

Ces objets que l'on garde après une rupture

Publié le 9 décembre 2021 à 15h33



Ces objets qu'on garde après une rupture © tolgart / iStock
SAUVEGARDER

Pour faire le deuil d'une relation, certains préfèrent se débarrasser de tous les objets qui pourraient leur rappeler l'ancien être aimé.

D'autres s'accrochent à des reliques qu'ils conservent encore des années plus tard – qu'il

s'agisse d'une brosse à dents, de porte-clés koalas, ou même d'une croûte de peau conservée dans une fiole.

par
Marie Bail

« À chaque séparation il faudrait organiser un grand vide-greniers », propose Kahina. En 2019, juste avant la pandémie, la jeune femme décide de partir s'installer en Thaïlande. Elle veut se débarrasser de ses affaires à la fois pour des raisons logistiques mais aussi pour « redémarrer sa vie ». D'ordinaire loin d'être adepte du tri, Kahina prend pourtant le temps de répartir ses objets liés à son histoire avec son ex. À la poubelle : trois sacs de 50 litres remplis de lingerie, perruques et [sextoys](#). Pour ce qui est des bijoux, elle les vend ou les donne à des amies. L'autocuisseur offert à Noël ? Retour à l'expéditeur. « Je suis heureuse et légère ! », insiste-t-elle tout sourire. Pas de kilos en trop dans la soute, ni de bagage émotionnel, Kahina débarque à Bangkok avec ses deux valises et aucun reste de sa vie amoureuse.

Le geste de Kahina est-il trop radical ? Pourrait-il entraîner remords et regrets ? « Ceux qui jettent cadeaux comme souvenirs veulent se soulager d'un poids qu'ils ne désirent plus porter », explique Marcel Bernier, psychologue clinicien à l'Université Laval (Québec) et co-auteur de « La rupture amoureuse » (Eyrolles, 2012). Pourtant, nous ne jetons pas uniquement ce qui nous rappelle des moments douloureux. « Cela ne fonctionne pas toujours mais se débarrasser d'objets peut permettre de passer à autre chose après une séparation, qui fonctionne de la même manière que le deuil », ajoute le psychologue. La [rupture](#) s'apparente ainsi à la mort et nous passons par des phases similaires : déni, colère, marchandage, chagrin, puis acceptation. Cette étape finale est-elle possible en conservant les objets de nos vies amoureuses passées ?

À lire >> [Réseaux sociaux : la rupture amoureuse impossible](#)

VINGT-HUIT PORTE-CLÉS KOALA ET DES BOTTES DE PLUIE

Certains ne se séparent pas des souvenirs de leurs anciennes relations, au risque de voir les bibelots s'empiler chez eux. Florent fait partie de cette catégorie. Le jeune Bordelais établit la liste des reliques. Entre autres : des bottes de pluie en taille 39 alors qu'il chausse du 41, des bracelets en macramé suspendus à sa lampe de bureau et 28 porte-clés représentant des kangourous et koalas. « L'année de mes 28 ans, ma copine de l'époque se trouvait en Australie. Elle s'en voulait de ne pas être là pour mon anniversaire donc elle m'a offert 28 porte-clés. » Malgré sa rupture puis son déménagement il y a deux ans, Florent a tout de même disséminé les porte-clés dans son nouvel appartement. « Avant je n'avais pas la place de tous les mettre, alors que mon nouveau chez moi me permet de les exposer partout », concède-t-il. Un choix surprenant que Florent justifie par son manque de compétences en décoration et un besoin de meubler l'espace. Ne serait-il pas en plein déni ? Il promet que ces miniatures lui rappellent son propre voyage en Australie et non son ex. « C'est dur de jeter un objet avec une valeur sentimentale...même un porte-clés à 20 centimes d'euros », reconnaît le trentenaire qui ne veut pas non plus les ranger dans une boîte. Quant aux bottes de pluie, elles appartiennent à la meilleure amie d'une autre ex. « Je pourrais peut-être les donner », admet Florent.

« C'EST LE CADEAU LE PLUS ENCOMBRANT ET INUTILE QUE J'AI JAMAIS EU »

Sous le bureau de Malika se trouve une large caisse noire à laquelle la poussière a donné un aspect tacheté. À l'intérieur siège une machine à écrire grise métallique « avec des touches qui font du bruit », précise Malika, ses doigts appuyant dans le vide. La machine a été trouvée et réparée par son ex. Malika ne l'a jamais utilisée : il manque un ruban d'encre essentiel au fonctionnement et introuvable aujourd'hui. « C'est le cadeau le plus encombrant et inutile que j'ai jamais eu. Aujourd'hui, c'est un boulet, c'est très lourd. » Malika rit mais demeure attendrie par ce geste fort de son premier grand amour qui n'aimait ni la lecture, ni l'écriture. Parfois, elle rêve de se séparer de cette machine qui prend trop d'espace dans son petit appartement de banlieue parisienne. Impossible pour l'instant. Malika craint la trahison,

comme si elle pouvait faillir à la mémoire de son ancien amour. Alors la poussière et la boîte resteront pour l'instant sous le bureau.

« Les objets que l'on garde nous relie à des moments significatifs. Ce ne sont pas de simples objets que l'on choisit mais des choses que l'on ressent », analyse Marcel Bernier. Un avis partagé par Claire Alquier thérapeute et sexologue à Paris : « L'objet est une chose tangible et palpable, différente d'un souvenir car il matérialise et concrétise ce qui a existé. D'autant que le temps peut effacer notre mémoire, mais les objets perdurent », précise la thérapeute. Ils deviennent ainsi des vestiges de notre amour défunt, difficiles à jeter, car nous avons transféré notre rapport à l'autre dans ces reliques.

« UNE CROÛTE DE PEAU GARDÉE DANS L'ESPOIR DE RECRÉER SON ADN »

Alors, est-il possible d'honorer ces objets et ces souvenirs sans souffrir de leur présence chez nous ? Existe-t-il un lieu où les placer sans les réduire à la fin tragique de la benne à ordures ou du feu de joie ? Inspirée de sa propre expérience de deuil amoureux il y a quinze ans, l'artiste croate Olinka Vištica a imaginé un refuge, devenu le Musée des relations brisées ([Museum of Broken Relationships](#)) à Zagreb. « Avec mon conjoint, Dražen Grubišić, lui aussi artiste, nous voulions nous quitter tout en préservant la mémoire de nos beaux moments mais aussi des objets dans lesquels nous avons investi des émotions et des expériences communes », retrace l'artiste. Les ex-partenaires ont réalisé l'importance des objets dans leur histoire d'amour et ont voulu les « archiver » pour marquer le moment de leur séparation et la célébrer. L'idée s'est concrétisée en 2006 : les artistes ont créé des expositions temporaires d'objets d'amis et d'inconnus, grâce au bouche-à-oreille. Chacun était invité à déposer ses objets dans les lieux des expositions. Grâce à des annonces relayées par des centres culturels dans toute l'Europe, le projet est rapidement devenu viral. Après plusieurs années, des milliers d'objets se sont accumulés : « On n'a jamais rien jeté, ça aurait été trahir le contrat passé avec les gens » précise Olinka Vištica. Un vrai musée a donc fini par voir le jour à Zagreb, en 2010. Y cohabitent désormais plus de 4 000 contributions du monde entier.

Pour participer, il est aujourd'hui inutile de se déplacer. Il suffit de remplir [un formulaire](#) sur le site internet du musée et d'envoyer l'objet par la poste, accompagné de son histoire. Au-delà des traditionnelles peluches, des brosses à dents ou sous-vêtements, le musée abrite des pièces plus insolites. « J'ai reçu une croûte de peau de cicatrisation dans un récipient de laboratoire car la contributrice était biologiste. C'était le reste d'un accident de vélo de son ex-copain et elle l'a gardée longtemps dans l'espoir de recréer son ADN. » Cette relique organique finira donc à Zagreb. Chaque jour les équipes du musée reçoivent des contributions provenant de personnes de cultures et générations différentes. Preuve que la rupture est une expérience à la fois universelle et unique : « On se rend compte qu'il y a des centaines de façons de se sentir mieux et de recommencer de vivre sa vie après une rupture », soutient Olinka.

DES MORCEAUX DE SOI

Si la rupture marque la fin d'une vie avec l'autre, elle permet aussi le début d'une nouvelle histoire à écrire soi-même. À la fin de l'adolescence, Jean-Loup vit une [rupture amicale](#) et garde une peluche Pikachu, en mémoire de celle qui fait partie « du top 5 des personnes les plus importantes » de sa vie. Aujourd'hui, l'animal trône sur une étagère dans son salon. « Ma meilleure amie a grandi plus vite que moi, alors que j'avais une sorte de syndrome de Peter Pan, et elle a mis fin à notre amitié », relate Jean-Loup.

Le Pikachu représente l'enfance et la raison même de la fin de leur relation. Une expérience douloureuse mais décisive dans le développement de sa personnalité.

Ces symboles en diraient-ils plus sur nous que sur la relation elle-même ? Vincent acquiesce. Sur ses épaules, une veste bleue marine aux épaules légèrement bombées. Criblée de trous dans le dos et aux manches, réparée par des bouts de rubans adhésif, elle a été reprise trois fois « pour quatre fois son prix », sourit le jeune homme de 29 ans. Sa veste a vécu plusieurs vies depuis son achat en friperie avec son ex. « Je la mets tellement que c'est devenu une deuxième peau », explique Vincent qui ne la quitte qu'en hiver. Hors de question de s'en séparer car ce vêtement à l'apparence banale symbolise sa

relation et lui rappelle une époque pendant laquelle il a commencé à se découvrir, à s'affirmer dans ses goûts et dans ses choix. « J'ai longtemps eu l'impression de rayonner en la portant », affirme le jeune homme. La veste ne lui renvoie pas une image de son ex mais de lui-même. « Elle fait partie intégrante de mon quotidien et de mon passé mais elle est moi, toujours moi, jamais mon ex. » Ce vêtement est devenu un pont entre différentes temporalités. « Les objets nous lient à des contextes culturels, sociaux et spatio-temporels, comme à la fin de notre propre existence », souligne Olinka Vištica. Ces petits morceaux de nous rappellent que nos amours n'existent jamais dans le vide. À nous de choisir ce que nous souhaitons conserver.