

Se débarrasser de sa solitude...

PAR CLAUDE-YVES REYMOND

Est-il facile, pour elle, de trouver le bon partenaire sans machisme incongru? Et qu'en est-il, pour lui, de dénicher la compagne idéale sans manipulation charmeuse?

Après son premier livre «Le prochain, c'est le bon!» paru en janvier 2011 chez Albin Michel, Bénédicte Ann poursuit sa vocation d'entraide de vie à deux avec «Autodiagnostic amoureux», qui vient de sortir aux Editions de l'Homme.

Pourquoi ce nouveau livre dans un délai si rapproché du précédent? «Quand j'ai créé le concept du «Café Diagnostic Amoureux» en mai dernier à Montréal, je me suis aperçue, très vite, que pas mal de gens n'avaient pas trouvé de réelle solution après avoir lu le premier ouvrage. Donc, dans le second, je fais du «marteau-piqueur», sans concession. Oui, il faut combattre la soumission dans un couple, la souffrance sentimentale, l'inceste... et surtout, pour les célibataires, se débarrasser de leur solitude après des échecs de rencontres.»

Va-t-on parler également de l'influence musulmane, des droits des femmes en danger en Tunisie et en Egypte? Pas vraiment. Puisque Bénédicte Ann enchaîne avec conviction et globalement: «Aujourd'hui, dans une société où trop de libertés tue la liberté, les gens sont perdus et ne savent plus où ils en sont. L'important, dans une longue relation amoureuse, c'est d'être heureux. Un droit pour toutes et pour tous. Avec un choix: le sien!»

Psychologue, de formation universitaire, chargée autrefois d'une fonction de ressources humaines auprès de la SNCF et spécialiste en développement personnel, Bénédicte Ann propose son expérience de plus de vingt ans dans ce livre. On y trouve aussi de nombreux tests et exercices pour dire adieu aux «Bad Boys» et autres «Cruella» et glisser son «Sé-



same, ouvre-toi» dans la porte du bonheur.

La lecture d'«Autodiagnostic amoureux» permet de chasser les fantômes du passé et de faire une croix définitive sur les relations toxiques. «Je me réconcilie avec moi-même. J'analyse mon CV sentimental et je trouve un bon (ou une bonne) partenaire de vie.» Avant de se lancer dans une psychothérapie de longue durée.

Demeure la question mille fois posée. La formulation n'est pas nécessaire. «Oui, oui... et oui! Cela m'a pris pas mal de temps, j'ai beaucoup galéré. J'ai écrit ce livre pour aider les autres.» Habile et efficace, Bénédicte Ann a le mot de la fin.

«Auto diagnostic amoureux», Bénédicte Ann, Les Editions de l'Homme.
www.cafedelamour.fr

Crème réparatrice contre peaux craquelées !

