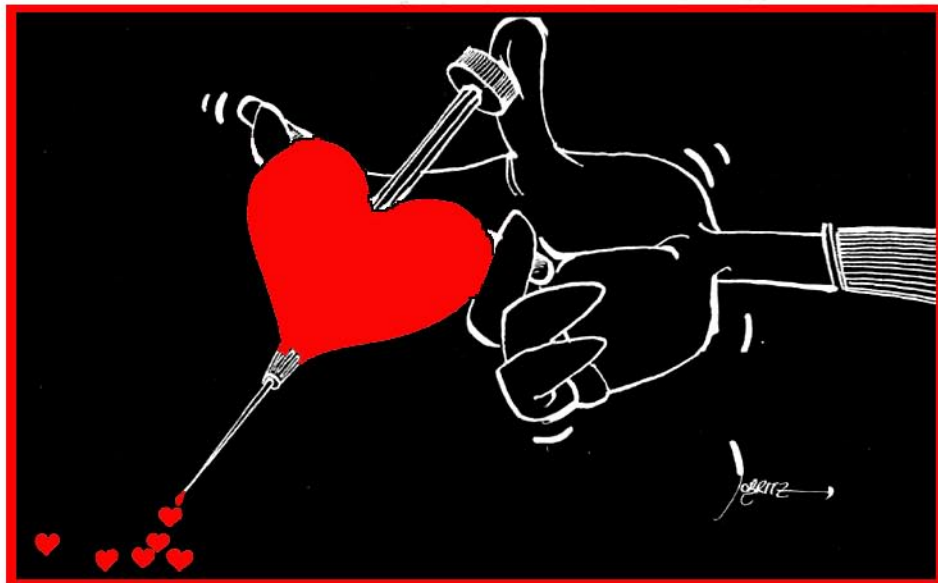


# L'amour est une drogue pas toujours douce

« Magnifique amour ! L'autre nous drogue de sa peau, de ses mots, il nous enivre, nous rend merveilleusement heureux et dépendant. On le soupçonne de nous avoir versé un philtre, on lui dit « tu me manques » et si on souffre en son absence, il suffit de le revoir pour redevenir encore merveilleusement heureux. Tragique amour : l'autre nous fait souffrir, nous laisse tristement dépendants, en manque, déchirés, voire contraints à un sevrage forcé. S'ensuit la déchéance et parfois même le dégoût de la vie. On frise l'overdose de douleur et on redoute qu'elle ne nous soit fatale. » Le professeur Michel Reynaud résume ainsi très lucidement les impacts extrêmes que l'amour peut forger, dans son dernier ouvrage paru le 9 février dernier : *L'amour est une drogue douce... en général* (1).

Spécialiste reconnu en addictologie (alcoolisme, toxicomanie...), frappé par la similitude entre le comportement de l'amoureux et celui du « drogué », Michel Reynaud décrit d'abord de manière chronologique et avec minutie les différentes phases exaltantes de la rencontre entre un homme et une femme, désir, plaisir, passion. Et là tout peut alors arriver. Soit une évolution douce vers une relation sur le mode de l'« attachement-engagement ». Mais parfois un chavirement tragique vers l'enfer aliénant de la passion destructrice. Un schéma qui n'est pas sans rappeler celui du toxicomane avec son « produit ». Les comparaisons ne se fondent pas seulement sur l'observation des atti-



tudes et des états d'âme du drogué et de l'amoureux. L'analyse pas à pas d'une relation tendre « standard » que Michel Reynaud fait se nouer, se développer sous nos yeux et se déchirer éventuellement, se penche aussi sur ce qui se joue en terme de neurobiologie.

Là encore, les médiateurs chimiques du désir et du plaisir et éventuellement ensuite de la souffrance et du sevrage amoureux s'avèrent point par point similaires à ceux qui inondent le toxicomane en proie, lui, à sa drogue. « Jamais, je n'aurais pu donner quelque indice que ce soit sur le pouvoir magnifique de l'amour et son envers toxique et les façons de s'en préserver ou d'en guérir, il y a seulement vingt ans, explique Michel Reynaud. On ne dispose que depuis peu des informations scientifiques corroborant l'idée que le

fameux « philtre d'amour » puisse se révéler aussi prenant qu'un « produit ». On a longtemps refusé de reconnaître, par manque de données scientifiques, mais aussi par souci de ménager la morale, que ce qui rend accro, dans un cas comme dans l'autre, c'est la dimension du plaisir. »

Et ce plaisir, comme le montrent de nombreux travaux en neurobiologie, procède d'une augmentation d'une substance dans le cerveau dite neuromédiateur, la dopamine, définie par ses effets avec une certaine gourmandise par l'auteur, envie d'agir, de créer, d'aimer, de faire l'amour, de découvrir, d'en savoir plus, d'aller plus loin... Le corps est programmé pour le plaisir, comme le prouve tout un dispositif sophistiqué de neuro-récepteurs et de transmetteurs chimiques qui ne concourent

qu'à cela. « Il est aussi programmé pour retourner à un état plus neutre si le plaisir vient à manquer, sans ressentir pour autant de manque intolérable, poursuit l'auteur. En revanche, comme il n'est pas programmé pour les doses massives dont les drogues le submergent, lorsque celles-ci ne sont plus présentes, le manque en devient intolérable. »

Michel Reynaud, dans ce livre « palpitant », qui propose aussi une réflexion sur les mécanismes psychiques de l'amour, nous offre en prime quelques pistes pour aider l'amoureux (se) réel (le) ou potentiel (le), que nous sommes tous (tes) ou presque, à aimer sans sombrer dans le drame et la souffrance...

M. P.