

## C'est quoi l'amour ? - 1/3

**C'est vrai tous mes amis son amoureux mais c'est quoi l'amour vraiment ? Les bons et les mauvais côtés de l'amour, tous les conseils qui peuvent être utile.**

Et oui c'est quoi l'amour, je me pose des question je n'ai pas les réponses, aidez-moi ! Alors l'amour ce n'est pas juste quand on croit être amoureux d'une personne. Ca va plus loin que cela par exemple vous êtes en ville et vous vous promenez avec votre fiancé (e) et si vous être vraiment amoureux vous aurez surment les mains moites. C'est aussi avoir avoir le coeur qui bat la chamade lorsque l'on vois son (sa) petit (e) ami (e) ou un frisson qui vous traverse le corps. Ou encore de pouvoir savoir ce que veut vous dire votre ami (e) juste en le regardant dans les yeux sans dire aucun mot. C'est ça l'amour c'est aimer, faire des sacrifices et dire je t'aime.

### **Les bons, les mauvais côtés ?**

On commence par les bons !!! C'est superbe de se promener main dans la main de s'aimer, de s'embrasser. D'aller avec quelqu'un au ciné ou à des sorties et bien sûr à la sortie du ciné on ne sait même pas quel film on a regardé (hihi). Les petits cadeaux à Noël et à la St Valentin. Les mots doux et les lettres enflammées. Mais les mauvais côtés ? Bien sûr il y'en a mais moins. Des parents qui ne veulent pas vous laisser sortir, les remarques des copines parfois jalouses. Des paris ou encore des contraintes, être triste en été quand il (elle) part en vacance. Mais pour le peu de mauvais côtes qu'il y a et tant de moment intense je peux vous assurer que sa vaut le coup de tomber amoureux (se). Mais je crois bien que le plus horrible moment c'est la rupture. Mais si le vrai amour dure toute une vie, quoi de mieux ?

### **L'amour c'est quoi ?**

Un peu, beaucoup, passionnément, à la folie ? Qui ne se rappelle pas avoir effeuillé la marguerite cherchant à vaincre l'affreux doute quant à l'amour du ou de la bien-aimée ? Qui ne se rappelle pas les émotions du premier amour naissant à 14,16 ou 18 ans ? Comment la proximité de l'élue (e) pouvait nous faire chavirer et rêver pendant des heures... Avant même de lui avoir adresser la parole ? Nous étions en amour avec l'Amour.

La première sortie, le premier baiser, la première promesse, la première caresse, le premier projet rêvé à deux. Il était tellement merveilleux ; elle était tellement belle ; rien n'existait plus sans lui ; l'avenir n'était pas possible sans elle. Notre amour était pur et éternel. Nous transformions le monde, avions les plus beaux enfants et nous vivions heureux. Rien ne pouvait nous arrêter. Sauf...

La première peine d'amour. Que de pleurs et de sanglots ! Comment a-t-il pu me faire cela ? Jamais je n'aurais imaginé qu'elle puisse être comme ça. Quel grand vide crée la première peine d'amour ! Que de mal au ventre et à l'estomac la perte de l'être aimé peut susciter. Quelle déprime ! Et juste avant de sombrer complètement, voilà qu'arrive... Un nouvel amour.

Nous nous rappelons toujours avec nostalgie nos premières amours d'adolescence. Et comment l'apprentissage de l'amour a pu être parsemé d'embûches, mais aussi de plaisirs et de joies indescriptibles. Jusqu'au moment où enfin la perle rare arrive et qu'on fasse le grand saut : on se promet de s'aimer toujours, pour le meilleur et pour le pire.

Cependant, d'après les statistiques officielles, seulement 2 couples sur 10 confirment la conclusion des romans ou films d'amour : ils se marièrent, eurent de nombreux enfant et vécurent heureux ? Nous connaissons tous des couples complices qui s'aiment depuis leur adolescence, qui ont étudié ensemble, qui ont de beaux enfants et qui semblent faits pour passer le reste de leur vie ensemble. Mais nous connaissons plus de couples

## C'est quoi l'amour ? - 2/3

qui, oh ! Surprise, ont divorcé. En fait, 5 mariages sur 10 actuellement, selon les chiffres de l'Organisation Mondiale de la Santé, aboutissent au divorce. Et les trois couples qui restent ensemble, pour le meilleur mais surtout pour le pire, ne se parlent plus ou s'engueulent jusque dans les résidences pour personnes âgées.

Qu'est-ce qui fait la réussite des couples qui marchent et passent à travers les années ? Y aurait-il une formule magique ou miracle à la portée de tous ? Qu'est-ce qui fait que certains ne semblent jamais avoir de problèmes avec leurs amours et que d'autres semblent toujours prêts à se suicider ou à déprimer après une peine d'amour ? Des gens paraissent heureux, avec ou sans partenaires stables ; d'autres s'accrochent au premier venu ou à la première qui ne sait dire non.

On a beaucoup écrit sur les difficultés de l'amour. Des centaines de livres démontrent jusqu'à quel point l'amour est souvent consommé comme une drogue, et évidemment lorsque la drogue fait défaut, arrivent les symptômes du manque, physiques et psychologiques.

Mais qu'est-ce que l'amour ?

On dit que l'amour est une émotion. Le petit Robert nous dit qu'une émotion est : un mouvement, une agitation, une réaction affective, en général intense. L'amour serait donc un mouvement vers quelqu'un. Comment deux personnes en mouvement, l'une vers l'autre et dans leur vie respective, peuvent-elles faire durer ce mouvement réciproque à travers les vicissitudes de la vie à deux ?

À mon avis, il existent trois conditions essentielles à la pérennité de l'amour : l'admiration, le rêve et le désir sexuel. Et ces trois composantes doivent être canalisées vers la même personne. Et réciproques. Et stables. Mais pas nécessairement dans l'ordre : le désir peut naître de l'admiration ou vice-versa.

Je ne peux aimer quelqu'un que si je l'admire et que je me sente admiré par ce quelqu'un. L'admiration est un sentiment de joie et d'épanouissement devant ce qu'on juge beau ou grand (petit Robert). Il n'y a de l'amour que dans le respect. À partir du moment où l'on se crie des bêtises, on hypothèque sérieusement l'amour. On peut ne pas être toujours d'accord sur l'éducation des enfants, la façon de dépenser l'argent (ce sont là les deux principales sources de désaccord)... , mais on doit toujours être d'accord sur le fait que l'autre est une personne humaine unique et digne de respect et d'admiration. N'oublions pas que deux amants sont aussi deux ennemis intimes... Qui se doivent respect. La baisse de l'admiration est parallèle à la baisse de l'amour. D'où l'importance de rester debout devant son partenaire.

Deux personnes qui s'aiment partagent les mêmes projets, les mêmes rêves ; ce sont deux complices qui complotent ensemble leur avenir : l'achat de la première maison ou de la première voiture, l'arrivée du premier enfant et des suivants, les succès professionnels de l'un ou l'autre, l'implication sociale, les vacances, la retraite... Encore là, les rêves individuels ne sont pas nécessairement les mêmes et ne doivent pas nécessairement se subordonner aux rêves du couple, mais à partir du moment où les rêves personnels prennent le dessus, ou encore à partir du moment où je me surprends à rêver avec un (e) autre, la fin du rêve commun est proche. Tout couple est basé sur deux personnes autonomes possédant leurs propres projets respectifs. S'aimer, c'est rêver ensemble de choses possibles.

Évidemment, l'amour est basé sur l'attraction physique mutuelle. Tellement que l'acte d'amour désigne les relations sexuelles. Qu'y a-t-il de plus merveilleux que de faire l'amour avec l'être aimé ? Aimer quelqu'un, c'est vouloir se coller, se toucher, se caresser, s'interpénétrer, se fusionner. Mais, c'est aussi entretenir son désir et le désir de l'autre en conservant une certaine distance. Tu n'es pas moi et ne je suis pas toi. Un plus un ne fait pas un, mais trois, i. E. Toi, moi et nous. Les coups de foudre ne peuvent survivre à la passion, car la fusion totale tue le désir. Je désire seulement ce que je n'ai pas, pas ce que je possède. Tu existes aussi en dehors de moi et j'existe en dehors de toi. La distance est nécessaire au désir et permet au rapprochement de se

## C'est quoi l'amour ? - 3/3

transformer en plaisir.

Est-ce à dire qu'une difficulté sexuelle ou une perte de libido signifie une perte d'amour ? Parfois, mais pas toujours. C'est toutefois un indice qu'il se passe quelque chose chez l'un ou l'autre ou dans la dynamique du couple dont le couple doit s'occuper au plus tôt s'il veut survivre. Besoin d'être seul, de parler, d'être écouté, de partir ensemble loin des enfants et du travail, de se reposer, de trouver un nouveau rêve commun, de retrouver l'être admirable que je suis et que l'autre est, de réajuster nos mouvements respectifs et de couple.

Il est vrai que le coeur a des raisons que la raison ne connaît pas, mais la raison peut enseigner au coeur la direction à prendre et comment reconnaître les indices précurseurs de l'essoufflement de l'émotion. L'amour durable, on ne le répètera jamais assez, est fait de passion et de raison, de cur et de tête.

Vivre à deux n'est pas un comportement instinctif. Nous devons apprendre à vivre à deux, tout comme nous avons appris à marcher, parler, écrire, faire de la bicyclette, conduire une voiture, faire notre métier, etc. Mais... Où sont les professeurs ???

Encadré - L'amour, c'est :

Offrir des fleurs sans raison.

Aimer l'autre, surtout démaquillé.

Faire le petit quelque chose qui fait la différence entre être bien et être très bien.

Mettre son nez dans l'oreiller de l'autre lorsqu'il est parti.

Accepter l'importance d'une distance temporaire.

Trouver agréable de faire la vaisselle parce qu'on est ensemble.

Savoir rigoler ensemble, l'un de l'autre.

Téléphoner, dire je t'aime, et raccrocher.

Effleurer l'aura de l'autre, sans le toucher physiquement.

Se voir avec de nouveaux yeux.

Prendre le rasoir de l'autre sans se faire chicaner.

Et pour vous, c'est quoi, l'amour ?