La révolution dans le mariage et entre partenaires

Tant de facteurs sociaux d'une importance profonde on influencé la relation du mariage qu'il est quasiment impossible d'isoler l'impact spécifique d'une approche centrée sur la personne. Chacun de ces facteurs a entraîné une différence dans la « politique » du mariage.

Il y a tout d'abord la conséquence des grandes améliorations apportées aux méthodes de contraception. La lecture de : *Thomas Jefferson : Biographie intime,* de Fawn Brodie, m'a fait clairement sentir l'impact énorme de la contraception. Jefferson et sa femme Martha s'aimaient très profondément et étaient très proches l'un de l'autre. Durant leur mariage, d'après Jefferson, il a vécu « dix ans d'un bonheur sans mélange ». Mais il est à peine exagéré de dire qu'elle a été tuée par leur amour. Elle était de constitution fragile, enceinte la plupart du temps, avait de graves problèmes de grossesse et est morte des complications de couches quelques mois après la naissance de leur sixième enfant. Trois des six enfants sont morts avant elle. Jefferson avait trente neuf ans, elle en avait trente quatre au moment de sa mort. L'histoire n'a rien d'exceptionnel. La mère de Martha était morte trois semaines après la naissance de Martha. Son père épousa alors une autre femme, qui ne vécut que quelques années, puis une troisième qui ne survécut que onze mois. Après quoi le choix de son père se porta sur une de ses esclaves mulâtres qui, apparemment moins sensible aux infections que ses épouses de race blanche, lui donna six enfants. Ces histoires ne rendent pas compte de cas isolés. Avec des variantes, elles se répètent tout au long du livre de Brodie et concernent les familles de parents et d'amis de Jefferson. Etre épouse était certainement à l'époque une des activités les plus risquées qui soit. Les épouses étaient corvéables à merci car il ne semblait pas y avoir d'autre solution. Seules les femmes célibataires ou stériles avaient une espérance de vie raisonnable.

Aujourd'hui tout cela est changé. Le libre recours à une contraception efficace signifie que le mariage peut être davantage une association de partenaires puisque l'épouse ne voit pas son temps entièrement pris par la grossesse, l'allaitement et les soins aux enfants. Cela signifie aussi que, physiquement, elle est aussi libre que son mari de rechercher des relations hors mariage. Les expériences sexuelles avant le mariage ou les relations sexuelles extra conjugales ont augmenté de façon marquée parmi les femmes. Elle a aussi la possibilité de choisir entre la famille et une carrière ou d'équilibrer les deux. Pour la première fois au cours de l'histoire elle a, physiquement, son libre arbitre. Une contraception efficace a permis à la femme de se libérer du rôle qui faisait d'elle une personne soumise. L'impact de la politique de la famille a été inestimable.

Une seconde particularité a également eu des répercussions importantes sur le mariage. C'est l'allongement de la durée de la vie à la fois chez les hommes et les femmes et par suite l'allongement de la durée potentielle du mariage. En moins d'un siècle notre espérance de vie a doublé. Aux Etats-Unis une femme blanche peut espérer vivre jusqu'à soixante-seize ans, un homme blanc jusqu'à soixante-neuf ans. Les personnes qui n'appartiennent pas à la race blanche ont une espérance de vie un peu plus courte.

L'espérance effective de durée de n'importe quel mariage était de plus de trente et un ans en 1971, année la plus récente pour laquelle nous possédions des chiffres. Si on la compare au passé historique, cette durée est sans précédent. Un mariage dans le passé, qui pouvait durer dix à quinze ans avant d'être dissous par la mort, est très différent d'un mariage d'aujourd'hui où il peut arriver aux deux conjoints de vivre cinquante ans avant que la mort n'emporte l'un ou l'autre. Les imperfections d'une relation que l'on supportera peut-être dix ans ne seront pas supportées cinquante ans. Le nombre d'éléments qui peuvent changer une vie et rendre une relation instable se trouve multiplié, à moins que le couple n'évolue ensemble et s'adapte bien à une relation en perpétuel changement.

Un autre facteur social est intervenu : l'acceptation croissante du divorce par la société. Aucun des partenaires ne se sent plus lié à l'autre de façon inéluctable « jusqu'à ce que la mort nous sépare ». Aucun des partenaires n'a plus de pouvoir ou de contrôle durable sur l'autre. Chaque individu a toujours le pouvoir de choisir s'il veut préserver le mariage.

La mobilité familiale et l'aspect éphémère de la famille ont eu un effet profond sur la relation interpersonnelle du mariage. C'est la qualité de la relation entre deux personnes qui est mise en valeur. Il n'y a plus de famille au sens large pour amortir les tensions. Par suite, toutes les insuffisances inhérentes à la relation prennent une importance considérable.

Un facteur peu reconnu mérite d'être noté. En 1940, 17% des femmes mariées occupaient un emploi. En 1972 il y en avait 42% dont 7% gagnaient davantage que leur mari. La femme est beaucoup moins dépendante de son époux et elle a beaucoup plus de chances d'être en contact avec d'autres hommes dans le cadre de son travail. Là encore, les possibilités que surviennent des tensions dans la relation se trouvent incontestablement accrues.

Une liberté sexuelle accrue a eu des répercussions profondes sur le mariage. On sait que 90 % des jeunes sur le point de se marier pour la première fois ont eu des rapports, bien que 37 % seulement de la population estiment qu'un tel comportement soit permis. Qui plus est, une enquête révèle que les partenaires d'un premier mariage, âgés de vingt à vingt-cinq ans, ont davantage d'expériences sexuelles extra conjugales pendant les deux premières années de leur mariage que pendant toute la vie conjugale de personnes plus âgées. On peut difficilement exagérer l'importance de ces faits pour l'avenir des différents types dé mariage.

Tous ces facteurs rendent davantage possible un mariage centré sur chaque personne, ou une association de partenaires. Mais ils rendent également le mariage plus hasardeux, plus apte à créer des tensions et moins susceptible de durer. Nous sommes là face à un dilemme : plus la participation sexuelle se centre sur la personne, plus elle risque d'aboutir à une rupture; d'un autre côté, plus elle se centre sur la personne, plus elle a de chances d'apporter à chacun des partenaires satisfaction profonde et plénitude.

Chacune de ces conditions sociales donnent à la femme plus de choix, plus d'occasions de prendre conscience de sa propre dignité, une plus grande possibilité de découvrir sa propre valeur personnelle. Elles se sont toutes conjuguées dans une des « révolutions tranquilles » les plus rapides, les plus efficaces de notre temps — le mouvement de libération de la femme. On assiste là à un effort pour que disparaisse la discrimination contre les femmes — dans les possibilités d'accès à un emploi, dans les lois d'accès à la propriété, dans les droits civiques, dans les salaires. Même dans des situations qui paraissent moins évidentes, dans la langue par exemple — *l'homme*[1], *présiden*[2] (de séance), hommage *à Lui* — nous sommes rendus sensibles à la façon subtile dont on rabaisse l'amour-propre de la femme.

Par ses efforts pour éveiller la conscience ainsi que par ses activités d'ordre politique et juridique, le mouvement de libération de la femme est fondamentalement centré sur la personne. Ce qu'il a de meilleur dans ses principes c'est qu'il s'accompagne d'une confiance profonde dans l'aptitude de la femme prise isolément à vivre une vie librement choisie par elle, à devenir une personne indépendante et créative, pourvu seulement que la société crée un climat favorable à cet épanouissement. L'homme pris isolément peut également devenir un être beaucoup plus complet — tendre, aimant, sensible, aussi bien qu'intellectuel et actif — si le climat social sait faire place à cet aspect. Pourtant beaucoup d'hommes voient le « M.L.F. » rien moins que comme une menace pour leur virilité, leur position dans la famille, leur emploi. Il est donc évident que le mouvement de libération et

[1] Mankind : l'homme au sens du « genre humain », « humanité »
[2] Chaurman : m^me désignat une femme, ce terme est généralement utilisé au masculin.

ce qu'il implique constituent une force extraordinaire pour le changement de la dynamique et de la politique du mariage.

Voici certaines des choses que j'ai apprises de partenaires qui ont été mêlés à un climat centré sur la personne — groupes de couples, groupes de rencontre, thérapie individuelle, ou lectures.

Les difficultés déjà existantes chez les partenaires sont mises en lumière. Un jeune couple vivait ensemble et avait l'intention de se marier. Ils se sont trouvés ensemble dans un groupe de rencontre et ont demandé au groupe la permission d'explorer plus à fond l'association qui était la leur. Au fur et à mesure qu'ils ont commencé à s'ouvrir l'un à l'autre, il est apparu clairement qu'ils se connaissaient à peine. Leurs buts étaient différents et ils percevaient les choses de façon nettement différente. Ainsi la jeune femme estimait être assez à la hauteur et certainement pas inférieure. Elle a été stupéfaite et blessée d'apprendre que son amant la jugeait fort inférieure à lui par son statut social et son niveau intellectuel. En examinant plus à fond leurs différences ils sont devenus de plus en plus ouverts l'un envers l'autre mais leur association semblait des plus précaires. Cependant, plus d'un an après, une lettre m'a fait part de leur mariage, de l'augmentation mutuelle de leurs centres d'intérêt, de leurs points de convergence dans le travail, ainsi que de la satisfaction que leur apportait alors leur relation. Le risque qu'ils avaient pris en explorant leurs différences profondes avait affermi plutôt que brisé les liens de leur association de partenaires.

Les zones de différence peuvent survenir dans des champs très variés. Chez un couple, le mari est hédoniste, il ne travaille que quand il y est contraint et forcé et se considère essentiellement comme un « fainéant », alors que sa femme est profondément pénétrée de l'éthique du travail. Elle dit : « Mon sang ne fait qu'un tour lorsque je l'entends dire ‘’tout ce que je souhaite c'est d'être riche et de me payer du bon temps’’. » Elle estime qu'il devrait prendre son travail plus au sérieux. Une preuve de l'incroyable complexité des relations humaines c'est que la femme axée sur le travail est, avec le consentement de son mari, danseuse aux seins nus, alors que le « fainéant » est dans les affaires! Mais l'examen approfondi de leurs objectifs différents les aide à se rapprocher l'un de l'autre.

Le fossé qui existe entre partenaires peut être dû à d'anciennes blessures. Hal et Jane sont mariés depuis quinze ans, ils sont venus à bout de nombreuses difficultés dues à une différence de milieu au plan religieux et culturel, et leur relation semble maintenant s'être stabilisée. Pourtant, au cours d'un entretien, elle révèle qu'elle a gardé rentrée une grande partie de son affection et que maintenant elle ne donne pas libre cours à ses élans en sa présence, à cause d'une vieille rancune. Pendant les premières années de son mariage Jane avait le sentiment de donner 90% d'affection. Hal n'en donnait que 10%. Elle n'a jamais discuté à fond de sa rancune et a gardé les marques de cette ancienne blessure dans la relation qu'elle a actuellement avec son mari. Aujourd'hui l'un et l'autre sont tristes qu'elle n'ait pas exprimé beaucoup plus tôt ce qu'elle ressentait — l'association entre les deux partenaires s'en serait peut-être trouvée fort améliorée.

Un autre effet c'est que *la communication devient plus ouverte, plus réelle et comprend une plus grande écoute mutuelle.* On peut parfois se rendre compte du moment précis où ce processus est en train de se déclencher. Dans un groupe de couples, un mari et sa femme ne cessaient de s'attaquer l'un l'autre. Ce groupe a essayé de les aider à écouter davantage, à exprimer leurs *propres sentiments,* non leurs opinions. Le mari a semblé faire sien une partie de ce qui venait d'être dit et s'est risqué à expliquer, de façon assez poignante, le piège dans lequel il se sentait pris. A l'instant précis où il a cessé de parler, sa femme s'est mise à contester ses raisons et sa façon de se comporter envers elle. Le facilitateur est intervenu : « Avez-vous entendu ce que votre mari essayait de vous dire? » « Bien sûr que j'ai entendu. » Le facilitateur a dit : « Voudriez-vous simplement lui dire le fond

de sa pensée afin qu'il sache que vous l'avez entendu ? » Elle s'est tue, essayant visiblement de se rappeler. Elle a commencé à prendre un air embarrassé. Elle a finalement dit à son mari de la voix la plus douce dont elle ait fait usage depuis que le groupe avait démarré : « Qu'est-ce que tu as donc dit? » Ce fut le début d'une meilleure écoute.

Dans le climat d'une approche centrée sur la personne, *les partenaires en viennent à reconnaître la valeur de l'autonomie.* Carol et Bob donnaient extérieurement toutes les apparences d'être un couple heureux. L'un et l'autre avaient fait des études et tout allait bien pour eux — ils avaient une maison en banlieue, un bébé et une voiture neuve. Ils faisaient tout ensemble. Tout le monde considérait que leur mariage était très réussi. En eux-mêmes, tous deux trouvaient leur mariage morne et source d'insatisfaction. Ils étaient désabusés et mécontents l'un de l'autre, mais surtout de l'existence.

Ils ont participé à un groupe de couples mariés et ont commencé à comprendre qu'ils avaient cessé de se développer en se mariant et, fait plus grave, qu'ils ne communiquaient pas. Finalement Bob a pris le risque de parler ouvertement et a fait part à Carol des aventures qu'il avait eues avec d'autres femmes. Elle a pris peur et a été jalouse. Elle avait tenu comme un fait établi qu'il y avait de la sécurité dans son univers et maintenant voilà que cet univers s'était écroulé. Son mariage échappait à son contrôle et une lourde menace pesait sur elle. Mais même dans sa frayeur une prise de conscience se faisait jour : « s'il sait être autonome, peut-être que j'en suis également capable ». Elle s'est ouverte de plus en plus dans le groupe et par suite on l'a trouvée plus digne d'être aimée. Mais voir que le groupe la jugeait digne d'être aimée était épouvantable pour Paul. A son tour il se sentait menacé et blessé.

Cependant le courage dont il avait fait preuve en parlant ouvertement de ses aventures, l'a amenée à être elle-même plus courageuse. Ils n'allaient pas tarder à discuter toute la nuit ensemble, chacun découvrant chez l'autre des aspects nouveaux et intéressants. Ils ont pris de plus en plus conscience de leur autonomie. Ils peuvent maintenant se permettre de fixer chacun ses propres rendez-vous et de rechercher d'autres relations. Carol, tout particulièrement, a abandonné la « gentille » image d'elle-même et son mari est devenu plus réel, c'est un moi en qui elle a bien davantage confiance.

Pour Carol et Bob, un climat favorable à la croissance a oeuvré dans le sens d'une transformation totale de la politique de leur mariage. Ils ne sont plus régis par les attentes de la société — qui voudrait qu'ils fassent tout ensemble, qu'ils suivent un modèle traditionnel et immergent leur vie l'un dans l'autre. Ils sont en train de devenir des personnes uniques et autonomes, à la recherche de voies différentes, des personnes liées par la communication et un amour mutuel, non par quelque modèle imaginaire et conventionnel imposé de l'extérieur.

Une autre conséquence d'un tel climat c'est que *l'indépendance croissante de la femme est reconnue et prend toute sa valeur dans la relation.* C'est un autre exemple de l'autonomie que nous venons de souligner mais cet aspect tient une place si importante dans les associations modernes de partenaires que cela vaut la peine de le mentionner.

Jerry a récemment fait l'expérience de ce qu'il a appelé une « bombe explosive » dans son mariage. Il a été absorbé par son travail. Jane s'est chargée de la tâche difficile d'élever leur fils, non sans en éprouver une secrète rancune. Au fil des années quand elle a eu davantage de temps disponible elle est retournée à l'université pour parfaire ses études et, ce faisant, a été confrontée à plusieurs influences centrées sur les personnes. Elle a décidé d'occuper un emploi dans la ville où ils avaient vécu auparavant. Elle en a fait part à Jerry mais il ne pouvait absolument pas prendre sa décision au sérieux. Quand il s'est enfin rendu compte qu'en fait elle ne plaisantait pas et qu'il lui faudrait soit renoncer à elle, soit lui-même changer de travail, ce fut, comme il le dit une « bombe explosive ». Les discussions familiales ont été animées et, fort heureusement, Jane ayant pu exprimer une partie de la rancune qu'elle avait sur le coeur, est devenue plus désireuse de faire quelques

concessions. Mais la famille déménage, Jerry change de travail et la dynamique de leur relation a fondamentalement changé. Jerry éprouve davantage de respect pour sa femme, il voit plus clairement le rôle qu'il a joué en étant marié à son travail, ainsi l'aptitude de l'un et l'autre à partager leurs sentiments a augmenté de façon marquée. Même en ce qui concerne leurs relations sexuelles, qui n'ont jamais été idéales, il y a une plus grande communication et davantage d'espoir. Une partie du problème réside dans le fait qu'une bonne entente sexuelle s'est révélée difficile tant que Jane entretenait une secrète rancune à l'égard de son mari.

Le problème de savoir où habiter lorsque aussi bien la femme que le mari travaillent et ont des occasions tentantes dans des environnements différents, prend une importance croissante. Le résoudre exige des sentiments partagés au plus haut degré, l'examen approfondi de toutes les options et le désir d'atteindre une solution qui peut n'être idéale ni pour l'un ni pour l'autre. Il est certain que de tels problèmes surviennent plus fréquemment lorsque l'on considère le mariage comme une association où les partenaires sont égaux entre eux, chaque conjoint étant respecté en tant que personne apte à faire des choix importants.

Ce nouveau courant est souvent particulièrement menaçant pour le mari de la femme qui s'épanouit dans sa vie professionnelle. L'indépendance croissante de celle-ci donne à l'homme le sentiment que son rôle ancien de soutien de famille est désormais inutile. Il y a toujours l'éventualité qu'elle gagne davantage que lui. Si tous deux ont la même profession ou une profession similaire, la rivalité devient implicite dans leur relation. Une conséquence directe c'est que la *qualité* de leur relation sexuelle, le degré d'épanouissement personnel de chacun d'entre eux, la mesure dans laquelle se développent certains intérêts communs — tous ces éléments prennent une bien plus grande importance que dans les mariages traditionnels.

Inévitablement, dans une situation centrée sur la personne, *il y a une reconnaissance croissante de l'importance aussi bien des sentiments que de la raison,* des émotions aussi bien que de l'intellect.

Un sentiment est « une expérience qui a des connotations émotionnelles en même temps que sa propre signification personnelle. Il comprend donc l'émotion mais aussi le contenu cognitif de la signification de cette émotion dans son contexte expérientiel. On en fait l'expérience sur le moment de façon indissociable. Le sentiment, qui englobe à la fois l'émotion et la signification, est le terme le plus large. La place donnée, au cours des derniers siècles, à la raison, à la pensée et à la rationalité, a marqué la tentative de scinder les deux composantes vraiment indissociables de l'expérience, au détriment de notre humanité.

Ce divorce entre la raison et le sentiment est un des premiers mythes à disparaître dans une approche centrée sur la personne. Les individus s'aperçoivent qu'ils communiquent avec leur être tout entier, ils expriment leurs expériences et non pas quelque représentation intellectuelle et desséchée de celle-ci.

C'est une des raisons majeures pour laquelle une approche centrée sur la personne a été si précieuse à de nombreux couples mariés et pour ceux qui vivent en couple ensemble. La « pure » raison et l'évaluation « objective » ne sont pas une base sur laquelle deux êtres humains peuvent véritablement se fonder pour vivre ensemble. Cela signifie qu'ils essaient d'exclure la moitié de leur expérience (et peut-être la moitié la plus importante) de leurs communications. Par l'intermédiaire des groupes intensifs, des classes centrées sur l'élève (ou l'étudiant), des livres, des groupes de couples et d'autres moyens, de plus en plus de gens sont en train d'apprendre combien il est sot de vouloir se borner à des pseudo communications de ce genre. Ils sont en train de redécouvrir ce que signifie le fait de se communiquer eux-mêmes tels qu'ils sont. Je n'essaierai pas d'aborder ici les façons dont des communications sont mises en échec par un certain jargon ou par le cérémonial d'un groupe de rencontre. « Je veux savoir ce que vous ressentez *vraiment* » peut aussi bien être une pseudo communication qu'autre chose, si elle ne se fonde pas sur ce que la personne qui parle ressent

à ce moment précis. Notre culture américaine a été si corrompue par l'Avenue Madison que tout peut se transformer en procédé mécanique. Il ne fait aucun doute que ceci s'est souvent produit dans les groupes de rencontre et à l'occasion de la préparation des parents à « l'authenticité ». Ces fausses notes n'enlèvent rien cependant à l'importance de la communication véritable qui va également en augmentant.

Le fait de se tourner vers une approche centrée sur la personne signifie qu'il y a *un élan qui vous pousse à faire l'expérience d'une plus grande confiance mutuelle, d'une croissance personnelle et d'intérêts partagés.* Les partenaires tendent à avoir davantage confiance l'un en l'autre au fur et à mesure qu'ils sont plus authentiques l'un envers l'autre. Étant plus authentiques, ils prennent davantage le risque d'être plus ouverts et mettent ainsi en valeur leur développement en tant que personnes. Comme ils communiquent à un niveau plus profond, ils ont toutes chances de découvrir, et de souhaiter développer davantage d'intérêts communs qu'ils ne le font ou que ceux qu'ils peuvent partager.

L'expérience vécue dans une atmosphère psychologique centrée sur la personne a un autre résultat. *Les rôles et les attentes de rôles tendent à disparaître et sont remplacés par la personne qui choisit son propre mode de comportement.* Voici les rôles attendus de l'homme dans l'association de partenaires. L'homme est le chef de famille. C'est lui qui pourvoit à tout. Il est le plus fort des deux, c'est lui qui est supérieur bien qu'il soit aidé par « sa petite femme ». Sa vie est régie par l'intellect, non par l'émotion. Lui seul peut de temps à autre avoir besoin d'une « aventure » extraconjugale. C'est lui qui domine dans toute activité sexuelle. Il est strict en matière de discipline avec ses enfants. Tous ces rôles et toutes ces attentes s'écroulent dans une expérience centrée sur la personne. L'essentiel devient l'homme en tant que personne unique — humaine, mouvante, se comportant en fonction de ses sentiments de l'instant et de ses objectifs à long terme.

Ce que l'on attend de la femme est également susceptible d'être remis en question. L'épouse est soumise à son mari. Elle trouve une complète satisfaction dans son foyer et dans ses enfants. Elle accomplit toutes les tâches domestiques. C'est elle qui installe le nid. En comparaison de son mari elle est faible physiquement et au plan intellectuel elle lui est inférieure. Elle est capable d'éprouver des sentiments mais non pas d'organiser sa pensée. Elle subordonne ses intérêts à ceux de son mari. Ses besoins sexuels sont plus faibles que ceux de son mari. Il n'est pas question qu'elle se livre à des expériences sexuelles extraconjugales.

Là encore, le comportement attendu pour jouer ces rôles s'écroule dans un groupe de rencontre, dans une thérapie centrée sur la personne ou dans un groupe de prise de conscience féminine. La femme prise isolément apparaît avec une personnalité aux contours clairement définis qui est la sienne propre et se conduit de la façon qui correspond à ses besoins et à ses choix. Le rôle sociologique perd de sa force dans une expérience centrée sur la personne.

Les rôles masculins et féminins sont rarement mis en avant de façon si grossière dans notre culture actuelle. Ils se sont déjà affaiblis par le jeu des forces sociales. Mais ils existent de façon implicite dans notre structure sociale.

Pourquoi, à travail égal, les hommes sont-ils mieux payés? Pourquoi les femmes sont-elles autorisées à pleurer lorsqu'elles ont de la peine, mais pas les hommes? Ces rôles demeurent très vivaces et fonctionnent même s'ils sont affaiblis. Mais ils perdent complètement leur force dans un groupe de rencontre centré sur la personne. Nous voyons là un homme en train de pleurer et une femme suffisamment forte pour l'aider à se libérer de son chagrin. Nous voyons là un homme qui ne se sent en sécurité que dans son nid actuel et dont la femme aventureuse prend la décision de s'engager dans une nouvelle vie. Nous nous apercevons que toutes les attentes de rôles habituelles sont en contradiction avec l'expérience d'hommes et de femmes qui essaient de toutes leurs forces *d'être* ce qu'ils sont en train d'éprouver personnellement. Cela conduit à un comportement qui correspond parfois aux

attentes de rôles, et parfois pas, mais à aucun moment le comportement n'est dicté par le rôle que l'on attend de la personne.

Il y a une appréciation plus réaliste des besoins que chacun peut satisfaire chez l'autre. Quand un homme considère sa partenaire comme une *personne,* il devient évident qu'il a fort peu de chances de pouvoir satisfaire tous ses besoins — sociaux, sexuels, affectifs, intellectuels. Avec une force égale la femme est frappée par le fait qu'elle ne peut pas être *tout* pour cet homme. Ces affirmations deviennent particulièrement vraies lorsque nous ne pensons pas simplement à aujourd'hui mais aux années à vivre ensemble.

Il devient donc simplement réaliste d'admettre que chaque partenaire sera obligé de concéder à l'autre plus d'espace vital pour des intérêts extérieurs, des relations extérieures et du temps où être seul — toutes choses qui enrichissent la vie. Ceci ne contredit en rien la recherche perpétuelle d'une vie mutuelle plus ouverte et plus profonde. Cela signifie simplement, comme l'ont appris Bob et Carol, qu'ils ne sont pas forcés de tout faire ensemble. Faire l'expérience de cette plus grande liberté, les conduit à vivre ensemble une vie plus enrichissante.

Les relations appelées satellites peuvent se former à l'instigation de l'un ou l'autre partenaire, et cela est souvent la cause d'une grande souffrance aussi bien que d'un épanouissement enrichissant. Une relation satellite signifie une relation secondaire mais profonde hors mariage, qui implique parfois, mais pas nécessairement, des rapports sexuels mais à laquelle on tient en soi. Ce terme semble bien préférable à d'autres expressions telles que « expérience sexuelle extraconjugale », « aventure », « maîtresse » ou « amant ».

Quand deux personnes dans une association de partenaires apprennent à se considérer comme des personnes distinctes dont les intérêts et les besoins sont à la fois distincts et communs, elles ont des chances de découvrir que les relations extérieures sont un de ces besoins. Et quand cette relation extérieure implique la possibilité d'une intimité sexuelle, elle pose des problèmes aux partenaires primaires. Nancy, par exemple, accorde à son partenaire, John, la liberté de sortir avec d'autres femmes et sait que ces sorties peuvent déboucher sur des rapports sexuels. Intellectuellement elle approuve pleinement mais ses émotions ne sont jamais loin derrière cette position logique. Elle est souvent jalouse et blessée, pourtant elle se sent également rassurée par le fait que John la préfère toujours, qu'il lui revient.

Je vois souvent dans les groupes de rencontre ou dans les groupes auxquels participent des couples mariés, des relations satellites de ce genre commencer à se développer. Une épouse émotive, volage, qui est irritée de la façon dont son mari est forcé de se consacrer à ses recherches, noue une nouvelle relation avec un autre homme du groupe. Il est espiègle, ce qui n'est pas le cas de son mari. Il est affectueux et exprime ce qu'il ressent, qualités qui font défaut à son mari. Les liens qui se nouent deviennent très étroits. La femme s'ouvre très librement à la fois à son mari et à son nouvel amour de la vive émotion et de la satisfaction que lui cause cette nouvelle alliance et aussi du trouble et des tiraillements qu'elle provoque en elle. Son mari avait toutes sortes de qualités et elle a le sentiment de lui être déloyale. Quant à son mari — chercheur qui s'était présenté au groupe comme étant dépourvu de sentiments — il découvre en lui un degré intense de jalousie et de colère qui l'effraie. Il est en train de souffrir profondément. Lui et sa femme ne cessent de parler ensemble, tantôt amèrement, tantôt affectueusement, parfois en se comprenant vraiment l'un l'autre, à d'autres moments en n'éprouvant rien d'autre que de la colère.

Parce que tout cet échange était si ouvert, le groupe et moi faisions partie de la situation. Nous ne pouvions faire autre chose que d'observer les brusques sautes d'humeur entre le mari et la femme, les liens tantôt étroits tantôt lointains au sein de la relation satellite. Différents membres du groupe ont écouté dans un esprit de compréhension les trois membres du triangle, tout particulièrement la souffrance, la colère et le conflit vécu par la femme et son mari. Quand l'expérience vécue dans le groupe a pris fin, je me suis demandé

si une approche centrée sur la personne serait responsable de la rupture d'un mariage qui, avec toutes ses imperfections, avait duré de nombreuses années. C'est un grave problème sur lequel méditer.

Quelques mois plus tard, un membre du groupe m'a fait part d'une lettre qu'il avait reçue de la femme. Leur mariage, disait-elle, n'avait jamais mieux marché. Ils parlaient ensemble comme ils ne l'avaient jamais fait dans le passé et partageaient des sentiments qu'auparavant ils auraient gardés pour eux. Le mariage avait pris plus de valeur pour chacun d'entre eux qu'au cours de toutes les années précédentes. La dynamique de leur mariage a changé de façon radicale. Auparavant le mari, travailleur, actif, aimait sa femme et s'occupait d'elle comme d'une femme hyper émotive à qui il fallait imposer une certaine retenue. Pendant ce temps sa femme était irritée de la façon dont il se consacrait à son travail, elle se sentait insatisfaite et se considérait nettement inférieure à lui. Maintenant leur relation ressemble bien davantage à une association de partenaires égaux.

C'est un processus que j'ai observé en maintes occasions. Il ne fait aucun doute dans mon esprit que lorsque les associations de partenaires sont mises en présence d'une approche centrée sur la personne, les relations satellites ont plus de chances de se produire. Les individus — à la fois les hommes et les femmes — découvrent qu'il est possible de ressentir de l'amour pour plus d'une personne à la fois. L'un d'entre eux ou les deux peuvent faire l'expérience d'un second amour, en dehors de leur relation première. Cela entraîne toujours jalousie, souffrance et crainte de perdre l'autre. Pourtant cette crise peut être surmontée et résulter en une association plus riche entre partenaires.

Ce qui est au coeur du problème c'est la jalousie et la profondeur à laquelle plongent ses racines. Pour Rollo May, la jalousie caractérise la relation dans laquelle l'un cherche davantage de pouvoir que d'amour. Les O'Neill disent : « Nous ne croyons pas que la jalousie tienne la moindre place dans un mariage ouvert ». Je suis loin d'en être aussi sûr. La fréquence de la jalousie m'a poussé à me demander si c'est simplement le résultat d'un conditionnement culturel — auquel cas elle pourrait disparaître en une génération ou deux — ou si elle a quelque fondement biologique, comme la délimitation d'un territoire que nous trouvons chez les animaux, les oiseaux et nous-mêmes. La vie de nombreux couples nous apporte des preuves que les sentiments de jalousie peuvent se modifier et être surmontés, bien que cela ne soit pas sans que l'on en éprouve une certaine souffrance.

Dans la mesure où la jalousie est faite d'un sentiment de possession, tout changement intervenant dans ce sentiment crée une profonde différence dans la politique de la relation du mariage. Dans la mesure où chaque partenaire devient véritablement un être doué de libre arbitre, la relation ne dure que si les partenaires sont engagés l'un à l'autre, communiquent bien entre eux, s'acceptent en tant que personnes distinctes et vivent ensemble en tant que personnes, non en tant que rôles. C'est un type de relation nouveau et mature auquel de nombreux couples aspirent.

Une femme parlant de sa propre expérience personnelle concernant son mariage, et également en tant que conseiller (counselor), exprime un point de vue plein de sagesse centrée sur la personne : « Je pense qu'il y a une condition essentielle pour surmonter les crises et enrichir la relation. C'est l'aptitude à croire que vous avez le droit d'éprouver ce que vous êtes en train d'éprouver et que vous n'avez pas besoin de la permission de votre partenaire pour le faire. En même temps vous êtes suffisamment attaché à votre partenaire pour rester avec lui pendant qu'il éprouve ses sentiments, pour les écouter sans vous sentir hyper responsable et sans les laisser influencer votre comportement. Ce que je vois souvent arriver c'est que le partenaire qui est engagé dans une autre relation se sent contrôlé, coupable et irrité quand il n'est pas accepté de façon inconditionnelle par son compagnon. Cela augmente le sentiment de menace et d'abandon chez l'autre qui s'accroche davantage encore. Ils ne tardent pas à se trouver pris dans un terrible cercle vicieux qu'il est fort difficile de briser.

Je pense que la situation idéale est celle où l'on peut dire au partenaire : « J'ai besoin et je me dois de faire l'expérience de cette relation maintenant. J'entends ta blessure, ta jalousie, ta crainte, ta colère; je n'aime pas les recevoir mais elles sont une conséquence du choix que je suis en train de faire et je t'aime assez pour vouloir être prête à ce que nous les surmontions ensemble. Si je décide de ne pas faire cette autre expérience c'est parce que je le choisis et non parce que je te laisse m'empêcher de la faire. De la sorte je ne t'en porterai pas rancune, et je ne te punirai pas de mon manque de courage lorsqu'il s'est agi de faire des choix et d'être responsable de leurs conséquences ».

C'est un type d'aspiration à l'indépendance et à l'épanouissement qui est empreint de maturité.

Voici un mariage dont l'orientation était tout d'abord très traditionnelle mais qui a changé de façon marquée lorsque les partenaires ont été exposés à une grande diversité d'influences centrées sur la personne. En réponse à mes écrits je reçois de très nombreuses lettres dont un grand nombre sont très personnelles. J'ai choisi la lettre ci-dessous parce qu'elle rend compte, de façon très vivante, du processus suivi par l'association de partenaires formée par Ruth et Jay pendant un certain nombre d'années. Elle montre également l'évolution. de la politique de leur relation. Dans la perspective qui est la mienne dans cet ouvrage, c'est l'aspect sur lequel je souhaite insister — les façons dont s'exerce le contrôle, consciemment ou non; le lieu de la prise de décision pour soi et son ou ses partenaire(s); les conséquences de ces choix sur la dynamique de l'ensemble du système dont le mariage est une partie. Mes commentaires sur l'évolution de la politique de son expérience vécue sont entre crochets et en italique.

Cher Carl,

J'ai le sentiment de vous connaître. Bien que je ne vous aie jamais vu, votre esprit m'a touché et je suis transformée. Cela fait peur mais c'est fantastique et je ressens le besoin de vous écrire pour vous donner une autre histoire encore de la vie humaine et de son évolution. *[Bien qu'elle ait été mise en présence d'une approche centrée sur la personne par l'intermédiaire de mes écrits, il est clair, d'après son récit, que cela est très récent. Dans toute la première partie de sa vie sentimentale n'intervient absolument aucun concept de ce genre.]*

Je commencerai au début de mon mariage. Au début de mes études universitaires, j'ai rencontré et aimé un camarade également étudiant. Ce n'était pas mon premier amour, et ce ne sera pas le dernier, mais c'est lui mon seul amour parfait. J'ai été bientôt enceinte et nous avons été contraints de nous marier. Je n'étais pas certaine qu'il m'aimait et j'avais le sentiment qu'il ne m'avait épousée que parce que j'étais enceinte. (Cependant il me persuada plus tard que ce n'était pas vrai). *[Ici le lieu de la prise de décision est presque entièrement extérieur. On « doit porter l'enfant ». On « doit épouser le père ». Elle s'est sentie forcée à ces démarches et puisque les décisions n'étaient ni les siennes, ni celles de Jay, elle ne se sentait pas sûre de lui.]* Jay, mon mari, a fait tant d'efforts cette première année mais j'étais malheureuse à force de m'apitoyer sur mon sort et je n'étais pas mûre pour le mariage ou pour un bébé. Je lui ai rendu la vie très difficile et j'ai rejeté mon amour pour me protéger moi-même. *[Se sentant martyrisée par la décision que la vie lui a imposée, elle se révolte. Elle n'est pas mûre pour le mariage ou pour un enfant, aussi retient-elle l'amour qu'elle ressent pour un mari aimant. « Rejeter » son amour semble être le seul choix qui lui donne l'impression d'être responsable d'elle-même. Cela assure en fait sa sauvegarde en tant que personne autonome, aussi triste que cela soit en ce qui concerne leur relation.]*

Après la naissance de notre fils, Gordon, les choses sont allées mieux, Jay a fait son service et nous nous sommes installés près de sa base militaire. Après un an et demi de

mariage il est parti pour le Viet-Nam. *[Là encore la décision de la séparation est prise par le gouvernement et ce n'est pas un choix dont l'un ou l'autre puisse se sentir responsable.]*

Ce fut une année très difficile. J'ai terminé ma licence en Sciences (B. Sc.) et j'ai commencé ma maîtrise (M.A.). J'ai consacré toute mon énergie à Gordon et plus tard à mes élèves lorsque je me suis mise à enseigner cet automne-là. Je craignais toujours que Jay ne revienne pas mais il est revenu. *[Elle commence à devenir une personne plus indépendante et plus généreuse]*.

Mais le Jay que je croyais connaître n'est pas revenu. Jay avait toujours été calme et plutôt renfermé, mais il est revenu après une année de guerre et s'est complètement isolé. Il ne donnait rien à personne. Pendant un an et demi les choses ont été ainsi. J'enseignais et j'aimais mon univers avec les élèves. Jay n'aimait pas son travail et ne s'aimait pas lui-même. J'ai terminé ma maîtrise et j'ai commencé à enseigner dans une petite université proche de notre ville l'année suivante. *[La relation semble en train de s'éteindre. Jay est loin dans son propre univers (probablement torturé) et elle s'investit dans son travail. Il semblerait que la fin de l'association de partenaires soit proche.]*

Puis nous avons rencontré Doug et Mary. Ils étaient si ouverts, si honnêtes, si aimants. Nous avons vraiment appris à nous parler et à leur parler. J'ai reconnu mes craintes d'être dominée et mon dégoût en ce qui concerne mon corps. Tout était merveilleux. Nous aimions et étions aimés. Puis nous avons couché chacun avec le partenaire de l'autre couple. *[La communication ouverte avec Doug et Mary est sa première exposition à une approche centrée sur la personne, et, comme il arrive souvent, Ruth a commencé à s'épanouir, tout particulièrement en s'acceptant elle-même et grâce à la communication mutuelle entre Jay et l'autre couple.]*

Les deux ou trois premières fois ont été merveilleuses. Nous nous sentions tous bien, mais Jay a été impuissant avec Mary. Cela l'a vraiment contrarié. Nous en avons un peu parlé mais pas assez. Soudain un soir que je regardais Jay et Mary se parler et être très tendres, j'ai pris peur et me suis mise à pleurer. Je voyais Jay donner à Mary tout l'amour et toute l'affection que j'avais voulus de lui mais que je n'avais pas acceptés quand il me les donnait (la première année) et maintenant il ne me les donnait pas. Inutile de dire que nous avons arrêté là l'aspect physique et que cela a presque mis un terme à notre relation avec Doug et Mary parce que je me sentais si menacée. *[Comme il arrive parfois quand deux couples ont entre eux des liens étroits, ces liens trouvent leur expression par des contacts physiques ou des rapports sexuels. Les relations sexuelles n'étaient de toute évidence menaçantes pour personne.]*

[Le fait que Jay soit attaché à Mary et communique avec elle s'avère terriblement menaçant pour Ruth. Elle impose un contrôle, évidemment inconscient de sa part. « Inutile de dire que nous avons arrêté là l'aspect physique ». Elle semble éprouver que cela ne se discute même pas, bien que ce soit visiblement elle qui l'ait provoqué. Entre outre elle éloigne Doug et Mary pour apaiser ses craintes. Elle ne condamne pas Jay parce qu'elle se rend compte que là se trouve le côté aimant de sa personnalité, le côté qu'elle avait rejeté au début du mariage.

[Ce qui est extraordinaire, c'est qu'elle ne fait même pas état de la réaction de Jay lorsque survient la rupture d'une relation qui commençait à savoir un sens pour lui. De toute évidence elle ne considère pas cela comme un problème et comme une décision qui les intéresse l'un et l'autre.]

Puis le printemps suivant, un de mes étudiants est tombé amoureux de moi. J'avais toujours fait preuve de beaucoup d'affection et de beaucoup de compréhension vis-à-vis de mes élèves mais je n'avais jamais eu d'étudiants. J'avais vingt-six ans et John en avait vingt. Avant même que j'aie pu savoir ce qui m'arrivait, nous nous aimions. Jay et moi nous nous parlions alors mais nous ne nous disions naturellement pas tout. Mon amour pour John n'a fait que renforcer mon amour pour Jay. Mais Jay n'était pas capable d'accepter John. II a vraiment fait tout son possible. Cela a créé une tension affective pour nous tous. J'aimais trop Jay pour

le voir si malheureux. J'ai donc renoncé à John et suis allée enseigner dans une autre université à l'automne. John et moi n'avons jamais couché ensemble. *[Maintenant Ruth s'aperçoit qu'il est possible d'aimer à la fois deux personnes de façons différentes. Elle découvre aussi qu'être généreuse, compréhensive et s'extérioriser avec d'autres personnes peut parfois mener à l'amour — comme ce fut le cas pour son amour pour John. Mais maintenant la jalousie vient de son mari et bien que tous trois s'efforcent vraiment de communiquer, il ne semble pas possible d'y parvenir. Aussi, là encore, on a recours à la même solution pour dissiper la jalousie — on abandonne la relation « satellite ». Elle semble attacher une importance considérable au fait qu'elle et son amant ne sont jamais allés « jusqu'au bout »]*

Tout l'incident a fait sur moi une profonde impression. Je me suis mise à redouter de « donner » à mes nouveaux étudiants, par crainte d'une autre rencontre de ce genre et par crainte de faire souffrir Jay à nouveau. J'ai commencé à rétrécir mon univers et j'ai refusé de donner autant de moi-même. *[Ce que Ruth semble avoir appris de cette expérience c'est qu'être ouverte et généreuse est une entreprise hasardeuse. Ne donne rien de toi-même et tout ira bien!]*

L'insatisfaction qu'éprouvait Jay dans son travail l'a poussé à s'inscrire à l'université pour entreprendre un 3e cycle. L'intérêt que moi-même et Doug portions à l'enseignement ainsi que nos conversations sur ce thème l'ont probablement influencé en ce sens. Pendant toute cette période, nous n'avions cessé de lire, d'échanger et d'une certaine façon de nous développer au plan intellectuel, mais peu au plan affectif. *[De l'ensemble de ce récit, il ressort clairement que Ruth et Jay s'efforcent perpétuellement d'améliorer leur communication — signe qui laisse bien présager de l'avenir.]*

Puis la bombe a été lâchée. Jay a suivi un cours de pédagogie cet automne et un groupe — composé de Jay, de sept camarades de cours et d'un facilitateur appartenant au corps enseignant — a démarré un groupe de rencontre. Ils se sont réunis une fois par semaine durant six ou sept semaines puis toute la journée un samedi.

Comment expliquer ce que j'ai ressenti? Je voulais que Jay s'épanouisse et apprenne à donner aux autres et qu'il soit heureux. Pourtant cela était une menace pour moi car je voyais un Jay nouveau et je craignais qu'il n'ait plus besoin de moi et ne veuille plus rester avec moi alors que j'avais plus que jamais besoin de lui. J'avais rétréci mon propre univers et le sien était en train de s'élargir. *[Quand une chance se présente à Jay dans un climat centré sur la personne, il la saisit, mais tout changement dans un système relationnel est inquiétant. Et voilà que se produit exactement ce que Ruth espérait — que Jay sorte de sa coquille et s'extériorise davantage mais le fait que ce but soit atteint la terrorise. Ce qu'elle craint c'est de ne plus être nécessaire à sa vie à lui.]*

La communication s'est bloquée à la maison. Nous nous mettions en colère, nous étions bouleversés, blessés, au lieu de nous parler et de comprendre. Je craignais d'être en train de le perdre et en ce sens j'ai très probablement dû l'éloigner de moi.

Jay était intimement lié à une des jeunes femmes du groupe, Laura. Son propre mariage était en train de se briser et elle avait terriblement besoin de quelqu'un. Jay est allé vers elle. Il ne m'a pas parlé de Laura mais j'imaginais le pire. Peut-être même que je l'y ai poussé inconsciemment. Une aventure était au moins quelque chose que je pouvais comprendre ou essayer de régler. *[Intéressant la façon dont — comme une balle — chaque enseignement qui se dégage rebondit de l'un à l'autre dans cette relation. Ruth avait appris qu'être ouverte, donner et s'extérioriser pouvait conduire à aimer et maintenant Jay le redécouvre également, plus profondément qu'avec Mary.]*

Puis j'ai quitté Jay un week-end pour rendre visite à ma mère. Je voulais qu'il décide de ce que nous allions faire au sujet de notre mariage. Il a passé le samedi en compagnie de Laura et ils ont couché ensemble. Il a tout d'abord été impuissant mais il a ensuite surmonté ce

handicap. Il est venu me trouver ce soir là chez ma mère. J'étais heureuse parce que je pensais qu'il voulait rester avec moi et faire que notre mariage marche; j'ai voulu faire l'amour mais pas lui et je ne savais plus où j'en étais.

La semaine qui a suivi a été à la fois bonne et mauvaise. Jay continuait à ne pas me parler de Laura et je savais que quelque chose n'allait pas. *[Bien que ce soit le récit que fait Ruth de sa souffrance, le doute, l'embarras et l'angoisse profonde de Jay transparaissent également.]* Nous nous faisions mal l'un à l'autre et prenions tout ce que l'autre disait en mauvaise part. *[C'est un exemple qui montre que lorsqu'un couple a essayé de communiquer ouvertement, une retenue consciente (ici de la part de Jay) entraîne presque inévitablement une mauvaise communication et une blessure.]* Finalement, le dimanche, Jay a dit qu'il avait besoin de partir seul une semaine. Il allait séjourner dans une ville voisine avec Doug et Mary. J'étais affolée, j'avais le cafard mais je voulais qu'il soit heureux or il ne l'était pas. Je l'ai laissé partir sans verser une larme. Mais après son départ, cette journée-là et la suivante ont été pour moi un vrai supplice. Je me suis abandonnée à mes sentiments de crainte et d'apitoiement sur moi-même. J'avais peur qu'il ne soit parti pour de bon et je me sentais si seule. Mais je ne l'ai pas appelé et je n'ai pas essayé non plus de lui donner un sentiment de culpabilité. Je ne lui ai même pas dit à quel point tout était néfaste pour notre fils. Je voulais vraiment lui donner la liberté dont il avait besoin. *[Il est clair que Ruth fait tant d'efforts pour être ce qu'elle aimerait être intellectuellement — désireuse de donner à son mari la liberté — que ses sentiments véritables la poussent au désespoir.]*

Jay est revenu le mardi soir. Nous avons parlé pratiquement toute la nuit et chacune des nuits suivantes. Le samedi il m'a tout avoué sur lui et Laura. Elle l'aime et il l'aime. C'était là ce que j'avais particulièrement redouté mais le simple fait de savoir était en un sens plus facile à supporter que toutes les craintes et incertitudes. *[D'une certaine façon, à cause de l'engagement que chacun ressent l'un envers l'autre, la communication se rétablit. Et lorsque la communication est ouverte, les faits ne sont jamais plus accablants que ne l'est l'imagination sans les faits.]*

J'ai commencé à lire votre livre sur les groupes de rencontre. *[Voici la seconde exposition de Ruth à une approche centrée sur la personne.]* Si seulement j'avais compris plus tôt, les choses ne seraient peut-être jamais allées aussi loin. Mais ce n'est pas trop tard.

Jay est transformé en tant que personne. Il sent que Laura a besoin de lui et il va parfois la trouver. Il est capable de donner une part de lui-même comme il n'a jamais pu le faire. C'est une personne aimante.

Et en ce qui me concerne? Et bien je l'aime plus que jamais. Je veux qu'il donne aux autres, et qu'il les aime. Oh, je continue à me sentir menacée et seule par moments. Je continue à vouloir une sécurité qui n'est jamais possible. Mais je comprends de plus en plus. Je donne maintenant à Jay davantage de moi-même — à la fois physiquement et affectivement — qu'à aucun autre moment de notre mariage. Il m'arrive encore d'avoir des accès de crainte et de solitude mais le plus dur est derrière moi. *[La croissance vers un amour mûr et non possessif, qui est si brièvement décrite dans ce paragraphe, est absolument extraordinaire .]*

Vos livres m'ont aidée à parvenir à une compréhension de moi-même, de Jay et de Laura. Cela fait un peu peur et le changement n'est pas toujours facile, mais je suis en train de changer. Au lieu de forcer Jay à prendre une décision pour qu'il choisisse entre moi et Laura, j'ai choisi de le laisser nous aimer toutes les deux. A l'instant je me sens pleine d'amour et de bonne volonté. Ce soir, tandis que Jay sera avec Laura, il se peut que les doutes anciens reviennent m'assaillir mais je suis beaucoup plus capable d'y faire front. Je me trouve à nouveau plus aimante et plus généreuse avec mes étudiants. Et cela en vaut la peine. *[C'est une voie téméraire, hasardeuse, en pleine croissance que choisit Ruth. Est-ce que cela « marchera »? Qui connaît la signification de ce mot? Mais Ruth et Jay communiquent mieux,*

ils sont plus généreux et la vie continue. Il est particulièrement remarquable que maintenant elle peut à nouveau affirmer sa personnalité ouverte, aimante, aussi bien face à ses étudiants que face à Jay. La vie ne semble plus si terrifiante.]

Ceci est probablement loin d'être le dernier chapitre de notre vie. Nous sommes tous les deux jeunes et nous ferons l'expérience de bien d'autres changements et de bien d'autres émotions. Mais je suis maintenant mieux préparée que jamais à y faire front. Et Jay et moi nous nous parlons et nous donnons l'un à l'autre. Dans l'immédiat c'est moi qui donne presque tout mais je sens que le moment viendra où il me donnera chaque jour davantage. Merci de m'avoir aidée.

Ruth

Il y a eu des déplacements étonnants du centre du pouvoir, de l'influence, du contrôle, dans cette relation et cet exemple frappant montre qu'un changement touchant un aspect de la relation change la dynamique de l'ensemble du système.

A différents moments ce sont les circonstances qui ont tenu les commandes. La grossesse non désirée a fait de Ruth une épouse qui doutait d'elle-même, qui était méfiante et peu généreuse. Le service militaire et l'année passée par Jay au Vietnam semblent avoir eu sur lui des effets néfastes mais ont résulté pour Ruth en une indépendance et une satisfaction plus grandes au fur et à mesure qu'elle menait sa propre vie et prenait confiance en elle.

Chaque fois que l'un ou l'autre partenaire s'est trouvé engagé dans une relation qui impliquait sollicitude, ouverture et respect, elle a apporté intimité, souffrance et croissance. Il y eut d'abord l'expérience vécue avec leurs amis Doug et Mary. Pour Jay cela a résulté en un amour généreux, communicatif. Pour Ruth ce fut alors la crainte, la jalousie et le repli sur soi. Mais par la suite est survenue l'ouverture de Ruth avec ses étudiants, qui a résulté en un amour à la fois pour John — l'étudiant — et Jay, son mari. Mais pour Mary cela signifiait menace et l'un et l'autre se sont repliés sur eux. Puis est venue l'exposition de Jay à l'ouverture et à la sollicitude d'un groupe de rencontre. Là il s'est révélé à nouveau être une personne généreuse, aimante, qui a changé toute la dynamique de la relation parce que *lui* avait changé. Puis son amour pour Laura l'a troublé et a bouleversé Ruth. Avec la souffrance et les blessures s'est établi petit à petit une communication plus réelle. Jay est devenu une personne aimante. Ruth prend le risque de le laisser aimer deux femmes et acquiert une bien plus grande maturité au cours de tout ce cheminement. Elle essaie de comprendre et d'accepter non seulement ses propres besoins mais ceux de Jay et de Laura. Elle est en train de risquer une relation difficile mais centrée sur la personne. Elle a fait beaucoup de chemin et, d'après son récit, il en a été de même pour Jay.

Comme dans toute relation centrée sur la personne, on ne peut présager exactement de ce que sera l'avenir. Tout ce que nous pouvons dire, sans nous tromper, c'est que deux partenaires confiants, prêts à la communication, s'efforçant d'affronter la vie et ses difficultés et la richesse inhérente aux relations, sont en train d'affronter ouvertement l'avenir — sans essayer que l'un domine l'autre. Et dans cette perspective il est probable que chacun d'eux, ainsi que Laura et les étudiants de Ruth, en récolteront les fruits.

J'ai éprouvé le besoin d'essayer de découvrir ce qu'étaient les chapitres suivants de la vie de Ruth et Jay. A dire vrai, deux années s'étant écoulées, je ne me faisais guère d'illusions sur mes chances de retrouver la trace de Ruth étant donné l'aspect transitoire de la vie moderne, mais on a fait suivre ma lettre de demande de renseignements et j'ai reçu une réponse à la fois de Ruth et de Jay.

Ruth, dans sa lettre, revient sur certaines de ses expériences passées et développe un peu l'histoire. Elle indique que plusieurs mois après avoir rencontré Jay, ils sont devenus amants et trois mois plus tard je me suis aperçue que j'étais enceinte (en ce temps-là il n'était

pas si facile de se procurer des pilules dans notre coin!). Je ne voulais vraiment pas me marier — je n'avais jamais vraiment eu l'intention de me marier parce que je voulais faire carrière — mais Jay, lui, souhaitait très vivement se marier. Il était prêt et il m'aimait, aussi, comme nos parents faisaient pression des deux côtés, nous nous sommes mariés ».

Jay a passé à l'armée une grande partie du temps et pendant qu'il était au Viêt-Nam, Ruth a vécu chez ses parents à lui, ses beaux-parents — « ce sont, vraiment les plus... les meilleurs pour tout, voilà ce que je peux dire. Pendant l'année qu'il a passée au Viêt-Nam je me suis mise à travailler à ma maîtrise (MA.) et j'ai enseigné dans une école. Je me sentais seule et je lui écrivais chaque jour. Je ne crois pas que j'aie même jamais eu l'idée de lui être infidèle cette année-là. A ce stade, des activités extraconjugales de ce genre ne me sont vraiment jamais venues à l'esprit. Je sais que certaines personnes auraient du mal à le croire mais c'est la vérité ».

Jay est revenu après un an d'absence. Il était changé et ce fut presque même si nous nous découvrions pour la première fois. J'ai fini par me détente suffisamment pour parvenir à l'orgasme quand nous faisions l'amour et choses sont allées de mieux en mieux. Jay a quitté l'armée, a trouvé un emploi dans sa ville natale. Il traversait alors une crise difficile (c'est un homme très calme, très doux, très attentionné, pour qui l'obligation d'aller à la guerre fut plus qu'il n'en pouvait supporter) mais nous étions très satisfaits de notre vie. »

Elle passe rapidement sur la période de trois ans qui comprenait leur expérience avec Doug et Mary et le début des études de 5ème cycle de Jay, sachant qu'elle en a parlé auparavant. Jay poursuit ici le récit : « Je commencerai par les sentiments qui m'ont poussé à m'impliquer vis-à-vis de Laura. A mon retour du Viêt-Nam je pense qu'extérieurement j'avais l'air de me réadapter. J'allais travailler, je gagnais de l'argent, je rentrais chez moi, je regardais la télévision, je lisais un peu, je dépensais de l'argent et je faisais les choses qui sont censées vous rendre heureux. Bien que j'aimais énormément Ruth et Gordon, je n'étais pas content de moi. Je continuais à me torturer l'esprit au sujet du Viêt-Nam et le sentiment que j'avais d'être perpétuellement harcelé par ce souci ne me quittait plus. Pour essayer de m'en libérer, j'ai décidé de suivre quelques cours de 3ème cycle le soir. Plus j'ai été pris par les cours, plus se sont mis à naître des sentiments nouveaux d'émotion intense pour le processus d'acquisition des connaissances. Il m'est difficile maintenant de me rendre compte de la joie et de la vive émotion que l'on peut trouver dans l'acquisition de connaissances. Je me suis rendu compte du nombre de limitations inutiles que nous nous imposons en disant ` je ne sais pas '. Je me suis donc engagé à ne plus jamais imposer les moindres limitations aux choses que j'avais soif d'apprendre concernant mon univers ou les gens qui l'habitent.

« C'est à cette époque que j'ai décidé que l'étude des groupes de rencontre allait faire partie de l'un de mes cours. Cinq autres étudiants et moi-même avons décidé de faire véritablement l'expérience des groupes de rencontre plutôt que d'en acquérir une connaissance livresque. Nous avons demandé à un professeur du département de psychologie de nous aider en jouant auprès de nous le rôle de facilitateur. Laura, également étudiante, est devenue un autre membre de ce groupe. Ce fut une rencontre fort chargée d'émotion pour tous les participants. Laura et moi sommes devenus très proches l'un de l'autre et en fin de compte nous avons été amants. Je me persuadais que tout était parfait entre Laura et moi, et entre Ruth et moi. Ruth s'est rendu compte qu'il y avait quelque chose qui me tracassait, nous nous sommes donc mis à parler de Laura. Ce simple fait d'aller au fond des choses en parlant de Laura à Ruth, a diminué l'intensité de cette aventure. Après avoir fait à Ruth la confession de cette aventure, Laura et moi nous avons cessé de coucher ensemble bien que nous continuions de nous voir beaucoup au cours. Je pense que c'est ce qui a été le plus difficile à comprendre pour Ruth. J'ai dit à Ruth que nous ne couchions plus ensemble mais il lui était impossible de comprendre la raison pour laquelle nous continuions à nous voir. Cela, moi, je ne le comprends pas non plus; nous ne pouvions couper court comme cela. »

Ruth reprend le récit à peu près à ce moment-là. C'était maintenant l'été, Jay travaillait à temps complet à sa maîtrise et elle sentait que sa relation avec Laura avait perdu de son intensité. Elle est partie cinq semaines en Europe avec une amie. « La blessure (d'amour-propre seulement) était toujours là mais mes vacances ont été formidables et cette longue absence nous a fait voir à tous deux les choses différemment. Depuis mon retour cet été-là les choses n'ont cessé d'aller de mieux en mieux. Nous sommes plus proches et plus amoureux que nous ne l'avons jamais été. Nous ne sommes plus simplement satisfaits mais véritablement heureux. Notre vie sexuelle est plus réussie que jamais et je suis en fait très souvent agressive. »

Jay donne aussi sa version de cette période et fait pour nous le point sur son amour, sa vie et son travail. « Cet été-là, Ruth a fait son voyage en Europe pendant que je continuais à suivre mes cours de 5ème cycle. Laura faisait toujours partie de mon entourage bien que je ne l'aie pas vue pendant l'absence de Ruth. Je crois que Laura a compris à quel point j'aimais Ruth et elle savait que je refuserais de la voir tant que Ruth serait loin. Quant Ruth est revenue je pense que nous avons tous deux décidé de nous consacrer à notre relation qui avait toujours été bonne. On n'a pris nul engagement verbal, cela a été simplement une de ces communications non verbales qui peuvent exister entre gens qui s'aiment. »

Le besoin qu'avait Laura de quelqu'un avec qui elle pourrait communiquer intimement à l'époque où son mariage était en train de se briser était grand, « terrible ». Ruth et Jay ne communiquaient pas bien. Comme il arrive souvent, le partage des sentiments dans la relation satellite était fort probablement plus profond, plus honnête, plus marqué par l'affectivité que dans le mariage. Il ne fait aucun doute que Laura a apporté un enrichissement à la vie de Jay — et cela, après une période orageuse, a contribué à enrichir son mariage. Qu'éprouvait Laura? Se sentait-elle tiraillée, culpabilisée à cause de son intimité avec Jay? Ou considérait-elle leur relation naturelle? Était-elle satisfaite de la distance que Jay avait mise entre eux quand Ruth est partie pour l'Europe, ou en était-elle fâchée? Pouvait-elle accepter l'abandon progressif de la relation ou endurait-elle une vive souffrance? Nous tendons à nous préoccuper si fort des partenaires conjugaux que nous oublions que la personne extérieure au couple est également une personne avec, dans le cas de Laura, un amour réel et authentique. Jay reconnaît la profondeur de leur engagement quand il dit « nous ne pouvions couper court comme cela ». Il est manifeste que Laura, en parlant avec Jay, en l'aimant, a beaucoup rapproché Ruth et Jay et a consolidé leur mariage. Mais je regrette que nous ne soyons pas plus informés de la signification qu'a eu toute cette expérience pour Laura elle-même.

Jay continue son récit en rendant compte de son activité professionnelle. « Maintenant j'enseigne dans une école primaire dans une petite école rurale et je suis avec un groupe d'enfants que j'aime sincèrement. Vous savez, quand on aime une bande de gosses et que l'on désire le leur montrer, on est sûr de leur apprendre quelque chose même si l'on fait des efforts maladroits et des erreurs « Liberté pour apprendre » m'a été et continue de m'être d'un grand secours dans mon enseignement. Soyez bon envers vous-même et envers ceux de votre entourage et merci d'avoir aidé Ruth à un moment où cela ne m'était pas possible. »

Ruth est bien d'accord que Jay est « un maître d'école primaire *incroyablement excellent!* » Ils ont déménagé mais elle continue à enseigner et à préparer son doctorat. Elle fait deux réflexions qui donnent une image très claire de leur relation actuelle. « Nous sommes mariés depuis presque neuf ans et je n'échangerais pas ma vie contre toute autre vie dont j'aie connaissance! Si j'avais *fait le projet* d'être enceinte à mon retour à l'université, je n'aurais pu tomber sur un meilleur père, sur un meilleur mari et sur une personne meilleure.

« Ni l'un ni l'autre d'entre nous n'ose affirmer qu'il n'essaiera pas peut-être d'avoir une aventure ou de faire un échange ou quelque chose d'autre un jour ou l'autre. Qui sait ce que nous ferons? Mais dans l'immédiat nous n'en avons tout simplement pas besoin et

n'envisageons rien d'autre. Peut-être que dans quelques années nous voudrons essayer quelque chose d'absolument nouveau, mais je sais maintenant que nous sommes plus proches l'un de l'autre et plus heureux que jamais. Je ne crois pas que l'un ou l'autre d'entre nous ait jamais peur de `perdre' l'autre. (Je sais que l'on ne peut pas perdre ce que l'on ne possède pas mais de toutes façons vous savez ce que je veux dire!) Tout ce qui est arrivé dans notre mariage a finalement contribué à le consolider. Peut-être avons-nous simplement de la chance; peut-être nos parents nous avaient-ils fourni des modèles satisfaisants (nous sommes tous deux issus de mariages heureux); peut-être sommes-nous simplement faits l'un pour l'autre. Peu m'importe la raison au fond; je suis simplement contente que nous ayons ce que nous avons. »

Comme j'ai étudié de près ces lettres écrites à ce moment-là, il m'est apparu clairement que je *devais* absolument m'attacher à suivre les expériences ultérieures de Ruth et de Jay. On me critique souvent sous prétexte que je suis trop optimiste en ce qui concerne la nature humaine, les rapports de communication, le processus de croissance. J'avais terminé mes commentaires sur Ruth et Jay de façon optimiste et j'entendais des censeurs dire : « c'est ridicule! Voici au départ un mariage forcé qui ne tarde pas à être un gâchis parce que le mari est amoureux de deux femmes et vous avez *l'audace* de présenter ceci comme étant une situation constructive! » En y réfléchissant, et tout en étant convaincu de ce que j'avais dit, je me suis rendu compte que mes censeurs avaient peut-être raison. Le mariage avait pu se briser dans l'aventure. Chacun éprouvait peut-être un affreux sentiment de culpabilité. Leurs espoirs de réussite professionnelle avaient pu échouer. Il fallait absolument que je sache la suite de l'histoire. Je ne pouvais en rester là.

Là encore, comme si souvent auparavant, l'expérience vécue justifie un point de vue constructif. Ruth et Jay nous apportent la preuve, aussi claire que possible, que des partenaires engagés dans une relation *en devenir,* des partenaires qui prennent le risque de communiquer ouvertement leurs sentiments, qui essaient de construire des relations plutôt que de garantir l'avenir; vont trouver la vie enrichissante et fertile en récompense, bien que certes pas toujours dépourvue d'aspérités. Ils peuvent, comme dit Ruth, être « contents que nous ayons ce que nous avons ».

Je n'ai donc aucune excuse à apporter à mon résumé antérieur. Je suis prêt à penser que Laura considère son expérience avec Jay comme une expérience de croissance dans sa vie, et j'espère que John a le même sentiment en ce qui concerne son intimité avec Ruth. Je suis sûr que les étudiants de Ruth tirent profit de l'aptitude à se centrer sur la personne à laquelle elle est parvenue. Ce que je n'avais pas prévu c'est que l'ouverture de la personne de Jay serait également d'un tel bénéfice pour ses élèves. Comme Ruth cela me suffit de laisser l'avenir dans l'inconnu, mais un inconnu qui ne fait pas peur.

Voici une association de partenaires dans laquelle, au départ, le contrôle venait pour une large part de l'extérieur : les circonstances de la grossesse, les pressions familiales, les attentes sociales, l'armée — pour ne citer que quelques exemples. Nous avons eu le privilège de la voir se transformer pendant une période de neuf années. Malgré des périodes où Ruth a essayé de dominer Jay — quand Jay a essayé la stratégie de la tromperie — nous avons constaté que chaque mise en présence d'une approche centrée sur la personne mène à un affaiblissement du pouvoir exercé par les contrôles extérieurs, et à un abandon des efforts pour se contrôler l'un l'autre. Par voie de conséquence, chacun a de plus en plus favorisé l'éclosion d'un climat apte à la croissance de l'autre. Alors qu'au départ ils n'étaient que des pions, ce sont maintenant des personnes. Ils ont l'un sur l'autre une profonde *influence* empreinte d'amour, mais chacun est une personne libre et que l'on respecte. La politique de leur relation est maintenant profondément égalitaire, chaque partenaire étant nettement le

maître de sa propre vie et de son propre comportement. Ils ont développé une politique centrée sur la personne dans leur mariage.

Carl Rogers