# L'amour DANS LA LIGNE DE MIRE

*ENTREVUE ÉCLAIR AVEC **LA PARISIENNE BÉNÉDICTE ANN**. CETTE AUTEURE, COACH DE L'AMOUR, RÉPOND À TOUTES NOS QUESTIONS.* ***par sophie couture***

**Doit-on se soumettre à une psychanalyse pour analyser les moindres recoins de son complexe d'Œdipe avant d'être une amoureuse épanouie?** Je rencontre beaucoup de gens qui suivent une thérapie depuis cinq ans, des gens qui ont tout compris mais, concrètement, il n'y a rien qui bouge dans leur vie. Selon moi, une thérapie, ça doit durer deux ans au maximum! Il s'agit de comprendre les liens qu'on a avec nos parents et ce qu'on a vécu en tant qu'enfant. À partir du moment où il y a cette prise de conscience, il suffit uniquement de vouloir passer à autre chose. Il suffit de le décider. Savoir d'où l'on vient, c'est bien, mais savoir où l'on va, c'est encore mieux!

**2 SERIEZ-VOUS PRÊTE À AFFIRMER QU'IL Y A UNE RECETTE AMOUREUSE?** S'IL Y AVAIT UNE RECETTE, CELA CONSISTERAIT À SE POSER LES BONNES QUESTIONS ET À Y RÉPONDRE HONNÊTEMENT.

**3 L'amour est-il un art que bien peu maîtrisent?** L'amour, c'est le travail d'une vie. C'est être attentif en tout temps, se remettre en cause, se donner le temps et les moyens de nourrir sa relation. Aimer, c'est laisser l'autre être tel qu'il est... ce qui est tout de même difficile, parce qu'on a tellement envie que l'autre entre dans le moule qu'on lui a fabriqué!

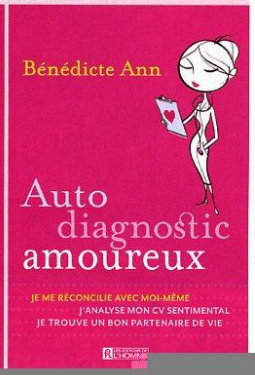
**4 À L'ÈRE DE L'INSTANTANÉITÉ, OÙ LA CONSOMMATION RYTHME NOS JOURNÉES, L'AMOUR PEUT-IL SUIVRE?** Non. Je crois que c'est ça, notre erreur de fond. On consomme nos relations comme on le fait de tout autre bien matériel. On oublie que l'amour est une histoire de temps. C'est plus facile de ne pas entrer dans une histoire que d'en sortir, d'où l'importance de prendre son temps avant d'entrer dans l'intimité. Pour la plupart des femmes, le fait de passer à l'acte les rend amoureuses et leur fait perdre leur objectivité. C'est une réaction normale, une réaction hormonale.

**LES DÉCEPTIONS QUI S'ACCUMULENT FONT QUE PLUSIEURS FINISSENT PAR SE CONTENTER DE PEU. SOMMES-NOUS DES AMOUREUSES PARESSEUSES?** Les femmes, tout comme bon nombre d'hommes, ont peur d'être seules et elle préfèrent souvent rester dans une relation insatisfaisante, tout en cherchant mollement ailleurs, et ce, jusqu'à ce que la situation devienne insoutenable.

**6 Après avoir rencontré des cœurs esseulés de chaque côté de l'océan, pensez-vous que les défis amoureux sont culturels ou universels?** Dans les pays occidentaux, les problèmes sont universels, à quelques nuances près. La femme québécoise, spécifiquement de par l'héritage qui lui a été transmis, a une soif d'autonomie qui est plus forte que celle qu'éprouve la femme ailleurs. Au-delà de ça, oui, les mœurs et l'approche diffèrent un peu, mais dès qu'on entre dans l'intimité, c'est universel!

**QUELLES SONT LES ERREURS QU'ON COMMET COURAMMENT EN AMOUR? Être pressée, ne pas savoir ce qu'on veut, ne pas être claire avec son histoire personnelle et, finalement, ne pas se respecter ou, à l'inverse, être un dictateur en jupon!**

**PRÊTE À RECEVOIR VOTRE ORDONNANCE AMOUREUSE?** ON SE PROCURE D'ABORD LE LIVRE DE BÉNÉDICTE POUR FAIRE SON PROPRE AUTODIAGNOSTIC. SI ON VEUT POUSSER UN PEU PLUS LOIN, ON ASSISTE AU PROCHAIN CAFÉ DE L'AMOUR OÙ ON PREND RENDEZ-VOUS POUR UNE CONSULTATION PRIVÉE AVEC L'AUTEURE, QUI SERA DE PASSAGE AU QUÉBEC, EN AVRIL. POUR LES DATES VISITEZ LE SITE CAFEDELAMOUR.FR.



# L ‘AMOUR EN 2012 en revu

**5 ont-on se soumettre à une chanal -**

L’amour est-il un art que bien peu maîtrisent? L'amour, cfest le travail dune vie. C'est être attentif en tout temps, se remettre en cause. se donner le temps et les moyens de nourrir sa relation. Aimer, c'est laisser l'autre être tel qu’il est... ce qui est tout de même difficile, parce qu’on a tellement envie que l'autre entre dans le moule qu’on lui a fabrique!

h L’ERE DE UINSTANTANÉITÉ, Ou LA CONSOMMATION RYTHME NOS JOURNÉES * - V o l - T-IL UIVRE? Non. Je crois que dest a, notre erreur de fond. On consomm r os re atuons comme on le fait de tout autre bien matériel. On oublie ue l'amour est un