

101

CONSEILS

MAI
COUPLES

Docteur Gérard Hardouin
Claude Ullin

HACHETTE

101 CONSEILS AUX COUPLES

h 20
8pt. 29

T⁸⁰
16113
(28)

Josette LYON dirige
chez Hachette la collection
101

Déjà parus :

- Josette Lyon** — 101 trucs pour maigrir.
- Josette Lyon** — 101 trucs pour vaincre l'insomnie.
- Josette Lyon** — Mes 101 meilleurs trucs de beauté.
- Josette Lyon, Janine Alaux** — 101 trucs pour vaincre la constipation.
- Janine Alaux** — 101 trucs pour vaincre le coup de vieux.
- Docteur Baumgartner** — 101 conseils pour retrouver et développer la mémoire.
- Talhou Béranyé** — 101 conseils pour vaincre la timidité.
- Louise Chauchard** — 101 trucs pour vaincre l'angoisse.
- Louise Chauchard** — 101 conseils pour vivre à l'aise dans sa peau.
- Chantal De Rudder** — 101 conseils pour vaincre vos ennuis digestifs.
- Martine Freneuil** — 101 conseils pour mieux vivre après 60 ans.
- Docteur Charles Goldrach** — 101 conseils du sexologue.
- Sim Grant-Veillard** — 101 réponses sur les pouvoirs surnaturels.
- Docteur Alain Horvilleur** — 101 conseils pour vous soigner par l'homéopathie.
- Simone Martin-Villevieille** — 101 trucs pour se bien nourrir.
- Docteur G. de Montis, Docteur J.-P. Chabrolle, P. Magd** — 101 conseils pour la santé de vos enfants.
- Docteur Arlette Mossé** — 101 réponses sur les régimes.
- Docteur M.-C. Novikoff, Docteur J.-P. Olié** — 101 réponses à propos de la dépression.
- Docteur J.-Y. Péron-Autret** — 101 trucs de médecine naturelle.
- Docteur J.-Y. Péron-Autret** — Mes 101 conseils pour vivre mince par les médecines naturelles.
- Professeur Henry G. Robert** — 101 réponses à une femme enceinte.
- Docteur Sacksick, Josette Lyon** — 101 réponses aux femmes sur leur vie hormonale.
- Docteur Pierre Salignac** — 101 conseils pour vaincre la fatigue.
- Docteur Max Tétou** — 101 conseils pour l'emploi des plantes médicinales de tous les pays.
- Claude Ullin** — 101 conseils pour vaincre la solitude.
- Émile Wanono** — 101 trucs contre le mal de dos.

Docteur Gérard HARDOUIN,
Claude ULLIN

10
51

101 CONSEILS AUX COUPLES

HACHETTE

DL-12-10-1978-27588



Introduction

Cent un conseils aux couples ! Quelle gageure penserez-vous, même si vous êtes en difficulté. Et vous aurez raison.

Comment prétendre, en effet, vous donner des conseils sans connaître vos souffrances, vos aspirations ou vos peines, sans rien savoir de votre personnalité ?

Rassurez-vous : nous n'avons pas cette prétention. Tout au plus ce livre peut-il vous aider à mieux appréhender vos difficultés, à mieux les situer et peut-être à entrevoir, sinon une issue, du moins une source d'espoir, un chemin.

On ne distingue pas toujours ce qu'on a devant les yeux. Chacun vit dans son monde, qui voile la réalité de soi-même et de son couple. Puisse ce livre vous aider à soulever un tant soit peu ce voile et vous faire progresser dans la découverte de vous-même, sans laquelle il n'y a pas d'acceptation de l'autre.

1 Apprenez à vous situer, sachez qui vous êtes et ce que vous voulez

Les thérapies proposées aux couples en difficulté sont d'une diversité qui rend compte de leurs insuffisances et de leurs limites. Ce qui ne signifie pas qu'il faille y renoncer.

Les techniques psychanalytiques, celles qui s'attachent à améliorer la communication mutuelle et les techniques d'approche corporelle constituent, entre autres, quelques moyens d'appréhender les difficultés à vivre dans le couple. Mais il ne faut pas en surestimer le pouvoir.

Tout au long de cet ouvrage, le lecteur doit percevoir qu'on ne l'engage pas à s'en remettre à des thérapeutes du couple pour résoudre ses problèmes éventuels, mais plutôt pour l'aider à la compréhension du trouble, qu'il soit d'ordre psychologique ou sexuel, ou bien qu'il s'agisse seulement d'une difficulté relationnelle.

Mais, au préalable, il est utile de se poser quelques questions :

- Pourquoi le couple ?
- De quel type de couple parlons-nous ?
- Quel mode de relation à l'intérieur du couple nous proposons-nous ?

Le couple, pour quoi faire ?

Le nombre des couples augmente, celui des désunions aussi, et plus encore... D'où la nette progression des contrats de courte durée.

Pourquoi donc ce désir puissant de tenter l'impossible ? « Il est mauvais pour l'être humain de vivre seul », répond l'Écriture. Et le poète renchérit : « Un homme seul est en mauvaise compagnie. »

Cela dit, il reste que la finalité du couple peut être diversement conçue, et on perçoit là une source d'échecs à terme. A l'inverse, il est assez facile de dire ce que le couple ne doit pas être.

2 Ne faites pas de votre couple un abri au sein d'une société qui vous agresse

Si le couple ne constitue qu'un rempart contre la difficulté de vivre, il ne sera guère mieux protégé des stress que de la désunion. On ne bâtit pas solidement sur une situation névrotique.

3 N'attendez pas du couple qu'il résolve vos propres problèmes

Pour s'ouvrir à l'autre, réellement, mais sans exaltation, il faut avant tout avoir foi en soi. Pour être accepté, ou même parfois refusé, il faut d'abord s'affirmer, ce qui suppose qu'on ait pris conscience de son identité et qu'on l'ait acceptée.

4 Ne cherchez pas seulement dans le couple un soutien ou un réconfort à votre immaturité affective

Le couple ne peut durablement être un substitut du maternage — à moins que les deux partenaires y trouvent leur compte. Chacun doit trouver en lui-même sa sécurité, et combler au moins en partie ses aspirations et ses désirs élémentaires pour éviter une dépendance excessive par rapport à l'autre.

Alors, me direz-vous, à quoi bon le couple ? A quoi sert-il, pourrait-on dire prosaïquement ?

On aimerait qu'il apporte le bonheur. Mais ce serait trop beau, et d'ailleurs chacun sait que le bonheur est fragile et qu'il se définit en fonction de son contraire.

En revanche, le couple peut certainement aider l'individu à réaliser son propre épanouissement, mieux et plus vite qu'en solitaire. On ne peut être heureux seul, mais on ne peut pas non plus progresser ni s'épanouir seul.

Encore faut-il avoir le sens de l'équipe, car on ne trouvera que ce que l'on apporte.

5 Ayez l'ambition de favoriser l'épanouissement de l'autre

C'est la vraie justification du couple, et son meilleur garant. Il s'agit en quelque sorte d'une création, qu'il y ait ou non désir de procréation.

Là réside en fait la difficulté, car cet engagement est une pulsion d'adulte, mais qui ne délivre pas des désirs de l'enfance : assouvir ses pulsions de plaisir, d'aventure et de liberté.

Quel couple ?

Ainsi s'explique la tentation de bien des couples de rejeter le cadre institutionnel du mariage, et pas seulement temporairement, pour un essai de vie commune. Nombreux sont ceux qui scellent une union librement consentie par un contrat tacite, sans bénédiction religieuse ni engagement social.

Ces couples ne se définissent que par une volonté de durée dont l'espérance repose paradoxalement sur l'absence d'engagement.

Je ne peux mieux faire que citer à ce propos les quelques lignes écrites par Jean Orioux sur la liaison de La Fontaine avec Mme de La Sablière.

... « Elle n'a si bien duré que parce qu'elle ne comportait aucune obligation, aucun de ces contrats qui sont la porte par où la noise entre dans l'univers [...]. Ce n'est pas une chaîne qui l'y ramenait, c'était un charme, une sorte d'instinct enchanté qui le retenait près de cette amie exceptionnelle, autour de qui ont fleuri l'amitié, la poésie, l'amour. »

Bien entendu, c'est à toutes les formes de couples que cet ouvrage est destiné, hétérosexuels ou homosexuels (bien qu'aucun conseil particulier ne soit adressé à ces derniers), quel que soit leur statut social. C'est-à-dire à tous ceux qui ont en commun une volonté, ou au moins une intention, de durée.

Quel mode de relation entretenir dans le couple ?

Bien que le mariage traditionnel ait été l'objet de nombreuses critiques, et même de moqueries, en particulier depuis une trentaine d'années, la fusion reste dans l'esprit de beaucoup de couples, et surtout au début du mariage, comme un idéal, certes difficile à atteindre, mais qu'il faudrait au moins réaliser en partie.

6 Ne vous laissez pas déposséder de vous-même si vous voulez garder quelque chose à offrir

Mettre tout en commun, vivre l'un pour l'autre, partager tous les instants de la vie, se fondre l'un dans l'autre, quoi de plus enivrant ? Et quel symbole de réussite pour le couple !

Certains vont même jusqu'à s'isoler, à se retirer le plus possible du monde, pour mieux protéger leur vie à deux.

Il ne leur suffit pas de partager toutes leurs occupations, toutes leurs relations, le monde extérieur, les amis eux-mêmes constituent à leurs yeux une menace pour leur union.

C'est précisément dans la crainte que « l'étranger » au couple puisse remettre en cause leur attachement mutuel qu'il faut rechercher le côté névrotique d'une telle union et sa fragilité.

La solidité de tels couples n'est en fait qu'apparente, car ce mode de vie entraîne de nombreuses frustrations qui ne sont supportables qu'un moment, tant que la découverte de l'autre représente un enrichissement et tant que cet autre comble votre propre désir de sécurité et de réalisation sexuelle. Or, on ne peut se réaliser durablement sur une seule personne, si digne d'intérêt et d'amour soit-elle.

Cet idéal de vie commune fermée sur elle-même est voué à l'échec plus sûrement que toute autre façon de vivre, « ouverte » sur le monde extérieur.

En réalité, personne n'est apte à combler à lui seul les aspirations, les besoins de l'autre. Au mieux, il les réalise partiellement, et pour le reste il doit aider l'autre ou au moins accepter que l'autre se réalise en dehors de lui.

7 Ne vous croyez pas obligés de partager les mêmes violons d'Ingres

Rares sont les couples qui goûtent pareillement les mêmes activités. Et pourtant, nombreux sont ceux qui se contraignent à participer aux hobbies de leur partenaire, ne serait-ce que par la présence, par exemple lors d'un match de football ou d'une partie de bridge. Que de temps perdu ! Que d'énervement, parfois à retardement, et souvent mal compris, ou même de remontrances humiliantes, lorsque le participant forcé fait un mauvais partenaire de jeu !

Tout cela serait risible si la vie de tous les jours n'en était empoisonnée, jusqu'à ce que le couple prenne conscience qu'aucun des deux membres n'est responsable de la mésentente, mais qu'il faut mettre en cause le système de relations closes et exclusives dans lequel ils se sont enferrés.

Le prétexte de cette abnégation est presque toujours la « fidélité » à l'autre dans les moindres détails, c'est-à-dire la réalisation de ses propres plaisirs par l'autre ou en tout cas avec l'autre. Aussi la prise de conscience ne survient-elle bien souvent

que lorsque cette fidélité elle-même est remise en cause plus ou moins gravement.

Car cette façon de vivre est le meilleur moyen d'aboutir à la véritable infidélité, et non pas seulement au sens physique, à celle des corps — ce qui après tout n'est pas forcément très grave —, mais à l'infidélité de tout l'être qui aspire à vivre autre chose, et qui d'une certaine manière renie tout ce qu'il a chéri.

8 Affirmez votre identité en renforçant votre droit à la différence

Lorsqu'une telle prise de conscience survient tardivement, on a l'impression d'avoir été floué, dépossédé d'une partie de soi-même, d'avoir perdu sa personnalité, qui s'est diluée dans celle du « nous deux », devenue l'amalgame des concessions, des ennuis partagés et des demi-plaisirs concédés.

Et l'on constate alors que, au lieu d'avoir enrichi sa propre personnalité, ce qu'on était en droit d'espérer, on a perdu ce qui faisait son caractère, son originalité, son attrait, on a renié ses amis, ses plaisirs, et on est allé parfois jusqu'à oublier ses goûts...

A quoi bon le couple s'il ne favorise pas l'épanouissement de chacun de ses membres, en renforçant leur confiance en eux-mêmes et en préservant leur autonomie ? Curieusement, vivre à deux, c'est d'abord aller à la recherche de soi-même, découvrir ses potentialités créatrices, se laisser aller à plus de spontanéité. S'enrichir ainsi soi-même est la condition nécessaire pour pouvoir offrir plus au couple.

Pourtant, pouvez-vous penser, le fait de s'occuper de soi-même risque de détourner de l'autre. Il n'en est rien. En réalité, en se souciant sans cesse des autres, on restreint leurs possibilités par des attentions qui constituent surtout des barrières et des limitations à leurs désirs — quand elles ne sont pas destinées à leur donner mauvaise conscience. Au contraire, ceux qui se réalisent sans réserve ni ostentation éprouvent davantage le désir de se rapprocher des autres, voire de s'unir à eux à mesure qu'ils deviennent plus authentiques.

Mais cette recherche de plus d'authenticité implique que les êtres changent. C'est là une exigence qui ne fait pas toujours l'affaire de celui qui a choisi son conjoint pour certains traits de caractère auxquels il est attaché de façon parfois névrotique. Voilà pourquoi il n'est pas bon, par exemple, qu'un des membres du couple entreprenne seul une thérapie d'ordre psychologique, à moins que l'autre puisse garder son équilibre par ses propres moyens en faisant cavalier seul. Ce qui est rare, car habituellement les caractères névrotiques s'unissent de façon complémentaire.

C'est souvent seulement au terme d'une évolution assez longue que les deux membres du couple, ayant acquis un certain équilibre personnel, possèdent une autonomie suffisante pour s'épanouir par des chemins séparés, voire divergents.

Pour tous ces couples unis par la complémentarité névrotique, l'entente n'est qu'apparente ; elle repose sur un contrat d'entraide entre deux êtres fragiles qui se complètent et se soutiennent.

S'ils veulent progresser, il leur faut retrouver peu à peu leur autonomie et rétablir une certaine distance entre eux, ce qui n'est pas toujours facile.

9 Sachez qu'il est plus facile de garder ses distances que de les reprendre

La volonté d'indépendance, quand elle se manifeste tard dans une union, est généralement mal interprétée, même si elle ne cache pas le désir plus ou moins masqué d'abandonner l'autre.

Il faut y penser tôt, car le besoin de solitude, inné chez l'être humain, se renforce presque toujours avec l'âge. Les moments d'isolement sont essentiels à la compréhension et à l'approfondissement de sa propre nature. Ils sont plus que jamais indispensables pour retrouver énergie et équilibre mental dans une société qui a tendance à agresser l'individu jusqu'à l'épuisement nerveux. La femme, en particulier, souvent contrainte d'assumer un travail domestique en plus de son activité professionnelle, devrait se ménager ces moments privilégiés, même s'il lui semble impossible de soustraire à la présence de l'autre quelques heures ou seulement quelques minutes de son

emploi du temps surchargé, que ce soit pour faire ce qui lui plaît ou pour ne rien faire du tout.

Chercher à s'isoler quand on en ressent le besoin ne signifie pas qu'on a le souci d'éviter le contact avec son conjoint. Ce besoin, dans une situation normale, ne se manifeste pas contre lui, mais permet au contraire de lui offrir une présence volontaire et authentique lorsque le désir s'en fait à nouveau sentir. Rien n'est plus frustrant que de percevoir la contrainte dans la présence de l'autre. Mieux vaut qu'il ne soit pas là du tout.

Etre seul correspond parfois à un besoin mais peut-être aussi un plaisir en soi, surtout pour les personnalités riches qui ont acquis un haut degré d'autonomie. Cette faculté de se suffire à soi-même peut être mal comprise par l'autre s'il n'a pas connu la même évolution. Il y a là notamment une source de difficulté dans les unions entre deux êtres d'âge très différent. Une femme plus jeune que son conjoint, cas le plus fréquent, accepte parfois mal de renoncer aux plaisirs partagés au profit d'activités plus personnelles.

10 Ne fermez pas votre couple à l'amitié

Que de gens mariés pourraient faire le compte des amis perdus... Certes, le mode de vie dans nos sociétés modernes y est pour beaucoup, mais le renoncement aux amis personnels est souvent une concession faite à l'autre parce qu'il ne les apprécie pas ou qu'il éprouve à leur égard une certaine jalousie. Cependant, quelle amputation que de renoncer à une vieille amitié, sans compter le secours moral, l'ouverture nouvelle qu'elle aurait pu apporter dans une situation conflictuelle !

Même en l'absence de conflits graves, combien il est précieux de voir vivre ensemble d'autres personnes et de pouvoir appréhender ailleurs que dans son couple, donc plus objectivement, le comportement du sexe opposé au sien. Quelle source irremplaçable de comparaison... et d'autocritique ! Mais il faut dire que plane sur ces relations intimes entre amis la crainte de voir s'établir des rapports privilégiés, surtout si l'un des membres du couple entretient une amitié étrangère à l'autre.

Et pourtant, la liberté ainsi octroyée renforce le plus souvent la cohésion du couple.

11 Sachez préserver sa liberté et la vôtre

Il faut indiscutablement beaucoup de confiance en soi et en l'autre pour accepter le jeu d'une libre concurrence dans le couple : si votre partenaire rencontre librement quelqu'un du sexe opposé, il court certes le risque, ou la chance, de tomber sur quelqu'un qui lui plaise mieux que vous. Mais on ne peut vivre véritablement sans prendre quelques risques. Et puis cette crainte n'est fondée que si la relation extérieure au couple s'est établie pour combler un manque, comme une solution de rechange, voire comme un cache-misère. Dans ce cas, bien entendu, le couple peut être mis en danger.

Si au contraire il existe un lien solide entre les partenaires, si ce lien repose sur une véritable attirance et une confiance réciproques, le surcroît de liberté que chacun s'accorde ne peut que renforcer paradoxalement l'attachement mutuel.

Il est vrai que cette liberté n'a pas de prix, et qu'on l'obtient rarement sans y avoir quelque mérite.

Il reste cependant difficile, voire impossible, d'admettre que nous ne sommes pas indispensable au bonheur de l'autre. Un sentiment de jalousie s'empare de nous à la pensée qu'il éprouve du plaisir ailleurs, ou même seulement à être ailleurs. Ce sentiment est d'autant plus fort que l'on est moins satisfait de la relation que l'on entretient dans le couple, surtout s'il a toujours été mis soigneusement à l'abri de tout danger extérieur !

La jalousie a souvent des racines qu'il faut rechercher dans la mise en cause de l'instinct de propriété, dans la blessure narcissique et dans l'établissement d'un état d'insécurité.

La souffrance engendrée par l'attachement à l'être infidèle occupe parfois une place modeste à côté des raisons profondes auxquelles elle sert d'alibi. Il ne faut pas pour autant minimiser la force « oppressive » de la jalousie. Ce sentiment, ancré de façon latente presque en chacun d'entre nous, reste vigilant pour inciter à prendre le contre-pied de tous les préceptes énoncés précédemment. C'est lui, plus encore que les principes moraux ou religieux, qui nous expose à la tentation de « fermer » notre couple. Seule pourtant une conception « ouverte » du mariage réintroduit la notion de liberté dans le couple, le valorise en

lui redonnant le caractère d'une véritable aventure personnelle.

Si le couple est en crise, c'est surtout parce que, aux yeux des jeunes, il ne tient pas souvent ses promesses. Comment le mariage peut-il concilier leur exigence de liberté et d'authenticité avec cette qualité qu'on ne peut lui contester : permettre un engagement durable selon un modèle qui a fait ses preuves.

Certains pensent que cette conciliation ne peut venir que d'un profond changement dans la conception du mariage. Celui-ci resterait le modèle du lien durable et privilégié d'où ne seraient plus exclues d'autres aventures sentimentales ou sexuelles. On a même entendu récemment des autorités religieuses, peu orthodoxes sans doute, et dans un pays anglo-saxon, proposer qu'on renonce à l'engagement de fidélité dans le sacrement du mariage.

Prenez garde néanmoins de ne pas vous laisser imposer un type de libération qui serait le reflet d'un modèle socio-culturel.

Vous conformer à un modèle peut être aussi bénéfique que désastreux selon que votre confiance mutuelle se prêtera ou non à une « ouverture ».

C'est parfois sous l'impulsion d'amis « échangistes » que certains couples sont amenés à franchir le pas, sans penser qu'ils ne font souvent que sacrifier à la mode. Ce comportement un peu infantile risque d'être mal vécu, surtout par celui qui aura éprouvé le moins de satisfaction dans une telle aventure...

C'est qu'il est hasardeux d'assimiler conception ouverte du mariage et comportement « échangiste ». La première vise à l'épanouissement de chaque membre du couple et au renforcement de leur entente. Si elle n'exclut pas la possibilité d'aventures extraconjugales, elle n'en fait en aucun cas une condition. Bien au contraire, elle n'en minimise pas les risques, surtout si l'union n'a pas déjà établi un lien solide entre les deux membres du couple.

12 Soyez attentif aux réactions de votre partenaire

Ce qui peut être supportable, voire souhaitable, dans la réalisation de vos désirs peut entraîner chez l'autre une angoisse intolérable. Aussi faut-il savoir parfois renoncer à une liberté qui compromettrait votre couple, même si vous reniez alors une part de votre authenticité.

Parce que c'est toi, parce que c'est moi

Il n'y a pas de toi sans moi, et il n'y a pas de moi sans toi. C'est toi qui me fais vivre, c'est moi qui te fais vivre. Ensemble, nous sommes une seule et même chose.

Quand tu es triste, je suis triste aussi. Quand tu es heureux, je suis heureux aussi. Tu es mon cœur, et je suis ton cœur. Nous sommes deux cœurs qui battent ensemble.

Un amour qui se donne et se reçoit, qui se partage et se reçoit.

Ne crains pas que notre amour soit le fruit de hasard. C'est un choix que nous avons fait, et nous sommes prêts à nous donner tout entier l'un à l'autre.

C'est une décision que nous avons prise ensemble, et nous sommes prêts à nous donner tout entier l'un à l'autre.

Mais parfois, il arrive que certains garçons, certains filles, essaient de nous séduire. Ils nous disent qu'ils nous aiment, qu'ils nous adorent. Mais nous savons que ce n'est pas vrai. Nous savons que nous sommes ensemble, et que nous sommes prêts à nous donner tout entier l'un à l'autre.

The first part of the book is devoted to a general history of the world, from the beginning of time to the present day. It is written in a simple and easy-to-understand style, and is suitable for use as a textbook in schools and colleges. The author has done a great deal of research, and his work is based on the latest discoveries in the history of the world.

The second part of the book is devoted to a history of the British Empire, from its beginning in the sixteenth century to its decline in the nineteenth century. It is written in a simple and easy-to-understand style, and is suitable for use as a textbook in schools and colleges. The author has done a great deal of research, and his work is based on the latest discoveries in the history of the British Empire.

The third part of the book is devoted to a history of the United States, from its beginning in the eighteenth century to the present day. It is written in a simple and easy-to-understand style, and is suitable for use as a textbook in schools and colleges. The author has done a great deal of research, and his work is based on the latest discoveries in the history of the United States.

The fourth part of the book is devoted to a history of the French Revolution, from its beginning in 1789 to its end in 1804. It is written in a simple and easy-to-understand style, and is suitable for use as a textbook in schools and colleges. The author has done a great deal of research, and his work is based on the latest discoveries in the history of the French Revolution.

The fifth part of the book is devoted to a history of the Napoleonic Wars, from their beginning in 1804 to their end in 1815. It is written in a simple and easy-to-understand style, and is suitable for use as a textbook in schools and colleges. The author has done a great deal of research, and his work is based on the latest discoveries in the history of the Napoleonic Wars.

THE HISTORY OF THE

The sixth part of the book is devoted to a history of the Crimean War, from its beginning in 1853 to its end in 1856. It is written in a simple and easy-to-understand style, and is suitable for use as a textbook in schools and colleges. The author has done a great deal of research, and his work is based on the latest discoveries in the history of the Crimean War.

On est frappé, en recevant les confidences d'hommes ou de femmes dont le couple est en difficulté, par une réflexion souvent avancée comme une explication : « Mon mariage est une erreur. J'étais trop jeune pour comprendre ce que je faisais. Je me suis trompé(e). » Sous-entendu : je me suis trompé(e) dans le choix de mon partenaire, j'ai fait un mauvais choix.

Ainsi, la fatalité jouerait un rôle important dans la mésaventure ? Si j'avais eu la chance de « tomber » sur quelqu'un d'autre qui eût été plus apte à me comprendre, à me satisfaire, à répondre à ma demande d'amour, je ne serais pas dans l'impasse de l'insatisfaction, de la médiocrité ou du conflit ?

Une remarque, de prime abord, dont nous essaierons de vous faire admettre le bien-fondé :

Ne croyez pas que votre mariage soit le fruit du hasard. Le choix que vous avez fait d'épouser telle personne répond à la demande inconsciente présente en vous depuis votre enfance.

C'est une demande qui n'est pas explicitée mais qui existe en nous sans que nous puissions la traduire en termes clairs.

Bien entendu, il arrive que certains garçons, certaines filles expriment *a priori* l'idée qu'ils se font de leur futur conjoint. Quand Muriel dit : « Je n'épouserai qu'un garçon brun, grand, sportif, au caractère déterminé, et qui sera capable de me dominer », elle imagine ce type d'homme comme étant complémentaire de sa personnalité. Mais il est très possible qu'elle tombe amoureuse d'un garçon tout à fait différent, beaucoup plus « demandeur » qu'elle-même.

Le couple heureux? Oui, il existe. Mais pourquoi le bonheur n'est-il pas le lot de tous les couples? La certitude est pourtant très vive au départ : toi et moi, nous allons réussir là où tant d'autres ont échoué... Comment faire d'un vœu pieux la réalité d'une vie entière?

Un homme et une femme à l'écoute des couples vous le disent sous forme de 101 conseils qui procèdent de multiples constats et d'analyses affinées. Le docteur Gérard Hardouin, chirurgien, gynécologue-accoucheur, praticien mais aussi confident, approche au plus près les difficultés relationnelles des couples. Claude Ullin, journaliste de la presse féminine, spécialisée dans les questions psychologiques, aborde dans un dialogue chaleureux avec des milliers de correspondants inconnus tous les aspects de la vie à deux. L'un et l'autre donnent ici les fruits de leur expérience et de la réflexion qu'elle leur suggère.

101 conseils, donc, soutenus par des explications très fouillées qui permettent d'en comprendre le bien-fondé. Ils vont de la remarque de bon sens à la suggestion la plus délicate. Ils sont destinés aux hommes et aux femmes, jeunes ou moins jeunes, qui souhaitent vivre mieux leur vie de couple ou qui désirent l'aborder avec confiance.



Participant d'une démarche de transmission de fictions ou de savoirs rendus difficiles d'accès par le temps, cette édition numérique redonne vie à une œuvre existant jusqu'alors uniquement sur un support imprimé, conformément à la loi n° 2012-287 du 1^{er} mars 2012 relative à l'exploitation des Livres Indisponibles du XX^e siècle.

Cette édition numérique a été réalisée à partir d'un support physique parfois ancien conservé au sein des collections de la Bibliothèque nationale de France, notamment au titre du dépôt légal. Elle peut donc reproduire, au-delà du texte lui-même, des éléments propres à l'exemplaire qui a servi à la numérisation.

Cette édition numérique a été fabriquée par la société FeniXX au format PDF.

La couverture reproduit celle du livre original conservé au sein des collections de la Bibliothèque nationale de France, notamment au titre du dépôt légal.

*

La société FeniXX diffuse cette édition numérique en accord avec l'éditeur du livre original, qui dispose d'une licence exclusive confiée par la Sofia – Société Française des Intérêts des Auteurs de l'Écrit – dans le cadre de la loi n° 2012-287 du 1^{er} mars 2012.

Avec le soutien du

