

Vie à deux

Peut-on renouer avec son ex ?

P.M.M  
Libreville/Gabon

**Certains proposent une pause, d'autres veulent respirer ou claquent la porte, divorcent même. Tout dépend de la manière dont prend fin une relation, mais aussi du motif de la séparation pour parler d'une éventuelle réconciliation entre deux ex-amants. C'est en tout cas l'avis des femmes, interrogées sur la question.**

**LES** ruptures prennent des formes diverses. Souvent, l'un des deux partenaires ne veut pas y croire et garde espoir quant à un retournement de situation. Pour certains couples, le souvenir de l'ancien amant perdure, bien qu'« ils se soient engagés dans une autre relation. » Et là, certaines interrogations taraudent. Pourquoi avoir cassé ? Pourquoi ne pas le ou la reconquérir et repartir sur de nouvelles bases ? Et si j'avais laissé s'enfuir l'homme ou la femme de ma vie ? Ces multiples interrogations naissent, la plupart du temps, lorsqu'on croit

avoir fait de mauvais choix, surtout lorsqu'on n'a pas fait le deuil de son ancienne relation. En effet, l'idée de vouloir renouer avec son ex naîtrait chez les personnes qui, après s'être essayées ailleurs, n'ont pas trouvé satisfaction. Ce qui constitue un danger, d'autant plus que ce sentiment peut être passager. Parfois, ce n'est plus de l'amour qu'on nourrit pour son ex, mais plutôt du regret. Dès lors, on ne devrait pas recoller les morceaux de son ancienne relation. En tout cas, c'est l'avis de Mireille Ondo, étudiante : « Quand on décide de mettre fin à une relation, on suppose qu'il y a des choses qui n'ont pas marché. Et d'un commun accord, les deux conjoints mettent fin à la relation. Chercher à se remettre avec son ex, c'est décider d'aller revivre les mêmes erreurs. Je pense qu'on ne doit pas se remettre avec son ex pour vouloir combler les vides. Prendre une telle décision, c'est choisir de souffrir doublement. » En revanche, la majorité ne partage pas ce point de vue. Certaines femmes estiment que le motif de la



Photo : P.M.M

Marleine: " Il est possible de renouer avec son ex, surtout si vous vous êtes séparés sur un coup de tête."

séparation aiderait à rouvrir la porte de l'ancienne relation. « Il y a des séparations brusques, prises sur un coup de tête, parfois pour un motif banal. Soit parce que l'un était trop jaloux, parce qu'il y avait trop de malentendus, ou encore parce que les parents ne concevaient pas l'union. Si, suite à ces points de discorde, le cou-

ple décide de rompre à contre cœur, et que des années plus tard, souhaite se remettre ensemble, alors qu'ils se lancent. Surtout si l'amour qui, autrefois, les unissait ne s'est point éteint », estime Odette Mihindou, femme au foyer. Se donner une deuxième chance ne relève pas du hasard. Lorsque deux ex-amants décident de se re-

mettre ensemble, il est clair qu'il y a une histoire à terminer. « Renouer avec son ex n'est pas toujours une folle idée. Certains hésitent parfois par orgueil, ou par peur de ce que dira l'entourage. Si mon ex m'aime toujours, et que cet amour est réciproque, pourquoi ne pas se lancer à nouveau ? Il faut, toutefois, éviter de réitérer les mêmes erreurs et être prête à montrer que vous avez changé. En fait, pour ne pas échouer une seconde fois, il ne faudrait pas repartir au stade où s'est arrêtée la relation, mais plutôt chercher à atteindre le meilleur », fait savoir Joanne Nguema, informaticienne. Il est donc possible de se remettre avec son ex. Tout dépend de ce que les anciens partenaires ressentent l'un pour l'autre après la rupture (s'il y reste un peu de cette petite flamme qui illuminait votre couple). Cependant, si votre ex vous a totalement sorti de sa tête, et qu'il ou elle raconte que vous le rendiez malheureux, qu'il ou elle aurait trouvé mieux ailleurs, alors, ne vous lancez pas dans la reconquête.

Brèves

**Bébé:** Selon les conclusions d'une étude américaine, l'apprentissage de la propreté avant l'âge de 2 ans multiplie par trois le risque d'incontinence dans la vie future. En cause : les selles et de l'urine, alors même que la croissance de la vessie n'est pas terminée.

**À la piscine, ce n'est pas le chlore qui pique les yeux, mais son mélange à l'urine**  
Contrairement aux idées reçues, ce n'est pas le chlore qui irrite les yeux à la piscine, mais le produit de la réaction chimique entre le chlore et l'urine. C'est ce que révèlent des chercheurs américains du centre de contrôle et de prévention des maladies (Center for disease control, CDC).

**Commencer le sport dès le plus jeune âge entraîne des bénéfices tout au long de la vie**  
Faire du sport jeune offre des bénéfices pour la santé et le poids tout au long de la vie, selon les résultats d'une étude dans la revue médicale Physiology & Behavior. Les chercheurs de l'Université de Californie- Riverside (États-Unis) ont observé l'évolution de souris ayant grandi avec une roue. Ils ont évalué les effets de l'exercice physique pratiqué jeune... sur un certain nombre de résultats à l'âge adulte, comme les habitudes physiques, le poids et les taux de leptine (l'hormone de la satiété).

Rassemblées par LLIM

Couple

Un amour de vacances a-t-il un avenir ?

COE  
Libreville/Gabon

**Nombreux sont ceux qui pensent et disent que les amours de vacances sont éphémères. D'une part, parce qu'on cherche avant tout à s'amuser en cette période de l'année, et d'autre part, parce que les deux amoureux n'habitent pas forcément dans la même ville. Mais comment savoir si cette histoire ne sera qu'un simple flirt ? Les avis sont partagés.**

**C'EST** la période des vacances pour de nombreux élèves et travailleurs. Durant ce temps de relâche, on cherche avant tout à profiter, à s'amuser, sans prises de tête, ni attaches. Loin du lycée ou du boulot et du stress de la vie quotidienne, on se laisse plus facilement aller, sans se poser de questions. D'autant qu'avec un flirt de vacances, on a l'impression d'avoir à nouveau quinze ans. On est insouciant et on en profite. Le hic, c'est qu'à force de passer beau-

coup de temps ensemble, de rire, de discuter, on s'attache forcément l'un à l'autre. C'est alors que toutes les questions qu'on s'était juré de ne pas se poser surgissent, inévitablement : va-t-on se revoir ? Est-ce que cela va durer ? Était-ce juste pour le sexe ? Peut-on entretenir une relation à distance ? Marie-Christine B., agent commercial, estime qu'il ne faut pas placer trop d'espoir dans ce genre de relation. Le retour à la vraie vie peut changer la donne, et le mec pour qui vous avez craqué peut ne pas avoir des intentions de faire durer la relation. En effet, « on est tous différents en vacances car, plus détendus et reposés. Or, quand le quotidien nous rattrape, on peut vite être déçus », dit-elle. Alors que Justina Angue, étudiante, affirme que certains signes précurseurs montrent que la relation peut durer : « Une chose est sûre, en matière de relation amoureuse, certains signes ne trompent pas.

Si vous avez passé beaucoup de temps ensemble, que votre relation n'a pas été basée uniquement sur le sexe et que, par la suite, vous constatez que vous avez beaucoup de choses en commun, la même vision de la vie à deux et qu'il n'habite pas au bout du monde, parce que la distance a aussi une grande influence sur les relations amoureuses. ». Cependant, Sidonie Akoue, sans emploi, n'est pas de cet avis. Selon elle, les rencontres de vacances ne sont pas du tout sérieuses. « Je ne peux pas accorder de l'importance à ce genre de relation. Pour qu'une relation mette du temps, il faut que les choses soient concordantes dès le départ. Or, si vous avez en face de vous un homme qui n'a d'yeux que pour d'autres filles, alors que vous êtes ensemble, ou qui ne s'intéresse pas à votre vie, sachez que celui-là est un aventurier. Et ils sont nombreux comme ça, qui profitent des vacances pour berner les filles », tranche-t-elle.

**Emile BIBALOU ABYBUKA**  
1er juillet 2013 – 1er juillet 2015

**Cela fait deux ans déjà qu'Emile BIBALOU ABYBUKA nous a quitté pour un monde de paix et de repos éternel.**

**Aussi vive que soit restée cette douleur, nous nous réjouissons qu'auprès de l'Éternel, ta présence à nos côtés demeure à jamais.**

**Ta grande patience, tes conseils, ton amour envers les tiens, ta générosité et ta sagesse, resteront gravés à jamais dans le cœur de ceux qui t'ont aimé.**

**Ton Épouse, tes enfants, Tes frères et sœurs, tes belles filles et beaux fils, tes petits enfants et connaissances formulent une pensée pieuse et affectueuse en ce jour anniversaire.**

**NIAMBI LA FUMU**