



Femina

Femina  
1001 Lausanne  
021/ 349 48 48  
<https://www.femina.ch/>

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Magazines populaires  
Tirage: 75'717  
Parution: hebdomadaire



Page: 12  
Surface: 229'540 mm²



UNIVERSITÉ  
DE GENÈVE

Ordre: 1094772  
N° de thème: 377.116

Référence: 82155244  
Coupage Page: 1/6





# QUAND LE PREMIER AMOUR RESSURGIT

LA MOITIÉ DES ADULTES PENSENT SOUVENT À LEUR PREMIER CRUSH.  
ET CERTAINS DÉCIDENT MÊME DE SE REMETTRE ENSEMBLE.  
MIRAGE OU AUTOROUTE VERS LE BONHEUR?

TEXTE NICOLAS POINSOT

**I**ls ont vécu, chacun de leur côté, des mariages, des divorces et des idylles pansements sans lendemain. Mais Jennifer Lopez, 52 ans, et Ben Affleck, 49 ans, se sont finalement retrouvés après quasi deux décennies pour rallumer la flamme de leur grand amour de jeunesse. Lubie de people un peu déboussolés? Coup de folie typique de Hollywood? Pas si sûr. Car le premier véritable amour, celui qui marque votre jeunesse, celui qui met des galaxies entières dans les yeux et donne envie de se la jouer *Bonnie and Clyde* contre le reste du monde, semble continuer à nous hanter pendant des années, des décennies, voire toute la vie. Au point parfois, à l'image de Jennifer et de Ben, d'inspirer le désir d'un recommencement. La preuve? Selon une étude britannique publiée en 2020 et relayée par le média *express.co.uk*, 60% des adultes pensent régulièrement à leur premier amour. Encore plus étonnant: 40% nourrissent toujours des sentiments pour cette personne et un sur huit est même en contact avec elle via les réseaux sociaux.

## **Retrouvailles sur Facebook**

Combien osent ensuite franchir le pas pour se remettre ensemble? «On ne dispose pas, à ma connaissance, de données sur le sujet dans la littérature scientifique», regrette Nicolas Favez, professeur en psychologie à l'Université de Genève. Mais tous les spécialistes s'accordent pour le dire: revivre un premier amour est plus courant qu'on l'imagine. Un phénomène peut-être même boosté par la pandémie. «J'ai rencontré Pasquale lors d'un séjour linguistique en Allemagne en 1996, raconte Muriel, 46 ans aujourd'hui. J'avais 18 ans, et lui 20. Notre histoire a duré deux mois, assez intenses, puis il est reparti en Italie, en principe juste pour une semaine, mais il n'est jamais revenu. On s'est appelé une fois ou deux, mais en-



Femina

Femina  
1001 Lausanne  
021/ 349 48 48  
<https://www.femina.ch/>

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Magazines populaires  
Tirage: 75'717  
Parution: hebdomadaire



Page: 12  
Surface: 229'540 mm²



UNIVERSITÉ  
DE GENÈVE

Ordre: 1094772  
N° de thème: 377.116  
Référence: 82155244  
Coupure Page: 3/6

suite plus rien. Je ne l'ai jamais oublié, j'y pensais fréquemment, je l'avais cherché sur internet mais je n'avais que son nom et son prénom, assez courants! Et puis l'année passée, je l'ai retrouvé sur Facebook, juste avant le confinement. On s'est connecté, on s'est écrit puis rapidement on s'est mis à se parler au téléphone tous les soirs. En juin, nous avons enfin pu nous voir, à Milan, et ça a été incroyable.»

Certes, Muriel confie avoir eu de l'appréhension après toutes ces années. Allaient-ils se plaire à nouveau? Auraient-ils changé au point de ne pas retrouver la magie originelle? «Or ça a été tout de suite une évidence. On s'est vus chaque fois que possible les premiers temps, en Suisse et en Italie. Il a déménagé plus près de la frontière et trouvé un travail ici. Notre but est de vivre ensemble, malgré les difficultés, la langue, la distance, nos enfants respectifs. Parfois, je regrette ces années qui ont passé, mais je me dis qu'il y avait sûrement une raison au fait qu'on ne se soit pas retrouvés avant.» En effet, ce n'est pas forcément par hasard si les ex-partenaires d'un premier amour tendent à renouer si tard. «Les gens qui reviennent vers leur passion de jeunesse le font souvent après 40 ans, et en particulier après 50 ans, constate Saverio Tomasella, docteur en psychologie et psychanalyste, auteur de *Lettre ouverte aux âmes sensibles qui*

.....

“ TOUS LES  
SPÉCIALISTES  
S'ACCORDENT: REVIVRE  
UN PREMIER AMOUR  
EST PLUS COURANT  
QU'ON L'IMAGINE.  
UN PHÉNOMÈNE PEUT-ÊTRE  
MÊME BOOSTÉ PAR  
LA PANDÉMIE.

.....

## Carole, 37 ans, a retrouvé Lionel quinze ans après

Lionel a été mon premier grand amour, à 17 ans, une relation très forte qui a duré trois ans et demi, mais un jour, il est parti sans explication. Ça a été un choc, mais bon, c'est la vie. Je l'ai revu en 2012 lors de la naissance de son fils, j'étais contente pour lui, j'avais digéré. De mon côté, j'ai eu quelques relations mais je n'ai jamais retrouvé cette intensité. J'avais gardé contact avec ses parents et ses frères et, il y a deux ans, l'un de ses neveux m'a invitée à son anniversaire, une grande fête au bord du lac de Neuchâtel. Je savais que Lionel serait là, sans doute avec sa femme, mais il n'y avait pas de malaise. Moi j'étais zen, mais quand nous nous sommes croisés, j'ai vu des petites étoiles dans ses yeux! Nous avons parlé de tout et de rien, puis il m'a avoué que ce n'était pas une période facile car il était en train de se séparer. On s'est dit que ce serait sympa d'aller boire un verre. On s'est revus pour un resto et là, j'ai mis les cartes sur la table et je lui ai demandé ce qu'il s'était passé il y a quinze ans. Il a été sincère, ouvert, m'a dit qu'après un travail sur lui, il était plus apte à exprimer ses sentiments. Cela fait maintenant deux ans que nous sommes à nouveau ensemble. C'était assez étrange de le dire à notre entourage, mes parents ont été surpris quand je leur ai «présenté» mon nouveau copain! [VF]

.....

“ IL NE S'AGIT PAS TOUJOURS DE LA TOUTE  
PREMIÈRE HISTOIRE AMOUREUSE, MAIS C'EST  
LA PREMIÈRE FOIS QU'ON AIME AUSSI FORT,  
C'EST UNE RENCONTRE DE L'ORDRE DE L'ÉVIDENCE

.....



Femina

Femina  
1001 Lausanne  
021/ 349 48 48  
<https://www.femina.ch/>

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Magazines populaires  
Tirage: 75'717  
Parution: hebdomadaire



Page: 12  
Surface: 229'540 mm²



UNIVERSITÉ  
DE GENÈVE

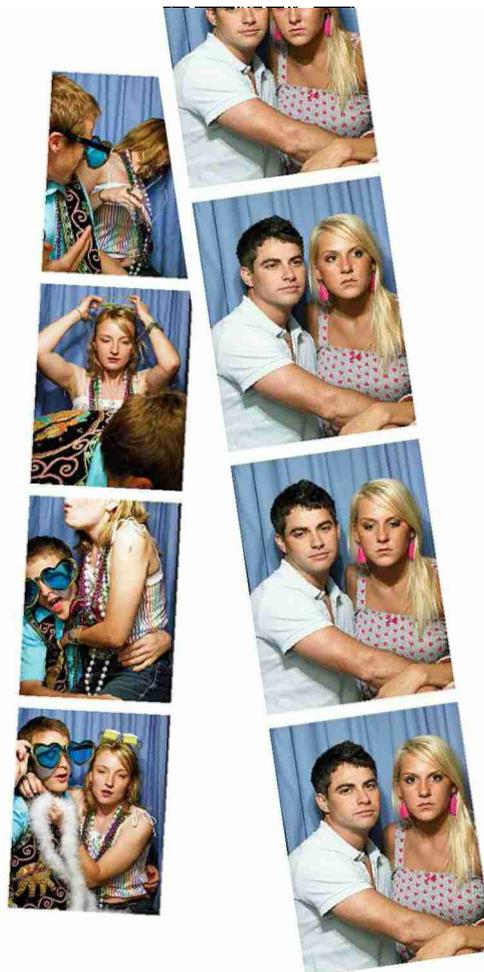
Ordre: 1094772  
N° de thème: 377.116  
Référence: 82155244  
Coupure Page: 4/6

*veulent le rester* (Ed. Larousse, 2021). Il s'agit d'une phase de la vie où se crée un face-à-face entre celui qu'on est et celui qu'on aurait pu être avec, à la clef parfois, le regret assez amer de s'être éloigné de notre parcours rêvé. Et puis, ces années peuvent aussi offrir des moments favorables pour se sentir disponible pour une nouvelle histoire, avec l'expérience d'un divorce, d'un déménagement, d'une réorientation professionnelle, ou avec des enfants devenus grands faisant comme un appel d'air. On souhaite alors se sentir vivant dans une passion très forte.»

D'accord, mais pourquoi le premier amour, souvent si lointain, remonte-t-il ainsi du passé, plutôt que des ex plus récents, plus concrets? «C'est souvent avec le temps que cette idylle revêt ce statut de premier amour, on s'aperçoit qu'elle sort du lot grâce au recul et aux expériences accumulées, note Saverio Tomasella. Il ne s'agit pas toujours de la toute première histoire amoureuse, mais c'est la première fois qu'on aime aussi fort, c'est une rencontre de l'ordre de l'évidence, un phénomène nous faisant connaître une unité.» Ce fameux premier amour, c'est en effet «une rencontre avec l'autre comme on rencontre un nouveau soi-même qu'on a soudain envie d'être, on projette toutes nos attentes sur cette idylle», fait remarquer la psychothérapeute Nicole Prieur (dernier ouvrage paru: *L'hypnose pour tous, une autre voie pour alléger sa vie de famille et de couple*, Ed. Payot Psy). Jusqu'à marquer les sens: «Il est un feu d'artifice de découvertes sensorielles, affectives, c'est un cocktail de surprises qu'on retrouve rarement plus tard», fait remarquer Alessandra Duc-Marwood, psychiatre et psychothérapeute au CHUV.

### **Le chant de la nostalgie**

Guère étonnant, alors, qu'il demeure si fortement ancré dans notre esprit. «Il reste dans notre mémoire comme l'étalon, la mesure de l'amour passionnant, l'horizon à atteindre lors des relations sentimentales qui suivent. Et comme tout paradis perdu, on n'a de cesse d'être attiré par lui», analyse Saverio Tomasella. Le magnétisme est d'autant plus puissant que le premier amour, lorsqu'il nous hante encore en tant qu'adulte, a très souvent un goût d'inachevé. Une distance trop grande entre les tourtereaux, un déménagement, un départ pour une autre école, un désaccord entre les familles, une dispute idiote... Bref, l'impression que la relation s'est terminée de manière injuste et prématurée. «La personne peut garder longtemps ce sentiment qu'il y avait encore quelque chose à vivre, confirme Nicole Prieur. La pé-





Femina

Femina  
1001 Lausanne  
021/ 349 48 48  
<https://www.femina.ch/>

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Magazines populaires  
Tirage: 75'717  
Parution: hebdomadaire



Page: 12  
Surface: 229'540 mm²



UNIVERSITÉ  
DE GENÈVE

Ordre: 1094772  
N° de thème: 377.116  
Référence: 82155244  
Coupure Page: 5/6

riode de la vie où tendent à surgir les premières amours est malheureusement favorable aux obstacles en tous genres. «Ces unions sont plus fréquemment soumises à des événements contextuels pouvant faire rompre avec des raisons indépendantes des deux amoureux, souligne Alessandra Duc-Marwood. C'est un moteur pour la nostalgie entourant ces expériences. Evidemment, il y a une part d'idéalisation se créant avec le temps. On tend à ne garder que les bons côtés de l'idylle passée.»

Une attraction inépuisable mais peut-être, aussi, une certaine amnésie concernant les aspects les moins agréables... Renouer avec un premier amour peut s'avérer risqué. «J'ai été obsédé par Mathilde pendant des années, se souvient Aurélien, 39 ans. Je n'avais jamais pu digérer notre rupture due à deux de nos parents qui étaient collègues et ne s'entendaient pas. Même en couple stable avec une autre personne plus tard, j'ai cherché à renouer le contact avec cette passion vécue durant mes études universitaires. Nous nous sommes revus plusieurs fois, on a craqué l'un pour l'autre à nouveau, mais à chaque fois cela se terminait mal, comme si cette histoire était vouée, depuis le départ, à l'échec, comme si elle ne pouvait mûrir et évoluer vers une relation de couple normale. J'ai fini par reperdre de vue Mathilde, ma compagne a appris ces écarts et cela a brisé notre union à cause de disputes sans fin. Revenir vers son premier amour peut vous brûler les ailes.» Pour Nicole Prieur, néanmoins, il peut y avoir une seconde vie pour la première passion: «Cette idylle qui recommence peut perdurer si les deux partenaires ont abandonné des attentes trop idéalisées et n'espèrent plus de l'autre qu'il règle tous ses problèmes, avance Nicole Prieur. La magie originelle se mêlera alors à quelque chose de plus constructif et positif.» ●

## *Martine, 88 ans, a écrit toute sa vie à Erhan*

Il arrivait de Turquie, il était brillant, beau garçon et il voulait devenir diplomate. C'était dans les années 50. Je suis tout de suite tombée amoureuse d'Erhan. Depuis notre rencontre à l'université, nous étions inséparables. J'avais même rencontré sa famille à Ankara. Nous vivions quelque chose de passionnel, d'unique. Jusqu'au jour où, venant de décrocher un poste dans la diplomatie, il a découvert que sa fonction l'empêchait d'épouser une fille non turque. Il avait toujours rêvé de faire ce métier et je ne pouvais le forcer à quitter ce travail. Nous avons rompu, restant cependant des amis intimes. Nous avons correspondu durant des années, puis des décennies. Erhan est même revenu en Suisse avec sa femme et sa fille pour me voir moi et mon compagnon. Je recevais au moins une lettre de lui chaque année, nous parlions du passé, du présent, parfois de nos sentiments. Du moins jusqu'à 2019, où il a cessé de répondre à mes mots. J'imagine que la mort l'a soudain emporté, avant de pouvoir me dire au revoir. Il était un peu plus vieux que moi. Après 60 ans d'échanges épistolaires avec mon premier amour, je ressens maintenant une étrange solitude. [NP]



Femina

Femina  
1001 Lausanne  
021/ 349 48 48  
<https://www.femina.ch/>

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Magazines populaires  
Tirage: 75'717  
Parution: hebdomadaire



Page: 12  
Surface: 229'540 mm<sup>2</sup>



UNIVERSITÉ  
DE GENÈVE

Ordre: 1094772  
N° de thème: 377.116  
Référence: 82155244  
Coupage Page: 6/6

## *Sven, 46 ans, a retrouvé Anna vingt-six ans après*

Anna était ma petite amie entre 18 et 20 ans. Après notre séparation, nous avons coupé les ponts, chacun a fait sa vie, j'ai changé de canton et vécu 17 ans avec la mère de mes trois enfants. Elle est partie en Australie, a travaillé ici et là. Elle avait gardé en revanche un contact avec ma mère, avec qui elle s'entendait bien, elles se voyaient épisodiquement, pour un café. Durant les fêtes l'an dernier, je mangeais chez ma maman, elle a reçu un message d'Anna qui voulait son adresse pour lui envoyer une carte. Le téléphone était posé sur la table et pour rire, j'ai répondu moi avec un message vocal. On s'est revus autour d'un repas, on avait tellement de choses à se dire, on a parlé, parlé, parlé jusqu'à 5 heures du matin! Durant plusieurs mois, on s'est retrouvés pour des balades, des bouffes, des coups de fil, en toute amitié. Notre relation était pleine de bienveillance et de respect, j'avais peur de casser ça, mais en même temps on se rendait bien compte qu'il se passait un truc. C'est arrivé progressivement, jusqu'à ce qu'on ose se lancer pour de bon. Et c'est vraiment génial. Je me dis tous les jours que j'ai une chance incroyable, qu'il s'en faut de peu pour que cela n'arrive pas, les facteurs qui se mettent en place par hasard, le bon timing. [VF]