

J'AIME?



Anne Gilles

# J' AIME ?

*Essai*

Éditions Persée

Consultez notre site internet



© Éditions Persée, 2020

Pour tout contact :  
Éditions Persée – Centre Chester Carlson, ZAC du Moulin des Landes  
2 rue Gutenberg, 44980 Sainte-Luce-sur-Loire  
[www.editions-persée.fr](http://www.editions-persée.fr)

*à Marie*



## INTRODUCTION

« La seule voie d'espoir et de salut est celle de la curiosité et de l'étonnement. Comment serait-on étonné sans trouble et sans mystère? Et comment vivre si on ne s'étonne jamais. » **André Dhotel** dans « Le pays où l'on n'arrive jamais. »

J'ai en moi-même renchéri en lisant cette phrase, cette ode à la curiosité, non celle qui s'étale et accumule sans approfondir mais plutôt cet appétit de découverte : la curiosité, par exemple, de découvrir le cadeau enfermé dans une phrase, dans un mot.

Approfondir pour com-prendre (prendre en soi), s'étonner, pour, dans un geste immobile, profiter de notre découverte.

Cela faisait de nombreuses années que ma profession d'enseignante en mathématiques et, par la suite celle de psychothérapeute, me confrontait à la difficulté des élèves face aux mathématiques : « je n'aime pas les math ! » ainsi qu'à celles des êtres humains au prise avec le verbe « aimer » qui ne comblait pas leur faim d'amour.

Jusqu'au jour où cela me devint impératif d'investiguer et de « déballer » le mot *aimer* qui, en sa profondeur, devait nous mener à l'amour.

Mais y avait-il un lien entre les mathématiques et l'amour? Avaient-ils quelque chose en commun?

A l'école fondamentale, j'ai arrosé nombre de pages de cahiers d'écolier en essayant de résoudre des problèmes qui souvent traitaient du commerce des pommes et des poires ou de trains qui se croisaient. Ils parlaient de la vie quotidienne et je m'y noyais désespérément. Jusqu'au jour où j'ai découvert qu'à l'aide de symboles, on pouvait résumer et résoudre ces problèmes de la question la plus simple à la plus complexe: il suffisait de les regarder de plus haut ou de plus loin: les symboles nous offrant une vue plus vaste et un champ de résolution infini ou presque. J'étais sauvée par l'algèbre: mot utilisé pour un traité de mathématiques par un savant arabe et qui, dans le langage courant signifiait « remettre des morceaux ensemble ». A l'aide de formules, on pouvait appréhender et résoudre nombre de problèmes.

En amour, le schéma était semblable: il suffisait d'utiliser les lois universelles pour éclairer et résoudre nombre de problèmes. Cqfd<sup>1</sup>.

---

1 – Ce qu'il fallait démontrer.



Mais il y avait un préalable essentiel : bien poser le problème. C'est là qu'a débuté ma réflexion.

Nous sommes tous à la recherche de ce que nous nommons le bonheur. Voilà un concept, une abstraction, un décor, un film que chacun imagine à sa façon. Ce bonheur, nous l'envisageons généralement comme une finalité alors qu'il est cheminement.

Mais *aimer* ! Imaginez un instant un monde où chacun aurait le plus profond respect de soi, s'accepterait avec bienveillance et aimerait autrui comme soi-même (ça doit vous rappeler quelque chose), un monde où chacun se réjouirait des succès, du bonheur d'autrui, un monde où aimer serait une évidence tant et si bien qu'on n'en parlerait pas plus que le poisson ne parle de l'eau.

Plus je pensais à ce vaste sujet, plus mon envie d'ouvrir ce mot valise *aimer*, espérant y trouver *amour*, allait grandissante ; je me réjouissais d'avance d'être remuée par mes découvertes, étonnée de l'usage automatique, abusif et parfois vide de sens que nous faisons de ces deux mots. Travail sacré et sacré travail, l'objectif étant de parler juste : quand nous parlons juste, c'est notre cœur qui s'exprime. Le verbe aimer devait logiquement (j'insiste) nous mener à l'état d'*amour* (qui rime avec toujours). Vous serez certainement de mon avis : il devait y avoir un pépin de taille sur le chemin qui mène de l'un à l'autre. J'ai donc décidé d'écrire afin

de me mettre en situation (comme en mathématiques : prendre de la hauteur ou du recul) d'approfondir et d'y voir plus clair et de vous parler d'amour. Mais comment parler de l'amour sans évoquer ses antagonismes : la haine, l'orgueil, la peur ? Depuis des siècles, l'amour inspire la littérature, la musique, les arts en général, la philosophie et il en est autant de versions que d'individus sur terre. Quant à la haine, elle est de la même essence que la peur puisque nous avons tendance à haïr ce qui nous met en danger. La peur tout comme l'ignorance nous maintient immobile et dépendant de ce qui contribue à la nourrir et à la renforcer ; la peur nous rend prisonnier, c'est l'arme puissante de toutes les formes de dictatures.

De l'orgueil, de l'ego, de la haine et de la peur, nous parlerons peu puisqu'ils n'existent que lorsque l'amour fait défaut : nous verrons plus loin le mécanisme de ces présences par défaut.

Mais si nous voulons essayer de parler de l'amour qui grammaticalement parlant est un nom commun, il est utile de parler, d'approfondir la compréhension et le sens du verbe qui engendre le nom, à savoir : *aimer*.





## CHAPITRE 1

### AIMER OU ÊTRE AIMÉ

« J'aime ! » Voici un mot qui parle d'amour, mais, lorsque vous dites « J'aime le chocolat » vous êtes dans un des multiples registres concernés par l'amour : le ressenti éprouvé pour le chocolat est différent de celui éprouvé pour votre partenaire de couple, pour vos enfants ou pour votre chien.

L'évidence est que l'Homme (entendez homme et femme) cherche l'amour : c'est un besoin vital ; que cela soit à travers la relation à l'autre, par des pratiques religieuses afin de s'assurer de l'amour et des faveurs divines, ou bien par le sexe qui, souvent, procure l'illusion de l'amour.

Je trouve cela très confus car tout un chacun a sa définition de l'amour et de ses variations et l'utilise à son gré pour justifier ses plaintes ou ses engouements.

Je m'en suis donc remise à la sagacité des Messieurs du « Robert », grand dictionnaire de la langue française en six (gros) volumes. Ils avaient utilisé, pour nous parler d'amour, quatre pages écrites en caractères minuscules.

Alors, je n'ai pas lu ces quatre pages et je me suis demandé en quoi et pourquoi l'amour était si important. La réponse m'est venue comme une évidence :

**Ce qui nous importe avant tout c'est d'être aimé.**

Cet amour que l'on attend de l'extérieur afin de mettre du baume dans notre vie a, hélas, deux inconvénients :

Le premier est que, même si dans un premier temps il nous comble, nous allons rapidement nous apercevoir qu'il ne nous satisfait pas totalement. Nous voulions en effet **combler un manque, un besoin** (pas nécessairement conscient) : on l'imaginait apurant notre besoin de reconnaissance ou de tendresse, notre besoin d'échange, de partage ou pourvoyeur de confort financier, d'insertion sociale,... je vous laisse compléter la liste. Bilan : **insatisfaction, désillusion, tristesse...**

Le second inconvénient n'est pas moindre : **la dépendance.**

Toute dépendance est souffrance car elle engendre le manque (ce qui établit un cercle vicieux avec le premier inconvénient).

En effet, lorsque je suis dépendant que ce soit d'autrui ou d'un quelconque élément ou d'une circonstance extérieure, je suis prisonnier de ma dépendance, je n'ai pas de liberté : je suis dans l'attente de recevoir, d'avoir...

Dans le cas de l'amour, *dépendance* = *souffrance*<sup>2</sup> lorsque le pourvoyeur d'amour est absent ou ne donne plus rien tout en étant encore présent.

Dans ce scénario, ce type d'amour nous enlève toute liberté.

**« Je t'aime parce que tu m'aimes » ou bien « Je t'aime pour que tu m'aimes », c'est du commerce.**

Mais voilà, si nous sommes dans ce scénario c'est parce que nous voulons être aimé !

Force est de constater que ce que nous voudrions, nous le cherchons la plupart du temps dehors. C'est une attitude courante chez les êtres humains : chercher à être comblés par ce qui leur est extérieur plutôt que par ce qui est en eux.

Le prix à payer pour cette dépendance est souvent, anxiété, jalousie, peur de perdre ou peur d'être abandonné.

Cela fait écho à l'enfance, temps durant lequel la survie du bébé et plus tard la vie de l'enfant dépendent de ses parents ; la prise de conscience des difficultés de cette période peut avoir laissé des blessures qu'inconsciemment nous réactivons à l'âge adulte.

Chaque fois que le verbe *aimer* est d'actualité, des peurs resurgissent qui réactualisent celles d'antan.

---

2 – Cette équation est également vérifiable dans de nombreux domaines.