



L'amour, mode d'emploi

« L'amour n'est pas aimé. » C'est ce que clamait, en son temps, François d'Assise parcourant la campagne d'Ombrie, se lamentant et pleurant. L'amour est-il plus aimé de nos jours? Pas vraiment. Pourtant, notre monde en aurait bien besoin quand on considère les haines, les déchirements, les homophobies, les guerres entre les peuples qui marquent notre époque.

On a beaucoup parlé du pouvoir salvifique de l'amour. Combien de fois n'avons-nous pas entendu dire que seul l'amour peut sauver le monde! Que c'est l'amour qui fournit le meilleur baume à la vie. C'est vrai! La conscience d'aimer et d'être aimé apporte à la vie une chaleur et une richesse sans égal. On ne parlera jamais assez de la valeur d'une vie enracinée dans l'amour. Quand on aime, la vie se drape d'un sens unique.

Nous souhaiterions, bien sûr, que cela soit un état permanent. Malheureusement, le beau risque de l'amour ne connaît pas toujours le plein succès. Si l'amour est probablement le sentiment le plus naturel et le plus universel en ce monde, il ne va pas de soi. « Qu'il est difficile d'aimer », chante notre poète national Gilles Vigneault. Il faut bien admettre que s'il y a des succès en amour, il y a aussi des ratés. Certes, l'amour n'est pas aimé, mais je dirais que l'amour est encore plus souvent « mal aimé ». Que de projets amoureux, que de

relations amorcées dans la satisfaction de la rencontre finissent dans la discorde et la séparation. Il faut comprendre que l'amour, qui est l'essence la plus intime de l'être, la plus belle création de l'être humain, est soumis à la loi de l'ouverture et de la fermeture du cœur.

L'amour possède une dynamique que l'on pourrait définir ainsi: l'amour attire l'amour, la haine attire la haine. Quand on agit avec bonté, on récolte de la bonté. Quand on agit avec méchanceté, on obtient de la méchanceté. On reçoit toujours ce que l'on souhaite aux autres. Quand on aime, on est aimé; on meurt quand on n'est pas aimé et on revit quand on l'est. Par ailleurs, on dit que l'amour guérit ceux qui le reçoivent et aussi ceux qui le donnent.

Inversement, on peut se fermer à l'amour en posant des gestes ou en prononçant des paroles de haine, d'antipathie, de rancune, de dédain, de méfiance, d'hostilité, de vengeance. On rétablit le courant à travers la gratitude, le respect, la confiance, la compassion, la bonté, la tolérance, l'admiration, le pardon. C'est de cette façon qu'on fait circuler l'énergie de l'amour.

Aimer procure des joies, mais aussi des peines. Ce n'est pas par hasard que l'on parle fréquemment de la guérison du cœur. C'est que le cœur peut avoir mal, être malade, souffrir. La liste des afflictions du cœur pourrait être longue. Parallèlement, si l'amour peut rendre malade, il peut aussi guérir. L'amour possède

*Quant à l'amour,
il est à la vie
ce que le soleil
est à la nature,
il éclaire, réchauffe,
dynamise.*

un pouvoir de guérison incomparable. Freud reconnaissait deux facteurs importants pour l'équilibre humain: « Travailler et aimer ». On dit qu'à certains états d'âme, il n'est rien de meilleur que le travail. Quant à l'amour, il est à la vie ce que le soleil est à la nature, il éclaire, réchauffe, dynamise. Mais à la condition, bien sûr, de savoir aimer. Aussi, pour éviter de souffrir en amour, est-il recommandé de développer une « âme aimante », de préférence à une âme amoureuse ou passionnée, qui risque à tout moment de se faire piéger par le destin. ✨

Jean-Paul Simard est écrivain.

Bienvenue sur son site Web :

www.jeanpaulsimard.com
