

## CHRONIQUE COMMEUNIQUE ÊTRE GUIDE ET COMPLICE (couples)

### ARTICLE

#### SUJET : Amour romantique ou amour véritable?

Hélène Renaud et Michel-Jacques Bergeron



La relation spéciale d'amour romantique de l'ego se caractérise par l'union de deux personnes qui vivront pendant un certain temps une période de rêveries marquée d'un excès de sensibilité. Elle repose sur une base fragile : l'égoïsme de chacun qui croit avoir trouvé un complément en l'autre pour satisfaire ses besoins, ce qui ne peut être de l'amour, mais une illusion d'amour. Cette relation peut parfois être fusionnelle. Elle est constituée d'un amour spécial dirigé dans le but inconscient d'obtenir nous-mêmes quelque chose de l'autre, sous le couvert de l'amour.

Ces relations romantiques reposent inconsciemment sur une forme d'entente tacite passée entre les deux parties, et dès que l'un des deux ne respecte plus les clauses du contrat secret, il y a méfiance et cela peut aller jusqu'à la rupture ou à une déclaration de guerre, entrecoupée de trêves qui font croire qu'en apparence la paix est revenue, alors que ce n'est souvent qu'une vengeance retardée. Ce qui valide que cette relation romantique n'a pas été au départ de l'amour véritable, mais tout simplement une relation égoïste.

Lorsque la romance est terminée, le couple d'amour romantique devient une terre de bénédiction pour l'ego. Il peut arriver à ses fins parce que cette relation se nourrit uniquement de culpabilité, d'attaques et de défenses. Ainsi, la relation conserve son existence puisqu'elle est sous le joug de la peur. La relation spéciale d'amour romantique évolue habituellement sur un plan horizontal, « à ras le sol », et limite les partenaires à leur attachement à la forme. Elle est très dense, se heurtant à de nombreux obstacles où l'ego se complaît à relever les erreurs de l'autre, rendant le bonheur instable souvent impossible parce qu'il peut éclater à tout moment. Ces attaques créent un état d'incertitude et d'insécurité pour les amoureux, alors que le véritable amour est constant, stable et sûr. Cette relation spéciale est vécue dans l'esprit de la dualité. Elle alterne constamment entre l'amour et la haine : « Je veux que tu m'aimes et je veux bien t'aimer, mais je te hais lorsque tu ne réponds pas à mes attentes. » Évoquons les moments où la tendresse fait place à la haine. Il est impossible d'aimer et de haïr en même temps. Comment peut-on dire que l'on aime l'autre et choisir de lui faire vivre du rejet lorsqu'il nous déçoit ? Puis-je établir que cela est de l'amour lorsqu'il n'y a pas de stabilité, de sécurité, de constance, de douceur et d'assurance dans mon couple ? D'autres manifestations silencieuses (comme la rancœur, la vengeance, la jalousie,

la bouderie, la trahison) sont aussi meurtrières par leur subtilité et conduisent aux mêmes résultats : la rupture de la communication, celle qui crée le fossé dans la relation. Il est fréquent que des partenaires poursuivent leur relation de couple même s'il n'existe plus de véritable communication entre eux.

Comme nous croyons à tort que nous sommes divisés et incomplets, nous avons toujours le sentiment qu'il nous manque quelque chose et développons la propension à vouloir aller chercher cette complétude à l'extérieur. Inconsciemment, je la recherche en l'autre pour compenser ma croyance que je n'ai pas *tout* ce qu'il me faut pour être heureux. Je crée une relation spéciale et m'associe à un conjoint dans le but caché qu'il complète la partie que je crois qu'il me manque. Ces relations de dépendance sont insensées parce qu'elles se nourrissent principalement de l'illusion que l'autre va suppléer à mon manque d'amour et répondre à mes demandes, quelles qu'elles soient. Lorsque j'affirme : « Il est ma douce moitié », j'établis ainsi que je ne suis pas complet. Cette croyance à laquelle nous adhérons dans notre couple amène une multitude de conflits, puisqu'elle se base sur le manque et sur un idéal par définition inatteignable. Le piège, c'est que cet état de fait me garde dans l'immobilisme, la victimisation et me fournit de bonnes raisons pour ne pas faire le travail, c'est-à-dire développer le potentiel que je crois ne pas avoir. Ainsi, je maintiens mes manques et mes souffrances qui ne sont palliés que par intervalles, que lorsque l'autre les comble à ma place. Cette pensée ancrée dans le manque constitue l'une des armes les plus puissantes de l'ego parce qu'elle nous détourne du véritable amour. Heureusement, ces relations peuvent aussi avoir un revirement bénéfique et devenir des relations saines, si nous sortons de cette croyance que l'amour peut nous venir de l'autre.

Encore là, la question n'est pas d'être ou de ne pas être avec quelqu'un qui va compléter temporairement la partie que je crois qu'il me manque, mais d'être avec lui pour les bonnes raisons : développer chacun sa propre complétude.

#### @ SOURCES



Couple dans la vie, **Hélène Renaud et Michel-Jacques Bergeron** sont pédagogues, auteurs, formateurs et spécialistes des relations. Grâce à leur expertise, ils agissent comme conférenciers lors de nombreux colloques et d'événements à caractère éducatif. Depuis vingt ans, ils transmettent leur enseignement au Québec, au Canada et en Europe. Ils sont coauteurs de sept

formations, dont la formation Couple-guide, Couple-complice et Développement personnel.  
**WWW.COMMEUNIQUE.COM**

Les Formations **COMMEUNIQUE INC.** offre les formations Parent-guide, Parent-complice, Couple-guide, Couple-complice, Famille-guide, Famille-complice (parents-enfants) et Famille- classe au GrandCoeur (élèves dans les écoles) aussi des **conférences-ateliers pour** éducatrices, enseignants, équipes d'entreprises et développement personnel dans plusieurs régions du Québec.

Voir les calendriers des événements sur le site [WWW.COMMEUNIQUE.COM](http://WWW.COMMEUNIQUE.COM)  
**450-461-2401** ou [renaudhelene@commeunique.com](mailto:renaudhelene@commeunique.com)