

## Approche jungienne des relations amoureuses actuelles, prédominantes et émergentes

d'après la communication présentée le 27 juillet 2017  
lors du 8<sup>e</sup> Congrès mondial de Psychothérapie

Aujourd'hui, en France, comme dans de nombreux pays, on constate une plus grande acceptabilité sociale pour d'autres formes d'alliances que le mariage.

On peut se demander alors comment hommes et femmes y vivent leurs relations d'amour, leur sexualité ? Et dans quelle mesure les analystes qui les accompagnent ont-ils à prendre en compte ces facteurs sociétaux à côté des facteurs individuels liés à l'histoire, la structure et l'inconscient de chacun ?

Le processus analytique, aujourd'hui comme hier, a toujours le même socle, pour permettre à chacun d'éprouver, dans la société dans laquelle il est, le sens de la relation qu'il vit, de mieux sentir les conséquences de son histoire et l'influence de ses croyances et de découvrir de nouveaux territoires.

L'approche jungienne insiste tout particulièrement sur la connaissance par chacun du masculin et du féminin. Et ceci permet d'éclairer la question du couple, de la complémentarité de ses partenaires, de l'individuation de chacun en relation avec l'autre et avec le Soi, et ce, quels que soient les facteurs sociétaux, le genre ou le nombre des personnes en relation .

Je tiens d'abord à évoquer la persistance des habitudes et des **préjugés** dans la société, présents dans divers débats récents, car ils sont encore une grande cause de souffrance chez des hommes **homosexuels** sur des sites où j'ai pu poser des questions : le mien (EtresEnsemble.com) et deux autres (BeTolerant.com et Polyamour.info), dont je remercie responsables et participants. Ainsi cet homme qui déplore « La quasi absence de résonance sociale positive de mon orientation sexuelle et amoureuse dans le quotidien, le rejet, la réduction à une étiquette. »

Et cette souffrance exprimée aussi en cabinet, où la possibilité d'homosexualité est souvent questionnée, en général redoutée.

Concernant le **polyamour**, ce sont surtout des points positifs qui sont évoqués, en particulier le défi de ce qui peut se chercher dans toutes relations : la connaissance de soi.

Ainsi une femme pansexuelle, de 55, poly « Ce qui m'a fait beaucoup de bien c'est de pouvoir vraiment réfléchir à mon éthique, de l'expérimenter, de la partager, et enfin de ne plus sentir en moi le poids de la morale »

Et une autre femme, hétéro-flexible, de 38 ans, poly « mon développement **spirituel** est en parfaite harmonie avec mes relations : je me suis mise à la méditation, j'ai travaillé l'instant présent, ma capacité d'acceptation ».

On le retrouve aussi exprimé par certains homosexuels, comme cet homme de 44 ans, qui parle de sa « compensation du manque d'intégration sociale et relationnelle, par le développement d'une approche spirituelle de soi dans le monde »

Et ceci atteint parfois une dimension politique, comme avec cette femme bi, de 24 ans, en anarchie relationnelle : « expérimenter ce mode de relation me prouve chaque jour que la force et la résilience d'un tissu social est proportionnelle à la cohérence interne et à la liberté des individus qui le composent »

Enfin j'ai souhaité mieux connaître les attentes de ces participants en matière d'**accompagnement psy**, et voici quelques rapides extraits de ce qui a été dit :

« vivre des relations affectives profondes "sans filet" met très rapidement face à ses insécurités les plus profondes et face à ses incohérences. Un accompagnement psy permettrait peut-être de plus facilement comprendre et adapter ces insécurités, et de moins les projeter dans la relation sous forme de peur » par une femme bi, de 24 ans, en anarchie relationnelle

Ou encore : « pour guérir la blessure de rejet, et pour la désidentification au surmoi » par un homme, homosexuel, de 44 ans.

J'ai donc tout cela à l'esprit pour accompagner des personnes de toute orientation sexuelle et/ou relationnelle, de façon jungienne.

Et je vais donc maintenant partager avec vous un **rêve sur le Masculin et le Féminin** amené lors de la première année de travail analytique jungien, dans lequel les rêves ont une grande importance dans le dialogue avec l'inconscient.

Je rappellerai tout d'abord que l'axe principal de la thérapie jungienne est de créer un **couple intérieur conscient** après la différenciation du masculin et du féminin. De nombreux chemins sont possibles, dépendant de l'être, de l'histoire et des problématiques de chacun. Ainsi

- pour certains la prise de conscience de cette **bisexualité psychique** peut passer par des vécus de relations homo ou bi sexuelles permettant d'appuyer la différenciation d'une des polarités

- parfois certaines recherches sexuelles vont, au contraire, gêner cette construction, fixant un processus en cours.
- d'autres fois encore la différenciation des polarités intérieures, étape indispensable avant toute conjonction, amènera à de nouveaux choix sexuels ou/et relationnels.

Aussi le thérapeute jungien envisage toujours l'apport de ces expériences, de ces orientations comme pouvant être des étapes ou des points d'équilibre, dans la construction de ce couple intérieur.

Bien évidemment les notions de masculin et de féminin, d'anima et d'animus font l'objet de séminaires entiers mais je les illustrerai quand même ici d'une phrase d'Agnès VINCENT « Souvent les pensées m'arrivent de loin, des profondeurs .... et puis je les reçois, les accueille, ce qui est bien l'apanage de la féminité, je les conscientise, les fait miennes, même si elles me sont données par le masculin des profondeurs. Le féminin n'est pas disqualifié, je vois que la féminité règne elle aussi sur un très vaste domaine : celui du sentiment, sous tous ses aspects, de l'accueil de l'autre, de l'intériorité, du corps.»

Quant à l'animus de la femme et à l'anima de l'homme ils peuvent évoluer tout au long de la vie, par la transformation de leurs aspects négatifs (par exemple autoritarisme chez une femme ou sensiblerie chez un homme) puis en guidant chacun vers la relation avec l'autre polarité, extérieurement et intérieurement ; et enfin en tant que guides dans la connaissance de l'autre polarité de soi-même.

J'insiste donc sur le fait que ce travail de conscientisation de la double polarité psychique a une portée très vaste puisque l'être humain se trouve, s'individue en conjuguant son masculin et son féminin, ses dimensions spirituelles et matérielles, ce qu'il connaît de lui et ce qu'il ne connaît pas encore, toutes ces conjonctions se faisant en interaction les unes avec les autres.

Voici donc le rêve, simplifié ici, d'une femme de 60 ans hétéro, qui a été poly dans sa jeunesse, avant de vivre en couple exclusif.

**« Nous sommes dans le séjour d'une maison et une femme qui habite là me montre le cadeau qu'elle a reçu : un « bazooka », elle en est fière. A un moment la femme me dit « attention, ça va partir ! » ; c'est comme si elle avait appuyé par mégarde sur un ressort qui va expulser une munition Le « missile » traverse la baie vitrée et provoque l'implosion d'un immeuble au loin puis de deux maisons plus proches. Comme cela vient vers nous, nous nous préparons à évacuer la maison mais, à ma grande surprise, il y a maintenant dehors une cathédrale construite si près de la maison que je n'en vois qu'une partie, les porches d'entrée. Il y a en a deux, côte à côte. Ils sont jaunes d'or et portent des lettres hébraïques rouges. L'un des porches est la porte des hommes et l'autre**

la porte des femmes. Je comprends que les implosions d'immeuble et de maisons avaient pour but de déblayer le terrain pour que cette cathédrale sorte de terre.»

Cette femme, étant plus jeune, a vécu une sexualité « libérée », en accord avec son premier mari, souvent avec du plaisir mais avec peu de sentiment.

Cela correspondait à une recherche du masculin pour

- se libérer de sa mère, des femmes puissantes de la famille, de leur animus négatif,
- expérimenter certains aspects de la sexualité habituellement attribués au masculin, masculin dont elle avait été éloignée enfant par le décès de son père, et de toute façon par le mépris et la méfiance des hommes par les femmes de sa famille.

Au début de ce rêve le féminin a un accessoire masculin et le fait de le reconnaître, d'en être fière, de s'en servir dégage une très forte énergie : c'est le masculin psychique de cette femme qui agit puissamment. Son masculin s'exprimait auparavant plus par des comportements sexuels et relationnels, sans que son féminin intervienne assez. Maintenant il peut se mettre à détruire toutes les constructions antérieures à la prise de conscience actuelle et libère ainsi en même temps son masculin et son féminin, qui vont plus se différencier, chacun pouvant entrer dans la cathédrale par une porte séparée.

Ce rêve de prise de conscience illustre très bien le problème majeur de beaucoup de relations : **l'indifférenciation**, le contraire de l'expression de la propre nature de chacun.

C'est ce qu'a écrit Jung dans un de ses textes les plus forts (V° Serment aux morts) :

« La spiritualité conçoit et saisit. Elle est féminine .....

La sexualité engendre et crée. Elle est masculine .....

La sexualité de l'homme est plus céleste, elle tend vers quelque chose de plus grand  
(dans le sens extérieur)

La spiritualité de la femme est plus chthonienne, elle tend vers quelque chose de plus petit  
(dans le sens intérieur)

Que chacun aille à la place qui est la sienne.

L'homme et la femme deviennent diables l'un pour l'autre s'ils ne séparent pas leur sexualité ..... car l'essence de la créature, c'est la différenciation. »

Une remarque à propos de « La sexualité engendre et crée. Elle est masculine... », complété en fait par Jung par « et c'est pour cela que nous l'appelons Phallos, le père chthonien », alors qu'il qualifie la spiritualité de Mère céleste. Masculin et Féminin sont deux composantes intérieures, présentes en chaque homme et chaque

femme Ainsi on peut dire que le phallus n'est pas l'apanage de l'homme. Ceci est évident pour beaucoup, mais pour certains la confusion persiste. Il y a des hommes qui ne perçoivent pas la puissance phallique de leur mère ou de leur compagne, dont ils sont parfois l'instrument, et il y en a d'autres qui cherchent le phallus dans leurs rapports amoureux, surtout sexuels, avec des hommes, n'étant pas assez conscients du leur, alors qu'il peut s'exprimer aussi bien avec leur polarité féminine, par leur créativité par exemple.

Quoiqu'il en soit, il s'agit donc de **différencier son masculin et son féminin avant de pouvoir les unir**. Et déjà apprendre à les contacter, les connaître, ce qui prend du temps, différents plans étant intriqués comme cet extrait de Jung nous l'a donné à percevoir. Et pour chacun de nous, chaque personne que l'on accompagne, l'impulsion de la conjonction de ces deux polarités est à l'oeuvre, soutenue par les archétypes, en particulier l'anima et l'animus, sur le chemin du Soi, ordonnateur de la psyché.

*Catherine Rouaud*

[www.etres-ensemble.com](http://www.etres-ensemble.com)  
[www.groupes-de-reves.com](http://www.groupes-de-reves.com)  
[www.psy-avignon.com](http://www.psy-avignon.com)