

## CHRONIQUE – AMOUR ET DÉSIR

Aujourd'hui, parlons d'amour et de désir, Il n'est pas toujours simple de différencier ces deux sentiments, à la fois très liés et très distincts..

Le désir est un élan sexuel qui se traduit par l'envie de faire l'amour avec l'autre, de le toucher, de sentir sa proximité physique, et même de le posséder. Désirer, c'est avoir envie de recevoir de la part de l'autre.

L'amour, indépendamment du physique, c'est l'envie de faire plaisir à l'autre, de lui donner du bonheur, de lui apporter le plaisir sexuel et celui de vivre. On peut dire que dans l'amour, on est heureux que l'autre soit heureux, même si c'est sans nous. Dans le désir, on est malheureux si l'autre se refuse à nous.

Ainsi, l'amour est généreux et le désir plus égoïste.

Différencier désir et amour sert à mieux se comprendre, mieux s'analyser et donc agir en conséquence.

Quand on est jeune, on a souvent tendance à les confondre. L'élan sexuel peut être si fort qu'il se fait passer pour de l'amour. Alors qu'on peut désirer quelqu'un sans l'aimer.

Avec le temps, le désir peut s'éteindre. Apparaît alors une grande question : est-ce que j'aime encore si je ne désire plus ?

Évidemment ! L'amour peut subsister, même si le désir s'est essoufflé. Il ne demandera qu'à revenir un peu plus tard, à condition de se donner les moyens de le réveiller.

On peut également aimer sans désirer, en particulier quand on place l'objet de notre amour sur un piédestal. Il nous paraît totalement inaccessible, et notre élan physique indigne de lui. Il ne l'est bien sûr pas en réalité. C'est seulement l'image que nous nous faisons de cet amour qui nous paralyse. Il faut alors penser à placer la sexualité, elle aussi, sur ce piédestal et s'en faire une image aussi élevée que celle de l'amour.

En réalité, il est rare d'aimer totalement sans désirer, ou de désirer sans aimer.

Le désir physique ne se nourrit pas seulement de l'attirance qu'exerce un corps, et l'amour ne se contentera pas de s'exprimer éternellement de manière platonique. Alors, heureux ceux qui savent concilier les deux !

Souvenez-vous qu'en cas de doutes sur vos sentiments, les psys peuvent vous aider.

Prenez soin de vous & portez-vous bien.