

En amour les battements de cœur ne suffisent pas, ni les battements de cils, et les phéromones ne durent que deux ou trois ans.

Nous avons tous en nous l'amour, et nous en avons tous la nostalgie. Devenir un amoureux demande de guérir de cette nostalgie d'un ailleurs. L'amour est la substance de laquelle on est fait.

On en a une mémoire totale dans nos cellules. Mais la vie sur terre n'est pas la même chose que ce souvenir idyllique de paix, de luxe, calme et volupté. Sur terre, nous sommes comme en exil de cet espace d'amour absolu et pur. Si on ne guérit pas de cette nostalgie, et si on veut inscrire le paradis perdu dans nos relations, c'est perdu d'avance. On va projeter sur l'autre la magie du prince charmant, de Cendrillon, ou bien on veut que le couple soit spirituel, parfait, alors qu'il n'y a que des couples en construction.

Attention à la distance entre l'intentionnalité des valeurs, et la réalité des faits. Ce n'est pas parce qu'on a un idéal, une aspiration, qu'on est en cohérence avec. L'identification à l'idéal est un leurre. Il faut traquer le décalage, l'incohérence, pour devenir compétent au bonheur. C'est ce qu'on fait qui montre ses vraies valeurs, et pas ce dont on s'illusionne. L'idéal du moi n'est pas soi.

On mélange amour et être amoureux.

La racine de tous nos maux, et particulièrement de tous nos maux d'amour, réside dans la nostalgie de l'ailleurs. Le bonheur est un espace de projection par rapport à la nostalgie de l'absolu primordial, de la perfection. Séparation d'avec le paradis cosmique, divin ou maternel.

Plutôt que cette notion souvent fautive et illusoire de bonheur, je préfère travailler la joie, la joie d'être en vie, la joie d'être né. On ne peut pas vivre le bonheur si on n'est pas réconcilié avec sa naissance, si on n'est pas guéri de la nostalgie d'un ailleurs, si on n'est pas réconcilié avec le fait que rien n'est parfait et ne sera jamais parfait, avec l'idée du manque sans lequel il n'y aurait pas désir de l'autre puisqu'on pourrait se combler tout seul.

Il n'y a que la réconciliation avec la joie de vivre qui puisse faire accéder au bonheur.

Comment peut-on être amoureux si on n'est pas heureux d'être né et d'être vivant ? Que peut-on alors attendre de l'autre ? Le premier pas est d'être un amoureux de la vie, en dépit de tout, parents, traumatismes, misères du monde, guerres, ambivalences, en se réconciliant avec l'imperfection, malgré les blessures, les bagages.

Le couple, la relation, est un endroit qui offre des miroirs extraordinaires de nos inaccomplis relationnels. C'est là pour nous montrer ce qu'il y a à accomplir.

Devenir un amoureux est un choix. C'est un état d'être qui commence avec le fait d'être amoureux de la vie.

L'amoureux est quelqu'un qui réussit ses échecs, parce que l'échec même est une opportunité de regarder un inaccompli à accomplir. C'est le miroir d'un inaccompli. Peut-être ai-je attiré quelqu'un qui ne collait pas autant que je ne le pensais avec mon désir.

La première étape est donc de renoncer au mythe de l'amour.

La seconde est de savoir passer de l'amour à la relation.

Tomber en amour, c'est être en émerveillement devant le divin à travers un paysage, un tableau, une personne. C'est une illumination, un éveil de conscience. On n'y peut rien. On ne peut pas contrôler le fait de tomber en amour. Bien sûr, on peut expliquer par rapport à l'autre qu'une partie tient aux hormones, au karma, aux mémoires, aux vies passées, aux schémas répétitifs. Par contre, choisir de devenir un amoureux est autre chose. On ne naît pas amoureux, on le devient.

C'est un choix identitaire, qui intéresse ou pas. Être amoureux, c'est développer une compétence relationnelle de la joie, du plaisir, de la jouissance, et avec un autre « humain » au quotidien, capable de se traduire en actes jusque dans le corps physique, jusque dans la relation sexuelle. C'est une autre paire de manches qu'avec une altérité transcendante.

L'expérience intérieure de l'amour relève d'une ouverture spirituelle. L'amour se reçoit. C'est une plénitude absolue, comme un orgasme, dans l'impression d'être un avec tout.

Être amoureux est une autre aventure, et ça s'apprend. C'est un parcours initiatique.

Quand on tombe amoureux, c'est un rappel du passé. Une personne qui nous donne le choc de l'amour est quelqu'un avec qui il est sûr qu'on a des liens, c'est sûr qu'elle nous rappelle quelque chose. C'est sûr que l'autre fait partie de notre vie -d'avant-, de notre mémoire, de nos fantasmes, de nos schémas, de nos bagages transgénérationnels. Donc cette rencontre vient du passé, toujours. Mais est-ce qu'on peut en faire un futur ? C'est là la question, et il faut prendre le temps. Décider si on va faire de cette rencontre une relation. Toute rencontre n'est pas destinée à devenir relation.

Il faut dire oui à toutes les rencontres, parce qu'elles sont toujours là pour nous apprendre quelque chose. Mais toutes les rencontres ne méritent pas de devenir relation.

On sait que ça vaut le coup de faire un morceau de route, même si ce n'est pas toute la route, si la personne est de bonne volonté pour amener de la paix, et du plaisir. Faire la différence entre les personnes qui ont vraiment envie d'être heureuses, et celles qui n'en ont pas envie.

Une vraie relation amoureuse, c'est le choix d'un faire plaisir réciproque. Il faut toujours vérifier le désir de l'autre de nous faire plaisir, vérifier le désir de partager du plaisir mutuel.

Le désir est le manque en action. Il n'y a désir que sur un manque. C'est ce qui porte à construire.

La troisième étape est de cultiver le plaisir.

Si on assimile le désir sexuel à la libido, on s'expose à de grands calmes. C'est la pulsion amoureuse qu'il faut développer. L'envie d'avoir envie...

Il y a une grande différence entre la libido et l'éros. « L'amour physique est sans issue » chantait Gainsbourg. Un amoureux s'inquiète de développer son éros. Il cultive l'envie d'avoir envie, par l'énergie, la pensée, l'imagination...

L'éros augmente la libido, et la rend hormono-indépendante. Le moyen d'avoir un impact sur la libido est de développer un éros. Envie de faire plaisir... Laisser son cœur être touché...

Ensuite, il faut faire un bon usage des crises.

Nous sommes dans le monde de la dualité. Il y a toujours des ombres portées, de nouveaux pas dont on ne connaît pas le mode d'emploi, des décalages.

La crise, en étymologie chinoise, ça renvoie à une opportunité. Si on est deux à s'accompagner, on va grandir.

La crise dit qu'il y a quelque chose d'obsolète dans la relation. Et à ce titre, la crise mérite une rupture avec le schéma qui ne fonctionne plus, avec la partie de nous qui a grandi. L'hier n'est plus efficace. La crise signifie que ça bouge.

Parfois, une rupture définitive s'impose. Si l'autre ne veut pas grandir ou ne peut le faire que sous des modes trop différents de soi, il ne s'agit pas d'être fidèle à une impasse. Quand on a tout fait et que ça ne marche pas, il faut alors laisser partir. Si on arrive au moment où l'envie de grandir n'est plus commune et prend des chemins différents, la séparation se fait très bien, et ne détruit pas. On ne peut plus grandir ensemble de la même manière. C'est une séparation saine et paisible.

Là où ça détruit c'est quand ça touche des blessures narcissiques, et là ce n'est pas le moment de rompre, c'est le moment de faire le travail ensemble, parce que sinon chacun repart avec son paquet de souffrances et ce n'est pas une bonne affaire. Il y a tout un art du bon moment de la séparation.

La difficulté de pardonner renvoie finalement probablement à la difficulté de pardonner à Dieu d'avoir donné tant de liberté à tout le monde. Ce qu'on a le plus à pardonner, c'est que l'autre est libre.

Donc, devenir un amoureux s'apprend. Grandir dans l'art de mieux aimer et d'être mieux aimé, parce que ce n'est pas plus facile. Il faut pouvoir être donnant et recevant.

Quand les polarités masculines et féminines ne sont pas développées en parité, et que l'un ne veut pas recevoir, il faut bien arrêter. Pourquoi rester avec quelqu'un qui ne veut pas recevoir ce qu'on a à donner ? C'est la voie de la sagesse.

La voie de l'amoureux est au carrefour d'une pluridisciplinarité, psychanalyse, spiritualité, philosophie, initiatique...

L'amour tient au départ à un ordre de causalité linéaire, génétique, névrotique, etc. Mais comme j'aime jouer avec les mots, je remarque qu'à partir de cause, on obtient « accuse ». Si on reste pris au piège de la causalité linéaire, on est dans le syndrome de l'accusativité. À qui la faute pour que ça ne marche pas dans ma vie, dans ma relation amoureuse, pour que je sois dans des schémas répétitifs... On est dans le karma.

Dans l'initiatique, on est toujours dans une causalité, mais qui n'est plus linéaire. Rejoignant l'origine des temps, on passe de l'accusativité à la responsabilité. Dans une optique initiatique, se voyant à l'origine de ce qui m'arrive, je suis alors dans une quête du sens. En quoi suis-je à l'origine de ce qui m'arrive ?

Ce qui apparaissait comme des causes devient en fait comme des effets de quelque chose dont je suis à l'origine. L'échec a un sens, la rencontre a un sens, la rupture a un sens. Tout a un sens. Mais à force de penser au sens, on risque de rater le moment présent, dans la mesure où ce présent est lié au passé, vise à transformer le passé.

La dimension quantique apporte la créativité. On va pouvoir créer le futur, à condition qu'on nettoie nos résistances au plaisir. Dans l'abondance du possible, il n'y a pas de négativité. Seule une expression positive enracinée dans un désir est entendue, et pas une lamentation.

Un amoureux est quelqu'un qui va avoir la compétence et la créativité qui vient de l'envie du plaisir (capacité de partage, de réciprocité, de positivité, de bonheur). Il y a beaucoup plus de résistances au plaisir qu'on ne croit.

Il faut donc développer le quotient quantique de plaisir face au nettoyage des peurs face à notre vastitude, à notre grandeur.

La haine de soi, le manque d'estime de soi, le manque de valeur de soi, de confiance en soi, est une économie de la pénurie et non de l'abondance. Le quantique ne supporte que l'abondance.

C'est un peu plus difficile d'être aimé que d'aimer, parce qu'en nous il y a tant d'endroits où on ne se croit pas aimable.

Tout est là, mais est-ce qu'on sait s'y relier ? Avons-nous les compétences pour créer notre bonheur ?

Si nous percevons que tout est lien, nous sommes relation. Si tous les liens dont nous sommes faits sont restés à l'état de nœuds, et qu'en plus de ce travail à faire sur soi on en rend quelqu'un responsable, on est loin de cet état de positivité qui permet d'avancer réellement.

Peut-être pourrions-nous sortir d'une relation karmique de guérison, pour aller vers le cantique des cantiques.

Ne pas céder sur le désir d'y arriver, sur le désir d'éveiller sa conscience aux dimensions quantiques.

L'enjeu de toute voie spirituelle est de dépasser l'altérité. Dès que je suis dans la conscience d'altérité, je suis dans la dualité. Il y a donc antagonisme entre l'état de conscience spirituelle et la conscience d'altérité. Et ce que mon maître cabbaliste a essayé de me dire, c'est que j'étais formidable dans ma conscience spirituelle, mais qu'en était-il de ma conscience d'autrui... Il m'a fallu trois ans pour affiner le choix qu'on peut faire entre spiritualité, et ce que je commençais à entrevoir d'un chemin initiatique. Il faut différencier les deux si on veut établir des passerelles. On ne peut relier que ce qui a été séparé. La voie initiatique est une voie de connaissance. On s'intéresse au comment des choses.