

PETITE HISTOIRE OU GRAND AMOUR?

LOVE, E

Les experts du cabinet **Love Intelligence** ont recensé les impasses dans lesquelles il ne faut pas se laisser entraîner lorsqu'on est à la recherche du grand amour. Huit pièges à éviter pour commencer 2008 du bon pied !

1 JE SUIS À LA RECHERCHE DE LA FEMME IDEALE

Vous recherchez, sans succès, le « grand amour » qui embellira votre vie. En étant à ce point aveuglé, vous risquez de passer à côté d'une personne qui pourrait vous faire réellement du bien. Lorsque vous êtes en couple, vous devenez rapidement frustré : vous demandez à votre compagne de changer pour s'adapter à votre idéal et, bien entendu, c'est le clash assuré. Pour vous en sortir, admettez que ce que vous recherchez n'existe pas et que vous n'aimerez jamais vraiment qu'une personne vivante, réelle, avec des défauts et des qualités, tout comme vous !

2 JE SUIS AMOUREUX DE L'AMOUR

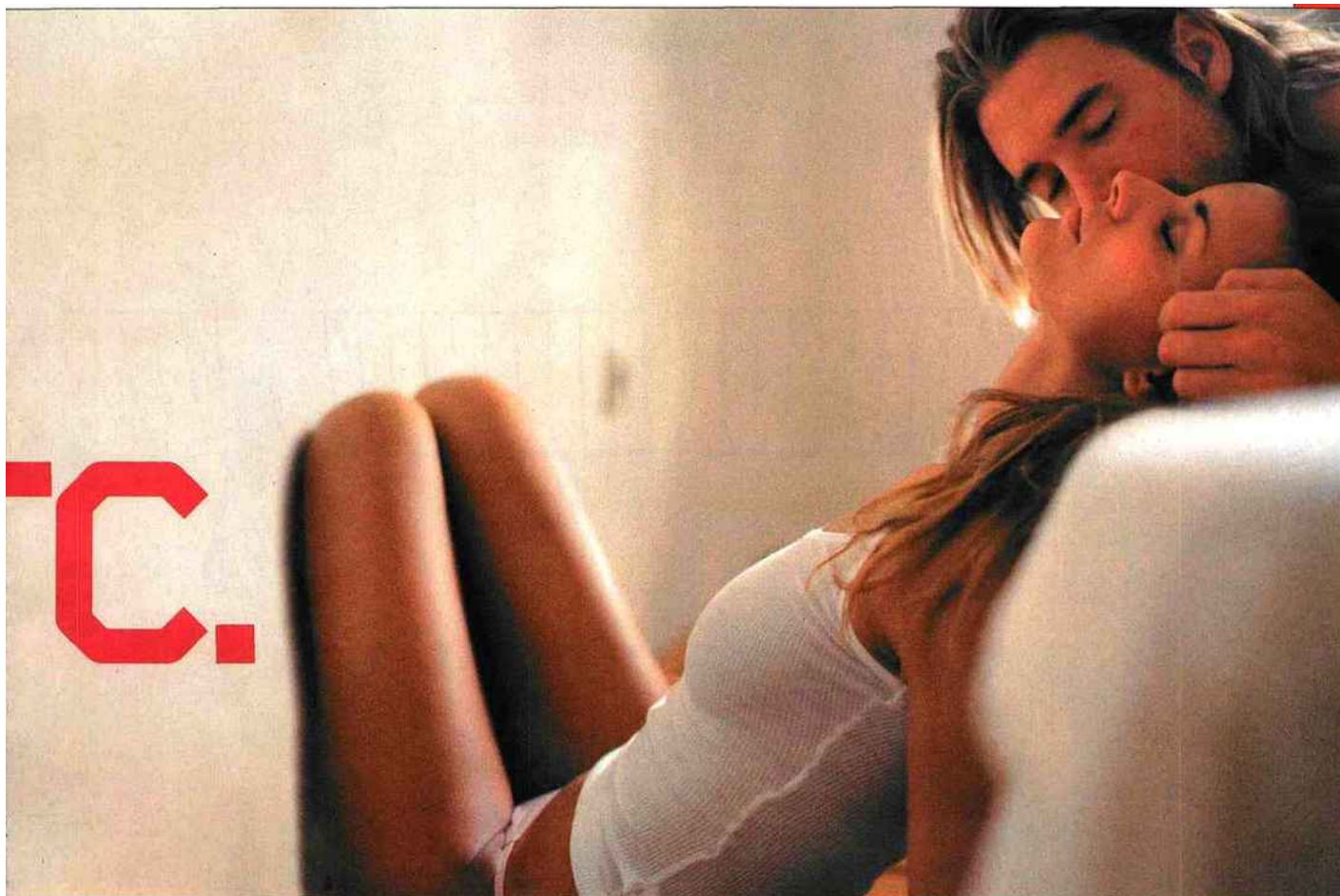
Peu importe qui est l'objet de votre désir. Ce que vous souhaitez avant tout, c'est de vous sentir amoureux, euphorique. Au final, vous tombez souvent amoureux et cessez rapidement de l'être. En fait, vous ne prenez pas le temps de connaître réellement votre compagne et de savoir si elle répond à vos critères fondamentaux. Prenez déjà conscience que derrière cette folle recherche d'amour, se cache la peur d'être seul. Prenez du recul et posez-vous d'emblée la question « pourquoi elle ? ». Si vos réponses sont basées sur des critères superficiels, et non sur des valeurs communes, dites-vous que ce n'est a priori pas celle qu'il vous faut.

3 JE CONFONDS ATTIRANCE PHYSIQUE ET AMOUR

Vous êtes attirés d'abord par l'apparence physique d'une personne, par ce qu'elle dégage. Peut-être vous êtes-vous également cru amoureux après avoir fait l'amour, les effets physiologiques étant les mêmes (impatience, rythme cardiaque soutenu, excitation) ! Mais bien vite vous désillusionnez. Pour y remédier, soyez curieux et respectueux de l'autre, trouvez-vous des points communs de caractère, de projets, de centres d'intérêt, de valeurs... Quand votre libido se calmera, vous aurez toujours plaisir à être avec cette personne avec laquelle vous partagez tant !

4 JE MELANGE ADMIRER ET AIMER

Nombreux sont les couples qui se construisent sur l'admiration de tel ou tel aspect de l'autre. C'est un bon pilier, sauf si vous idéalisez les capacités intellectuelles de votre partenaire. Soyez lucide, ce n'est pas de l'amour mais de l'intérêt personnel ! Vous vous lasserez bien vite de cette fille lorsque vous aurez fait le tour des discussions qui vous intéressaient. Pour éviter les déceptions, forcez-vous à dépasser le stade de l'admiration béate pour découvrir ses qualités morales, son caractère, ses centres d'intérêt. Apprenez à la connaître, elle, plutôt que son savoir ! Et surtout, descendez-la de son piédestal. Aucune relation amoureuse n'est épanouissante sans égalité.



5 JE VIS UNE FOLLE PASSION AVEC MON CONTRAIRE

Être attiré par quelqu'un qui nous est diamétralement opposé est très fréquent. Mais ces relations passionnées mènent rarement à un état amoureux stable. Bien vite, les différences deviennent trop pesantes puisque vous ne vous rejoignez sur aucun point si ce n'est l'attrance première. Pour éviter de tomber de haut, dites-vous que le véritable amour se construit sur des bases communes d'intérêts, de principes, de valeurs. L'amour peut être étincelles et excitation, mais il doit toujours, impérativement, être créateur de bien-être.

6 JE FAIS PASSER LE TEMPS

Il nous est tous arrivé de sortir avec quelqu'un pour ne pas être seul. C'est tout à fait légitime, même si c'est probablement l'un des pires chemins pour trouver l'amour vrai. En effet, si cette fille vous nourrit en sentiments et en émotions, il y a de fortes chances qu'elle ne reçoive rien en retour et que rapidement, elle ne vous suffise plus. Pour éviter cela, mieux vaut reconnaître que vous êtes seul responsable de votre vie et de vos satisfactions. C'est d'abord en vous qu'il faut puiser vos ressources. Il faut apprendre à vous aimer et à apprécier votre propre vie pour réussir à aimer.

7 JE SORS AVEC UNE STAR

Vous êtes souvent attiré par la réussite professionnelle d'une personne, sa beauté... Là encore, prenez conscience que ce n'est pas de l'amour mais plutôt de la jouissance que de sortir avec une personne convoitée par d'autres. Cela flatte votre ego, vous vous sentez élu. Sachez que la supériorité de l'un peut rapidement générer le mal-être et la jalousie de l'autre. Instaurez donc d'emblée un rapport d'égal à égal, considérez cette personne extraordinaire comme une personne « normale » et cherchez à savoir si vous l'aimez pour ses vraies qualités.

8 JE SOIGNE MON CHAGRIN DANS LES BRAS D'UNE AUTRE

Nous avons tous tenté d'oublier une déception amoureuse dans les bras de la première venue. Et pourquoi pas ? Après tout, si une relation de transition peut aider à guérir, il ne faut pas s'en priver. Mais mieux vaut savoir que le meilleur moyen de faire le deuil d'une histoire est plutôt de rester un moment seul pour faire le point sur sa vie amoureuse et se poser les bonnes questions notamment sur ce que l'on veut et ce dont on a réellement besoin. ■

Fondée par Florence Escavavage, Love Intelligence est formée de quatre coaches spécialisés en PNL et psychologie et experts des dynamiques amoureuses. En savoir plus : www.love-intelligence.fr ou 01 42 21 07 01.