

# LE COUPLE

catalyseur du changement

Il existe dans  
l'univers du  
quotidien une  
voie que trop  
peu de couples  
expérimentent :

## LA VOIE

de la transformation à deux

Quand un couple se forme, il y a rencontre de deux individus différents. Chacun a une personnalité (un ego si on veut être plus précis) qui est la résultante de la mémoire de vécus différents.

Quand ces deux personnes se côtoient, il y a confrontation de 2 deux structures mentales, de 2 histoires différentes. Ces 2 personnalités ont chacune des blocages énergétiques, corporels et psychologiques différents et ceux-ci sont généralement très perturbateurs dans la vie relationnelle.

Face à ces barrières, le couple passe généralement à travers 3 phases :

- La phase de séduction
- La phase de révélation
- La phase de transformation ou de régression. C'est dans cette dernière, la plus critique, que se joue l'avenir du couple et que peut intervenir ou non le "changement".

### La phase de séduction

C'est la phase initiale, où se manifeste l'enthousiasme du début de cycle dont parle le Yi Jing, le Livre des Mutations. C'est le moment où les 2 amants font généralement des efforts personnels pour cacher leurs défauts et montrent les aspects les plus avantageux d'eux-mêmes. Pour séduire, ils se montrent plus tolérants et plus patients vis à vis des défauts du partenaire.

Le désir sexuel est puissant. Il peut entre autres donner force à la puissance imaginative, il peut même faire ressentir les défauts du partenaire comme des qualités. C'est la phase de cristallisation dont parle la carte du tendre du 17ème siècle.

### La phase de révélation

L'idée du couple est acquise (par exemple par une vie commune), la relation paraît " en sécurité ". De ce fait les protagonistes ont moins peur de faire apparaître leurs défauts sachant que la relation est fidélisée. De plus avec la vie commune, ils s'aperçoivent assez rapidement ce qu'il y a derrière le masque de l'autre, ses faiblesses bien cachées, d'autant que les relations sexuelles rendent les ressentis plus forts (on ressent l'autre de l'intérieur).

C'est dans cette phase que généralement apparaissent les notions de rapport de force, l'un dominant l'autre. La plupart du temps il est reproduit dans le rapport avec l'autre, le schéma familial avec toutes ses lacunes.

### La phase de transformation ou de régression

Les 2 conjoints se connaissent et leurs attitudes de blocage et tous leurs défauts sont mis à nu. Il n'y a plus d'échappatoires et de faux-semblants possibles. Soit les conjoints tolèrent chacun leurs défauts, ils s'acceptent tels qu'il sont mais ils ne se transforment pas. C'est le couple pépère. Soit ils n'acceptent plus ou ne supportent plus les défauts ou les blocages de l'autre. Il y a alors 3 possibilités :

#### 1 Le repliement sur soi-même :

Chaque conjoint vit dans un tube isolé de l'autre. C'est le royaume du non-dit, de la communication louvoyante. Les relations sexuelles deviennent "hygiéniques". Généralement il y a accumulation de rancœurs et aigrissement.

Une somme colossale d'énergies négatives s'accumule dans le corps et les organes pouvant causer de grands dégâts et de maladies.

Le couple peut perdurer malgré tout comme une vieille roue à plat, du fait de la pression sociale ou de contingences matérielles. Il se peut aussi qu'après des années il se sépare par lassitude.

#### 2 La révolte :

Les conjoints se révoltent l'un contre l'autre. Généralement l'effet miroir et les "parties de ping pong" jouent à plein. On ne supporte plus chez l'autre ce qui n'a pas été résolu à l'intérieur de soi-même et on lui en fait le reproche.

De plus un excès de Yin entraîne un excès de Yang et vice versa. La faiblesse d'un conjoint dans un domaine amène à révéler l'excès de force de l'autre conjoint dans le même domaine. Par exemple une trop grande passivité attire un autoritarisme exacerbé, un trop grand ordre de type maniaque attire les tendances du laisser aller, etc.)

Ce genre de relation est conflictuel. Elle entraîne dispute, rejet sur l'autre de toutes les fautes et l'absence totale de communication constructive. Elle se solde dans la majorité des cas par une séparation. Il est à noter que cette séparation amène souvent, par la souffrance qu'elle cause, une prise de conscience chez les protagonistes. Malgré tout, elle est vecteur de remise en cause et de transformation. Mais pour aboutir à ce changement de vue et d'attitude, que de cendres et de destruction !

#### 3 La transformation :

Il y a une autre voie possible que trop peu de couples expérimentent, c'est la voie de la transformation à deux. Les conjoints face à une impasse relationnelle, réalisent que pour trouver une solution réelle, ils sont contraints de regarder à l'intérieur d'eux-mêmes pour affronter et transformer leurs "démons intérieurs", à savoir tous leurs blocages non résolus, leur névrose, leurs émotions non exprimées. Ils ne cherchent plus le salut dans l'attente du changement exclusif et miraculeux de l'autre conjoint.

**Dans la majorité des cas, c'est la femme grâce à son côté Yin introspectif qui est la pionnière dans le couple.**



## Le couple catalyseur du changement

Se remettant en cause plus facilement, elle ose parler de ses faiblesses et ira plus volontiers chercher l'appui et l'aide d'une tierce personne. Il n'est qu'à voir la fréquentation des stages de développement personnel pour constater qu'elle est en majorité féminine. Sous cette impulsion, le faux équilibre du couple qui prévalait est mis à mal. Et si celui-ci veut perdurer, l'homme doit aussi se remettre en cause, sinon il se creuse rapidement un fossé entre les 2 conjoints et le risque d'éclatement est grand.

Si la volonté de se transformer est présente de part et d'autre, alors le travail de transformation par le couple peut se faire et c'est une démarche très profonde et riche. L'autre est vu comme une aide et non plus comme un ennemi, chacun ose se découvrir et se confier car il sait qu'il ne sera pas jugé. Le couple part sur des bases nouvelles et les conjoints sont alors souvent étonnés, car l'autre est vu comme quelqu'un de nouveau, voire d'inconnu et les liens s'en trouvent dynamisés.

### Le couple Taoïste

Dans le cas d'un couple Taoïste, les différents processus décrits sont identiques mais en plus ils sont généralement accélérés.

En effet une relation sexuelle profonde de type Taoïste élève sensiblement le niveau d'énergie du corps et de tous les organes, ce qui a pour effet de faire ressortir très rapidement les émotions négatives contenues à l'intérieur :

- La peur dans les reins.
- La colère, la jalousie, la culpabilité et les frustrations dans le foi.
- La haine, la cruauté et la violence dans le cœur.
- Les soucis et les sentiments de limitation de soi dans la rate / pancréas.
- La tristesse et la dépression dans les poumons.



Par exemple, il n'est pas rare, après des rapports très profonds, d'avoir des crises de larmes ou des colères très intenses. Comme on peut s'en douter toutes ces tendances peuvent rapidement empoisonner une relation.

Il est illusoire de croire qu'un couple basé uniquement sur une relation sexuelle profonde de type Taoïste (ou de type Tantrique) puisse éviter de passer à travers tous les écueils traditionnels mentionnés plus haut. Ce serait même plutôt le contraire pour les raisons précitées. Un travail sur l'émotionnel est absolument nécessaire voire souvent une aide extérieure par une thérapie appropriée.

Par contre si le couple s'engage dans la démarche de transformation à 2, le Tao lui offre une série d'outils qui associés à une communication sincère et ouverte peut grandement l'aider :

- Les pratiques de sourire intérieur et de son de la guérison sur les organes pour commencer à libérer ceux ci de leurs énergies négatives.
- Pour les adeptes plus avancés, les pratiques de fusion des 5 éléments et la méditation de Kan et Li (méditation de

- l'eau et du feu) qui transmutent les émotions négatives en énergie pure.
- Les massages des organes internes associés à l'énergie (Chi Nei Tsang) qui permet très efficacement de libérer des tensions émotionnelles contenues dans le corps et ses organes.
  - L'acupuncture et les moxas qui libèrent et équilibrent des énergies stagnantes dans le corps.
  - Le transfert conscient d'énergie d'un partenaire sur l'autre pour faire émerger des émotions enfouies et les faire exprimer ce qui en soit est un véritable travail thérapeutique.

Les possibilités sont très vastes et peuvent transformer la vie des conjoints en profondeur. Quelle plus grande preuve d'un amour que de se découvrir complètement devant l'autre sans peur et quel plus grand plaisir que de voir l'autre se transformer et s'épanouir ?

C'est un changement radical, profond, basé sur du long terme. Mais il nécessite un rapport de confiance absolu et d'amour véritable que bien peu savent s'octroyer. Mais c'est à cette condition seule que l'on peut devenir par le couple les enfants du TAO.

**M.F.**