



Comprendre le phénomène amoureux

Résumé

Lorsqu'on a éclairci son passé, comprendre le phénomène amoureux c'est prendre conscience d'une **lutte de pouvoir** entre deux personnes qui éprouvent un sentiment d'euphorie et d'amour fou dans la passion amoureuse **pour intégrer le sexe opposé**. Chacune cherche à conquérir chez l'autre la partie manquante (*la moitié d'elle-même*) lui permettant de **faire une unité avec l'énergie universelle**.

Sous la dépendance d'une personne qui nous offre cette énergie, nous pouvons nous couper de la source véritable. Nous régressons, car nous sommes comme *une moitié de cercle* : nous **ressemblons à la lettre C**. Très sensibles à une personne du sexe opposé - *à un autre cercle incomplet*, nous voulons qu'elle se joigne à notre cercle pour le compléter. Cela nous donne l'euphorie et l'énergie que produit une liaison pleine avec l'univers.

En fait, *deux moitiés de cercles qui fusionnent - O - superposent deux egos*. Le problème avec cette personne entière, cette lettre O que chacun des deux croit avoir atteinte, c'est qu'il a fallu **deux personnes pour n'en faire qu'une**, l'une apportant l'énergie mâle et l'autre l'énergie femelle. Cette personne nouvelle avec deux egos, **génère l'illusion de l'amour**, où chacun des deux veut diriger la personne entière qu'ils ont créée.

Le problème trouve son origine dans notre enfance.

Pour intégrer le sexe opposé, Freud et la psychanalyse nous renvoient dans l'inconscient personnel, à l'apparition du complexe d'Œdipe dès l'âge de 3 ans. Mais au-delà de Freud, grâce à la psychologie des profondeurs Jung explique le phénomène amoureux par des énergies de compensation mâle et femelle : l'anima et l'animus des archétypes de l'inconscient collectif projetés sur le sexe opposé.

Mais cette illusion d'une personne entière disparaît très vite dans une lutte de pouvoir.

Est-ce pour autant la fin de l'amour ?

Non ! Nous pouvons continuer d'aimer.

- Cependant il nous faut d'abord **achever le cercle tout seul**, et pour cela nous devons stabiliser notre liaison avec l'univers.
- **Résister au coup de foudre**, au moins au début, en apprenant à entretenir des relations platoniques avec l'autre sexe.
- Seulement avec des personnes qui se découvrent totalement dans **le parler vrai**, ce qui implique de poser **le cadre d'un vrai partage d'intimité**. Dans un cadre bien défini en fonction des valeurs qui leur tiennent à cœur, les partenaires en toute sécurité psychologique vont pouvoir librement expérimenter l'autonomie de l'Être conscient relié aux énergies universelles.
- Ensuite seulement, on peut découvrir la relation amoureuse qui nous convient réellement dans **4 corpus : physique, psychique, mental, spirituel** et *sacraliser* cette expérience intérieure unique, indicible, pour ancrer ces énergies universelles - issues des dialogues ego être, synchronicités, perceptions de l'invisible. Là réside le vrai phénomène amoureux dans la Paix des énergies universelles retrouvées.
- Dans le couple, notre conjoint n'est alors plus le «complément de ce qui nous manque», puisque nous sommes complets, mais un « supplément ». **C'est le secret d'un couple harmonieux : deux êtres complets.**

¹ Réflexions à partir d'un extrait du livre "La 8^{ème} prophétie des Andes" de James Redfield (pages 249 – 255)



Lorsqu'on a éclairci son passé (*mon histoire, d'où je viens*), et que l'on a commencé son évolution (*qui suis-je, où vais-je, quel est le sens de ma vie*), on peut être interrompu dans le processus, n'importe quand, par une passion amoureuse (*sentiment d'euphorie et d'amour fou*). De quoi se compose ce flux d'énergie qui circule entre les deux personnes concernées² ?

Le sentiment d'euphorie et d'amour fou

Lorsque l'amour naît, les deux individus se donnent de l'énergie sans le savoir, et tous deux se sentent forts et joyeux. C'est le sentiment extraordinairement intense qu'on appelle l'amour.

Or cet amour est un manque d'énergie de l'univers.

Il enclenche un mécanisme de domination : les luttes de pouvoir qui surgissent dans les relations amoureuses.

Malheureusement quand une personne attend que ce sentiment lui vienne d'une autre, elle se coupe totalement de **l'énergie de l'univers** et s'en remet de plus en plus à l'énergie qui lui vient de l'autre personne. Mais bientôt il n'y a plus assez d'énergie à partager, aussi retombent-ils l'un et l'autre dans leurs mécanismes de domination pour essayer de prendre à l'autre l'énergie restante. A ce stade, la lutte pour le pouvoir est inévitable.

Le problème trouve son origine dans notre enfance pour intégrer notre sexe opposé.

A cause de la lutte pour l'énergie, nous n'avons pas achevé un important processus psychologique : nous n'avons pas réussi à intégrer notre sexe opposé.

Si nous tombons amoureux d'une personne du sexe opposé, c'est qu'il nous faut encore accéder par nous-mêmes à cette énergie sexuelle, dont le problème trouve son origine dans notre enfance pour intégrer le sexe opposé.

L'énergie mystique que nous pouvons capter intérieurement est à la fois mâle et femelle.

Nous pouvons nous ouvrir à elle, mais, au début de notre évolution consciente le processus d'intégration est lent.

Si nous nous relions prématurément à une source d'énergie mâle ou femelle, nous bloquons la source universelle.

² Jacques et Claire Poujol, *Conseillers Conjugaux et Familiaux. Phrases extraites de leur livre «Vivre heureux en couple, comprendre et gérer les conflits de la vie quotidienne», Empreinte Temps Présent, 1999.*

"Depuis toujours on a mis en avant les différences entre l'homme et la femme.

Mais le secret de l'harmonie conjugale réside peut-être dans le fait que les hommes développent le pôle féminin (la sensibilité) qui existe aussi en eux, et que les femmes développent aussi leur pôle masculin (la force). Etre un homme, ce n'est pas seulement être fort, mais aussi être vulnérable. Etre une femme, ce n'est pas seulement être vulnérable, c'est aussi être forte.

Jung a bien mis en évidence ce concept de l'**Animus** et de l'**Anima**.

Pour Jung, deux archétypes caractérisent particulièrement la conception de l'inconscient : l'**Animus**, qui est le pôle masculin chez la femme, et l'**Anima**, qui est le pôle féminin chez l'homme.

La masculinité, qui est active, pénétrante, perçante, fécondante, agressive, rationnelle, pensante, dure, appartient à la psyché consciente de l'homme, alors que ses qualités féminines sont inconscientes.

De même la féminité, qui est souple, pénétrée, fécondée, irrationnelle, intuitive, sentimentale, tendre, douce, accueillante, appartient à la psyché consciente de la femme, alors que ses qualités masculines sont inconscientes"

Intégrer la source universelle mâle et femelle

1 – Dans la famille idéale

Essayons d'imaginer comment cette intégration se passe dans la famille idéale. Dans toute famille, l'enfant doit d'abord recevoir toute l'énergie que lui apportent les adultes. Normalement il *assimile facilement l'énergie que lui donne le parent du même sexe*, mais *celle qui vient de l'autre parent est plus difficile à assimiler*.

Dans le phénomène amoureux c'est la construction de l'Œdipe à partir de 3 ans.

Prenons l'exemple d'une fille

Tout ce que la petite fille sait quand elle cherche à intégrer son côté mâle (*l'animus*³) est qu'elle est très fortement attirée par son père. Elle voudrait l'avoir à Elle tout le temps. En fait ce qu'ELLE veut réellement s'approprier, c'est l'énergie mâle qui est en elle (*son animus*) parce que cette énergie complète son côté féminin, et quelle projette sur son père dont elle est très fortement attirée. Dans la construction Oedipienne cela se passe en **4 étapes**.

1/ la fille a besoin que sa maman lui donne toute sa force d'amour pour qu'elle puisse devenir une femme à son image, et plus tard se marier avec son papa. Maman doit lui faire l'amour pour lui donner son énergie de femme (fusion d'amour inconditionnel, homosexualité naturelle de base indispensable pour l'éveil sexuel).

2/ Attirée par l'énergie mâle de son papa, qui lui procure un sentiment de plénitude et d'euphorie, ELLE anime son côté masculin (*animus*) qui est en elle. Elle prend ombrage de la présence de sa maman auprès de son papa : aussi ELLE veut la tuer pour prendre sa place. Elle croit à tort que le seul moyen d'arriver à ce sentiment de plénitude et d'euphorie est de posséder sexuellement son père, de le garder tout près d'elle et rien que pour elle. Curieusement, parce qu'elle devine que cette énergie lui revient, et qu'elle devrait pouvoir se la procurer selon sa propre volonté, *elle veut contrôler son père comme s'il était une partie d'elle-même*. Elle le croit parfait, tout puissant, capable de satisfaire tous ses caprices.

3/ Cependant ELLE réalise qu'en tuant sa mère, elle ne possède plus sa force pour devenir une femme accomplie à son image, et qu'elle ne pourra pas se marier avec son père. C'est le conflit Oedipien : *maman je t'aime (j'ai besoin de ton énergie d'amour pour me sentir femme)* et je te hais à vouloir te tuer (*car tu détournes l'énergie mâle de mon père*). Cela crée aussi un conflit entre le père et la fille qui ne comprend pas pourquoi son père ne la préfère pas à sa mère. Les mécanismes de domination se forment quand la fille cherche à manipuler son père pour lui prendre son énergie de mâle.

4/ Mais, dans la famille idéale, le père refuse la compétition. Il se comporte honnêtement, et donne assez d'énergie à sa fille, sans condition, même s'il ne parvient pas à remplir tous ses désirs. Ce qui compte, c'est que le père reste ouvert et communicatif. Sa fille le croit tout puissant, mais s'il lui explique avec sincérité qui il est, ce qu'il fait, pourquoi il le fait, etc., elle pourra intégrer ses capacités, son style et finira par avoir une vision réaliste de son père. Elle le considèrera comme un être humain ordinaire, avec ses talents et ses

³ Pujol Une femme a des qualités féminines conscientes, et des qualités masculines inconscientes (*son Animus*). La formation de l'*Animus* dépend du père, de la sensation qu'éprouve la fille envers le père, symbole de la puissance et l'art de s'imposer.

faiblesses. Si les choses se passent ainsi, l'enfant parviendra sans problème à troquer l'énergie reçue de son père contre celle disponible dans l'ensemble de l'univers.

Prenons l'exemple du garçon

Tout ce que le petit garçon sait quand il cherche à intégrer son côté femelle (*l'anima*⁴) est qu'il est très fortement attiré par sa mère. Il voudrait l'avoir à lui tout le temps. En fait ce qu'il veut réellement s'approprier, c'est l'énergie femelle (*son anima*) parce que cette énergie complète son côté masculin. Dans la construction Oedipienne cela se passe en 4 étapes.

1/ le garçon a besoin que son papa lui donne toute sa force d'amour pour qu'il puisse devenir un homme à son image, et plus tard se marier avec sa maman. Papa doit lui faire l'amour pour lui donner son énergie de mâle (fusion d'amour inconditionnel, homosexualité naturelle de base indispensable pour l'éveil sexuel).

2/ Attiré par l'énergie femelle de sa mère, qui lui procure un sentiment de plénitude et d'euphorie IL anime son côté féminin (*l'anima*). Aussi, il prend ombrage de la présence de son papa auprès de sa maman : IL veut le tuer pour prendre sa place.

Il croit à tort que le seul moyen d'arriver à ce sentiment de plénitude et d'euphorie est de posséder sexuellement sa mère et de la garder tout près de lui et rien que pour lui. Curieusement, parce qu'il devine que cette énergie lui revient, et qu'il devrait pouvoir se la procurer selon sa propre volonté, *il veut contrôler sa mère comme si elle était une partie de lui-même*. IL la croit parfaite, toute puissante, capable de satisfaire tous ses caprices.

3/ Cependant IL réalise qu'en tuant son père, IL ne possède plus sa force pour devenir un homme accompli à son image, et qu'IL ne pourra pas se marier avec sa mère. C'est le conflit Oedipien : papa je t'aime (*j'ai besoin de ton énergie d'amour pour me sentir homme*) et je te hais à vouloir te tuer (*car tu détournes l'énergie femelle de ma mère*).

Cela crée aussi un conflit entre la mère et le fils qui ne comprend pas pourquoi sa mère ne le préfère pas à son père. Les mécanismes de domination se forment quand le fils cherche à manipuler sa mère pour lui prendre son énergie de femelle.

4/ Mais, dans la famille idéale, la mère refuse la compétition. Elle se comporte honnêtement, et donne assez d'énergie à son fils, sans condition, même si elle ne parvient pas à remplir tous ses désirs. Ce qui compte, c'est que la mère reste ouverte et communicative. Son fils la croit toute puissante, mais si elle lui explique avec sincérité qui elle est, ce qu'elle fait, pourquoi elle le fait, etc., IL pourra intégrer ses capacités, son style et finira par avoir une vision réaliste de sa mère. IL la considèrera comme un être humain ordinaire, avec ses talents et ses faiblesses. Si les choses se passent ainsi, le garçon parviendra sans problème à troquer l'énergie reçue de sa mère contre celle disponible dans l'ensemble de l'univers.

2 - Dans la famille non idéale le problème : la dualité sexuelle.

C'est que la plupart des parents, jusqu'à présent, luttent contre leurs propres enfants pour obtenir de l'énergie (féminine *anima* pour le père, masculine *animus* pour la mère), et que cela nous laisse des séquelles⁵. A cause de cette concurrence, nous n'avons pas pu résoudre le

⁴ Poujol Un homme a donc des qualités masculines conscientes et des qualités féminines inconscientes (*son Anima*). C'est la mère qui la première pétrit son *Anima* chez son fils.

⁵ Poujol L'*Animus* et l'*Anima* appartiennent au non-révéilé, ils sont notre face dissimulée, la vie privée de notre esprit. Ils sont masqués par le rôle social, la persona, selon le terme de Jung, c'est-à-dire l'image de soi que nous donnons aux autres.

Notre société favorise le refoulement de l'*Anima* chez l'homme : un homme ne doit pas pleurer, il n'a pas d'intuition, n'est pas sentimental, est très rationnel...

problème de la dualité sexuelle. Nous sommes restés bloqués au stade où nous recherchons l'énergie du sexe opposé dans une personne mâle ou femelle, que nous supposons idéale, toute-puissante, et que nous pensons pouvoir posséder.

Cela amène à considérer les **deux sortes de dégâts** psychologiques occasionnés.

1/ Les premiers sont issus des parents faisant des couples d'opposé avec leurs enfants.

Couple d'opposé par le père (en manque d'*anima*) **qui fait du 1 avec sa fille**, et **couple d'opposé de la mère** (en manque d'*animus*) **qui fait du 1 avec son garçon**.

Couples de parents incestueux, Oedipiens, qui dans leur besoin d'obtenir leur propre énergie défaillante, ne laissent aucune place au 1/3 séparateur, pour défusionner cette symbiose :

- la mère faisant du 1 avec son garçon ne permet pas au père (le 1/3) de les séparer ;
- le père faisant du 1 avec sa fille ne permet pas à la mère (le 1/3) de les séparer.

2/ les seconds sont issus des parents en symbiose avec leur enfant de même sexe.

La mère fait du 1 avec sa fille, ne permet pas au père de les séparer (1/3).

Le père fait du 1 avec son fils interdit à la mère de les séparer (1/3).

Entretiennent-ils une homosexualité naturelle excessive limitant ou interdisant la réception de l'énergie du sexe opposé, pour eux-mêmes et leur enfant du même sexe⁶ ?

L'énergie du sexe opposé vient de l'univers quand nous savons faire du 1 avec⁷

Lorsqu'on a éclairci son passé, et que nous commençons à évoluer, nous recevons automatiquement l'énergie du sexe opposé. Elle vient de l'ensemble de l'univers.

Les étapes⁸

Avec les coups de foudre, c'est toujours pareil. Nous perdons notre lien avec l'univers. A la place, nous nous relions à l'énergie de la personne qui nous enflamme. On se relie à quelqu'un ou à quelque chose pour se relier indirectement à l'univers.

Une moitié de cercle : C

Sous la dépendance d'une personne qui nous offre cette énergie, nous pouvons nous couper de la source véritable. Nous régressons car nous sommes comme un moitié de cercle : **nous ressemblons à la lettre C**. Nous nous montrons très sensibles à une personne du sexe opposé,

⁶ Poujol Heureusement, si un homme fait un « travail sur soi » psychologique et cesse de refouler son **Anima**, s'il intègre et accepte son pôle féminin en lui, l'**Anima** va peu à peu émerger : il devient plus intuitif, moins rationnel, se permet d'éprouver des sentiments, retrouve les qualités féminines en lui.

Quant à la femme, l'**Animus** est sa partie extravertie, créative, le pôle de la raison et de la pensée. Si la femme fait un « travail sur soi » psychologique, intègre son **Animus** inconscient, alors elle devient une femme autonome, créative, calmement active, capable de raisonner, sans agressivité.

⁷ Poujol Notons que Jésus a intégré parfaitement dans sa personnalité son pôle masculin et son pôle féminin, à l'image d'ailleurs de Dieu qui est Père avec un « cœur » de mère.

⁸ Poujol Le travail sur soi, que ce soit pour un homme ou pour une femme, amène à devenir un être total et équilibré. Cela signifie rétablir les liens profonds entre la masculinité et la féminité qui se trouvent en tout homme et en toute femme. C'est être complet en soi-même.

à un autre cercle incomplet, et nous voulons qu'elle se joigne à notre cercle pour le compléter. Car elle nous donne l'euphorie et l'énergie que produit une liaison pleine avec l'univers. En réalité, nous n'avons rien fait d'autre que de nous relier à une personne qui cherche elle aussi à compléter son cercle. Cette dépendance réciproque contient en germe des problèmes qui surgissent immédiatement.

Le problème : deux ½ de cercles O superposent deux egos

Le problème avec cette personne entière, cette lettre O que chacun des deux croit avoir atteinte, c'est qu'il a fallu **deux personnes pour n'en faire qu'une**, l'une apportant l'énergie mâle et l'autre l'énergie femelle. Cette personne nouvelle a deux egos générant l'illusion de l'amour, où chacun des deux veut diriger la personne entière qu'ils ont créée. Ainsi, comme dans leur enfance, ils veulent diriger l'autre comme si cet autre était eux-mêmes.

Cette illusion d'une personne entière disparaît très vite dans une lutte de pouvoir. Chaque personne finit par sans cesse réfuter l'autre de façon à pouvoir en prendre le contrôle. Mais ça ne marche pas. Ça ne marche plus. Autrefois peut-être, l'un des deux partenaires acceptait, ou même recherchait, la domination de l'autre, souvent la femme, parfois, plus rarement, l'homme. Mais aujourd'hui nous nous réveillons. Personne ne veut plus être dominé⁹.

Est-ce la fin de l'amour ?

Non, nous pouvons continuer d'aimer, mais il nous faut d'abord ***achever le cercle tout seul et pour cela nous devons stabiliser notre liaison avec l'univers***. Cela prend du temps, mais nous ne sommes plus ensuite exposés à ce problème, et nous pouvons connaître une "relation plus élevée".

Si nous communions dans l'amour avec une autre personne après cela, nous créons une super personne, un être supérieur¹⁰... Et cette relation là ne nous détourne pas de la voie à suivre.

Comment faire ?

- Ce qu'il faut, c'est **commencer à ressentir cette euphorie**, ce bien-être qu'on éprouve au début d'une relation amoureuse, ***dans la solitude***. Il faut arriver à ressentir l'autre au-dedans de soi.

- En résistant au coup de foudre¹¹, au moins au début, en apprenant à ***entretenir des relations platoniques*** avec l'autre sexe.

- **Et seulement avec des personnes qui se découvrent totalement** dans le ***parler vrai***, ce qui implique de poser le cadre d'un vrai partage d'intimité. Ces personnes qui vous disent comment et pourquoi elles font ce qu'elles font, exactement comme cela aurait dû se passer entre enfants et parents durant une enfance idéale.

⁹ Redfield **Mettre fin à une dépendance amoureuse**

Si l'on doit mettre fin à une dépendance amoureuse, il faut savoir que cela ne sera pas facile, car il faut extraire son énergie d'un seul coup. Ça fait mal. Mais c'est nécessaire. La dépendance amoureuse n'est pas une nouvelle maladie qui atteindrait certains d'entre nous, nous sommes tous dépendants de celui ou de celle que nous aimons et nous sommes tous en train d'en guérir.

¹⁰ Poujol Dans le couple, notre conjoint n'est alors plus le « complément de ce qui nous manque », puisque nous sommes complets, mais un « supplément ». C'est le secret d'un couple harmonieux : deux êtres complets

¹¹ Redfield Avec les coups de foudre, c'est toujours pareil. Nous perdons notre lien avec l'univers. A la place, nous nous relierons à l'énergie de la personne qui nous enflamme. On se relie à quelqu'un ou à quelque chose pour se relier indirectement à l'univers. Pour s'en tirer, il faut augmenter son énergie et se recentrer sur ses motivations profondes.

- *Dans un cadre bien défini* en fonction des valeurs qui leur tiennent à cœur, les partenaires en toute sécurité psychologique vont pouvoir librement expérimenter l'autonomie de l'Être conscient relié aux énergies universelles.

- En comprenant qui sont vraiment ces amis du sexe opposé, *on se débarrasse de ses fantasmes sur l'autre sexe, et cela permet de se relier à l'univers.*

- Ensuite seulement, on peut découvrir la relation amoureuse qui nous convient réellement **dans 4 corpus : physique, psychique, mental, spirituel** et *sacraliser cette expérience intérieure unique, indicible pour ancrer ces énergies universelles - issues des dialogues ego être, synchronicités, perceptions de l'invisible.*



Et pour conclure

Y a-t-il un secret pour comprendre le phénomène amoureux ?

Le travail sur soi, que ce soit pour un homme ou pour une femme, amène à devenir un être total et équilibré. Cela signifie rétablir les liens profonds entre la masculinité et la féminité qui se trouvent en tout homme et en toute femme. C'est être complet en soi-même.

Dans le couple, notre conjoint n'est alors plus le « complément de ce qui nous manque », puisque nous sommes complets, mais un « supplément ». C'est le secret d'un couple harmonieux : deux êtres complets

Là réside le vrai phénomène amoureux dans la Paix des énergies universelles retrouvées.

