

## Votre conjoint est jaloux... fuyez !

Aimer, c'est la plus belle chose qui puisse nous arriver. Cela redonne, pour beaucoup, le goût de vivre, de construire quelque chose, de se démener pour améliorer sa vie.

Mais l'amour peut parfois conduire à la destruction, à l'anéantissement et se transformer en cauchemar quand cet amour, disons plutôt ce soi-disant amour, s'accompagne d'une jalousie malade.

Dans la tradition populaire, il paraît tout à fait admis que l'amour se conjugue avec jalousie. Certes, il semble normal que l'on éprouve une petite jalousie quand on voit la personne que l'on aime se faire draguer par quelqu'un. C'est humain de réagir de cette façon.

Mais, à partir du moment où la jalousie « normale » et limitée se transforme en une jalousie malade, obsédante, obsessionnelle, la vie devient insupportable, invivable, infernale.

Peut-être avez-vous entendu parler ou vivez-vous des situations dans lesquelles des hommes ou des femmes fouillent dans les affaires de leur conjoint pour savoir s'il n'est pas allé voir ailleurs, le surveillent constamment en lui téléphonant sans arrêt, en le suivant sans qu'il s'en aperçoive. Après, s'y ajoutent les crises de jalousie pour un oui ou pour un non : pour avoir regardé une jolie femme passer, pour avoir adressé la parole à un collègue, pour être sortie entre copines, pour simplement avoir regardé à la télévision des publicités où l'on voit une femme dévêtue (ne riez pas, c'est une situation qu'a vécue quelqu'un que je connais), pour vous être maquillée, pour avoir été chez le coiffeur, pour avoir mis un décolleté un peu trop plongeant à son goût, etc.

Au début, quand le couple vient de se rencontrer tout paraît rose. Bien souvent, si vous êtes victime d'un conjoint jaloux, vous vous sentez plutôt flatté et vous vous dites : « c'est bien qu'il soit jaloux parce que cela prouve qu'il m'aime ». Mais, c'est une grave erreur de penser de cette façon car, inévitablement, vous faites le jeu de votre partenaire qui continuera à vous reprocher des choses extravagantes (un simple regard, une simple parole, un rouge à lèvres, une jupe plus courte?). Et s'il est atteint de jalousie malade, il vous fera vivre un véritable enfer.

D'ailleurs, au départ, vous essaieriez de vous expliquer, de lui dire qu'il peut avoir confiance en vous, que vous l'aimez, que vous n'allez jamais le tromper. Mais comme sa jalousie est obsessionnelle, il ne vous écouterait pas et continuerait à douter de vous. Et, finalement, votre compréhension du départ se transformerait progressivement en peur, puis en anxiété, en stress et en dépression. En effet, pour éviter de déclencher une crise de jalousie, vous finiriez par vous renfermer sur vous-même, par ne plus prendre soin de vous, par ne plus sortir, par rester enfermé chez vous, par ne plus côtoyer personne, par même quitter votre travail. Ainsi, vous pensez que ces « sacrifices » feront cesser les crises de jalousie.

Et bien, vous avez tort ! Non seulement, votre conjoint aura gagné puisqu'il vous aura fait admettre que votre comportement (tout à fait normal pour des gens censés) était bien mauvais et subversif, mais en plus, les crises de jalousie ne s'arrêteront jamais : il trouvera toujours un prétexte pour les renouveler. Certes, elles seront plus espacées car les occasions seront moins nombreuses mais il finira toujours par trouver quelque chose à vous reprocher.

C'est tellement ancré en lui, il manque tellement de confiance en lui, dans sa capacité à aimer correctement les gens qu'il détruit tout. Il semble ne pas se sentir suffisamment à la hauteur vis-à-vis de son conjoint car il craint sans cesse que celui-ci se tourne vers quelqu'un d'autre qui sera mieux que lui. Il éprouve un fort sentiment d'insécurité, de peur de perdre son partenaire. Il ne peut aimer d'un amour sain et naturel. Il considère son partenaire comme sa chose. Il annihile sa liberté. Il confond amour et possession. Il est d'une nature égoïste, il ne fait pas de place à l'autre dans sa vie. Il croit qu'il aime mais il le fait mal. Il gâche tout par son manque de compréhension de ce qu'est la vie, l'amour.

En fait, l'Amour, c'est le partage, c'est laisser son partenaire libre de ses mouvements, c'est vouloir son bien, c'est être attentionné mais pas étouffant.

Si votre partenaire est atteint de ce mal destructeur, fuyez ou essayez de le faire se soigner. Si vous-même, vous êtes un jaloux maladif, soignez-vous, faites un travail sur vous, allez voir des thérapeutes pour retrouver confiance en vous.

A partir de là, vous serez armé pour aimer véritablement et vous ferez le bonheur de votre partenaire.

Pour finir, voici deux citations à méditer : « L'amour fait naître la jalousie, mais la jalousie fait mourir l'amour », Christine de Suède ; et « La jalousie engendre le Mal? la jalousie c'est le Mal ! », Agatha Christie.

## Au sujet de l'auteur

Co-auteurs : BRUNET Isabelle (spécialiste en développement personnel) et GAWELIK Katy (Docteur en droit, spécialiste en bien-être et en épanouissement personnel)

N'hésitez pas à visiter le site Abondance Editions <http://www.abondance-editions.com> et à télécharger les ouvrages et les audios gratuits.

Vous êtes autorisé à publier cet article sur votre site à la seule condition de garder le contenu intact, d'indiquer le nom des auteurs et de maintenir les liens cliquables

Source: <http://www.webmaster-gratuit.com>