



## FICHE DE LECTURE

**Mona Chollet, *Réinventer l'amour. Comment le patriarcat sabote les relations hétérosexuelles*, La Découverte, 2021.**

**par Pauline Stumpf**

« La perversité de nos sociétés est de nous bombarder d'injonctions à l'hétérosexualité tout en éduquant et en socialisant méthodiquement les hommes et les femmes de façon qu'ils soient incapables de s'entendre. » (p.15)

### PARTIE 1 : Présentation de l'ouvrage et de l'autrice

Mona Chollet est une journaliste et essayiste franco-suisse née en 1973. Après avoir obtenu une licence en lettres à Genève, elle a étudié à l'École supérieure de journalisme de Lille. Du fait du succès de son dernier livre *Sorcières. La puissance invaincue des femmes*, l'essayiste occupe en France une place de premier plan, en ayant accompagné le mouvement #MeToo dans le monde de l'édition. Dans ce nouvel essai paru en novembre 2021, Mona Chollet poursuit son travail de déconstruction des mécanismes du patriarcat et décortique un sujet souvent boudé du féminisme : l'amour hétérosexuel. Déconstruisant le mythe selon lequel l'amour serait « une sphère à part, une oasis, un sanctuaire<sup>1</sup> » (p.11), le livre s'attache à démontrer que le patriarcat est en partie responsable de nos échecs relationnels amoureux. L'essayiste nous incite ainsi à démonter l'édifice amoureux pour en rebâtir un plus solide, désirable, incarné et à « érotiser l'égalité<sup>2</sup> ».

Inscrit dans un contexte politique et sociétal particulièrement porteur, *Réinventer l'amour* fait déjà événement. Dans les années 1970, Adrienne Rich et Monique Wittig dénonçaient l'hétérosexualité comme une institution sociale et politique qui contraint les femmes et duquel il faudrait s'extraire<sup>3</sup>. Ces réflexions autour de l'intime hétérosexuel reviennent fortement dans les débats actuels, comme en témoigne cette rentrée littéraire 2021 et la paru-

---

<sup>1</sup> La majorité des citations de cette fiche de lecture sont issues de l'ouvrage étudié. Les pages de référence sont indiquées entre parenthèses afin de ne pas alourdir davantage les notes de bas de page.

<sup>2</sup> Pour reprendre la formule de Gloria Steinem dans "We Need to Eroticize Equality", Interview avec le journal Big Think, <https://bigthink.com/culture-religion/gloria-steinem-we-need-to-eroticize-equality/>

<sup>3</sup> Rich Adrienne, « La contrainte à l'hétérosexualité et l'existence lesbienne », *Nouvelles Questions Féministes*, 1981.

tion des essais d'autrices engagées comme Judith Duportail, Lucile Peytavin et Lucille Quillet<sup>4</sup>.

## **PARTIE 2 : Grandes thématiques abordées**

« Si l'on aime l'amour, il faut avoir le courage de se pencher lucidement sur ce poison, ne pas hésiter comme le héros de Matrix à avaler la pilule rouge de la lucidité plutôt que la bleue qui lui aurait assuré une bienheureuse ignorance. » (p.11)

Mona Chollet constate, dès les premières pages de son essai, l'importance de l'amour mais, paradoxalement, l'incapacité à le vivre pleinement et sereinement dans une relation hétérosexuelle. L'essai est structuré en grandes thématiques illustrant les luttes de pouvoir et les rapports de domination qui empoisonnent les relations hétérosexuelles : la sublimation de l'infériorité des femmes, le mythe de la passion destructrice et le désir hégémonique masculin.

- **« Se faire petite » (p.63) : l'infériorité féminine est encapsulée dans notre imaginaire amoureux**

« L'homme est beau quand il est puissant, la femme est belle quand elle est faible. » (p.61)

Dès le premier chapitre, Mona Chollet pointe du doigt la censure de la force des femmes sous des prétextes esthétiques. Elles seraient façonnées par leur environnement culturel, qui sublime des fantasmes construits sur l'infériorité des femmes. En ce sens, les hommes intérioriseraient des préférences pour certains attributs connotés comme étant « féminins » car inférieurs et fragiles. La femme doit donc être jeune, belle, petite et ne pas prendre trop de place pour ne pas être menaçante pour l'homme. On observe ces diktats jusque dans la musculature : les femmes doivent être minces et donc pratiquer du sport ; cependant, elles ne doivent pas développer des muscles trop imposants. Car, comme l'a écrit Virginie Despentes, les « femmes viriles » sont dangereuses<sup>5</sup>. Toutefois, « l'infériorité féminine ne doit pas être seulement physique, mais aussi professionnelle et économique » (p. 87). La société continue de valoriser la femme démunie, qui, pour être aimée, doit se mettre en position de

---

<sup>4</sup> Duportail Judith, *Dating Fatigue : amours et solitudes dans les années (20)20*, Édition de l'Observatoire, 2021.  
Peytavin Lucile, *Le coût de la virilité : Ce que la France économiserait si les hommes se comportaient comme les femmes*, Édition Anne Carrière, 2021.  
Quillet Lucille, *Le prix à payer : Ce que le couple hétéro coûte aux femmes*, Édition Les liens qui libèrent, 2021.

<sup>5</sup> Despentes Virginie, *King Kong Théorie*, Livre de Poche, 2007.

vulnérabilité. C'est tout l'enjeu du « complexe de Cendrillon<sup>6</sup> » et du modèle ancestral de dépendance économique qu'on subit les femmes depuis des centaines d'années<sup>7</sup>.

Le patriarcat impose donc aux hommes de préférer les femmes qui prennent le moins de place possible physiquement, socialement et professionnellement afin de ne pas menacer leur égo (p.66). Cependant, cette incitation des femmes à paraître toujours moins que ce qu'elles sont réellement pour trouver grâce aux yeux d'un homme, ne peut que conduire à la désillusion et à la tristesse.

- **« Des hommes, des vrais » (p.108) : des déséquilibres de pouvoir qui peuvent culminer en violences physiques et psychologiques**

« Notre société ne cesse de présenter le mal qu'un homme peut faire à une femme comme une preuve d'amour [...] Notre vision de l'amour est imprégnée d'une culture de mort. » (p. 142)

Le deuxième chapitre s'intéresse à la question cruciale des violences conjugales et des féminicides qui sont encore fréquemment relégués au rang de faits divers isolés. Pourtant, ces violences doivent être définies comme des faits de société, des phénomènes systémiques, dont l'impact est désastreux. Selon l'INSEE, entre 2011 et 2018, 295 000 personnes âgées de 18 à 75 ans, dont 72% de femmes, ont subi des violences physiques et/ou sexuelles de la part d'un.e partenaire ou ex-partenaire. Seules 14% des femmes ont déposé plainte<sup>8</sup>.

Ces violences sont encouragées par la place assignée aux femmes en société et par le fantasme des relations tumultueuses véhiculées par notre culture « de la mort » et ses représentations médiatiques (p.126). Nous baignons constamment dans cet imaginaire érotique de la dangerosité qui peut avoir des conséquences néfastes sur nos vies réelles. Par ailleurs, le conditionnement social inculque aux hommes l'idée que tout leur est dû et valorise le dévouement chez les femmes, ce qui produit bien trop souvent des déséquilibres qui font le lit de violences physiques et psychologiques. En effet, à l'inverse de l'assurance masculine, les femmes intègrent très tôt une tendance à l'introspection constante, à la remise en question

---

<sup>6</sup> Décrit par l'auteure féministe Colette Dowling en 1981, le complexe de Cendrillon est le désir inconscient, chez certaines femmes, de la protection matérielle et affective d'un homme.

<sup>7</sup> Sur ce sujet, Céline Bessière et Sibylle Gollac, sociologues et autrices de l'essai *Le Genre du capital*, démontrent comment les femmes, dans la cellule familiale, sont systématiquement défavorisées face au capital et particulièrement en cas de séparation/divorce.

<sup>8</sup> Rapport d'enquête du SSMIS « Cadre de vie et sécurité » 2019 Victimation, délinquance et sentiment d'insécurité, p.8, URL : <https://www.interieur.gouv.fr/Interstats/L-enquete-Cadre-de-vie-et-securite-CVS/Rapport-d-enquete-Cadre-de-vie-et-securite-2019>

et à la culpabilisation<sup>9</sup>. Cette tendance les affaiblit largement dans leur vie sentimentale, surtout quand elle se révèle abusive.

L'essayiste s'intéresse également au traitement qui est fait des violences dans notre société : au sein du couple, ces violences et crimes seraient les plus profondes preuves d'amour. Bien que le terme « féminicide » soit fréquemment utilisé dans l'espace public et médiatique, il n'a encore aucune existence juridique en France. Nous continuons bien trop souvent de parler de « crime passionnel », terme qui cristallise en ce sens la beauté et la fatalité du meurtre<sup>10</sup>. Sur ce sujet, Mona Chollet livre une analyse très pertinente du meurtre de Marie Trintignant par Bertrand Cantat, titré « amour monstre » par le journal Paris Match lors des faits (p.143). Pour l'autrice, il est urgent de cesser d'érotiser la domination et de détruire le mythe de la passion destructrice.

- **« L'amour, une affaire des femmes ? » (p.159) : le conditionnement social érige l'amour en absolu pour les femmes et éduque les hommes à réprimer leurs émotions**

« Tout en confinant les femmes dans l'univers mental de la vie à deux, la culture de masse invite les hommes à rêver précisément de l'inverse » (p.164)

Les hommes et les femmes ont des rapports très différents à l'amour. En les abreuvant de romances, les femmes apprennent très tôt à exprimer leurs émotions et à valoriser les relations amoureuses. Mona Chollet s'attaque dans ce chapitre au modèle du « Grand Amour », du « Prince Charmant » (p. 155) et regrette que les femmes dépendent autant du couple dans la construction de leur identité propre et de leur valeur sociale. Les femmes manquent en effet cruellement de modèles de rapports amoureux égalitaires avec le sexe opposé, et sont encore encouragées à accepter leur rôle de « gardiennes du temple » (p. 153).

Les hommes, eux, présentent un rapport détaché à l'amour car ils n'y ont pas été préparés : ils ont tendance à s'en méfier, à le considérer comme un danger pour leur liberté. Les relations amoureuses passent donc souvent après leur carrière, leurs relations amicales ou leur succès matériel. Cette différence d'investissement relationnel est identifiée comme étant à la base des dysfonctionnements dans le couple, rendant fatalement la compréhension mu-

---

<sup>9</sup> La philosophe Camille Froidevaux-Metterie l'a très justement montré en parlant de la **honte**, un sentiment structurellement féminin « par lequel les femmes se sentent imparfaites, inférieures ou diminuées » (Un corps à soi, Seuil, 2021).

<sup>10</sup> Houel Annick, Mercader Patricia et Sobota Helga, Crime passionnel, crime ordinaire, Presses universitaires de France, 2003

tuelle moins aisée. Les femmes sont bien trop fréquemment placées en position de faiblesse : en cas de désaccord, ce sont elles qui sont amenées à céder, à faire des compromis ou à se sacrifier pour que la relation fonctionne.

- **« La grande dépossession » (p.218) : la saturation de l'espace érotique par les fantasmes masculins**

« Ce que nous apprenons à considérer comme le « sexe » hétérosexuel est en réalité le « sexe par/pour les hommes », sans que notre œil soit exercé à distinguer la différence. » (p. 234)

Après avoir déconstruit les discriminations systématiques et les différences de socialisation entre hommes et femmes, Mona Chollet condamne, dans une dernière partie, la privation de l'espace sexuel par les hommes qui empoisonne la vie quotidienne des couples. Au sein des couples hétérosexuels, l'accent est mis sur les désirs des hommes. Dans ce chapitre, l'essayiste mentionne la puissance du « male gaze <sup>11</sup>», et la sexualisation dont font l'objet les femmes au moment de leur construction et de la découverte de leur corps (p.217). Elles sont très rapidement façonnées par la conscience d'être regardées, ce qui les entrave dans la réalisation de leurs désirs propres. Par ailleurs, le fait qu'une femme parle de son désir demeure encore perçu comme gênant, voire obscène, comme l'a montré la réception du livre d'Annie Ernaux, *Passion Simple*, à sa sortie<sup>12</sup>. Cependant, l'essayiste encourage les femmes à devenir de véritables sujets érotiques et désirants afin de mettre fin au monopole des hommes sur la production des fantasmes.

### **PARTIE 3 : Analyse critique**

Dans cet essai résolument féministe et essentiel, les lecteur.ices retrouvent la finesse de la réflexion de l'essayiste : dans une langue claire et un style accessible, elle décrypte de multiples références académiques et culturelles avec une pointe d'humour. L'essai est traversé par une véritable force d'érudition, Mona Chollet y convoque notamment des exemples tirés de livres, films ou bien de couples célèbres et d'affaires médiatisées. Par exemple, elle

---

<sup>11</sup> Le « regard masculin » en français est une forme d'objectivation ou d'hypersexualisation des femmes dans la culture visuelle dominante.

<sup>12</sup> Paru en 1992, ce récit autobiographique avait provoqué une violente polémique pour son caractère érotique et subversif et avait été tourné en dérision puisqu'il traitait du désir sexuel des femmes.

revient à plusieurs reprises sur le livre Belle du Seigneur d'Albert Cohen, qui à la relecture lucide, présente une vision très rétrograde et misogyne de l'amour<sup>13</sup>.

Le ton de l'autrice n'est jamais péremptoire mais plutôt modeste, elle y interroge son propre rapport à l'amour qui a longtemps été idéaliste. Le vécu est la porte d'entrée de l'essayiste vers la théorie, l'emploi du « je » et ses confidences personnelles rendent le factuel moins froid, la lecture plus fluide. C'est une belle manière de traduire textuellement que notre vécu est politique, qu'il mérite d'être questionné et cela d'autant plus dans notre vécu amoureux. Nous avons été socialisé.e.s en pensant que l'amour était un sujet exclusivement féminin et donc superficiel, trivial alors qu'il porte en réalité une charge politique qui est indéniable dans les champs féministes. Il est donc important que la société tout entière se réapproprie ce sujet pour ce qu'il est vraiment. En ce sens, on peut déplorer que cet essai d'utilité publique n'ait été lu qu'en large majorité par des femmes, symptôme d'un désintérêt masculin pour les thématiques abordées<sup>14</sup>.

Par ailleurs, bien que nous pourrions craindre un rejet en bloc de l'amour par l'essayiste, ce n'est pas le propos du livre. Mona Chollet affirme même dans son prologue être une grande amoureuse de l'amour, un sentiment qu'il faut davantage valoriser dans nos sociétés. Elle reconnaît également que sa manière « fleur bleue » et « vieux jeu » (p.19) d'aborder le sujet passera difficilement pour subversive dans les champs féministes : « En choisissant ce sujet, je sais que je me condamne à rouler lamentablement au pied du podium de la radicalité féministe » (p 19). Mona Chollet ne fait pas le procès de l'amour hétérosexuel au sens large mais ce qui le dénature au quotidien.

Par ailleurs, puisque l'autrice décrit son propre parcours, l'essai aux accents parfois thérapeutiques invite les lecteur.ices à un travail d'introspection sur leur rapport à l'amour. L'essayiste y pose des interrogations pertinentes afin que chacun.e puisse s'en emparer à sa manière en fonction de son bagage. En outre, Mona Chollet se veut rassurante en proposant à chaque fin de chapitre des pistes de réflexion pour rebâtir un amour plus juste et désirable. Elle énonce des voies de sortie : décohabitation, célibat, refus de maternité, sortie de l'hétérosexualité. Cependant, d'autres possibles, d'autres horizons doivent encore s'ouvrir vers des relations désirables et incarnées.

---

<sup>13</sup> Le roman met en scène Solal, un pervers narcissique sadique et misogyne et Ariane, une jeune femme naïve et simple d'esprit qui tombe sous le charme de sa domination masculine.

<sup>14</sup> Podcast Quoi de Meuf #146 – Le livre « Réinventer l'amour » de Mona Chollet, Nouvelles Écoutes, <https://nouvellesecout.es.fr/podcast/quoi-de-meuf/>

## **BIBLIOGRAPHIE**

Bessière Céline et Gollac Sibylle, *Le Genre du capital*, La Découverte, 2021.

Chollet Mona, *Sorcières : La puissance invaincue des femmes*, La Découverte, 2018.

Cohen Albert, *Belle du Seigneur*, Folio, 1968.

Despentes Virginie, *King Kong Théorie*, Livre de Poche, 2007.

Dowling Colette, *Cendrillon et l'argent. Le nouveau combat des femmes*, Édition Grasset, 1999.

Duportail Judith, *Dating Fatigue : amours et solitudes dans les années (20)20*, Édition de l'Observatoire, 2021.

Ernaux Annie, *Passion Simple*, Gallimard, 1994.

Froidevaux-Metterie Camille, *Un corps à soi*, Seuil, 2021.

Houel Annick, Mercader Patricia et Sobota Helga, *Crime passionnel, crime ordinaire*, Presses universitaires de France, 2003.

Peytavin Lucile, *Le coût de la virilité : Ce que la France économiserait si les hommes se comportaient comme les femmes*, Édition Anne Carrière, 2021.

Quillet Lucille, *Le prix à payer : Ce que le couple hétéro coûte aux femmes*, Édition les liens qui libèrent, 2021.

Rich Adrienne, « La contrainte à l'hétérosexualité et l'existence lesbienne », *Nouvelles Questions Féministes*, 1981, <https://feministes-radicales.org/wp-content/uploads/2012/03/Adrienne-Rich-La-contrainte-%C3%A0-lh%C3%A9t%C3%A9rosexualit%C3%A9-et-l'exis-tence-lesbienne.pdf>

Wittig Monique, *La Pensée Straight*, Éditions Amsterdam, 1992.