire librement. Elles «*ont, semble-t-il, le sentiment de la liberté et elles¹ pensent que la décision leur appartient* » (Girard A., 2012, p.247). Toutefois si leurs relations amoureuses ne sont pas familialement ou socialement organisées, les codifications sociales en place ont un poids dans leur choix. Les femmes « mono » n'échappent pas à cela non plus dans leur « libre choix du conjoint ».

Marie : Si Marc n'était pas marié, nous pourrions vivre notre amour. Jamais sa famille n'acceptera de me voir prendre une place dans sa vie. Pourtant je ne veux pas détruire son couple. Je dois fuir, les hommes mariés.

Caroline : On se rencontre, on se parle, on se touche, on couche ensemble. On voit si ça passe entre nous. Parfois je fais plusieurs rencontres sur une semaine. Je préfère savoir si le sexe marche avant d'aller plus loin. Et puis on verra si on peut faire quelque chose ensemble. Mes amies me disent parfois que ça fait un peu pute. Je suis blessée alors je ne raconte plus.

Amants d'abord, couple en projet ensuite. Ils se choisissent ensemble pour s'aimer et se projettent ensuite, peut-être, dans un projet commun. Cette dynamique est inverse à la formation des couples d'avant le début du 20^{ème} siècle. « *La décennie des années 1960 apparaît comme un moment particulièrement important, (...), et générateur de dynamique nouvelles* » (Servais P. (dir.), 2014, p.19).

¹ Dans le texte original « *ils* »

D'autre part, une grande majorité des femmes « Poly » de mon enquête ont fait le choix de se choisir elles d'abord avant de rencontrer un ou des partenaires amoureux.

Ariane : J'ai décidé de vivre pour moi et de faire couple avec moi-même. Je dois d'abord découvrir ce que je veux moi. J'ai rencontré un homme, il a le même désir. On ne s'oblige pas d'être exclusifs. Finalement on doit se sentir libre. Le couple c'est le lieu de la créativité, de l'acceptation, de la liberté, de l'exploration de nous-même et de la réalité de l'autre ... là je dis : « OUI » C'est NOTRE chemin sans obligation d'arriver quelque part.

Mélo die : Avant je ne m'écoutais pas. Maintenant j'écoute mon corps. J'apprends comment je fonctionne. Tout est interne, on doit se comprendre de soi à soi et puis avec l'autre. Etre à l'écoute de soi-même pour être en harmonie avec le reste.

Cristal : J'aime plusieurs personnes en même temps. C'est ce qui se passe en moi et je me respecte. J'ai été mariée et monogame mais vivre quelque chose de pas juste avec moi-même ce n'est plus possible pour moi.

Lina : Je me suis affranchie progressivement du regard que l'autre pose sur moi pour être de moi à moi. C'est une promesse de moi à moi. Une intégrité de moi à moi. Et j'ai commencé à tomber vraiment amoureuse de moi. Maintenant je peux aimer une ou plusieurs personnes. Je n'ai plus peur. Je suis bien quand je suis avec moi. Je suis la seule avec qui je vivrai jusqu'à la fin de mes jours. Tu dois d'abord être la personne de qui tu prends soin. Maintenant mon cœur est large et il « poly aime ».

S'aimer soi d'abord et envisager le couple ou les couples dans ce respect-là.
Parcourir ensuite un chemin qui appartient à chacun et à chaque couple.

Sophie : Finie l'autoroute. Finie la ligne toute droite tracée par la société. Fini métro, boulot, maison, chien, vacances, famille et dodo. Fini le schéma classique d'une vie sans sens. Chacun sa vie et je suis heureuse de rencontrer des partenaires pour vivre cette liberté ensemble.

Se donner à soi. Donner du sens à sa propre réalisation. Etre l'auteur de sa vie. Sortir des injonctions de réussite sociale pour entrer dans une injonction que l'on se fait à soi-même. Se choisir soi et s'aimer soi devient la condition pour être heureux, réussir sa vie et vivre ses amours sereinement.

Anthropologie des amours plurielles au féminin

Le sous-titre de mon mémoire est aussi à double sens. Le public cible de mes enquêtes est délibérément choisi. Il s'agit uniquement de femmes qui offrent leur récit de vie à une femme. C'est de femme à femme que les données de mon terrain se sont livrées. Et c'est avec un regard de femme chercheuse en anthropologie qu'elles sont traitées. Le regard et l'analyse d'un homme anthropologue aurait-il été le même? Ma subjectivité en tant que chercheur féminin à l'écoute de récits de vie exclusivement féminin peut poser la question d'une analyse objective. La construction du savoir qui découle des données de mon terrain et de mes recherches littéraires est mise à rude épreuve. Le sensible a entouré chaque moment de rencontre. L'objectivité cherchée, durant mon temps d'analyse, prend forme dans une permanente autoréflexion de ma position. Il a fallu durant tout le temps de mes enquêtes que je prenne bien conscience de celle-ci. Beaucoup d'histoires intimes furent partagées. Il me fallait à chaque instant en prendre la mesure. Prendre la juste distance entre ce qui appartient à l'autre et ce qui m'appartient. Il m'a fallu rester femme, épouse et mère et être chercheuse en entrant entièrement dans ma réflexion anthropologique. Sans me dissocier, je devais fournir un effort immense pour en faire la distinction. Etre dans un univers d'émotions tout en étant dans une réflexion créatrice de savoirs. Les sensibilités féminines ont construit le contenu de mes enquêtes.

Introduction

Les siècles derniers, dans nos contrées occidentales et les confessions religieuses prônant la monogamie exclusive, il était de mise de n'avoir qu'un seul partenaire. Le choix du conjoint était organisé par la famille.

Aujourd'hui, l'explosion des divorces et les nouvelles trajectoires matrimoniales ont reconfiguré les organisations familiales.

Les logiques du mariage et les stratégies des alliances posées par les familles et la société ont fait place avec la modernité à la revendication du libre choix du conjoint par les partenaires eux-mêmes et à la liberté d'être, en tant que personne, une individualité propre. D'autres revendications s'entendent aujourd'hui dans le monde des amoureux, notamment avec cette grande question que se pose la jeunesse d'aujourd'hui : est-ce possible de n'aimer qu'une seule personne toute sa vie ? Certains vont plus loin dans le questionnement : quand on ressent des sentiments pour plusieurs personnes en même temps peut-on réellement les vivre ?

Les femmes de mon enquête se nomment « polyamoureuses ». Elles vivent plusieurs relations simultanées d'amitié intime, d'intimité partagée ou d'amour.

Jusqu'il y a peu, nous observions que lorsqu'il y avait plusieurs relations de couple dans une existence, c'était dans une temporalité séquentielle juxtaposée. C'est-à-dire l'une après l'autre. Du moins dans ce qui était publiquement partagé. On peut voir ces dernières années des trajectoires amoureuses multiples se vivre autrement. Elles se présentent dans une temporalité séquentielle parallèle. C'est-à-dire plusieurs partenaires dans un même temps. Une nouvelle tendance de l'union veut se vivre au grand jour. Elle ne se présente plus à deux, dans une monogamie exclusive mais à trois, à quatre ou plus encore. Tantôt des triades partagent un même toit, tantôt des binômes amoureux changent de partenaire pour vivre un autre binôme amoureux et se retrouvent ensuite.

Plusieurs partenaires dans un même temps. Ce n'est pas une histoire neuve. Mais ce sont encore le plus souvent des histoires qui se cachent.

L'adultère révélé publiquement a été pendant longtemps une cause majeure des divorces. Les mœurs ont connu une révolution dans les années 60, avec la notion du

libre amour. Après cette révolution de la liberté des corps, des cœurs et du libre choix du conjoint, c'est le libre choix des amours plurielles dans un même temps qui se revendique.

Au-delà de l'amour se pose la question de la famille. Le modèle de la monogamie exclusive n'est pas le seul qui existe pour « faire famille ». La polygamie existe depuis bien longtemps. Il existe également des sociétés sans père, ni mari comme chez les Na de Chine (Cai Hua, 2012), ou aux pères multiples comme chez les Cashinahua dans le Haut Amazone péruvien (Laurent P-J., 2010, p. 175). Selon Claude Lévi Strauss, l'alliance est fondement des sociétés humaines, cependant Maurice Godelier montre que l'alliance est régulée par des stratégies politico-religieuses et/ou des politico-économiques, et donc que la famille et la parentalité sont des sous-groupes dans le processus d'une société en formation (Godelier M., 2010). Le modèle judéo-chrétien de la monogamie a fondé les cadres et les structures politico-religieuse de la famille en Occident et le capitalisme en a fondé les structures politico-économiques.

Mes enquêtées remettent en question la régulation des couples de nos sociétés occidentales. Aujourd'hui, le libre choix du conjoint et l'individualisme se portent encore plus loin par l'expérience de vie des amours plurielles. Les femmes de mon enquête sortent des logiques religieuses de la monogamie exclusive, et des logiques économiques où l'homme est porteur de la garantie matérielle de la famille nucléaire. Elles sortent de l'organisation politique et juridique où le couple reconnu est celui qui vit sous le même toit avec un contrat juridique. Elles se créent de nouvelles manières de vivre l'amour et la famille. Elles créent de nouvelles logiques basées sur le sensible où le sentiment à la première place et où la bienveillance, la loyauté, le consentement et la liberté sont des valeurs fondatrices. Le corps de la femme dans sa sensibilité, son cycle, son apparence et sa sexualité prend une toute autre forme symbolique que ce que la société occidentale a échafaudé. Le corps prend existence entière dans une reconnaissance à soi et dans le partage en consentement mutuel. La possession totale de la jouissance de son corps et de la manière de le vivre est symbole du libre arbitre, pouvoir de la femme.

Ce mémoire rend compte d'un système social informel en construction dans la forme que celui-ci reflète en chaque femme enquêtée. Il restitue l'émergence d'une nouvelle manière de se vivre qui fait face, dans une forme de contre-pensée, aux modes de vie de la monogamie exclusive contractuelle. Un savoir construit à partir des récits

de vie de femmes dans la logique des amours plurielles où se juxtaposent amour, sexualité et famille.

Comment ces femmes vont-elles se vivre libres et liées ? Quelles sont leurs besoins, leurs valeurs et leurs règles pour vivre sereinement l'amour au pluriel ? Quelles organisations de vie formelles et informelles ces femmes mettent-elles en place pour se penser et se vivre femme, compagne et mère ? Comment se pense la famille dans l'organisation des relations polyamoureuses ?

La première partie de ce mémoire est l'amorce de ce qui m'a questionné il y a déjà plus de 8 ans. J'y présente les récits de vie interreliés de trois femmes : Iris, Valence et Caroline. Les deux premières sont monogames exclusives ; la troisième est devenue polyamoureuse. Toutes trois ont rencontré Christian entre 1993 et 1994. Christian a vécu la monogamie exclusive socialement, avec son épouse Iris, pendant 17 ans. Durant ce même temps, il a vécu des rencontres amoureuses avec les deux autres femmes, des relations socialement cachées. Aujourd'hui, en 2017, il demande à vivre l'amour au pluriel dans la transparence, en couple et socialement.

La deuxième partie dé-couvre les lieux de rencontre. Ceux de mon terrain. Là où les femmes de mon enquête, mes interlocutrices, me racontent leurs trajectoires, leurs récits à elles. C'est au domicile de Caroline que j'ai noué mes premiers contacts. Ensuite aux « cafés-poly » de Bruxelles et Lille. Quelques mots s'offrent au coin d'une table ou à l'entrebâillement d'une porte ; les femmes me laissent un numéro de téléphone et un e-mail, et proposent de m'offrir leur récit d'intimité. Et pour chacune, celui-ci est singulier. Il est le fruit d'une histoire unique. Ces femmes parlent de ce qu'elles ont vécu, de ce qu'elles sont, de ce qu'elles ont choisi d'être, de ce qu'elles font, de ce qu'elles pensent, de la manière dont elles veulent agir et de leurs espoirs dans ce qui fait lien et sens aujourd'hui pour elles.

La troisième partie est la retranscription des récits de vie de six de ces femmes. Certaines se connaissent, d'autres non. J'y appose mes premières réflexions. Ces femmes partagent en toute confiance leur parcours, leur apprentissage, leurs espoirs, leurs recherches, leurs peurs et le sens qu'elles donnent aux amours plurielles.

La quatrième et dernière partie ouvre six thèmes transversaux dégagés des six récits de vie choisis pour ce mémoire. La singularité de chaque relation laisse à tout autre récit la possibilité de se laisser entendre différemment.

Partie 1 : Avant l'enquête

Cette première partie présente les récits de vie de trois femmes. Iris, Valence et Caroline. Les deux premières sont monogames exclusives et la troisième est devenue polyamoureuse. Toutes les trois ont rencontré Christian entre 1993 et 1994. Christian a vécu la monogamie exclusive socialement, avec son épouse Iris, pendant dix-sept ans. Durant ce même temps, il est amoureux des deux autres femmes. Il vit avec elles des relations socialement cachées. Aujourd'hui en 2017, il demande à vivre l'amour au pluriel dans la transparence en couple et socialement.

Iris

Je suis le deuxième enfant de ma famille et je n'ai qu'un frère. Nous vivons dans une petite maison sociale. Un village construit il y a un peu plus de quarante ans sur un terrain vague. Aucune école, aucun commerce, pas d'église. Juste un ensemble de rues qui forment de petits quartiers. Un village sans Histoire où les habitants arrivent de part ici et de par là. La condition pour y obtenir une maison est le faible revenu des parents.

Mon papa est d'origine néerlandophone et ma maman de Paris. Ils forment un couple qui semble solidaire. Quand nous étions enfants, aucune discussion ne se faisait devant nous. Le soir, je pouvais entendre des intonations venant de la cuisine. La journée, je ressentais les tensions et les non-dits vécus dans le plus grand silence. Beaucoup de choses m'ont été cachées. J'en découvre quelques-unes à l'âge de quatorze ans et bien plus à dix-huit ans.

J'ai plein de copains au village. Toute jeune, je passe beaucoup de temps dehors. Je ne suis jamais à la maison. Je commence à travailler, dans une écurie, à l'âge de douze ans. Je prends des cours d'équitation et de danse. Je poursuis mes études secondaires au Collège et ne rentre que très tard le soir. Mes parents sont fiers de moi car je suis autonome, indépendante et déterminée.

Au village, plusieurs garçons me tournent autour. Je ne suis pas amoureuse et en même temps j'attends que l'un d'eux ait des attitudes plus amoureuses envers moi qu'un autre, pour choisir un petit copain.

C'est seulement à dix-huit ans, en 1990, quand ce grand et beau garçon, Benoît, me montre un intérêt exclusif que je tombe amoureuse. Je suis plutôt petite, aux anches larges et fortement enrobées. Je suis fière que ce beau jeune homme à l'allure sportive me rejoigne autour du feu et pose ses mains sur moi. Il me choisit moi et non une autre. Nous faisons l'amour. C'est sa première fois, pas

pour moi. Enfin en quelque sorte si car les fois d'avant ce n'était pas l'amour que je faisais. Avant lui, je me testais. J'essayais mon corps pour tenter de ressentir quelque chose de plus dans mon cœur. Mais c'est seulement avec lui que je sens mon cœur battre. Nous restons ensemble deux années et demie. (Les larmes d'Iris coulent sur ses joues). Nous partons ensemble une semaine en Espagne. Pendant que nous faisons l'amour, il me dit : c'est fini. Je ne comprends pas. Il me le redit encore une fois (les sanglots sont lourds). Nous sommes allés sur la plage. Il m'annonce qu'il a commencé une autre liaison. Une jeune fille métisse. Il a envie de vivre d'autres expériences, des expériences plus exotiques que moi. J'entends encore résonner ses mots. Il me quitte à notre retour en Belgique. Pendant plusieurs mois, il nous est difficile de mettre un terme définitif à notre liaison. Nous continuons à nous revoir de temps en temps. Cette double liaison a duré un an.

Par téléphone, ses parents m'annoncent qu'il a fait des crises d'épilepsie. Les médecins cherchent et découvrent une tumeur au cerveau inopérable. Il est condamné. Au bout de deux mois d'hôpital, sa petite amie le quitte. Elle ne veut pas vivre ça. Moi je suis là et je l'accompagne, jusqu'à sa mort, deux ans plus tard, la nuit du 10 octobre 1996.

Nous nous emballons chacune dans une couverture. Son corps tremble. Nous avons froid. Iris poursuit son récit.

Valence et moi sommes deux amies fusionnelles. Nous nous accompagnons dans toutes les épreuves de nos vies, surtout nos épreuves amoureuses. Elle rencontre Christian alors qu'elle est avec Frans. Il devient son amant. Elle les quitte tous les deux pour emménager avec Dax qui deviendra le père de ses enfants. Me voyant traverser l'épreuve de la maladie de Benoît, elle me propose de quitter ce quotidien de l'hôpital pour prendre du temps pour moi. Christian est étudiant à l'école royale militaire de Bruxelles. Valence m'invite à participer à la sélection des valseuses pour le bal des officiers. Je suis sélectionnée (le sourire adoucit son visage).

Iris n'est plus repliée sur elle-même. Nous prenons une cigarette et continuons de boire du vin.

Je rencontre Christian lors des sélections de danseuses pour le bal des officiers en novembre 1993. Je sais qu'il a été l'amant de Valence. Il me choisit comme partenaire alors que le capitaine lui en a désigné une autre. Trois mois plus tard, il me prend la main en me disant que sa relation avec Sylvie est terminée. Nous sommes en couple. Valence est son amie. Nous allons tous les trois au bal des officiers en avril 1994.

En juillet 1994, il me retrouve en vacances avec son fils de quatre ans. Il est père depuis ses dix-huit ans. Six mois que nous sommes ensemble. Sans un mot,

après un long câlin matinal, il disparaît de ma vie pendant quatre ans. Je ne sais pas pourquoi mais je n'ai pas cherché à le contacter.

La santé de Benoît se dégrade de plus en plus. Tout son corps se paralyse. J'ai besoin de fuir, de quitter cette souffrance. Il me dit : chaque jour est un cadeau pour toi. En janvier 1996 je pars seule en Inde. Je commence à enseigner à mon retour et continue de voyager le plus souvent possible. Mon cœur est froid et je ne sais même plus ce que signifie : aimer. J'ai besoin de retrouver une âme. Benoit s'en va (Le regard d'Iris s'éloigne. Il touche le sol. Il se fige).

Encore une cigarette, encore du vin. Nous n'avons plus froid. Iris relève son regard et se redresse.

Quatre ans après le départ silencieux de Christian, je prends mon répertoire et je le contacte. Il est au ski. Il me donne rendez-vous à son retour à Ixelles dans un pub. Nous sommes le 8 janvier 1998. Il n'a plus revu Valence depuis quatre ans. Nous avons parlé devant un verre toute la journée, jusqu'à la nuit. Je n'entendais même plus ses paroles. Je le regardais juste bouger. Il monte avec moi. Sans un mot nous faisons l'amour.

Le 9 février, il me tend les clés de sa maison. Mon cœur ne réfléchit pas. Je le rejoints. Je vais vivre à plus de nonante kilomètres du lieu de mon travail. Je n'en ai rien à faire, tout est bon. Même sa petite maison toute bricolée où le toit, sans isolation, laisse passer l'air glacé de l'hiver. Je ne sais toujours pas pourquoi il est parti sans un mot quatre ans plus tôt.

Valence revient dans sa vie, elle est mon amie. Elle a un enfant dont je suis la marraine.

Durant les trois premiers mois, nous vivons une petite lune de miel et pourtant mon sang se glace. Le téléphone qui sonne, des silences. Il sort. Il s'éloigne pour répondre. Qui est-ce ? J'entends des réponses qui sonnent faux. Cette fois c'est moi qui réponds. C'est Caroline, son ex. Ils ont vécu ensemble trois années et se sont fiancés. Je lui demande de tourner la page et de me laisser vivre mon histoire. Elle me répond qu'il y a à peine quelques semaines, elle prenait un café avec Christian à Bruxelles. Je ne relève pas et n'en parle pas. Je n'ai pas envie de tout gâcher. J'ai peur.

Un an se passe. Nous achetons une grande ferme entourée de trois hectares de prairie et d'un sous-bois. Mon rêve, construire ensemble. Nous nous marions et mon premier enfant vient au monde. Une petite fille magnifique. Valence partage tous nos moments de vie. Elle est présente. Nos enfants vont grandir ensemble.

Les mains d'Iris se crispent. Elle n'en dit pas plus. Elle inspire comme si l'air lui manquait.

Nous passons dix ans à travailler dans notre maison, à la rendre belle et confortable.

Ma deuxième fille vient au monde en 2003. Elle est tout aussi belle que la première. Valence est sa marraine. Je la choisis et en même temps, une intuition profonde me tiraille. Je sens que ce n'est pas la bonne décision. Mais Valence est mon amie.

Mon corps souffre. Il ne se libère plus dans l'amour. Il se ferme. Je sens des odeurs qui m'éloignent de la bouche de Christian. Une tension se vit dans le couple. C'est une odeur que je reconnais, celle du mensonge. Mais je ne vois rien, je n'entends rien. Il est là, présent. Il me montre son amour et accompagne mes nouveaux projets.

Son nouveau travail le fait partir en rotation en l'Algérie. Trois semaines sur six où je suis à la maison, seule, avec les trois enfants. Rémy vit avec nous depuis le début de notre relation. Rémy son premier fils. Je pensais pouvoir être femme, mère, épouse et travailler plein temps, tout ça en même temps. Valence est là, à chaque retour de Christian. Nous continuons de nous voir tous ensemble.

Mes muscles me font mal. La tension monte. Je demande à mon mari des attentions et des intentions pour moi. Il s'absente. Il doit se rendre à Liège pour le boulot quand il est en congé (Le ton d'iris se durcit, la colère rougit ses joues). Il part en voiture en Angleterre juste pour deux jours! Aussi pour le boulot! Il me prend pour une conne! Il me demande plus de sexe, plus de temps rien que pour lui, plus de temps à deux. Je délaisse un peu nos deux petits enfants. Je prends du temps pour lui. Nous partons ensemble plusieurs fois en vacances, des week-ends et de nombreuses soirées en laissant les enfants à des baby-sitters. Mon cœur de mère est chaque fois serré. Christian veut une femme romantique, fleur bleue et sexuellement active et moi je suis une mère avant tout.

Valence souffre dans son couple. Elle passe souvent à la maison. Sa tenue a changé. Elle porte une longue jupe moulante ou un jeans taille serrée. Je peux voir aisément ses sous-vêtements. Elle prend des positions séductrices et séduisantes. Leurs regards se croisent. Elle parle en face à face avec Christian. Il se place à côté d'elle. Il lui explique des tas de choses.

(Iris) A quoi vous jouez ?

(Christian) A rien, on s'entend bien, c'est tout. Tu te fais des fausses idées.

Je ne vais pas bien. Les odeurs reviennent. Je ne supporte plus sa respiration. Quand il se couche à mes côtés, j'ai du mal à me laisser aller. Mon corps se fige, se ferme et une sensation froide me glace. Il veut me retrouver. Il veut retrouver ma chaleur et ma tendresse. Il y a quelque chose. Christian et Valence me disent que non. Il y a quelque chose, je le sais. Mais je ne peux rien prouver. Je vais mal. Mes changements d'humeur sont de plus en plus forts. Je me sens pathologiquement jalouse. Je demande des antidépresseurs que je vais prendre jusqu'à mon troisième enfant. J'étouffe mes sensations et mes émotions.

Mon fils vient au monde, un aussi beau bébé que les deux premiers (Iris rit).

Je manque de le perdre. Il part aux soins intensifs pendant dix jours. Je reste auprès de lui jour et nuit. Il recevra une transfusion sanguine pendant trois heures. Durant tout ce temps, sa petite bouche reste attachée à mon sein. Il suçote et dort en même temps, il est faible. J'ai peur, vraiment.

Je ne suis plus une femme. Je suis une mère. J'ai besoin de la présence d'un père. Je veux dormir et qu'il prenne soin de moi. Le soir, je n'ai plus la force de prendre soin de lui.

La tristesse d'Iris se plonge dans un verre de plus. A notre première rencontre, elle était dynamique, souriante, remplie de projets, pleine de vie. Durant son récit, les souvenirs lui pèsent. Ils s'entre lacent entre les bonheurs et les douleurs.

Je sais au fond de moi, ce qui se passe dans ma vie. Christian veut vivre d'autres choses. Valence l'attire. Christian l'attire. Elle n'a pas dit oui à l'homme qui aurait pu la rendre heureuse.

Iris raconte Valence

Quand elle était enfant elle cherchait l'affection de son père. Il en venait souvent aux mains. Sa mère ne réagissait pas. Valence ne savait comment lui plaire.

Elle était souvent amoureuse. Ses amoureux dont j'avais connaissance n'étaient jamais disponibles pour elle. Elle les voyait en cachette. Ils avaient presque toujours une copine.

Elle est arrivée au collège en 4^{ème}. Je l'ai rencontré à ce moment-là. Très vite nous sommes devenues amies. Mon meilleur ami, Florent, avait un lien très fort avec moi. Nous faisions toujours les quatre cent coups à deux. Après notre 6^{ème}, nous avons décidé de partir faire le tour de la France en voiture avec Valence. Nous allions parcourir les différents endroits qui avaient marqué notre enfance. Maggie, la petite amie de Florent est restée en Belgique. Trop jeune pour nous accompagner.

Valence n'a pas pu résister. Quand nous dormions sous tente, elle a rejoint Florent plus d'une fois. Si Florent l'acceptait, c'est que Maggie n'en valait pas vraiment la peine : disait Valence. Quand je m'en suis aperçue, je les ai plantés là. Je suis rentrée.

J'ai mis plusieurs mois pour accepter de reprendre contact avec Valence. Maggie a rompu avec Florent.

Deux ans plus tard, Florent est parti vivre en Espagne. On ne l'a plus revu.

Valence me raconte qu'elle a croisé le regard de Christian dans une soirée étudiante. Il était attirant. C'était un bel homme. Ils sont restés amants pendant un an. Elle vivait avec Frans à ce moment-là. Elle l'a quitté pour rejoindre Dax. Elle a dit stop à Christian.

C'est Valence qui m'a présenté Christian en 1993. De 1994 à 1998 elle ne l'a pas revu. Il vivait avec Caroline, elle n'en avait pas connaissance.

Quand j'ai retrouvé Christian en 1998, Valence est revenue dans sa vie. Elle prenait soin d'elle pour venir chez moi. Elle jouait avec Christian à un jeu de séduction. Elle existait pour lui. Ses regards étaient aussi parlants que ceux de Christian. Plus tard elle m'avoua ne penser faire de mal à personne, puisque personne ne savait. C'était juste entre eux.

Elle s'est séparée de Dax. Elle venait de plus en plus souvent chez moi. J'ai mis de la distance, elle semblait ne pas comprendre pourquoi. Elle ne voyait plus Christian. Je passais de moins en moins souvent chez elle. Elle s'est sentie abandonnée, m'a-t-elle dit.

Quand je suis partie seule en vacances avec mes enfants en 2009, le dernier avait alors trois ans. Valence a pris contact avec Christian. C'est seulement

quatre ans plus tard qu'elle m'a raconté ce qui s'est passé un soir. Quand j'ai eu connaissance de leur liaison, je lui ai demandée toutes les vérités. Elle m'a raconté.

Il travaillait à la maison. Ils ont mangé ensemble sur la terrasse au fond du jardin. Il a pris soin d'elle. Il a préparé un bel apéro et de bons petits plats. Il a fait une belle table et mis des bougies. La soirée était pleine de charme et de désir. Elle n'a pas bougé. Elle n'a pas fait le premier pas. La température commençait à descendre. Ils sont montés à l'étage. Ils ont bu du vin devant le feu. Il s'est rapproché d'elle. Sa main la touchait discrètement. Il était tard et elle a pris le départ. Sur le parking, il l'a embrassée. Dans la voiture elle lui envoie un sms en lui proposant de venir la rejoindre chez elle. Ils ont passé deux nuits ensemble. Je rentrais avec les enfants le jour suivant.

Il lui a dit n'avoir jamais eu d'autre relation extra-conjugale. Elle se sentait unique pour lui. Elle se sentait mal aussi. Elle voulait me le dire.

A mon retour de vacances, j'ai invité Valence à venir souper à la maison. Elle n'a pas su être comme d'habitude. A la seconde où elle est arrivée chez nous, elle s'est repliée sur elle-même. J'ai préparé un souper que nous avons pris tous les trois sur la terrasse.

Elle a repris sa voiture, elle est partie. Je me sentais mal. Aucun des deux ne me parlait vraiment.

Durant le trajet, j'appelle Valence.

- Qu'est-ce qui se passe avec mon mari ?

- Rien

- Si

- Résous tes problèmes de couple.

Christian ne me dira rien. J'ai beaucoup pleuré, beaucoup crié.

- Tu as couché avec elle ?

- Non.

- Tu mens

- Je te jure que non. Je t'aime tu es la femme de ma vie.

Pendant quatre ans, j'ai interdit qu'ils se voient.

En novembre 2013, Christian reprend contact avec elle lorsqu'il lui dépose sa fille. Je n'avais pas coupé les ponts avec ma filleule.

Je suis complètement chamboulée.

Cette fois, il ne me cache rien. Il va la revoir. Ils ont passé une longue journée ensemble. C'était le jour de l'anniversaire de mon fils. Il a attendu toute la journée pour ouvrir son petit cadeau avec son père. Il a attendu les larmes aux yeux que son père rentre. Elle le savait mais n'a pas proposé de reporter leur rendez-vous.

Il m'aime et aime Valence aussi. C'est quatre années ont été comme un exil pour eux. Il m'écrira qu'il aime deux femmes dans sa vie mais qu'il ne veut pas choisir.

Valence et moi passons une soirée jusqu'aux petites heures dans un bar. Je pleure. J'entends leurs demandes. J'ai peur.

Valence : Je prendrais tout ce que je peux prendre avec ton consentement.

Je veux être loyale.

Je veux juste une petite place dans la transparence.

Je veux pouvoir être aimée de Christian.

Dix jours plus tard, il rompt avec Valence. C'est ça propre décision. Elle m'appelle et me dit à quel point elle souffre de cette rupture.

Nous restons amies mais eux ne garderons aucun contact.

En 2017, Christian veut la retrouver et lui dire ses sentiments. Il veut de la transparence et construire une relation avec elle en lui promettant de ne plus rompre. Elle accepte.

Christian et moi nous nous aimons. Je respecte ses sentiments pour elle et pourtant je suis terriblement angoissée. Comment cette vie d'amour pluriel peut-elle se vivre sans que notre couple se détruise, sans que notre famille éclate ?

Valence accepte la non-exclusivité amoureuse et sexuelle. Elle veut du temps avec lui. Elle veut enfin créer une relation stable avec un homme.

Dans notre enfance, y a 40 ans qu'est-ce qu'on nous proposait comme image ? Dans les valeurs des dessins animés puis les valeurs du mariage. La honte de divorcer. En gros tu choisis une personne, tu galères à choisir ta personne, tu te poses beaucoup de questions, tu dois faire un choix, tu es obligé de faire un choix dans l'hétérosexualité et après tu vis avec cette personne et on ne considère pas tous les autres problèmes que tu peux avoir.

A l'adolescence on voit que ce n'est pas comme ça que ça marche. Le choix n'est pas si facile. Ça dépend de là où tu as vécu.

Quand j'avais 14 ans, je commençais ma vie amoureuse, c'était le tout début. Un peu des amours platoniques, petits bisous quoi ! A 14 ans c'est un peu plus sérieux. On dit qu'on est ensemble. Je fête mon anniversaire chez moi et je dis, amenez des copains et des copines. Là je vois un eurasien qui me plaît beaucoup. Super beau ! On sort ensemble pendant la soirée. Son père vient le chercher à minuit. Et moi j'étais lancée, j'avais envie de faire la fête et là un autre eurasien qui me drague. Super trop beau aussi. Et je sors avec lui aussi. Donc j'enchaîne sur la même soirée deux mecs. Le lendemain je me rends compte que ces mecs sont dans la même école et sont meilleurs amis. Je ne savais pas avant. Je n'ai pas pensé à mal sur le moment. Je ne me suis pas dit : je trompe le premier. Non, il n'était plus là. Je m'amuse.

Les deux mecs reviennent vers moi et me disent qu'ils ne sont pas fâchés entre eux, pas fâchés sur moi. Déjà ça c'est un miracle vu la société. Voilà ils sont amis mais maintenant il faut que je choisisse. J'ai connu chacun une heure, comment tu veux que je choisisse ? Je ne sais pas le quel je préfère. Ils proposent de faire un test pendant un mois. Je les vois séparément et puis, je choisis. Au bout d'un mois je ne sais pas choisir. Je les adore tous les deux. Ils sont hyper différents, l'un est très assertif, plein de copains, super beau gosse et l'autre super timide, super touchant, tellement fragile et super beau. Du coup, j'aime bien les deux personnalités. Un des deux laisse sa place. J'ai donc continué avec l'autre quelques mois.

Cette histoire m'a montré que le chemin c'était choisir sinon tu fais souffrir. Quand j'ai fait mon coming-out de polyamoureuse à 35 ans je me suis souvenue de cette histoire. Si on m'avait laissé faire à l'époque, s'il n'y avait pas eu autant de codes, j'aurais commencé ma vie d'amour en tant que polyamoureuse.

Avec ma naïveté d'adolescente, je ne comprenais pas ce qu'on me demandait, quand on me disait : il faut choisir. Mais pourquoi ? Ça ne me semblait pas si logique que ça. J'étais bien avec les deux. Et au final pour le bonheur de tout le monde y en a un des deux qui fait un choix, il renonce pour laisser la place à l'autre. C'était celui qui avait le plus de succès, qui avait le plus de confiance en lui. Le plus timide est resté avec moi. Il était le moins dragueur.

La société dit non. Tu dois te marier avec une femme et avoir des enfants.

Plus tard j'ai eu beaucoup d'amoureux, enfin des amants vers 18 ans. Mes ami(e)s très proche me disaient : Caroline, il faut que tu arrêtes ça parce que tout le monde te voit comme une pute. Moi je dis, ces mecs ils sont tous consentants et moi aussi. On a envie d'avoir une nuit d'amour et de sexe sans plus. Le lendemain on est plus ensemble mais on a vécu un moment ensemble. Entre nous il n'y a pas de tension. On est ok avec ça. Et même quand je revois ces mecs c'est ok. C'est super chouette. Il n'y a pas de tabou.

J'ai rencontré Christian au bal psycho en 1994. Il était tellement beau dans ses vêtements de gala. J'étais super franche. J'ai été droit sur lui. Il a accepté. On s'est mis ensemble et il est venu prendre place dans mon appartement. Nous sommes restés ensemble trois ans et demi. C'était chouette mais en même temps j'avais besoin de ma liberté. Je suis infirmière urgentiste. J'avais besoin de bouger. Je suis allée travailler pour le Club Med et oui, il y a des beaux mecs là-bas et puis je pars longtemps. J'ai aussi participé à un chantier international et là je suis tombée amoureuse.

Les valeurs de vie de Christian ne me convenaient pas du tout. Il voulait rester en Belgique et faire des affaires. Il était obsédé par l'argent. Faire du business. Moi alors pas du tout. Je voulais parcourir le monde, voyager, travailler pour des associations et je n'en avais rien à faire du fric. Et pourtant je l'aimais vraiment beaucoup. Nous nous sommes fiancés. Je me suis sentie petit à petit rentrer dans un moule qui ne me convenait pas. Je voulais me sentir libre, partir, aimer qui je veux tout en l'aimant lui aussi. Ça n'a pas été possible pour lui. Nous avons rompu nos fiançailles.

Quand il a rencontré Iris, il est venu me voir. Il m'a dit : je crois que c'est une histoire sérieuse. Nous on éprouvait encore beaucoup de sentiments l'un pour l'autre. Avant son mariage, il est venu me rejoindre au moins deux fois. Ce que je sais aujourd'hui que je ne savais pas à l'époque c'est qu'il avait quitté Iris pour me rejoindre à Bruxelles en juillet 1994. C'est Iris qui me l'a dit. Enfin on a fait des recoupements quand on s'est vues en 2013.

Pendant toute une période, je vivais les mêmes relations que lui. Je trompais mes amoureux. Je ne disais rien. S'imposer, dans ce que l'on veut réellement vivre, c'est dur. Il faut affronter les regards. J'ai fait ça jusqu'à mon coming-out.

Je n'ai revu Christian qu'après la naissance de sa première fille. J'avais vu l'annonce sur Facebook et j'ai repris contact avec lui. Je voulais juste avoir de ses nouvelles, mais bon on a été plus loin.

Je n'ai jamais voulu détruire son couple. Je voulais juste l'aimer un peu et que lui aussi m'aime un peu. Quand on se retrouvait, il me parlait toujours de sa famille et de ce qu'il traversait parfois. Je lui disais chaque fois, dis-le à ta femme. Tu es polyamoureux. Il me parlait aussi de son attirance et de son désir pour Valence, la meilleure amie de sa femme. Je lui disais chaque fois : « Ce sera plus simple et plus loyal si tu es transparent ». Mais rien à faire, il avait peur qu'Iris le quitte. Qu'elle ne puisse pas supporter ça. Plus tard, Il a même couché avec Valence, l'amie de sa femme. Merde, il fallait qu'il sorte de cette impasse. Mais tout avouer à Iris, lui aurait permis de faire la même chose, d'avoir des amoureux, elle aussi. Il en avait vraiment peur.

Notre histoire a duré vingt ans. Nous nous sommes dit « je t'aime » plus d'une fois.

C'est Iris qui m'a téléphoné quand elle a appris qu'il était amoureux de Valence. Elle ne savait pas pour moi. Elle allait tellement mal. Elle avait tellement besoin de vérité et de transparence. Je lui ai tout dit. Nous sommes amies aujourd'hui. Mais Christian a rompu avec moi par sms. Je souffre de ça. Il aurait pu me voir et terminer cette histoire proprement. C'est dur pour moi d'entendre qu'il aime deux femmes dans sa vie et que je ne suis pas l'une d'entre-elles.

« Les comportements amoureux ne sont pas le résultat de sentiments amoureux qui leur préexisteraient. (...) Des partenaires se disent amoureux et le deviennent effectivement parce qu'un certain nombre de pratiques interpersonnelles qui les ont rapprochés sont interprétées comme des manifestations de l'amour » (Bozon M., 2016, p. 11).

« Comprendre la dynamique de la pratique amoureuse implique d'en dégager les codes, à partir des histoires que racontent les amoureux mais aussi ceux qui cessent de l'être » (Bozon M., 2016, p. 11)

Quand le polyamour se demande

Christian vient me voir en novembre 2013. Il aime deux femmes dans sa vie et ne sait comment le vivre. Il a très peur. Peur que sa femme le quitte. Peur de tout faire basculer et de tout perdre. Sa famille et son épouse.

Iris montre une grande peine et une grande colère. Elle aime Christian et Valence. Elle a peur de perdre son époux et de mettre à mal toute sa famille. Ce sont surtout les mensonges et le sentiment de trahison qui la blessent. Sa grande tristesse est de constater qu'ils n'ont pas suffisamment confiance en elle pour lui dire la vérité. Le mensonge plane depuis plus de quatre ans. Christian n'ose pas parler. Il a peur qu'elle le quitte dans la colère. En 2013, il ne peut plus garder le secret, il ne peut plus repousser Valence.

La question de confiance se discute entre nous. Christian exprime que c'est surtout la peur que sa femme le quitte qui l'empêche de lui dire la vérité. La peur également que son image familiale et sociale soit mise à mal. A ses yeux, dans des valeurs construites socialement, quand on trompe son partenaire, il vous quitte. La force des valeurs sociales, où la fidélité sexuelle est pilier dans un couple monogame exclusif et où l'infidélité est, enferme Christian dans des sentiments de peur, de culpabilité et de déloyauté. La société dans laquelle nous vivons a instauré des règles de conduite de vie en couple. La monogamie et l'exclusivité sexuelle en font parties. Le contrat juridique et la parole publiquement donnée à la signature du contrat de mariage posent l'engagement de chacun des partenaires. Un contrat entre deux personnes, un contrat entre un couple et la société prend pouvoir de ce qui doit correctement se passer dans le couple.

Iris: Christian et Valence ont vécu dans le mensonge et la culpabilité de leur relation. Lourd poids du sentiment de trahison envers quelqu'un que l'on aime.

Je comprends que lorsque Valence et Christian vivent leurs moments d'intimité, il est possible, pour eux, d'oublier un peu le reste de leur vie. Mais à chaque instant de

retour vers Iris, la culpabilité est présente. Leur relation est une petite « *bulle intemporelle* »² mais au quotidien, le regard qu'ils portent sur eux-mêmes ne les rend pas fier de leur attitude. Regard socialement construit par les codes sociaux en vigueur. Il n'est pas possible pour eux de vivre sereinement leur amour. Notre société a créé des valeurs qui catégorisent ce qui est « bien » ou « mal ». Ces valeurs ont un impact sur la manière de se ressentir et de se vivre. Toutes les sociétés n'ont pas les mêmes valeurs. Selon les codes sociaux, un même fait n'est pas vécu sensiblement de la même façon d'une société à l'autre.

Iris: Pendant quatre ans, ils ont arrêté leur liaison. Mon époux a souffert de cette distance. En 2013, ils reprennent contact et décident de se voir. Ils disent s'aimer. Moi, je suis perdue. Je ne suis pas en colère de l'amour qu'ils se disent. Moi aussi, j'ai un jour, durant la période de notre mariage, éprouvé des sentiments pour quelqu'un d'autre. Mais j'ai dit non, je suis restée fidèle. Non à une autre relation. Non à laisser vivre ce sentiment en moi. Où et comment vivre une autre relation? Je suis femme, mère et je travaille à plein temps. Mon époux lui n'a pas dit non. Il a vécu d'autres relations en secret de moi.

Ces dernières années, j'ai eu l'occasion de parler de relations de couple à de nombreuses reprises avec beaucoup de personnes, hommes et femmes. Je suis ébahie de constater le nombre d'hommes qui entretiennent des relations extra-conjugales en dehors de toute visibilité. Une large toile invisible de relation extra-conjugale. Les femmes en ont également, mais elles en rêvent le plus souvent. Elles me disent: « mais comment veux-tu que je fasse ? Je suis toujours présente pour mes enfants et je bosse plein temps ». Presque toutes les femmes que j'ai rencontrées expriment à quel point il est difficile pour elles de jongler avec les rôles, les engagements et les devoirs familiaux et sociaux. Elles expriment aussi le rêve de moments rien qu'à elles, de cette « bulle intemporelle », d'être femme-femme et non mère, épouse, belle-fille, sœur, fille, professionnelle, ménagère, cuisinière, intendante, infirmière, épaulée, indépendante Elles disent en riant: *après une journée de boulot et les mêmes, que j'adore hein !, t'es pas trop jolie à voir au lit, t'es tellement crevée. Une douche le matin ça ne suffit pas pour te sentir femme.* Et les hommes me disent : *mes journées de boulot sont longues et je rentre tard et parfois très tard (avec un sourire) tu comprends ce que je veux dire, le*

² Expression d'une de mes enquêtées, S.

boulot me couvre. Les hommes ne me disent pas que leur femme ou compagne est insuffisante « au lit » mais qu'ils ont envie de sortir du quotidien. Etre dans une relation plus excitante. Ils n'expriment pas l'envie de quitter leur famille ou leur femme. Le choix de leur silence permet de ne pas tout casser et de ne faire de mal à personne, *puisque personne ne le sait*, me disent-ils.

La notion de fidélité se questionne. La fidélité, dans sa visibilité sociale, est le fait qu'une personne partage son intimité sexuelle uniquement avec son partenaire. Peut-on dire que nous sommes infidèles au moment où nous éprouvons des sentiments ou une attirance pour quelqu'un d'autre que notre compagne ou compagnon ? Nous sommes socialement perçus comme une personne fidèle si nous ne passons pas à l'acte, dans ce qui touche le corps sensuellement et sexuellement.

Christian à Iris : Même si tu as le sentiment que je t'ai trompée parce que j'ai eu des relations sexuelles avec une autre femme et même des sentiments pour elle, mes sentiments pour toi ne m'ont jamais quitté. Je n'ai jamais éprouvé moins d'amour pour toi. Je te suis toujours resté fidèle dans mes sentiments.

Dans cette manière de voir la fidélité au travers du sensible et non des codifications sociales, je perçois cette importance de vivre des relations amoureuses dans ce qu'elles sont chaque fois, uniques et singulières. Avoir plusieurs relations amoureuses simultanément pour Christian ne diminue ou n'appauvrit pas sa relation à Iris. Quand cet homme aime, il rend l'autre importante, unique et précieuse. L'idéal est, dit-il, que les femmes ne se sentent pas rivales. Qu'elles n'aient aucune peur de se voir remplacer. Qu'elles ne se comparent pas. Qu'elles ne se posent pas la question de la multiplicité amoureuse pour cause d'une défaillance personnelle. Prendre réellement conscience qu'on n'est pas la seule à être aimée, que l'on est loin d'être « l'unique » de l'homme que l'on aime produit la peur de perdre sa place affective mais également sa place socialement reconnue. La monogamie exclusive donne l'illusion que le couple est protégé des séductions extérieures et de ses propres séductions. C'est une croyance dans laquelle Iris s'ancre pour résister à tous les moments qui brisent l'imaginaire de l'amour romantique. L'amour romantique, l'amour passion s'étiolent dans la vie quotidienne du couple. La sexuation des rôles et la valence des sexes dans l'organisation du ménage et de la famille laissent peu de place au romantisme amoureux.

Iris : Quand mon mari décide de retrouver cette autre femme, c'est la peur qui me prend au ventre. La peur que je ne sois plus la femme qu'il aime. La peur qu'il remette en question notre couple, notre famille, notre vie. Il est amoureux d'elle, et dans une lettre qu'il m'adresse, il me dit ne pas vouloir choisir. Cette idée-là, envisager de vivre deux amours en même temps, n'avait jamais été un lieu de discussion pour nous.

Les amis et la famille demandent à Christian de remettre de l'ordre dans sa vie. Beaucoup de personnes autour d'Iris lui disent de réagir. Elle doit exiger « que cette fille dégage ».

Laure : Tu manques de courage Iris. Tu n'as pas les couilles de le quitter. Tu as peur de te retrouver seule. Tu verras, tu t'en sortiras sans lui.

Beaucoup l'ont jugée, même sans la connaître. La pression sociale et familiale est forte. Tous trois proviennent de familles où la monogamie exclusive est le modèle. Valence est son amie depuis si longtemps et elle aime le même homme qu'elle. Iris sait ce que signifie aimer deux personnes en même temps et pourtant la colère a pris place dans les échanges. Elle n'est pas nourrie par la jalousie mais par la peur. Peur d'être exclue, rejetée et ne plus pouvoir aimer et être aimée de mon mari. Peur qu'il fasse le choix de l'autre. Peur de perdre son amie. Peur que cette situation ne puisse pas trouver une issue heureuse pour tous.

Christian : Ces nuits où nous nous sommes retrouvés, j'étais dans un autre univers. Une exaltation, un fantasme. Aujourd'hui je veux quitter ce lieu de secret. Je veux être un homme debout.

Iris apprend qu'ils ont passé deux nuits ensemble. Et que ce rapport au temps « suspendu » déploie dans le souvenir une permanence de désir. Le souvenir ranime l'instant amoureux, le ramène à un imaginaire de permanence. Les amants réinvestissent la pensée « *comme pour rendre éternel l'instant de la passion* » (Brenot Ph., 2016, p.

37). Garder le secret est comme donner à la possible rupture l'éloignement suffisant pour ne pas se réaliser.

Leur intimité se joue en secret. Secret qui possède une ombre, un silence un mystère, qui s'exalte dans un langage caché à tous (Brenot Ph., 2016, p. 40). Une création unique où la nuit compose un moment sacré et inviolable car secret. Ce secret a cette force de conserver ce qui est invouable. Dévoiler celui-ci, c'est prendre le risque de faire basculer leur monde socialement construit mais peut être aussi de faire disparaître l'exaltation des instants suspendus.

Iris : Je connaissais l'existence d'une autre femme qui avait été très proche de mon mari. Sa première fiancée, Caroline, qui vit ses amours au pluriel. Je l'ai contactée. J'en ai parlé avec elle. Dans cette discussion j'ai compris qu'elle entretenait des relations avec mon mari avant même notre mariage. Des relations amoureuses et sexuelles. Des soirées et quelques jours ensemble. Alors que moi je restais à la maison avec nos quatre enfants. Je me suis sentie terriblement blessée. Trahie par le mensonge. Mon amie n'était pas la seule. J'assumais à fond mes rôles de mère, de professeur, mes relations d'amitié et de famille. Mais en tant que femme ... Comment pouvais-je comprendre? Étais-je si insuffisante pour qu'il ait besoin d'aller ailleurs, depuis le début?

La vie conjugale et parentale d'Iris et Christian est chargée d'obligation : devoir faire. Des jours, des semaines, des mois trop remplis. Le boulot, les enfants, la maison, les amis, les animaux, la famille Pas de temps pour eux deux. Même si Iris ne sent toujours soutenue par Christian et ressens et vit une absence. La sexualité est-elle la raison des infidélités? Les engrenages de la vie sociale où chaque individu se perd et s'oublie sont-ils trop lourd à porter pour la sérénité d'un couple ? Est-il trop difficile pour certain de vivre une exclusivité amoureuse?

L'infidélité mène la personne trompée à se penser incapable de satisfaire son partenaire tant dans la sexualité que dans la réalisation des tâches. Le regard qu'Iris porte sur elle est déplorable. La question de la sexualité et du corps est portée en avant et prend une place prioritaire. Comme si, la sexualité primait sur tout autre lien. La réalité peut-elle se questionner autrement? En dépassant les jugements sur soi et sur l'autre et en arrêtant les condamnations, la question qui se pose pour elle est : qu'en est-il du lien? Que voulons-nous vivre ensemble? Quel amour est vécu dans le couple? L'amour-sexe, l'amour-passion, l'amour-sécurité, l'amour-respect, l'amour-complice,

l'amour-ami? Peut-on vivre toutes sortes d'amours différents dans un couple? Est-il possible de les rencontrer tous au sein d'un seul couple?

Valence: Iris, tu es mon amie depuis que nous avons 16 ans. Nous avons traversé beaucoup d'étapes de notre vie ensemble. Aujourd'hui je prendrai ce que je peux prendre avec ton accord.

Iris se sent perdue face à cette demande. L'amour pluriel se présente à elle. Elle ne dit rien. Elle ne sait quelle décision prendre ni comment elle peut vivre cette demande. Beaucoup de questions viennent à elle. Aucun couple polyamoureux ne fait partie de son entourage. Tous les couples, qu'elle connaît condamnent cette multiplicité amoureuse pour des raisons de morale sociale.

Iris : Après quelques semaines de réflexion, sur les choix qu'il allait faire concernant ses relations, mon mari a mis fin à sa relation avec Valence. Sa décision fut la sienne. Je ne le lui ai pas demandé. J'ai juste dit : fait le choix qui est le meilleur pour toi. Je ne veux pas vivre avec un homme qui a des regrets dont je suis la cause. Sinon tu ne seras jamais heureux avec moi. Je prendrai ensuite la décision qui me semble juste pour moi.

Je souhaitais que l'on se retrouve de nouveau amoureux. Et surtout qu'il comprenne que le mensonge est plus terriblement douloureux pour moi la liaison elle-même. Je veux vivre le couple où rien n'est tabou, où il est possible de tout dire à l'autre. Même si cela est douloureux, on en discute. Que l'on soit bienveillant l'un envers l'autre. Je veux partager entièrement ma vie avec la personne avec qui je vis. Pas besoin de raconter les détails d'une autre relation mais surtout me dire avant qu'elle se mette en route.

Iris me dit ne plus avoir le choix : ou j'accepte ou je parts. Pour Christian, en 2014, il n'est pas concevable de vivre d'autres relations dont Iris est au courant et de la savoir attendre à la maison qu'il rentre. Ni même que ses enfants soient au courant de sa liaison. Il veut les tenir endormis de sa vie privée. Trop de hors cadres sociaux qu'il ne peut vivre à la vue de tous.

Iris : J'ai prévenu Christian. J'ai retrouvé mon ami, Florent. Il vit en Suisse. Nous décidons de nous retrouver trois jours à Strasbourg. Je prends ma voiture et je pars. Trois superbes jours et deux magnifiques nuits. Nous n'avions jamais fait l'amour avant. J'étais heureuse de le revoir. J'avais 25 kilos de moins que lorsqu'il est parti pour L'Espagne. Puis je suis rentré et nous ne nous sommes plus revus. Je n'avais connus aucun autre homme depuis quinze ans. J'avais eu peur de montrer mon corps et de faire l'amour. Mais tout c'est bien passé (Iris rit). Ce n'est pas facile de se retrouver femme ailleurs.

Christian la laisse partir en Suisse sans rien dire. Il ne peut s'autoriser à lui opposer un refus au vu de ce qu'il a vécu. Il vit ces trois jours avec beaucoup de colère en lui. Sa colère ne se porte pas contre son épouse mais contre l'homme qu'elle va retrouver. Il ne lui est pas concevable non plus qu'Iris se laisse vivre un autre amour au risque que elle tombe amoureuse et le quitte pour toujours.

La monogamie apporte au couple l'illusion de pérennité. Ce qui ne veut pas dire que la monogamie peut être la source de la non-pérennité des couples ni même que celle-ci ne peut pas apporter une pérennité au couple. Mais plutôt, qu'à elle seule, la monogamie ne peut garantir l'amour.

Iris : Je ne me suis jamais donnée le droit de dire à une autre personne qu'à mon mari mes sentiments amoureux pendant nos 14 premières années de mariage. Je ne voulais en aucun cas mettre à mal ma relation avec lui. Mais depuis que j'ai appris ses infidélités, j'ai eu le sentiment que j'avais perdu quelque chose. Une histoire de vie qui aurait pu être belle? J'aurais aimé vivre une autre relation sans le perdre lui. Il les a vécues et ne m'a pas perdue. Mais semble-t-il nous n'étions pas prêt à en parler les 14 premières années de notre vie commune.

Après plusieurs mois tumultueux, éprouvants et déstabilisants pour la famille, Iris a besoin de se retrouver.

Elle a quitté sa maison. Elle a pris ses enfants. Elle a continué à travailler et a commencé de nouvelles études. Elle est toujours mariée et toujours en couple mais elle ne vit plus sous le même toit que Christian. Ils reconstruisent leur relation sur une base fondamentale pour elle, la loyauté et la transparence. A cette condition, sa confiance peut se réinstaller et l'amour des cœurs et des corps peut revivre. Les amours plurielles les questionnent tous les deux.

Iris : Si un jour on s'accorde mutuellement le droit de vivre d'autres relations amoureuses, comment allons-nous faire ? Notre relation restera-t-elle quoi qu'il arrive la relation principale ? Le dirons-nous aux autres : familles, amis et enfants ? Comment organiser nos vies déjà si remplies pour donner une place à ces amours ? Qui partagera quoi avec qui ? Que dirons-nous à l'autre de nos rencontres ? Qui partagera avec qui les fêtes ? Qui ira avec qui en vacances ? L'amoureux ou l'amoureuse restera-t-il caché ? Quelle place aura-t-il/elle dans nos vies sociales et familiales ? Qu'en pensera cette personne ?

En quittant son foyer familial, elle veut reprendre une vie de femme. Défaire l'image de la mère perçue comme telle dans tous les moments de vie. Elle veut dissocier la femme et la mère. Seule avec ses enfants, elle peut être mère à temps plein. Et lorsque qu'ils se retrouvent, être une femme. Elle souhaite aussi que Christian prenne entièrement sa place de père et qu'il ne se repose plus sur elle. Dans cette nouvelle configuration de vie où ils sont en couple sans vivre sous le même toit, elle peut penser quitter son état prioritaire de mère pour prendre du temps pour elle et rencontrer la femme qu'elle est. Néanmoins ce souhait est complexe à vivre. Elle veut se sentir et se vivre mère, femme, amie, sœur, fille ... séparément, dans des espaces et des temps différents. Elle souhaite dissocier ses sphères de vie.

La vie quotidienne ne rend pas les choses simples. Elle a très peu de temps pour elle tandis que Christian se retrouve seul quatre jours semaines.

Ils jonglent avec les espaces et le temps. Ceux de la famille, ceux des amis, ceux des parents, ceux du travail, ceux pour soi et enfin ceux de leur couple.

Dans le « nous-couple » passé, ils se retrouvaient deux « je » inter-reliés et interdépendants. Attaché l'un à l'autre ils vivaient un amour attachant. Cette phrase je vous propose de la lire dans son double sens. Je remets également en réflexion ce « je » qu'ils pensaient être. Ils se sentaient plutôt, un « nous-social » que des « je-individualisé ». Ils sont jeunes au début de leur relation. Ils se sont présentés l'un à l'autre comme des personnes individualisées et libre de faire leurs choix. Notamment celui de choisir son conjoint. Cependant ils se questionnent aujourd'hui sur cet état. A l'époque de leurs vingt-cinq ans ils se pensent « je », aujourd'hui vingt ans plus tard ils

prennent conscience que ce « je » n'est qu'un ensemble de constructions sociales. Ancrées en chacun, elles construisent nos appartenances sociales, notre identification, notre identité mais aussi nos non-appartenances, notre altérité. La question du « nous-couple » familialement et socialement construite prend réflexion dans une nouvelle dynamique. Celle d'un « nous-couple » composé de deux « je-individualisé » inter-reliés dans une perspective d'autonomie de leurs singularités. Ils veulent maintenant découvrir le « je-singulier » qui se positionne face au « je-nous social », au « nous-couple ». Lourde responsabilité ! Solitaire responsabilité ! Solitude en recherche d'un « je-soi ».

Valence : Je ne veux plus être celle qui attend, qui est cachée, qui a peur d'être démasquée. Je veux vivre un amour serein et dit. J'ai besoin d'être en accord avec moi-même. Je préfère vivre seule que de passer d'une histoire à l'autre sans jamais être pleinement reconnue, sans avoir une réelle place. Je rencontrerai peut-être un homme avec qui je peux construire un couple ou pas. J'accueille ces deux possibilités avec beaucoup de bienveillance envers moi-même. Aujourd'hui, je lui laisse le choix d'être mon ami ou de ne plus prendre contact avec moi.

Christian vit mal cette proposition d'amitié. Il pense que ce n'est pas la réalité des sentiments de Valence mais le reflet d'une sorte de loyauté envers Iris ou une manière de se protéger de la souffrance que Valence a vécue lors de leur deuxième séparation. Elle fait le choix de l'amitié plutôt que de l'amour. Elle fait le choix d'attendre la bonne personne qui pourra construire avec elle un projet de vie. Se choisir l'un l'autre pour s'aimer ensemble dans un projet de vie en commun. A cette idée d'amitié Christian la sent le quitter.

Deux ans plus tard, il reprend contact avec plus d'attention pour elle et propose l'amour au pluriel où il s'engage à ne plus rompre et à ne pas choisir entre elle et Iris.

Valence à Iris: J'écoute la demande de Christian. Je te propose de le voir régulièrement et de me laisser voir si des sentiments amoureux émergent encore pour lui. Si effectivement je l'aime encore, je ne veux pas m'engager juste pour quelques temps. Je ne veux plus qu'il me jette comme la dernière fois. Je pense

que si nous sommes bienveillantes les uns envers les autres, nous pouvons rester amies et aimer le même homme.

Iris: Imaginons que ce soit envisageable. Que veux-tu construire avec lui ? Quelle place veux-tu dans nos vies ?

Valence : Personne ne sait de quoi l'avenir est fait. Vivions au jour le jour.

Aucun des deux n'a demandé à Iris ce qu'elle ressentait dans cette demande. Les propositions s'imposent à elle, elle ne dit en souffrir. Elle choisit d'attendre et voir ce qui se passe et non de refuser et de les quitter.

La représentation traditionnelle d'un couple réussi et heureux inclut la construction d'un projet de vie commun et où la multiplicité des partenaires amoureux n'a pas sa place. Deux personnes se choisissent l'une l'autre pour s'aimer ensemble et construire un projet de sens à deux. La réussite de ce projet commun serait alors la réalisation du couple. Iris et Christian ont restauré une vieille ferme de leurs propres mains pendant plus de dix ans. Ils ont quatre enfants en pleine forme avec un beau parcours scolaire. Leurs relations d'amitié sont pérennes et leurs familles se rassemblent. Leurs emplois sont stables. Ils passent de belles vacances. De beaux et grands projets réussis. Et pourtant le couple est remis en question.

Iris ne se voit plus dans l'avenir. Elle ne s'y retrouve plus. Elle a besoin de vivre des projets avec son époux. Mais ils sont différents aujourd'hui. Elle se questionne. Elle cherche à définir comment elle peut entrevoir l'avenir. Faut-il se séparer pour laisser à chacun le droit de vivre ses propres aspirations ? Elle est déjà une femme mariée n'ayant pas le même domicile que son époux. Elle a refusé de cocher la case « séparée de fait » dans un document officiel pour y introduire une nouvelle case : mariée avec domicile séparé. Le document lui a été retourné avec la mention : « veuillez compléter le document selon les propositions pré-écrites. Elle souhaite garder son statut de femme mariée même s'ils ne vivent plus sous le même toit.

Se choisir soi pour s'aimer soi et construire des projets différents de ceux de l'être aimé met-il un terme au couple traditionnel ? Est-il impossible de se construire individuellement et de préserver le couple ?

Quand le projet de Christian est de se donner le droit d'aimer plusieurs personnes en même temps, il se choisit pour être juste avec lui-même. C'est suite à une thérapie qu'il se veut « *être un homme debout* » m'a-t-il dit. Quand il dit à Iris qu'il aime deux femmes, elle continue de chercher comment cela peut se vivre pour elle, pour l'autre, pour le couple et dans notre société.

Iris sait que Caroline est polyamoureuse. Elle la cherche et la retrouve. Iris veut comprendre comment d'un point de vue sentimental et pratique il est possible de vivre l'amour au pluriel.

J'ai accompagné Iris lors d'une de ses rencontres avec Caroline.

Iris : J'ai besoin d'être rassurée. Je sais Que Christian et Valence ne feront pas demi-tour. C'est décidé. Ils seront en couple et je le sens. Il est obsédé par elle. Il veut la voir tout le temps. Il veut deux bulles exclusives. Une avec moi et une avec elle. Bien sûr aujourd'hui, personne ne doit plus être monogame exclusif m'a-t-il dit. Je peux maintenant avoir mes aventures. Mais que va-t-il rester de nous. Je ne sais même plus si je l'aime. Je commence à en douter. S'il m'accordait plus d'attention, je n'aurais pas peur. Je sens qu'elle prend trop de place.

Caroline : Je suis polyamoureuse et je connais ton mari depuis vingt-deux ans. Je n'ai jamais voulu vivre avec lui au quotidien mais il fait partie des hommes de ma vie. J'aimerais qu'il me laisse vivre, comme avant, des petits moments en amoureux à ses côtés. Qu'il me dise qu'il m'aime et que je compte pour lui. Et que toi, tu sois au courant. Plus de mensonges, être loyaux et honnêtes, tous. Jamais je n'ai voulu mettre à mal votre couple et votre amour. Souvent quand il venait me voir nous partagions sa vie de famille. Et jamais je n'ai souhaité l'éloigner de toi que du contraire. Et je ne lui ai jamais demandé de vivre avec moi.

Caroline a l'expérience du polyamour. Et même si elle souhaite rencontrer un homme avec lequel elle pourra construire un projet de vie en commun avec l'espoir que cet amour soit pérenne, elle défend sa liberté. Elle veut être libre d'aimer qui elle veut, quand elle veut. Elle possède son corps et en est l'unique propriétaire. Personne n'a le droit de lui dire ce qu'elle peut en faire ou pas. Et à ses yeux cela doit être le cas pour tous. Ses valeurs de vie sont l'amour, la liberté individuelle, le respect, la loyauté, le consentement et la bienveillance. Elle est convaincue que l'imposition sociale de la monogamie exclusive ne respecte pas la valeur de la liberté individuelle. Elle estime que l'on peut rester en lien d'amour avec un partenaire toute sa vie même si celui-ci a d'autres relations. Caroline impose sa vision aux cadres sociaux et familiaux. Elle veut vivre en toute visibilité ses choix et ses amours. Elle décide de ne pas se cacher. Elle vit également une certaine pression sociale : *« Tu es responsable de ta vie et de tes choix, si tu veux être vraiment libre il faut assumer »* (parents, amis et l'entourage de Caroline).

Je suis présente également lors de certains échanges entre Iris et Valence.

Valence : *Je peux être en amour pour ton mari et être ton amie. Je ne sais pas du tout si je souhaite faire partie aussi de sa famille. Je ne sais pas du tout si j'ai envie de vivre à ses côtés. Ce que je sais, c'est que je vis les moments présents avec beaucoup de joie. La relation avec mes enfants est aujourd'hui stable et heureuse. Je veux garder cette unité à nous. Je ne me vois pas aller dans la maison que tu as construite avec lui. Je ne le vois pas venir dans ma maison. Je ne sais pas si nous aurons envie de vivre d'autre chose que de se retrouver à certains moments, soirées, week-end ou vacances. Je laisse venir à moi les choses de la vie. Je veux juste être en accord avec moi-même et être en joie. Je sais que c'est difficile pour toi et j'accueille avec bienveillance la souffrance ou les peurs que tu peux vivre. Si la situation ne te convient pas, si elle n'est pas juste pour toi, tu peux dire non. Tu fais tes propres choix en accord avec toi-même.*

Les actes des autres ne sont pas les causes de nos ressentis. Ils sont les déclencheurs. Nos ressentis sont réactivés lorsque nos blessures intérieures sont touchées. C'est à toi de trouver le chemin de la guérison de tes blessures intérieures. Nous ne sommes pas responsables de tes ressentis.

Valence a suivi de nombreuses thérapies. En commençant par des groupes de paroles en communication non violente et en poursuivant par des entretiens individuels mettant en conscience les différentes parts de soi. Des parts qui parlent des peurs et des blessures qui entravent dans la réalisation de soi. Une démarche à la rencontre de son intrapsychique dont l'objectif est de rencontrer l'amour pour soi afin de ne plus être déstabilisé.e lors d'agressions extérieures où de l'émergence des blessures intérieures. Dans cette détente « envers soi », Valence retourne en relation avec les autres. Elle accepte les peurs et les angoisses des autres qu'elle laisse à l'extérieur d'elle-même tout en les accueillant avec amour et bienveillance, dit-elle. Dans ses relations interpersonnelles, elle pratique l'écoute attentive sans jugement. Ses nouvelles valeurs sont l'acceptation de soi, l'acceptation de ce qui se passe pour l'autre, la non-violence et le non-jugement. C'est ainsi qu'elle se voit s'affranchir de toutes ses prisons intérieures. Elle cherche une manière de vivre dans la joie et la sérénité pour soi et pour tous.

La question des familles et de leurs interactions est une problématique qui touche la visibilité sociale. Pour pouvoir se vivre et vivre son amour qu'elle envisage non monogame puisqu'Iris n'a pas encore quitté l'équation, Valence propose de vivre cet amour en dehors de tous liens familiaux. Il se crée une séparation entre l'amour-amoureux, la famille et la parentalité. Elle propose aussi des rencontres en-dehors des cadres sociaux du quotidien. Soirées, week-end et vacances se projettent en dehors des groupes d'amis et du cadre professionnel. Il y a séparation des sphères privées et publiques dans la visibilité des liens amoureux.

L'amour-amoureux veut se vivre dans des instants sans prise de tête, dans « *une bulle intemporelle* » où la société ne peut imposer ses injonctions. Les responsabilités des choix incombent à chacun sans projection des responsabilités sur l'autre. Chacun est responsable de ses émotions et de sa représentation de la bonne « santé morale ». Le seul pouvoir que l'on a est sur nous-même.

Caroline à Iris: L'amour ne se divise pas, il se multiplie. Alors pourquoi rompre. Pourquoi jeter tout ce qu'on a vécu. Nous ne brisons rien si nous restons amoureux. Je ne mérite pas d'être rejetée. Nous pouvons tous vivre beaucoup de beaux moments. Quand on a plusieurs amoureux, la séduction joue sur soi. On a envie de se faire belle et de voir que l'autre le fait aussi. Chacun prend soin de lui. Chacun prend soin de l'autre. Toi tu as pu construire un couple qui dure longtemps et je t'envie. Moi je suis seule dans ma maison même si j'ai beaucoup d'hommes, un jour ils me quittent. Tu n'as jamais eu peur qu'il te quitte.

Regarde il est toujours là. Même quand il veut pouvoir aimer Valence. Mais tu n'as connu qu'un seul homme pendant ce temps. Crois-tu que tu as découvert la femme qui est en toi ?

La monogamie exclusive estompe le sentiment du possible éloignement de l'autre. On voit et on vit avec la personne aimée tous les jours et on construit un projet de vie social et familial qui se pense pérenne. La séduction peut ne plus être au rendez-vous à chaque instant de la vie au quotidien. Quand on vit le polyamour, la séduction est vivante. Le corps, les paroles et la gestuelle se mettent en action pour rester dans l'attirance et le désir. Le corps se met en jeu pour tenter de concrétiser un lien plus permanent car l'éloignement est chose probable en permanence. La construction d'un projet de vie en commun est plus compliquée et parfois il semble impossible dans le polyamour, si ce projet n'est pas d'emblée le même pour chacun.

Ce ne sont plus deux personnes qui consentent à une même direction de vie mais plusieurs projets de vie individuels qui doivent trouver un consentement multiple pour exister.

Les concessions pour l'autre se pensent différemment que dans un couple monogame exclusif. Les projets se portent de manière individuelle dans l'objectif de poursuivre sa vie et de préserver ses propres valeurs. C'est l'individu et non plus le couple ou le groupe social qui porte sa réalisation et ses projets.

Dans la vision traditionnelle, le couple se pense dans la réalisation de projet commun dans un premier temps, celui de l'engagement. Vient ensuite et peut-être la réalisation de soi pour chacun des partenaires. Un second temps peut apparaître où les personnes ne se réalisent pas individuellement et où les projets diffèrent. Quelles seront alors les solutions pour que le couple perdure ? L'abandon de soi pour l'autre ? Le réajustement des projets et du mode de vie dans un consentement mutuel ? Le réajustement des projets et du mode de vie sans le consentement de l'autre ? La séparation pour reprendre sa propre vie ?

Dans les couples de la modernité, ceux où le libre choix du ou des partenaires a pris place, ceux où l'autonomie financière de chacun existe, ceux où l'implication spirituelle/religieuse n'impose pas l'ordre de la supériorité genrée, les manières de faire

couple sont multiples et présentent une grande variété originale de se vivre, de se choisir et de s'aimer. Mais cette liberté n'est-elle pas seulement qu'en apparence? Ne se conjugue-t-elle pas aussi à une permanente insécurité? Zygmunt Bauman dans son livre, *L'amour liquide*, questionne cet ensemble de liens flexibles où les relations se composent et se décomposent et où la liberté à un prix.

Le questionnement se poursuit pour Iris. Elle rencontre des femmes qui lui parlent du couple principal et des couples satellites mais aussi de l'anarchie relationnelle, où la notion de hiérarchie dans les relations est exclue. Dans l'anarchie relationnelle toute relation a le même degré d'importance et tous les liens sont équivalents. Dans la perspective du polyamour, quelles garanties a le couple de perdurer en restant le principal? A tout moment, le lien peut basculer dans une moins grande intensité que celui de l'autre. Dans la perspective de l'anarchie relationnelle, comment peut-on envisager donner à chaque femme une place équivalente alors que l'une est mère des enfants et l'autre une pièce « rattachée » ?

Iris à Christian: Je me sens flotter mais pas bien. Mon environnement s'effondre. Vos engagements sont flous. Je te demande à toi, Christian., peux-tu t'engager à ce que notre relation soit prioritaire et principale? Peux-tu me dire en pleine conscience de ce qui se joue ici que toujours nos enfants seront aussi ta priorité? Que Valence occupera une place secondaire dans nos relations ?

Acceptes-tu qu'il n'y ait pas d'interaction avec nos familles et que le temps de nos familles passe avant elle. Tu sais aussi que nos enfants refusent et rejettent cette situation.

Iris demande que la relation avec Valence soit secondaire. Qu'elle ne vienne pas perturber l'équilibre familial et social déjà construit. Elle accepte la présence de Valence – et une situation dégagée du mensonge- mais elle met une condition à ce polyamour. Iris n'accepte pas d'équivalence dans les liens que Christian peut créer avec Valence comme avec elle.

Quand de multiples relations se présentent il faut trouver de multiples consentements communs. La hiérarchie des relations en fait partie et se discute. Et bien évidemment à tout moment cette hiérarchie peut changer. La perspective de l'impermanence des liens

est anxiogène. Chacun accepte une position par rapport à ce qui lui est le moins anxiogène et non par amour pour l'autre.

Valence : Je ne sais pas. Aujourd'hui oui. Car je me sens capable d'aimer avec bienveillance. Mais personne ne sait de quoi demain sera fait. Je laisse à la vie ce qu'elle me donne.

Même si Valence énonce que c'est la vie qui choisit, ses demandes montrent une prise de position. Valence invite Christian à un souper au restaurant en présence de ses collègues. De son côté, Christian l'invite dans un lieu que fréquente également Iris. Ils imposent à tous leur visibilité sociale sans qu'Iris ne soit sereine avec cette situation.

Iris: Même si on ne peut pas garantir l'avenir, on peut décider aujourd'hui que tous nos actes et paroles s'engageront dans le sens que l'on choisit. Je suis bien obligée de constater que Christian ne peut pas vivre une seule relation. Cela fait vingt-cinq ans qu'il en vit plusieurs en même temps.

Toutefois, je n'accède pas à l'équivalence dans nos relations. J'ai besoin de me sentir en sécurité et de l'entendre de vos voix. Accepter qu'il n'y ait plus d'exclusivité pour chacun de nous est une chose mais mettre en péril l'existence de notre famille et la priorité de nos enfants, ça je ne peux pas. J'ai besoin de votre engagement à tous les deux dans ce sens-là. Ma demande implique une non visibilité sociale dans mes sphères de vie à moi. Il s'agit de ma famille, de mes amis et de mon monde professionnel. Créez votre univers à vous.

Christian : Je ne veux pas être dans une boîte. Je veux vivre ce que je veux où je veux.

Christian impose à tous ce qu'il veut vivre. Valence le suit dans ces demandes.

Le meilleur ami de Christian intervient et lui annonce qu'il n'est absolument pas d'accord avec la présence imposée de Valence, celle-ci ayant été la meilleure amie d'Iris. Valence offense la relation d'amitié où une amie ne prend pas et ne couche pas avec le mari de son amie. Les codes sociaux régissent aussi les relations entre amis.

Iris : *L'unique chose que je vous demande, si toutefois l'amour n'est pas remis en question, c'est l'engagement de préserver ce qui a été construit pendant dix-sept ans et la priorité pour mes enfants et de vous construire votre propre univers en-dehors de moi.*

Christian : *Je ne veux pas te perdre. Je veux trouver de la légèreté dans nos liens. Je veux vivre l'instant présent sans penser à demain. Etre heureux de se voir quand on se voit c'est tout. Je t'aime plus que je ne le sais moi-même.*

Iris : *Je sens bien que les choses basculent. Et vous ne voulez pas prendre une décision qui me protège. Vous voulez tout pour vous en me faisant croire que j'ai mon mot à dire.* (Iris est en colère, elle quitte la pièce en larme et claque la porte violemment).

Iris n'est pas prête à assumer cette visibilité imposée, ni le mensonge de Christian et Valence, qui s'étaient engagés à rester en dehors de sa sphère relationnelle.

Christian : *Je suis désolée Iris, je ne voulais pas te blesser. Je veux juste vivre ma vie amoureuse sans contrainte.*

L'amour, la conjugalité, la parentalité se dissocient. L'engagement dans chacune des sphères se pense séparément ou ne se pense pas. Le besoin des amants est de vivre leur amour aujourd'hui, dans l'ici et maintenant sans se projeter. Profiter de ce qui est, dans l'instant « T » comme dit Valence. Bauman dans son livre, *l'amour liquide*, nous montre en quoi la fragilité du lien entre les Hommes est dans l'état éphémère des relations interpersonnelles pour aller jusqu'à la liquidité de la relation que l'on a avec soi. Ce qu'il appelle « *la liquidité de l'amour propre* ». Le lien devient une forme de connexion sans être une relation. On « clique » dans l'instant « j'aime » et à tout moment en une fraction de seconde on « déclique », on n'aime plus. Pour lui, la relation qui tend vers l'équilibre est celle qui lie « liberté » et « sécurité ». Ces deux valeurs ne peuvent se dissocier pour que la relation soit heureuse, dit-il et il ajoute que la sécurité sans liberté mène à l'esclavage et la liberté sans sécurité, au chaos.

Nous nous retrouvons dans une situation où l'accord ne se voit plus possible au-delà de l'amour. Les hiérarchisations ne se rencontrent pas. Pour les amants, c'est la liberté individuelle et l'instant présent qui sont prioritaires et pour Iris, c'est la stabilité et la sécurité de son couple conjugal, amoureux et parental.

Nous sommes à une époque où les relations se construisent dans de nouveaux modes et où la manière de faire couple prend de multiples formes.

La trajectoire du couple Iris et Christian est en-dedans de ce qui fait société ici de Lille à Bruxelles. Une trajectoire singulière parmi d'autres.

En recherche sur le terrain, je découvre la multitude de situations singulières qui se rejoignent et se nouent dans une mouvance sociale.

Comme vous avez pu le lire dans ce chapitre, c'est lorsque j'ai eu connaissance qu'Iris, Valence et Christian se questionnaient sur une relation polyamoureuse et se mettaient en route pour la vivre que j'ai téléphoné à Caroline. Je lui ai demandé de me m'ouvrir les portes de ce nouveau mode de relation afin d'y comprendre les processus en y accédant de l'intérieur.

Caroline a conscience de la tristesse et des questionnements d'Iris. Elle lui a offert la vérité, une transparence totale sur les faits, les dates, les lieux, les paroles et les actes. Au-delà de la colère et la tristesse, ce fut un énorme soulagement pour Iris. Toutes ces choses qu'elle ressentait durant les quinze premières années de son mariage étaient vraies. Elle n'était pas folle. Ce n'était pas le fruit de son imagination. Les non-dits et les mensonges ont traversé son corps. Il a souffert de nombreux maux jusqu'à ce que les mots se déposent. Caroline a ouvert les portes de l'honnêteté. Iris intègre le fait que ces histoires d'amour pluriel ne sont pas de simples histoires de fesses mais qu'il y a autre chose derrière, de beaucoup plus profond.

J'ai rencontré ces personnes « polyamoureuses » pour comprendre quel sens ils donnent à ce choix et comment ils le vivent personnellement, en couple et en société.

Avant d'entrer en enquête, j'ai suivi de 2009 à 2013 des formations en communication non violente³ et en écoute efficace⁴. J'ai consulté des ouvrages en psychologie du couple⁵. Je me suis également dirigée vers les écrits de sexologues puis de sociologues et enfin j'ai approché la philosophie⁶ et la spiritualité⁷. Mais j'ai senti que j'avais besoin d'autre chose pour entrer dans la compréhension de ce que les gens disent de ce qu'ils vivent et la manière dont ils sont dans ce monde.

Comment sentimentalement et pratiquement vivent-ils plusieurs relations dans un même temps ?

Je souhaite mettre en lumière la dynamique qui se joue dans cette pratique amoureuse. Ce qu'elle implique d'un point de vue personnel, interpersonnel et social.

La pratique de l'observation participante me permet d'entrer en lien et d'entendre la voix de femmes qui vivent les amours plurielles, et de toucher le sens qu'elles leur donnent. Il s'agit maintenant de créer une connaissance à partir de ce que ces femmes vivent, de ce qu'elles disent, de ce qu'elles font. Prendre de la distance avec ma propre connaissance et mes propres interprétations pour rencontrer celles de ces femmes qui s'assument « polyamoureuses ».

J'entre donc en enquête par ma rencontre avec Caroline.

³ Marchall Rosenberg et Thomas D'Ansembourg

⁴ Thomas Gordon

⁵ Jacques Salomé, Flore Delapalme, Moussa Nabati et Rose-Marie Charest

⁶ Nathalie Frogneux, Eva Illouz, Gabriel Mahéo et Stéphane Habib

⁷ Isabelle Padovani, Lise Bourbeau, Pr. Jon Kabat-Zinn et Charlotte Kasl

Partie 2 : Début de l'enquête

Les femmes de mon enquête, mes interlocutrices, me racontent leurs trajectoires, leurs récits à elles. Et pour chacune, ceux-ci sont singuliers. Ils sont le fruit d'une histoire unique. Ces femmes parlent de ce qu'elles ont vécu, de ce qu'elles sont, de ce qu'elles ont choisi d'être, de ce qu'elles font, de ce qu'elles pensent, de la manière dont elles veulent agir et de leurs espoirs dans ce qui fait lien et sens aujourd'hui pour elles. Leurs valeurs et leurs positions se rencontrent et se transmettent au travers des café-poly, des retrouvailles privées, et des groupes Facebook.

Au domicile de Caroline

Mes premiers moments d'enquête se passent au domicile de Caroline, en août 2016. Caroline me reçoit dans sa petite maison quatre façades au cœur d'un petit village du Hainaut belge. Cette bâtisse respire l'accueil. Sous ce toit vivent Caroline et ses deux enfants mais aussi deux colocataires, son ex-mari et un ami. Elle a ses deux enfants en garde partagée une semaine sur deux. Le papa des enfants habite le même village qu'eux. Le grand jardin, un peu sauvage, se travail en permaculture.

Caroline est une femme engagée dans la reconnaissance des amours plurielles. Extrêmement généreuse et accueillante, elle m'ouvre la porte de sa maison. Quelques bons verres de vin, amuse-bouche et bougies rendent l'ambiance très détendue et chaleureuse. Caroline est la femme qui a ouvert les portes de la transparence sur les relations extra-conjugales de Christian. Elle m'offre le récit de ses intimités et de ses histoires d'amour. Sa trajectoire de vie de femme est parsemée de joie, de rencontre, d'amour, d'effort, de recherche de reconnaissance, de beaucoup de douleur, de souffrance et parfois de grande solitude. Elle me raconte avec conviction ce qui l'a amenée à vivre au grand jour ses amours plurielles. Elle propose de m'inviter aux différents week-ends polyamoureux qu'elle organise chez elle et me transmet les informations pour me rendre au café-poly de Bruxelles, le premier mercredi du mois, et celui de Lille, le troisième mercredi du mois.

Avec Caroline, j'ouvre un compte Facebook sous un autre nom. Elle me met directement en contact avec plusieurs personnes. Facebook me permet également d'être avertie des différents événements liés au polyamour ou encore d'y être invitée. Plus tard, j'y ajouterai aussi mes nouvelles interlocutrices et y entretiendrai avec elles des contacts quotidiens, emprunts de ce qui se vit au jour le jour.

En Week-end « polyamoureux »

Caroline organise, chez elle, des week-ends « polyamour ». Des amis, amies et connaissances y sont invités pour partager des moments de discussion, de rigolade, de jeux de société, de tendresse, de sourire, de chaleur amicale et plus si affinité. Les convives viennent de Belgique et de France. Une bonne vingtaine de personnes s'y retrouvent. Chacun amène de quoi boire et manger, sac de couchage et tente pour ceux qui souhaitent rester dormir. L'accueil y est simple et chaleureux. La porte est ouverte, tu rentres et déposes tes affaires à droite ou à gauche. Caroline et les personnes présentes te reçoivent avec le sourire, une main sur l'épaule ou dans le dos et un bisou sur la joue. Et pour ceux qui se connaissent déjà, une grande embrassade. Nous préparons ensemble ce que chacun a apporté. Autour d'une table, on fait de la place et on partage tout simplement. Nous débarrassons ensemble et certains se dévouent pour ranger et faire la vaisselle. Nous nous posons au soleil. Les discussions se multiplient. Les sujets sont divers et variés.

Caroline me présente comme étudiante en anthropologie à l'UCL, qui réalise son mémoire sur le thème des amours plurielles. Je ne suis pas présentée que comme cela. Elle et moi avons un passé inter-relié. J'ai été présente dans l'histoire qui la lie à Iris, valence et Christian. Elle raconte notre histoire.

Caroline : J'ai été l'amoureuse et la fiancée de Christian de 1994 à 1997. Nous avons rompu parce que nos valeurs de vie et nos projets ne se rencontraient pas mais nous avons gardé un profond attachement l'un à l'autre. Pendant vingt ans, nous avons maintenus des liens. Nous sommes restés amoureux. On a vécu des moments d'intimité et partagé des week-ends en amoureux sans qu'Iris, sa femme, ne soit au courant. J'ai demandé à Christian de lui dire mais il ne savait pas comment faire. J'ai dit la vérité à Iris. Nathalie était présente. Je ne suis pas jugée par elles. Maintenant Nathalie fait son mémoire sur le polyamour. Elle vient me voir. C'est cool. Vous voyez quand il n'y a pas de haine tout est possible.

Le choix de mon sujet est intimement lié à ma relation avec ces trois personnes. Le parcours d'Iris et de Christian est ce qui a amorcé ma recherche anthropologique. Cette approche a émergé en-dedans et non en-dehors de ma vie. Elle n'est pas, dans un premier temps, le fruit d'une observation externe de faits sociaux à laquelle je voulais réfléchir mais d'une réalité au plus proche qui m'a posé de nombreux questionnements sur la manière de vivre son couple ou de vivre l'amour dans nos sociétés contemporaines. Il s'agit de prendre ce qui suit comme un « *lieu où ordre culturel et individualisé se rejoignent et se nouent* » (Favre D., Jamin J., Massenzio M., 2010, p.7).

La journée « poly » se passe entre jeux de société, jeux de rôle et préparations des apéritifs. Le soleil est chaud et l'envie de jeux d'eau se fait sentir. Un tour de tuyau et les vêtements se retrouvent sur le fil à linge. Les torsos sont nus. Si certaines sont en bikini, une femme est seins nus. La crème solaire servira au massage de celle-ci. Il se réalise à table sans complexe et à la vue de tous. En même temps, la tente de détente est disponible. Un duo s'y retrouve pour un long et intégrale massage en toute nudité.

Les femmes me parlent d'elles, des hommes qu'elles ont rencontrés et de leur liberté sexuelle.

Une femme aux longs cheveux noirs et au corps pulpeux vient s'asseoir à côté de moi. Sa robe aux couleurs franches dévoile une poitrine généreuse. Sa voix porte. Aucun sujet ne semble lui être tabou. Elle parle d'elle et de ses amants sans aucune retenue.

Quand j'avais 18 ans mes petits copains étaient plus âgés que moi. Ils avaient toujours entre 25 et 30 ans. J'ai 40 ans maintenant et ils ont toujours le même âge. On me voit comme une « cougar ». J'aime les hommes de cette tranche d'âge. C'est toujours tout feu tout flamme. Je me sens femme avec eux.

Une autre femme, douce, délicate, timide et réservée me parle du coin de la table. Sa voix est fine et à peine audible. De magnifiques cheveux longs enrobent ses épaules jusqu'au début de ses anches. Un jeans et un petit pull couvre son corps fin dont tous les mouvements sont extrêmement délicats.

Ça fait un moment que je suis seule. J'aime être ici. Tout le monde est accueillant, on partage. Je n'ai pas besoin de plusieurs amoureux. J'aimerais être avec un homme attachant, doux et sensible. Avec un sexe vraiment pas gros (rire délicat).

Carlie arrive avec son bébé. Elle reste peu de temps. Parle en privé avec Caroline. Elle vient vers moi.

Caro m'a parlé de ton projet. Voici mon téléphone. Passe chez moi.

Les hommes me proposent des boissons alcoolisées, une cigarette et me présentent les tapas qu'ils ont préparés. Ils me parlent de ce qu'ils font dans la vie, de leurs opinions politiques ou encore des jeux de rôle qu'ils aiment. Je participe à une table de jeu. Nous préparons ensemble le barbecue.

Il fait noir et la nuit est bien entamée. Je ne reste pas dormir sur place. A mon départ, un homme m'offre un pendentif qu'il a réalisé. Le dessin qui y est représenté est celui que je porte en tatouage sur ma tempe. Un autre homme me propose de venir visiter Paris. Il y habite.

Café poly de Lille et Bruxelles

Mon mémoire indique ce sont les amours plurielles au féminin qui fait l'objet de mon étude et non les amours plurielles en général. Voici pourquoi. Suite à mes rencontres durant les week-ends « polyamour » chez Caroline, je me suis rendue à plusieurs « café poly » de Bruxelles et de Lille. Ceux-ci se passent une fois par mois dans chacune des villes.

Le « café poly » est un lieu de rencontre amicale pour toutes personnes qui souhaitent discuter des amours plurielles où d'autres choses. Un espace est offert par un établissement. On peut y consommer des boissons payantes, y apporter des mets et les partager ou encore en acheter sur place. A Bruxelles les discussions tournent autour de nombreux sujets, pas nécessairement en lien avec le « polyamour ». Pour la plupart, les personnes semblent se connaître. Les nouveaux sont vite accueillis et intégrés à un petit

groupe. A Lille, je suis chaque fois accueillie par Joseph le Blond, organisateur de ces soirées. Il connaît tout le monde et tout en discrétion il est très présent pour les nouveaux. Il propose des lectures et des débats autour des relations. Il laisse chacun venir avec ce qui le questionne. Je me suis présentée comme étudiante en anthropologie et non comme « polyamoureuse ».

Avec les femmes, la discussion tourne autour de la vie en général autant pour elles que pour moi. Je ne pose aucune question mais écoute et dialogue. Nous partageons avec une grande simplicité.

Ma : C'est quoi ton mémoire ?

Moi : La trajectoire d'une vie de femme, peut-être ? Ou comment la vie mène à vivre le poly amour ? Ou, comment fait-on en tant que femme pour vivre l'amour, les amours ?...

Ma : As-tu un questionnaire ?

Moi : Non, je ne veux rien induire. J'aimerais que les femmes puissent être totalement libres de dire ce qu'elles souhaitent. Partager leurs récits de vie en tant que femme.

Ma : Oui, moi je veux bien partager, voici mon email et mon numéro de téléphone. Mais n'écrit pas mon nom, je reste discrète dans cette vie-là.

La confiance s'est offerte mutuellement de manière intuitive.

Avec les hommes, les discussions sont bien différentes. Je ne suis pas perçue comme une étudiante en recherche mais comme une femme. Chacune des discussions se retourne vers moi. Je deviens le sujet de la discussion.

Fr : Tu es poly ou mono ?

Moi : Mono dans ma pratique de vie de couple, toute fois je me rends bien compte que beaucoup de personnes vivent des amours plurielles même si c'est platonique, secret ou caché.

Fr, Ma, JC : Mais t'es mariée toi ?

Moi : Oui depuis 17 ans et j'ai plusieurs enfants

Ma : T'as jamais eu d'aventures ?

.....

De nombreuses fois, ce genre de discussion a eu lieu. Je ne parvenais pas à me faire reconnaître comme étudiante et chercheuse en anthropologie. J'étais vue et approchée comme femme. Je me sentais comme une « future » possible.

J'ai réalisé mes enquêtes d'août 2016 à janvier 2017. Dès le premier mois, je me rends compte qu'être reçue comme chercheuse plutôt que comme femme par les hommes est compliqué. Les femmes par contre m'offrent leur confiance presque spontanément. Elles viennent d'elle-même me proposer d'offrir leur récit. Elles en font part à leurs amies qui elles-mêmes prennent contact avec moi. Aussi, fin novembre, je choisis le public cible de mes enquêtes. Il s'agit uniquement de femmes qui offrent leur récit de vie à une femme. C'est de femme à femme que les données de mon terrain se sont livrées.

Autour d'un verre

Les femmes de mon enquête sont comédiennes, contorsionniste, infirmière, éducatrice, enseignante, ergothérapeute ou sans emploi. Elles ont entre vingt-huit et cinquante ans. Elles vivent au nord de la France ou au centre de la Belgique. L'une est itinérante. Elles sont soit mère depuis une dizaine d'années soit toute jeune maman. Et pour l'une d'entre-elle, la maternité est un projet en construction. Certaines ont été mariées, plus d'une fois, aujourd'hui elles ont toutes le statut social de célibataire et choisissent de dire et d'annoncer dès la première rencontre avec un homme qu'elles sont « polyamoureuses ».

Elles ont fait le choix, avant tout, d'être et de vivre ce qu'elles sont, femme.

Ces femmes me contactent par e-mail ou par téléphone. Elles me donnent rendez-vous. Pour certaines nous nous retrouvons chez elles, dans le Hainaut ou à Bruxelles. On se fait un petit café. Elles acceptent que l'intégralité de notre conversation soit enregistrée. Je ne prends donc aucune note durant l'entretien mais retranscris la totalité à mon retour. Pour d'autres, la rencontre se déroule à Lille. Une jolie terrasse, un verre, un repas, un dessert, un café puis un deuxième et un troisième.

Les temps de rencontre sont prévus pour deux ou trois heures. Cependant, les récits deviennent de plus en plus intimes. Les femmes déposent leur manière de vivre,

leurs choix, leurs espoirs et leurs croyances. Les après-midis ou les soirées se prolongent et nous restons ensemble parfois plus de six heures.

Je reste en contact avec chacune d'elles via Facebook.

Cercle de femmes

Caroline, néophyte dans la pratique, propose des cercles de femmes chez elle. Soit à l'intérieur de sa maison, soit dans une petite cabane faite de branchages dans le jardin. Le plus souvent au nombre de six, nous nous retrouvons tous les 15 jours ou une fois par mois.

Caroline prépare une petite cérémonie. Chaque femme amène un petit objet qui lui est cher. Une bougie au centre du cercle symbolise la lumière de chacune et du « tout ». Le thé au miel partagé est symbole de douceur et d'unité. Le cercle rassemble des femmes de tous les âges, poly le plus souvent. Elles y déposent par un récit un thème qui les inspire et les touche.

Les hommes et l'amour sont les sujets qui sont revenus à chaque cercle. La désillusion amoureuse prend place principale dans les discussions. Le cercle s'unit alors pour écouter, partager et donner réconfort.

Caroline fait la lecture. Lecture de textes spirituels où l'essence de la femme se découvre. A la recherche du sacré féminin, au rythme des silences et des sonorités du tambourin chacune va à la rencontre de ce qui est bon et beau en elle.

C'est un temps pour partager les éléments déclencheurs des émotions, tendre vers une compréhension et une prise de conscience de ce qui se vit en nous. Un moment où chacune se questionne sur la nature de ses relations et comment mieux les vivre au quotidien. Il s'agit de questionner la relation harmonieuse avec soi-même et les autres, principalement les hommes.

Il s'agit d'abord de parler de soi et des relations qui nous influencent sans jugement.

Partie 3 : Intimités partagées en récit de vie

Cette troisième partie est la retranscription des récits de vie que m'ont offerts six femmes de mon terrain. Des femmes qui ont choisi de venir vers moi. Certaines se connaissent, d'autres non. Je les ai rencontrées chez Caroline, au café poly Lille et à Bruxelles. Elles ont écouté mes recherches ou en ont entendu parler. Elles ont pris contact avec moi via mon e-mail. Ces femmes souhaitent partager en toute confiance leur parcours, leur apprentissage, leurs espoirs, leurs recherches et leurs peurs.

Caroline

Caroline m'exprime ses ressentis face aux injonctions sociales qui se sont imposées à elle avant même qu'elle puisse vivre ses attirances intuitives, ses sensations amoureuses et ses désirs corporels. Elle a entendu la manière dont les femmes doivent « être » et « faire » pour vivre et vivre en couple.

Tu es obligée de faire un choix dans l'hétérosexualité et après tu vis avec cette personne et on ne considère pas tous les autres problèmes.

Quand on était enfant, c'était quoi nos rêves, nos imaginaires d'amour ? Ce qui a créé l'imaginaire des enfants se sont les apports de la société, les Disney, la monogamie exclusive, le prince charment. Quand le choix est fait alors : « Ils vécurent heureux et eurent beaucoup d'enfants ».

Je me confronte à une société qui dit : « Tu dois te marier avec un homme et avoir des enfants ». Quand j'ai commencé à avoir des relations hors de mon couple officiel, je parlais beaucoup avec ma maman. Elle me disait, elle qui est très libre dans sa tête : « Si ça te fait du bien, fais ce qui te plaît mais ne fais de mal à personne ». Pour elle, ne pas faire de mal c'est ne rien dire à son partenaire officiel qui aurait pu être blessé par mes aventures.

Elle disait aussi : « Ne le dis pas à tes voisins, ne le dis pas à tes enfants, sinon tes enfants vont le raconter ailleurs ». Donc j'avais la culture de : on peut faire ce que l'on veut du moment que c'est caché.

Caroline est en colère face au regard que la société porte sur la femme, face à la distinction des genres qui impose une supériorité masculine et détermine la sexuation des rôles sociaux et familiaux.

Une société qui dit non à la liberté. La femme elle, elle n'a pas le droit de faire ce qu'elle veut. Les hommes, ils enchaînent les conquêtes. Ils ont une vision très valorisée d'eux-mêmes. Ils ont de la puissance. Une femme qui fait pareil doit avoir honte ? Elle ne se respecte pas ? Elle utilise son corps comme un objet ?

Un homme quand il trompe sa femme on va dire : « allez c'est normal, il a des besoins sexuels ». Sa femme est devenue la mère de ses enfants et donc du coup, elle est devenue une « Madone parfaite » et la femme avec qui on baise comme un fou ça ne peut pas être ta femme. Ça peut être qu'une coquine qui ne se respecte pas ou qui n'a pas les valeurs profondes de la famille.

C'est comme si on scindait épouse/mère et femme/coquine. Alors qu'en fait c'est la même femme.

Une femme bien se doit de faire l'amour dans un cadre très intime. Cacher sa sexualité. La maternité, par contre doit être montrée. Elle est une espèce de Marie. Elle prend soin de ses enfants et de son homme. Puis elle gère aussi les comptes et toutes les petites choses que les hommes ne veulent pas faire. La femme gère en deçà, derrière, silencieusement. Elle est la base de la société mais en second plan, mais sans la liberté qu'elle souhaite. Et si elle la veut, sa liberté, c'est en cachette. Si on la surprend, cette Marie devient une salope.

Tu as le droit d'avoir des amies, de faire du tennis et des petits gâteaux mais tu n'as pas le droit d'avoir une autre sexualité alors que c'est ton corps.

Il y a un lien entre la liberté de la femme et la reconnaissance de ses compétences ainsi que de sa valeur. On reconnaît la femme respectable dans certaines valeurs mais pas dans d'autres. La sexualité et le couple sont super réglementés.

La société attend beaucoup de nous, les femmes. Etre femme, épouse, mère et travailler pour ta famille et la société. Il faut assurer financièrement, assurer l'organisation de la maison et être top au lit. Mais d'un autre côté on est tout le temps jugée si on prend un peu de liberté, si on est totalement responsable de nous. Il y a quelque chose qui ne va pas entre ce qu'on demande à la femme et ce qui est réellement possible pour elle.

Caroline ne trouve pas de sens à tout cela. Le sens qu'elle veut donner à sa vie est tout autre. Elle veut vivre les liens interpersonnels d'une tout autre manière. Elle

s'oppose d'abord intérieurement à la pression sociale puis s'impose par son mode de vie qui sort des cadres sociaux reconnus.

On te colle des trucs sur ce que tu dois vivre pour être respectable et respectée. C'est un gros combat pour moi depuis très longtemps.

J'ai décidé de sortir du cadre.

Après mes 18 ans, j'ai eu beaucoup d'amants. Mes ami.e.s très proches me disaient : « Il faut que tu arrêtes ça parce que tout le monde te voit comme une pute ». NON, ces mecs, ils sont tous consentants et moi aussi. On a envie d'avoir une nuit d'amour et de sexe sans plus. Le lendemain on n'est plus ensemble mais on a vécu un moment ensemble. Entre nous il n'y a pas de tension. Il n'y a pas de tabou. Mes amies ont honte, elles ont peur pour moi.

J'étais très en colère. Mes amies ne me laissaient pas libre de mes choix. J'étais très honnête avec les mecs. J'étais blessée. Je ne faisais rien de mal.

Moi je ne suis pas quelqu'un qui cache. Et j'ai eu beaucoup de retours négatifs sur ma façon de vivre.

Les gens me perçoivent comme la rebelle. Ce n'est pas comme ça que je me sens. Je ne suis pas plus rebelle que celui qui décide de partir courir le monde. Les gens me voient comme la rebelle parce que je décide de prendre les libertés qui me conviennent.

Quitter mon boulot, draguer des hommes, avoir un look à moi. Etre une femme hypersexuelle, polyamoureuse ou libertine.

Je ne suis pas une femme qui me vend, je profite de mon corps et du jeu sexuel.

On me disait : « Il faut choisir ». Mais pourquoi ? Ça ne me semblait pas si logique que ça. Je suis bien avec plusieurs hommes. Au final pour le bonheur de tout le monde, il faut faire un choix. Ce n'est pas mon bonheur à moi.

Comme si pour être une femme épanouie, il faut trouver un et un seul homme qui nous convienne et arrêter de profiter de son propre corps.

Ce n'est pas normal, personne ne possède le corps de l'autre.

Un couple c'est un symbole, ce n'est pas une prison. Dans le monde des polyamoureux c'est accepté que la femme ait les mêmes droits que les hommes.

Malgré la volonté de Caroline de faire reconnaître ses propres aspirations et de tenter de prouver qu'elles sont socialement viables parce qu'elles sont dans le respect de soi et des autres, elle éprouve quand même à certains moments une sensation de mal être vis-à-vis d'elle-même.

Parfois j'ai des relents, de ce qu'on m'a appris. Je me suis sentie humiliée de mes propres comportements. Quelque chose qu'on m'a imposé et qui est encore en moi sans que je puisse totalement m'en détacher. Je m'auto-juge sur une base qui ne m'appartient même pas. Je veux que ça sorte de moi.

Quand je rencontre un homme sur internet, le soir-même, je peux lui donner un rencard et faire l'amour. Je me sens une aventurière. En même temps, quelquefois quand il s'en va, je me sens sale. Pourtant c'était mon choix. C'est parce que la société rend la sexualité et ce genre d'attitude comme quelque chose de sale. Et en tant que femme ce n'est pas ce qu'on attend de moi. En quelque sorte je salis l'image de la femme. C'est très dur de se juger soi-même.

Quand je dis non, c'est aux mecs qui ne veulent pas mettre de capote. Moi j'ai besoin que l'on se donne du plaisir. Que l'on découvre le corps. D'avoir de la complicité. De rire ensemble. Partager un moment de plaisir. Quelqu'un dont je pourrais tomber amoureuse. Etre au moment présent, partager avec quelqu'un quelque chose que j'aime faire, le sexe. Il y a un apprentissage énorme à faire aux hommes sur la sexualité et sur la place de la femme dans la société.

Pourquoi la sexualité doit être dans une norme et pas considérée comme une activité comme une autre ? Aussi libre qu'une activité de la découverte de soi. Pour moi, à part la transmission de maladies, la sexualité c'est un truc très important. C'est quelque chose qui fait énormément de bien. Elle peut au début être sans sentiment mais ils peuvent arriver. Ce sont des tout petits trucs à des très gros trucs. Un sentiment de bien-être en compagnie d'un homme, c'est un sentiment. C'est du positif qui découle d'être avec cette personne.

Je peux aussi prévoir de ne coucher avec un mec qu'une fois et puis tomber amoureuse et le revoir. Je suis ouverte à toutes les gammes de relations.

Notre société dans son imaginaire commun a placé la sexualité dans une forme de sacralité. Le sacré renvoie aussi au mystère, un mystère inaccessible pour le genre humain. Les tabous, qui l'entourent, amènent à vivre les sensations, sentiments et relations, selon des codes et des rituels organisés par la société. Caroline n'accède pas à ce mode de pensée et à ces codifications. Pour elle, cela normatise la personne dans ce qu'elle doit être socialement. Celle-ci est alors « objet » de la société. La personne ne peut devenir « Sujet ». Pour Caroline, sans rencontre de soi à soi, la personne s'annihile dans ce qu'elle est ou ce qu'elle peut devenir. La société la prive de choix en tant que femme.

Les polyamoureux ne se cachent pas les yeux en disant « nous on n'a pas de sentiments pour plusieurs personnes à la fois ». Ça c'est un truc que les religions veulent : t'imposer la fidélité dans le couple monogame exclusif.

Pourquoi ? Quel sens ça a ? L'amour ce n'est pas quelque chose qui se divise. Ça se multiplie. L'amour, ça se partage.

Le corps ce n'est pas une chose, ce n'est pas une propriété.

Dans le libertinage on ne se prend pas la tête. Les relations sexuelles sont du jeu comme jouer aux cartes, c'est une activité comme une autre. On aime le sexe c'est tout. On ne se fait pas un film comme si la sexualité était un truc béni des dieux.

Je fais ce que je veux et je le dis. Si je me cache j'ai l'impression d'être déloyale envers la personne et moi-même. Je ne montre pas qui je suis vraiment. Si je ne dis pas la vérité, je leur fais croire à une image socialement acceptée. Moi ce n'est pas ma priorité de faire ce qui est socialement accepté quand ce n'est pas juste et que ce n'est pas moi. Ce n'est pas ma valeur. Ma valeur à moi c'est d'être honnête. Je ne fais rien de mal. C'était plus sain de montrer qui je suis vraiment. J'ai du respect pour moi.

Mes valeurs principales sont la loyauté et la transparence. Être bienveillant par rapport à moi-même et par rapport à l'autre. Dire à l'autre qui je suis. Me sentir libre, c'est essentiel.

Si je fais quelque chose qui ne convient pas à l'autre, on peut en discuter et je peux aussi y réfléchir et changer d'attitude, enfin dans le couple. Mentir et cacher c'est un peu facile. Ça ne laisse ni le choix ni la liberté à l'autre de se dire et de faire ses choix aussi. Mentir c'est kidnapper l'autre. Tu lui imposes quelque chose qu'il ne sait même pas. Et quand l'autre le découvre, la tromperie devient une énorme souffrance. Moi je ne trompe pas.

Caroline veut échapper à la pression des jugements sociaux sur ses choix de vie. Son besoin de reconnaissance - d'être qui elle est - est devenue son combat quotidien : exister en tant que personne.

Je ne véhicule pas le modèle de la femme « responsable » surtout dans ma façon polyamoureuse de vivre et dans ma sexualité extra libre.

Un mec toute une vie, ça n'existe plus ou dans certains cas extrêmement rares. C'est des monogamies qui se suivent. La monogamie comme le propose la société n'existe plus à mon sens. Avec les structures « famille, boulot » d'avant ça pouvait exister. On n'avait pas de choix en tant que femme. On était coincée chez son mari.

Même si au fond de nous, on voudrait bien croire aux contes de fées et d'amour pour toujours avec un seul homme. Je pense qu'il y a des gens qui peuvent se priver de vivre plusieurs relations parce que ça ne les rend pas malheureux et d'autres qui ne veulent pas en souffrir et qui vivent de multiples relations.

Le manque de liberté ça rend malheureux. Ça brise quelque chose. La multiplicité amoureuse ça peut renforcer le couple. On a d'autres besoins. On peut se donner mutuellement des accords pour continuer de vivre toute sa vie avec la même personne. Moi c'est ce que je cherche, c'est mon idéal. Mon idéal c'est de rencontrer cet homme avec qui je vais pouvoir vivre toute ma vie sans

me priver de liberté : des sexualités, des amitiés, des sports ou d'autres amours. Je veux vivre avec un homme qui reconnaisse mes besoins. On ne doit pas me cadenasser dans un truc.

Caroline n'abandonnera pas le chemin vers sa liberté même si cela doit lui coûter de nombreux moments de solitude et de nombreuses démarches vers la reconnaissance. Elle s'entoure aujourd'hui d'un monde qui partage les mêmes valeurs et aspirations qu'elle. Ils forment le groupe des « poly » au-delà des frontières. De Lille à Paris en passant par la Belgique. Elle garde l'espoir de rencontrer un jour l'homme qui partagera les mêmes valeurs tout en construisant sa vie avec elle. Le besoin de l'union pérenne reste vif et ancré tout en voulant se vivre dans une « liberté à soi ».

Le parcours de vie d'une femme, ce n'est pas simple. J'ai un peu plus de quarante ans. J'ai deux enfants qui ont un super papa mais je ne vis pas avec lui. Je suis célibataire et j'ai des amoureux et des amants, beaucoup. Mais je suis toujours seule. Et je ne construis aucun projet avec quelqu'un.

C'est difficile tout ça. Le choix il n'est pas si facile.

Je suis mère, j'aimerais être épouse et j'ai toujours envie de pouvoir m'amuser au lit et de faire des trucs rigolos. J'ai toujours envie de pouvoir être libre même si mes comportements ne sont pas ceux attendus par la société pour une femme.

J'ai fait mon coming-out de polyamoureuse à 35 ans.

La communication de ce que l'on souhaite est primordiale. On doit l'un et l'autre définir ses besoins.

C'est super compliqué à expliquer aux monogames.

Je ne veux pas me mettre dans le sentiment d'exclusion. Même dans le polyamour on peut traverser des moments difficiles sans se séparer. On peut faire autant d'efforts que dans la monogamie pour garder le couple.

Aujourd'hui, je volage d'un homme à l'autre parce que je n'ai pas encore trouvé l'homme qui accède à ma vie.

Définir vraiment ses besoins et les exprimer c'est vraiment une introspection sur soi-même. Etre honnête, c'est ça la clé. Mais ça te rend très fragile. Tu es obligée de dire vraiment qui tu es. Il faut avoir du courage, c'est difficile. Mais je pense qu'on peut sublimer ce courage.

La liberté a un prix : porter seule la responsabilité de sa propre vie.

Comme polyamoureuse je me confronte au sentiment d'abandon dix fois plus qu'avant. Avant quand je sortais avec un mec, j'avais cette sensation réelle ou pas que j'étais totalement protégée, que l'autre est toujours là pour moi, que j'étais sa priorité. J'étais beaucoup plus confortable. Aujourd'hui je ne suis pas du tout confortable dans ma vie. Mais par contre je me sens beaucoup plus libre. En fait la liberté c'est flippant. Parce qu'en plus c'est toi qui décide toute seule. Il n'y a plus quelqu'un qui te dit oui ou non. C'est toi qui décide pour toi. La responsabilité de ta vie, tu la portes seule. Parfois, je doute et je n'ai pas de retour, je n'ai pas de soutien, je suis seule. Mais je suis libre.

Ce qui me dérange, c'est le jugement des autres et de la société, je dois m'en détacher pour être complètement libre. D'autres femmes ne vont pas se laisser être libre parce que le jugement est trop difficile à vivre. Cette liberté a un prix très grand. Je perds des amis. Je n'ai pas accès à tous les boulots que je veux. Je dois montrer mes compétences plus que d'autres. Je dois me justifier. J'essaie d'être heureuse. Je fais mes choix et je n'ai pas à me justifier. Je ne fais rien de mal. J'ai couché avec plus de 150 hommes, tous consentants, alors pourquoi ça met mal à l'aise. Pourquoi la liberté met mal à l'aise. Je fais mes choix avec des valeurs de respect. Moi j'aime mon jardin complètement sauvage. La liberté ce n'est pas du n'importe quoi. Je choisis et je fais des sacrifices. La liberté c'est aussi faire des sacrifices.

Je ne cherche pas à me rendre intéressante même si ma façon de vivre me rend intéressante. Beaucoup viennent à moi parce qu'ils sont fascinés de cette manière de vivre. J'ai cette facilité à faire des choses qui ne sont pas admises. Les gens sont attirés. Il y a plein de gens qui veulent cet idéal mais qui ne sont pas prêts à faire les mêmes sacrifices que moi. Il y a des douleurs qui vont avec mes choix. Regarde là je suis libre mais il n'y a pas d'homme dans ma maison. Je ne peux compter que sur moi. Je suis libre mais je suis seule. Je n'ai pas le confort d'avoir un mec pour partager mes tristesses. J'ai difficile avec ça mais c'est mon choix.

La liberté que Caroline s'offre, attire d'autres femmes. Celles qui voudraient pouvoir aussi se sentir libres en prenant en main le pouvoir sur leur vie. Les codes sociaux qui les privent de ce pouvoir sont tellement forts qu'il est difficile pour elles de basculer dans une autre réalité en tant qu'actrice. Elles en rêvent plus qu'elles n'y accèdent.

Il y a des femmes qui m'idolâtrèrent. Moi je leur dis mais va-y. Il y a d'abord la découverte de mon univers tellement différent de ce qu'elles peuvent vivre dans leur quotidien cadré. Elles se rendent compte qu'un univers autre est possible. Les femmes ne l'ont pas encore découvert et l'entendent chez moi. Elles veulent le vivre aussi mais n'osent pas. Pourtant elles ont réussi à garder un homme pendant 20 ans. Je n'ai jamais réussi ça, moi. Un même homme qui t'aime encore après tout ce temps, qui te désire encore. Je n'ai jamais connu ça de ma vie. Je trouve ça incroyable et merveilleux. Elles ont parfois pleins d'enfants avec le même homme. Je ne sais pas ce que c'est ça, moi. Traverser tout ça et s'aimer encore. Mais comment elles ont fait. J'aurais bien aimé connaître ça

aussi. Vivre longtemps avec un homme qui va m'aimer et que je vais aimer. Je n'ai jamais réussi.

Un espoir partagé entre monogame exclusive et polyamoureuse : trouver un équilibre entre le désir de liberté, une vie à soi et l'amour pérenne.

Mon aspiration aujourd'hui c'est de trouver cet homme avec qui je vais vivre 20 ans ou plus. Et elles, c'est d'être plus libres sexuellement en gardant leur homme. Au final on a les mêmes aspirations.

On a choisi une voie et on ne peut, peut-être, pas tout avoir. Je pense qu'avoir un homme et vivre une liberté, c'est possible. Je peux réduire un peu ma liberté pour avoir cet homme. Et certaines peuvent augmenter leur liberté et garder leur homme. Il faut trouver un équilibre. Tant que je n'ai pas trouvé cet homme je prends toute ma liberté. Si je suis seule j'ai besoin d'une vie amusante.

Le tout c'est d'être honnête dans nos relations, dans nos besoins, dans l'expression de nous-même. Il y a de l'éducation à faire.

Faire le choix de l'exprimer est une grande étape. Beaucoup de mes amis ont pris d'énormes distances jusqu'à disparaître de mon existence. Aujourd'hui, je m'entoure de personnes qui partagent les mêmes valeurs que moi. Et parfois, certains et certaines rentrent dans notre univers et avancent par délicats petits « Baby step ».

Son amie Stéphanie fait partie de ceux-là ;

J'en ai parlé à mon compagnon. On a commencé à libertiner ensemble. On se cache de ça. Personne ne le sait, surtout pas nos familles. J'en parle à une collègue en qui j'ai confiance même si elle me dit que c'est dangereux, qu'à ce jeu-là, je risque de tout perdre et d'avoir une mauvaise réputation. J'ai un regard nouveau sur les relations mais j'ai peur. Mon compagnon a peur aussi que je tombe amoureuse de quelqu'un d'autre que lui. On avance à tâtons.

Ariane

Le couple amoureux et le couple parental, deux sphères qui se dissocient. Deux univers qui se construisent en parallèle.

Je vais avoir 50 ans, c'est un âge qui n'est pas facile. 40 ans ne m'a pas posé de problème mais 50 ans oui. On est en proie avec le changement corporel, la pré-ménopause, les changements d'humeur.... Le regard des autres et celui des hommes qui changent sur nous.

J'ai choisi un compagnon qui a 39 ans. J'ai déjà trois enfants et mon compagnons deux.

C'est la première fois, même avec nos cinq enfants, que le couple se vit sans que l'enfant soit le ciment. L'enfant n'est pas le but du couple. Avant, quand je m'engageais dans le couple je disais que je voulais des enfants. On vit le couple pour nous deux, tout en étant parents.

La construction de soi d'Ariane est une création active qui s'appuie sur un « NON » ferme et définitif à des souffrances affectives, à la domination masculine tant physique que financière, aux croyances religieuses et sociales qui codifient la manière de faire couple. Tout ce qui a jalonné son enfance et ses premières constructions de vie en couple. Une première résistance interne l'a d'abord envahie dans son aspiration à vouloir déconstruire ce qui lui donnait la sensation d'être « prisonnière », d'être en « soumission ». Dans cette résistance, la construction du bonheur imaginé ne prend pas existence. Sortir des codifications et des injonctions sociales permet à Ariane de percevoir le chemin d'un autre bonheur : la rencontre d'elle à elle.

Mon père était violent et ma mère soumise. Mes trois sœurs et moi avons eu le même réflexe. Il est hors de question de se faire déborder par un homme. On gagne très bien notre vie. C'est important parce que ma mère n'a pas pu travailler. Mon père le lui avait interdit. Elle devait rester à la maison pour la tenir et pour notre éducation. À l'époque la femme devait avoir l'autorisation de son époux pour ouvrir un compte en banque. Mon père lui a dit non.

Elle a vécu beaucoup de mensonges et de tromperies quand elle n'était plus au goût de mon père. C'est assez humiliant.

Je suis partie à Paris, je voulais être comédienne. J'ai fait ma place. Je me suis fait un réseau d'amis. J'avais 24 ans. Quand on est libre financièrement, on n'est plus dans un chantage. On ne se tait plus. Il y a d'autres possibilités. J'ai rencontré mon futur premier mari. On a décidé d'avoir des enfants. Deux ans après notre mariage j'ai eu mon premier fils.

Les relations avec mon mari étaient compliquées. Il était très fusionnel avec sa famille. Entre le travail et la famille, j'étais insatisfaite par rapport à notre relation. On n'avait plus d'intimité. Peut-être que c'est normal après sept années de relations, un enfant et le boulot. Peut-être que c'est moi qui n'ai plus de désir sexuel. Je suis devenue trop vieille. J'avais 30 ans (rire).

J'ai rencontré quelqu'un, un producteur. Je suis tombée amoureuse. Lui n'avait pas d'enfant. A l'époque, j'étais très croyante, mariée à l'église. Ça été difficile. Mon mari était très croyant aussi. Dans ces idées religieuses, envisager d'avoir une relation à côté c'était une catastrophe, un bouleversement, je me réveillais la nuit avec des angoisses et des sueurs. Je ne peux pas faire ça, je ne peux pas, au secours ! Mon mari partait du principe que marié on ne va pas voir ailleurs. Que faire ?

Cet homme que j'ai rencontré pratiquait la méditation. Et participait à des stages bouddhistes Zen et ça m'a fascinée. Il était dans la communication et me montrait comment exprimer mes sentiments. C'était une porte qui s'ouvrait. J'ai essayé de résister, alors que mon fils avait 18 mois, je n'ai pas su.

J'ai proposé à mon mari de rester en toute amitié. Je n'avais plus de désir sexuel. Je voulais bien qu'on reste ensemble. Je voulais même bien avoir encore d'autres enfants avec lui mais je voulais aussi ma liberté. La liberté de vivre d'autres choses et bien sûr je lui laissais la même liberté. Il a refusé. Pour lui c'est une seule et puis c'est tout. Il s'est senti trahi. On a divorcé.

Je suis restée trois ans avec mon nouvel homme. Nous avons fait le tour de notre histoire. On s'est séparé bons amis. Je me suis retrouvée libre avec mon fils de quatre ans que j'avais avec moi une semaine sur deux. Une semaine j'étais maman à la maison et l'autre semaine j'étais célibataire et j'avais plein d'amants. A la recherche d'hommes disponibles. Il y en avait toujours un de disponible. C'était marrant. Toujours des relations Sex Friends sans engagement. Toujours dans des accords communs.

C'était très bien. Mais en même temps j'attendais de rencontrer quelqu'un, d'avoir d'autres enfants, de refaire ma vie entre guillemets. Comme si je n'avais pas de vie tant que je n'avais pas quelqu'un de fixe. J'avais envie de me remettre en couple. Et j'ai rencontré mon deuxième mari. Il s'est très rapidement attaché à moi.

Je me suis dit : « Si je veux des enfants je ne peux pas continuer de vivre comme ça, il faut que je me range ». J'étais touché par cet amour qu'il me montait. J'étais la femme de sa vie (rire). J'avais déjà 34 ans. Un an plus tard nous étions mariés et j'étais enceinte. Mais pas folle la guêpe, j'ai acheté la maison toute seule. Comme lui n'avait pas beaucoup d'argent un contrat de mariage en séparation des biens (clin d'œil). Je suis très prudente.

Les disputes ont vite commencé. Il était alcoolique. C'était difficile d'être avec lui et c'était difficile de le quitter. Je l'aimais et puis je considérais que c'était ma dernière chance de refaire une famille. Le deuil de la famille a été très lourd. Si je le quittais, revivre avec le père de mes enfants ne serait plus possible. Et puis, je ne ferais plus d'autres enfants.

La décision c'était à moi de la prendre. Ce n'est pas simple.

Après cette séparation j'ai fait une grosse dépression. J'étais seule dans ma maison. J'avais pleins d'amis mais je restais seule chez moi. Comment j'allais me reconstruire ?

J'ai suivi une thérapie et j'ai fait moi-même une formation pour devenir thérapeute. Grâce à ce travail sur moi j'ai vraiment pu quitter cette histoire et cet homme. Le soutien du groupe était très important. Je ne pouvais plus me mentir et me dire que la vie que je menais me convenait.

J'ai décidé de vivre pour moi et de faire couple avec moi-même.

Je dois d'abord découvrir ce que je veux moi. J'ai écrit un conte thérapeutique sur moi-même. Avec l'éclairage de mon histoire je me suis resituée. J'ai travaillé pour retrouver ma féminité. L'image de ma mère était celle d'une femme très soumise et celle de mon père, la violence et la possession. Je suis devenue une femme avec une amazone en moi. Celle qui m'a donné la force de me protéger de mon père en me rebellant contre lui.

Après l'écriture de ce conte, j'ai rencontré mon homme actuel. Il s'est passé quelque chose. On s'est rendu compte qu'on avait le même désir de faire couple. Pas sur une autoroute. Une monogamie exclusive. Il a dix ans de moins que moi. Je ne veux plus d'enfants. Je l'ai rencontré dans le cadre de ma formation de thérapeute.

Dans le cadre de ma formation, j'ai parlé du polyamour à mon nouvel amoureux. Pourquoi est-on obligé d'être exclusif ? Le couple est-t-il vraiment idéal quand il vit dans le silence, enfermé dans des non-dits, dans des mensonges intérieurs, dans la frustration ? Ça fait du bien à qui tout ça ? A nous, à soi, à l'autre ? Ou juste à la société ?

Qu'est-ce qu'un couple, qu'est-ce que je cherche chez l'autre, qu'est-ce que l'autre recherche chez moi ? Qu'est-ce que je lui donne ? Qu'est-ce qu'il me demande ? Qu'est-ce que je ne peux pas lui donner ?

Avec mon compagnon on a décidé de se poser toutes ces questions ensemble. On avance pas à pas sur un petit chemin loin de l'autoroute. C'est notre chemin à nous et on le découvre ensemble. On ne sait pas prévoir dans un ou deux ans mais aujourd'hui on s'écoute dans les demandes. On défriche, là il y a quelque chose, on ne sait pas, on découvre et on en parle.

Dans la rencontre de soi à soi et de soi à l'autre une nouvelle éthique se rencontre et de nouvelles injonctions s'imposent pour respecter cette éthique naissante.

Quand on est dans une envie de sincérité, d'authenticité, on dit les choses.

Je voudrais parler de transparence. Pas la transparence qui juge et qui enferme mais l'authenticité inconditionnelle et sans jugement. Si je rencontre une de ses amies, je ne veux pas me retrouver celle qui ne sait pas. C'est très gênant.

Il est important de savoir pourquoi on fait les choses et ce que cela nourrit en nous. La confiance n'est pas de dire : « Fais ce que je veux que tu fasses ou ne fais pas ce que je veux que tu ne fasses pas, comme sur l'autoroute mais la confiance c'est : j'ai confiance par ce que je sais que tu sais ce que tu fais ».

Ce qui est important aussi c'est de se protéger (préservatif), sinon on est plus dans la confiance. S'il ne se protège pas, je ne suis pas dans la confiance.

On a décidé de vivre ensemble et d'affronter le quotidien. Ce n'est pas simple. Nous sommes libertins tous les deux. On découvre les choses ensemble. On n'a pas d'aventures mais nous sommes libertins, ensemble. On a des soirées privées avec d'autres couples. Ce n'est pas toujours simple. Il faut que l'on parle de ce qui est « ok » pour nous.

La jalousie, c'est la peur de perdre l'autre. Je possède l'autre et s'il va ailleurs je risque de le perdre. La jalousie est peut-être une expression de cette grande angoisse d'abandon. Pour moi la jalousie ce n'est pas de l'amour, c'est très égocentrique. Cette peur n'est pas facile à vivre, c'est un travail sur soi. Il faut se libérer de cette possessivité.

Dans les clubs libertins, on crée de la distance du point de vue des sentiments, par contre dans les soirées libertines privées où l'on revoit régulièrement les mêmes personnes, les sentiments émergent parfois. Quand une personne nous plaît plus qu'une autre et qu'on veut la voir en dehors de manière plus régulière, j'ai besoin de le savoir. Ce n'est pas : je suis d'accord ou pas d'accord c'est juste savoir si c'est ok pour moi. Qu'est-ce que ça me fait et comment je peux gérer ça.

A 50 ans, je sais que je ne peux pas être tout pour quelqu'un. Que je ne peux pas tout lui apporter. Je ne peux pas être une jeune femme de 20 ans. Je ne peux pas me changer. Je veux trouver un possible ensemble. Et puis si on aime la nouveauté eh bien je ne peux pas être la nouveauté. Je suis la femme qui vit au quotidien. Je ne suis pas une inconnue. Mais on peut mettre en place des choses pour vivre ça.

Finalement on doit se sentir libre. Il faut avoir de la précaution envers l'autre. Parler et discuter de ce que chacun veut vivre. J'ai été gênée de ce moment de jalousie que j'ai ressenti. Qu'est-ce qui s'était joué à ce moment-là. Maintenant je ne vais pas me forcer à vivre quelque chose qui ne me va pas et donc je vérifie pour moi ce qui ok ou pas. Si je suis bien ou pas avec ça.

Toutes ces formes de liberté doivent être vécues positivement d'abord avec soi-même et en bienveillance par rapport aux autres. Ça demande une grande introspection. Etre en écoute avec soi-même c'est difficile ça demande des outils. Un questionnement de moi à moi. Des groupes d'écoute, de parole et l'apprentissage de la communication non violente.

L'honnêteté fait peur aux autres. Nous on s'entoure de gens comme nous. On va aux cafés poly, on peut parler avec eux. Ailleurs ce n'est pas toujours le cas, on a des amis ou de la famille ou des enfants qui posent des questions. Par exemple quand mon fils me demande j'aime une telle mais aussi une autre, comment je dois faire ? Je lui demande, comment tu te sens par rapport à ça ? Comment tu vis ça ?

Quand on en parle avec des personnes en couple classique ça leur fait peur, parfois ils sont presque en colère. « Ne venez pas donner des idées à mon mari ou à ma femme ou à mon compagnon ». On est comme un danger pour eux. Et puis on entend quand même que la fidélité ça prive. On entend aussi le désir de pouvoir le vivre mais il y a pour eux du danger. Il faut perdre l'illusion qu'on est la princesse d'un seul prince.

Je pense que mon nouveau couple ne ressemble à rien de ce que j'ai connu jusqu'ici. Nous sommes deux identités uniques qui apportons chacun une part de nous-même pour former une troisième identité unique : notre couple. Chaque couple est donc unique. La vision du « couple » que la société essaye d'imposer, nous n'avons pas à nous y conformer. Il ne tient qu'à soi d'être inventif et créatif quant à ce que nous souhaitons vivre.

Je souhaite que mon couple soit un lieu de plaisir, de créativité, de travail sur soi, d'acceptation, de découverte, de liberté, d'exploration de nous-même et de la réalité de l'autre... là je dis : « OUI ».

Un formatage imposé et attendu, sûrement pas ! Je ne souhaite plus entrer dans un moule préexistant, quel qu'il soit ! Je veux vivre quelque chose qui me ressemble, qui ressemble au couple que nous créons.

Je vis et je découvre un peu plus chaque jour, ça prend forme au fur et à mesure et je ne souhaite pas m'enfermer dans des attentes sociales.

Je propose d'essayer simplement de préciser ma vision à l'instant où je parle, sans rien d'arrêté. Simplement en essayant d'utiliser des mots nouveaux et des idées créatives... d'une manière ouverte qui invite à tous les ajustements, à toutes les discussions...

Ariane place en priorité l'autonomie et l'indépendance des domaines qui lui sont personnels dans ce qu'ils représentent comme approche de soi et connaissance de soi. Chaque individu ayant son identité propre et singulière. La relation est donc une tierce part qui se veut créative et tout aussi singulière, autonome et indépendante que les identités propres qui la composent. Le couple n'est pas, pour elle, comme l'envisage la société une réalisation commune d'un projet préétabli mais une rencontre qui se veut totalement unique.

J'aimerais que nous inventions notre relation ensemble.

D'abord la « transparence relationnelle ». Dans mon couple, nous avons l'un et l'autre la possibilité de vivre des relations d'intimité diverses avec d'autres personnes des deux sexes sans que cela ne remette en question notre relation, sans que l'autre ne se sente privé de quelque chose ou n'entre dans le piège de la jalousie.

La plupart des gens en couple ne l'envisagent même pas ou rejettent totalement cette idée pour y mettre une idée d'appartenance à l'autre et d'exclusivité absolue et incontournable sous peine de séparation : « Aime moi, moi et moi seul pour toute la vie ! ».

Chacun garde la responsabilité de ce qu'il vit et de ce qu'il souhaite partager avec l'autre. Nous nous retrouvons face à nous-même, au sein de nos relations familiales, amicales ou affectives. Nous sommes chacun une entité à part entière et nous ne nous vivons pas comme la moitié d'un tout tenant compte en permanence de ce que souhaite l'autre moitié, quitte à ne pas tenir compte de ce que nous souhaitons nous-même ! Nous sommes autonomes dans nos relations extérieures au couple et la confiance que nous nous portons l'un à l'autre n'est pas une confiance enfermante. Cette confiance ne dit pas : « j'ai confiance que tu feras ce que je veux que tu fasses » elle dit plutôt : « j'ai confiance que tu sauras être toi-même en fonction de tes besoins en toute circonstance et que tu ne feras rien qui pourrait manquer de respect à notre couple ».

Mais que signifie pour l'un et l'autre cette notion de respect ? Y a-t-il une limite à notre liberté ? N'ayant pas été habitués à penser ni à fonctionner avec cette acceptation de ce qu'est l'autre, il ne me semble pas facile de savoir ce qui est du respect et ce qui ne l'est pas et comment gérer cette liberté. La mienne et la sienne. Ce qui peut être un besoin chez toi ne l'est peut-être pas pour moi et vice versa...

Si une relation affective va jusqu'à l'intimité sexuelle avec une autre personne, qu'est-ce que ce que cela touche ? La personne seule ou le couple ? On atteint là la notion de limite personnelle. C'est un aspect qui est encore compliqué dans ma tête et je ne sais pas très bien où me situer sur ce point.

Je souhaite pouvoir aborder ce sujet dans le couple sans jugement et sans tabou. De façon claire, transparente et sans danger.

La découverte d'un chemin ensemble est jalonnée de multiples questions. Les cadres sont bousculés, déplacés, écartés ou encore refusés. L'aspect immuable des injonctions sociales cloisonne les représentations dans un imaginaire prisonnier qui enferme les personnes dans un moule où l'individu perd toute possibilité d'exister en tant que sujet créateur de lui-même. Devenir libre pour Ariane c'est quitter cet imaginaire prisonnier.

J'imagine les couples « classiques » comme embarqués sur une autoroute. Une fois qu'on accepte de s'y engager (le terme est bien choisi !) la route est bien tracée et sécurisée et on ne pourra en sortir qu'en payant. De l'argent mais aussi des larmes, de la rancœur, de l'amertume, de la souffrance et des désillusions.

Je vois ma nouvelle relation comme la découverte d'un chemin qui ne serait emprunté que par nous. C'est NOTRE chemin.

Je souhaite rester sur ce petit chemin que nous découvrons ensemble. Parfois main dans la main, parfois chacun de son côté, parfois empruntant temporairement un détour pour choisir (ou pas) de revenir sur le chemin. Cela reste un choix de cheminer ensemble, il n'y a pas de glissière de sécurité sur notre chemin, pas de péage et surtout pas de panneaux indicateurs et pas de destination où il faudrait arriver à tout prix et ensemble bien entendu. Nous ne souhaitons arriver nulle part, juste cheminer ensemble instant après instant, un pas après l'autre! Et nous n'avons pas de plan de notre chemin car personne n'y est jamais venu pour l'explorer avant nous et nous dire par où il faut aller et quels sont les pièges et les dangers à éviter. Nous les découvrirons nous-mêmes et apprendrons à les apprivoiser ou à les contourner, ensemble. Nous avançons au ressenti et avec beaucoup d'amour. De soi et de l'autre (dans l'ordre !).

Je pense que c'est ce qui fait le plus peur aux gens à qui nous en parlons car c'est à leurs yeux, une grande source d'insécurité de ne pas savoir où l'on va. Mais nous, ça ne nous dérange pas, au contraire. Nous choisissons de cheminer ensemble avec la conscience qu'il n'y a aucune obligation d'arriver quelque part. Car l'important pour nous c'est ce que nous vivons sur ce chemin, ce que nous explorons et découvrons. Pas l'endroit où nous projetons d'arriver. Si l'un de nous choisit de s'éloigner du chemin pour y revenir ou de le quitter, c'est qu'il a ressenti en lui un besoin plus fort que celui de cheminer ensemble et cela doit être « ok » pour chacun.

Ce qui m'importe le plus c'est que mon partenaire soit heureux d'être à mes côtés au moment présent. Je souhaite que ma main soit posée dans la sienne et non qu'elle l'agrippe pour que il ne puisse pas t'échapper. Je sens bien qu'il en est de même pour lui.

Dans ce chemin de découverte Ariane pose ce qui a muri en elle dans une réflexion d'elle à elle. Une introspection sur ce qu'elle nome des « portes ouvertes ou fermées ».

J'ai ensuite réfléchi à ce que je souhaite vivre avec lui et ce avec quoi je ne suis pas d'accord. Je me demande si j'ai bien fait d'évoquer mon désir de partager un jour son quotidien et que je l'envisage dans deux ans. J'ai peur que ça l'inquiète et qu'il ne sente enfermé dans un schéma. Cette idée n'est pas une demande mais une porte ouverte. Cette porte est ouverte pour moi. Quand une porte est ouverte ça laisse le choix. D'y entrer ou de rester sur le seuil. Et éventuellement de choisir de la refermer. Quand une porte est fermée on renonce définitivement à quelque chose, on signifie son refus, sa non-acceptation de cette chose ou sa limite.

J'ai trouvé deux portes définitivement fermées pour moi.

La première c'est le fait d'avoir un enfant ensemble. « À nous deux nous avons cinq enfants ! ». J'adore ces moments où nos enfants sont tous ensemble à se comporter comme des frères et sœurs même s'ils ne sont pas du même sang. J'adore partager ça, je me sens vraiment « en famille » dans ces moments-là.

Pour la première fois j'envisage mon couple comme une création à part entière et non comme créateur d'une nouvelle entité : l'enfant. Ça me paraît très différent. Cela me donne encore plus envie de prendre soin de notre couple car je sais qu'il est « au complet » et que c'est maintenant que tout se passe, pas dans le futur après telle ou telle étape.

La deuxième porte que je ferme est celle de l'irrespect. Je n'accepte aucune violence quelle qu'elle soit envers ma personne. Ni physique, ni morale, ni verbale. Et je m'engage à la même exigence. Il n'y aura pas, jamais de deuxième chance.

Les autres portes sont ouvertes. Rien n'est tabou ni inenvisageable ! Rien ne nous paraît impossible pour nous ! Mais toutes ces portes ouvertes sont à évaluer avec précaution et si aucune n'est infranchissable, toutes ne sont pas obligatoirement à franchir.

La manière de faire couple et les objectifs qui y sont liés n'ayant plus de finalité déterminée socialement, il est important pour Ariane que dans une relation, ce qui se vit ne s'impose pas. Il se dépose pour donner à penser, ensemble. La relation du couple se construit au jour le jour, dans des instants « T » où chaque partage est entendu sans jugement même si certains sont anxiogènes. Il s'agit de vivre en pleine conscience et dans « l'acceptation consciente » que le flou est chemin.

J'aime cette idée que nous sommes toujours en mouvement. Que nous explorons le chemin ensemble et que rien n'est jamais définitif. Nous vérifions en permanence ce qui nous paraît juste ou non en fonction de nos besoins et nous l'exprimons si nous en ressentons l'utilité. Parfois nous décidons de garder quelque chose pour nous et c'est juste parce que c'est une décision choisie et consciente. Nous acceptons les partages car ils sont riches et nous permettent d'avancer sans nous décaler de nos ressentis mutuels. Nous envisageons alors avec empathie le ressenti de l'autre et partageons le nôtre avec la confiance que nous ne serons pas jugé. Il m'a dit cette phrase qui m'a beaucoup touchée : « J'aime que tu déposes et que tu n'imposes pas » C'est exactement comme ça que je souhaite être et j'essaie d'ajuster mes partages dans ce sens.

Parfois je ressens du flou dans notre relation et jusqu'ici j'ai choisi de laisser ce flou, je l'ai accepté consciemment car je me suis dit que le rythme de notre relation est lent.

Dans la mesure où Ariane ne cherche pas à arriver quelque part à tout prix, elle n'a plus d'urgence à arriver. Elle commence à vivre l'instant.

Ça aussi c'est très nouveau, accepter en conscience de laisser du temps à la relation, ne pas lui imposer des rythmes. Une écoute attentive et permanente, un va et vient pour ressentir de manière consciente, ce qui m'appartient, ce qui lui

appartient et ce qui appartient à la relation. J'apprends ainsi la patience et la gestion de mes peurs, le lâcher prise en attendant que vienne le temps où la relation sera prête à recevoir mes demandes et mes questionnements.

Sans balises, les peurs intérieures peuvent prendre tant de place qu'elles paralysent les personnes dans leur évolution personnelle ou sociale. Pour Ariane il est important de prendre connaissance de ses peurs en « pleine conscience »⁸. Il est également important de les accueillir et de les apprivoiser soi-même sans s'accrocher à la réponse sociale ou encore de s'accrocher à la rassurance de l'autre. Ces deux attitudes sont, pour elle, une mise en dépendance de soi à l'autre. Apprendre à être soi reçoit l'injonction du détachement du besoin de rassurance par autrui. Chacune devient seul responsable de ce qu'il ressent. Les autres ne sont pas auteurs de ce qui se passe en soi.

Dans la notion d'acceptation consciente, il y a le connu et l'inconnu. Il y a la peur du changement. L'inconnu est le berceau de nos peurs. Comment gérer ces peurs-là ? Parfois j'y arrive très bien et je lâche prise avec bienveillance pour moi-même. Parfois je n'y arrive pas et je plonge dans la peur de ce qui m'est inconnu. Sur le chemin que nous avons choisi les moments d'inconnu sont nombreux. Puisque nous n'avons pas de plan, pas de panneaux indicateurs, ni de destination, nous n'avons que nous-même et nos ressentis pour avancer et se rassurer sur la pertinence de nos choix.

Il est important de ne pas demander à l'autre de nous rassurer. C'est entre moi et moi et je ne fais pas porter à l'autre le poids de mes peurs et de mes angoisses. J'apprends à les gérer seule. Ça m'aide aussi à m'autonomiser par rapport à l'autre et à sortir de la dépendance affective. Si c'est l'autre qui a la clef de mes peurs, comment ferais-je s'il choisit de quitter le chemin commun... Il va m'abandonner là, avec toutes mes peurs que je ne sais pas gérer seule. C'est anxigène pour moi comme pour l'autre qui se sent alors investi d'une mission qui n'a rien à voir avec l'amour ! Sauver l'autre de ses peurs ? Ce n'est pas le rôle du couple. C'est pour cela que, même si c'est très difficile sur le moment, il est indispensable que nous apprenions à apprivoiser nos peurs seul.

Etant responsable de ses ressentis et émotions, « le confortable et l'inconfortable » appartiennent aussi à la personne seule. Le choix étant de soi à soi, la responsabilité ne peut être que de soi à soi. Si la personne est juste et respectueuse avec elle-même, il ne peut y avoir de faute. Le ressenti inconfortable de l'autre, n'appartient qu'à lui.

⁸ « Pleine conscience » terme appris et utilisé dans différentes thérapies par ariane.

Il m'a parlé de ce qu'il vivait avec Fatima. Au début il n'arrivait pas à trouver le moment ni la façon de le dire, le courage lui manquait car il sentait qu'il y aurait des conséquences à sa révélation.

« J'ai quelque chose d'inconfortable à partager avec toi ... »

Ça me paraît être une formule juste. « Avouer » sous-entend qu'on a fait une « faute » or dans la mesure où nous agissons en connexion avec nos besoins, en conscience de nos ressentis et avec respect, il ne peut y avoir de faute. La seule personne qui pourrait avoir à nous pardonner c'est nous-même, dans le cas où on se rendrait compte qu'on n'a pas agi en conscience, en accord avec nous-même. Alors oui, un jour nous aurons peut-être des choses inconfortables à partager. Je suis ouverte à ces partages-là aussi. Je préfère que le flou se dissipe. C'est là toute la difficulté. Je pense sincèrement que c'est quelque chose qui nous grandit de partager ensemble même les choses inconfortables.

Nous avons su gérer le relationnel avec Karine, une autre amoureuse. Cela nous a renforcés. J'ai confiance que nous saurons gérer les autres moments d'inconfort qui apparaîtront sur notre chemin.

Quelles sont les limites du partage de sa vie, de ses jardins secrets et de son intimité avec l'autre ? Est-ce que le niveau de partage est lié au degré d'intimité sexuelle ou au degré de confiance ? « *Doit-on tout partager avec l'autre ?* » dans une relation dite « principale » ?

Au départ je pensais : « Non ! Sûrement pas ! Je ne veux pas souffrir et quand on ne sait pas on ne souffre pas ! » Cette phrase que me disait ma mère et qui a bercé mon adolescence.

Je n'en suis plus là aujourd'hui. J'ai beaucoup exploré cette question en moi, parfois de manière très inconfortable ! Mais je suis arrivée à l'idée que : OUI, je souhaite qu'il partage avec moi. Même si c'est inconfortable pour moi. J'aime connaître ses niveaux d'intimité avec les personnes qui l'entourent. Non dans une perspective de jugement et surtout pas dans un but de contrôler ce qu'il vit, mais avec l'idée que je suis heureuse de ce qu'il vit, même si c'est inconfortable pour moi. C'est un pas de plus vers lui et vers la connaissance et l'acceptation de qui il est.

La notion d'être heureux pour l'autre, des relations qu'il vit, sans éprouver de la jalousie est une notion appelée « **compersion** » dans le monde poly.

C'est un peu comme un accouchement. Au départ il y a la douleur, elle peut paraître inconfortable voire insupportable, mais si on l'accueille et qu'on la laisse nous traverser sans crispation, elle commence à faire partie de nous et on

l'accompagne simplement à nous traverser. A l'arrivée il y a la naissance d'une nouvelle réalité. On en ressort transformé et grandi.

« Qu'est-ce que l'intimité ? Tu es l'élue de mon cœur et c'est cela qui compte »

En effet, nous vivons à l'extérieur de notre couple des relations avec d'autres personnes et nous avons avec elles différents niveaux d'intimité. Mais que devons-nous partager en couple ? Qu'est-ce qui relève du couple, qu'est-ce qui relève du jardin secret de chacun ?

Mes demandes sont les suivantes :

« Accepterais-tu de partager avec moi le niveau d'intimité que tu vis avec les autres personnes de ton entourage ? »

« Quelle est ta position sur cette question quant à mon propre niveau d'intimité avec les personnes de mon entourage ? Que souhaites-tu que je partage avec toi ? »

Il ne s'agit pas de donner des détails qui pourraient relever du contrôle sur ce que fait l'autre ou de donner une pseudo autorisation et encore moins d'émettre un jugement sur ce qui est partagé. Il s'agit seulement de clarifier, de sortir de l'inconnu. Il n'y a rien qui ne puisse être partagé et accepté. Je pense aussi que c'est dans le connu qu'on peut arriver à l'acceptation. L'inconnu entraîne du flou puis de la rancœur. Le contrôle de ce que vit l'autre est pour moi de l'irrespect. La confiance en l'autre c'est le non-contrôle, mais la connaissance ne relève pas pour moi du contrôle, c'est le premier pas du chemin vers l'acceptation. Faire face à la réalité est pour moi une manière de sortir du discours et d'entrer dans le réel.

Un chemin nouveau qu'Ariane explore avec elle-même, que son compagnon explore avec lui-même et que le couple aménage ensemble. La codification ou la visibilité sociale, le bon et le non-bon, le juste ou le non-juste ne dépendent que d'eux-mêmes.

Voilà le résultat de mes réflexions et en même temps je ne sais pas très bien si c'est juste ou non. C'est mon chemin aujourd'hui. Il me semble juste mais il y a peut-être d'autres manières de voir la vie.

Il y a aussi quelque chose de difficile à traverser pour chacun de nous. La notion de perfection. Cette peur de ne pas se sentir à la hauteur.

J'ai une montagne de défauts et de peurs avec lesquels je me débats en permanence. Je veux apprendre qui je suis, développer mes qualités, apprivoiser mes peurs, transformer mes défauts en forces et offrir dans la relation le meilleur de moi-même.

Cela ne fait pas de moi une femme parfaite ! Juste une femme qui sait ce qu'elle veut, qui sait un peu plus chaque jour qui elle est et qui a à cœur d'offrir à l'autre le meilleur d'elle-même.

Cela me fait beaucoup de bien de dire tout cela et de clarifier certaines choses dans ma tête. Je prends un peu de distance avec les autres, la société classique. Je m'entoure des personnes qui peuvent entendre mes aspirations et partager avec moi cette nouvelle manière de se vivre.

Méلودie

Méلودie découvre la sensation d'être femme quand elle se met à l'écoute de son corps. Elle sent que ses humeurs, ses émotions, ses sensations, sa relation au monde, ses relations aux autres dépendent de son cycle menstruel. Elle apprend comment son corps fonctionne, comment vivre avec lui, comment le respecter. Elle veut quitter les injonctions sociales qui dictent les rôles que le corps doit jouer. Elle veut être une personne.

Moi, je suis femme aujourd'hui, j'ai 28 ans et je parcours le monde. Je suis artiste itinérante. Je voyage avec ma camionnette, une chambre mobile. On est dans une société très masculine. J'ai commencé à connaître mon pouvoir de femme avec ma sœur. C'est une femme qui s'écoute vraiment en tant que femme. Elle fait des études de sage-femme. Elle a accouché dans une yourte avec deux autres femmes et une lampe de poche. J'ai découvert mon cycle, comment vivre mon cycle. J'ai écouté mon propre cycle. J'ai arrêté de prendre la pilule. Je m'écoute, j'écoute mon corps. Je suis une femme. J'écoute mes sensations parce que je veux pouvoir gérer ma contraception moi-même, naturellement. Je veux savoir comment je fonctionne. Comprendre mes humeurs.

Avant je ne m'écoutais pas. Les rencontres de femmes m'ont fait prendre conscience que je ne m'écoutais pas et n'écoutais pas mon corps. Je devais avoir 18 ou 19 ans quand je suis devenue chanteuse. J'ai découvert mon père, une sœur et un frère. Je vivais avec ma maman avant de retrouver mon père. On vivait entre femmes. On avait une maison en Normandie. Je pense avoir souvent pris la place de l'homme dans sa vie. J'équilibrais la vie au quotidien parce qu'elle n'a jamais eu de stabilité avec un homme quand j'étais avec elle. J'ai quitté ma mère pour m'installer chez mon beau-père à Paris puis elle nous a rejoints et ensuite je suis partie. Je me suis dit peut-être inconsciemment que lui, il était bien pour ma mère.

J'écoute mon corps. Je me pose des questions. A un moment j'avais une relation mais je ne parvenais plus à avoir des relations sexuelles. Non pas qu'il n'était pas désirable, je le trouvais magnifique mais je n'y arrivais plus. J'ai commencé à écouter mon corps pour savoir comment je fonctionne et je fonctionne

beaucoup avec mon cycle. Mon humeur, ma manière de voir le monde, de voir les choses, mon travail même. Je suis plus performante à certains moments que d'autres. Je suis plus relationnelle à certains moments. J'ai commencé à m'écouter en tant que femme à ce moment-là.

C'est fou, on est dans une société qui ne nous écoute pas. Je ne suis pas linéaire et la société demande d'être toujours dans la linéarité. Ma vie d'artiste m'aide beaucoup parce que je m'écoute. Quand tu en prends conscience tu te demandes ce qu'il t'arrive et surtout ce que tu fais avec ça. Avant même de connaître son corps on prend la pilule et on le fait fonctionner autrement. Dans un rythme qui n'est peut-être pas le nôtre. On se contrarie avant de s'écouter. On ne se ressent pas. On vit comme ça pendant dix ans, vingt ans. A un moment donné, on prend conscience qu'on ne sait pas comment notre propre corps fonctionne et comment on vit avec lui. Les humeurs ce n'est pas que le monde va mal ou que c'est une mauvaise journée c'est seulement que mon corps est à un moment donné différent d'un autre moment. La société nous dicte comment on doit ou pas montrer notre corps, le bouger, le soigner, le laver.... On n'existe pas en tant que personne mais en tant que corps qui doit se voir d'une certaine façon. On est dans des jeux et des rôles.

Mélodie s'interroge : qui suis-je à l'intérieur ? Que suis-je dans tout ça ? Quel sens à tout ça ? Dans son parcours, elle apprend que la beauté du monde dépend de chacun, dans ce qu'il peut être, bon.

Mon compagnon d'aujourd'hui est dans une recherche spirituelle et essaie de se détacher de ce « qui je suis ». Je voudrais comprendre la place de l'être humain sur cette planète. Qu'est-ce qu'on fait là-dedans ? Un maître spirituel qui est une femme lui a dit : « Pose-toi sur une terrasse, prend un pop-corn et regarde. Pose-toi et observe la vie ».

Pourquoi l'homme fait ça ou ça ? Qu'est-ce qu'on peut apporter à cette planète ? Je ne comprends pas le déséquilibre de l'être humain. Si on est là il doit y avoir une raison.

J'ai rencontré une communauté spirituelle. Ils prônent que la beauté changera le monde. Donner du beau et en tant que jardinier trouver la bonne place pour tous. Avoir la conscience que rendre les choses harmonieuses est possible.

Certains de mes partenaires faisaient très attention à mon cycle. Ça me faisait plaisir. Dans la contraception naturelle on vit à deux. Mon partenaire doit s'accorder à moi. J'ai eu une explosion de désirs sexuels quand j'ai arrêté la pilule. J'étais à l'écoute de moi. J'ai besoin qu'on fasse attention à ça dans la relation. Si un enfant arrive moi je veux accueillir la vie. On doit donc y veiller à deux. La communication est essentielle. Mon partenaire va comprendre comment je fonctionne. Il y a cette attention commune à ce qui se passe.

Quand on est dans une société productive ce n'est pas simple de s'écouter et prendre soin de soi. Aujourd'hui je suis ce que je suis et demain peut-être autrement mais surtout j'écoute mon envie de vie aujourd'hui. Je ne sais pas si

on a plusieurs vies ou pas. Ce dont je suis sûre c'est qu'on a une vie et qu'on peut mourir demain et donc je veux profiter à fond. J'ai la chance d'être née dans cette société et pas dans une autre, ici je peux réaliser ce que je veux vivre.

Mélodie regarde derrière elle. Elle prend la mesure de ses apprentissages. Dans sa conscience d'aujourd'hui, elle investit les instants et envisage demain autrement.

Petite j'ai appris que le bonheur est dans Disney et l'argent. Ma maman me cherchait un métier qui pouvait me plaire et où je pourrais gagner le plus d'argent. J'ai donc un bac scientifique, ça a fait plaisir à ma mère.

J'ai été fiancée. C'est ma mère qui a dit oui. C'était un musulman. Il a demandé ma main à ma mère avant de me la demander. Il m'a demandée en mariage, j'avais quinze ans. J'ai cru que le prince charmant était déjà là. Si vite c'est génial. J'ai dit oui. J'ai testé les limites et un jour il m'a frappée. J'ai pensé que j'avais dû faire quelque chose de mal pour qu'il me réponde aussi violemment.

Maintenant, je suis artiste, contorsionniste, danseuse, chanteuse et comédienne. Je veux accumuler plusieurs langages artistiques pour pouvoir un jour avoir toutes les possibilités d'exprimer ce qui me tient à cœur. Donner de l'amour, de la surprise et de l'information. J'ai tellement de choses à défendre. C'est mon pouvoir de femme : donner.

Le pouvoir d'offrir et le pouvoir d'être femme, Mélodie le rencontre dans ce en quoi elle croit : l'amour inconditionnel.

Dès que l'on naît on est avec ce pouvoir intense de donner de l'amour inconditionnellement. Donner et recevoir. Aujourd'hui tu donnes et plus tard tu recevras aussi. Le don est profondément en l'être humain, mais je pense qu'aujourd'hui le monde ne va pas dans ce sens-là. Il y a les récompenses et les punitions. On donne pour recevoir quelque chose ou aussi pour faire du bien à son égo. Notre société est basée comme ça. Faire le bien ou le mal, j'essaie de l'éradiquer.

Je cherche à vivre autrement et à le partager. En tant que femme, je pense que la femme a profondément un amour inconditionnel. On m'a incarnée dans ce corps et je vis avec. C'est mon compagnon de vie puisque sans mon corps je suis seulement une énergie. En tout cas, ce corps, il va m'accompagner toute ma vie. Il est identifié à la vie à cette vie. Le don vient forcément avec la vie.

La femme a une manière de donner différemment que le masculin. J'aimerais comprendre comment fonctionne un homme. Leurs émotions. Quand je leur pose la question, ils ne savent pas répondre.

En découvrant le polyamour, Mélodie défait les codes sociaux. Respecter la singularité de chacun ainsi que la singularité de chaque relation, l'amène à poser des contrats de relation qui se veulent dans une écoute bienveillante de ce qui est bon, rassurant et respectueux pour toutes les individualités de la relation et pour la relation elle-même. Des contrats qui s'établissent un jour et qui peuvent se repenser chaque jour.

C'est un homme qui m'a appris le polyamour. C'est mon plus grand amour. Un jour, il a cassé tous mes codes de prince charmant. Ç' a été difficile. On se pose à une table et on signe un contrat. On prend une feuille blanche devant nous. La fidélité on n'y croit pas. Comment veut-on vivre notre relation ? Qu'attend-on de l'autre ? Qu'est-ce qu'on s'autorise pour éviter de blesser l'autre ? Qu'est-ce qu'on met comme règles pour être en respect avec l'autre ? Je suis une chercheuse et je cherche ce qui est heureux, pour une relation amoureuse. Nous nous sommes autorisés à vivre des relations amoureuses avec d'autres personnes. Pour lui, c'était plus des relations sexuelles mais moi je relie relation sexuelle et amour. J'avais 21 ans. Je ne devais pas avoir de relations avec des amis proches de lui, ce serait comme une trahison. Je lui ai demandé de ne pas me dire quand il avait des relations ailleurs sauf quand celles-ci deviennent importantes dans sa vie car ça engage le lien avec moi. Ça peut évoluer, une relation, ça peut changer. On peut revoir ce contrat, on se parle, on communique. Parfois ce contrat ne convient plus alors on en discute et on le modifie.

Mélodie ne veut plus se laisser atteindre par l'autre. L'autre n'a pas de pouvoir sur elle. Elle n'a pas de pouvoir sur l'autre. Chacun est responsable de lui-même et de ce qu'il ressent.

C'est difficile de se dire que parfois sans le vouloir on peut faire du mal. En même temps, l'autre ne devrait pas avoir le pouvoir de nous faire du bien ou du mal. Je ne veux pas que dans ma relation j'aie le pouvoir de le rendre heureux ou malheureux. Ça lui appartient, ça. Ne pas se laisser atteindre par des gestes blessants de l'autre. Ça ne doit pas m'atteindre. On est seul responsable d'être serein ou pas face à une situation. Personne d'autre à notre place ne peut avoir ce pouvoir là sur nous. Une action peut remuer des choses internes et c'est ça qui nous rend triste. Je ne veux plus accepter que mon bonheur ou mon malheur vienne d'une autre personne. Tout est interne, après c'est des choses qu'on doit régler avec nous-même essayer de nous comprendre. De nous à nous. De soi à soi, et puis, avec l'autre. Ce n'est pas moi qui suis le facteur du malheur de l'autre. Si l'autre est malheureux des attitudes que j'ai choisies, je veux bien l'entendre et faire un effort. Il faut être à l'écoute des deux. Je ne veux pas accepter que ce soit moi qui sois responsable du malheur ou de la tristesse de l'autre alors que mes choix sont respectueux.

Mélodie ressent l'envie d'un enfant. Comment penser la famille dans son polyamour ? L'amour semble se vivre un temps qu'il soit long ou court mais l'amitié véritable, elle, reste toujours. Elle veut un père présent pour son enfant, un père qui sera toujours à ses côtés.

Je suis dans une période où je construis pour pouvoir construire une famille, avoir des enfants. Sauf que je ne connais pas encore le schéma d'une famille qui puisse ce faire avec plusieurs amours. Du coup pour l'instant je vais dans le sens d'une construction avec un homme principal. Mais je serai peut-être différente dans l'avenir. Est-ce que je peux construire un confort familial là-dedans ? En fait j'ai souffert étant enfant du manque d'un père et d'une instabilité familiale. Et pour moi le confort familiale ce n'est pas ce que j'ai vécu. C'est le contraire et donc le confort, c'est d'avoir un père pour mon enfant. Un père présent qui perdure au côté de mon enfant. Et en même temps j'aimerais être une mère seule. Je veux un père présent pour mon enfant. Alors est-ce que le père sera aussi mon amoureux ? L'amitié est plus stable que l'amour.

J'ai plusieurs amours aujourd'hui, des hommes que je ne vois pas forcément souvent. Il y a cet homme, mon ami, qui adore être père. Il m'a dit qu'il trouve ça génial d'être le père d'un enfant à moi. Seulement je serais mère célibataire et je reviens dans le schéma que j'ai connu enfant. Un enfant, pour lui, c'est un cadeau de la vie. C'est un père qui sera aimant. J'aurai à mes côté un père aimant pour mon enfant même si on ne vit pas ensemble. J'aimerais cet homme toute ma vie. Il est bienveillant, j'ai confiance en lui dans sa présence et sa permanence. Jamais il ne me fera la guerre, on restera en lien toute la vie.

Si cet homme devient le père on sera bien. J'ai besoin dans une relation que le père soit présent. De savoir qu'on sera toujours amis. Qu'on pourra toujours compter l'un sur l'autre, qu'il n'y aura pas de guerre. Le manque de père a créé ce besoin de rassurance chez moi.

Mélodie souhaite être mère et femme. Pouvoir donner à son enfant un temps où elle est pleinement mère et pouvoir vivre femme en dehors de ce temps. Les sphères d'amour parental et d'amour amoureux se dissocient pour pouvoir se vivre pleinement chacun dans des temps « T ».

C'est bien aussi si l'enfant peut vivre chez son père de temps en temps pour que je puisse aussi me retrouver moi, femme pas forcément mère.

On a parfois des attentes tellement différentes qu'il est difficile de créer un chemin commun qui corresponde à tout le monde et en même temps la société veut ça. Faire du commun pour vivre ensemble.

Ce n'est pas très formel de vivre plusieurs relations en même temps et encore moins de choisir un ami comme père de son enfant. Il faut être en accord sur nos

règles et nos valeurs à nous. Il y a le respect mais c'est aussi relatif d'une personne à l'autre. La bienveillance, ça défie tout le reste la bienveillance.

Chacun prend la place qui lui convient. En ressentant ce qui est bon pour soi et en donnant le meilleur de soi-même.

La société choisit pour nous ce qu'on doit être socialement sans prendre en considération ce qui est bon pour chacun. Ce n'est plus mon choix aujourd'hui, d'accepter ça.

Mélo die a choisi de s'écouter elle d'abord. Ecouter ce qui se passe en elle. Etre à l'écoute de son corps qui exprime ce qui est bon ou pas. Pour mélo die, si chacun est en harmonie avec soi-même alors le tout peut être en harmonie. Elle souhaite une société qui écoute les valeurs et les besoins de chacun et qui n'impose plus une commune manière de faire, dite : « bonne pour tous ».

Ce qui me pose question : « c'est quoi le bon ? ». Le fait que ce soit bien pour moi. Construire l'être que j'ai envie de devenir. Rechercher ce qui est bon pour nous c'est surtout écouter. Il faut connaître ses limites.

Etre à l'écoute de soi-même pour être en harmonie avec le reste.

Si on est dans une société qui s'écoute, les valeurs peuvent se vivre. Si elles sont bienveillantes. On n'est peut-être pas toutes polyamoureuses. On choisit son chemin. Si on n'est pas en accord, on vit autre chose. Vivre en tant qu'individu respectueux. On peut changer les règles des contrats que l'on se pose, la vie change et les choses bougent.

Les femmes que je rencontre changent la société. Elles sont porteuses de valeurs différentes. Respect, loyauté et bienveillance. Mais comment faire évoluer ce politique qui ne fonctionne plus ? Dans certains endroits il y a tellement de choses à faire. Changer le monde petit bout par petit bout.

Enlever les frontières c'est aussi choisir.

Carlie

Carlie se sent obligée de vivre ses amours pluriels dans une visibilité sociale incomplète. La transparence est une valeur forte chez elle. Elle souhaite pouvoir tout dire mais les codes sociaux véhiculés au travers de la monogamie exclusive mettent à mal ce qu'elle souhaite vivre personnellement et publiquement : le polyamour.

Ma vie privée est bien différente de celle montrée socialement. Elle est aussi une image qui correspond à une fausse norme. Une norme qui fait que tu te sens comme tout le monde. Mais je ne suis pas déviante. On sait très bien que le voisin trompe sa femme. Il s'en cache aussi. Et tous ceux qui savent aussi. Les gens ne veulent pas le montrer. On ne le dit pas mais c'est accepté socialement.

Le polyamour qui est le fait d'avoir plusieurs concubins est plus difficile à faire accepter que le fait de tromper. Tu vas avoir plus facile à parler de la tromperie que de tes multiples partenaires. Moi j'ai plusieurs amoureux, ça me convient. Je ne trompe personne. Les gens ne comprennent pas. Ils disent : « Je ne pourrais pas faire comme tu fais. Je ne pourrais pas vivre comme tu vis ».

Moi j'en ai marre de me cacher de la famille de mon deuxième amoureux et de ses collègues. Ses collègues, ils me draguent. Il dit qu'il est célibataire et que je suis sa meilleure amie, alors quoi ? Qu'il montre qu'il est avec moi et ils arrêteront.

Elle semble vivre ici un petit paradoxe. Elle ne veut pas de l'exclusivité d'une relation mais elle compte dessus, dans cette relation-ci, pour avoir la paix.

Je veux qu'il assume ses choix. Quand on assume pleinement, les autres ne disent plus rien. Il est toujours là, mais je pense que ce n'est pas ce genre de relations qu'il souhaite vraiment.

Je me suis vite retrouvée avec plusieurs amoureux, avant de vivre avec Bastien et Mario. C'était difficile, il fallait faire des choix. Les amoureux me demandaient de faire un choix. Quand j'avais 20 ans, on n'envisageait pas des relations plurielles. Aujourd'hui, j'ai 38 ans et je sais que c'est réalisable.

Faire des choix, c'est toujours quitter. Mon polyamour n'était pas intériorisé. J'étais amoureuse de plusieurs personnes mais je ne voyais pas ça comme quelque chose de possible. Le libertinage non plus d'ailleurs. Et puis, dans mon schéma de couple je ne me voyais pas vivre avec la même personne toute ma vie. Toutefois à 19 ans je vivais des sentiments pour plusieurs personnes, sans pouvoir le dire, à personne. Aujourd'hui, c'est toujours le cas mais j'en parle seulement à certaines personnes.

Moi j'ai envie quand on me voit sans me juger à mal. Dans ma famille c'est ok. Mes parents sont très bohêmes, paix et amour. On a délié les langues. J'ai des parents très ouverts.

Dans la famille de Bastien et avec ses amis ce n'est pas pareil. Ils ne sont pas spécialement au courant. Je ne peux pas rencontrer la famille de Mario, ni ses amis ni même ses collègues. Alors que lui, il vient à tout de mon côté et celui de Bastien, même en famille en tant que mon meilleur ami. En famille on n'a aucun contact physique, on ne montre rien du tout.

Et quand le petit va commencer à parler, on va dire quoi ? Tonton Mario que j'embrasse devant le petit, heu... Le petit ne va pas se taire, ni chez mamie ni à l'école. Quand l'enfant parlera je pense que c'est pour un mieux. Bastien me demande : « comment on va expliquer ça au petit et à quel âge ? ». Mario m'a dit : « la vie c'est déjà pas facile et en plus il va se trouver différent des autres enfants ».

A partir du moment où tu es fière d'être ce que tu es et que tu n'as pas honte de vivre ce que tu vis, tu arrives à accepter ce que tu vis et tu le vis sereinement, les autres ne trouveront pas de faille, moi c'est ma force. Je n'oblige pas les gens à penser comme moi, je le vis et c'est mon problème. Je ne leur demande pas leur avis. Maintenant je fais attention de ne pas me montrer en spectacle. Je ne bécote pas devant tout le monde. Je sais quand même me comporter.

Carlie, dans une part de sa vie, doit « malheureusement » fonctionner comme la société le veut. Des interdictions sociales aux frustrations personnelles, elle voudrait que cela change. Elle aimerait pouvoir dire : « heureusement, ici je peux agir comme une personne créative et libre ».

J'ai eu plusieurs relations qui duraient mais qui au final engendraient de grandes frustrations par rapport aux interdictions de mes compagnons ou parce que sexuellement ce n'était plus top.

J'aime sortir et rencontrer de nouvelles personnes. Si l'opportunité d'avoir une relation aboutit à un acte sexuel je me le permets. Pour ne pas culpabiliser je le dis à mes copains. J'ai besoin d'être transparente. Je n'ai pas l'impression de tromper puisque je suis transparente. Je suis toujours honnête. Mes copains ne le vivaient pas toujours très bien parce que pour eux, je ne suis qu'à eux. Quand la relation débute je suis toujours honnête, je dis mon désir d'avoir plusieurs partenaires. Je leur dis que je suis volage. Il ne faut pas m'enfermer.

J'ai pris de l'assurance car même en le disant, mes copains ne me quittent pas. On ne me punit pas. La relation tourne quand même, parfois, au vinaigre. Ils sont jaloux.

J'ai rencontré Bastien sur un site libertin. Bastien était d'abord un coup d'un soir. Je suis libertine mais lui était juste curieux. Pour vivre avec moi il a accepté que j'aime avoir plusieurs partenaires. Et c'est comme ça et pas autrement.

Nous ne l'avons pas étalé au grand jour.

Quand Carlie, femme « poly » rencontre un autre homme, monogame : qui accepte qui ? Qui accepte quoi ?

Je ne suis pas jalouse de Bastien mais très jalouse de Mario. Bastien a des aventures sans me quitter. Il accepte mes aventures et nous sommes ensemble depuis 12 ans. Il est le père de mon fils. Mario ne veut que lui et Bastien. Il est très jaloux. Si Mario trouve une relation stable autre que la mienne, il me quittera. J'ai peur qu'il me quitte.

Nous vivons cette relation à trois depuis trois ans. Ça dérange Bastien. C'est l'image. Nous avons un appartement Bastien et moi. Mario y vit avec nous. Nous n'avons que deux chambres alors il dort soit dans le salon soit dans la chambre du petit. J'essaie de gérer l'intimité mais pour dormir je ne peux pas me diviser en deux. On pourrait dormir à trois se serait plus sympa mais ce n'est pas comme ça que ça se passe.

Chez Bastien il n'y a pas de jalousie enfin peut-être pour Mario même s'il ne le montre pas. Il a quand même essayé de lui mettre une amie dans les bras.

Mario n'accepte pas toutes mes facettes. Etre la propriété de quelqu'un, ne fait pas partie de mes valeurs. Je pense qu'il n'a pas une image très positive de la manière dont je suis une femme. Il vient quand même d'une famille italienne.

Il lutte, pour vivre la relation, entre ses normes familiales et les miennes. Il est pris entre deux loyautés. Me laisser vivre mes valeurs et garder celles de sa famille. Il a du mal à choisir. Il me dit que j'ai changé une partie de sa façon de voir les choses et me demande de lui laisser le temps. Mais en même temps, il a 40 ans. On ne va pas attendre qu'il en ait 60 ans pour vivre libre.

Carlie a besoin de liberté et en même temps vit en elle un questionnement. Les codes sociaux de la monogamie permettent-ils réellement d'être heureux en couple ? La liberté sexuelle est-elle une entrave à la construction d'une vie amoureuse pérenne ? Comment se vivre libre et lié ?

Je me suis demandé si le polyamour c'est parce qu'on ne trouve jamais la bonne personne. J'aime construire vraiment ma vie avec quelqu'un mais je veux qu'il me laisse être libre. Qu'il me permette de vivre ce que je veux.

On n'a pas travaillé pendant plusieurs années. On était toujours ensemble. Mes bouffées d'oxygène je les trouvais dehors dans mes sorties.

Je me dis que s'ils m'aiment vraiment, ils n'accepteraient pas que j'aille voir ailleurs et en même temps celui qui m'aime doit l'accepter. Bastien ne voulait pas continuer le libertinage. J'y suis allée au moins deux fois par semaine sans lui.

La fidélité est définie socialement comme l'exclusivité des relations sexuelles. Dans le monde des « poly », elle peut se penser dans la permanence des sentiments même si les corps se partagent ou encore s'ancrer dans la liberté du partage de ce qui se vit. La fidélité pour Carlie c'est oser tout dire à celui qui partage sa vie, c'est être entièrement qui on est. Etre fidèle à soi pour l'autre.

Pour moi la fidélité, c'est oser se raconter sans peur. Il y a des gens qui mettent la fidélité sur l'acte sexuel. Moi c'est sur la liberté de tout dire. Je suis fidèle à Bastien parce que je ne lui cache rien. Je ne dis pas tout à Mario parce qu'il ne sait pas tout entendre. C'est du respect et c'est une preuve d'amour énorme de dire et entendre. On a une totale confiance quand les barrières des peurs sont tombées. Allez voir ailleurs ce n'est pas quitter l'autre. Même si on n'est pas comblé sexuellement par l'autre.

Chez Carlie, dans le trio qui se vit, de nombreux moments d'angoisse sont vécus. Ils ont tous les trois besoin de l'expression permanente de l'accord de chacun pour maintenir cette vie de la manière la plus sereine possible pour tous. Ils établissent des codes qui leur permettent de se respecter soi-même, de respecter l'autre, de respecter « le troisième » et la relation à deux et à trois.

Dans cette acceptation du libertinage, il y a des règles. On peut aller voir ailleurs mais on ne tombe pas amoureux, pas de sentiments. On ne revoit pas les gens. On n'entretient pas de relation avec les personnes qu'on a rencontrées en club ou sur tchat. Pas de relations avec des amis proches. Bastien est rassuré et moi j'ai ma liberté. Le libertinage est juste un amusement.

Au « café poly », je me suis dit : aimer plusieurs personnes c'est possible. On n'est plus dans le libertinage. On est dans une autre dimension quelque chose de plus haut. On est dans une acceptation totale. On doit s'aimer plus que tout au monde pour accepter que son amour aime aussi quelqu'un d'autre.

Bastien accepte un peu à contre cœur que je sois amoureuse de Mario. Avec Mario, il y a aussi un engagement, celui de continuer dans le temps.

Le couple de base est essentiel. On ne s'abandonne pas. Il faut l'acceptation, ce n'est pas simple. Mario et Sébastien ne sont pas pour moi des relations satellites. Ces deux relations sont principales.

Dans cet amour au pluriel Carlie aurait souhaité la paternité multiple. C'est l'affection paternelle qui a tout son sens et non la génétique. Quand plusieurs hommes vivent le quotidien de l'enfant, ils sont tous, pour elle, le père de cet enfant.

Je suis tombée enceinte de Mario après quatre mois de relation. Bastien a dit : « tu avortes ». J'ai avorté malgré moi. Ils étaient là tous les deux.

Je suis plutôt du genre à faire et puis à réfléchir après. Un an après je suis retombée enceinte. Comme nos relations sont non protégées, j'ai fait un test de paternité via une prise de sang. Celui-ci est de Bastien. J'aurais aimé ne pas savoir et vivre avec les deux hommes qui seront père chacun mais Bastien ne voulait rien entendre. Chacun voulait savoir quelle place prendre vis-à-vis de cet enfant.

Bastien m'offre des fleurs pour m'annoncer qu'il est le père. En général c'est la femme qui annonce à l'homme qu'il va être papa. Ici c'est lui qui a reçu les résultats. C'était une heureuse surprise pour lui. Enfin c'était plus logique que ce soit lui le père. C'est quand même avec lui que je vis depuis longtemps.

La société nous pousse tellement à connaître les parents. Alors que cet enfant est conçu dans l'amour et nous sommes trois.

Moi je les envisageais comme deux papas. Mais Bastien ne l'envisageait pas comme ça. J'aurais aussi aimé que Mario soit à l'accouchement pour qu'il ait une place dans cette paternité. Une place complète dans ma vie. Mario me répète souvent que c'est Bastien qui décide. Bastien me dit une famille c'est toi, moi et le petit. Bastien considère toujours que Mario n'est pas une relation principale. Quand le petit est né. Bastien a dit la famille, c'est nous trois. Mon idéal est de vivre avec les deux hommes. Mais quelque part Bastien attend que Mario parte.

C'est beaucoup plus simple de vivre un couple et du libertinage que de vivre à trois.

Pour Carlie, vivre avec deux hommes « ce n'est pas bien différent que chez les monogames au quotidien ».

Après 12 ans, il y a des prises de tête. Les problèmes du quotidien. Les rôles dans la maison. La bouffe, le repassage, l'aspirateur, sortir les poubelles.... Bastien m'a acheté un aspirateur pour mon anniversaire. Je pique des crises de nerfs pour ce genre de trucs.

Et puis quand ils me disent qu'ils ont fini leurs jeux sur l'ordinateur, ils ont mis 50 heures pour gagner, là je suis complètement en crise. Pendant tout ce temps-là ils ne se sont pas occupés de moi. Ils manquent vraiment d'attention, je dois tout leur demander même de faire attention à moi. Alors je sors et je cherche de la tendresse ailleurs.

Voir ailleurs c'est une bouffée d'oxygène. C'est la découverte de nouvelles sensations. J'ai un nouveau corps à chaque fois parce que les relations sont chaque fois différentes. C'est retrouver des sensations que je n'ai plus dans les couples.

Et puis j'ai besoin de désir et avec Bastien c'est plus une vie du quotidien, un couple parental. Mais au niveau de la femme et de l'homme (Carlie grimace). J'ai besoin de sentir mon corps vivre. Quand j'ai des relations ailleurs, je regagne une estime de moi plus grande. Je suis désirée et désirable et ça me fait du bien. Le rôle qu'on me donne à la maison ça ne me fait pas exister en tant que femme.

Là je ne suis pas bien avec moi-même. S'ils s'occupaient un peu plus de moi en tant que femme je n'aurais pas envie d'aller ailleurs. Ils n'ont pas assez d'attention pour moi.

De l'inclusion à l'inclusion, quand l'amour se vit à plusieurs, l'espace de vie se repense. L'amour se multiplie mais le temps et l'espace ne se modifient pas.

Je ne vais pas les quitter parce qu'ils ont d'autres relations, moi j'inclus. Alors qu'eux sont plutôt exclusifs. Mario s'il tombe amoureux il risque de faire un choix et d'exclure l'une des femmes. Ce n'est pas ce que je veux. Je préfère qu'il inclue cette nouvelle femme dans la relation. Qu'il soit toujours en lien avec moi.

Bastien, il m'aime vraiment fort et reste même si j'ai toujours besoin de plaire ailleurs.

L'exclusion c'est une très grande souffrance. Perdre quelqu'un qu'on aime c'est dur. On peut avoir d'autres projets qu'avoir une famille et des enfants. On peut avoir plein d'autres choses dans la vie.

Mais bon à un moment quand on est dans l'inclusion, il faut vivre dans une communauté, dans un appartement ce n'est pas possible (rire). Déjà dans le nôtre il manque une chambre. Mario devrait avoir la sienne, nous devrions avoir chacun notre chambre. Un appart ! C'est vraiment trop petit.

Cristal

Cristal a fait face à tous ses ancrages culturels et familiaux et les a remis en question. Elle s'est demandé ce qu'elle allait faire de tous ces apprentissages pour découvrir qui elle est et devenir elle-même ?

J'ai grandi avec le prince charmant des contes de fée et de la télévision. Mes parents sont monogames. J'ai été éduquée pour être monogame. Mon père est musulman et ma maman chrétienne avec un peu de direction bouddhiste. Elle est portée vers différentes spiritualités. Je suis Franco-tunisienne. J'ai vécu en Tunisie jusqu'à mes 18 ans. J'ai dû me battre dès mon adolescence pour ne pas entrer dans le moule de la fille musulmane : « tu es ma fille et tu fais ci et comme ça, point ». Depuis toute jeune j'ai eu cet entraînement à devoir me confronter à une privation de liberté et au carcan. Heureusement ma maman est ouverte. Avec mes sœurs, j'ai été élevée dans les deux cultures. Je me suis battue et j'ai balisé un peu la sortie pour mes sœurs. L'expérience personnelle te prépare à ce que tu veux vivre adulte.

A l'adolescence, mon premier petit ami avait trois de plus que moi. J'étais encore vierge et je ne voulais pas faire ça n'importe comment. Pendant un an, il est allé voir ailleurs et je l'apprenais après coup. Je lui ai dit que ça me faisait souffrir mais c'est surtout le mensonge qui me faisait souffrir. J'ai pris conscience que personne ne pouvait m'appartenir et que je n'appartenais à personne.

Je ne voulais appartenir à personne et donc dans l'autre sens c'est pareil. J'avais déjà cette compréhension que mon petit ami avait des besoins autre que je ne pouvais pas combler et que je ne pouvais pas interférer avec ça. Mes blessures d'abandon et de trahison ont été travaillées à ce moment-là. Ça m'est arrivé très jeune et j'ai donc pris conscience de certaines choses tôt. J'avais conscience que j'allais avoir plusieurs hommes dans ma vie et pas un seul. Mais je me voyais plus comme une monogame en série.

Vers la vingtaine, j'avais un amoureux et je suis tombée amoureuse de son meilleur ami. Interdit, tabou total, je n'ai rien dit et j'en ai beaucoup souffert. Je ne pouvais en parler à personne, ni à mon petit ami, ni me confier à la personne dont j'étais amoureuse. Je ne voulais pas que ça se sache. J'étais dans un schéma mono et je culpabilisais d'aimer quelqu'un d'autre tout en aimant mon petit ami. Je me disais que j'étais inconstante. Avec ça je m'auto-culpabilise.

J'ai deux valeurs, la liberté et l'amour. Dans une relation mono tout est dirigé vers l'autre. Quelque part on doit consacrer la majorité de son temps à son petit ami alors que je veux aussi consacrer mon temps à mes amitiés. Beaucoup de choses pèsent dans le couple et je m'y sens enfermée. L'exclusivité m'enferme.

Le simple fait de vouloir faire un câlin à un homme, simplement le prendre dans mes bras alors que ce n'est pas mon petit ami, ça peut être mal interprété. Le rapport au corps même dans la manière dont tu dis bonjour, il faut une distance. C'est aussi quelque chose qui m'étouffe. Je viens du Sud et la notion de distance

est différente. En Tunisie on se regarde et on se touche plus facilement. Au lieu d'avoir un mètre de distance c'était beaucoup plus court. En France, quand je parle avec un jeune homme, je parle en touchant. On me demande ce que je fais, si je le drague. Mais non pas du tout. Il y a une distance de sécurité à avoir au niveau culturel. La distance est plus courte en Tunisie même si dans le rapport homme/femme il y a un mur. Je trouve ça dommage que même pour de la tendresse, le contact au corps soit systématiquement interprété. Quand on est un enfant on a le droit et puis à l'adolescence la distance est de mise. On est programmé pour agir de cette manière-là et puis on le fait sans s'en rendre compte.

Cristal, petit à petit, a pris la décision d'oser faire ce qu'elle ressentait. Elle a vécu des moments très difficiles.

En Belgique, j'ai continué à vivre ma routine de monogame en série. Malgré ça on me considérait comme une excentrique même en étant plus tôt introvertie.

J'ai rencontré mon futur mari. Je lui ai dit avant notre mariage que je me sentais vite étouffer dans la relation et que je souhaitais laisser la possibilité d'ouvrir la relation au cas où on rencontrait quelqu'un d'autre. Il a associé ça à du libertinage, moi pas. Moi je disais simplement, si la vie nous ouvre une rencontre, on se donne la possibilité de le vivre. Si on va ailleurs, qu'on soit honnête l'un envers l'autre. Sa réaction a été directe : « c'est non, comment tu peux concevoir un truc pareil ».

Moi je fonctionne comme ça, je veux être libre. J'ai eu de la chance de ne pas tomber amoureuse de quelqu'un d'autre pendant notre période de mariage. Le manque de communication dans notre couple, la manipulation et la possession m'ont menée au divorce. Je me sentais coupable par rapport au petit, à mon fils. Après ce mariage j'étais quand même détruite. Je suis très sensible mais cette relation m'a coupée de mes émotions, je me protégeais. J'ai perdu confiance dans les personnes.

J'ai pris une bonne année seule et je me suis interrogée : qu'est-ce que je veux vraiment dans la vie ? J'ai besoin de liberté et la plupart des hommes aussi. Mes valeurs principales sont l'amour et la liberté. J'ai cherché dans Google et là je tombe sur le site polyamour Belgique. D'autres que moi vivent ça. Trop cool je ne suis pas la seule. Je savais que je ne voulais plus de couple classique.

Amour et liberté, j'ai fait des recherches et j'ai lu. J'étais rassurée. Ce n'est pas forcément des gens qui courent après le sexe, c'est juste des gens qui restent ouverts à des possibilités. Libre d'être et libre d'aimer. Je me suis inscrite sur amour.be

Il m'a fallu dix mois avant d'aller à un café poly parce qu'à chaque fois c'était ma semaine pour mon fils.

Après ma rupture avec mon mari, je sentais que quelque chose en moi était coupé. Je ne ressentais plus rien. Je n'étais même plus trop certaine de pouvoir aimer encore. Je devais me tester.

Pour devenir elle-même, Cristal sentait qu'elle devait aller à la rencontre d'elle-même. Elle avait besoin de déconstruire sa culture, la comprendre pour rencontrer sa propre nature. Pour Cristal, être polyamoureuse est en soi, c'est la nature d'une personne et chacun n'a pas forcément cette nature.

Aimer plusieurs personnes en même temps ça émane de soi. C'est nous-même qui pensons nos émotions. On est en dehors des sentiers battus et ce n'est pas imprimé culturellement. Il y a quelque chose qui se passe de manière individuelle. On est responsable de ses propres ressentis.

On repense à la culture dans laquelle on est. Je pense à la manière de vivre le polyamour comme une nouvelle forme de culture dans laquelle je suis plus en adéquation avec ce que je vis intérieurement. Mais il n'y a pas qu'une culture, c'est un peu dans ma nature. On apprend de nos aînés et on se fabrique une contre-culture par rapport à nos propres expériences. Elle est vivante la culture, elle bouge et se transforme. Depuis 2010, je vois déjà une différence dans le milieu poly, on est d'avantage visible dans la société. On ose dire. Et puis on en parle dans les médias. Peut-être que ça viendra dans le langage courant ?

Quand on n'est pas prêt à se rencontrer soi-même, on reste possessif et jaloux en dépendance affective. On reste en souffrance. Le poly c'est quelque chose que l'on vit de l'intérieur, ce n'est pas quelque chose qu'on s'impose.

C'est rassurant aussi, de savoir que l'autre est autonome affectivement. Que le bonheur ne dépend pas que de nous. Mon bonheur dépend de moi et le bonheur de l'autre ne dépend pas de moi.

Chacun vit sa vie sentimentale librement. Libre d'aimer, libre d'être comme on est. De laisser à l'autre cette même liberté. Ça change la donne quand on peut vivre ça. Se respecter, respecter sa nature.

Vivre comme ça c'est se dire « on ne m'attrape pas », « je ne suis pas pris au piège » de ce que la société veut que je sois.

Cristal relie son être à une entité plus grande que tout : le divin. Le divin est le tout. C'est à partir de lui qu'elle peut accéder à l'amour avec un grand « A », l'amour universel. Celui qui, selon Cristal, permettra de quitter toute forme de pouvoir des autres sur soi. Celui qui permettra de vivre sereinement l'interrelation humaine sur terre.

Moi j'ai un côté un peu mystique, une certaine spiritualité. Je ne le crie pas sur tous les toits. J'essaie de relier le Divin au terrestre. Quand chacun vit sa spiritualité, il n'y pas de prise de pouvoir.

C'est de soi à soi. De soi à la divinité. On quitte la régulation sociale religieuse avec ses cadres. Ce qui amène à l'amour avec un grand A, à la liberté et à la non propriété. On a besoin, dans nos sociétés occidentales, de combler un vide, un vide spirituel. On n'est pas qu'un corps, on n'est pas là juste pour avoir du matériel et vivre comme des robots, travail boulot dodo, et accumuler des biens. Il manque quelque chose. J'ai cette connexion depuis que je suis petite. Une connexion que j'ai dans le ressenti. Une découverte de qui on est. C'est la vraie grande question, on te dit : « t'es un tel, t'es comme ci et t'es comme ça » on te définit même à la limite, on te programme et tu finis par y croire.

T'es musulmane ou t'es chrétienne, t'es mieux en France ou en Tunisie. J'étais gênée. Et puis j'ai découvert vers 12ans dans la bibliothèque de ma maman un livre sur le bouddhisme. Quelle chance ! Ce courant de pensée ! C'était une trame pour moi, je me suis nourrie de ça. C'était un code de vie pour moi.

Je me suis auto programmé même si je ne pratique pas tous les rituels mais c'est une base de philosophie qui m'a beaucoup aidée. Il y avait des choses qui tout de suite résonnaient en moi et puis d'autres choses plus difficiles comme la notion de détachement. L'être humain a besoin d'être nourri sur différents plans. Autant le plan physique est important, autant le côté moins visible et moins matériel est aussi important. L'émotionnel a besoin d'être reconnu et dans la société c'est encore quelque chose de difficile.

Avec le temps on finit par comprendre que derrière nos émotions il y a un message. Ça criait à l'intérieur de moi, mais je devais nier parce que ça ne cadrait pas avec les codes sociaux. Je devais m'auto-censurer, m'écraser alors que l'émotion m'indiquait des trucs. Maintenant quand j'écoute mes émotions, mes ressentis, je sais que je ne me trompe pas. Je ne les renie plus. Je ne fais plus le contraire de ce que je ressens. Je me fais confiance, je fais confiance à mon intuition. Je suis reliée.

Avec mon ex-mari, je n'ai pas voulu laisser mes intuitions et mes ressentis s'exprimer. J'ai voulu faire face mais ça n'a pas marché, je me suis détruite. On peut en devenir malade de ne pas s'écouter.

S'écouter et se dépasser, c'est aller parfois à contre-courant des cadres sociaux. Garder les images de ce que l'on doit être socialement m'a rendue malade. Je ne veux plus vivre ça.

Cristal vit son polyamour dans une visibilité sociale discrète : elle ne se cache pas, mais elle n'en parle pas dans son voisinage.

Dans mon quartier je ne me cache pas particulièrement mais je ne le crie pas sur tous les toits que j'ai plusieurs amoureux. Les gens le voient c'est tout.

Cristal se choisit, pour s'aimer d'abord et respecter ce qui vit en elle. Ensuite elle peut dire oui à une ou plusieurs relations pour s'aimer ensemble. Elle choisit de vivre « *des bulles intemporelles d'amour* »⁹ sans autre projet que de s'aimer.

On n'a pas les mêmes valeurs, je place l'engagement sur autre chose. Le mot amour est le même mais le concept d'aimer est différent. L'engagement des monogames est dans un projet de vie en commun. Plusieurs projets, avoir une maison, des enfants, des chiens, des vacances, le classique quoi.

On n'accorde pas le même temps à tous mais je prends soin de singulariser mes relations. De toute manière chaque relation est différente. Dans la monogamie et les projets de vie socialement établis, il semble que tous les couples font la même chose et si des couples veulent vivre autrement ils sont marginaux. Les poly définissent des projets différents avec chaque amoureux.

Et puis on peut concevoir de s'aimer pour « rien » enfin pas pour un projet. Ça c'est mon expérience, aimer pour rien, juste pour aimer.

Ce n'est pas simple. Profiter de l'instant d'aujourd'hui et être dans une loyauté où l'engagement consiste à être présent. Entrer dans la bulle de l'autre, partager la sienne et simplement vivre ça. Faire un chemin avec l'autre même si on ne sait pas jusque quand. Je construis mes petites bulles intemporelles d'amour.

Au niveau social on n'est pas prêt parce qu'on associe toujours le couple à un projet autre que soi-même. Ce que je construis ce n'est pas dans le matériel. Après pour le reste on voit au fur et à mesure et puis on en discute.

On doit se sentir libre d'aimer qui on veut et de regarder qui on veut. On peut dire stop ou pas à une relation ou bien on la laisse vivre même si on ne se voit pas pendant un certain temps. On ne cherche pas à se compliquer la vie. Je ne veux pas faire le deuil d'une relation forcément parce qu'on n'est pas tout le temps dans la relation ou que l'on vit d'autres relations. On peut continuer à aimer même si la personne n'est pas là. C'est comme une solution au deuil. On ne sait pas vers quoi on se dirige mais on va et on voit, on se reverra. Et puis ça nous permet aussi ne pas s'enfermer et de vivre d'autres relations.

Mon cœur s'alimente de plusieurs amours et j'alimente les cœurs de mon amour.

J'ai dû d'abord sortir de la dépendance affective avant d'entrer dans le ce mode relationnel des polyamoureux. Beaucoup de personnes souffrent de leur blessure d'abandon, de rejet, de trahison. C'est un grand travail sur soi-même de vivre le poly amour.

Ma motivation à moi n'était pas de dépasser mes blessures, c'était plus mon besoin de liberté. C'est de me trouver moi et vivre mes relations respectueusement et simplement.

⁹ les mots de Cristal.

Cristal a besoin d'un lieu rien qu'à elle, sa maison. Elle a besoin de pouvoir s'y retrouver seule. Elle se donne le droit d'une sphère privée et le fait respecter.

Mon fils qui a 11 ans est au courant de mon mode relationnel amoureux et c'est ok pour lui. Je le lui ai dit puis il m'a répondu : c'est ok maman ce n'est pas un problème pour moi. Il ne m'a posé aucune question particulière. Aucun homme ne vit avec moi dans mon noyau familial. En général je vois mes amoureux quand je ne suis pas avec mon fils. J'ai besoin de ma solitude aussi. Et je ne veux pas vivre avec des hommes qui ont besoin de beaucoup de sécurité dans la relation amoureuse. Vivre avec un homme que je dois rassurer tous les jours, ça me fatigue. J'ai besoin de solitude pour me ressourcer. Un chez moi, juste chez moi.

Vivre sous le même toit qu'un homme, je pourrais mais sous certaines conditions. Par exemple, chacun sa chambre. On se voit juste de temps en temps. Et les hommes doivent accepter que j'aie besoin de temps en temps de quelques jours sans les voir. Je ne peux pas faire des efforts constants pour être comme l'autre a besoin. Je ne peux pas donner de l'affection quand je ne suis pas disponible à ça. Je préfère chacun chez soi comme ça on choisit quand on se voit et là on se donne la condition d'être pour l'autre dans l'accueil complet. Ce mode relationnel me permet d'être moi-même.

Je vis aujourd'hui des bulles d'amour intemporelles et quand je me donne ce temps-là je veux le vivre pleinement. Je suis exclusive dans ces moments-là. Je veux le vivre qu'avec une personne à la fois et être entièrement avec cette personne. L'autre doit l'être aussi, disponible à ce moment-là. Je coupe mon téléphone et je vis ce moment.

Chacun est libre, je suis alors non exclusive. Je te prends comme tu es, comme tu as envie d'aimer qui tu veux même moi. Je n'ai pas d'exigence sur la manière dont on doit m'aimer. Si c'est de l'amour c'est de l'amour. Mais par contre dans le respect de l'autre, quand on est ensemble on est ensemble. Je vis des amours pluriels mais je ne désire pas de communauté amoureuse comme certains poly.

Je suis du mode solo avec diverses relations et je ne hiérarchise pas. Quand j'accorde du temps à quelqu'un, on est vraiment entier, on est vraiment présent pour l'autre. J'ai cette exigence avec moi-même. La qualité de la relation. J'apporte quelque chose qui est ma présence, elle est donnée entièrement et reçue entièrement dans un moment présent.

Je ne ressens pas la même chose pour chacun. Aimer et être amoureux, je fais la différence. Être amoureux ça provoque beaucoup d'attachement et avec ça les insécurités resurgissent. Mono ou poly ça change rien.

Par rapport aux multiples relations, on est beaucoup en introspection de soi tandis que dans la monogamie on analyse le couple avant de se chercher soi. On occulte plein de petites choses pour rester dans nos rôles. On apprend à se connaître soi et ça nous pousse à être le plus honnête possible. Honnête par rapport à soi. Par rapport à ce que l'on vit et ce que l'on ressent.

Lina

Lina grandit au côté d'adultes qui lui transmettent des valeurs et des modes de vie qui s'opposent. D'une part dans la communauté hippie de ses parents l'amour se vit au pluriel. Et d'autre part chez sa grand-mère, c'est l'amour unique d'un homme qui fait valeur.

Ma vie de femme amoureuse a beaucoup conditionné ma façon de voir les choses. Je suis portugaise, fille de parents divorcés mais dans une communauté hippie ou le polyamour devait se vivre. J'y suis née, ce n'est pas comme ça que je voyais ma vie. J'ai aussi été élevée par une grand-mère catholique et des films très amoureux qui prônent l'amour unique avec un homme et puis ça dure toujours. En dehors de mes imaginaires de femme fidèle, j'avais incorporé la multiplicité amoureuse.

Ç'est difficile ça, on touche à des fondements.

Lina considère que deux personnes ont construit sa manière d'être en tant que femme. La première, son beau-père, lui a fait utiliser son corps dans l'hypersexualité et lui a montré comment utiliser le sexe au-près des hommes. La deuxième, sa belle-mère, l'a guidée vers les ressentis et les émotions qu'elle éprouvait.

Ma mère a quitté mon père. J'ai grandi avec ma mère et son conjoint pervers. Le compagnon de ma mère, un homme pervers, m'a utilisée comme objet sexuel. Je suis rentrée dans la sexualité malgré moi. J'ai compris qu'à neuf ans j'étais un objet sexuel pour un homme de 35 ans.

Je regardais ce qui était hyper moulant et sexy dans les catalogues de mode. Et j'écoutais Milène Farmer, prototype de la femme libertine. Il a y eu comme une construction de mon identité féminine très peu réelle. J'ai beaucoup vécu dans le regard de l'autre, dans le regard de désir. Aujourd'hui, je ne suis pas une vilaine femme, je sais que je peux attirer le regard par le biais de la sexualité.

Ma belle-mère, la femme de mon père, c'est mon idole. Elle m'a beaucoup construite en tant que femme. Cette femme m'a accueillie comme femme, j'avais neuf ans. C'était une femme libre, un peu punk et poils aux jambes (rire). Ma mère mon modèle était bien plus conventionnelle et très peu disponible à la maternité tant les problèmes économiques étaient majeurs.

Je me sentais bien avec ma belle-mère. Je me sentais considérée avec mes questions de petite fille mais des questions de femme quand même. Elle me disait, fais en fonction de toi pas en fonction de l'autre, réfléchis à ce que toi tu ressens. Et donc je me suis assez recentrée sur mes ressentis, mes émotions et mes affects.

Cette femme a été importante pour moi dans cette liberté de vivre, de vivre pour soi et parfois contre la convention sociale. Ce qui a certainement orienté ma façon de vivre et ma sexualité hors cadre, libertinage et amants.

A 18 ans, Lina découvre une relation d'amour au-delà de la technicité sexuelle. Son désir d'amour unique et de fidélité sexuelle est ancré en elle.

J'ai rencontré mon premier vrai amoureux à 18 ans. C'était un bel amour. J'ai découvert que je pouvais faire l'amour et baiser. Avant lui, j'avais une technicité sexuelle sans avoir d'amour. Mais il couchait aussi avec ma meilleure amie. Il était inscrit dans quelque chose de pluriel. J'ai rompu avec les deux.

Lina rencontre un homme qui devient son époux et le père de ses enfants. Son besoin de stabilité affective se projette dans son imaginaire de couple fidèle et dans la construction du projet traditionnel: la famille. Cependant la relation de couple dans la sexualité a toute son importance aussi. La sexualité dans le couple et pour soi se veut épanouie. L'exclusivité sexuelle permet-elle cet épanouissement ? Les jeux du corps partagés avec d'autres partenaires peuvent-ils pimenter la vie sexuelle du couple ? Que se passera-t-il pour le couple si des sentiments naissent en dehors de celui-ci ?

Quand je suis arrivée en Belgique, j'ai vécu avec un groupe d'amies femmes. Je ne parlais pas français. Elles sont toujours mes amies aujourd'hui.

Je me suis mariée. Le père de mes enfants est quelqu'un de très stabilisant. J'étais sa première femme. J'avais beaucoup de tendresse pour cet homme. J'avais l'occasion d'avoir des amants mais mes valeurs m'empêchaient de passer le cap. Je lui étais fidèle.

Et puis un jour, j'ai eu un amant en vue. On se tournait autour depuis un an. On a couché ensemble. Ça été très technique, très formel, j'ai écarté les jambes mais il avait un petit zizi. Mon mari avait un gros zizi. C'était donc très insatisfaisant (rire). Et j'ai tourné la page. Je n'ai pas dit au père de mes enfants que j'avais couché ailleurs.

Mon mari m'a offert un livre. J'étais un peu guimauve et fleur bleue, on va élever nos enfants et vivre ensemble pour toujours. Et là, il m'offre un livre sur le libertinage, un angle de couple. C'est un couple qui écrit ce livre, ils cadrent leur sexualité dans le libertinage. Nous avons beaucoup réfléchi aux questions de la possession, de la jalousie, de la dépendance, du partage, des limites. Comment mettre nos codes ?

Les premières rencontres, je me sentais en danger en présence des femmes. Jusqu'à ce que je voie les hommes. Oh putain, il y en a des supers beaux. On a couché ensemble après six mois. Période d'appropriation. On a beaucoup

questionné les couples libertins. Souvent ensemble depuis longtemps, ils semblaient des couples très solides. Cette expérience a boosté notre sexualité. On avait trouvé le moyen d'explorer notre sexualité sans devoir tromper notre conjoint. J'en avais enfin finie avec l'histoire de triangle amoureux douloureux. Fini la prise de tête. Je n'étais jamais amoureuse des autres hommes. J'étais sexuellement en lien.

Mon mari et moi avions beaucoup de dialogue. Ce qui va ou pas. On se mettait des codes. L'approche du libertinage était saine et pédagogique. A l'époque des années 2000 je n'en entendais pas beaucoup parler. C'était quand même assez secret. On avait très peur que ça se sache.

J'ai arrêté de libertiner quand je suis tombée enceinte. Après mon accouchement j'ai eu besoin de me retrouver désirable dans le regard d'un autre homme. J'ai repris le libertinage. Un jour un homme m'a dit je ne suis pas déçu après m'avoir déshabillée. Ça m'a fait beaucoup de bien. J'ai toujours libertiné avec mon mari.

J'ai eu mon deuxième enfant, une fille. Là je me suis posée beaucoup de questions sur la féminité et ce que j'allais lui transmettre.

On a recommencé à libertiner mais je ne m'y retrouvais plus. J'ai commencé à me dissocier et j'avais besoin de boire pour baiser. Je me sentais triste dans cette situation. On a découvert « la fétiche », lieu de jeux sadomasochistes. On découvre que nos amis des jeux de rôles y vont. Là c'est super on peut baiser avec nos amis. Ça a reboosté mon désir. Mon ami qui avait un beau petit cul, je pouvais enfin baiser avec lui. Là c'est une autre liberté.

L'homme avec qui je me suis marié, que j'aime, celui que j'ai fait père et qui m'a fait mère, on a construit une vie ensemble, j'accepte de le prêter à des amies sachant que j'ai confiance en mes amies. C'était très beau entre nous. Vivre cette intimité avec des amis c'est très différent que les liaisons avec des libertins qu'on ne connaît pas.

Mon mari et moi on se validait mutuellement. Il me plait, il te plait c'est ok pour toi. Il y avait le souci de savoir que l'autre soit bien. Même si je trouvais l'homme pas assez à mon goût quand la femme plaisait à mon mari je disais oui. Mais j'ai recommencé à avoir envie de boire.

Après plusieurs années de libertinage, Lina ne se sent plus exister. Les jeux du corps dans ce qu'ils peuvent apporter à la reconnaissance d'être une femme désirée dans sa corporalité ne lui suffisent plus. Elle a besoin d'être reconnue aussi en tant que femme pensante. Elle ne peut plus sentir son corps et sa tête se dissocier.

J'ai repris des études à l'université. Je suis de base ergothérapeute. Je le suis dans l'âme. Mais j'avais un complexe d'infériorité. Je voulais faire médecine mais je ne me suis pas trouvée assez intelligente pour faire l'université. Il y avait cette espèce de phantasme de l'université. Je me suis autorisée à le faire. Et puis j'ai bien réussi. J'ai fait la santé publique. C'est vraiment un prolongement

logique à l'ergothérapie. Je me suis vraiment trouvée une voie. J'ai fait de la recherche.

Dans mon boulot, je me retrouve sur la même longueur d'onde qu'un psychiatre qui travaille sur le même projet que moi. Il me propose de faire un stage chez lui dans son service. Je me raccroche un peu à cet homme qui partage les mêmes recherches que moi. Après un échange de sms je me rends compte que je suis amoureuse. Moi libertine qui pratique le sexe libre depuis des années, simple et sans contrainte, je n'en parle pas à mon mari. Dans le libertinage j'étais attirée mais pas amoureuse du tout; là je suis amoureuse. Ça me prend à un tel point que je me suis rappelée qu'en couchant on pouvait arrêter ça. J'arrive dans son bureau, je me blottis dans ses bras. Il m'embrasse dans le cou et là il fallait vraiment que je couche avec lui pour que ça s'arrête. Là je me bourre la gueule mais grave car je sais que je vais coucher avec lui et que ce sera fini après. Et je n'ai pas envie et en même temps j'en ai envie. Le gars était incroyable.

J'ai couché avec un autre homme que mon mari mais dont j'étais amoureuse. J'ai vu mon amant tous les jours pendant quatre mois. J'étais exaltée par le milieu intellectuel.

Je ne m'y retrouvais plus dans le couple. J'avais perdu notre accroche de couple. Je partais dans une direction différente. J'avais une relation hallucinante avec mon amant. Mais j'en suis arrivée à rejeter mes enfants, leur en vouloir d'être là, de prendre mon temps. Si je n'avais que mon mari, je l'aurais quitté. Et au bout de quatre mois, j'ai dit à mon amant on doit rompre.

Ce qui m'a fait tomber amoureuse c'est l'élévation. Il m'a dit ce dont j'avais besoin. Moi j'avais besoin d'entendre que je n'étais pas qu'un cul. Il m'a dit : « est-ce que tu te rends compte que ce que tu penses et ce que tu défends comme valeur éthique par rapport aux patients, c'est la réalité et tu as raison de garder ta position ». Ce que je pense vaut la peine d'être défendu. Je me suis sentie à la bonne place.

Je rejetais ma vie d'avant.

J'ai avoué à un collègue qui l'a ébruité. Dans ce groupe de recherche c'était un scandale. Mon amant m'en a voulu. Je n'en pouvais plus. J'ai déperî. J'ai abandonné ma thèse. Mon promoteur de thèse connaissait mon amant et tout a été pris sous l'angle de l'érotisme. On a pris beaucoup de distance et en même temps quand on se revoyait la magie réopérait. Je perdais mes cheveux, dix kilos en moins. Je me sentais triste.

J'étais dans une situation impossible, un amant formidable et un mari qui m'aime. Mon corps choisit de mourir parce que je ne peux pas faire de choix. Mon corps a été loin dans la détresse. C'était un homme infidèle et moi aussi. Je ne me voulais pas comme ça.

J'ai tout dit à mon mari sans lui avouer que je l'aimais. J'ai mis un terme à cette relation. Mon mari a trouvé tous les e-mails que j'ai gardés. Il ne nous en voulait pas car dans tous les emails, pas une fois, il n'y avait quelque chose de négatif sur lui. Je voulais sortir de cette situation, je ne voulais pas rompre mon mariage, pas détruire la famille. Il ne m'en veut pas mais il est déçu de mon silence.

J'aime mon mari de tendresse et d'amitié. Et mon amant je l'aime d'amour mais je n'ai pas confiance en lui parce que c'est un homme volage. Il superpose les femmes. Moi, je voulais être l'unique et la préférée.

J'ai divorcé. J'ai fini le libertinage et la triangulation amoureuse j'ai compris que cet amant n'est pas l'homme que je voulais pour ma vie.

Lina me dit prendre conscience de sa dépendance affective qui la fait souffrir. Pour exister, elle a toujours eu besoin du regard des autres. Au travers d'une thérapie, elle découvre la notion de détachement qui l'amène à se rencontrer. Pour elle, être de soi à soi, est devenu le moyen d'être heureuse.

Mon nouvel amoureux est psychologue et sexologue. Il m'a appris à être seule avec moi-même et à l'apprécier. Ma fusion avec mon mari je l'ai vecue comme de la complicité. J'avais toujours vécu dans la présence ou l'absence de l'autre. Le tiers amoureux comme une perte. Comme un manque de moi. J'ai appris à ne pas manquer de l'autre et à ne pas manquer de moi.

J'ai appris le détachement. Il est quelqu'un d'hyper indépendant. J'ai appris à vivre avec quelqu'un d'indépendant en m'appropriant ma propre indépendance. J'avais tellement été dépendante du regard de l'autre.

Je me suis appropriée mon nouveau statut de femme sans dépendre de l'autre. Ne pas vivre dans l'attente que l'autre me valide.

Je ne souhaite pas que quelqu'un partage ma vie au quotidien. Je ne veux pas partager et sacrifier des choses que j'ai construites toute seule. Des moments extraordinaires avec mes enfants.

Je n'ai plus d'homme à qui je dois me plier. M'abandonner pour le projet de l'autre.

Rencontrer des hommes rebonds qui viennent, qui partent et puis qu'on revoit plus tard. En même temps je ne veux pas être une mère qui présente à ses enfants un homme différent toutes les semaines.

Lina s'est rencontrée. Elle s'est choisie, elle d'abord. Elle a choisi d'être avant tout en accord avec elle-même. Elle dit écouter son corps, ses ressentis et ses émotions. Elle dit se faire confiance. Elle sent que de cette manière elle peut réinvestir pleinement et sereinement sa relation aux autres.

Aujourd'hui, j'ai le pouvoir d'être heureuse. Je suis avec moi-même.

J'ai appris que nous sommes tous capables de créer une société juste et pleine de compassion. En quittant nos engrenages, on peut retrouver notre nature profondément bonne.

J'ai aussi appris qu'on peut aimer sans désirer sexuellement. J'ai appris à me désirer moi-même. J'ai réinvesti ma maison, j'ai réinvesti ma relation avec mes enfants. Je n'avais plus besoin de cet amoureux pour me dire que j'étais une femme complète. Je suis une mère complète, je passe des semaines incroyables avec mes enfants depuis que je ne suis plus en couple. Le statut de mère à temps plein une semaine sur deux est tellement magique que ça me satisfait pleinement. Et une semaine sur deux maintenant, au bout de trois ans de divorce, je profite pleinement de ce statut de femme seule. Je suis financièrement raide mais j'ai un job qui a du sens.

Je suis aussi un processus avec un thérapeute qui travaille le corps. Il m'a aidée sur la révélation de cette femme que je suis qui exprime la douleur par le corps. Maintenant je suis tellement attentive à ce que mon corps me renvoie comme information. Je suis à l'écoute de mon corps. Je suis dans un état amoureux de moi.

Ce que je retiens de mes thérapies, c'est l'alignement entre la tête, le cœur et le corps. Le corps exprime quand on n'est plus aligné. Maintenant je vais rester alignée et écouter mon corps et mes émotions.

Le détachement, je ne pense pas que c'est quelque chose de naturel mais c'est nécessaire. Je ne calerais plus ma vie sur celle de quelqu'un d'autre. On calque quand même de petites choses pour plaire mais pas en se trahissant.

Je tombe amoureuse de moi parce que je suis la seule avec qui je vivrai jusqu'à la fin de mes jours. Je dois être bien avec moi. Si je ne le suis pas personne ne le sera pour moi.

Lina se choisit pour s'aimer. Bien avec elle-même, elle se sent disponible pour se choisir l'un l'autre et s'aimer ensemble.

Je suis poly disponible dans le sens où je peux enchaîner des histoires amoureuses mais je suis essentiellement bien avec moi.

Il est précieux d'être en accord avec soi-même. Je vaudrais quelque chose. Pas seulement parce qu'un amant me le dit mais aussi et surtout parce que je le crois, moi. Je ne vais plus orienter ma vie en fonction de ce que l'autre attend de moi mais en fonction de ce que moi j'attends de moi. Et j'ai de compte à rendre à personne d'autre que moi et à mes enfants. J'élève mes enfants dans cette espèce de conscience qu'ils font partie d'un tout et qu'ils ne peuvent pas dépasser leur liberté s'ils entament celle de l'autre. Mais que leur liberté c'est d'être en eux, avec eux et que personne d'autre qu'eux-mêmes ne les aidera à être eux-mêmes. Je dois répondre de moi vis-à-vis de moi et répondre à mes enfants.

Je me suis affranchie progressivement du regard que l'autre pose sur moi pour être de moi à moi. Je veux être fondamentalement heureuse. C'est une promesse de moi à moi. Une intégrité de moi à moi. Je me lève le matin, je suis tellement heureuse.

Cet amour pour moi-même me permet de ne plus être dans la réactivité envers les autres. J'ai appris à écouter ce qui se passe en moi. Ce que dit mon corps.

J'ai pris le temps d'apprendre à vivre avec moi-même. C'est une appropriation de moi à moi. Je suis la seule personne qui va vivre avec moi-même jusqu'à la fin de mes jours. Mes enfants, ils partiront à un moment donné. Les amoureux ils viennent ils partent, ils m'offrent des choses et je m'en nourris mais finalement, l'amour de moi à moi, il ne tient qu'à moi. Et donc j'ai commencé à vraiment tomber amoureuse de moi.

Ce qui est important pour moi c'est mon propre respect. Le fait d'être en accord avec moi-même se diffuse et irradie par exemple sur mes patients. Je suis cohérente avec moi et ça se diffuse, et ça c'est la juste voie pour moi.

Après mon nouvel amoureux, j'ai enchaîné les histoires d'amour. Je suis tellement contente de rencontrer des hommes différents et puis si ça ne marche pas ça ne marche pas. Parfois on s'aime un peu mais pas assez pour former un couple.

On ne peut pas en vouloir à l'autre si ça n'a pas collé. On peut être triste que ça ne colle pas mais je suis surtout heureuse de les avoir rencontrés. C'est de la bienveillance. Je ne peux pas faire de mal à l'autre, je ne suis pas ce genre de personne là, ça va me faire mal à moi. La bienveillance c'est mon principe de base. Je suis une femme bienveillante et je mets un point d'honneur à terminer les histoires avec bienveillance. Je n'oublie pas les moments qui ont été chouettes.

Le cul pour le cul aussi parfois ça fait du bien juste pour son égo. On est flatté dans ce moment-là quand on se sent désirable. Quand nous sommes consentants tous les deux.

La sphère mère et la sphère femme sont deux sphères impossibles à chevaucher en même temps.

Je suis femme, je me sens femme et je suis mère aussi, mais maman séparée et c'est bien différent. Mère d'un côté et, je suis devenue, polyamoureuse de l'autre.

Pour Lina, en se choisissant « soi d'abord » on laisse, bien évidemment, ce choix à l'autre aussi. Chacun devient donc l'unique responsable de ses choix. Chacun a son histoire propre et unique. Le couple qui se forme est alors une nouvelle histoire indépendante de ce qui préexistait.

Aujourd'hui, je suis avec un homme marié. Que faire de cette relation quand je sens ce que mon corps me renvoie dans le désir sexuel et cette entente intellectuelle ? Chacun son problème. Sa femme, c'est son histoire, pas la mienne. C'est à lui de comprendre ma place dans son histoire de couple. Ce que notre relation dit de cette histoire de couple, la sienne. C'est à lui de voir, il peut dire non. Moi je suis externe à cette histoire de couple. C'est au départ contre mes valeurs et mon éducation d'être la maîtresse de quelqu'un dans des croyances judéo-chrétienne de fidélité. Mais j'ai décidé de ne pas lutter contre ce qui émerge là. Son couple, c'est lui, pas moi.

Je ne pense pas qu'on est profondément fait pour être monogame mais qu'on vit en soi des amours multiples. J'ai décidé de laisser vivre ça pour moi.

Je me sens libre d'aimer cet homme et donner à l'amour la forme et les mots que l'on veut, même si c'est interdit ou pas imaginé. Mais on doit le vivre caché, il est marié.

Je ne peux pas être en couple dans une relation autre que monogame, j'ai besoin d'exclusivité. En fait c'est ma monogamie à moi. Moi je suis exclusive même si lui a sa femme. L'attente que j'ai c'est d'être responsable de la personne que je suis et pas de la personne qu'il est, lui. Je suis responsable de moi. Il peut être intègre et veiller à sa femme et veiller à ce que nous vivons et que cela ne soit pas interrompu. Je vivrai ça bien jusqu'au jour où mon corps me dira stop quand il aura la nausée.

Malgré moi je suis tombée amoureuse du mari d'une autre. Je lui demande systématiquement ce qui est essentiel pour lui et d'en prendre soin. Après, l'essentiel pour lui, c'est lui qui le décide. Moi j'accepte simplement de venir raconter quelque chose de son mariage. Mais je ne souhaite pas le mettre en danger. Je dois simplement vivre cette histoire. Il doit juste faire attention à ne pas se tromper lui-même et réfléchir à ce que notre relation raconte. Une histoire qui existe a du sens.

Lina donne au mot amour différentes interprétations selon l'histoire vécue.

L'amour est multiple et divers.

Mon ex-mari, je lui ai promis fidélité jusqu'à la fin de ma vie, parce qu'on s'est fait parent tous les deux. Cette fidélité, c'est la solidarité. Il sera toujours le premier homme. C'est l'homme de ma vie, je l'aime d'une certaine façon mais pas d'un amour amoureux. C'est de la fidélité, je serai toujours présente pour lui. Un amour vrai et bienveillant qui dépasse la sexualité. Un amour vrai qui traversera les déclin de la vie. Toujours là l'un pour l'autre. Une présence pérenne. On a toujours le même plaisir à se revoir. C'est une expression devenue asexuée de l'amour.

Mon amant vient m'aimer d'une très belle façon. Je ne veux pas refuser ça. Et peu importe le temps que cela dure. Il m'aime comme j'ai envie d'être aimée. Cette manière libre de vivre l'amour. En amours plurielles on se donne l'autorisation d'aimer plusieurs personnes en même temps de manière différente. Je suis aimée comme une déesse. Il me regarde comme si j'étais de la

magie. Je suis belle, c'est très égoïste mais je m'y sens bien. Il m'offre ça. Il a un bon sexe pour moi aussi, un sexe en connivence avec le mien.

Mon cœur s'est agrandi de pleins de gens, il poly-aime de plein de manières différentes.

Ce que je veux transmettre, c'est la bienveillance et la tolérance. L'amour de soi passe par la cohérence avec soi.

On a tous une part de pouvoir. Tu dois être la personne avec qui tu as envie de vivre et de qui tu prends soin. Tu vis avec toi tout le temps. Il s'agit de t'écouter.

Quand on est gentil les uns avec les autres, on peut avoir confiance. Le groupe soutient. Ce n'est pas simple de vivre seule. J'ai mes amies femmes, mes amies « poly ».

Du singulier à la convergence

Toutes les femmes de mon enquête font débiter leur histoire au moment de leur naissance, tout en sachant qu'elle est inscrite dans un contexte culturel. Diverses études anthropologiques montrent que la naissance peut faire suite à une construction culturelle préexistante qui donne existence avant d'exister. Par exemple chez les Mossi du Burkina-Faso, l'enfant qui vient au monde a un double jumeau qui n'est pas moins qu'un Génie¹⁰. Pour certains habitants de l'Inde, la réincarnation est sans conteste¹¹.

« Vos enfants ne sont pas vos enfants. Ils sont les fils et les filles de l'appel de la vie à elle-même. Ils viennent à travers vous mais non de vous. Et bien qu'ils soient avec vous, ils ne vous appartiennent pas. » (Gibran K., 1956, p.19)

Si les femmes de mon enquête ne veulent plus appartenir à ce qui les a construites, elles doivent créer un savoir sur elles qui engendre inévitablement une déconstruction de l'adulte qu'elles sont devenues. Elles ont appris ce qu'elles devaient être ou non. Ce qu'elles devaient penser ou pas. En avançant dans la vie, elles prennent conscience des groupes sociaux auxquels elles ont appartenu. Cette prise de conscience dans la modernité où l'individualité et l'autonomie sont devenues maître-mot pousse ces femmes à se chercher et à se trouver en tant que sujet singulier.

La recherche de l'identité de son propre « je » devient essentielle pour elles. Tout un questionnement sur soi fait chemin où se décortique le « je – en-jeu social » pour tenter de découvrir le « je - essence de soi ».

Le milieu familial et social du début de leur vie a construit les premiers apprentissages de leurs rapports humains où le « je – en-jeu social » s'est façonné.

¹⁰ Pierre-Joseph Laurent cours UCL 2016, Anthropologie du politique et du religieux.

¹¹ Robert Deliège, « Les hindous croient-ils en la réincarnation ? », L'Année sociologique, vol. L, n° 1, 2000.

Le libertinage et le polyamour me semblent faire partie d'une stratégie d'affranchissement de ce « je – en-jeu social ». Ces femmes s'affranchissent des dictats sociaux qui semblent les emprisonner et les empêcher de rencontrer leur « je - essence de soi ». Leur libre choix des partenaires, leur liberté de faire de leur corps ce qu'elles souhaitent, leurs manières personnelles de vivre leurs amours et leur perception d'acquérir leur pouvoir de femme sont devenues leurs capacités à se rencontrer pleinement femme.

Chacune d'elle demande le droit à être reconnue comme personne entière et responsable d'elle-même, de leur corps et de leurs pensées. Elles se veulent libre dans leurs choix et leurs pratiques, quelles qu'elles soient. Elles veulent se libérer des valeurs qu'elles estiment dans le jugement. Des jugements qui déterminent le bien et le mal, le propre et le sale, le convenable et l'inconvenable, l'amour ou la dépravation.

Dans mon enquête les femmes parlent de polyamour ou de libertinage. Certaines vivent l'un sans l'autre ou les deux en même temps.

Le **libertinage** est le fait de rencontrer des partenaires que l'on choisit et qui nous choisissent pour partager des expériences sexuelles ponctuelles. Dans le libertinage, le corps se met en jeu. Il se découvre et se vit à travers des échanges sexuels. Il est convenu pour les partenaires qui y participent d'exclure les sentiments amoureux. Toutefois ils émergent parfois de manière inattendue. Les partenaires choisissent alors de mettre fin aux rencontres ou d'en discuter. Ils choisissent ensemble de ce qu'ils feront des liens qui se sont créés.

Le **polyamour** est le fait de vivre des sentiments amoureux et de former plusieurs relations dans un même temps. Dans ce cas, l'engagement sentimental à toute son importance.

Le libertinage et le polyamour sont vécus comme une liberté pour soi en tant que femme.

Si le polyamour peut rencontrer le désir de famille, la sphère conjugale et parentale se dissocie pour devenir les sphères de la femme, de l'amour et de la famille avec enfants.

Les femmes, dans la norme sociale, doivent être désirables dans les yeux de leur partenaire « légal » mais surtout non désirantes aux yeux des autres hommes. Les femmes de mon enquête pensent la désirabilité de la femme dans une toute autre conceptualisation. Le corps de la femme est un temple, une beauté naturelle qu'elles découvrent et font découvrir. Il incarne une personnalité, qui se doit d'être avant tout bienveillante et loyale. Elles écoutent comment ce corps fonctionne et transporte les sensations et l'amour. Pour elles, l'amour est dans la personnalité de chacune. Il s'incarne dans le corps qui véhicule les émotions et les ressentis.

Les permissions et interdits sociaux ont cadenassé l'expression du corps et emprisonné les personnalités singulières. *Quand mon corps souffre ou a du plaisir, il me parle* me disent mes enquêtées. On doit aux religions ce qui est « nature » et « contre-nature » dans la sexualité (André J., 2011, p. 66). Aux systèmes économiques, on doit la valeur marchande des corps et aux systèmes politiques et juridiques l'organisation des lois qui code les droits relatifs aux corps.

Les femmes de mon enquête créent leurs propres croyances et chacune s'accorde le droit de recréer une nouvelle manière d'exister dans des valeurs et des codes de conduite se discutant entre « poly ».

Les femmes de mon enquête soulignent avec conviction que *le polyamour n'est pas une relation de « baise »*. Elles expriment également que *le consentement mutuel est l'élément essentiel de toute relation polyamoureuse*. Elles choisissent de donner et de faire l'amour, de partager les corps, de donner le l'attention et d'en recevoir. Les accords s'échangent après discussion et lorsque la relation s'envisage dans le long terme, ils peuvent prendre forme de contrats.

Des contrats singuliers pour chacune des femmes poly car *il y a autant de polyamours qu'il y a de polyamoureux*, me disent-elles. Toutefois certaines valeurs qui soutiennent le polyamour se voient devenir communes et construisent une éthique partagée.

Partie 4 : Transversalité des récits

A partir des six récits qui précèdent, cette quatrième partie ouvre six thèmes transversaux. Ils sont strictement liés à ces six récits particuliers. La singularité de chaque relation laisse à tout autre récit la possibilité de se laisser entendre différemment.

Des récits mythologiques et des Disney : des croyances et des imaginaires

Je souhaite revenir ici à des moments partagés avec mes enquêtées, des discussions sur la manière dont l'image de la femme s'est construite. Des moments intellectualisés où nous avons, ensemble, réalisé des recherches dans différents ouvrages.

Mythologie grecque

Selon la cosmogonie d'Hésiode, poète de l'Antiquité grecque, avant toute chose, il y a le cosmos. Y émergent plusieurs événements. Tout d'abord la création du Chaos, visualisé comme un gouffre, une ouverture béante sur un lieu clos. Puis l'apparition de Gaïa, personnification de la Terre, déesse aux seins larges. Ensuite arrive Tartare, prison des divinités du cosmos au plus profond de la Terre. Et enfin Eros, dieu ailé, qui par ses flèches déclenche l'amour érotique celui de la chair et de la passion, la « *force d'attraction qui favorise l'union des êtres* » (Desautels J., p.83). Toutefois Eros perdra de son pouvoir à la naissance d'Aphrodite qui régnera seule sur les relations amoureuses des dieux comme des hommes.

Tout ce qui voit le jour à la suite de ces quatre éléments dérive d'une ou de plusieurs de ces entités. C'est au sein du Chaos que le monde peut prendre existence et

se développer. La nature de celui-ci est tout autant un objet physique qu'une personnalité liée à un être ou à une substance originelle (Ségal R.-A., 2016, p.14). Comme Gaïa est capable d'enfanter seule, Ouranos le ciel aussi grand qu'elle, est capable de la couvrir. Il deviendra par la suite son époux, formant ainsi le premier couple sexuel. Elle enfante une seconde fois, seule, les montagnes résidences des Nymphes. Pour enfin se dédoubler une troisième fois en mettant au monde Pontos, personnification masculine et infertile de la mer, qui sera son second époux. Elle engendre des éléments du monde « *sans l'aide du tendre amour* », sans union sexuelle, comme une vierge. (Desautels J., pp.86-88).

La cosmogonie et la théogonie d'Hésiode, VIII siècle av. J.-C, nous donne une manière de concevoir en Grèce antique « *la formation du monde, son ordre, son bon ordre, l'ordre de l'univers et la naissance des dieux* » (Desautels J., p.70). Elle tente de répondre à la grande question de l'origine de l'univers et de donner un sens à l'organisation du monde.

Les physiciens d'Ionie imposent bientôt une autre vision des choses. Ce ne sont pas les dieux qui donnent l'ordre du monde mais la nature elle-même. Ils n'ont pourtant pas plus de fondement observable et mesurable sur l'origine de l'univers et du monde mais ils quittent le langage des images et des divinités pour rentrer dans des concepts abstraits mettant en jeu des éléments simples comme l'air, l'eau, le feu et la terre (Desautels J., pp.90-91).

Malgré le discours de ces philosophes, la pensée mythique reste puissante dans ce qu'elle nous donne à voir de la création des représentations de la femme en Occident.

Quand le monde fut créé, les humains étaient tous mâles. Les dieux olympiens résidaient sur l'Olympe et contrôlaient tous les aspects de la vie des mortels. Seules les Titans, enfants de Gaïa et Ouranos, n'étaient pas soumis aux lois rationnelles et patriarcales des dieux olympiens. Ils entrèrent en guerre contre les Olympiens pour la

gouvernance du monde. Malgré la puissance des titans, les dieux en sortirent victorieux. Lors d'un partage de viande entre dieux et humains, Prométhée, fils d'un Titan rusa en faisant don aux hommes de nourriture suffisante pour survivre. Il trompa Zeus. Celui-ci choisit un tas de viande appétissant qui n'était en réalité qu'un tas d'os couvert de graisse. Zeus entra dans une colère noire. Il décida de punir les humains en leur retirant le feu qui permettait aux hommes de développer leurs techniques d'autosuffisance. Prométhée récupéra le feu et le rendit à l'humanité. Zeus imagina un châtiment terrible. Il fit créer Pandore et la première des femmes.

Avant l'arrivée de Pandore, les hommes ne connaissaient aucun maux et quittaient la terre sans douleur ni vieillesse. Quand Zeus envoya Pandore sur terre, Epiméthée tomba amoureux et l'épousa. Elle reçut en dot, une magnifique jarre qu'elle n'avait pas l'autorisation d'ouvrir. Pandore, première femme, reçut tous les dons. Zeus l'envoya sur terre. Epiméthée amoureux l'épousa. Aussi belle qu'intelligente, Pandore était aussi curieuse et usait de tromperie et de séduction. Elle ouvrit la jarre et tous les maux de la Terre se répandirent parmi les humains. (Ségal R.-A., 2016, pp.24-26)

Nous pouvons reconnaître dans ces récits mythologiques les rapports de forces qui organisent le monde de la Grèce antique, berceau de notre civilisation occidentale. Les textes d'Hésiode sur le mythe de Prométhée et de Pandore nous dévoilent une vision exclusivement masculine. Un monde fait de dieux, d'hommes et de guerriers où pouvoir et possession font œuvre de construction. La société se réfléchit au masculin. La femme, produit secondaire des dieux, apporte tous les maux de la terre. La nature de l'homme, créé par les dieux, est l'intelligence pure et élevée qui lui permet d'acquérir les techniques de développement et d'autosuffisance. La nature offerte à la femme est la fécondité, la beauté, l'intelligence, la curiosité et la ruse. Cette nature féminine va affaiblir l'homme en créant le trouble de la passion, faiblesse de l'âme.

Mes enquêtées et moi remontons ainsi le fil des mythologies et découvrons à quel point les inégalités de genres sont déjà présentes aux origines de notre civilisation

occidentale. Les récits mythologiques, inventés par les hommes, forment une base de croyances communes acquises. La place qu'ils donnent à la femme pèse aujourd'hui encore dans la vie quotidienne.

Mythologie chrétienne des origines

Dans la Genèse, la Bible propose elle aussi une mythologie des origines, qui est déterminante pour la place de la femme dans la tradition juive et chrétienne.

Le premier récit de la Genèse nous présente l'origine de l'univers comme la volonté et la construction intégrale de Dieu. Il crée le monde pour être la maison des êtres humains, façonnés à son image.

*« Dieu dit : "Faisons l'homme à notre image,
selon notre ressemblance
et qu'il soumette les poissons de la mer,
les oiseaux du ciel, les bestiaux, toute la terre
et toutes les petites bêtes qui remuent sur la terre !".
Dieu créa l'homme à son image,
à l'image de Dieu il le créa ;
mâle et femelle il les créa. »*

Genèse 1, 26-27

*« Le Seigneur Dieu modela l'homme avec de la poussière prise du sol.
Il insuffla dans ses narines l'haleine de vie,
et l'homme devint un être vivant. »*

Genèse 2, 7

Le second récit de la création suggère que Dieu souhaite voir les êtres humains heureux. Il conçoit l'écrin merveilleux du jardin d'Eden, où les humains peuvent vivre pour autant qu'ils l'entretiennent. Seule la connaissance du mal et du bien devra rester l'unique propriété de Dieu. S'il consomme le fruit de l'arbre de la connaissance, l'homme connaîtra la souffrance et la mort. (Genèse 2, 15-17)

Tous les êtres vivants ont un semblable mâle ou femelle. Dieu créa une femme, Eve, au départ de la côte d'Adam, un homme (Genèse 2, 18 ; 21-23).

Tentée par le serpent, Eve consomme le fruit défendu et le fait consommer à son mari. Aussitôt, ils prennent conscience de leur nudité et se couvrent de feuilles d'arbre (Genèse 3, 3-7).

Dieu les punit et les bannit de ce paradis. Ils sont exilés dans un endroit rempli de souffrances et de privations, où ils doivent se défendre d'eux-mêmes. La femme est soumise à l'homme et tous deux deviennent mortels (Genèse 3, 12-19).

Le péché d'Eve a entraîné le malheur et la souffrance. La curiosité de la femme a mené toute l'humanité à sa perte. La faiblesse de l'homme, dans son incapacité à faire face à la séduction féminine, le projette dans une vie mortelle où chaque instant sera expiation de sa faiblesse.

*« Je ferai qu'enceinte, tu sois dans de grandes souffrances ;
c'est péniblement que tu enfanteras des fils ;
tu seras avide de ton homme
et lui te dominera. »*

Genèse 3,16

Dans l'Eden originel conçu par Dieu, l'homme et la femme n'ont pas à se battre pour survivre. Les femmes n'ont pas à subir les douleurs de l'enfantement ni à être soumises à l'homme. La perte de ce paradis relève uniquement des conséquences du péché d'une femme, Eve.

Cosmogonie grecque, récits mythologiques ou judéo-chrétiens, depuis la nuit des temps, l'homme cherche à expliquer l'origine du monde et l'existence humaine. Si même le temps d'aujourd'hui peut s'approcher d'une explication rationnelle de l'avènement des choses, c'est le « comment » qui se dit. Mais le « pourquoi » reste dans l'interprétation de chaque culture. Chaque groupe social humain se donne ses propres explications, construit ses propres interprétations grâce aux imaginaires qu'il symbolise (Godelier, 2010, p.80). Dans leurs mythes, les peuples nous racontent ce qui pour eux doit prévaloir dans l'ordre sociétal, ce qui existe dans leur idéologie quotidienne et spirituelle. Les maux de la vie font éternellement peur. L'humain cherche à prévoir et à

anticiper ce que le futur peut donner. Il tente inlassablement à se protéger de la peur. Cette peur, sensation éprouvée à la douleur et la souffrance, l'homme cherche à la comprendre et à la maîtriser. Tous ces maux de la terre ne peuvent être l'effet divin car le(s) dieu(x) nous ont tout donné. Qui en portera la responsabilité, si ce n'est l'humain lui-même et plus particulièrement la femme, génératrice de la faiblesse des hommes à qui les dieux avaient donné l'intelligence pure et élevée. La responsabilité d'Eve dans la faute originelle a toujours été considérée comme supérieure à celle d'Adam. L'origine du mal est aussi dans la liberté que la femme a prise pour accéder à la connaissance.

Les femmes qui m'ont offert leur récit de vie sont les héritières de cette société judéo-chrétienne. Elles portent sur leurs épaules la lourde charge des croyances communes, des cultures patriarcales et des sociétés machistes. Depuis la Grèce antique, il a fallu plus de deux mille ans pour que la femme, dans notre société occidentale, accède à un rôle civil par le droit de vote au 20^{ème} siècle, hors du pouvoir de son époux. Si la condition féminine évolue, si la jeunesse vit dans la mixité, si la femme prend ses multiples places mais que le mal n'est pas d'une faute originelle, alors que pense, la société, de la trajectoire de vie des femmes d'aujourd'hui ?

Des Disney

Le souvenir qui reste de l'enfance sous Disney, c'est l'enchantement de jolies images et mélodies mais surtout du prince charmant. L'homme de nos rêves qui nous rendra heureuse et nous protégera. Mes enquêtées et moi avons cherché ensemble l'arrière-plan socio-culturel de Cendrillon et Blanche-Neige sans rentrer dans de grandes analyses, juste pour ouvrir les yeux. La lecture d'un mémoire¹² en particulier, fera dire à quelques-unes de mes enquêtées : « *Ah oui, je sais pourquoi maintenant, Cendrillon et Blanche-Neige, ça ne me correspondait pas, même si j'ai rêvé longtemps du prince charmant* ».

¹² Dargone Elaine Sous la direction de Max Sanier Mémoire de séminaire Séminaire : Sociologie des acteurs et des enjeux du champ culture. *Quand Disney nous dit : « Tu seras un homme mon fils » « Tu seras une femme ma fille »* Représentations et socialisation de genre par les longs métrages classiques de Walt Disney, 2010

Les femmes de mon enquête parlent de leur imaginaire, façonné par leurs souvenirs des films de Walt Disney, notamment Cendrillon et Blanche-Neige. *Elles vécurent heureuses et eurent beaucoup d'enfants. Oui mais, « Cendrillon est le prototype des vertus domestiques de l'humilité, de la patience, de la servilité, du « sous-développement de la conscience »* (Gianini Belotti E., 1994, p. 129). Ces héroïnes sont bonnes et vertueuses, douces et dociles. Elles s'efforcent d'accomplir toutes les tâches ménagères. Elles y arrivent même en chantant et en dansant. Disney les montre fiables et soumises. *« Walt Disney tend à véhiculer à l'enfant l'idée selon laquelle la femme idéale serait une femme sachant tenir une maison et le faire de façon spontanée. Rappelons, tout d'abord, pour le côté spontané et naturel, la réécriture opérée à ce titre par Disney sur le conte de Blanche Neige ; c'est Blanche Neige qui propose et présente le contrat du gîte et du couvert contre la gestion de l'intérieur de la maison des sept nains. Walt Disney a donc tenu particulièrement à ce que la femme dans Disney s'attèle à la tâche domestique volontairement. »* (Dagorne E., 2010).

Il s'inscrit dans les imaginaires que *« La maman à la maison fait tout par amour, un doux sourire aux lèvres, ce qui laisse supposer que cela ne lui coûte aucun effort. »* (Gianini Belotti E., 1994, p. 117).

Simone De Beauvoir dénonce la socialisation familiale machiste réalisée par les studios Disney qui posent dans leurs propos et leur imagerie la domination masculine.

« Et même une mère généreuse, qui cherche sincèrement le bien de son enfant, pensera d'ordinaire qu'il est plus prudent de faire d'elle une « vraie femme » puisque c'est ainsi que la société l'accueillera le plus aisément. On lui donne donc pour amies d'autres petites filles, on la confie à des professeurs féminins, on vit parmi les matrones comme au temps de gynécée¹³, on lui choisit des livres et des jeux qui l'initient à sa destinée, on lui déverse dans les oreilles les trésors de la sagesse féminine, on lui propose des vertus féminines, on lui enseigne la cuisine, la couture, le ménage en même temps que la toilette, le charme, la pudeur ; on l'habille avec des vêtements incommodes et précieux

¹³ Appartement des femmes dans les maisons grecques et romaines.

dont il lui faut être soigneuse, on la coiffe de façon compliquée, on lui impose des règles de maintien : tiens-toi droite, ne marche pas comme un canard ; pour être gracieuse, elle devra réprimer ses mouvements spontanés, on lui demande de ne pas prendre des allures de garçon manqué, on lui défend les exercices violents, on lui interdit de se battre : bref, on l'engage à devenir, comme ses aînées, une servante et une idole. » (De Beauvoir S., 2004, pp.30-31)

Les films Disney qui ont bercé l'enfance de mes enquêtées établissent aussi une sexuation prononcée et ferme des rôles domestiques.

« Une grande partie du travail domestique peut être accomplie par un très jeune enfant ; on en dispense d'ordinaire le garçon ; mais on permet, on demande même à la sœur, de balayer, épousseter, éplucher les légumes, laver un nouveau-né, surveiller le pot-au-feu. En particulier la sœur aînée est souvent associée aux tâches domestiques... » (De Beauvoir S., 1949, pp.33-34).

« Là, non plus, il n'y a aucun « instinct maternel » inné et mystérieux. La fillette constate que le soin des enfants revient à la mère, on le lui enseigne ; récits entendus, livres lus, toute sa petite expérience le confirme ; on l'encourage à s'enchanter de ces richesses futures, on lui donne des poupées pour qu'elles prennent d'ores et déjà un aspect tangible. Sa « vocation » lui est impérieusement dictée » (De Beauvoir S., 1949, pp.23-24).

La sexuation des rôles domestiques est établie d'emblée comme naturelle.

« La femme qui serait aux commandes, active, avec du pouvoir, serait contre nature. (...). Les héroïnes sont dans tous les cas soumises et passives à leurs destins, faisant œuvre d'une grande faiblesse face aux événements de l'histoire. L'absence d'initiatives de l'héroïne est prédominante. » (Dagorne E., 2010)

« Elle non plus ne bouge pas le petit doigt pour sortir d'une situation intolérable, elle avale toutes les humiliations et les vexations, elle est sans dignité ni courage. Elle accepte aussi que ce soit un homme qui la sauve, c'est son unique recours, mais rien ne

lui dit que ce dernier la traitera mieux qu'elle ne l'était jusqu'alors » (Gianini Belotti E., 1994, p. 129).

« Il n'y a aucune place pour l'action de la part de l'héroïne. On ne parle que de sauvetage et de passivité. » (Renaut Ch., 2000, p.24).

Comment la femme peut-elle faire face à cette construction culturelle ? Que doit-elle développer comme force pour faire face à la domination masculine ?

« La femme puissante agit avec perfidie, dans l'ombre. Bourdieu va dans ce sens en considérant que la ruse, au même titre que l'intuition féminine, sont des qualités socialement construites comme féminines. Il analyse la ruse comme le seul moyen d'action d'une femme dans l'ordre existant de la domination masculine. » (Dagorne E., 2010).

Mais *« La fuite est le seul moyen d'action présenté par Disney pour la femme. L'héroïne qui est en attente de délivrance et qui se fait sauver par le Prince. Elle devient un objet de conquête masculine. »*. *« La jalousie est mise en avant par Disney comme défaut féminin par excellence dans Cendrillon comme Blanche Neige. Dans l'un, c'est la base de l'histoire : la reine jalouse de sa belle-fille trop belle. Dans l'autre, les deux belles-sœurs sont jalouses de Cendrillon. » « Le célibat caractérise aussi les méchantes des histoires Disney. Même si le fait de trouver un Prince comme époux est également à l'esprit des deux sœurs de Cendrillon, elles sont plus intéressées par la richesse du Prince et le statut de Princesse que par l'homme en lui-même. » (Dagorne E., 2010).*

Comme la plupart des petites filles, les femmes de mon enquête n'ont pas été conscientes des valeurs véhiculées par Disney ; elles s'en rendent compte aujourd'hui. Mes enquêtées gardaient en elle l'image de la douce et belle princesse et les souffrances des femmes méchantes et jalouses. La dualité dans les représentations caractérielles féminines était puissante. Elles gardaient en elle l'imaginaire du prince charmant qui vous choisit, vous, comme princesse. Qui vous promet la vie heureuse, une union romantique, de beaux enfants, la tranquillité et la richesse.

Au fil de ces réflexions sur différentes mythologies et la représentation de la femme dans Cendrillon et Blanche-Neige, mes enquêtées me disent que le monde n'est pas fait de chaos. Qu'il y a un ordre dans l'Univers. Que la beauté de l'amour est fondement des valeurs humaines et que la clé d'un terre saine et d'une humanité heureuse est de reconnaître cet amour. Il y a des valeurs pour construire et vivre cet amour.

Mes enquêtées sont convaincues que le bon et le beau est en chacun de nous. Chaque être doit œuvrer à trouver et à développer des valeurs « humanisantes » pour parvenir d'abord à être en paix avec soi-même et ensuite à établir des relations harmonieuses. Pour elles, c'est lorsque que de petites entités sociales pourront vivre des relations harmonieuses que l'ensemble de la société tendra vers la Paix.

L'amour est le mot fort, de mes enquêtées. Il fut longuement discuté. L'amour se vit, l'amour se ressent, l'amour se cherche, l'amour s'offre, l'amour se partage. L'amour est-il une valeur qui se cultive ou est-il nature profonde de l'être humain ?

Mélodie : Dès que l'on naît on est avec ce pouvoir intense de donner de l'amour inconditionnellement.

Iris : Un bébé vient au monde avec rien du tout. Il va apprendre selon son milieu ce qu'est un geste bienveillant ou non.

Ariane : Mon père violent, mon deuxième mari alcoolique. Aujourd'hui, j'ai rencontré un homme avec qui je peux parler d'amour, vivre mes amours et lui aussi.

Caroline : Il y a des enfants pour qui c'est déjà comme ça, aimer plusieurs personnes à la fois. Et ils se confrontent à une société qui dit non. Ce n'est pas comme ça qu'il faut faire. Laissez-les aimer, ces enfants.

Valence : L'être qui vient au monde est un être d'amour mais il vient aussi au monde avec ses blessures de l'âme. S'il reste coincé dans son ego, il ne rencontrera pas son amour intérieur. S'il quitte son ego il rencontrera l'amour universel.

Ethique partagée

Les femmes de mon enquête construisent tout d'abord leur propre éthique, qu'elles façonnent tout au long de leur parcours de vie. Elles cherchent un idéal de société où l'existence se vit dans le bon pour soi, le bon pour l'autre, le bon pour tous. Une société d'acceptation, de qui nous sommes, dans le respect de la vie de chacun. C'est à partir de leur vécu, de leurs expériences personnelles, de leurs lectures et des groupes de parole qu'une éthique partagée se construit. Elles en parlent et en discutent. Elles décrivent les valeurs qui leurs sont indispensables pour pouvoir vivre plusieurs relations en parallèle et au-delà, vivre dans une société respectueuse. Leurs valeurs se recoupent, se connectent et font sens pour chacune d'elles, pour les différentes relations et pour le « mouvement » polyamoureux. Toutefois je n'ai pas rencontré de personne unique ou d'institution qui se porte garante de cette éthique partagée. Chacune de mes enquêtées se porte garante de sa propre éthique et des valeurs devenues qui de facto fondent l'éthique partagée.

Quatre valeurs se dégagent de chacun des récits : la bienveillance, la loyauté, le consentement et la liberté. Pour ces femmes, le respect de ces valeurs est essentiel. Par ces valeurs, les femmes polyamoureuses tentent de garantir la prise en considération fondamentale des besoins qui les préexistent. La notion d'égalité entre hommes et femmes se pense d'emblée dans le sens où, que nous soyons l'un ou l'autre ou même tout autre forme de genre, nous sommes en priorité une personne. L'égalité se pose dans le droit à faire les mêmes choses et à penser ce qui nous appartient. Toutefois chaque personne étant singulière, l'égalité se pense plus dans sa notion d'équité. Chacun ayant des besoins et des demandes qui lui sont propres, l'égalité est la possibilité pour chacun de pouvoir répondre à ses aspirations.

Le premier besoin est le respect de l'intégrité physique et morale de chaque personne. Il s'agit de ne plus être blessé.e et de ne pas abimer par des mots et des comportements les autres et soi-même. La bienveillance envers soi-même et les autres devient dès lors une valeur de leur éthique partagée.

Leur bienveillance est une disposition affective et raisonnée qui vise le bien. Il s'agit d'être à l'écoute de ce qui se vit, pour soi, pour chacun et pour tous les autres, et ce dans le non jugement.

Selon Hutcheson, philosophe irlando-britannique du 18^{ème} siècle, « *que nous la fassions revenir sur nous-même -la bienveillance- ou que nous la tournions sur un de nos semblables, elle est également profitable pour l'humanité*¹⁴ ».

Pour mes enquêtées, cette valeur est fondamentale. Grâce à elle, les relations humaines peuvent se penser dans la sérénité et le respect. Elles ont une vision qui va au-delà de la relation de couple. Elles posent leur regard sur les interrelations dans le monde. Dans le respect de cette valeur, un monde en paix, est encore espoir.

Le deuxième besoin est celui d'être reconnue et d'exister en tant que personne singulière ayant le droit de pouvoir faire des choix personnels en toute connaissance de cause. La loyauté vécue comme une sincérité sur les faits et les sentiments devient valeur. La sincérité est la transparence de ce qui se vit et se ressent. Elle permet de se dire en toute authenticité et d'entendre l'autre dans les mêmes conditions. Elle permet d'être congruent et d'être en relation avec un ensemble de personnes cohérentes.

La non-exclusivité sexuelle qui émerge parfois dans les couples monogames est nommée adultère ou infidélité parce qu'elle se vit dans le mensonge et sans le consentement des deux partenaires. Chez les polyamoureuses la vie est dite avec clarté et la non-exclusivité est consentie. Si l'une des personnes n'a pas droit à la transparence, elle se voit privée de son libre arbitre. La privation du choix annihile une part de leur existence. Dire oui ou non, rester ou quitter la relation ou encore négocier fait de la personne un « sujet ». Il est indispensable pour mes enquêtées d'être loyales pour poser les bons choix pour soi et les relations mais aussi pour les relations plus vastes que celles vécues dans un couple.

¹⁴ Oeuvres de Victor Cousin, 1, Volume 2, cours d'histoire de la philosophie morale, p. 477

Le troisième besoin est celui de la sécurité. L'assurance que les choix seront respectés. Le dialogue dans une écoute efficace¹⁵ et dans la communication non-violente¹⁶ est une capacité d'échange qui s'acquière. Ce besoin de sécurité implique une valeur de consentement. Le « oui » doit être sincère et sans équivoque, en toute conscience, ainsi que le « non ». Le silence, étant perçu comme une non-réponse claire, est alors considérée comme un « non ».

Les femmes de mon enquête luttent contre toutes les formes de domination et d'asservissement qui s'imposent à la femme ou que la femme c'est un jour imposées. Elles entendent prendre leurs décisions dans la conscience, la bienveillance et la loyauté envers elles-mêmes et les autres. Le consentement vient de soi et s'offre à l'autre qui le reçoit avec respect. Elles attendent en retour une même disposition de leurs partenaires amoureux, sexuels ou de toute autre personne.

Le quatrième besoin est celui de la réalisation. Il se rencontre dans l'autonomie et l'individualisation. Mes enquêtées se projettent dans l'imaginaire des possibles et souhaitent avoir la liberté de mettre tout en place pour concrétiser leurs objectifs où avancer vers leurs idéaux. Les codifications sociales actuelles, et les injonctions qui y sont liées, entravent ou emprisonnent les imaginaires de mes enquêtées. La liberté d'être et de faire ce qui est juste et bon fait valeur essentielle.

Dans la Déclaration des droits de l'homme et du citoyen du 26 août 1789, on lit :

Art. 4. – « La liberté consiste à pouvoir faire tout ce qui ne nuit pas à autrui : ainsi, l'exercice des droits naturels de chaque homme n'a de bornes que celles qui assurent aux autres Membres de la Société la jouissance de ces mêmes droits. Ces bornes ne peuvent être déterminées que par la Loi. »

¹⁵ Ecoute efficace : L'institut de développement humain à Québec a mis en place des formations permettant d'apprendre l'écoute active et efficace base de l'efficacité des relations humaines. Le Docteur Thomas Gordon, psychologue américain du 20^{ème} Siècle est le fondateur de cette méthode.

¹⁶ La communication non-violente est une méthode de dialogue qui permet d'exprimer et de décoder les besoins et les valeurs qui sous-tendent une relation. Elle est conçue par Marshall Rosenberg, psychologue américain du 20^{ème} Siècle.

Dans la deuxième Déclaration des droits de l'homme et du citoyen (préambule de la Constitution du 24 juin 1793), la responsabilité de la liberté se catégorise, et on lit :

Article 6. – « *La liberté est le pouvoir qui appartient à l'homme de faire tout ce qui ne nuit pas aux droits d'autrui : elle a pour principe la nature ; pour règle la justice ; pour sauvegarde la loi ; sa limite morale est dans cette maxime : Ne fais pas à un autre ce que tu ne veux pas qu'il te soit fait.* »

Les codifications sociales, religieuses et juridiques n'ont pas inclu la possibilité de vivre le polyamour. Mes enquêtées se sentent privées de cette liberté d'aimer. Dans la bienveillance, la loyauté et le consentement, le polyamour peut se vivre en toute liberté sans nuire à autrui disent-elles. La notion de liberté va d'ailleurs au-delà du polyamour. Elle se pense dans la liberté d'être et d'exister tel que l'on est, personne singulière. Dans le dialogue et le respect des trois premières valeurs, cette liberté est valeur essentielle pour que chacun puisse trouver sa place dans les relations et le monde.

S'aimer soi d'abord prend sens dans ces quatre valeurs car elles permettent de se protéger en écoutant et en respectant ses propres besoins. Si respirer, boire, et manger suffisent pour survivre cela ne suffit pas pour vivre, dans le monde socialisé. « *L'appel à « aimer [son] prochain comme [soi]-même, nous dit Freud (dans Malaise dans la civilisation), est l'un des préceptes fondamentaux de la vie civilisée.* » (Bauman Z., 2010, p.96).

L'instinct de survie et l'amour de soi sont choses différentes. Dans la maltraitance, les corps restent en vie au-delà de ce qui nous est imaginable mais l'être en-dedans perd vie. L'amour de soi et la rencontre de l'amour de l'autre deviennent moyen et stratégie pour donner sens à son existence. Les femmes de mon enquête refusent, repoussent jusqu'à « *rejeter une vie sociale qui ne satisfait pas aux critères de notre amour* » (Bauman Z., 2010, p.99). Cette vie sociale a perdu sens pour elles dans sa régulation et ses codifications. Elles estiment que les interrelations humaines se situent majoritairement dans l'efficacité, en faisant du commun pour produire. Que les personnes perdent leur singularité au profit d'une normalisation des comportements. Et qu'une même autoroute pour tous (termes employés par mes enquêtées) n'a aucun sens

dans la reconnaissance des besoins spécifiques et de la singularité de chacune des personnes qui composent la société.

La taille de notre société, composée d'un grand nombre de personnes et son institutionnalisation, ont plongé ses membres dans l'anonymat, la non-reconnaissance, parfois jusqu'au non-respect de la vie. En rétablissant des valeurs de bienveillance, de loyauté, de consentement et de liberté, mes enquêtées souhaitent redonner existence, par une qualité relationnelle, à leur singularité et à celle des autres.

« Quand on nous écoute avec attention, avec intérêt qui signale la bonne volonté à répondre. Nous estimons alors être respectés. C'est-à-dire que nous supposons que ce que nous pensons, faisons ou comptons faire à de l'importance. Si les autres me respectent, je dois de toute évidence avoir « en moi » quelque chose que moi seule peut offrir aux autres. (...) . Aimer nos prochains comme nous nous aimons nous-mêmes signifierait alors respecter le caractère unique de chacun. La valeur de nos différences qui enrichissent le monde que nous habitons en commun.» (Bauman Z., 2010, pp.99-100).

Et de nombreux non-polyamoureux partagent également ces valeurs.

Etre captif

Toutes les valeurs qui se partagent engagent à une manière commune d'agir. Si les valeurs sont à la conscience, la manière de les vivre s'apprend. Toutes mes enquêtées disent : c'est jour après jour que l'on apprend à écouter et à dire, que l'on apprend à se respecter et à respecter l'autre.

Les valeurs dans leur mise en application commune, je les perçois comme des rituels d'attitudes et des injonctions dans la manière de penser.

Des rituels comme manière de faire:

- Pour pouvoir se dire et écouter pleinement en toute sérénité, il s'agit de se retrouver dans un lieu calme en dehors de toutes perturbations de la vie sociale bruyante et trépidante. Le choix de ce lieu se pense, s'organise et se prépare.
- Pour pouvoir offrir à chacun un temps de parole, il s'agit de ne pas l'interrompre et de ne pas le juger. La discussion suivra.
- Pour pouvoir offrir à chacun son temps de liberté, il s'agit de le laisser s'éloigner sans rompre, ce qui laisse à chacun ses espaces et ses temps.
- Pour pouvoir se retrouver, il s'agit de préparer le retour dans l'accueil bienveillant.

Ces attitudes mises en place, je les perçois comme ritualisées. Elles font partie de quatre étapes récurrentes de la vie polyamoureuse qui se préparent et s'organisent. Leur mise en action est porteuse de symboles. Le calme est le symbole de la sérénité et de la paix. Dans celui-ci, la parole peut s'offrir. Le non-jugement est symbole du respect de ce qui existe pour chacun. Laisser à l'autre, sans vouloir contrôler, son temps de vie est symbole de liberté versus propriété et possession. La non-exclusivité accueillie positivement est symbole du consentement aux amours plurielles. Il s'accomplit quelque chose que mes enquêtées rendent présent : la concrétisation des valeurs pensées. Les valeurs se pensent, se discutent, s'expérimentent et se concrétisent dans des comportements ritualisés.

Le rituel a quelque chose de puissant. Il rassemble des singularités autour de convictions communes. Toutefois l'autonomie et l'individualisation de chaque personne se voit entrer dans des injonctions de devoir être. Il y a un paradoxe entre le besoin d'autonomie et d'individualisation d'une part et le besoin d'appartenance à ce commun d'autre part. Chez mes enquêtées, le polyamour aussi a ses injonctions, pour pouvoir vivre l'éthique partagée.

Des injonctions :

- Je dois d'abord être bien avec moi-même.
- Je dois m'écouter, écouter mon corps et mes ressentis.
- Je dois prendre la mesure de mes émotions en pleine conscience.
- Je dois choisir ce qui est bon pour moi.
- Je dois me connaître. Reconnaître mes besoins et mes limites.
- Je dois me respecter. Je ne m'impose rien qui dépasse mes limites.
- Je dois clairement énoncer mes consentements.
- Je dois être authentique et sincère envers moi et les autres.
- Je dois être bienveillante et loyale envers moi et les autres.
- Je dois écouter l'autre sans jugement.
- Je dois entrer en dialogue.
- Je n'impose rien à l'autre. Je fais des demandes claires et précises.
- Je dois accepter ce qui est bon pour l'autre et le respecter.
- Je dois accepter les « non » d'autrui.
- Je dois accepter les limites d'autrui.
- Je dois renoncer à la possession et à la jalousie qui y est liée pour laisser à chacun sa liberté.
- Je dois être heureux de ce que l'autre vit.
- Je ne peux pas être dépendant affectivement.
- Je dois me rassurer moi-même.
- Je suis responsable de moi.
- Je dois me réaliser en tant que personne « sujet » unique dans sa singularité.

Il s'agit d'atteindre une profonde connaissance de soi sans être dans l'égoïsme. Le retour à soi permet d'accueillir le chemin de l'autre. Il faut pouvoir « tomber en amour de soi » avant de pouvoir « tomber en amour de l'autre » et ainsi vivre des relations harmonieuses. Ces injonctions sont celles que j'ai pu entendre de mes enquêtées. Au stade de l'idéal, elles tentent de se vivre réellement pour atteindre un idéal relationnel. Chacune des femmes de mon enquête se met en conscience face aux

injonctions que l'éthique partagée induit pour être respectée. Elles essaient quotidiennement d'y répondre. Mais toutes n'en sont pas au même stade de maîtrise de ces injonctions. J'ai pu entendre lors de mes participations à des cérémonies de « cercle de femmes », qu'il est source de grande souffrance « *de ne pas pouvoir être à ce point parfaite* » car le plus fort désir est d'aimer et d'être aimée de manière pérenne et telle que l'on est, même lorsque le temps s'étire longuement entre deux retrouvailles.

En se projetant dans cet idéal relationnel, les femmes polyamoureuses de mon enquête deviennent captives d'un mode de communication et d'une manière d'agir dont elles ont la conviction que c'est « la voie » de toutes formes de relation harmonieuse.

Contrats relationnels impermanents

« *Il y a autant de polyamours qu'il y a de polyamoureux* » (disent mes Eenquêteées). Chaque relation est une création singulière de minimum deux personnes, sujets singuliers reconnus individualisés (Chaumier S., 1999, p. 266). A partir d'une éthique partagée qui fait sens commun, les valeurs et injonctions qui en découlent s'ancrent dans des contrats qui visent à négocier ce qui est possible à vivre pour chacun dans la relation.

« *Toutes les harmonies sont possibles. Ce qui importe, c'est l'accord que l'on se donne, sous forme d'un contrat négocié, discuté, même s'il s'agit aussi de point d'accords implicites conclus par phases d'ajustements successifs. Chaque union a ses points de repères, pour définir ses zones d'interdits et de permissibilité.* » (Chaumier, S., 1999, p.298).

On découvre ainsi non seulement une variété mais aussi une variabilité des contrats qui par le fait aussi d'être conclus dans des unions non fixes se voient devenir impermanents.

Certaines relations polyamoureuses se souhaitent pérennes et essentielles. Cela signifie qu'elles deviennent, dans les termes entendus dans mon enquête, un couple « principal », tandis que les autres relations vécues en dehors sont « satellites ». Serge Chaumier, auteur de *La déliaison amoureuse*, nous explique comment l'amour romantique fusionnel se transforme en l'amour moderne fissionnel.

« La fission nous projette vers les autres et nous invite aux associations temporaires, aux adhésions momentanées, aux affinités électives. (...) Chaque partenaire fait une partie du voyage selon ses propres cartes. » (Chaumier, S., 1999, p. 299)

Néanmoins, pas plus que dans la monogamie exclusive, la relation principale polyamoureuse n'est garantie dans le temps. Il s'agit pour mes enquêtées de protéger le mieux possible cette relation en s'attachant aux rituels de communication et en développant les apprentissages qui mènent à acquérir positivement toutes les injonctions qui sont garantes de cette « communications positive » essentielle. *« Il n'existe plus de référence unique, mais bien plutôt un modèle fissionnel composé de multiples expérimentations qui ont toutes pour point commun un certain nombre de valeurs tendant à l'autonomie et au respect des partenaires. »* (Chaumier, S., 1999, pp. 299-300)

Le couple essentiel établit un contrat qui se veut permanent mais qui au gré des inclusions satellites changeantes doit se renégocier, car tout satellite a ses propres demandes qui influent sur l'organisation et les ressentis des partenaires du couple essentiel.

D'autres relations polyamoureuses tentent de se vivre comme « *des bulles intemporelles d'amour* » (Cristal, 2017), une fusion dans l'instant pour une fission qui s'en suit. C'est un accord qui se donne entre les partenaires. Chacun sait clairement que dans « *une union temporaire, on affirme même que 'c'est pour un temps', 'un passage', 'une étape', mais sans savoir ce que réserve l'avenir.* » et « *la liberté de séparation est une caractéristique essentielle* » (Chaumier, S., 1999, p.276). Le contrat a la permanence du temps de la bulle.

D'autres encore veulent vivre plusieurs relations essentielles dans un même temps sous le même toit ou pas. « *Les nouveaux impératifs sociaux d'indépendance, les aspirations de chacun à l'autonomie* » font face aux « *références différentes des partenaires, leur difficulté à se repérer eux-mêmes entre les idéaux fusionnels encore présents* » (Chaumier, S., 1999, p.277). Les relations essentielles exposent leurs désirs de fusion tout en devant être dans la fission. « *Ils doivent de plus affronter la pression sociale, pour affirmer un choix de vie différent, notamment quand leur conjoint manifeste son indépendance.* » (Chaumier, S., 1999, p.278). Chaque partenaire recherche la sécurisation liée à un couple essentiel protecteur envers une société cadrée qui menace leur liberté. Toutefois ce sont ces mêmes couples qui montrent leur droit à l'aventure et à la différence (Chaumier, S., 1999, p.278).

Des contrats d'organisation des temps et d'occupation des espaces de rencontre ou de vie se négocient de manière à ce que les essentialités puissent se ressentir.

Soit les couples vivent sous le même toit et les espaces d'intimité se négocient ainsi que les temps passés ensemble, par couple ou en triade, voire plus. Soit les couples ne partagent pas le même habitat et ce n'est pas la quantité temporelle qui prime dans les agendas mais la qualité des moments passés ensemble. De nombreux conflits en découlent en « *cherchant une nouvelle voie tout en étant encore englué dans des logiques de l'ancien modèle (...) D'une part, la relation romantique veut se persuader qu'elle apportera forcément le bonheur, le confort et la sécurité et qu'elle durera toujours* » (Chaumier, S., 1999, p.278) et d'autre part le besoin d'indépendance et d'autonomie s'oppose à l'amour romantique clos par l'amour ouvert.

Les contrats se négocient autour de « *l'enrichissement des couples par l'autonomie individuelle, la franchise des relations multiples, la fidélité des sentiments, l'ouverture inclusive, un amour ouvert, l'intégration des autres, la polyvalence des rôles sexués, une plasticité des comportements, une égalité des conditions et une adaptation.* » (Chaumier, S., 1999, p.280-281).

Toutefois, les couples négocient et renégocient la permanence des contrats. Ils se trouvent dans le désir de parvenir à l'idéal mais se voient confrontés aux fragilités et sensibilités de chaque partenaire et aux nouvelles rencontres qui s'incluent dans les essentialités.

Les contrats relationnels de mes enquêtées sont explicites sans pour cela avoir un accord juridique validés par des tiers. Les accords rencontrés portent sur des principes à respecter plus que sur des clauses d'obligations et de contreparties à rendre (Giraud, Ch., 2017, pp.86-87).

Dans un contexte de multiplicité et de concurrence relationnelle, rencontrer plusieurs¹⁷ partenaires relève d'un processus « *d'adaptation affective* »¹⁸, cognitive et sociale complexe où le sens (de la situation et de l'histoire de chacun) doit être connu. Il s'agit d'agir en produisant des signes clairs et en explicitant *honnêtement*¹⁹ ce que l'on attend des partenaires (Giraud, Ch., 2017, p.95).

La variabilité des relations et la singularité de chacun rendent les contrats relationnels tout aussi singuliers que les personnes et les relations elles-mêmes. « *L'existence des moments d'engagement amoureux est conditionnée à celle de moments de retrait* » (Bozon, M., 2016, p.128). La temporalité et le contenu des contrats deviennent impermanents par l'inclusion et la désinclusion des relations multiples.

Sphères différenciées

Durant les conversations de mes enquêtées, la place de l'enfant, l'état de mère ou de femme active sont abordés bien après la femme amoureuse. Non pas que ces sphères soient moins importantes aux yeux de mes enquêtées, mais elles apparaissent comme indépendantes de leurs sphères amoureuses.

Il existe aujourd'hui une pluralité de forme de vie amoureuse qu'elles soient en couple ou célibataire, hétérosexuel ou homosexuel, monogame ou pluriel. « *La pluralisation est considérée comme résultant d'une désinstitutionalisation des couples*

¹⁷ Je remplace « Un partenaire » par « plusieurs partenaires », dans l'analyse de Giraud.

¹⁸ Terme que j'ajoute à l'analyse de Giraud.

¹⁹ Terme que j'ajoute à l'analyse de Giraud

et des familles » (Cherlin, 1978 ; 2004 ; 2010, cité par Servais P., 2014, p. 37). Aujourd'hui, le « d'abord soi » est devenu essentiel dans la vie de mes enquêtées.

Au fondement des sociétés humaines, nous dit Maurice Godelier (2007), ce sont des rapports politico-religieux entre groupes humains divers et parfois hostiles qui ont construit un Tout assurant la reproduction de ce Tout. Le capitalisme et la modernité ont transformé ces rapports en rapports politico-économiques. Les femmes de mon enquête souhaitent et œuvrent à fonder des relations interpersonnelles muries par leur éthique partagée, aux antipodes des valeurs de cette société politico-économique. Il s'agit, pour elles, de construire une société où les liens respectent chaque individu et où chaque individu se respecte lui-même.

La quantité massive de personnes qui composent notre société et l'institutionnalisation des liens a rendu la singularité des personnes quasi « insignifiante ». Les femmes de mon enquête se sentent être dans une société qui se dépersonnalise. Il n'y a plus de relation privilégiée entre les personnes et les institutions qui régulent la société. Chacun peut à tout moment être remplacé par un autre dans ses fonctions actives au sein de la celle-ci.

Depuis les années 70, la contraception a donné aux femmes la possibilité de maîtriser l'enfantement. Elles sont depuis lors à la conquête de leur liberté et de l'égalité avec les hommes. De multiples domaines de la vie sociale ont été investis par les femmes et prennent parfois place prioritaire, aujourd'hui. Les femmes tendent à développer leurs ambitions personnelles et leurs activités professionnelles (Badinder E., 2010). Mes enquêtées prennent pleine propriété de leur corps et jouissent de leur célibat, celui qui ne les rattache à aucun lien juridique avec un homme. Elles choisissent leur partenaire amoureux et leur vie amoureuse en relation multiple. Le développement personnel devient priorité et couvre un large éventail d'envies et de désirs.

Elles sont à la recherche « de leur sens » au sein de cette société qui ne donne plus sens à l'individu mais au rouage d'une politico-économie productive et rentable.

Elles se vivent d'abord « de soi à soi » et ensuite « de soi à l'autre ». Avec l'individualisme et la quête de l'épanouissement personnel la maternité dans son

imaginaire perd son statut de seule source d'affirmation de soi pour une femme (Badinter E., 2010).

Aujourd'hui, les alliances du passé, organisées ou arrangées, sont pour la plupart des femmes devenues des alliances choisies par les partenaires et par amour. Les divorces et l'émancipation des femmes ont fait placent à une reconfiguration de la manière de vivre en couple ou de vivre ses amours. Les femmes de mon enquête mettent à distance ou refusent catégoriquement les statuts et les rôles traditionnels que la société, dans son organisation, impose à la femme. Les liens de « connexion » à l'individu sont aujourd'hui, pour elles, prioritaires. Elles choisissent d'aimer en s'unissant ou non, en se voyant un peu ou souvent et en non-exclusivité sexuelle et affective. Elles ne veulent plus « *des liens institutionnels et statutaires* », désormais mes enquêtées et « *les individus privilégient les liens affinitaires et égalitaires* » (Cicchelli-Pugeault C., cité par Avenel C., 2003, p.70).

Elles sont femme-femme. Elles peuvent aussi être femme-mère, femme-active, femme-amie, femme-... . Il s'agit pour elles de concilier leurs désirs de femme et leurs devoirs d'engagement envers : l'amour de leurs enfants, leur famille, leur profession, leurs amis et toute autre sphère où elles évoluent. Dans chacun de ces domaines, elles cherchent l'autonomie et l'épanouissement personnel. Toutefois la vie globale de chacune constitue un tout inter-relié où chaque sphère de vie cherche à se différencier pour être vécu pleinement en tant qu'entité libre et indépendante. Elles écartent jusqu'à annuler les répercussions des effets du travail, de la société et de la famille sur leur intimité et leur singularité. Elles repoussent les injonctions du « devoir faire » et du « devoir être » social de ce qui leur appartient tout personnellement : l'intime et la vie amoureuse.

Parentalité individualisée

Quatre des six femmes de mon enquête sont devenues mères lors de leurs relations monogames vécues avant leur entrée dans les relations polyamoureuses.

Pour ces quatre femmes, il était « naturellement convenu » que l'enfantement se réalisait avec l'homme choisi pour la vie. Ce « naturellement convenu » était inscrit dans la pratique sociale de l'union des couples. Toutefois « *Le modèle familial nucléaire semble rester le plus fréquent mais si on prend en considération toutes les autres formes familiales alternatives, il est, aujourd'hui, largement dépassé* » (Servais P., 2014, p.36). « *Les individus se mettent à distance des rôles sociaux traditionnels. Ils veulent moins être définis par des statuts et des rôles respectifs que par leur expérience vécue* » (Avenel C., 2003. P.70). Devenues célibataires - libre - et polyamoureuses, elles font le choix de ne plus avoir d'autres enfants même dans la reconstruction d'un couple essentiel. Les sphères parentale et amoureuse ne sont plus liées. Elles se vivent indépendamment l'une de l'autre.

Certaines de mes enquêtées individualisent leur statut de mère qu'elles organisent et vivent seules. Il se crée une relation close de mère à enfant. Les pères ont leur place en dehors de la vie de celles-ci. Même si les amoureux entretiennent des contacts chaleureux et sympathiques avec les enfants, ils sont « les amoureux de maman ». Ils ne deviennent pas les « beaux-pères » recevant les rôles du père comme cela peut être le cas dans certaines familles monogames recomposées. Il ne s'agit pas pour ces amoureux de nourrir, protéger, éduquer ou excercer une autorité sur les enfants de leur amoureuse. Si toutefois un amoureux vient à prendre momentanément un rôle parental celui-ci se pense dans l'instant, plus par aide ou par affection.

Il reste un point qui n'est pas explicitement exprimé mais qui se vit sans aucune possibilité de discussion. L'enfant d'une amoureuse ne sera jamais l'amoureux.se de l'amoureux. Situation qui se conforme à l'interdit de l'inceste que l'on retrouve dans les familles traditionnelles.

Pour Carlie, la situation se différencie, l'enfant se pense dans la relation multiple. Les deux hommes de sa vie vivent avec elle dans le même appartement. La pluri-parentalité est son souhait. Tout homme essentiel peut être partie prenante de la parentalité de l'enfant. « *Ainsi, (...) se dessine lentement l'idée que d'autres parents que les père et mère de sang, dans les familles recomposées, (...), peuvent exister pour l'enfant autour de lui.* » (Martial A., 2006, p.58). Cela commence, pour Carlie, par la présence « des pères » à l'accouchement et se poursuit par le désir d'une éducation conjointe. Toutefois elle se voit vivre une « imposition » venu du premier amoureux de la triade. Elle l'estimera « légitime » par la suite. C'est l'homme qui a la relation la plus longue et qui se projette avec assurance dans l'avenir qui s'imposera comme le père biologique et reconnu du premier enfant.

La parentalité qui « *recouvre la réalité des relations nourricières, éducatives, doublées des liens affectifs qu'un enfant entretient avec l'ensemble des adultes qui l'élève* » (Martial A., 2006, p.59) se différencie de la filiation dans ce qu'elle est juridique en ses droits, noms et successions, devoirs et obligation de l'entretien réciproque, mais aussi dans ses interdits, l'inceste (Martial A., 2006, p.59).

Dans la réalité de la triade de Carlie, l'enfant appellera son père « papa », sa mère « maman ». L'amoureux de sa maman n'a pas encore de petit nom. Il est présenté à la famille et considéré par elle comme le meilleur ami du papa. La triade n'est pas vécue publiquement. Carlie se demande ce que l'enfant dira quand il verra que maman embrasse l'autre homme de la maison, lorsqu'il sera en âge de parler (il a juste un an). Que dira-t-il à la maison et que dira-t-il dehors ?

Le polyamour se vit dans l'intimité. La parentalité ne vivra-t-elle de même que dans l'intimité close de la maison ? Elle se vit et s'organise au jour le jour en fonction de la place que l'on prend où que l'on donne. Elle s'individualise selon l'engagement personnel que l'on veut offrir et vivre où qui est accordé. Carlie aurait souhaité éviter le test de paternité pour que chaque amoureux puisse vivre une parentalité équitable à l'enfant. Les hommes n'ont pas fait le même choix.

Pour Mélodie, jeune femme polyamoureuse, c'est le désir de maternité qui émerge en elle. Son histoire personnelle l'a plongée dans le besoin de trouver un père présent et pérenne pour son enfant. Elle vit ses amours plurielles aux quatre coins du

monde. Artiste itinérante, elle ne se fixe pas dans un espace-temps définit. Dans son désir de devenir mère aussi, il est important pour elle de « *pouvoir conserver son autonomie, son indépendance, sa subjectivité.* » (Chaumier S., 1999, p. 274). Il est aussi essentiel que l'homme qui deviendra père de son enfant ait son identité distincte également. Tout son désir est de pouvoir allier une fusion parentale pour le bien de l'enfant tout en conservant l'autonomie de vie des parents. La maternité ne se pense pas dans « avoir un enfant à soi » mais plutôt à « donner la vie à un enfant ».

Pour Mélodie, la famille ne se pense pas dans une vie « ensemble au quotidien ». « *La famille trouve sa justification si elle parvient à créer les conditions de l'autonomisation et de l'épanouissement de chacun de ses membres.* » (Avenel C., 2003, p.70). La famille n'est plus pensée comme un tout institutionnalisé. Elle se constitue d'êtres qui prennent chacun l'engagement et la responsabilité de la vie d'un enfant. « *La famille contemporaine est tiraillée par une tension entre le souci de soi et le souci de l'autre. L'individu moderne veut cumuler les avantages de la vie 'en solo' et de la vie à deux : il veut être seul et 'avec'* (Singly de, 2000 cité dans Avenel C., 2003). « *Il doit donc établir des compromis. Comment être 'libres ensemble' ?* » (Avenel C., 2003, p.71).

Mélodie, à travers ses amours multiples, vit des liaisons et des déliaisons amoureuses. Chacun, dans son individualité propre, a ses propres projets. Dans l'union polyamoureuse il y a le temps de l'amour et du chemin parcouru ensemble. Mais il s'agit surtout de « *ne pas sacrifier sa subjectivité dans une relation à autrui* » (Chaumier S., 1999, p. 275). La liberté des aspirations de chacun est primordiale. Quand les aspirations prennent des chemins différents, c'est la liberté de séparation qui se respecte.

Aujourd'hui Mélodie souhaite partager un projet commun pérenne avec un homme. Un projet qu'ils porteront ensemble toute la vie : mettre au monde un enfant qu'ils accompagneront dans sa création à lui. Devenir mère et père pour toujours. Elle ne l'envisage pas avec un amoureux puisque les relations se vivent au gré de multiples autres projets personnels. Ils ne seront pas deux pour toujours. Les amoureux s'éloignent et parfois disparaissent. Elle a fait sa demande à un ami qui, pour elle, sera toujours positivement présent dans sa vie. Elle pense possible cette relation hors conflit. Cet ami partage le même désir qu'elle : donner vie à un enfant et l'accompagner pour toujours. Ce couple parental ne sera pas lié « l'un à l'autre » mais lié « l'un pour

l'autre » à leur futur enfant. Chacun d'eux individualise sa parentalité dans une co-construction qui se pense autour de la relation à l'enfant. Un temps avec le père, un temps avec la mère et un temps ensemble où chacun garde son autonomie et son individualité.

Dans les amours pluriels, il n'y a aucune obligation de « consommer » comme nous pouvons l'entendre dans le devoir conjugal. Certaines relations se vivent entre plusieurs personnes avec ou sans sexualité.

La relation amoureuse ne va pas nécessairement de pair avec la sexualité même si celle-ci a toute son importance pour bon nombre d'entre-elles. Le code pénal de 1810 décrivait que le devoir conjugal était une obligation (André J., 2011, p.37) celui-ci étant la consommation des rapports sexuelles par l'homme de son épouse. L'article 215 du code civil français ne mentionne plus aujourd'hui la nature des actes sexuels dans la communauté de vie des époux (André J., 2011, p.38). La sexualité des polyamoureuses se vit comme chacun l'entend. Comme chaque personne la souhaite. Comme les relations l'envisagent.

La consommation de l'union sexuelle n'est pas universelle. D'autres cultures n'obligent pas à l'union sexuelle ni même à la communauté de vie, comme chez les Nayar de l'Inde (Héritier F., 2005, p.7) mais « *la reconnaissance publique, officielle, religieuse du mariage assure la légitimité de la filiation, c'est-à-dire l'inscription sociale des enfants à venir* » (Héritier F., 2005, p. 8). Toutefois « *la Loi française a été modifiée dans les années quatre-vingt. Désormais, la filiation légitime inclut la filiation naturelle (enfant né hors mariage). La légitimité des enfants n'est donc plus instaurée par le mariage* » (Héritier F., 2005, p. 8).

Selon la théorie lévi-straussienne de l'alliance, « *le mariage d'un homme et d'une femme est une manière, parmi d'autres, de concrétiser un système de paix durable, et même d'alliance et de coopération entre groupes étrangers. Cette nécessité*

structurante de paix, fondatrice de lien social et de l'épanouissement des sociétés humaines, est à l'origine de tout le reste » (Héritier F., 2005, p. 10).

Nous pouvons observer dans cette enquête que l'union juridique de deux personnes n'est plus la seule manière de « faire famille », que la reconnaissance juridique de l'enfant continue de faire filiation, et que l'amour peut se vivre en dehors du cadre d'une relation à deux sexuellement et sentimentalement exclusive.

Si l'alliance contractuelle a pu être un système de paix durable, elle n'est plus l'outil de la régulation sociale des conflits. Chacune de mes enquêtées souhaite un monde en paix. Pour y parvenir, elles ont la conviction que ce n'est plus par le haut de la pyramide institutionnel que la régulation sociale doit se faire. « *Regarde comment le monde fonctionne, les puissances détruisent tout. Et la terre et les Hommes* » (Cristal).

Conclusion

Les femmes de mon enquête vivent leurs amours au pluriel. Elles se nomment et sont nommées polyamoureuses. Leurs différentes relations amoureuses se présentent dans une temporalité séquentielle parallèle.

Elles possèdent leur autonomie financière et sont civilement célibataires avec ou sans enfants. Elles sont pourtant dans leur vie privée en couple principal ouvert, en triade ou en amour multiple non hiérarchisé. Elles ne possèdent pas de statut juridique ou civil clair lié à leur manière de vivre.

Leurs choix de vie se croisent. Elles se rencontrent. Elles communiquent entre-elles. Elles déconstruisent et tentent de comprendre leurs apprentissages culturels passés. Elles définissent avec clarté leurs besoins et s'unissent dans des valeurs communes de bienveillance, de loyauté, de consentement et de respect des libertés personnelles. Ces valeurs font foi et sont piliers de leur mode de communication et manière d'agir envers soi-même et les autres.

Une part de leur vie se déroule dans une visibilité sociale formelle tandis qu'une autre, l'intimité privée, prend place dans une organisation de vie informelle où des contrats relationnels singuliers, propres à chaque personne et à chaque relation, s'établissent entre les partenaires amoureux.

Dans une rencontre de soi à soi, de soi à l'autre et de soi à la relation, ces contrats se travaillent au quotidien. Chaque « *zone d'interdit et de permissibilité* » (Chaumier S., 2004, p. 299) se discute. Etant conclus dans des unions non fixes où existence et engagement amoureux cohabitent avec les moments de retrait, ils se voient devenir renégociables à tout évènement émergent. Ils prennent une dynamique d'impermanence, utile à soi et à la relation, qui se vit sur un chemin sans balise. Tout se crée, tout s'invente, tout se veut possible.

Mes enquêtées regrettent que la société politico-économique et l'institutionnalisation des liens aient ôté son importance au singulier, l'aient rendu insignifiant.

Pour elles, le bien-être est fondement des relations. Il commence par soi. Le soi d'abord s'engage dans l'injonction de l'autonomie et de l'individualisation. Mes enquêtées sont à la recherche « de leur sens » au sein de cette société qui ne donne plus sens à l'individu mais au rouage d'une politico-économie productive et rentable.

Elles se vivent d'abord « de soi à soi » et ensuite « de soi à l'autre ». Même si la vie de chacune prend place dans un tout inter-relié, elles différencient leurs sphères de vie de femme, de femme active, de compagne amoureuse et de mère afin de vivre pleinement chaque univers, en tant qu'entité libre et indépendante. De cette manière, elles se dégagent des rôles sociaux qui en imbriquant les sphères les unes dans les autres annihilent « l'être-soi » au profit de « l'être-social » enrôlé dans la régulation institutionnelle. Elles se veulent sujet dans chacune des sphères de leur vie et non objet d'une organisation sociale.

Elles ne répondent plus oui à la monogamie exclusive et à l'enfantement pour faire famille. Elles individualisent leur statut de mère et de femme. Même si la filiation reste institutionnalisée et est accordée à un seul homme, elles peuvent accorder la parentalité paternelle à plusieurs hommes. La parentalité se constitue d'adultes qui prennent chacun l'engagement et la responsabilité de la vie d'un enfant. Dans le désir de devenir mère il est aussi important pour chaque femme de pouvoir conserver son autonomie, son indépendance et sa subjectivité. Il s'agit de donner vie à un enfant et de l'accompagner pour toujours dans son autonomie et son individualité. Le couple parental n'est plus lié l'un à l'autre mais lié l'un pour l'autre à leur futur enfant.

Ces femmes tentent de se vivre libres et liées. Deux notions qui semblent être antagonistes. Cependant la notion de liberté, pour ces femmes, signifie pouvoir vivre pleinement leurs aspirations en lien avec leurs propres besoins. Cette liberté possède une frontière établie par la rencontre en bienveillance des limites de l'autre. C'est dans la rencontre des libertés individualisées respectées que les liens peuvent se construire.

Ces femmes s'expérimentent sur un chemin de vie non commun et sans balise où « *l'impératif d'autonomie prévaut sur l'impératif de reconnaissance* » (Illouz, 2012, p. 250). C'est au jour le jour qu'elles découvrent. Et pour chacune le chemin est différent.

Je rejoins Serge Chaumier dans la conclusion de son ouvrage, *La déliaison amoureuse*. Il ne s'agit plus en formant un couple de ne faire qu'un, niant l'individualité des personnes. « *Le modèle du couple fissionnel qui se met progressivement en place dans la société contemporaine consiste à séparer ce qui était hier uni, à savoir les deux entités des deux partenaires. (...). Toutes les harmonies sont possibles. Ce qui importe, c'est l'accord que l'on se donne, sous forme d'un contrat négocié, discuté, même s'il s'agit aussi de points d'accord implicites conclus par phase d'ajustements successives* » (Chaumier S., 2004, p.298). Les femmes que j'ai rencontrées se veulent libres d'être qui elles sont tout en se mettant en lien jusqu'à construire des relations d'amour plurielles.

Cette enquête nous a montré pourquoi certaines femmes ont quitté la voie du couple monogame exclusif pour devenir polyamoureuses et comment elles mettent en place une manière de se penser et se vivre qui rencontre leur besoin de liberté et d'amour. Toutefois « *quand on vole, la liberté est un délice, l'absence de gouvernail un supplice. Le changement est un bonheur, la versatilité une difficulté* » (Bauman Z., 2010, p. 62).

Zygmunt Bauman, dans son ouvrage *L'amour liquide*, nous donne à penser ce qui fait ou non sécurité. Si le mariage ne rencontre pas toujours les aspirations profondes de chacun des partenaires, il pose des cadres sécurisants dans son engagement de permanence spatio-temporelle, là où les rapports intimes devraient rencontrer l'amour, la sécurité, la permanence et l'immortalité par la continuation de la parenté. Dans la raison moderne, l'engagement durable se considère davantage comme une source d'oppression et de privation d'autonomie, et l'attachement se pense comme un trouble de la relation (2010, pp.62-63). Cette pensée, pour Bauman, est la conséquence inévitable du développement de la société de consommation.

Les femmes de mon enquête sont entrelacées dans un double désir. Celui de rencontrer solidité, durabilité et fiabilité, et celui de ne pas se perdre, en tant qu'entité singulière autonome et individuelle, dans une ou plusieurs unions amoureuses.

Si les relations polyamoureuses veulent s'échapper des cadres sociaux et se défaire de toutes injonctions emprisonnantes de l'existence sociale, les relations multiples recèlent aussi beaucoup d'incertitudes. Certaines relations qui se souhaitent véritablement pérennes, restent inévitablement, par le principe même de l'inclusion et du retrait - lié au concept du respect des libertés personnelles - des « *épisodes dans la vie des partenaires. (...) L'insécurité qui s'ensuit est éternelle. L'incertitude ne se dissipera jamais complètement et de façon irrévocable. On ne pourra que l'interrompre pendant un laps de temps inconnu.* » (Bauman Z., 2010, p. 68).

Pour sortir de ce sentiment d'impermanence et d'insécurité, c'est le retour à soi et la bienveillance qu'elles s'accordent qui font force.

Lina : *La seule personne avec qui tu vivras toute ta vie c'est toi. Tu n'es jamais seule quand tu te choisis toi, d'abord. Tu peux vivre alors toutes tes relations sans peurs.*

Les relations polyamoureuses permettront-elles à mes enquêtées de rencontrer leurs aspirations profondes de relations et harmonieuses ?

Bibliographie

Œuvres

André Jacques, *Les 100 mots de la sexualité*, Paris, Presses Universitaires de France, 2011

Bauman Zygmunt, *L'amour liquide : de la fragilité des liens entre les hommes*, Paris, Fayard/Pluriel, 2010

Beauvoir De Simone, *Le Deuxième sexe*, tome 2, L'expérience vécue, 1949

Beauvoir De Simone, *Le deuxième sexe*, L'expérience Vécue, Paris, Gallimard, 2004

Bourdieu Pierre, *La domination masculine*, Paris, Seuil, Collection Liber, 1998

Bozon Michel, *Pratique de l'amour*, Paris, Payot et rivages, 2016

Brenot Philippe, *Lettres d'amour secret des amants*, L'Esprit du temps, 2016

Cai Hua, *Une société sans père ni mari les Na de Chine*, Paris, Presses universitaires de France, 2012

Chaumier Serge, *La déliaison amoureuse : de la fusion romantique au désir d'indépendance*, Paris, Payot et Rivage, 2004

Cicchelli-Pugeault Catherine et Cicchelli Vincenzo, *Les théories sociologiques de la famille*, Paris, La Découverte, 1997

Desautels Jacques, *Dieux et mythes de la Grèce ancienne. La mythologie gréco-romaine*, Québec, Les Presses de l'Université Laval, 1988

Gianini Belotti Elena, *Du côté des petites filles*, Paris : des Femmes, 1994

Giraud Christophe, *L'amour réaliste : la nouvelle expérience amoureuse des jeunes femmes*, Paris, Armand Colin, 2017

Girard Alain, *Le choix du conjoint*, Paris, Armand Colin, 2012

Godelier Maurice, *Au fondement des sociétés humaines, ce que nous apprend l'anthropologie*, Paris, champs-essais-Flammarion, 2010

Illouz Eva, *Pourquoi l'amour fait mal ? : L'expérience amoureuse dans la modernité*, Paris, Seuil, 2012

Khalil Gibran, *Le Prophète*, Casterman, 1956

Laurent Pierre-Joseph, *Beautés imaginaires ; Anthropologie du corps et de la parenté*, Louvain-La-Neuve, Académia-Bruylant, 2010

Renaut Christian, *Les héroïnes Disney dans les longs métrages d'animation*, Paris, Dreamland, 2000

Segal Robert-Alan, collectif, *3 minutes pour comprendre les 50 légendes les plus célèbres de la mythologie*, Paris, Le courrier du livre, 2016

Simpère Françoise, *le guide des amours plurielles : Pour une écologie amoureuse*, Poche, 2009

Singly de François, *Libres ensemble. L'individualisme dans la vie commune*, Paris, Nathan, 2000

Servais Paul (dir.), *Regards sur la famille, le couple et la sexualité*, Louvain-la-Neuve, Academia Harmattan, 2014

Articles

Avenel Cyprien (sociologue paris). *Les évolutions sociologiques de la famille*. In: Recherches et Prévisions, n°72, 2003. pp. 69-73

Favre Daniel, Jamin Jean, Massenzio Marcello, *Jeu et enjeu ethnographique de la biographie*, L'Homme 195-196, 2010, pp. 7 – 20

Héritier Françoise, « *Quel sens donner aux notions de couple et de mariage ? à la lumière de l'anthropologie* », Informations sociales 2005/2 (n° 122), p. 6-15.

Martial Agnès, « *Qui sont nos parents ? L'évolution du modèle généalogique* », Informations sociales 2006/3 (n° 131), p. 52-63.

Mémoire

Dargone Elaine Sous la direction de Max Sanier Mémoire de séminaire Séminaire : Sociologie des acteurs et des enjeux du champ culture. *Quand Disney nous dit : « Tu seras un homme mon fils » « Tu seras une femme ma fille »* Représentations et socialisation de genre par les longs métrages classiques de Walt Disney, 2010

Quand on ressent des sentiments pour plusieurs personnes en même temps ! Jusqu'il y a peu, nous observions que lorsqu'il y avait plusieurs relations de couple dans une existence, c'était dans une temporalité séquentielle juxtaposée. C'est-à-dire l'une après l'autre. Du moins dans ce qui était publiquement partagé. On peut voir ces dernières années des trajectoires amoureuses multiples se vivre autrement. Elles se présentent dans une temporalité séquentielle parallèle. C'est-à-dire plusieurs partenaires dans un même temps. Une nouvelle tendance de l'union veut se vivre. Elle ne se présente plus à deux, dans une monogamie exclusive mais à trois, à quatre ou plus encore. Tantôt des triades partagent un même toit, tantôt des binômes amoureux changent de partenaire pour vivre un autre binôme amoureux et se retrouvent ensuite.

Les femmes de mon enquête expérimentent d'autres manières d' « être en amour », de vivre leur sexualité, et de concevoir la famille.

Elles vivent l'amour au pluriel. Elles sont nommées et se nomment « polyamoureuses ».

Elles dérogent aux normes culturelles de la société dans laquelle elles vivent.

Les femmes de mon enquête sortent des logiques religieuses de la monogamie exclusive, et des logiques économiques où l'homme est porteur de la garantie matérielle de la famille nucléaire. Elles sortent de l'organisation politique et juridique où le couple reconnu est celui qui vit sous le même toit avec un contrat juridique.

Elles créent de nouvelles logiques basées sur le sensible où le sentiment à la première place et où la bienveillance, la loyauté, le consentement et la liberté sont des valeurs fondatrices d'une éthique partagée.

Comment ces femmes vont-elles se vivre libres et liées ? Quelles sont leurs besoins, leurs valeurs et leurs règles pour vivre sereinement l'amour au pluriel ? Quelles organisations de vie formelles et informelles ces femmes mettent-elles en place pour se penser et se vivre femme, compagne et mère ? Comment se pense la famille dans l'organisation des relations polyamoureuses ?

Les femmes de mon enquête me partagent en toute confiance leur parcours, leur apprentissage, leurs espoirs, leurs recherches, leurs peurs et le sens qu'elles donnent aux amours plurielles.

Six thèmes transversaux dégagés des six récits de vie choisis pour ce mémoire sont ouverts. La singularité de chaque relation laisse à tout autre récit la possibilité de se laisser entendre différemment.

Mots clés : Femmes polyamoureuses

Récits de vie

Ethnographie des amours plurielles

Ethique polyamour

Etre soi