

**Se fier au destin ? Pourquoi pas ?  
Cependant, avant de joindre nos  
vies, il reste fort indiqué de...**



**71**

## Connaître l'autre à fond, pour un choix réfléchi.

« Les idées ne manquent pas aux femmes. Mais la réflexion approfondie leur fait [parfois] défaut. » Bernadette Jouvin ("*Pour être heureuse*")

**B**ien de couples se séparent après quelque temps, pour une raison simple : attirés ou subjugués par l'aspect physique séduisant d'une personne<sup>1</sup>, certains imaginent aussitôt avoir rencontré l'être "unique", – la perle rare qui *doit* partager leur vie. À leur vive surprise, tensions, frottements, heurts à tout propos ne tardent pas à survenir : quand seuls nous enflamment la beauté de l'autre et notre intérêt commun pour la vie des sens, c'est un peu court. Dans un couple épanoui, les conjoints sont attentifs à *se parler*, à exprimer et montrer leurs sentiments, à marquer leur empathie, leur considération, leur solidarité. Et à beaucoup, *beaucoup* partager !

- Aussi est-il primordial pour chacun, de consacrer du temps, afin d'apprendre à bien se connaître, – seul moyen de s'assurer que notre choix est judicieux ; que l'élu/e possède aussi les qualités de cœur et d'esprit que nous recherchons ; que ses faiblesses, ajoutées aux nôtres, ne risquent pas de compromettre la relation. Comment en effet trouver équilibre et bonheur auprès d'un homme, "beau comme un dieu", qui se révèle jaloux, violent et pingre ? Ou d'une femme divinement sexy mais à l'horizon limité – sorties et boutiques de mode – ou à l'humeur tumultueuse – plus encline aux caprices, récriminations et colères qu'aux marques d'affection ?
- Si, dans le caractère de notre future moitié, de précieuses qualités et l'adhésion à de vraies valeurs suscitent une admiration enthousiaste, présage d'un avenir lumineux, y déceler à temps les épines vénéneuses évite d'amères désillusions...

### **Mieux connaître l'autre. Comment procéder ?**

- Observer, écouter et réfléchir, – de manière objective et lucide mais *indulgente* ;
- communiquer, – souvent, clairement et facilement ;
- recourir à l'empathie (se mettre à sa place) évite les jugements hâtifs (N° 9, p. 41) ;
- se poser et lui poser les questions pertinentes. Certaines personnes à l'intuition très sûre, se fient à leur première impression. Mais une nature généreuse promptement aux *a priori* favorables, peut nous induire en erreur. ("*Centre de méfiance*", p. III)
- Faire un essai de vie commune<sup>2</sup> : la vraie nature de chacun s'y révèle sans tarder.

### **Exemples de questions à nous poser avant**

- "Quelle a été ma première impression ?" [Des réserves ont-elles surgi après 30 sec. ou 1 h ? Cette première image, intuitive, peut s'avérer assez juste ou décisive mais l'intuition est fantaisiste.]
- "Quels sont nos points communs ?" [Valeurs 'essentiels' - aspirations - conception de la vie à deux - goûts - centres d'intérêt - éducation - culture – niveau socioculturel - instruction - religion - spiritualité - attirance des caractères autant que des corps - sensation de manque en *son* absence - ... ]

<sup>1</sup> Ou des considérations socioéconomiques, – éloignées des critères utiles pour bâtir un relation durable.

<sup>2</sup> Seul test efficace, les couples d'aujourd'hui l'ont compris. Achetons-nous des chaussures, un vêtement, sans les essayer ? Imaginer que quelques nuits remplaceront une cohabitation quotidienne est illusoire.

- "Aimons-nous partager une occupation, un loisir ?"
- "Ressentons-nous les mêmes choses ?" [*Vibrons-nous ensemble, par exemple, devant la Nature, ou devant un chef-d'œuvre, – naturel ou humain ? Ou face à une injustice ? Etc.*]
- "La technique naturelle pour apprendre à se connaître – donc à s'entendre – est le dialogue aisé, franc et détendu. Comment pouvons-nous qualifier notre communication ?"
- "Quelles sont les qualités qui caractérisent au mieux sa personnalité ?"
- "Quelles sont les miennes ? Sont-elles complémentaires ou compatibles ?"
- "Me paraît-il / elle assez mature ? Responsable ? Fiable ?"
- "Suffisamment équilibré/e pour entamer une vie commune ? Et... moi aussi ?"
- "Sans porter de jugement hâtif ni d'accusation prématurée, aurais-je noté des points de tension dans nos rapports ? Ai-je tenté d'en déterminer l'origine exacte, sans *interpréter* ?"
- "Ou certains traits de caractère contrariants ? Agaçants ? ... Choquants, peut-être ?"
- "Ai-je noté (ou éprouvé moi) des signes marqués de jalousie injustifiée, de possessivité ?"
- "Quand nos points de vue diffèrent, consentons-nous chacun le petit effort de nous mettre à sa place, afin de mieux comprendre ses réactions, – gestes ou paroles ?"
- "Sommes-nous alors suffisamment ouverts pour échanger des concessions ?" [Au moins sur des sujets distincts de nos "valeurs essentielles", par exemple, déménager pour le / la suivre.]
- "Aurons-nous la maturité requise pour gérer nos différends en adultes égaux, loyaux et posés, qui s'estiment, – c. à d. sans remettre chaque fois notre amour en question ?"
- "Suis-je prêt/e à un *engagement* sérieux ? Me donne-t-il / elle la même impression ?"
- "Jusqu'à présent, s'est-il / elle montré/e solidaire au quotidien, chacun assumant sa part de tâches et de responsabilités de façon équitable ?"
- "Serons-nous tous deux capables de modifier certaines attitudes ou comportements, en vue de répondre aux attentes de l'autre ?" [Si vouloir changer un caractère est utopique, posément et inlassablement demander, sur base d'un *échange*, des changements mineurs dans les façons d'être au quotidien, amène des résultats.]
- "S'intégrera-t-il / elle aisément à ma famille ? Et moi à la sienne ? Et parmi nos amis ?"
- "Montrons-nous chacun de la considération pour la personnalité de l'autre, ses idées, ses opinions et ses attentes ? Avons-nous chacun un esprit ouvert à cet égard ?"
- "Exprimons-nous suffisamment nos sentiments l'un pour l'autre ? Notre tendresse ?"
- "Me paraît-il / elle en toutes circonstances, honnête et hostile au mensonge ?"
- "Serons-nous chacun capables de faire confiance à l'autre ? De lui laisser cette part d'autonomie personnelle indispensable à l'épanouissement individuel de toute personne ?"
- "Pourra-t-il / elle aussi compter sur moi ?"
- "Pouvons-nous aborder sans gêne ni timidité inutile, ce qui se rapporte à nos sexualités respectives et réalisons-nous l'importance d'un accord franc et naturel sur ce point ?"
- "Nos contributions financières respectives seront-elles équitables et proportionnelles ?"
- "En nous projetant dans l'avenir, ferait-il / elle un bon père / une bonne mère, pour nos futurs enfants, si nous en souhaitons ?"
- "Sera-t-il / elle assez *disponible* pour notre relation, notre vie de couple, nos enfants ?"
- "Leur éventuelle éducation religieuse pourrait-elle constituer une source de conflit ?"
- "Avons-nous chacun conscience que l'attraction physique que nous éprouvons l'un pour l'autre ne peut être le seul fondement d'une relation stable et durable ?"
- "À l'inverse, nos physiques nous plaisent-ils tels qu'ils sont ? [Je l'aime comme il / elle est et ne vois pas de raison pour que cela change avec le temps. Il en va de même pour lui / elle.]"
- "Certains incidents ont-ils révélé un tempérament à risque ?" [Par exemple : colérique ? Certain/e d'avoir 'toujours raison', voulant dès lors imposer ses vues ? Prompt/e aux sautes d'humeur ? Intéressé/e ? Superficiel(le) ? Sans conversation ? Addictif/ve ? Sans volonté ni autodiscipline ? Égoïste ? Paresseux(se) ? Peu sociable ? Négligé/e ? Caractériel(le) ? Bipolaire<sup>1</sup> ?...]

<sup>1</sup> Fluctuations anormales de l'humeur, oscillant entre périodes d'euphorie marquée et de forte dépression.

- Idéalement, ces points sont à éclaircir au plus tôt, *avant* de vous engager. Vous imaginez changer votre partenaire à la longue ? Repensez-y : c'est une UTOPIE<sup>1</sup> !

### ***D'autres questions à se poser – pendant.***

Votre relation traverse une turbulence ? Un moment de flottement qui suscite en vous quelques interrogations ? Quelles *bonnes* questions vous poser ?

"Que se passe-t-il ?", "Que lui arrive-t-il ?". Ou mieux, "qu'est-ce qui *m'*arrive ? Que pourrais-je déjà changer de *mon* côté pour faire bouger les choses ?" La routine lui pèse ? L'habitude, le train-train, les corvées, un souci imprévu, un coup dur, peut-être ? "**Parlons-nous !**"

- Car le *nœud* du problème est là : chacun se renferme sur soi, sur ses propres soucis et préoccupations ! Et on se parle moins – ou plus du tout. Or, rappelons-le, un dialogue franc et sans entraves est vital en couple : sans un contact ouvert et bienveillant, on vit à côté de l'autre, plus avec l'autre.

Solution : *prendre l'initiative* de se parler avec calme, empathie et affection.

### **COMMUNIQUER**

- Premier point : JE vais lui parler, lui demander de m'expliquer posément ce qui ne va pas, ce qui devrait changer ; la nature de ses attentes, ses espoirs. [Pour obtenir une réponse concrète, il convient de choisir un ton aimable, apaisant. Par ex., – "Tu as raison, nous avons chacun tant de tâches et obligations, que nous n'arrivons plus à trouver du temps pour nous deux."]

- Deuxième point : trouver une activité qui nous plaise et nous intéresse *tous les deux* : sport, hobby, cours, activité culturelle, artistique, etc. C'est à dire *autre chose à partager* que les courses ou nos diverses obligations. Cette occupation qui nous réunit, brise la routine et nous rapproche.

- Troisième point : JE vais lui exprimer ma tendresse par des gestes et des mots doux, des compliments, de sincères marques d'amour, ... (Pourquoi les négliger au fil des ans ?)

- "Au fait, lui dis-je assez souvent combien je tiens à son amour, à notre couple ?"

- "Puis-je vraiment être qualifié/e de *tendre* ??" (Femmes et hommes y sont sensibles)

- Quatrième point : le/la valoriser est décisif pour exalter sa confiance en soi et en notre amour ; se sentir apprécié/e, admiré/e, reconnu/e, quel réconfort ! (N° 3, p. 23)

- – "Réfléchissons, je ne me souviens plus très bien : à quand remonte mon dernier compliment ?"

- Cinquième point : si vous pensez que votre vie intime pourrait bénéficier d'un coup de fouet, pourquoi ne pas en parler tous les deux ? L'interroger sur ses attentes précises ? Vous documenter par des lectures spécialisées, afin de briser, là aussi, la routine ?

- "Dans nos moments intimes, j'aimerais tant que (...)" [Eh bien, **osez** demander !]

- "Est-ce que je pense assez souvent à lui faire plaisir ? [Au lit *et au quotidien*.]"

- "Comment pourrais-je faire pour que nous trouvions nos câlins encore meilleurs ?"

- "Devrais-je compléter mon information sur ce plan ?" (On croit que "tout vient tout seul", que c'est automatique. Or, d'autres points de vue existent.)

- Un moment de réflexion suscitera chez chacun les questions précises dictées par les circonstances. Oser se parler franchement, en confiance, sans rien garder sur le cœur, suffit – ou alors se dire : "On vit ensemble car on *s'aime* ou on s'est aimés. Aucune raison de ne pouvoir se parler !"

- Communication et confiance vont de pair.

Aussi, bien se connaître avant est primordial, car une relation stable se construit sur deux certitudes :

- pouvoir se parler sans dissimuler, en se sachant écouté/e ;
- pouvoir accorder sa confiance en toute sérénité.

*Sans une confiance absolue, comment éviter d'être manipulé/e ?...*

<sup>1</sup> Seules les épreuves – et un travail persistant sur soi-même peuvent (parfois) y parvenir.



© Robert Pattinson