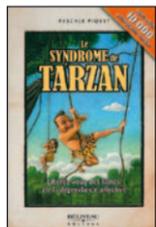




Par **Pascale Piquet**
Coach de Réussite
et auteure

POUR MIEUX LA CONNAÎTRE
Coach de Réussite, conférencière,
chroniqueuse hebdomadaire sur
son site : www.pascalepiquet.com
et au 94.1 FM à Sept-Îles.

Auteure du best-seller
« **Le syndrome de Tarzan** »
Béliveau Éditeur



Et dernièrement
« **Gagnez au jeu des échecs amoureux** »,
Éditions Michel Lafon.



Informations:
www.pascalepiquet.com



Et la TERRE s'arrêta de *tourner*...

Je l'explique à qui veut bien l'entendre : l'amour n'est pas un jeu de hasard, c'est une stratégie ! Nos parents auraient dû nous enseigner le respect de soi et le respect de l'autre à travers nos choix en matière de partenaire. À défaut, nous prenons le premier qui nous saute dessus ou la seule qui s'est laissée approcher pour nous faire les dents et... pour nous les casser !

La première rupture est un baptême du feu. Cette première relation semblait avoir fait de vous un « grand » ou une « grande », vous aviez ainsi accès au monde des adultes en formant un couple.

Mais la séparation vous rétrograde au rang de... bébé ! Car vous pleurez comme un bébé ! Un bébé difficilement consolable : la Terre vient de s'arrêter de tourner, vous voilà en apnée, incapable de respirer parce que vous avez perdu votre première bouteille d'oxygène. Pourquoi avez-vous tant de difficultés à vous relever ? Comment vous en remettre ?

Mieux vaut prévenir...

Ce que vous ne savez pas encore, la première fois, c'est qu'on s'en remet... avec plus ou moins d'efforts et de temps. Puis, à force de ruptures, vous aurez intégré la douleur passagère : mais réalisez-vous que c'est de plus en plus souffrant ? Comme parents, votre devoir est d'expliquer à votre enfant que pour choisir — et je dis bien « choisir » — sa première relation, il faut être prudent, surtout quand il s'agit de votre fille. C'est sa virginité qu'elle risque d'y laisser misérablement si vous ne l'encadrez pas assez.

Elle souffrira d'autant plus que si le garçon n'était intéressé que par le fait d'expérimenter sa « baguette magique télescopique », votre petite chérie se sentira trahie, bernée et humiliée. Ça fait encore plus mal...

Il faut guider vos enfants en leur faisant comprendre que la première chose à valider, c'est le sérieux du prétendant ou de la demoiselle qui crée tant d'émoi. Si la personne en question possède une réputation de tombeur ou de fille facile, il est clair qu'il y a danger. Vous écouterait-il quand vous essaieriez de le prévenir que cette fille le plaquera rapidement ou que ce gars n'est intéressé que par les relations sexuelles ? Pas sûr... Une fois que la cible est dans le viseur, pas facile de faire dévier le tireur ! Peut-être avez-vous bénéficié des mêmes avertissements de vos parents à l'époque : les avez-vous écoutés ?

Après la chute, le bilan

La chute est d'autant plus rude que, « apprentis-amoureux », vous avez cru que ça y était : l'amour avait enfin frappé à votre porte, y déposant l'homme/la femme de votre vie ! S'il est parti, si elle vous a quitté, peut-être était-ce simplement parce que ce

n'était pas la bonne personne. Ceux qui se rencontrent pour les bonnes raisons sont toujours ensemble et heureux.

Donc, si vous êtes sur le carreau, c'est que la Vie vous a désarçonné d'une relation boiteuse. Et, contrairement à l'équitation, il ne faut pas « remonter » tout de suite, si je puis m'exprimer ainsi. Que ce soit votre première ou votre énième rupture, il est temps de comprendre ce qui n'a pas collé, ou qui n'a jamais collé. C'est le temps du bilan, des constats, de déceler si dépendance il y a... Cette séparation doit vous rendre plus fort, pour peu que vous en préleviez les informations nécessaires, les choses à ne plus accepter, les gestes à ne plus répéter.

Mais quand vous faites des expériences à répétition, sans en retirer la « substantifique moelle » (Gargantua de Rabelais) et que vous finissez systématiquement devant le peloton d'exécution, n'y a-t-il pas matière à réflexion ?

Comme le disait Einstein : « La folie, c'est se comporter de la même manière et s'attendre à un résultat différent ». De la première à la dernière relation, vous avez agi de la même façon, vous berçant chaque fois d'illusion. Si vous fantasmez sur la personne qui vous porte attention, si vous brodez autour de ce qu'elle n'est pas, la réalité va durement vous rattraper... Et, comme la première fois, la Terre s'arrêtera de tourner.

première fois ? Parce qu'elle se veut souvent un message d'espoir qui tourne au drame à cause de mauvaises programmations.

Quand il y a douleur, le corps nous signale une infection. Quand une relation tourne court, c'est qu'il y a une bonne raison : soit, vous n'avez pas eu les bons comportements, et il faudra les changer, soit l'autre personne n'était pas celle en qui vous avez cru d'emblée, soit vous étiez tous les deux affectés d'un virus qui porte le nom de « dépendance affective et émotive ».

Se rendre éligible au bonheur

Même pour une personne équilibrée, une rupture reste douloureuse, mais la Terre ne s'arrête pas de tourner pour autant. C'est à la vitesse à laquelle vous vous en remettez et à la vitesse à laquelle vous saurez éliminer les mauvaises candidatures que vous saurez si vous êtes éligible au bonheur à deux !

Cette séparation doit vous rendre plus fort, pour peu que vous en préleviez les informations nécessaires, les choses à ne plus accepter, les gestes à ne plus répéter.

C'est douloureux, voire très douloureux, mais que ce ne soit pas pour rien : décidez vos comportements et ceux de la personne que vous avez attirée afin que cela vous serve de leçon et que la prudence accompagne dorénavant vos pas dès le début d'une relation. La prudence, pas la méfiance.

Que tricotez-vous au juste ?

Comme disait ma grand-mère, « pour choisir un melon, il faut en tâter plusieurs ! » Pour se faire une idée, il faut pouvoir comparer : deux à trois relations devraient suffire pour savoir ce que vous voulez et ne voulez plus.

Et, à chaque fin de relation, il fera de plus en plus noir, de plus en plus froid...

Le respect, rien que le respect !

L'amour de soi et de l'autre repose sur la confiance et l'estime. Vous êtes quelqu'un de bien, vous méritez quelqu'un de bien, une personne qui partagera son bonheur avec vous, et non que vous porterez dans votre brouette ! Respectez-vous, simplement, pour vous faire respecter ! C'est ce qu'il faut enseigner à vos enfants pour qu'ils puissent décoder un maximum d'informations dès leur première relation. Pourquoi se souvient-on de cette toute

VIVRE, c'est...

Tirer les bonnes leçons
au bon moment

Pourquoi répéter encore et encore des expériences qui nous arrachent le cœur ? Ne vaudrait-il pas mieux prendre de l'altitude pour étudier la situation, tirer les leçons qui s'imposent et prendre le temps de les intégrer. L'amour n'est pas une loterie, c'est une école de vie.



Association des Massothérapeutes Professionnels du Québec

Un ou une praticien(ne) en médecine douce près de chez vous !

Depuis novembre 2007, l'Association des Massologues et Praticiens en Massage du Canada, a créé les Associations s'identifiant aux disciplines suivantes: Médecine Alternative, Naturopathe/Naturopathe, Reflexologue, Masso Kinésiologue, Ostéopathe, Massothérapeute Professionnel, Médecine Énergétique Chinoise, Acupuncture (excluant le Québec). Les professionnels maîtrisant l'une ou plusieurs de ces disciplines peuvent y adhérer.

Info : Léon Gauthier au (514) 727-5444 / 1-888-434-6914
Fax: (514) 727-6555 / admin@amtmc-ampq.qc.ca / www.amtmc-ampq.qc.ca

1984 - 2012