

s'est pas permis de la vivre jusqu'au bout et elle est encore là, bloquée, à l'intérieur de lui.

Dites-moi pourquoi on emploie l'expression "tomber en amour"? Je pense que l'on devrait plutôt utiliser l'expression "s'élever en amour". Êtes-vous d'accord?

Je suis plutôt d'accord avec l'expression "tomber en amour". Lorsqu'une personne tombe en amour, elle n'est plus vraiment elle-même car son bonheur dépend alors totalement de la présence de l'autre personne. Elle ne vit que pour l'instant où elle sera de nouveau en sa compagnie. Elle a l'impression de flotter dans les airs mais cette sensation n'est qu'une illusion. Elle est créée par une surcharge d'énergie émotionnelle qui, pour se maintenir chargée, nécessite absolument la présence de l'autre. Privée de cette présence, la personne ressent un vide à combler. Alors, l'euphorie du départ fait place à la souffrance d'aimer, appelée communément la peine d'amour. Quand quelqu'un nous dit: "*Je suis tombée en amour*", il s'agit d'un amour-passion. Dès que la passion s'estompe, les amoureux tombent de haut.

L'amour véritable, inconditionnel, commence quand deux êtres ont passé le stade de tomber en amour. Avec l'amour véritable, nous sommes loin de l'impression de tomber, nous avons plutôt le

Questions et réponses

sentiment d'ÊTRE, surtout d'être bien. C'est un amour confortable. Nous disons alors: "*Je suis en amour*".

Je suis à peu près certaine que mon mari me trompe. J'ai trouvé toutes sortes de choses qui ne sont pas à moi dans ma chambre et j'ai entendu certaines conversations téléphoniques suspectes. On me rapporte même des paroles ou des faits qui pourraient confirmer cela. Si je comprends bien, je devrais lui dire que je suis au courant mais il me semble que je devrais le prendre sur le fait avant de pouvoir l'accuser. Il me mentira sûrement encore. Devrais-je le voir comme quelqu'un qui a peur et lui dire qu'il a besoin d'aide?

Il est clair que votre mari essaie de vous pousser à le confronter par tous les moyens. Il a peur d'en parler lui-même et veut que vous fassiez les premiers pas. Il sait que vous êtes au courant puisqu'il s'est assuré de laisser des indices dans votre chambre. Il doit même être surpris que vous ne l'ayez pas encore confronté. Vous vivez donc tous les deux la même peur. Il a peur de vous en parler et vous avez peur de lui en parler! Il est temps que vous fassiez un travail intérieur pour identifier ce que vous vivez. Pour vous guider, voici quelques questions: Avez-vous peur de le perdre? De vivre seule? D'être abandonnée? Quel est le

degré de votre peur? Comment vous sentez-vous à l'idée de le confronter et de risquer une éventuelle rupture? Quel est le pire qui pourrait vous arriver?

Une fois que vous êtes consciente de ce que vous vivez intérieurement, allez le partager à votre mari. Parlez-lui de vos peurs. Vous pourriez par exemple lui dire: *“Je suis au courant depuis longtemps mais je préférais faire semblant de ne rien voir. J'avais peur de t'en parler, tout comme toi.”* Parlez-lui de ce qui se passe en vous. Vous ne pouvez pas forcer votre mari à vous révéler ses peurs, surtout si elles sont plus fortes que les vôtres. Vous devez vous aider vous-même en premier lieu et il est évident que vous devez passer à l'action le plus vite possible. Si vous continuez à attendre qu'il se décide, vous ne faites que reporter à plus tard une situation qui de toute façon est déjà désagréable. Tôt ou tard, vous aurez à y faire face.

Dans votre question, vous dites aussi que vous voulez le prendre sur le fait pour pouvoir l'accuser. Avant de passer aux accusations, souvenez-vous des engagements que vous aviez pris au début de votre union. En avez-vous reparlé depuis votre mariage? Y avait-t-il eu promesse de fidélité? Avez-vous déjà discuté de l'éventualité où l'un de vous pourrait être attiré par quelqu'un d'autre? Si oui, aviez-vous décidé de vous le cacher ou de vous en

parler? Si vous n'avez jamais eu de discussion à ce sujet, comment pouvez-vous savoir si cet homme s'était engagé? Vous ne pouvez pas l'accuser d'avoir manqué à sa promesse puisqu'il n'y avait jamais eu de promesse véritable. Vous allez me dire: *"On s'est marié, c'est automatique, il y a eu promesse"*. Pas du tout! Le contrat légal, le bout de papier signé lors d'un mariage ne dit pas nécessairement ce qui se passe dans le coeur des conjoints. Une promesse de fidélité est une entente qui se conclut dans l'intimité entre les conjoints au moment de l'engagement, coeur-à-coeur.

Est-ce important d'exprimer ses sentiments, de dire ce que l'on ressent à son conjoint et ce, dans tous les domaines?

Plus vous serez capable de vous révéler à votre conjoint et plus vous deviendrez de grands amis. Votre relation deviendra plus intime et durable. Mais attention, n'oubliez pas que si vous avez décidé de lui parler de vos sentiments et de ce que vous ressentez, ceci est votre choix. Faites-le dans le but de vous aider à exprimer ce que vous vivez et non avec l'espoir caché qu'il vous comprenne ou qu'il se révèle à son tour.

Mon mari était un charmeur et je l'ai quitté. Pourquoi suis-je toujours portée à rencontrer des

charmeurs?

Pour commencer à y voir clair, vous devez d'abord regarder ce qui vous dérange chez les charmeurs. Le fait que vous soyez toujours attirée par ce genre de personne et ce, même si cela vient vous chercher, indique qu'il y a quelque chose dans cette attitude qui vous appartient. Ce qui vous dérange chez les charmeurs est un aspect de vous que vous ne voulez pas voir.

Qu'est-ce qu'un charmeur pour vous? Est-ce un homme qui charme toutes les femmes et qui est infidèle? Est-ce quelqu'un qui raconte n'importe quoi pour vous enjôler et qui n'est pas vrai? Est-ce que "être charmeur" se rapproche de "être manipulateur"? L'important est que vous regardiez ce qui vous dérange le plus. Ces situations sont simplement en train de vous dire que vous auriez intérêt à porter attention à un aspect de vous qui vous dérange et que vous rejetez. Vous ne voulez pas voir qu'il vous arrive aussi d'user de vos charmes. Vous l'exprimez peut-être d'une façon différente de vos compagnons mais la motivation est la même. Il y a aussi une autre partie de vous qui vous dit que ce n'est pas correct d'être charmeuse. Dites-vous bien qu'être charmeur n'est pas automatiquement synonyme de "pas correct".

Comme avec n'importe quel autre

comportement, c'est votre motivation que vous devez regarder. Il est sage de tenir compte des deux côtés d'un même comportement et d'accepter qu'il peut parfois être bon d'être charmeur et d'autres fois non. Ici encore, nous devons utiliser notre discernement et cesser de cataloguer une attitude comme étant soit "bonne", soit "mauvaise".

Pourquoi ai-je peur d'entreprendre et de m'impliquer dans une relation avec une femme?

Vous devez être le genre de personne qui ne vit pas son moment présent et vous devez avoir beaucoup d'attentes face à l'avenir. Si seulement vous aviez l'assurance que cela pourrait durer, vous seriez sûrement prêt à vous impliquer dans une relation, n'est-ce pas? Vous voulez à tout prix éviter de souffrir. Vous vivez soit dans le passé, soit dans le futur. Vos hésitations sont sans doute basées sur une expérience passée douloureuse, d'où la crainte de la voir se répéter en vous impliquant dans une nouvelle relation. Vous vous inquiétez de l'avenir parce que vous n'avez pas encore appris à vivre votre moment présent. Le bonheur se vit dans l'instant présent. L'idéal serait que vous appreniez à vous laisser aller un peu plus. Si vous vous sentez bien avec une personne, permettez-vous de vivre ce que vous avez à vivre. Savourez chaque instant comme si c'était le

moment le plus important de votre vie. Rien ne vous empêche de continuer à souhaiter que cela dure mais vous vous rendrez un grand service en arrêtant de vouloir contrôler le futur. En lâchant prise du passé et en vous abandonnant à ce qui arrive maintenant, il vous arrivera toujours ce qu'il y a de mieux pour vous.

J'ai tout fait pour décourager ma compagne de vie d'acheter une oeuvre d'art. Pour moi, c'est de la folie car c'est une oeuvre d'art très dispendieuse. Que dois-je faire pour la comprendre ou l'accepter? Aidez-moi car je ne peux plus accepter une telle situation.

Vous dites que vous ne pouvez plus accepter que votre compagne se permette des folies et qu'elle s'achète des choses très dispendieuses. Se pourrait-il que vous aussi vous aimeriez de temps en temps pouvoir vous payer des petits luxes et que vous ne le fassiez pas? Vous empêchez-vous de vous gâter parce qu'une petite voix à l'intérieur de vous vous dit que ce n'est pas correct?

À travers ses agissements, votre compagne est en train de vous refléter une partie de vous-même que vous ne voulez pas voir. Quand le goût vous prend de vous payer des petits luxes, vous devez sans doute le refouler et vous contrôler très fort. Il n'est pas étonnant qu'il vous soit si difficile

Questions et réponses

d'accepter qu'elle se le permette. Ce n'est pas par hasard que nous sommes attirés par une personne plutôt qu'une autre. Votre compagne est tout simplement là pour vous aider à connaître certains aspects de vous et à les accepter. Vous devez apprendre à aimer votre petit côté "pas raisonnable" qui aimerait bien pouvoir se payer des folies parfois.

Vous pourriez également aller vérifier auprès d'elle comment elle vous perçoit. Il est possible qu'elle vous trouve très dépensier à d'autres niveaux. Si tel est le cas, la réalité est que vous aimez dépenser tous les deux mais dans des domaines différents. Il se peut que vous ne vous le permettiez pas du tout, ce qui s'appelle du contrôle. Une attitude de contrôle est une expression de peur. Êtes-vous prêt à laisser vos peurs vous diriger et rendre votre vie misérable au point d'affecter votre relation de couple? Vous avez le choix. Avant de faire votre choix, examinez les conséquences possibles et soyez prêt à en assumer la responsabilité.

Je suis fâchée contre mon mari qui me méprise et me critique souvent. Il m'abaisse et je me demande pourquoi je continue à vivre avec lui. Je me dis qu'il va changer un jour et qu'il finira par m'accepter telle que je suis.