

Méthode E.S.P.È.R.E.® – Thèmes d'application

Le Couple

Les chagrins d'amour

par Jacques Salomé.
(paru dans "Généralisations Plus" – avril 2014 – n° 56)

Ils surgissent sans prévenir, car ils sont au cœur même de l'amour. Ils envahissent soudain tout l'espace de notre cœur et quelquefois, de tout notre être quand nous abordons "*cet étrange moment où l'amour se mue en souffrance*".

Bien sûr, il y a les petits et les grands chagrins d'amour. Les petits sont semblables à des courants d'air qui vont aérer la relation et, parfois, la dynamiser, ils sont la pluie ou les nuages qui cachent le soleil, puis vont s'évaporer dans un échange, un geste ou un regard plus tendre !

Les chagrins d'amour au quotidien, petits cailloux blancs sur le fil étroit d'une rencontre amoureuse. Ils sont capables, quand ils ne sont pas dévastateurs, de nourrir, de stimuler, de maintenir vivace un amour.

Mais il y a aussi des chagrins plus incisifs, qui éclatent quand la réalité de l'un blesse l'imaginaire de l'autre. L'amour est semblable à une maladie d'incomplétude, qui nous oblige d'une certaine façon à prendre conscience de nos imperfections, de nos manques et de ceux de l'autre !

Souvent nous inventons notre amour bien avant de le rencontrer ou de le fixer sur une personne. Et la relation, si elle s'établit, va confronter nos sentiments à ceux de l'autre, nos attentes à celles de l'aimé(e).

Les chagrins de l'amour ont beaucoup de visages et surtout de multiples langages pour se dire ou se taire.

Mais le chagrin le plus violent, le plus terrible, est la désertion de l'amour, quand arrive le désamour. L'amour était là, ensoleillé, et un matin, il n'est plus là, le gris et le froid nous habitent. Quand l'aimé(e) tout proche s'absente, quand il (elle) est ailleurs, déjà loin de vous. Quand il (elle) ne donne plus de vie aux signes de vie, alors un pincement au cœur, un fil invisible vous serre à la gorge, vous rappelle la fragilité de l'amour ou l'inconstance possible d'un sentiment...

La veille encore, on riait ensemble, nos mains se cherchaient et aujourd'hui ressemblait à toujours. L'amour était là, fort, inconditionnel, présent, disponible, lumineux et sans retenue aucune. Et quelques instants plus tard, dans un aujourd'hui catastrophe, dans un tremblement de vie, il (elle) nous dit : « *C'est fini, je ne t'aime plus mon amour, je pars, je te quitte* ».

Nous avons la possibilité de nous transformer en victime, blessée à mort, en accusateur, en juge, s'appuyant sur la sincérité de nos sentiments, sur notre propre fidélité, sur « *après tout ce que j'ai fait pour toi...* »

Rappeler les engagements pris ne nous aide pas et cela risque de nous enfermer dans des ressentiments et des rancœurs durables.

Nous pouvons, parfois, avec une grandeur d'âme remarquable, au-delà de notre incrédulité ou de notre incompréhension, témoigner d'une écoute et même proposer notre assistance, pour que celui (celle) qui nous quitte puisse le faire sans se sentir coupable, sans s'en vouloir mais le chagrin, quelques instants plus tard, nous rattrapera, nous meurtrira le cœur et le ventre et nous éloignera d'un imaginaire trop idéalisé !

Nous pouvons aussi tel un animal blessé, fuir, nous éloigner et nous perdre en solitude.

Mais nous pouvons aussi nous responsabiliser et tout en respectant nos propres sentiments, toujours vivants, même si ceux de l'autre se sont détournés de nous, entrer dans le renoncement d'une relation, qui nous paraissait si vitale pour la transformer en souvenir vivifiant jusqu'aux soirs des oublis.

Jacques Salomé est l'auteur de

"Car nul ne sait à l'avance la durée de vie d'un amour". (Ed Dervy).